ਪੰਜਾਬ, ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਦਾ ਤਰਜ਼ਮਾਨ

ਪੰਜਾਬੀ ਦੁਨੀਆ

PUNJABI DUNIYA

Since April 2005 Editor : Sharanjit Singh Thind Weekly

Vol. 19 Issue 19 Friday August 9 to 15 August, 2024 Published Weekly from New York www.PUNJABIDUNIYAMEDIA.com

Thinking of Buying/Selling ?

WINZONE REALTY INC.

Baldev Singh

Associate Broker/Notary Public

146-20 34 av. Flushing NY 11354

Cell : 917-224-7395

Email : josanbaldev@yahoo.com

ਪੰਜਾਬ, ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਦਾ ਤਰਜ਼ਮਾਨ

ਪੰਜਾਬੀ ਦੁਨੀਆ

PUNJABI DUNIYA

The South Asian INSIDER

Youtube, Facbook, Twiter, Instagramme, Linkedin, Tiktok

ਅੱਜ ਦਾ ਜ਼ਮਾਨਾ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦਾ ਜ਼ਮਾਨਾ ਹੈ
ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਸਾਡੇ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ
ਕਾਰੋਬਾਰ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਅੱਜ ਹੀ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਅਮਰੀਕਾ ਤੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਹੋ ਰਹੇ
ਪੰਜਾਬੀ ਦੁਨੀਆ ਅਖ਼ਬਾਰ
ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਛਪਣਯੋਗ ਸਮੱਗਰੀ ਹੇਠ ਲਿਖੇ
ਈਮੇਲ ਪਤੇ ਤੇ ਭੇਜੋ। ਸਮੱਗਰੀ ਪੰਜਾਬੀ ਦੇ
ਕਿਸੇ ਵੀ ਫੌਂਟ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ

punjabiduniya@gmail.com,
/www.thesouthasianinsider.com/punjabi-duniya

ਪੰਜਾਬ, ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਦਾ ਤਰਜ਼ਮਾਨ

ਪੰਜਾਬੀ ਦੁਨੀਆ

PUNJABI DUNIYA

Since April 2005 Editor : Sharanjit Singh Thind *Weekly*

Vol. 19 Issue 19 Friday August 9 to 15 August, 2024 Published Weekly from New York www.PUNJABIDUNIYAMEDIA.com

Thinking of Buying/Selling ?

NINZONE REALTY INC.

Baldev Singh

Associate Broker/Notary Public

146-20 34 av. Flushing NY 11354

Cell : 917-224-7395

Email : josanbaldev@yahoo.com

ਖ਼ਾਲਿਸਤਾਨੀ ਕਾਰਕੁੰਨ ਦੇ ਘਰੋਂ ਹਥਿਆਰ ਬਰਾਮਦ

ਸਰੀ: ਕੈਨੇਡਾ ’ਚ ਕਾਨੂੰਨ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੇ ਸਰੀ ’ਚ ਇੱਕ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਤੋਂ ਕਈ ਹਥਿਆਰ ਜ਼ਬਤ ਕੀਤੇ। ਇਹ ਕਾਰਵਾਈ ਉੱਥੇ ਇੱਕ ਸਮਾਗਮ ’ਚ ਹਥਿਆਰਾਂ ਨਾਲ ਇਕੱਠੇ ਹੋਏ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਵੀਡੀਓ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਵੀਡੀਓ ’ਚ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਜਾਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੇ ਮਾਲਕ ਦੀ ਪਛਾਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ।

ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਖਾਤਿਆਂ ਨੇ ਮਾਲਕ ਦੀ ਪਛਾਣ ਹਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਪੱਤੜ ਵਜੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਖ਼ਾਲਿਸਤਾਨ ਪੱਖੀ ਹਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨਿੱਜਰ ਦਾ ਇੱਕ ਸਾਥੀ ਸੀ। ਪੱਤੜ ਦੇ ਜਾਣਕਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਹ ਵੀਡੀਓ ਉਸ ਦੇ ਬੇਟੇ ਦੇ ਵਿਆਹ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ ਸਮਾਗਮ ਦੀ ਸੀ। ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪੱਤੜ ਵੱਖਵਾਦੀ ਸਮੂਹ ਸਿਖਸ ਫ਼ੌਰ ਜਸਟਿਸ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਇੱਕ ਰੀਲੀਜ਼ ’ਚ ਰੌਇਲ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਮਾਊਂਟਿਡ ਪੁਲੀਸ ਜਾਂ ਆਰਸੀਐਮਪੀ ਦੀ ਸਰੀ ਡਿਟੈਚਮੈਂਟ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵੀਡੀਓ ਦੇ ਬਾਰੇ ’ਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲੀ ਜੋ ਔਨਲਾਈਨ ਪ੍ਰਸਾਰਿਤ ਹੋ ਰਹੀ ਸੀ ਜਿਸ ’ਚ ਹੱਥਿਆਰਾਂ ਨਾਲ ਨੱਚਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਨੂੰ ਸਰੀ ’ਚ ਫ਼ਿਲਮਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ।ਸਰੀ ਆਰਸੀਐਮਪੀ ਦੀ ਸਾਊਥ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਰਿਸਪੌਂਸ ਯੂਨਿਟ ਐਸਸੀਆਰਯੂ (ਐਸਸੀਆਰਯੂ) ਨੇ ਜਾਂਚ ਦਾ ਸੰਚਾਲਨ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ’ਚ ਦਿਨ ’ਚ ਉਸ ਪਤੇ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੀ ਜਿੱਥੇ ਵੀਡੀਓ ਫ਼ਿਲਮਾਇਆ ਗਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਕੋਡ ਦੀ ਜਾਂਚ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਅਤੇ ਜਾਇਦਾਦ ਦੇ ਮਾਲਕ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਫ਼ਿਰ ਐਸਸੀਆਰਯੂ ਨੇ ਜਾਇਦਾਦ ਦੇ ਮਾਲਕ ਤੋਂ ਕਈ ਹਥਿਆਰ ਜ਼ਬਤ ਕੀਤੇ। ਰਿਲੀਜ਼ ’ਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ, “ਵੀਡੀਓ ਵਿਚਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਂਚ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਐਸਸੀਆਰਯੂ ਜਾਂਚ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਕਈ ਭਾਈਵਾਲ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗਾ।”ਉਸ ਨੇ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ, “ਅਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਘਟਨਾ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ ’ਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਸੀ।”

ਟਿਕਟੌਕ ਨੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਖੋਲ੍ਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਖਾਤੇ, ਅਮਰੀਕੀ ਅਦਾਲਤ ’ਚ ਮਾਮਲਾ ਦਰਜ

ਨਾਇਆਗਰਾ: ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਨਿਆਂ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਔਨਲਾਈਨ ਗੋਪਨੀਯਤਾ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦਿੱਗਜ਼ ਟਿਕਟੌਕ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਮੂਲ ਕੰਪਨੀ ਬਾਇਟਡਾਂਸ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਮਾਮਲਾ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਕੈਲੇਫ਼ੋਰਨੀਆ ਦੀ ਸੰਘੀ ਅਦਾਲਤ ’ਚ ਫ਼ੈਡਰਲ ਟ੍ਰੇਡ ਕਮਿਸ਼ਨ ਸਾਹਮਣੇ ਦਾਇਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕੇਸ ’ਚ ਟਿਕਟੌਕ ’ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ 13 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕਰਨ, ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਖਾਤਿਆਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨ ’ਚ ਅਸਫ਼ਲ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਨਾਬਾਲਗ ਉਪਭੋਗਤਾਵਾਂ ਦੇ ਡੇਟਾ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਏ ਗਏ ਹਨ। ਸ਼ਿਕਾਇਤ ’ਚ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਕਿ ਟਿਕਟੌਕ ਅਤੇ ਬਾਇਟਡਾਂਸ ਨੇ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਚਿਲਰਨ ਔਨਲਾਈਨ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਐਕਟ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਟਿਕਟੋਕ ਦੇ ਪੂਰਵਗਾਮੀ, ਸੰਗੀਤਕ ਐਲਵਾਈ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਿਛਲੇ ਸਮਝੌਤੇ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਹੁਕਮ ਦੀ ਅਜੇ ਤਕ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਡੇਟਾ ਦੂਜੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਦਾ ਵੀ ਦੋਸ਼ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡਾ ’ਚ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਐਸਆਈਐਸ ਏਜੰਟ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਾ ਸਾੜਿਆ, ਨਿੱਜਰ ਕਤਲ ਕਾਂਡ ਨਾਲ ਸਬੰਧ

ਵੈਨਕੂਵਰ: ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੀ ਖ਼ੁਫ਼ੀਆ ਏਜੰਸੀ ਇੰਟਰ-ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ (ਐਸਆਈਐਸ) ਦੇ ਇਕ ਏਜੰਟ ਨੂੰ ਭੀੜ ਨੇ ਜ਼ਿੰਦਾ ਸਾੜ ਦਿੱਤਾ। ਮਾਮਲਾ ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਗੁੱਸੇ ’ਚ ਆਈ ਭੀੜ ਨੇ ਐਸਆਈਐਸ ਏਜੰਟ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਾ ਦਿੱਤੀ। ਮਾਰੇ ਗਏ ਏਜੰਟ ਦੀ ਪਛਾਣ ਰਾਹਤ ਰਾਓ ਵਜੋਂ ਹੋਈ ਹੈ। ਰਾਹਤ ਰਾਓ ਕੈਨੇਡੀਅਨ-ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸੀ।ਸੂਤਰਾਂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਨਾਲ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਰਾਹਤ ਰਾਓ ਦਾ ਸਰੀ ਸੈਂਟਰਲ ਇਲਾਕੇ ’ਚ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਮੁਦਰਾ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸੀ। ਰਿਪੋਰਟ ਅਨੁਸਾਰ ਘਟਨਾ ਓਦੋਂ ਵਾਪਰੀ ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਰਾਹਤ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ’ਚ ਪੈਸੇ ਦੇ ਲੈਣ-ਦੇਣ ਦੇ ਕੰਮ ਲਈ ਆਇਆ ਸੀ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਰਾਓ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਗਾ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਭੱਜ ਗਿਆ। ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਸਤੰਬਰ 2023 ’ਚ ਖ਼ਾਲਿਸਤਾਨੀ ਹਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨਿੱਜਰ ਦੇ ਕਤਲ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ’ਚ ਰਾਹਤ ਰਾਓ ਤੋਂ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਸਰੀ ’ਚ ਵੀ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ।ਇੱਕ ਸੂਤਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ, “ਰੌਇਲ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਮਾਊਂਟਿਡ ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਰਾਹਤ ਰਾਓ ਦੇ ਘਰ ਦਾ ਦੌਰਾ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਉਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦਾ ਜਨਤਕ ਤੌਰ ’ਤੇ ਖ਼ੁਲਾਸਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ, ਪਰ ਇਹ ਸੰਭਵ ਤੌਰ ’ਤੇ ਨਿੱਜਰ ਦੇ ਕਤਲ ਬਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ।”ਰਿਪੋਰਟ ਮੁਤਾਬਿਕ ਨਿੱਜਰ ਦੇ ਕਤਲ ਪਿੱਛੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੀ ਖ਼ੁਫ਼ੀਆ ਏਜੰਸੀ ਐਸਆਈਐਸ ਦਾ ਹੱਥ ਹੋਣ ਦਾ ਸ਼ੱਕ ਹੈ। ਰਾਹਤ ਰਾਓ ਅਤੇ ਤਾਰਿਕ ਕੀਨੀ ਕੈਨੇਡਾ ’ਚ ਐਸਆਈਐਸ ਦੇ ਲਗਾਏ ਹੋਏ ਏਜੰਟ ਹਨ। ਦੱਸਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਤੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਖਾੜਕੂਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੀ ਐਸਆਈਐਸ ਦੇ ਏਜੰਟਾਂ ਵਲੋਂ ਹੈਂਡਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।ਨਿੱਜਰ ਨੂੰ 2020 ’ਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਜਾਂਚ ਏਜੰਸੀ ਨੇ ਖਾੜਕੂ ਘੋਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਜੂਨ ’ਚ ਸਰੀ ਦੇ ਇੱਕ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਦੇ ਬਾਹਰ ਉਸ ਦੀ ਗੋਲੀ ਮਾਰ ਕੇ ਹੱਤਿਆ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਜਸਟਿਨ ਟਰੂਡੋ ਨੇ ਹਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨਿੱਜਰ ਦੇ ਕਤਲ ’ਚ ਭਾਰਤੀ ਏਜੰਟਾਂ ਦੀ ਕਥਿਤ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਲਾਇਆ ਸੀ। ਇਸ ਘਟਨਾਕ੍ਰਮ ਨੇ ਭਾਰਤ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਕੂਟਨੀਤਕ ਸਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਝਟਕਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਬੰਗਲਾਦੇਸ਼ ’ਚ ਹਿੰਦੂ ਮੰਦਰਾਂ ’ਤੇ ਕੀਤੇ ਹਮਲੇ, ਭਾਰਤੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਕੇਂਦਰ ਦੀ ਵੀ ਭੰਨ-ਤੋੜ

ਓਕਵਿਲ: ਬੰਗਲਾਦੇਸ਼ ਦੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ’ਚ ਇੱਕ ਬੇਕਾਬੂ ਭੀੜ ਨੇ ਇੱਕ ਭਾਰਤੀ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਕੇਂਦਰ ’ਚ ਭੰਨਤੋੜ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਭਰ ’ਚ ਚਾਰ ਹਿੰਦੂ ਮੰਦਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਮੂਲੀ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਇਆ। ਚਸ਼ਮਦੀਦਾਂ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਹਿੰਦੂ-ਬੌਧ-ਈਸਾਈ ਏਕਤਾ ਕੌਂਸਲ ਦੀ ਆਗੂ ਕਾਜੋਲ ਦੇਬਨਾਥ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਮਿਲੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਭਰ ’ਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਚਾਰ ਹਿੰਦੂ ਮੰਦਰਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਿਆ ਹੈ। ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਨੁਕਸਾਨ ਮਾਮੂਲੀ ਹੈ।

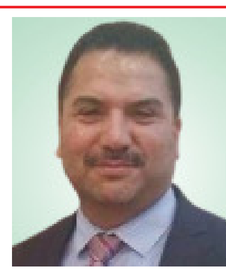
ਹਿੰਦੂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਕੁਝ ਨੇਤਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਸ਼ੇਖ਼ ਹਸੀਨਾ ਦੇ ਅਸਤੀਫ਼ੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਤਨਾਅਪੂਰਨ ਸਥਿਤੀ ਤੋਂ ਚਿੰਤਤ ਹਨ। ਚਸ਼ਮਦੀਦਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਬੰਗਲਾਦੇਸ਼ ਦੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਦੇ ਧਨਮੰਡੀ ਖੇਤਰ ’ਚ ਸਥਿਤ ਇੰਦਰਾ ਗਾਂਧੀ ਕਲਚਰਲ ਸੈਂਟਰ (IGCC) ਅਤੇ ਬੰਗਬੰਧੂ ਮੈਮੋਰੀਅਲ ਮਿਊਜ਼ੀਅਮ ਨੂੰ ਬੇਕਾਬੂ ਭੀੜ ਨੇ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਇਆ। ਢਾਕਾ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨ ਨੇ ਰਿਪੋਰਟ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਢਾਕਾ ’ਚ ਕਈ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਥਾਨਾਂ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਗਾ ਦਿੱਤੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ’ਚ ਧਨਮੰਡੂ 32 ਸਥਿਤ ਬੰਗਬੰਧੂ ਭਵਨ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਬੰਗਬੰਧੂ ਮੈਮੋਰੀਅਲ ਮਿਊਜ਼ੀਅਮ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।ਅਜਾਇਬ ਘਰ ਹਸੀਨਾ ਦੇ ਪਿਤਾ ਸ਼ੇਖ਼ ਮੁਜੀਬੁਰ ਰਹਿਮਾਨ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ 1975 ’ਚ ਹੱਤਿਆ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ ਜਦੋਂ ਉਹ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਸਨ। ਇਹ ਘਟਨਾਕ੍ਰਮ ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਦੋਂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਸ਼ੇਖ਼ ਹਸੀਨਾ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਵਿਰੋਧ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਚੱਲਦਿਆਂ ਬੰਗਲਾਦੇਸ਼ ਛੱਡ ਕੇ ਅਹੁਦੇ ਤੋਂ ਅਸਤੀਫ਼ਾ ਦੇਣਾ ਪਿਆ ਸੀ। ਫ਼ੌਜ ਮੁੱਖੀ ਜਨਰਲ ਵਕਾਰ-ਉਜ਼-ਜ਼ਮਾਨ ਨੇ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਕਿ ਅੰਤਰਿਮ ਸਰਕਾਰ ਬਣਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹਿੰਸਾ ਰੋਕਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ।

ਇੰਦਰਾ ਗਾਂਧੀ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਕੇਂਦਰ ਦਾ ਰਸਮੀ ਉਦਘਾਟਨ ਮਾਰਚ 2010 ’ਚ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।ਇਹ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ, ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਸੈਮੀਨਾਰਾਂ, ਵਰਕਸ਼ੌਪਾਂ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰ ਕੇ ਅਤੇ ਯੋਗਾ, ਹਿੰਦੀ ਭਾਸ਼ਾ, ਭਾਰਤੀ ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਸੰਗੀਤ ਅਤੇ ਕਥਕ ਅਤੇ ਮਨੀਪੁਰੀ ਵਰਗੇ ਭਾਰਤੀ ਗੁਰੂਆਂ, ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਤੇ ਟ੍ਰੇਨਰਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰ ਕੇ ਭਾਰਤ ਅਤੇ ਬੰਗਲਾਦੇਸ਼ ਦਰਮਿਆਨ ਦੁਵੱਲੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਸਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

Are you paying too much for Auto, Home, Business, Workman Compensation, Contractors, General Liability, E&O ?

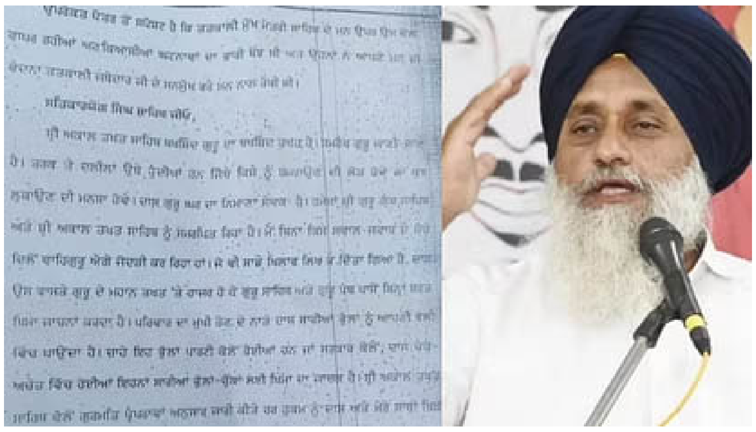
Call us today for complimentary Analysis of your policy.

Sharanjit Singh Thind, Phone 646 875 8495



ਸੁਖਬੀਰ ਵਲੋਂ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਤਖ਼ਤ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਸਪੱਸ਼ਟੀਕਰਣ ਹੋਇਆ ਜਨਤਕ

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ:ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੁਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ ਵਲੋਂ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਤਖ਼ਤ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸਪੱਸ਼ਟੀਕਰਣ ਜਨਤਕ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਸਪੱਸ਼ਟੀਕਰਣ ’ਚ ਸੁਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ ਨੇ ਆਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜਾਣੇ-ਅਣਜਾਣੇ ’ਚ ਹੋਈਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਭੁੱਲਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਝੋਲੀ ’ਚ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਪਰਿਵਾਰ ਕੋਲੋਂ ਹੋਈਆਂ ਜਾਂ ਪਾਰਟੀ ਕੋਲੋਂ। ਇਸ ’ਚ ਸੁਖਬੀਰ ਨੇ ਆਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਸਮੂਹ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਸਿੱਖ ਕੌਮ ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਾ ਜਥੇਬੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਜਥੇਬੰਦੀ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਵੀ 14 ਦਸੰਬਰ 1920 ਨੂੰ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਤਖ਼ਤ ਸਾਹਿਬ ’ਤੇ ਹੋਈ ਸੀ ਅਤੇ ਸਥਾਪਨਾ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਅੱਜ ਤਕ ਇਹ ਮਹਾਨ ਜਥੇਬੰਦੀ 10 ਗੁਰੂ ਸਹਿਬਾਨ ਅਤੇ ਜੁੱਗੋ-ਜੁੱਗ ਅਟੱਲ ਸਾਹਿਬ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਫ਼ਲਸਫ਼ੇ ਤੋਂ ਸੇਧ ਲੈ ਕੇ ਸਰਬੱਤ ਦੇ ਭਲੇ ਲਈ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਤਖ਼ਤ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਰਹੇਗਾ।

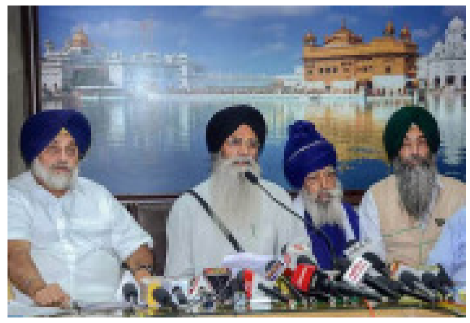


ਜਿੱਥੋਂ ਤਕ ਮੇਰੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਕੁਝ ਸੀਨੀਅਰ ਆਗੂਆਂ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਾ ਸਬੰਧ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਸਪੱਸ਼ਟੀਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੈਂ ਕੁਝ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤੱਥ ਤੁਹਾਡੇ ਧਿਆਨ ’ਚ ਲਿਆਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਕੁਝ ਦੁੱਖਦਾਈ ਘਟਨਾਵਾਂ ਪੰਜਾਬ ’ਚ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਸਮੇਂ ਸਾਲ 2007 ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਅਕਤੂਬਰ 2015 ਤਕ ਵਾਪਰੀਆਂ ਸਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਿਰਦੇਵੇਧਕ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਉਸ ਵੇਲੇ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸਵਰਗੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ ਤਤਕਾਲੀ ਜਥੇਦਾਰ ਸਾਹਿਬ, ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਤਖ਼ਤ ਸਾਹਿਬ ਕੋਲ 17 ਅਕਤੂਬਰ, 2015 ਨੂੰ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਤਖ਼ਤ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਸਕੱਤਰੇਤ ਵਿਖੇ ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ ’ਤੇ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਏ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਸ਼ਚਾਤਾਪ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੀ ਪੀੜ੍ਹਾ ਇੱਕ ਲਿਖਤੀ ਪੱਤਰ ’ਚ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸੁਖਬੀਰ ਬਾਦਲ ਵਲੋਂ ਮਰਹੂਮ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਪਸ਼ਚਾਤਾਪ ਪੱਤਰ ਵੀ ਨਾਲ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

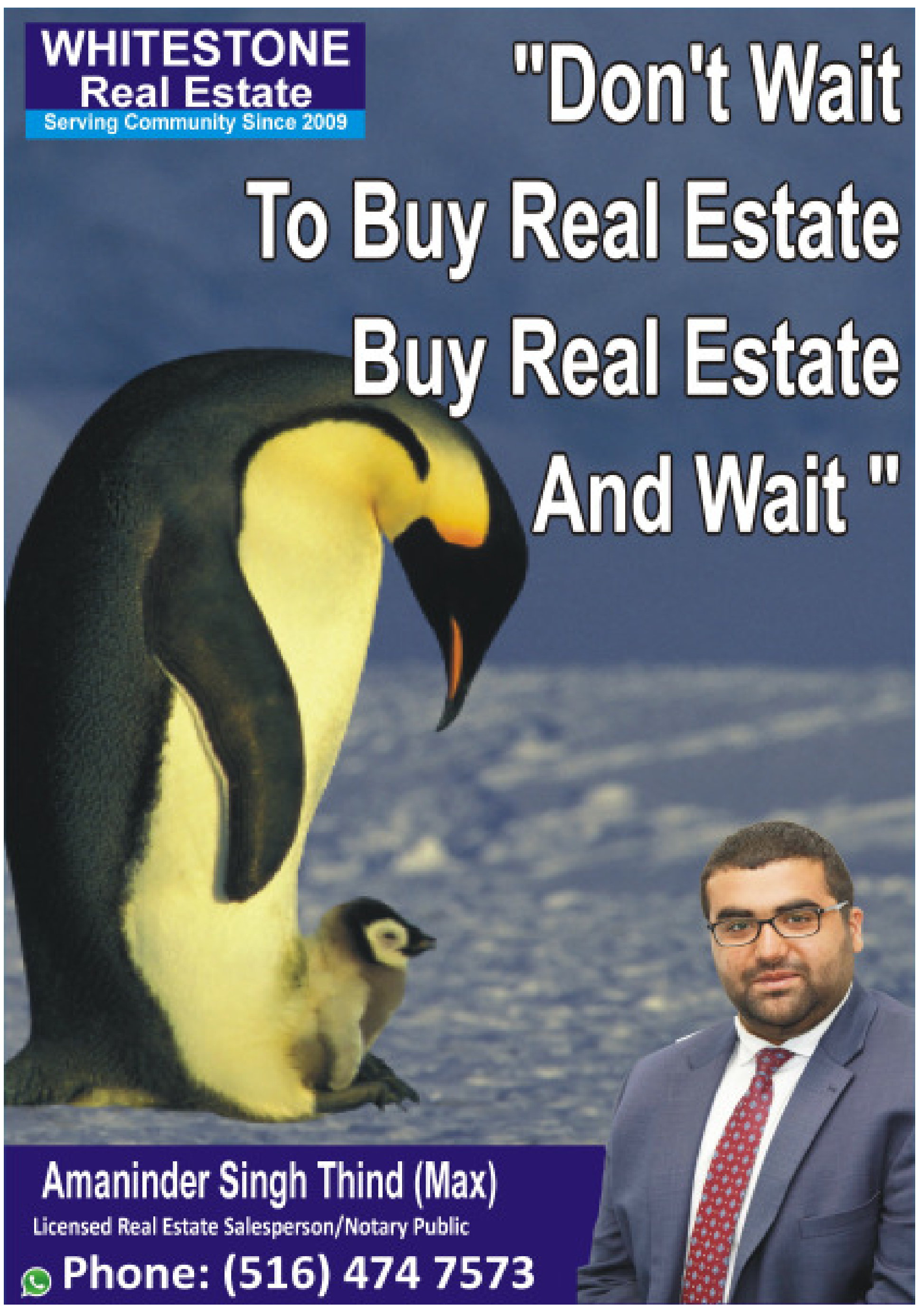
ਸੁਖਬੀਰ ਨੇ ਅੱਗੇ ਲਿਖਿਆ ਕਿ ਤੱਤਕਾਲੀ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਮਨ ਉਪਰ ਉਸ ਵੇਲੇ ਵਾਪਰ ਰਹੀਆਂ ਅਣਕਿਆਸੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦਾ ਭਾਰੀ ਬੋਝ ਸੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੀ ਵੇਦਨਾ ਤਤਕਾਲੀ ਜਥੇਦਾਰ ਦੇ ਸਨਮੁੱਖ ਭਰੇ ਮਨ ਨਾਲ ਰੱਖੀ ਸੀ। ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਤਖ਼ਤ ਸਾਹਿਬ ਬਖਸ਼ਿੰਦ ਗੁਰੂ ਦਾ ਬਖਸ਼ਿੰਦ ਤਖ਼ਤ ਹੈ। ਸਮਰੱਥ ਗੁਰੂ ਜਾਣੀ ਜਾਣ ਹੈ। ਤਰਕ ਅਤੇ ਦਲੀਲਾਂ ਉੱਥੇ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਕੁਝ ਲੁਕਾਉਣ ਦੀ ਮਨਸ਼ਾ ਹੋਵੇ। ਦਾਸ ਗੁਰੂ ਘਰ ਦਾ ਨਿਮਾਣਾ ਸੇਵਕ ਹੈ। ਹਮੇਸ਼ਾ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਅਤੇ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਤਖ਼ਤ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਸਵਾਲ-ਜਵਾਬ ਦੇ ਸੱਚੇ ਦਿਲੋਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਅੱਗੇ ਜੋਦੜੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਜੋ ਵੀ ਸਾਡੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਲਿਖ ਕੇ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਦਾਸ ਉਸ ਲਈ ਗੁਰੂ ਦੇ ਮਹਾਨ ਤਖ਼ਤ ’ਤੇ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋ ਕੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਪੰਥ ਪਾਸੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸ਼ਰਤ ਖਿਮਾ ਜਾਚਨਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਮੁਖੀ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ ਦਾਸ ਸਾਰੀਆਂ ਭੁੱਲਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਝੋਲੀ ’ਚ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਚਾਹੇ ਇਹ ਭੁੱਲਾਂ ਪਾਰਟੀ ਕੋਲੋਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਸਰਕਾਰ ਕੋਲੋਂ, ਦਾਸ ਚੇਤ-ਅਚਤ ਹੋਈਆਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਭੁੱਲਾਂ-ਚੁੱਕਾਂ ਲਈ ਖਿਮਾ ਦਾ ਜਾਚਕ ਹੈ। ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਤਖ਼ਤ ਸਾਹਿਬ ਵਲੋਂ ਗੁਰਮਤਿ ਪ੍ਰੰਪਰਾਵਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ, ਪਰ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਦਾਸ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਸਾਥੀ ਖਿੜੇ ਮੱਥੇ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਗੇ। ਮੇਰੀ ਅਰਦਾਸ ਹੈ ਕਿ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਪੰਥ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਚੜ੍ਹਦੀਕਲਾ ’ਚ ਰੱਖੇ।

ਸੁਖਬੀਰ ਦਾ ਸਪੱਸ਼ਟੀਕਰਣ ਜਨਤਕ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਢੀਂਡਸਾ ਦਾ ਬਿਆਨ

ਮਿਲਟਨ: ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੇ ਸੀਨੀਅਰ ਨੇਤਾ ਅਤੇ ਸਾਬਕਾ ਕੇਂਦਰੀ ਮੰਤਰੀ ਸੁਖਦੇਵ ਸਿੰਘ ਢੀਂਡਸਾ ਨੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੋ ਸੁਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ ਨੇ ਬਾਗ਼ੀ ਅਕਾਲੀ ਨੇਤਾਵਾਂ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ’ਤੇ ਇੱਕ ਬੰਦ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ਾ ਚਿੱਠੀ ਜਥੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੌਂਪੀ ਸੀ, ਉਸ ਨੂੰ ਲੈ



ਕੇ ਪਿਛਲੇ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਤੋਂ ਤਰ੍ਹਾਂ-ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਚਰਚਾਵਾਂ ਅਤੇ ਇਸ ਚਿੱਠੀ ਦੀ ਇਬਾਰਤ ਬੁਝਾਰਤ ਬਣੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਹੁਣ ਚਿੱਠੀ ਜੱਗ ਜ਼ਾਹਿਰ ਹੋਣ ’ਤੇ ਉਸ ’ਚੋਂ ਕੁਝ ਨਵਾਂ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਿਆ ਅਤੇ ਇਹ ਚਿੱਠੀ ਅਜੇ ਵੀ ਮੁਆਫ਼ੀ ਮੰਗਣ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ’ਚ ਗੋਲਮੋਲ ਹੈ।ਢੀਂਡਸਾ ਨੇ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹੁਣ ਸਮੁੱਚੇ ਸਿੱਖ ਕੌਮ ਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਤਖ਼ਤ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਜਥੇਦਾਰ ਗਿਆਨੀ ਰਘਵੀਰ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ’ਤੇ ਟਿੱਕੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਮੌਕੇ ਬਰਗਾੜੀ ਕਾਂਡ, ਬਹਿਬਲ ਕਾਂਡ, DGP ਸੈਣੀ, ਆਲਮ ਵਿਧਾਇਕ ਮਾਮਲਾ, ਡੇਰਾ ਸਾਧ ਨੂੰ ਮੁਆਫ਼ੀ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਵਾਪਰੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ’ਚ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਸੁਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।



ਬੇਅਦਬੀ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਵਿਰੁੱਧ ਸਾਬਕਾ 97 ਖੱਟੜਾ ਦੀ ਬਿਆਨਬਾਜ਼ੀ ਗੁਮਰਾਹਕੁੰਨ ਅਤੇ ਤੱਥਹੀਣ - SGPC

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ: : ਸਾਲ 2015 'ਚ ਫ਼ਰੀਦਕੋਟ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਬਰਗਾੜੀ ਵਿਖੇ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਬੇਅਦਬੀ ਸਬੰਧੀ ਕੇਸਾਂ 'ਚ ਕੇਂਦਰੀ ਜਾਂਚ ਏਜੰਸੀ 329 ਵਲੋਂ 2019 'ਚ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਦਰਜ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕਲੋਜ਼ਰ ਰਿਪੋਰਟ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਸਾਬਕਾ 97 ਰਣਬੀਰ ਸਿੰਘ ਖੱਟੜਾ ਵਲੋਂ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਮੀਡੀਆ 'ਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਗਲਤ ਬਿਆਨਬਾਜ਼ੀ ਦਾ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਸਕੱਤਰ ਪ੍ਰਤਾਪ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਰੜਾ ਨੋਟਿਸ ਲੈਂਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਖੱਟੜਾ ਅਜਿਹੀ ਗੁਮਰਾਹਕੁੰਨ ਤੇ ਤੱਥਹੀਣ ਬਿਆਨਬਾਜ਼ੀ ਕਰ ਕੇ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਗੁੰਮਰਾਹ ਕਰਨ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰਨ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰੇਗੀ।

ਪ੍ਰਤਾਪ ਸਿੰਘ ਨੇ ਜਾਰੀ ਇੱਕ ਬਿਆਨ 'ਚ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬਰਗਾੜੀ ਵਿਖੇ ਡੇਰਾ ਸਿਰਸਾ ਮੁਖੀ ਦੇ ਇਸ਼ਾਰੇ 'ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਪੈਰੋਕਾਰਾਂ ਵਲੋਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਬੇਅਦਬੀਆਂ ਦੇ ਸਬੰਧ 'ਚ ਚੱਲ ਰਹੇ ਕੇਸਾਂ ਦੀ 329 ਵਲੋਂ ਅਦਾਲਤ ਅੰਦਰ ਜੁਲਾਈ 2019 'ਚ ਕਲੋਜ਼ਰ ਰਿਪੋਰਟ ਦਰਜ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ ਜਿਸ ਦਾ ਸਖ਼ਤ ਇਤਰਾਜ਼ ਕਰਦਿਆਂ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਨੇ 17 ਜੁਲਾਈ 2019 ਨੂੰ ਅੰਤ੍ਰਿੰਗ ਕਮੇਟੀ ਦੀ ਇਕੱਤਰਤਾ 'ਚ ਮਤਾ ਨੰ: 515 ਰਾਹੀਂ 329 ਵਲੋਂ ਦਰਜ ਕੀਤੀ ਕਲੋਯਰ ਰਿਪੋਰਟ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮੰਦਭਾਗਾ ਅਤੇ ਦੁੱਖਦਾਈ ਕਰਾਰ ਦਿੰਦਿਆਂ ਇਸ ਦੀ ਸਖ਼ਤ ਨਿਖੇਧੀ ਕੀਤੀ ਸੀ ਜਦ ਕਿ ਖੱਟੜਾ ਸਿੱਖ ਸੰਸਥਾ ਵਿਰੁੱਧ ਬੁਨਿਆਦ ਦੋਸ਼ ਲਗਾ ਕੇ ਇਹ ਸਿੱਧ ਕਰਨ ਦਾ ਕੋਝਾ ਯਤਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਨੇ 329 ਕਲੋਯਰ ਰਿਪੋਰਟ ਦੇ ਪੱਖ 'ਚ ਹਲਫ਼ੀਆ ਬਿਆਨ ਦਿੱਤਾ ਸੀ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ 329 ਦੀ ਕਲੋਯਰ ਰਿਪੋਰਟ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਵਲੋਂ ਮਾਹਿਰ ਵਕੀਲਾਂ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰੋਟੈੱਸਟ ਪਟੀਸ਼ਨ ਦਾਇਰ ਕਰ ਕੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਾਰਵਾਈ ਤੁਰੰਤ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ ਵਿੱਢ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ ਜੋ ਨਿਰੰਤਰ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਾਵੇਂ ਬਾਅਦ 'ਚ ਇਹ ਕੇਸ ਪੰਜਾਬ-ਹਰਿਆਣਾ ਹਾਈਕੋਰਟ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ 329 ਤੋਂ ਪੰਜਾਬ ਪੁਲੀਸ ਦੀ ਸਿੱਟ ਨੂੰ ਵਾਪਿਸ ਦੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਸਨ, ਪ੍ਰੰਤੂ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਸਿੱਖ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਠੋਸ ਪੈਰਵਾਈ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ ਫ਼ਰੀਦਕੋਟ ਤੋਂ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਅਦਾਲਤ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ-ਹਰਿਆਣਾ ਹਾਈਕੋਰਟ 'ਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋਏ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ ਸਮੇਂ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਵਲੋਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲਾਂ ਰਾਹੀਂ ਯੋਗ ਕਾਨੂੰਨੀ ਪੈਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਪ੍ਰਤਾਪ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ ਦੌਰਾਨ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਦੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਚੀਫ਼ ਜੁਡੀਸ਼ੀਅਲ ਮੈਜਿਸਟ੍ਰੇਟ ਡਾ. ਅਮਨ ਇੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ 7 ਮਾਰਚ 2024 ਨੂੰ ਪਾਸ ਕੀਤੇ ਔਰਡਰ 'ਚ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਸਿੱਟ ਦੇ ਮੈਂਬਰ 391 ਫ਼ਰੀਦਕੋਟ ਦੇ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਹਰਬੰਸ ਸਿੰਘ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਨਾਲ ਇਹ ਤੱਥ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਲ 2015 'ਚ ਹੋਈ ਬੇਅਦਬੀ ਦੇ ਤਿੰਨ ਕੇਸਾਂ 'ਚ ਦੋਸ਼ੀ ਡੇਰਾ ਸਿਰਸਾ ਮੁਖੀ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਪੈਰੋਕਾਰਾਂ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਮੁਕੱਦਮਾ ਚਲਾਉਣ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਗ੍ਰਹਿ ਅਤੇ ਨਿਆਂ ਮਾਮਲੇ ਵਿਭਾਗ ਪਾਸ ਲੰਬਿਤ ਪਈ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਤੱਥ ਤੋਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੌਜੂਦਾ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਾਲੀ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਡੇਰਾ ਸਿਰਸਾ ਮੁੱਖੀ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਪੈਰੋਕਾਰਾਂ ਦੀ ਪੁਸ਼ਤਪਨਾਹੀ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਪ੍ਰਤਾਪ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬੇਅਦਬੀ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਦੋਸ਼ੀ ਪ੍ਰਦੀਪ ਕਲੇਰ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰੀ ਤੋਂ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਮਾਨਤ ਹੋ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰੀ ਗਵਾਹ ਬਣਾਉਣਾ ਵੀ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਮਨਸ਼ਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਿੱਖ ਸੰਗਤ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਸਿੱਖ ਸੰਸਥਾ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਸਿਰਜੇ ਜਾ ਰਹੇ ਗਲਤ ਬਿਰਤਾਂਤ ਤੋਂ ਸੁਚੇਤ ਰਹਿਣ।

ਸੁਖਬੀਰ ਅਤੇ ਬਾਗ਼ੀ ਧੜਾ ਪੰਜਾਬ ਪ੍ਰਤੀ ਆਪਣਾ ਏਜੰਡਾ ਕਰਨ ਸਪੱਸ਼ਟ - ਸਿਮਰਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ: ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸਿਮਰਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਨੇ ਜਾਰੀ ਇੱਕ ਬਿਆਨ 'ਚ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਦੋਂ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਗੁਰਨਾਮ ਸਿੰਘ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਉਪਰੰਤ ਬਾਦਲ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਆਪਣੀ ਵਜ਼ਾਰਤ ਬਣਾਈ ਸੀ। ਬਾਦਲ ਨੇ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਸੀ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਕੈਲੇਫ਼ੋਰਨੀਆ ਬਣਾ ਦੇਵਾਂਗੇ ਜਦੋਂ ਕਿ ਉਸ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤਕ ਅੱਜ ਦਾ ਪੰਜਾਬ ਬਿਹਾਰ ਅਤੇ ਉੜੀਸਾ ਵਰਗਾਂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੁਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ ਜਾਂ ਬਾਗ਼ੀ ਦਲ ਦੇ ਆਗੂ ਆਪਣੇ ਸਿਆਸੀ ਅਤੇ ਮਾਲੀ ਫ਼ਾਇਦਿਆਂ 'ਚ ਹੀ ਉਲਝੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਆਗੂ ਸਮੁੱਚੇ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਕੌਮ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪਾਲਸੀ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੂਬੇ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਕੌਮ ਪ੍ਰਤੀ ਏਜੰਡਾ ਕੀ ਹੈ ? ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬਾਦਲ ਅਤੇ ਬਾਗ਼ੀ ਦੋਵੇਂ ਧੜਿਆਂ ਦਾ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਜਾਂ ਏਜੰਡਾ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਆਸੀ ਆਗੂ ਕਹਾਉਣ ਦਾ ਕੋਈ ਹੱਕ ਨਹੀਂ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸਭ ਆਗੂਆਂ ਅਤੇ ਪਾਰਟੀਆਂ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਕੌਮ ਦੇ ਏਜੰਡੇ 'ਤੇ ਪਹਿਰਾ ਦੇਣ ਦੀ ਸਖ਼ਤ ਲੋੜ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਦੁੱਖ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ 1984 'ਚ ਹੋਏ ਨੀਲਾ ਸਾਕਾ ਤਾਰਾ ਦੇ ਹਮਲੇ ਦਾ ਅੱਜ ਤਕ ਕੋਈ ਇਨਸਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੋ ਰਾਜੀਵ ਗਾਂਧੀ ਹਕੂਮਤ ਵੇਲੇ ਸਿੱਖਾਂ ਦਾ ਕਤਲੇਆਮ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਉਸ ਦਾ ਵੀ ਕੋਈ ਇਨਸਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ।

ਬਾਇਡਨ ਨੂੰ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਦੌੜ 'ਚੋਂ ਹੱਟਣ ਦੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ ਧਮਕੀ - ਟਰੰਪ

ਪੈਨਸਿਲਵੇਨੀਆ- ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਇੱਕ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ 'ਚ ਦਾਖ਼ਲਾ ਅਤੇ ਸਕੌਲਰਸ਼ਿਪ ਲੈਣ ਲਈ 19 ਸਾਲਾ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਫ਼ਰਜ਼ੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਬਣਾਏ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਦੀ ਫ਼ਰਜ਼ੀ ਮੇਲ ਆਈਡੀ ਬਣਾ ਕੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ 'ਚ ਐਪਲਾਈ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇੰਟਰਮੀਡੀਏਟ ਦੀ ਮਾਰਕ ਸ਼ੀਟ ਨਾਲ ਛੇੜਛਾੜ ਕਰ ਕੇ ਜਾਅਲੀ ਸਰਟੀਫ਼ਿਕੇਟ ਬਣਾਇਆ। ਵਜ਼ੀਫ਼ਾ ਲੈਣ ਲਈ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਦਾ ਜਾਅਲੀ ਮੌਤ ਦਾ ਸਰਟੀਫ਼ਿਕੇਟ ਵੀ ਬਣਾ ਲਿਆ। ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰ ਲਿਆ। ਹੁਣ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਅਮਰੀਕੀ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਹੋਏ ਸਮਝੌਤੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ਭਾਰਤ ਪਰਤਣਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਪੈਨਸਿਲਵੇਨੀਆ ਦੀ ਇੱਕ ਨਿੱਜੀ ਖੋਜ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਲੇਹਾਈ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ 'ਚ ਸੈਸ਼ਨ 2023-24 ਲਈ ਦਾਖ਼ਲੇ ਲਈ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਰੀਅਨ ਆਨੰਦ ਨੇ ਜਾਅਲੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਵਾਏ ਸਨ। ਆਨੰਦ ਦੀ ਧੋਖਾਧੜੀ ਦਾ ਖ਼ੁਲਾਸਾ ਓਦੋਂ ਹੋਇਆ ਜਦੋਂ ਉਸ ਨੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਸਾਈਟ ਰੈਡਿਟ 'ਤੇ ਝੂਠ 'ਤੇ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਅਤੇ ਕਰੀਅਰ ਬਣਾਇਆ ਸਿਰਲੇਖ ਵਾਲੀ ਪੋਸਟ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ। ਉਸ 'ਚ ਆਨੰਦ ਨੇ ਧੋਖਾਧੜੀ ਦੀ ਪੂਰੀ ਕਹਾਣੀ ਦੱਸੀ। ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਨੇ ਪੋਸਟ ਡੀਲੀਟ ਕਰ ਦਿੱਤੀ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਦੋਂ ਜਾਂਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਤਾਂ ਰੈਡਿਟ ਟੀਮ ਨੇ ਲੇਹਾਈ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਦਾਖਲਾ ਵਿਭਾਗ ਨੂੰ ਪੋਸਟ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ।

ਜਾਂਚ 'ਚ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਕਿ ਆਨੰਦ ਨਾਮਕ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਰੈਡਿਟ 'ਤੇ ਪੋਸਟ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਆਨੰਦ ਨੇ ਪੋਸਟ 'ਚ ਲਿਖਿਆ ਸੀ, "ਮੈਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ 'ਚ ਐਪਲਾਈ ਕਰਨ ਲਈ principal@schoolname.com ਦੀ ਫ਼ਰਜ਼ੀ ਈ-ਮੇਲ ਬਣਾਈ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੀਨੀਅਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਦਾ ਸਾਲ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਫ਼ਿਰ ਉਸ ਨੇ ਸੀਨੀਅਰ ਸਕੂਲ 'ਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸ਼ਫਲ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਝੂਠਾ ਸਰਟੀਫ਼ਿਕੇਟ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਆਰਥਿਕ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣ ਲਈ ਪਿਤਾ ਦਾ ਜਾਅਲੀ ਮੌਤ ਦਾ ਸਰਟੀਫ਼ਿਕੇਟ ਵੀ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ। ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੈਨਸਿਲਵੇਨੀਆ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰਮੰਡਲ ਨੇ ਆਨੰਦ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਧੋਖਾਧੜੀ, ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਛੇੜਛਾੜ ਅਤੇ ਧੋਖੇ ਨਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਦਾਇਰ ਕੀਤੇ।

ਬਾਅਦ ਦੀ ਜਾਂਚ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਕਿ ਆਨੰਦ ਨੇ ਇੱਕ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਮੌਤ ਦੇ ਸਰਟੀਫ਼ਿਕੇਟ ਅਤੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਿਆ ਸੀ ਜਦੋਂ ਕਿ ਅਡੋਬ ਫ਼ੋਟੋਸ਼ੌਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਕੇ ਅਕਾਦਮਿਕ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੋਧਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਜਾਂਚ 'ਚ ਇਹ ਵੀ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਹੈ ਕਿ ਆਨੰਦ ਦਾ ਪਿਤਾ ਜ਼ਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਭਾਰਤ 'ਚ ਹੈ। ਆਨੰਦ ਨੂੰ ਜਾਅਲਸਾਜ਼ੀ, ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਦੇ ਦੋਸ਼ਾਂ 'ਚ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਮੈਜਿਸਟ੍ਰੇਟ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਜੱਜ ਜੌਰਡਨ ਕਨਿਸਲੇ ਨੇ 12 ਜੂਨ ਨੂੰ ਆਨੰਦ ਨੂੰ 25 ਹਜ਼ਾਰ ਅਮਰੀਕੀ ਡਾਲਰਾਂ ਦੀ ਜ਼ਮਾਨਤ ਦੇ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਜਾਅਲਸਾਜ਼ੀ ਦੇ ਇੱਕ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਦੋਸ਼ੀ ਮੰਨਿਆ। ਨੌਰਥੈਂਪਟਨ ਕਾਊਂਟੀ ਜੇਲ੍ਹ 'ਚ ਇੱਕ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਵੀ ਹੋਈ। ਹੁਣ ਆਨੰਦ ਨੂੰ ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਭਾਰਤ ਪਰਤਨਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਯੂਕੇ 'ਚ ਹੋਏ 13 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਦੰਗੇ

ਵਾਟਰਲੂ: ਬੀਤੇ ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਬ੍ਰਿਟੇਨ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਗੜਬੜਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤੇ ਉੱਥੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਹਿੰਸਾ ਦੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਫ਼ਿਰ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਸ਼ਹਿਰਾਂ 'ਚ ਹਿੰਸਕ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਹੋਣ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਦੱਸਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਦੇਸ਼ 'ਚ 13 ਸਾਲਾਂ 'ਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਦੰਗਾ ਹੈ।ਇਸ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਅੱਗ ਨੇ ਭਿਆਨਕ ਰੂਪ ਓਦੋਂ ਧਾਰ ਲਿਆ ਜਦੋਂ ਉੱਤਰ-ਪੱਛਮ ਇੰਗਲੈਂਡ 'ਚ ਤਿੰਨ ਬੱਚੀਆਂ ਦੀ ਚਾਕੂ ਮਾਰ ਕੇ ਹੱਤਿਆ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ। ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਹੁਣ ਤਕ 90 ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ।ਸਾਊਥ ਪੋਰਟ ਦੇ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਮੀਡੀਆ ਪੋਸਟ 'ਚ ਬੱਚੀਆਂ ਦੀ ਹੱਤਿਆ ਲਈ ਇੱਕ ਮੁਸਲਿਮ ਪਰਵਾਸੀ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਠਹਿਰਾਇਆ ਸੀ। ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਕਾਰੀ ਇਸ ਅਫ਼ਵਾਹ ਤੋਂ ਭੜਕ ਉੱਠੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੁਲੀਸ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਕਾਰੀਆਂ ਵਿਚਾਲੇ ਝੜਪਾਂ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਗਈਆਂ।ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਸ਼ਹਿਰਾਂ 'ਚ ਸੜਕ 'ਤੇ ਹੋਈ ਹਿੰਸਾ 'ਚ ਕਈ ਪੁਲਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋ ਗਏ। ਲਿਵਰਪੂਲ, ਮੈਨਚੈਸਟਰ, ਸਦਰਲੈਂਡ, ਹੱਲ, ਬੈੱਲਫ਼ੈਸਟ ਅਤੇ ਲੀਡਜ਼ ਸਮੇਤ ਕਈ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਅਸ਼ਾਂਤੀ ਫ਼ੈਲ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਕਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਪੁਲੀਸ 'ਚਾਲੇ ਝੜਪਾਂ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦੀਆਂ ਗਈਆਂ।

ਪਾਕਿ ’ਚ ਕੁਝ ਕੁ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਖ਼ਸਤਾ

ਵੈਨਕੂਵਰ: ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਸਰਕਾਰ ਦੇਸ਼ ’ਚ ਸਿਰਫ਼ ਕੁਝ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਕਰ ਕੇ ਸਿੱਖਾਂ ਅਤੇ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਗੁੰਮਰਾਹ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਜਦ ਕਿ ਇਤਿਹਾਸਕ ਮਹੱਤਤਾ ਵਾਲੀਆਂ ਸੈਂਕੜੇ ਅਜਿਹੀਆਂ ਇਮਾਰਤਾਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਢਾਹਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਸਿੱਖ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਠੇਸ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ’ਚ ਸਥਾਨਕ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਧਾਰਮਿਕ ਸਥਾਨਾਂ ਦੀ ਬੇਅਦਬੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ’ਤੇ ਨਾਜਾਇਜ਼ ਕਬਜ਼ਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਇੱਕ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਇਤਿਹਾਸਕ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸ੍ਰੀ ਦਮਦਮਾ ਸਾਹਿਬ ਹੈ, ਜੋ ਰਾਵਲਪਿੰਡੀ ਦੇ ਰਾਜਾ ਬਾਜ਼ਾਰ ’ਚ ਸਥਿਤ ਹੈ, ਨੂੰ ਬਾਬਾ ਖੇਮ ਸਿੰਘ ਬੇਦੀ ਨੇ 1876 ’ਚ ਬਣਵਾਇਆ ਸੀ। ਸਥਾਨਕ ਲੋਕ ਇਸ ਧਾਰਮਿਕ ਅਸਥਾਨ ਨੂੰ ਬੁੱਚੜਖ਼ਾਨੇ ਅਤੇ ਮੀਟ ਦੀ ਦੁਕਾਨ ਵਜੋਂ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹਨ।

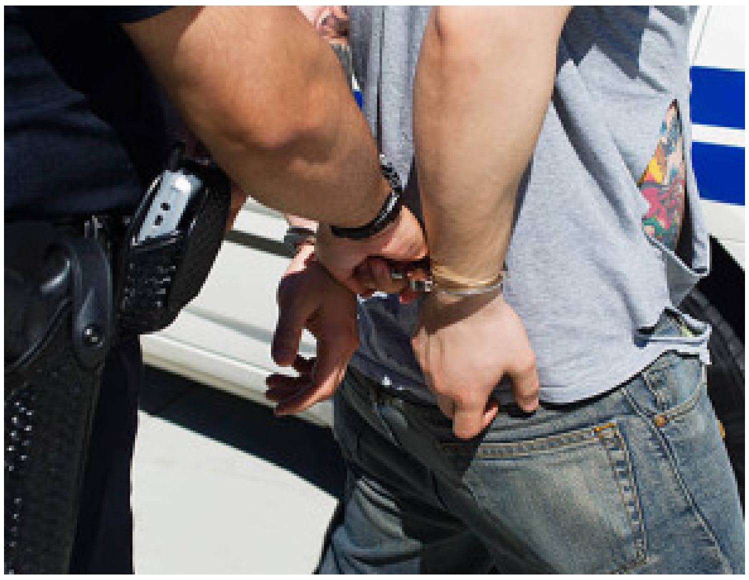
ਪਿਛਲੇ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਦੇ ਮੁੱਖ ਦੁਆਰ ਨੇੜੇ ਮੀਟ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਮੀਟ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਹਦੂਦ ’ਚ ਦਰਜਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੁਕਾਨਾਂ ਚੱਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਉਕਤ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ’ਚ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਾਲ ਸਰਾਂ (ਯਾਤਰੀਆਂ ਲਈ ਰਿਹਾਇਸ਼) ਹੈ ਅਤੇ ਲਗਭਗ 70-75 ਕਮਰੇ ਹਨ। ਜ਼ਮੀਨੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ’ਤੇ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਾਲ ਲੰਗਰ ਭਵਨ (ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਰਸੋਈ), ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਅਸਥਾਨ (ਪਵਿੱਤਰ ਸਥਾਨ), ਸੁਖ ਆਸਣ ਅਸਥਾਨ (ਪਵਿੱਤਰ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਲਈ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਦਾ ਸਥਾਨ) ਅਤੇ ਜੋੜਾ ਘਰ (ਜੁੱਤੀ ਸਟੋਰੇਜ ਸਥਾਨ) ਹੈ।

ਪਾਕਿਸਤਾਨ ’ਚ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦੀ ਘੋਰ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦੀ ਇੱਕ ਹੋਰ ਉਦਾਹਰਣ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਹੈ। ਇਹ ਪੰਜਾਬ ਸੂਬੇ ਦੇ ਸਾਹੀਵਾਲ ਦੀ ਗਲ੍ਹਾ ਮੰਡੀ ’ਚ ਸਥਿਤ ਹੈ। ਇਮਾਰਤ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਹੈ, ਪਰ ਸਥਾਨਕ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸ਼ਨ ਨੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਬਜ਼ੇ ’ਚ ਲੈ ਕੇ ਸਿਟੀ ਥਾਣੇ ’ਚ ਤਬਦੀਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਹੋਰ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਕਿਲਾ ਸਾਹਿਬ ਹੈ ਜੋ ਗੁਰੂ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਦੀ ਯਾਦ ’ਚ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੇ ਸਿੱਖ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਕਈ ਵਾਰ ਸਥਾਨਕ ਪੁਲੀਸ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਲੋਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਨਾਜਾਇਜ਼ ਕਬਜ਼ਿਆਂ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਮੁੱਦੇ ਉਠਾਏ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਨੂੰ ਮੀਟ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ, ਕਬਰਾਂ, ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਅਤੇ ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਜਾਨਵਰਾਂ ਲਈ ਸ਼ੈੱਡ ਵਜੋਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

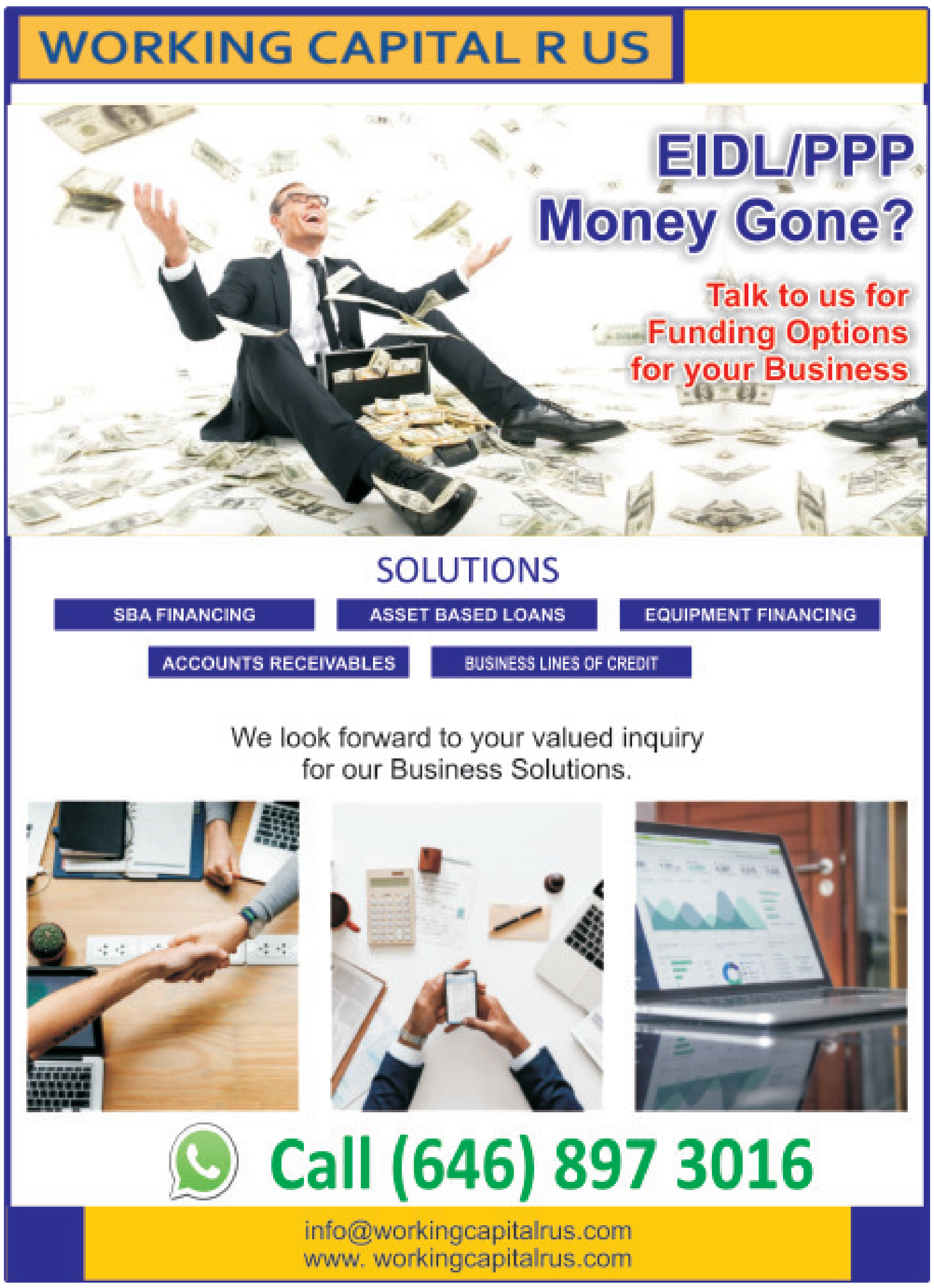
ਸਿੱਖ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਵਕਫ਼ ਬੋਰਡ ਅਤੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਸਿੱਖ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਨੂੰ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਧਾਰਮਿਕ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਸਤਿਕਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈ।

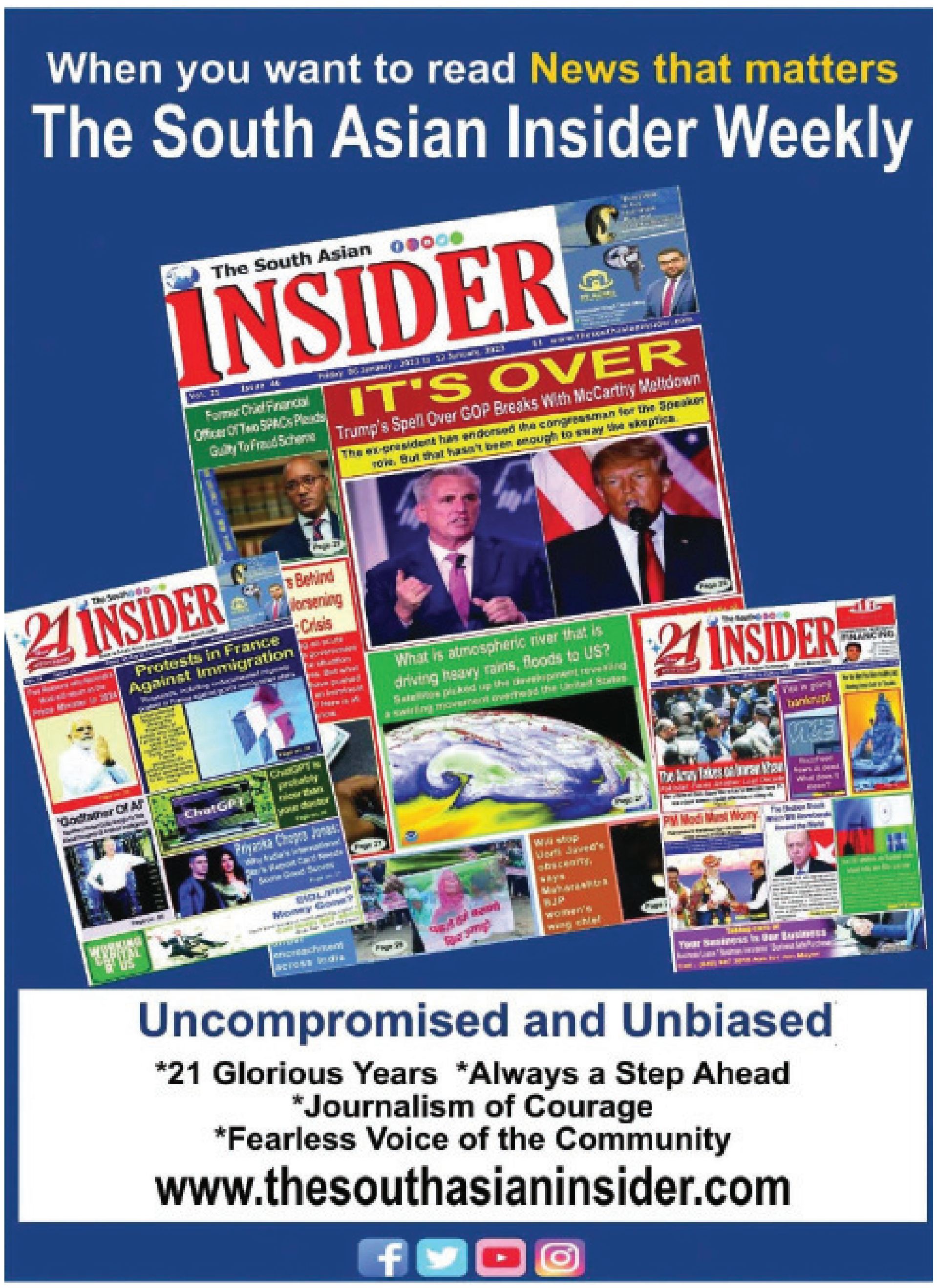
ਫ਼ਲਾਈਟ ’ਚ ਜਿਣਸੀ ਹਮਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਭਾਰਤੀ ਨੂੰ 15 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ਜ਼ਾ



ਨਾਇਆਗਰਾ: ਅਦਾਲਤ ਵਲੋਂ ਇੱਕ ਭਾਰਤੀ ਵਿਅਕਤੀ, ਅਭਿਨਵ ਕੁਮਾਰ ਨੂੰ ਸਿਆਟਲ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਫ਼ਲਾਈਟ ’ਚ ਇੱਕ ਯਾਤਰੀ ਨਾਲ ਜਿਣਸੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ’ਚ 15 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਕੈਦ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਸੁਣਾਈ ਗਈ। ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਦੇ ਪੱਛਮੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ **US** ਅਟਰਨੀ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਨੇ ਮਈ ’ਚ ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਵਲੋਂ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਜਿਣਸੀ ਸੰਪਰਕ ਲਈ ਦੋਸ਼ੀ ਠਹਿਰਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ।

ਅਭਿਨਵ ਕੁਮਾਰ (39) ਨੂੰ 18 ਫ਼ਰਵਰੀ ਨੂੰ ਸਿਐਟਲ-ਟਕੋਮਾ ਦੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ ’ਤੇ ਦੁਬਈ ਤੋਂ ਸਿਐਟਲ ਜਾ ਰਹੀ ਅਮੀਰਾਤ ਦੀ ਉਡਾਣ ਦੌਰਾਨ ਸੁੱਤੀ ਪਈ ਇੱਕ ਨਾਬਾਲਗ ਦੀ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਘੁਟਣ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਹੇਠ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। **US** ਅਟਰਨੀ ਟੇਸਾ ਐੱਮ. ਗੋਰਮਨ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਦੇ ਪੱਛਮੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ’ਚ ਹਵਾਈ ਜਹਾਜ਼ਾਂ ’ਤੇ ਜਿਣਸੀ ਹਮਲੇ ਵੱਧ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਪਰਾਧੀਆਂ ਲਈ ਗੰਭੀਰ ਨਤੀਜਿਆਂ ’ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ, ਅਜਿਹੇ ਵਿਵਹਾਰ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਖ਼ਤ ਜ਼ੀਰੋ-ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਨੀਤੀ ਹੈ। **FBI**, ਪੋਰਟ ਔਫ਼ ਸਿਐਟਲ ਪੁਲੀਸ ਅਤੇ **US** ਕਸਟਮਜ਼ ਅਤੇ ਬੌਰਡਰ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਇਸ ਕੇਸ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਸੀ।





ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਭਿਆਨਕ ਰੇਲ ਹਾਦਸੇ ’ਚ 1,700 ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਹੋਈ ਸੀ ਮੌਤ

ਬਰੈਂਪਟਨ: ਹਾਲ ਹੀ ’ਚ ਭਾਰਤ ’ਚ ਕਈ ਦਰਦਨਾਕ ਰੇਲ ਹਾਦਸੇ ਹੋਏ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ’ਚ ਕਈ ਬੇਕਸੂਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜਾਨ ਚਲੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਲੋਕ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋਏ ਹਨ। ਇਹ ਹਾਦਸੇ ਦੇਸ਼ ਲਈ ਡੂੰਘੇ ਦਰਦ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਗਏ ਹਨ। ਇੱਥੇ ਅਸੀਂ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਭਿਆਨਕ ਰੇਲ ਹਾਦਸੇ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਜਾਣਾਂਗੇ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਕੰਬ ਕੇ ਰਹਿ ਜਾਓਗੇ। ਇਹ ਹਾਦਸਾ ਇੰਨਾ ਭਿਆਨਕ ਸੀ ਕਿ ਲਗਭਗ 1, 700 ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜਾਨ ਚਲੀ ਗਈ ਸੀ। ਇਹ ਹਾਦਸਾ 2004 ’ਚ ਸ੍ਰੀ ਲੰਕਾ ’ਚ ਵਾਪਰਿਆ ਸੀ, ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਨਾਮੀ ਟ੍ਰੇਨ ਡਿਜ਼ਾਸਟਰ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਓ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਇਸ ਘਟਨਾ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ...

2004 ਸ੍ਰੀ ਲੰਕਾ ਰੇਲ ਹਾਦਸਾ

26 ਦਸੰਬਰ 2004 ਨੂੰ ਹਿੰਦ ਮਹਾਸਾਗਰ ’ਚ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਭੂਚਾਲ ਆਇਆ ਜਿਸ ਦੀ ਤੀਬਰਤਾ 9.1-9.3 ਮਾਪੀ ਗਈ। ਇਹ ਭੂਚਾਲ ਹੁਣ ਤਕ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਭੂਚਾਲਾਂ ’ਚੋਂ ਇੱਕ ਸੀ। ਇਸ ਭੂਚਾਲ ਕਾਰਨ ਆਈ ਸੁਨਾਮੀ ਨੇ ਸ੍ਰੀ ਲੰਕਾ ਸਮੇਤ ਕਈ ਦੇਸ਼ਾਂ ’ਚ ਭਾਰੀ ਤਬਾਹੀ ਮੱਚਾਈ। ਸਮੁੰਦਰ ਦੀ ਰਾਣੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਓਸ਼ਨ ਕਵੀਨ ਐੱਕਸਪ੍ਰੈੱਸ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇੱਕ ਯਾਤਰੀ ਰੇਲ ਗੱਡੀ ਸੁਨਾਮੀ ਦੀ ਮਾਰ ਹੇਠ ਆ ਗਈ।

ਕੋਲੰਬੋ ਤੋਂ ਗਾਲੇ ਨੂੰ ਜਾ ਰਹੀ ਸੀ ਟ੍ਰੇਨ

ਇਹ ਟਰੇਨ ਰਾਜਧਾਨੀ ਕੋਲੰਬੋ ਤੋਂ ਗਾਲੇ ਵੱਲ ਜਾ ਰਹੀ ਸੀ ਅਤੇ ਇਸ ’ਚ ਤਕਰੀਬਨ 1, 700 ਯਾਤਰੀ ਸਵਾਰ ਸਨ। ਜਦੋਂ ਟਰੇਨ ਪੇਰਾਲੀਆ ਪਿੰਡ ਪਹੁੰਚੀ ਤਾਂ ਅਚਾਨਕ ਸੁਨਾਮੀ ਦੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ ਤੱਟ ਨਾਲ ਟਕਰਾ ਗਈਆਂ। ਪਹਿਲੀ ਲਹਿਰ ਰੇਲ ਗੱਡੀ ਨਾਲ ਟਕਰਾ ਗਈ। ਉਸ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਬਸਤੀਆਂ ’ਚ ਹੜ੍ਹ ਆ ਗਿਆ। ਕੁਝ ਮਿੰਟਾਂ ਬਾਅਦ, ਦੂਜੀ ਅਤੇ ਤੀਜੀ ਲਹਿਰਾਂ ਆਈਆਂ ਜੋ ਪਹਿਲੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਸਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਲਹਿਰਾਂ ਨੇ ਰੇਲ ਗੱਡੀ ਨੂੰ ਪਟੜੀ ਤੋਂ ਉਤਾਰ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਢਾਹ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਭਿਆਨਕ ਹਾਦਸੇ ਨੇ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਸੋਗ ’ਚ ਡੁਬੋ ਦਿੱਤਾ ਸੀ, ਅਤੇ ਮ੍ਰਿਤਕਾਂ ਦੀ ਯਾਦ ’ਚ ਕਈ ਯਾਦਗਾਰੀ ਸਮਾਗਮ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ।

ਇਸ ਦੁਰਘਟਨਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸ੍ਰੀ ਲੰਕਾ ਰੇਲਵੇ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ’ਚ ਸੁਧਾਰ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤਾਂ ਤੋਂ ਸੁਚੇਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਉਪਾਅ ਅਪਣਾਏ। 2004 ਦੀ ਸ੍ਰੀ ਲੰਕਾ ਰੇਲ ਦੁਰਘਟਨਾ ਸਿਰਫ਼ ’ਚ ਰੇਲ ਹਾਦਸਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਸਗੋਂ ਇਹ ’ਚ ਇੱਕ ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਵੀ ਸੀ। ਉਸ ਘਟਨਾ ਨੇ ਵਿਸ਼ਵ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤਾਂ ਤੋਂ ਸੁਚੇਤ ਕੀਤਾ, ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਸਿਖਾਇਆ ਕਿ ਅਜਿਹੀਆਂ ਆਫ਼ਤਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣਾ ਕਿੰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਭਿਆਨਕ ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤ ਨੇ ਸ੍ਰੀ ਲੰਕਾ ’ਚ ਅਜਿਹਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਸਿਰਜਿਆ ਜੋ ਸਦੀਆਂ ਤਕ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮਨਾਂ ’ਚ ਬਣਿਆ ਰਹੇਗਾ।

ਸੁਨਾਮੀ ਦੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ ਨੇ ਸ੍ਰੀ ਲੰਕਾ ਦੇ ਤੱਟਵਰਤੀ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੁਨਾਮੀ ਦੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ ਇੰਨੀਆਂ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਸਨ ਕਿ ਪੂਰੀ ਰੇਲ ਗੱਡੀ ਸਮੁੰਦਰ ’ਚ ਰੁੜ੍ਹ ਗਈ। ਇਹ ਹਾਦਸਾ ਤੇਲਵੱਟਾ ਨੇੜੇ ਪੇਰਾਲੀਆ ਸਥਿਤ ਦੱਖਣ-ਪੱਛਮੀ ਤੱਟ ਰੇਲਵੇ ਲਾਈਨ ’ਤੇ ਵਾਪਰਿਆ। ਟਰੇਨ ਦੇ ਅੱਠ ਡੱਬੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨੁਕਸਾਨੇ ਗਏ। ਇਸ ਹਾਦਸੇ ’ਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੋਕ ਬੇਘਰ ਹੋ ਗਏ ਅਤੇ ਕਈ ਬੱਚੇ ਅਨਾਥ ਹੋ ਗਏ। ਸੁਨਾਮੀ ਦੀ ਵਿਨਾਸ਼ਕਾਰੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਇਸ ਤੱਥ ਤੋਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੇਲਵੱਟਾ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਲੱਖਾਂ ਲੋਕ ਵੀ ਪਾਣੀ ’ਚ ਡੁੱਬ ਗਏ ਸਨ। ਸੁਨਾਮੀ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘਰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਬਾਹ ਕਰ ਦਿੱਤੇ। ਤਬਾਹੀ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ’ਤੇ ਮਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਇੰਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੀ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਗੁੰਮ ਹੋਏ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਰਿਹਾ ਸੀ।ਮੌਤਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ: ਇਸ ਹਾਦਸੇ ’ਚ 1, 700 ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਇਹ ਇਤਿਹਾਸ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਘਾਤਕ ਰੇਲ ਹਾਦਸਾ ਬਣ ਗਿਆ।ਨੁਕਸਾਨ: ਰੇਲ ਗੱਡੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਬਾਹ ਹੋ ਗਈ ਸੀ ਅਤੇ ਹਰ ਪਾਸੇ ਮਲਬਾ ਪਿਆ ਸੀ। ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਪਿੰਡ ਵੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਬਾਹ ਹੋ ਗਏ।ਬਚਾਅ ਕਾਰਜ: ਭਿਆਨਕ ਹਾਲਾਤ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਸ੍ਰੀ ਲੰਕਾਈ ਫ਼ੌਜ, ਪੁਲੀਸ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਮਿਲ ਕੇ ਰਾਹਤ ਅਤੇ ਬਚਾਅ ਕਾਰਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਪਰ ਭਾਰੀ ਨੁਕਸਾਨ ਅਤੇ ਹੜ੍ਹ ਕਾਰਨ ਬਚਾਅ ਕਾਰਜ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਗਏ।

ਬ੍ਰਿਟੇਨ ’ਚ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਹੋਟਲ ਨੂੰ ਲਾਈ ਅੱਗ

ਬ੍ਰਿਟੇਨ: ਬ੍ਰਿਟੇਨ ’ਚ ਗ਼ੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਪਰਵਾਸੀਆਂ ਦੇ ਦਾਖਲੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਚੱਲ ਰਹੇ ਵਿਰੋਧ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਹੋਟਲ ਦੀ ਇਮਾਰਤ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਇੰਗਲਿਸ਼ ਸ਼ਹਿਰ ਰੋਦਰਹੈਮ ’ਚ ਹੌਲੀਡੇ ਇਨ ਐੱਕਸਪ੍ਰੈੱਸ ਬਿਲਡਿੰਗ ’ਤੇ ਹਮਲਾ ਕੀਤਾ ਜਿੱਥੇ ਪਰਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਠਹਿਰਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਡੇਲੀ ਮੇਲਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਅਨੁਸਾਰ ਦੰਗਾਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਗਾ ਦਿੱਤੀ, ਖਿੜਕੀਆਂ ਤੋੜ ਦਿੱਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪੁਲੀਸ ’ਤੇ ਵਸਤੂਆਂ ਸੁੱਟੀਆਂ।

ਸਥਾਨਕ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ”™ ਦੇ ਕਈ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ’ਚ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੈਨਚੈਸਟਰ, ਲੀਡਜ਼, ਬੈਲਫ਼ੈਸਟ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਸਮੇਤ ਸੈਂਕੜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਿਰੋਧ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੀ। ਇੰਗਲੈਂਡ ਦੇ ਸਾਊਥਪੋਰਟ ’ਚ ਚਾਕੂ ਹਮਲੇ ’ਚ ਤਿੰਨ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਸੀ ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਈ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ’ਚ ਗ਼ੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਪਰਵਾਸੀਆਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਵਿਰੋਧ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਏ। 29 ਜੁਲਾਈ ਨੂੰ ਸਾਊਥਪੋਰਟ ’ਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਇੱਕ ਡੈਂਸ ਕਲੱਬ ’ਚ ਚਾਕੂ ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਹਮਲੇ ’ਚ ਤਿੰਨ ਬੱਚੀਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਸੀ ਅਤੇ ਕਈ ਗੰਭੀਰ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋ ਗਈਆਂ ਸਨ। ਉਸ ਘਟਨਾ ਕਾਰਨ ਪੁਲੀਸ ਨਾਲ ਭਾਰੀ ਵਿਰੋਧ ਅਤੇ ਝੜੱਪਾਂ ਹੋਈਆਂ ਜਦੋਂ ਕਿ ਅਪੁਸ਼ਟ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਨੇ ਸੁਝਾਅ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਚਾਕੂ ਮਾਰਨ ਵਾਲਾ ਪੀੜਤ ਇੱਕ ਸ਼ਰਣਾਰਥੀ ਸੀ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕਾਨੂੰਨ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨੇ ਸੱਜੇ ਪੱਖੀ ਇੰਗਲਿਸ਼ ਡਿਫ਼ੈਂਸ ਲੀਗ ’ਤੇ ਵਿਰੋਧ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਭੜਕਾਉਣ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਇਆ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਕੁਝ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਰਿਪੋਰਟ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਦੰਗਿਆਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਰੂਸ ਸੀ। ਲੰਡਨ ਸਥਿਤ ਰੂਸੀ ਦੂਤਘਰ ਨੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਖ਼ਤੀ ਨਾਲ ਰੱਦ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਦਿਲਜੀਤ ਦੋਸਾਂਝ ਲਈ ਮੰਤਰੀ ਹਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸੱਜਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਫ਼ੌਜ ਨੇ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਸੀ ਰੱਦ

ਵੈਨਕੂਵਰ: ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਤਿਆਰੀ ਬਾਰੇ ਮੰਤਰੀ ਹਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸੱਜਣ ਨੇ ਵੈਨਕੂਵਰ (ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ) 'ਚ ਪੰਜਾਬੀ ਗਾਇਕ ਅਤੇ ਫ਼ਿਲਮ ਅਦਾਕਾਰ ਦਿਲਜੀਤ ਦੋਸਾਂਝ ਦੇ ਸੰਗੀਤਕ ਸ਼ੋਅ 'ਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਲਈ 100 ਫ਼ੌਜੀ ਜਵਾਨ ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਮੰਗੇ ਸਨ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਹ ਮੰਗ ਮੰਨੀ ਨਹੀਂ ਗਈ ਸੀ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਆਰਮਡ ਫ਼ੋਰਸਿਜ਼ ਦੇ ਕਮਾਂਡਰਾਂ ਨੇ ਇਸ ਬੇਨਤੀ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿਤਾ ਸੀ। ਦਰਅਸਲ, ਦੋਸਾਂਝ ਦੇ ਸ਼ੋਅ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਆਈਟਮ ਲਈ ਪਿਛੇ ਖੜ੍ਹੇ ਕਰ ਕੇ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਸੀ, ਇਸ ਲਈ ਮੰਤਰੀ ਸੱਜਣ ਨੇ ਅਜਿਹੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਸੀ।

ਮੰਤਰੀ ਹਰਜੀਤ ਸੱਜਣ ਨੇ ਬੀਤੀ 27 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਆਰਮਡ ਫ਼ੋਰਸਿਜ਼ ਦੇ 100 ਫ਼ੌਜੀ ਮੁਹਈਆ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਸੀ, ਪਰ ਓਦੋਂ ਸਮਾਂ ਵੀ ਥੋੜ੍ਹਾ ਸੀ ਅਤੇ ਫ਼ੌਜੀ ਜਵਾਨ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਕਿਸੇ ਸਮਾਰੋਹ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਹ ਬੇਨਤੀ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਹੁਣ ਇਸ ਖ਼ਬਰ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ।

ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਦਿਲਜੀਤ ਦੋਸਾਂਝ ਦੇ ਇਸ ਸੰਗੀਤਮਈ ਸ਼ੋਅ 'ਚ 54 ਹਜ਼ਾਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਵੱਡੀ ਭੀੜ ਸੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੰਨੀ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਦਰਸ਼ਕ ਦਿਲਜੀਤ ਦੋਸਾਂਝ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਸ਼ੋਅ 'ਚ ਨਹੀਂ ਸਨ ਜੁੜੇ। ਇੰਝ ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵੀ ਇੱਕ ਰਿਕਾਰਡ ਬਣ ਗਿਆ ਸੀ। ਦਿਲਜੀਤ ਦੋਸਾਂਝ ਦਾ ਟੂਰ 28 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ ਸੀ ਅਤੇ 13 ਜੁਲਾਈ ਨੂੰ ਟੋਰੌਂਟੋ ਦੇ ਰੌਜਰਜ਼ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਸਮਾਪਤ ਹੋਇਆ ਸੀ।

ਹਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸੱਜਣ ਨੂੰ 15 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਦਿਲਜੀਤ ਦੋਸਾਂਝ ਦੀ ਮੈਨੇਜਰ ਸੋਨਾਲੀ ਸਿੰਘ ਤੋਂ ਇੱਕ ਪੱਤਰ ਮਿਲਿਆ ਸੀ ਜਿਸ 'ਚ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਿਪਾਹੀਆਂ ਨੂੰ 27 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ 23 ਪਲੇਸ 'ਚ ਦਿਲਜੀਤ ਦੋਸਾਂਝ ਦੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ 'ਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਣ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਸੱਜਣ ਨੇ ਇਹ ਪੱਤਰ ਰੱਖਿਆ ਮੰਤਰੀ ਬਿਲ ਬਲੇਅਰ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਨਾਲ ਭੇਜਿਆ ਸੀ। ਸੱਜਣ ਦੇ ਪ੍ਰੈੱਸ ਸਕੱਤਰ ਅਨੁਸਾਰ, ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਫ਼ੌਜ ਲਈ ਵਿਭਿੰਨ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦੇ ਇੱਕ ਮੌਕੇ ਵਜੋਂ ਦੇਖਿਆ ਸੀ। ਹਰਜੀਤ ਸੱਜਣ ਅਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਸੰਗੀਤ ਸਮਾਰੋਹ 'ਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਏ ਸਨ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਪਣੀਆਂ ਟਿਕਟਾਂ ਖ਼ੁਦ ਖ਼ਰੀਦੀਆਂ ਸਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵੀ ਸਾਰੇ ਖਰਚੇ ਖ਼ੁਦ ਹੀ ਕੀਤੇ ਸਨ। 15 ਜੁਲਾਈ ਨੂੰ ਟੋਰੌਂਟੋ 'ਚ ਹੋਏ ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ 'ਚ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਜਸਟਿਨ ਟਰੂਡੋ ਨੇ ਵੀ ਸ਼ਿਰਕਤ ਕੀਤੀ। ਦਿਲਜੀਤ ਦੋਸਾਂਝ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ 'ਚ ਅਚਾਨਕ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਕੀਤੀ ਸੀ।

ਪੰਨੂ ਹੱਤਿਆ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਅਮਰੀਕਾ ਨੂੰ ਭਾਰਤ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਜਵਾਬਦੇਹੀ ਦੀ ਉਮੀਦ

ਵੈਨਕੂਵਰ: ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਇੱਕ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਅਮਰੀਕੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਇੱਕ ਨਾਗਰਿਕ ਦੀ ਹੱਤਿਆ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਦੇ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਇੱਕ ਭਾਰਤੀ ਸਰਕਾਰੀ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੀ ਕਥਿਤ ਭੂਮਿਕਾ ਦੇ ਸਬੰਧ 'ਚ ਭਾਰਤ ਤੋਂ ਜਵਾਬਦੇਹੀ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ। ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦੇ ਉਪ ਬੁਲਾਰੇ ਵੇਦਾਂਤ ਪਟੇਲ ਨੇ ਆਪਣੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਪ੍ਰੈੱਸ ਕਾਨਫ਼ਰੰਸ 'ਚ ਇਹ ਗੱਲ ਕਹੀ।

ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਨਵੰਬਰ 'ਚ ਅਮਰੀਕੀ ਸੰਘੀ ਵਕੀਲਾਂ ਨੇ ਭਾਰਤੀ ਨਾਗਰਿਕ ਨਿਖਿਲ ਗੁਪਤਾ 'ਤੇ ਇੱਕ ਭਾਰਤੀ ਸਰਕਾਰੀ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਸਿੱਖ ਵੱਖਵਾਦੀ ਗੁਰਪਤਵੰਤ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂ ਦੀ ਹੱਤਿਆ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਇਆ ਸੀ। ਗੁਰਪਤਵੰਤ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂ ਕੋਲ ਅਮਰੀਕੀ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਹੈ। ਗੁਪਤਾ ਨੂੰ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਜੂਨ 'ਚ ਚੈੱਕ ਗਣਰਾਜ 'ਚ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ 14 ਜੂਨ ਨੂੰ ਅਮਰੀਕਾ ਹਵਾਲੇ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਪਟੇਲ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਪਿਛਲੀਆਂ ਗਰਮੀਆਂ 'ਚ ਅਮਰੀਕੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਇੱਕ ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕ ਦੀ ਹੱਤਿਆ ਦੀ ਅਸਫ਼ਲ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ 'ਚ ਇੱਕ ਭਾਰਤੀ ਸਰਕਾਰੀ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਦੇ ਸਬੰਧ 'ਚ ਅਸੀਂ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਜਵਾਬਦੇਹੀ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।" ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਅਸੀਂ ਉੱਚ ਪੱਧਰਾਂ 'ਤੇ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਉਠਾ ਰਹੇ ਹਾਂ।" ਪਟੇਲ ਨੇ ਹਾਲਾਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ 'ਤੇ ਟਿੱਪਣੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਇੱਕ ਵਿਆਹ ਸਮਾਰੋਹ 'ਚ ਇੱਕ ਸਿੱਖ ਵੱਖਵਾਦੀ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਈ ਸੀ। ਪਟੇਲ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਤੁਸੀਂ ਜਿਸ ਖ਼ਬਰ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਹੈ ਉਹ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਕਹਾਂਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਸਬੰਧ 'ਚ ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।"

ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਸੈਟਲ ਹੋਣ ਲਈ ਹੋ ਗਿਆ ਨਵੀਂ ਸਕੀਮ ਦਾ ਐਲਾਨ

ਸਰੀ: ਭਾਰਤੀਆਂ ਲਈ ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਰਹਿਣ ਦਾ ਰਸਤਾ ਆਸਾਨ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਜੋਅ ਬਾਇਡਨ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਸਟਾਰਟਅੱਪ ਐਂਡ ਸਟੇਅ ਤਹਿਤ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਸਕੀਮ ਲੈ ਕੇ ਆਈ ਹੈ। ਇਸ ਸਕੀਮ ਤਹਿਤ ਦੋ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੇ ਨਿਵੇਸ਼ ਵਾਲੇ ਸਟਾਰਟਅੱਪਸ ਨੂੰ ਪੰਜ ਸਾਲ ਤਕ ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਰਹਿਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਉਦਮੀ ਦੀ ਪਤਨੀ ਜਾਂ ਪਤੀ ਅਤੇ ਸਟਾਰਟਅੱਪ ਦੇ ਤਿੰਨ ਹੋਰ ਕਰਮਚਾਰੀ ਵੀ ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਨਾਲ ਰਹਿ ਸਕਣਗੇ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਦਮੀ ਨੂੰ ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਦੋ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦਾ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਇਸ ਲਈ ਭਾਰਤ ਦੇ ਉਦਮੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪੋ-ਆਪਣੇ ਸਟਾਰਟਅੱਪ ਦਾ ਪਲੈਨ ਭੇਜਣਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ 'ਚ ਸਟਾਰਟਅੱਪ ਤੋਂ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮੌਕੇ ਅਤੇ ਨਵੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਨੂੰ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਔਫ਼ ਪਰਪਜ਼ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਨਿਵੇਸ਼ਕ ਦੋ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦਾ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰ ਕੇ ਭਾਰਤ ਤੋਂ ਸਟਾਰਟਅੱਪ ਉਦਮੀਆਂ ਨੂੰ ਸੱਦਾ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਕੀਮ ਦੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਪ੍ਰਬੰਧ ਤਹਿਤ ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਭਾਰਤੀ ਸਟਾਰਟਅੱਪ ਉਦਯੋਗਪਤੀ ਨੂੰ ਸਟਾਰਟਅੱਪ ਲਈ ਅਮਰੀਕੀ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ 88 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੀ ਗ੍ਰਾਂਟ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਅਮਰੀਕਾ ਆ ਕੇ ਪੰਜ ਸਾਲ ਲਈ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਕਤੂਬਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਤੋਂ ਲਗਭਗ 60 ਹਜ਼ਾਰ ਭਾਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਲਾਭ ਮਿਲਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ।

ਅਮਰੀਕਾ ਨੇ ਭਾਰਤੀ ਸਟਾਰਟਅੱਪਸ ਤੋਂ ਸਥਾਨਕ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਦਾ ਟੀਚਾ ਰੱਖਿਆ ਹੈ। ਵਰਤਮਾਨ 'ਚ ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਭਾਰਤੀਆਂ ਦੇ 9,700 ਸਟਾਰਟਅੱਪਸ ਹਨ। ਲਗਭਗ ਦੋ ਲੱਖ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ ਕੁੱਲ ਕੀਮਤ ਵਾਲੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਟਾਰਟਅੱਪਸ ਨੇ ਲਗਭਗ ਦੋ ਲੱਖ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ ਇਸ ਨੂੰ ਪੰਜ ਸਾਲਾਂ 'ਚ ਦੁੱਗਣਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਇਸ ਸਮੇਂ ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਦੀ ਦਰ 4.10% ਹੈ। ਇਹ ਪਿਛਲੇ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਰਿਕਾਰਡ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਹੈ। ਸਥਾਨਕ ਉਦਮੀ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮੌਕੇ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਨਹੀਂ। ਅਮਰੀਕੀ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਰਿਪੋਰਟ 2024 ਅਨੁਸਾਰ ਭਾਰਤੀ ਸਟਾਰਟਅੱਪਸ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮੌਕੇ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਟਾਰਟਅੱਪ ਐਂਡ ਸਟੇਅ ਸਕੀਮ ਤਹਿਤ ਭਾਰਤੀ ਸਟਾਰਟਅੱਪ ਉਦਮੀ ਵੀ ਪੰਜ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਸਟੇਅ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਰੁਜ਼ਗਾਰ 'ਚ ਵਾਧਾ ਦਰਸਾਉਣਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਹੈ ਤਾਂ ਉਦਮੀ ਪੰਜ ਸਾਲ ਦੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਜਾਂ ਗ੍ਰੀਨ ਕਾਰਡ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋਵੇਗਾ। ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ **E-2** ਅਤੇ **EB-5** ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ 'ਚ ਵੀਜ਼ਾ ਲੈਣ ਲਈ 50 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਤਕ ਦੇ ਨਿਵੇਸ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ 35 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਭਾਰਤੀ ਸਟਾਰਟਅੱਪਸ **AI** ਸੈਕਟਰ 'ਚ ਹਨ। ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ **AI** ਸਟਾਰਟਅੱਪਸ ਦੁੱਗਣੇ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। **AI** ਦੀ ਵਿਕਾਸ ਦਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਹੋਰ ਭਾਰਤੀ ਸਟਾਰਟਅੱਪਸ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ **IT**, ਸੌਫ਼ਟਵੇਅਰ, ਫ਼ਾਰਮਾ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ 'ਚ ਹਨ। ਵਰਤਮਾਨ 'ਚ 80 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਭਾਰਤੀ ਸਟਾਰਟਅੱਪਸ ਸਿਲੀਕੌਨ ਵੈਲੀ 'ਚ ਹਨ। ਹੋਰ ਸਟਾਰਟਅੱਪਸ ਸਿਐਟਲ-ਟੈਕਸਸ 'ਚ ਹਨ।

400 ਚਾਈਨੀਜ਼ ਕੰਪਨੀਆਂ 'ਤੇ ਜਲਦ ਬੈਨ ਲਗਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਭਾਰਤ

ਬਰੈਂਪਟਨ: ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਇੱਕ ਵਾਰ ਫ਼ਿਰ ਚੀਨ ਦੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਕੌਰਪੋਰੇਟ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦਾ ਮੰਤਰਾਲਾ ਜਲਦ ਹੀ ਲਗਭਗ 400 ਚੀਨੀ ਕੰਪਨੀਆਂ 'ਤੇ ਐਕਸ਼ਨ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।ਮੰਤਰਾਲੇ ਕੋਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਈ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕੰਪਨੀਆਂ ਔਨਲਾਈਨ ਜੌਬਜ਼ ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਲੋਨਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਫ਼ਰਾਡ ਕਰਨ 'ਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਖ਼ਦਸ਼ਾ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੇ ਦਿੱਲੀ, ਮੁੰਬਈ, ਚੇਨੱਈ, ਬੈਂਗਲੂਰੂ, ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਆਂਧਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਸਮੇਤ 17 ਰਾਜਾਂ 'ਚ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਫ਼ਾਈਨੈਂਸ਼ਲ ਫ਼ਰਾਡ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਬਣਾਇਆ ਹੈ।ਸਰਕਾਰੀ ਸੂਤਰਾਂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਰਿਪੋਰਟ 'ਚ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਕੌਰਪੋਰੇਟ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੇ ਮੰਤਰਾਲਾ ਨੇ ਮੋਬਾਈਲ ਸਕ੍ਰੀਨ ਅਤੇ ਬੈਟਰੀ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਲਗਭਗ 40 ਚੀਨੀ ਕੰਪਨੀਆਂ ਖਿਲਾਫ਼ ਵੀ ਜਾਂਚ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਸੂਤਰਾਂ ਨੇ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਲਗਭਗ 600 ਚੀਨੀ ਕੰਪਨੀਆਂ ਜਾਂਚ ਦੇ ਘੇਰੇ 'ਚ ਆਈਆਂ ਸਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ 300 ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 400 ਕੰਪਨੀਆਂ ਦਾ ਕੰਮਧੰਦਾ ਸ਼ੱਕੀ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਸ 'ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਹੋਣਾ ਲਗਭਗ ਯਕੀਨੀ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਲੋਨ ਐਪ ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਜੌਬਜ਼ ਆਫ਼ਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ।

ਡਿਜੀਟਲ ਲੋਨ ਦੇ ਨਾਂ 'ਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਰਹੀਆਂ ਫ਼ਰਜ਼ੀ ਕੰਪਨੀਆਂ: ਰਿਪੋਰਟ 'ਚ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਡਿਜੀਟਲ ਲੋਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਸਾਲਾਂ 'ਚ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਰਿਜ਼ਰਵ ਬੈਂਕ ਔਫ਼ ਇੰਡੀਆ ਦੀਆਂ ਗਾਈਡਲਾਈਨਜ਼ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਕਈ ਕਸਟਮਰ ਧੋਖਾਦੇਹੀ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਹਨ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲੋਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਮਾਨਸਿਕ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਵੀ ਕਰਨ ਲਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਆਜ ਦਰਾਂ ਵੀ ਕਾਫ਼ੀ ਹਾਈ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ 'ਤੇ ਰੋਕ ਲਾਉਣ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਵਲੋਂ ਇਹ ਜਾਂਚ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਫ਼ਰਜ਼ੀ ਜੌਬ ਔਫ਼ਰਾਂ ਦੇ ਕੇ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਫ਼ਸਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਰਿਪੋਰਟ ਮੁਤਾਬਿਕ ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ ਕਈ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਭਾਰਤੀ ਹਨ, ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੈਂਕ ਐਕਾਊਂਟ ਚੀਨੀ ਹਨ। ਨਾਲ ਹੀ ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਕੋਈ ਟਰਾਂਜ਼ੈਕਸ਼ਨ ਰਿਕਾਰਡ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ। ਕਈ ਮਾਮਲਿਆਂ 'ਚ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਵੀ ਗ਼ਲਤ ਨਿਕਲਿਆ ਹੈ। ਕੁਝ ਕੇਸਾਂ 'ਚ ਇਨਵੈਸਟਮੈਂਟ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਾਂ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਜਦੋਂਕਿ ਕੰਪਨੀ ਕੁਝ ਹੋਰ ਹੀ ਬਿਜ਼ਨੈੱਸ ਕਰਦੀ ਪਾਈ ਗਈ। ਇਸ ਨਾਲ ਫ਼ਾਈਨੈਂਸ਼ੀਅਲ ਫ਼ਰਾਡ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਛੋਟੀਆਂ-ਛੋਟੀਆਂ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਕਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਦੀ ਹੈ ਰਕੁਲਪ੍ਰੀਤ

ਅਦਾਕਾਰਾ ਰਕੁਲ ਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ ਸੈਰ ਕਰਦਿਆਂ 21000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਦਮਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਕੇ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਫਿਟਨੈੱਸ ਮੀਲ ਪੱਥਰ ਹਾਸਲ ਕੀਤਾ। ਰਕੁਲ ਨੇ ਇੰਸਟਾਗ੍ਰਾਮ ਸਟੋਰੀਜ਼ 'ਤੇ ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਆਪਣੀ ਸਮਾਰਟਵਾਚ ਦੀ ਇੱਕ ਤਸਵੀਰ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅਭਿਨੇਤਰੀ ਨੇ 21,573 ਕਦਮ ਚੱਲ ਕੇ ਅਤੇ 15.37 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦੀ ਦੂਰੀ ਤੈਅ ਕੀਤੀ। ਉਸ ਨੇ ਤਸਵੀਰ ਨਾਲ ਕੈਪਸ਼ਨ 'ਚ ਕਿਹਾ 'ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਦਿਨ ਡਾਂਸਿੰਗ ਗਰਲ ਇਮੋਜੀ'' ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕੀਤਾ। ਰਕੁਲ ਨੇ ਦੋ ਅਗਸਤ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਫਿਲਮ ਨਿਰਮਾਤਾ ਪਤੀ ਜੈਕੀ ਭਗਨਾਨੀ ਵੱਲੋਂ ਖਿੱਚੀ ਤਸਵੀਰ 'ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਸਧਾਰਨ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ' ਦੀ ਇੱਕ ਝਲਕ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ। ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਨੂੰ 'ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ' ਫੋਟੋਗ੍ਰਾਫਰ ਵਜੋਂ ਟੈਗ ਕੀਤਾ। ਉਸ ਨੇ ਵਿਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਫੋਟੋਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਕੈਪਸ਼ਨ 'ਚ ਕਿਹਾ, "ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਆਮ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਫੋਟੋਗ੍ਰਾਫਰ ਹੈ, ਜੈਕੀ ਭਗਨਾਨੀ।"

ਮੇਰੇ ਫਿਲਮੀ ਸਫ਼ਰ 'ਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ: ਪ੍ਰਿਯੰਕਾ

ਆਪਣੀ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਅਦਾਕਾਰੀ ਸਦਕਾ ਹੌਲੀਵੁੱਡ ਵਿੱਚ ਨਾਮਣਾ ਖੱਟ ਰਹੀ ਅਦਾਕਾਰਾ ਪ੍ਰਿਯੰਕਾ ਚੋਪੜਾ ਜੋਨਸ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਜਾਣੇ-ਅਣਜਾਣੇ ਉਸ ਦੇ ਇਸ ਫਿਲਮੀ ਸਫ਼ਰ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ। ਉਸ ਨੇ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਐਵਾਰਡ ਸਮਾਗਮਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਨ੍ਰਿਤ ਦੀ ਵੀਡੀਓ ਇੰਸਟਾਗ੍ਰਾਮ 'ਤੇ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਉਸ ਨੇ ਫਿਲਮੀ ਜਗਤ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦਿਨਾਂ ਅਤੇ ਸਟੇਜ 'ਤੇ ਡਾਂਸ ਨਾਲ ਉਸ ਦੇ ਪਿਆਰ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਿਆਂ ਕਿਹਾ,'ਮੈਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਸੀ ਕਿ ਸਟੇਜ ਅਤੇ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਇਸ ਉੱਤੇ ਨੱਚਣਾ ਮੈਨੂੰ ਇੰਨਾ ਪਸੰਦ ਹੋਵੇਗਾ।'

ਤਨੀਸ਼ਾ, ਕਰੀਨਾ ਤੇ ਮਨੀਸ਼ ਮਲਹੋਤਰਾ ਵੱਲੋਂ ਕਾਜੋਲ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿਨ ਦੀ ਵਧਾਈ

ਅਦਾਕਾਰਾ ਕਾਜੋਲ ਦੇ ਜਨਮ ਦਿਨ 'ਤੇ ਅੱਜ ਉਸ ਦੇ ਦੋਸਤਾਂ, ਸਾਥੀਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਕਾਂ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਖਾਸ ਦਿਨ ਦੀ ਵਧਾਈ ਦਿੱਤੀ। ਕਾਜੋਲ ਦੀ ਭੈਣ ਤਨੀਸ਼ਾ ਮੁਖਰਜੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਵੱਡੀ ਭੈਣ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿਨ ਦੀ ਮੁਬਾਰਕ ਦਿੱਤੀ। ਤਨੀਸ਼ਾ ਵੱਲੋਂ ਇੰਸਟਾਗ੍ਰਾਮ 'ਤੇ ਸਾਂਝੀਆਂ ਗਈਆਂ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ 'ਚੋਂ ਇੱਕ ਵਿੱਚ ਕਾਜੋਲ ਅਤੇ ਤਨੀਸ਼ਾ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਜੱਫੀ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਜਦਕਿ ਦੂਜੀ ਵਿੱਚ ਦੋਵੇਂ ਭੈਣਾਂ ਆਪਣੀ ਮਾਤਾ ਨਾਲ ਨਜ਼ਰ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਰੀਲਾਂ ਵਾਲੇ ਕੈਮਰੇ ਤੋਂ ਡਿਜੀਟਲ ਕੈਮਰੇ ਤੱਕ ਸਾਡੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਬਿਹਤਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਗਈਆਂ। ਜਨਮ ਦਿਨ ਮੁਬਾਰਕ। ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਭਰੀ ਰਹੇ। ਢੇਰ ਸਾਰਾ ਪਿਆਰ।" ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਅਦਾਕਾਰਾ ਕਰੀਨਾ ਕਪੂਰ ਖ਼ਾਨ ਨੇ ਵੀ ਕਾਜੋਲ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਇੰਸਟਾਗ੍ਰਾਮ 'ਤੇ ਸਾਂਝੀ ਕਰਦਿਆਂ ਉਸ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿਨ ਦਿਨ ਦੀ ਵਧਾਈ ਦਿੱਤੀ। ਸੋਨਾਲੀ ਬੇਂਦਰੇ ਨੇ ਤਸਵੀਰ ਸਾਂਝੀ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ, "ਕਾਜੋਲ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਸ਼ੁਭਕਾਮਨਾਵਾਂ।" ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਡਿਜ਼ਾਈਨਰ ਮਨੀਸ਼ ਮਲਹੋਤਰਾ ਨੇ ਕਾਜੋਲ ਨੂੰ ਵਧਾਈ ਦਿੰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ, "ਮੇਰੀ ਪਿਆਰੀ ਕਾਜੋਲ, ਜਨਮ ਦਿਨ ਮੁਬਾਰਕ। ਤੁਹਾਡੇ ਵਰਗਾ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਇਕੱਠਿਆਂ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਅਤੇ 1992 ਤੋਂ ਦੋਸਤ ਹਾਂ। ਤੁਸੀਂ ਉਦੋਂ ਤੋਂ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਹੁਤ ਨਿੱਘੇ ਅਤੇ ਪਿਆਰੇ ਸੁਭਾਅ ਦੇ ਹੋ। ਢੇਰ ਸਾਰਾ ਪਿਆਰ।" ਇਸ ਦੇ ਜਵਾਬ ਵਿੱਚ ਕਾਜੋਲ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੀ ਹੋ। ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਧੰਨਵਾਦ।"

ਤਦਬੀਰ ਬਣਾਏ ਤਕਦੀਰ

➢ ਗੁਰਦਾਸ ਸਿੰਘ ਸੇਖੋਂ

ਕਿਸੇ ਮੰਜ਼ਿਲ ਵੱਲ ਵਧਣ ਸਮੇਂ ਅਨੇਕਾਂ ਅਣਸੁਖਾਵੀਆਂ ਅੜਚਨਾਂ ਤੇ ਠੋਕਰਾਂ ਪਿੱਛੇ ਮੁੜਨ ਲਈ ਉਕਸਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਚਿਣਗ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਲਈ ਉਕਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਆਖਿਰ ਹੌਸਲੇ ਤੇ ਦਲੇਰੀ ਦੇ ਖੰਭਾਂ ਦੀ ਪਰਵਾਜ਼ ਸਹਾਰੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧੀ, ਪ੍ਰਸੰਸਾ ਤੇ ਪ੍ਰਗਤੀ ਦੇ ਬੀਜ ਆਪਮੁਹਾਰੇ ਫੁੱਟ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਕਿਸਮਤਵਾਦੀ ਇਨਸਾਨ ਮਿਹਨਤ ਤੋਂ ਕੰਨੀਂ ਕਤਰਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਅਨੇਕਾਂ ਬਹਾਨੇ ਵੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਨਿਕੰਮੇ ਨੇ ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਸ਼ਿਕਵੇ ਕਰਨ ਮੁਕੱਦਰਾਂ 'ਤੇ ਉੱਗਣ ਵਾਲੇ ਤਾਂ ਉੱਗ ਆਉਂਦੇ ਨੇ ਸੀਨੇ ਪਾੜ ਕੇ ਪੱਥਰਾਂ ਦੇ ਭਾਵ ਸਿਰੜੀ ਮਨੁੱਖ ਤਾਂ ਹਰ ਅਸੰਭਵ ਕੰਮ ਨੂੰ ਵੀ ਸੰਭਵ ਬਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਯਤਨ ਕਦੇ ਵਿਅਰਥ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ। ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਨੂੰ ਸਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੇਰ ਤਕ ਨਹੀਂ ਸੌਂਦੇ। ਫਤਹਿ ਉਹੀ ਹਾਸਲ ਕਰਦੇ ਨੇ ਜੋ ਸੂਰਜ ਨੂੰ ਜਗਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਅਸਫਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿੰਨਾਂ ਨੂੰ ਸੂਰਜ ਜਗਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਓਹੀ ਮੋਤੀ ਚੁਗਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸਮੁੰਦਰ ਦੀ ਤਹਿ ਤਕ ਚੁੱਭੀ ਲਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਤਦਬੀਰ ਬਣਾਏ ਤਕਦੀਰ

ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੀ ਤਕਦੀਰ ਨੂੰ ਸੁੰਦਰ ਬਣਾਉਣੀ ਲੋਚਦਾ ਹੈ। ਤਕਦੀਰ ਨੂੰ ਮੁਕੱਦਰ, ਭਾਗ ਜਾਂ ਕਿਸਮਤ ਵੀ ਕਹਿ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਕਦੀਰ ਸੁੱਤੇ ਪੈ ਕੇ, ਵਿਹਲੇ ਰਹਿ ਕੇ ਜਾਂ ਆਲਸੀ ਜੀਵਨ ਜਿਉਂ ਕੇ ਨਹੀਂ ਬਣਦੀ। ਇਸਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤਦਬੀਰ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤਦਬੀਰ ਤੋਂ ਭਾਵ ਹੈ ਯਤਨ, ਕੋਸ਼ਿਸ਼, ਉਪਰਾਲਾ, ਜੁਗਤ ਜਾਂ ਯੋਜਨਾ। ਦੂਜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਮਿਹਨਤ-ਮੁਸ਼ੱਕਤ ਨੂੰ ਜੁਗਤ ਤੇ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਵਿਧੀ ਨਾਲ ਨੇਪਰੇ ਚਾੜ੍ਹਨਾ ਹੀ ਤਦਬੀਰ ਰਾਹੀਂ ਤਕਦੀਰ ਨੂੰ ਸਰ ਕਰਨਾ ਕਹਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਤਦਬੀਰ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਜਾਦੂਈ ਛੜੀ ਨਹੀਂ ਜਿਸ ਦੇ ਸਹਾਰੇ ਮਨੁੱਖ ਮਨਚਾਹੀਆਂ ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਪਾ ਸਕੇ। ਇਹ ਤਦਬੀਰ ਹੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਸਹਾਰੇ ਤਕਦੀਰ ਅੰਬਰੀਂ ਉਡਾਰੀਆਂ ਮਾਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਚਾਣਕਿਆ ਅਨੁਸਾਰ 'ਤਕਦੀਰ ਵੀ ਉਸ ਦਾ ਸਾਥ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਹਰ ਸੰਕਟ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਵੀ ਆਪਣੇ ਉਦੇਸ਼ ਪ੍ਰਤੀ ਦ੍ਰਿੜ ਰਹੇ।'

ਕਈ ਵਿਹਲੜ ਤੇ ਕੰਮਚੋਰ ਇਨਸਾਨ ਤਦਬੀਰ ਦੇ ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਤਕਦੀਰ ਚਮਕਾਉਣਾ ਲੋਚਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਬਿਨਾਂ ਹਿੰਗ-ਫਟਕੜੀ ਤੋਂ ਹੀ ਚੋਖੇ ਰੰਗ ਉੱਘੜਨ ਦੇ ਸਬਜ਼ਬਾਗ ਪਾਲਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ ਕਿ ਅੰਬਾਨੀ-ਅਡਾਨੀ, ਟਾਟਾ-ਬਿਰਲਾ, ਮਿਲਖਾ-ਮੇਰੀ ਕੌਮ, ਕਲਿੰਟਨ-ਕਲਾਮ, ਸ਼ਾਹਰੁਖ਼-ਸਲਮਾਨ, ਐਡੀਸਨ-ਆਈਨਸਟਾਈਨ, ਧੋਨੀ-ਤੇਂਦੁਲਕਰ, ਪਿਕਾਸੋ-ਪਟੇਲ ਵਰਗੇ ਕਾਮਯਾਬ ਇਨਸਾਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ੋਹਰਤ ਪਿੱਛੇ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਬੱਧੀ ਮਿਹਨਤ ਹੈ। ਤਕਦੀਰ ਨੂੰ ਚਮਕਾਉਣ ਲਈ ਬੁਲੰਦ ਹੌਸਲੇ ਅਤੇ ਦ੍ਰਿੜ ਇਰਾਦਿਆਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਅਜਾਈਂ ਗੁਆਉਣ ਦੀ ਥਾਂ ਹਰ ਪਲ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਰਚਨਾਤਮਕ ਕੰਮ ਵਿਚ ਲਗਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹੱਥ 'ਤੇ ਹੱਥ ਧਰ ਕੇ ਬੈਠਣ ਨਾਲ ਕੁਝ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਉੱਦਮ ਸੰਗ ਹੀ ਖਾਲੀ ਹੱਥ ਭਰੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਵਿਹਲੇ ਬੈਠ ਕੇ ਮੱਖੀਆਂ ਮਾਰਨ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਵਿਚ ਨਿੱਤਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸੋ ਜਿੱਤ ਦਾ ਇਕੋ-ਇਕ ਮੰਤਰ ਤਦਬੀਰ ਹੀ ਹੈ।

ਸਫਲਤਾ ਰੂਪੀ ਜਿੰਦੇ ਦੀ ਚਾਬੀ ਤਦਬੀਰ ਹੀ ਹੈ। ਸਫਲਤਾ ਦਾ ਦੂਜਾ ਨਾਂ ਯਤਨ ਜਾਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਹੈ। ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਹੈ, ਪਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਹਰ ਯਤਨ ਸਫਲਤਾ 'ਚ ਬਦਲੇ। ਸਫਲਤਾ ਨੂੰ ਗਲਵੱਕੜੀ ਪਾਉਣ ਲਈ ਹਰ ਮੌਕੇ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰਤਾ, ਵਿਵੇਕਸ਼ੀਲਤਾ ਤੇ ਚੇਤੰਨਤਾ ਨਾਲ ਸੰਭਾਲਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਬੂਹੇ ਅੱਗੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਅਸਫਲਤਾ ਦਸਤਕ ਦੇਵੇਗੀ। ਹਰੇਕ ਸਫਲਤਾ ਦੇ ਪਿਛੋਕੜ 'ਚ ਵੀ ਕਈ ਅਸਫਲਤਾਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਸਬਕ ਲੈ ਕੇ ਤੇ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਹਾਲਾਤ ਨਾਲ ਜੂਝ ਕੇ ਮੈਦਾਨ-ਏ-ਸੰਘਰਸ਼ ਫਤਹਿ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਇਹ ਕਾਵਿ-ਸਤਰਾਂ ਢੁਕਦੀਆਂ ਹਨ:

ਨਿਕੰਮੇ ਨੇ ਉਹ ਲੋਕ
ਜੋ ਸ਼ਿਕਵੇ ਕਰਨ ਮੁਕੱਦਰਾਂ 'ਤੇ
ਉੱਗਣ ਵਾਲੇ ਤਾਂ ਉੱਗ ਆਉਂਦੇ ਨੇ
ਸੀਨੇ ਪਾੜ ਕੇ ਪੱਥਰਾਂ ਦੇ

ਭਾਵ ਸਿਰੜੀ ਮਨੁੱਖ ਤਾਂ ਹਰ ਅਸੰਭਵ ਕੰਮ ਨੂੰ ਵੀ ਸੰਭਵ ਬਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਕਲਾਮ ਅਨੁਸਾਰ 'ਮੀਂਹ ਵਿਚ ਸਭ ਪੰਛੀ ਕਿਤੇ ਪਨਾਹ ਲੈ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਬਾਜ਼ ਬੱਦਲਾਂ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਡ ਕੇ ਉਡਾਰੀ ਭਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।' ਇਸ ਲਈ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਉਦੇਸ਼ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਯਤਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਹੋਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਇਹ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਮੰਜ਼ਿਲ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਕ ਸਿੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਯਤਨ ਕਦੇ ਵਿਅਰਥ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ। ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਨੂੰ ਸਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੇਰ ਤਕ ਨਹੀਂ ਸੌਂਦੇ। ਫਤਹਿ ਉਹੀ ਹਾਸਲ ਕਰਦੇ ਨੇ ਜੋ ਸੂਰਜ ਨੂੰ ਜਗਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਅਸਫਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿੰਨਾਂ ਨੂੰ ਸੂਰਜ ਜਗਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਓਹੀ ਮੋਤੀ ਚੁਗਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸਮੁੰਦਰ ਦੀ ਤਹਿ ਤਕ ਚੁੱਭੀ ਲਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਤਕਦੀਰ ਨੂੰ ਸੁਨਹਿਰੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਦੀ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ। ਕੁਦਰਤ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੇ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਦੀ ਹੋਰ ਕਿਹੜੀ ਮਿਸਾਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸੂਰਜ,ਚੰਦ,ਤਾਰੇ,ਧਰਤੀ ਆਦਿ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ 'ਚ ਬੱਝ ਕੇ ਹੀ ਖਰਬਾਂ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੇ ਪਾਸਾਰੇ ਦੀ ਅਦੁੱਤੀ ਤੇ ਅਲੌਕਿਕ ਸਿਰਜਣਾ 'ਚ ਯੋਗਦਾਨ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਕਰਨਾ ਅਸੰਭਵ ਹੈ। ਅਨੁਸ਼ਾਸਿਤ ਤਦਬੀਰ ਰਾਹੀਂ ਅਜਿੱਤ ਤਕਦੀਰ ਬਣਾਉਣ ਦੀਆਂ ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਬਹੁਤ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਅਸਾਂਵੇਂ ,ਅਸਹਿ ਤੇ ਗੁਰਬਤ ਭਰੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸਰ ਕਰਦਿਆਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਸ਼ਾਹ-ਅਸਵਾਰ ਬਣ ਕੇ ਆਪਣੀ ਸਫਲਤਾ ਦੀ ਸੁਨਹਿਰੀ ਇਬਾਰਤ ਲਿਖ ਦਿੱਤੀ।

ਕਿਸਮਤ 'ਤੇ ਉਹੀ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਉੱਦਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸੇ ਲਈ ਬੇਹਿੰਮਤੇ ਤੇ ਆਲਸੀ ਇਨਸਾਨ ਕਿਸਮਤ ਦੇ ਚਮਕਣ ਦੀ ਘਰ ਬੈਠਿਆਂ ਹੀ ਉਡੀਕ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸਫਲਤਾ ਦੀਆਂ ਬੁਲੰਦੀਆਂ ਨੂੰ ਛੋਹ ਚੁੱਕੇ ਇਨਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸਮਤ ਦੇ ਧਨੀ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਸ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਪਿੱਛੇ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਬੱਧੀ ਕੀਤੀ ਘਾਲਣਾ ਨੂੰ ਦਰਕਿਨਾਰ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਹਾਲਾਂਕਿ ਹਕੀਕਤ ਵਿਚ ਸਿਰੜ, ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਮਿਹਨਤ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਸਮਾਨ 'ਤੇ ਟਾਕੀਆਂ ਲਾਉਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਮੰਜ਼ਿਲ ਵੱਲ ਵਧਣ ਸਮੇਂ ਅਨੇਕਾਂ ਅਣਸੁਖਾਵੀਆਂ ਅੜਚਨਾਂ ਤੇ ਠੋਕਰਾਂ ਪਿੱਛੇ ਮੁੜਨ ਲਈ ਉਕਸਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਚਿਣਗ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਲਈ ਉਕਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਆਖਿਰ ਹੌਸਲੇ ਤੇ ਦਲੇਰੀ ਦੇ ਖੰਭਾਂ ਦੀ ਪਰਵਾਜ਼ ਸਹਾਰੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧੀ, ਪ੍ਰਸੰਸਾ ਤੇ ਪ੍ਰਗਤੀ ਦੇ ਬੀਜ ਆਪਮੁਹਾਰੇ ਫੁੱਟ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਕਿਸਮਤਵਾਦੀ ਇਨਸਾਨ ਮਿਹਨਤ ਤੋਂ ਕੰਨੀਂ ਕਤਰਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਅਨੇਕਾਂ ਬਹਾਨੇ ਵੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਬਹਾਨੇ ਹੀ ਅਸਫਲਤਾ ਦੀ ਪੌੜੀ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਮੇਖਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਮਿਹਨਤ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਜਮ, ਸੰਕੋਚ ਤੇ ਸੰਕੀਰਣਤਾ ਦਾ ਰਵੱਈਆ ਅਪਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਵਿਹਲੜ ਤੇ ਬਹਾਨੇਬਾਜ਼ ਨਿੱਤ ਡੰਡੇ ਵਜਾਉਂਦੇ ਤਾਂ ਫਿਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਆਪਣੀ ਸੋਹਲ ਕਾਇਆ ਨੂੰ ਰੱਤੀ ਭਰ ਵੀ ਹਿੰਮਤ ਦੀ ਚਾਸ਼ਨੀ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਡੁਬੋਂਦੇ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਨਾਕਾਮਯਾਬੀ ਦਾ ਭਾਂਡਾ ਮਾੜੀ ਕਿਸਮਤ 'ਤੇ ਭੰਨਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂਕਿ ਜੁਝਾਰੂ ਲੋਕ ਤੁਫਾਨਾਂ ਦੀ ਹਿੱਕ 'ਤੇ ਦੀਵਾ ਬਾਲ ਛੱਡਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਿਰੜੀ ਹਲ ਦੀ ਨੋਕ ਬੰਜਰ ਜ਼ਮੀਨ ਨੂੰ ਵੀ ਜ਼ਰਖ਼ੇਜ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਰੇਗਿਸਤਾਨ 'ਚ ਵੀ ਪਾਣੀ ਦੇ ਚਸ਼ਮੇ ਫੁੱਟਣ ਲਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਪਰਬਤਾਂ ਨੂੰ ਚੀਰ ਕੇ ਸ਼ਾਹ-ਮਾਰਗ ਬਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਿੱਗਜ਼ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਲਈ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਤਪੱਸਿਆ, ਤਸੱਵਰ ਤੇ ਤਹੱਈਆ ਭਰਪੂਰ ਤਾਸੀਰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਹੌਸਲੇ ਪਸਤ ਹੋਣ ਦਾ ਤੌਖਲਾ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਹੁਨਰ, ਹਿੰਮਤ ਤੇ ਹਿਰਸ ਰਾਹੀਂ ਤਕਦੀਰ ਦੀ ਨੀਂਹ ਉਸਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹੁਨਰ ਹਰੇਕ ਇਨਸਾਨ 'ਚ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਕੋਈ ਇਸਨੂੰ ਪਛਾਣਦਾ, ਪਰਖਦਾ ਤੇ ਤਰਾਸ਼ਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੋਈ ਆਪਣੀ ਹੀ ਕਸਤੂਰੀ ਦੀ ਮਹਿਕ ਤੋਂ ਅਣਜਾਣ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਤਦਬੀਰਵਾਦੀਆਂ ਦੇ ਹੁਨਰ ਦੀ ਫ਼ਸਲ ਪੱਕ ਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਭਰ ਹੁਲਾਸ ਦੇ ਅੰਬਾਰ ਲਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਬਚਪਨ ਸਮੇਂ ਲਏ ਸੁਪਨੇ-ਸੱਧਰਾਂ ਹੁਨਰ-ਹਿੰਮਤ ਸਹਾਰੇ ਹਕੀਕਤ ਦਾ ਜਾਮਾ ਪਹਿਨ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਫਤਹਿ ਦਾ ਅਟੁੱਟ ਸਬੰਧ ਤਾਂ ਹਿੰਮਤ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹਾਸ਼ਮ ਲਿਖਦਾ ਹੈ:

ਹਾਸ਼ਮ ਫਤਹਿ ਨਸੀਬ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਹਿੰਮਤ ਯਾਰ ਬਣਾਈ।

ਯਕੀਨ, ਯਤਨ ਤੇ ਯੋਜਨਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮੱਛੀ ਦੀ ਅੱਖ ਨੂੰ ਫੁੰਡਣਾ ਨਾ-ਮੁਮਕਿਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਯਕੀਨ ਦੇ ਬਲਬੂਤੇ 'ਤੇ ਹੀ ਯਤਨਾਂ ਦਾ ਆਰੰਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਯਤਨ ਹੀ ਮੁਤਾਸਰ ਪਲਾਂ ਦਾ ਹਾਸਲ ਬਣਦੇ ਹਨ ਤੇ ਗ਼ੈਰ-ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਯਤਨ ਰਸ਼ਕ ਦੇ ਸਿਰਜਕ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਸੋ ਆਓ, ਸੁਨਹਿਰੀ ਤਕਦੀਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਲਾਵੇ 'ਚ ਲੈਣ ਲਈ ਅੱਜ ਤੋਂ ਹੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਵਾਂਗ ਤੁਰਨ ਦਾ ਅਹਿਦ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਜੋ ਸਾਡੀ ਤਦਬੀਰ ਦੇ ਸੰਦਲੀ ਨਕਸ਼ਾਂ ਦੀ ਛਾਪ 'ਚੋਂ ਸੰਕਲਪ, ਸੁਹਿਰਦਤਾ ਤੇ ਸੁਨਿਸ਼ਚਤਾ ਦਾ ਬਿੰਬ ਉੱਭਰੇ।

➤ ਕਰਨੈਲ ਸਿੰਘ ਸੋਮਲ

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਸੁਹਾਵਣੇ ਪਲਾਂ ਨੂੰ ਮਾਣੋ

ਘਰ ਵਿਚ ਆਏ-ਗਏ ਲਈ ਰੱਖਿਆ ਕਮਰਾ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਬੈਠਕ ਆਖ ਲਵੇ ਜਾਂ ਡਰਾਇੰਗ ਰੂਮ, ਉਚੇਚ ਨਾਲ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰਾ ਤੇ ਸੋਹਣਾ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਪੇਂਟਿੰਗ, ਪਿਆਰੀ ਫੋਟੋ ਆਦਿ ਫਰੇਮ ਕਰਾ ਕੇ ਟੰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਘਰ ਆਏ ਮਹਿਮਾਨ 'ਤੇ ਤਾਂ ਇਸ ਸਜ-ਧਜ ਦਾ ਚੰਗਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਣਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਘਰ ਦਾ ਕੋਈ ਜੀਅ ਵੀ ਉਸ ਥਾਂ 'ਤੇ ਘੁੰਮੇ-ਫਿਰੇ ਉਸ ਦਾ ਚਿਤ ਖੇੜੇ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪਿੱਛੇ ਜਿਹੇ ਇਕ ਉੱਚੀ ਸੋਚ ਵਾਲੇ ਸੱਜਣ ਦਾ ਬੜਾ ਸੋਹਣਾ ਸੁਝਾਅ ਪੜ੍ਹਨ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ। ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਆਪਣੀ ਲੰਘ ਚੁੱਕੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਚੇਤੇ ਵਿਚ ਵੱਸੇ ਚਿੱਤਰਾਂ ਵਿਚੋਂ ਪਿਆਰੇ ਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਜਗਾਉਂਦੇ ਚਿੱਤਰਾਂ ਦੀ ਮਨ ਵਿਚ ਇਕ ਲੜੀ ਬਣਾ ਲਈ ਜਾਵੇ। ਫਿਰ ਜਦੋਂ ਕਦੇ ਜੀਅ ਨਾ ਲੱਗਦਾ ਹੋਵੇ, ਮਨ ਵਿਚ ਉਦਾਸੀ ਦੀ ਉੱਲੀ ਲੱਗਦੀ ਜਾਪੇ ਤਾਂ ਚੁਣੇ ਚਿੱਤਰਾਂ ਦੀ ਇਹ ਫਿਲਮ ਮਨ ਦੇ ਪਰਦੇ 'ਤੇ ਵੇਖ ਲਈ ਜਾਵੇ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਬੀਤ ਗਏ ਵਿਚ ਮੂੰਹ ਲੁਕਾਉਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਲੰਘ ਗਏ ਵਕਤ ਵਿਚੋਂ ਹਾਂ-ਵਾਚੀ ਪਲਾਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਗ਼ੌਰ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਵੱਡੀ ਸਵੇਰੇ ਅਸਮਾਨ ਵੱਲ ਝਾਤ ਮਾਰੀਏ ਤਾਂ ਕੋਈ ਤਾਰਾ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਫਿਰ ਜਦੋਂ ਗਹੁ ਨਾਲ ਵੇਖੀ ਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਟਾਂਵਾਂ-ਟਾਂਵਾਂ ਤਾਰਾ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ, ਫਿਰ ਹਰ ਪਾਸੇ ਤਾਰੇ ਵਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਖ਼ੈਰ ਤਾਰੇ ਦਿਨ ਵਿਚ ਵੀ ਉੱਥੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਸੂਰਜ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਵਿਚ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣੋਂ ਹਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਟਹਿਕਵੇਂ ਪਲ ਬਹੁਤ ਆਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਆਉਂਦੇ ਵੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਭਦੇ ਨਹੀਂ। ਹਾਂ, ਸਾਨੂੰ ਜਸ਼ਨੀ ਤਰਜ਼ ਦੇ ਕੁਝ ਮੌਕਿਆਂ 'ਤੇ ਹੀ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਖ਼ਾਸ ਸਮਝੇ ਜਾਂਦੇ ਪਲਾਂ ਨੂੰ 'ਕਲਿੱਕ' ਕਰਨ ਦੀ ਸੁੱਝਦੀ ਹੈ। ਉਂਜ, ਸੋਹਣੇ ਪਲ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਸਾਲ-ਛਿਮਾਹੀ ਨਹੀਂ ਨਿੱਤ ਹੀ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਅਹਿਸਾਸ ਜਾਗਣ ਦੀ ਹੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਇਸ ਨੁਕਤੇ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦਿਆਂ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਖ਼ੁਦ ਆਪਣੇ ਬੀਤੇ 'ਤੇ ਝਾਤੀ ਮਾਰੀ ਤਾਂ ਨਜ਼ਾਰਾ ਹੋਰ ਦਾ ਹੋਰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਇਆ। ਪਹਿਲਾਂ ਉਦਾਸੀ ਦੇ ਆਲਮ ਵਿਚ ਜਾਪਦਾ ਜਿਵੇਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੁੱਖਾਂ-ਸੰਤਾਪਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੁਝ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਫਿਰ, ਜਦੋਂ ਉਸੇ ਬੀਤੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚੋਂ ਸੁਹਾਵਣੇ ਪਲ ਲੱਭਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਤਾਂ ਜਾਪਿਆ ਕਾਲਖ ਇੰਨੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਸਿਹਾਈ ਛਾਣਦਿਆਂ ਮੇਰੇ ਆਪਣੇ ਹੀ ਹੱਥ-ਪੈਰ ਕਾਲਖ ਨਾਲ ਭਰ ਗਏ ਸਨ। ਇਹ ਮੈਲ ਉਹ ਸੀ ਜਿਹੜੀ ਧੋਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਸੀ। ਚੰਗੀਆਂ ਘੜੀਆਂ ਟਟੋਲਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀਆਂ ਤਾਂ ਇੰਨੀਆਂ ਲੱਭੀਆਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਚੰਦਰੀਆਂ ਘੜੀਆਂ ਮਾਂਦ ਪੈ ਗਈਆਂ।

ਬਚਪਨ ਦੀਆਂ ਖੇਡਾਂ, ਬੇਪਰਵਾਹੀ ਵਿਚ ਦੌੜਦੇ ਫਿਰਨਾ; ਪੰਛੀਆਂ, ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੇ ਕੀਟ-ਪਤੰਗਿਆਂ ਦੇ ਰੰਗ-ਰੂਪ, ਦਿਲਕਸ਼ ਮੁਦਰਾਵਾਂ, ਬਨਸਪਤੀ ਦੀਆਂ ਕਲੋਲਾਂ, ਵੱਢਾਂ ਦਾ ਵਾਹਿਆ ਜਾਣਾ, ਵਾਹੇ-ਸੰਵਾਰੇ ਖੇਤਾਂ ਦੀ ਸ਼ੱਕਰ ਵਰਗੀ ਮਿੱਟੀ, ਫ਼ਸਲਾਂ ਦੇ ਬੀਜ ਦਾਣਾ-ਦਾਣਾ ਕਰਕੇ ਬੀਜੇ ਜਾਣੇ, ਫਿਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜੰਮਣਾ ਤੇ ਵਧਣਾ-ਫੁਲਣਾ, ਦੂਰ ਤੀਕ ਭਰਵੀਆਂ ਫ਼ਸਲਾਂ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼, ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਹਰ ਛਿਣ ਬਦਲਦੇ ਰੰਗ, ਹਰਟਾਂ ਦਾ ਵਗਣਾ, ਪਾਣੀ ਭਰ-ਭਰ ਟਿੰਡਾਂ ਦਾ ਖੂਹ ਵਿਚੋਂ ਆਉਣਾ, ਪਾੜਛੇ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਪਈ ਜਾਣਾ, ਨਿਸਾਰ ਤੇ ਔਲੂ ਵਿਚੋਂ ਹੋ ਕੇ ਖਾਲ਼ ਵਿਚ ਤੁਰਦੇ ਜਾਣਾ ਤੇ ਫਿਰ ਕਿਆਰੇ ਭਰੀ ਜਾਣੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਕ-ਇਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਨਹੀਂ ਅਨੇਕਾਂ ਦ੍ਰਿਸ਼। ਮੈਨੂੰ ਜਾਪਿਆ ਕਿ ਘਰ ਦੀਆਂ ਤੰਗੀਆਂ-ਤੁਰਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਜੀਵਨ ਰਾਂਗਲਾ ਬੜਾ ਸੀ। ਬਚਪਨ ਵਿਚ ਹੀ ਕਿਉਂ, ਹੁਣ ਬੁਢਾਪੇ ਤਕ ਜੀਵਨ ਦਾ ਹਰ ਪੜਾਅ ਮੌਜਾਂ ਵਾਲਾ ਰਿਹਾ। ਦੁੱਖ-ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਰਹੇ, ਪਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਕਸ਼ਿਸ਼ ਕਦੇ ਵੀ ਫਿੱਕੀ ਨਹੀਂ ਪਈ। ਜਮ੍ਹਾਂ-ਜੋੜ ਕਰਦਿਆਂ ਕੁੱਲ ਲੇਖਾ ਤਸੱਲੀ ਵਾਲਾ ਰਿਹਾ। ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਸੁਪਨਾ ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਬਚਪਨ ਵਿਚ ਹੀ ਕਿਉਂ, ਹੁਣ ਬੁਢਾਪੇ ਤਕ ਜੀਵਨ ਦਾ ਹਰ ਪੜਾਅ ਮੌਜਾਂ ਵਾਲਾ ਰਿਹਾ। ਦੁੱਖ-ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਰਹੇ, ਪਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਕਸ਼ਿਸ਼ ਕਦੇ ਵੀ ਫਿੱਕੀ ਨਹੀਂ ਪਈ। ਜਮ੍ਹਾਂ-ਜੋੜ ਕਰਦਿਆਂ ਕੁੱਲ ਲੇਖਾ ਤਸੱਲੀ ਵਾਲਾ ਰਿਹਾ। ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਸੁਪਨਾ ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਹਰ ਕੋਈ ਚੰਗੇਰੇ ਜੀਵਨ ਲਈ ਉੱਦਮ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਔਖੇ ਵੇਲੇ ਵੀ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿਚ ਬਲ ਭਰਨ ਲਈ ਮਨੁੱਖ ਕਿਹੜੀਆਂ ਯਾਦਾਂ ਦਾ ਪੱਲਾ ਫੜੇ ? ਇਕ ਤਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਖ਼ਿਆਲ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ-ਪੰਧ ਵਿਚ ਮਿਹਨਤ ਕਿੰਨੀ ਕੀਤੀ, ਹਿੰਮਤ ਕਿੰਨੀ ਵਿਖਾਈ, ਔਖਿਆਈਆਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਤਕੜੇ ਹੋ ਕੇ ਝੱਲਿਆ ਤੇ ਫਿਰ ਤਕੜੇ ਹੋ ਕੇ ਅੱਗੇ ਵਧਿਆ। ਦੂਜਾ, ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਜੋ ਸੁਖਾਵਾਂ ਮਿਲਿਆ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਚੇਤੇ ਕਰਨਾ। ਉਂਜ ਜੀਵਨ ਦੀ ਦਾਤ ਮਿਲਣਾ ਹੀ ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਕਲਮਕਾਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਬਰਕਤਾਂ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਕਰਦੇ ਵੀ ਹਨ। ਨਿੱਕੀਆਂ-ਨਿੱਕੀਆਂ ਗੱਲਾਂ, ਪਰ ਮਾਅਨਿਆਂ ਵਿਚ ਵੱਡੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਬਿਰਖਾਂ ਦੀਆਂ ਠੰਢੀਆਂ ਛਾਵਾਂ, ਸੀਤਲ ਜਲ, ਸਰਦੀਆਂ ਵਿਚ ਚੁੱਲ੍ਹੇ ਦੇ ਨੇੜੇ ਨਿੱਘ ਵਿਚ ਬੈਠਣ ਦਾ ਆਨੰਦ, ਕੋਸੀ ਕੋਸੀ ਧੁੱਪ ਵਿਚ ਬੈਠਣਾ ਜਾਂ ਖਲੋਣਾ, ਆਪਣੇ ਸੰਗੀਆਂ-ਸਾਥੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਨਿੱਕੀ-ਨਿੱਕੀ ਗੱਲ 'ਤੇ ਰੱਜ ਕੇ ਹੱਸਣਾ, ਇੰਨਾ ਕਿ ਢਿੱਡ ਦੁਖਣ ਲੱਗ ਜਾਣੇ। ਛੋਟੀ ਉਮਰੇ ਤਾਂ ਹਸਦਿਆਂ 'ਲੋਟ ਪੋਟ ਹੋ ਜਾਣ' ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ। ਧਨ-ਦੌਲਤ ਦਾ ਹੋਣਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਜੋ ਅਮੁੱਲ ਹੈ ਉਹ ਮੁਫ਼ਤੋ-ਮੁਫ਼ਤੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਦੇਸ਼-ਵੰਡ ਦੇ '47 ਦੇ ਚੰਦਰੇ ਦਿਨੀਂ ਕਿੰਨੇ ਹੀ ਚੰਗੇ ਬੰਦੇ ਵੀ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਹਿਜਰਤ ਕਰ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਉਣ ਤੇ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਅਜ਼ਮਤ ਦੀ ਰਾਖੀ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਵਾਹ ਲਾਈ। ਲੁੱਟ-ਪੁੱਟੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਵੱਸਣ ਲਈ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕੀਤਾ। ਜੀਵਨ ਦੀ ਤਾਕਤ ਵੇਖੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਰੁੱਖਾਂ 'ਤੇ ਕੁਹਾੜੇ ਚੱਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਟੁੰਡ ਵੀ ਰੁੱਤ ਆਈ 'ਤੇ ਫੁੱਟਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਔਖੇ ਸਮੇਂ ਕੌਮਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਇਨਸਾਨਾਂ 'ਤੇ ਵੀ, ਸਭ ਕਾਸੇ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਕੁਝ ਨਾ ਕੁਝ ਚੰਗਾ ਵਾਪਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਆਸ ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਮੁੜ ਬਲ ਭਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇੰਜ ਹੀ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸੁਹਾਵਣੇ ਪਲਾਂ ਦੀ ਫਿਲਮ। ਹਰੇਕ ਇਸ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਰੰਗ ਭਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਔਖਿਆਈਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਅਡੋਲ ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਜੁਗਤਾਂ ਤੇ ਜੁਗਾੜ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਛੋਟੀ ਲਿਖਤ ਦਾ ਇਸ਼ਾਰਾ ਵੀ ਉਸੇ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਕਰਤਾਰੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਮਾਲਕ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਹੋਰ ਅਨੇਕਾਂ ਸੋਚਾਂ ਸੁੱਝ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਫੁਰਨੇ ਫੁਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜਿਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਤਸੱਵਰ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਦਿਨੋ-ਦਿਨ ਪਰਿਵਾਰਕ ਢਾਂਚੇ ਟੁੱਟਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਮੋਹ ਮੁਹੱਬਤ ਨਹੀਂ ਰਹੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਮੋਬਾਈਲ ਤੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਤਕਰਾਰ ਹੈ।

✪ ਡਾ. ਸੰਤੋਖ ਸਿੰਘ ਸੁੱਖੀ

ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ

ਪਰਿਵਰਤਨ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਸਿਧਾਂਤ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਸਥਿਰਤਾ ਨੂੰ ਸਹੀ ਸਾਬਤ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਚਾਹੁਣਾ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਪਰਿਵਰਤਨ ਭੌਤਿਕਤਾ ਵਿਚੋਂ ਹੁੰਦੇ ਹੋਏ ਮਾਨਸਿਕ ਵਰਤਾਰਿਆਂ ਵਿਚ ਜਾਂਦੇ ਦਵੰਦਤਾਮਕਤਾ ਰਾਹੀਂ ਗਤੀ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਿਛਲੇ ਸਮਿਆਂ ਵਿਚ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਭੌਤਿਕ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਾਪਰੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਵਿਚ ਵੀ ਹਲਚਲ ਵਧੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਹੋਇਆ ਮਨੋਵਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਉਹ ਬਣਾਉਟੀ ਸੰਦਾਂ ਸਾਧਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਧਨ ਉਸ ਨੂੰ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਕੂਨ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ, ਪਰ ਅਸਲ ਵਿਚ ਉਸ ਦੇ ਸਕੂਨ ਨੂੰ ਖੋਹ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਧਨਾਂ ਵਿਚ ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ, ਮੋਬਾਈਲ, ਕੰਪਿਊਟਰ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਧਨਾਂ ਦਾ ਸਮਾਜਿਕ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਦਖਲ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਰਾਹੀਂ ਵੱਖਰੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਫੇਸਬੁੱਕ, ਵਟਸਐਪ, ਇੰਸਟਾਗ੍ਰਾਮ, ਹਾਈਕ ਆਦਿ ਕਿੰਨੀਆਂ ਹੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨਜ਼ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਧੀਨ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ। ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਹਰ ਕੋਨੇ 'ਤੇ ਹਰ ਕੋਈ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਦੁੱਖ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਰਫ਼ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤਕ ਸੀਮਤ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਗਿਆਨ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਅਨੁਭਵ/ਕਰਮ ਸ਼ਾਮਿਲ ਨਹੀਂ। ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਦਿਖਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੂਜਾ ਵਿਅਕਤੀ ਇਸ ਨੂੰ ਦੇਖ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਭਾਵ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਕੁਝ ਹੱਦ ਤਕ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਮੌਲਿਕ ਸੋਚਣ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿਚ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਪਾਇਆ ਹੈ।

ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਵਿਚ ਦਿਖਾਵੇ ਦੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਨੂੰ ਹੋਰ ਪ੍ਰਫੁੱਲਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਕਮਜ਼ੋਰ ਅਹਿਸਾਸਾਂ ਵਿਚੋਂ ਉਪਜੀ ਤਸਵੀਰਬਾਜ਼ੀ ਨੇ ਇਕ ਵੱਖਰੇ ਕਿਸਮ ਦਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਫੈਲਾ ਰੱਖਿਆ ਹੈ। ਪਿਆਰ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲੀਆਂ ਬਣਾਉਟੀ ਮੁਸਕਾਨਾਂ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਕਿਸਮ ਦੇ ਭੁਲੇਖਿਆਂ ਵਿਚ ਪਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਤਸਵੀਰਾਂ ਸੱਚ ਬੋਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਝੂਠਾਂ ਨਾਲ ਸੰਵਾਦ ਰਚਾਉਣ ਤੋਂ ਮੁਨਕਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਵਿਚਾਰ ਦੀ ਗਤੀ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਤਬਦੀਲੀ ਲਿਆਂਦੀ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਵਿਚਾਰ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸਿਆਣਪ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਆਲਮ ਇਹ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਵੀ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵਿਚਾਰ ਆਇਆ, ਬਿਨਾਂ ਦੀਰਘ ਵਟਾਂਦਰੇ ਦੇ ਉਸ ਨੂੰ ਟਾਈਪ ਕਰਕੇ ਸੋਸ਼ਲ ਸਾਈਟਸ 'ਤੇ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਉਪਰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਕੁਮੈਂਟਸ ਵੀ ਅਜੀਬੋ ਗਰੀਬ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਕੋਈ ਸਿਆਣਾ ਵਿਅਕਤੀ ਬੌਧਿਕ ਗਿਰਾਵਟ ਦੇ ਗ੍ਰਾਫ ਨੂੰ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਸਮਝ ਸਕਦਾ ਹੈ।ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਸਮਾਜ ਵਿਰੋਧੀ ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਜਾਤੀ, ਫਿਰਕੇ, ਸਮੂਹ ਖਿਲਾਫ਼ ਬੇਬੁਨਿਆਦ ਟਿੱਪਣੀ ਕਰਕੇ ਸਮਾਜ ਅੰਦਰ ਬੇਲੋੜਾ ਤਣਾਓ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸ਼ਰਾਰਤੀ ਧਿਰਾਂ ਇਸ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦਾ ਪੂਰਾ ਆਨੰਦ ਹੀ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੀਆਂ ਸਗੋਂ ਲੋੜ ਮੁਤਾਬਿਕ ਇਸ ਨੂੰ ਵਰਤਦੀਆਂ ਵੀ ਹਨ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਬਾਹਰੋਂ ਜੁੜੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਲੋਕ ਅੰਦਰੋਂ ਟੁੱਟੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਇਹ ਸਥਿਤੀ ਏਨੀ ਗੰਭੀਰ ਹੈ ਕਿ ਸੋਸ਼ਲ ਸਾਈਟਸ 'ਤੇ ਚਲਦੇ ਗਰੁੱਪ ਜਾਤੀ, ਵੰਸ਼, ਧਰਮ ਆਧਾਰਿਤ ਹੋ ਗਏ ਹਨ ਜਿਸ ਵਿਚ ਕੋਈ 'ਗ਼ੈਰ' ਦਖ਼ਲ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਵਿਚ ਸਿਰਫ਼ ਨਫ਼ਰਤ ਬੀਜੀ, ਕੱਟੀ ਤੇ ਹੰਢਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਬਾਹਰਲੇ ਸੰਸਾਰ ਨਾਲ ਜੁੜੇ, ਅੰਦਰਲੇ ਢਾਂਚੇ ਤੋਂ ਬੇਖਬਰ ਹਨ। ਘਰਾਂ ਵਿਚ ਮੋਬਾਈਲਾਂ ਦੇ ਵਰਤੋਂਕਾਰ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹਨ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਨਹੀਂ।

ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਘੱਟ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਤੇਜਨਾ ਭਰਪੂਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਅਰਧ-ਚੇਤੰਨ ਵਿਅਕਤੀ ਬਹੁਤ ਛੇਤੀ ਵਰਗਲਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਚੇਤੰਨਤਾ ਉਲਝੀ, ਝੂਠੀ ਤੇ ਬੇਸਿਰ-ਪੈਰ ਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਕੋਈ ਵਿਚਾਰਧਾਰਕ ਆਧਾਰ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਲਈ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਉਪਰ ਉੱਠਦੇ ਮੁੱਦੇ ਸਿਰਫ਼ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਸੰਵਾਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਹਾਰਕਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸੋਸ਼ਲ ਸਾਈਟਸ ਨੇ ਇਕ ਹੋਰ ਅਜੀਬ ਵਰਤਾਰਾ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਉਹ ਹੈ ਸਾਹਮਣੇ ਬੈਠੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕਰਨਾ ਤੇ ਦੂਰ ਬੈਠੇ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਸਾਈਟ 'ਤੇ ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ। ਸਥਿਤੀ ਇਹ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਸਾਹਮਣੇ ਬੈਠਾ ਹੈ ਉਸ ਵੱਲ ਪਿੱਠ ਕਰਨਾ ਹੈ ਤੇ ਜੋ ਪਿੱਠ ਕਰੀ ਬੈਠਾ ਹੈ ਉਸ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਹੋਣਾ ਹੈ (ਇੱਕ ਮਿੱਤਰ ਨਾਲ ਸੰਵਾਦ 'ਤੇ ਉੱਭਰੀ ਗੱਲ)। ਇਹ ਅਜਬ ਕਿਸਮ ਦੀ ਪਿਆਸ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਸਹੀ ਸਰੋਤਾਂ ਵੱਲ ਨਹੀਂ ਜਾ ਰਿਹਾ। ਪਿਆਸਾ ਵਿਅਕਤੀ ਖੂਹ ਜਾਂ ਨਲਕੇ ਕੋਲ ਨਹੀਂ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸਗੋਂ ਉਸ ਦੀ ਫੋਟੋ ਜਾਂ ਤਸਵੀਰ ਕੋਲ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਮੱਸਿਆ ਕਿਤੇ ਹੋਰ ਹੈ ਤੇ ਹੱਲ ਕਿਤੇ ਹੋਰ ਲੱਭਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਥਿਤੀ ਉਦੋਂ ਘਾਤਕ ਬਣੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮੋਬਾਈਲਾਂ ਉਪਰ ਕੰਪਿਊਟਰ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਹਾਸਲ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਹਰ ਥਾਂ 'ਤੇ ਹਰ ਵੇਲੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਉਪਲੱਬਧ ਹੋਈ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿਚ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਸੀ ਕਿ ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਉਪਰ ਕੀ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਕੌਣ ਕੀ ਦੇਖ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਕੀ ਅਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਅੱਜਕੱਲ੍ਹ ਇਹੀ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਮਸਰੂਫ਼ ਕਿਸ ਗੱਲ ਵਿਚ ਹੈ? ਘਰ ਵਿਚ ਵੜਦਿਆਂ ਹੀ ਸਾਰਾ ਪਰਿਵਾਰ ਆਪੋ-ਆਪਣੇ ਮੋਬਾਈਲਾਂ 'ਤੇ ਸ਼ੇਅਰ ਦੀ ਕਸਰਤ ਕਰਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਘਰ ਵਿਚ ਨਾ ਪਤੀ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਨਾ ਪਤਨੀ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਬੱਚੇ। ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਇਹ ਕੌਣ ਹਨ। ਉਹ ਬਾਹਰਲੇ ਸੰਸਾਰ ਨਾਲ ਜੁੜੇ, ਅੰਦਰਲੇ ਢਾਂਚੇ ਤੋਂ ਬੇਖਬਰ ਹਨ। ਘਰਾਂ ਵਿਚ ਮੋਬਾਈਲਾਂ ਦੇ ਵਰਤੋਂਕਾਰ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹਨ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਵਰਤਾਰੇ ਨੇ ਹੋਰ ਵੀ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮਨੁੱਖ ਪ੍ਰਤੀ ਸ਼ੱਕ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ। ਜਿਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਤਸੱਵਰ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਦਿਨੋ-ਦਿਨ ਪਰਿਵਾਰਕ ਢਾਂਚੇ ਟੁੱਟਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਮੋਹ ਮੁਹੱਬਤ ਨਹੀਂ ਰਹੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਮੋਬਾਈਲ ਤੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਤਕਰਾਰ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਟੁੱਟਣ ਤੇ ਜੁੜਨ ਦੇ ਨਵੇਂ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਜੇ ਇਸ ਨੂੰ ਰੂਪਾਂਤਰਣ ਦਾ ਦੌਰ ਕਹਿ ਦੇਈਏ ਤਾਂ ਕੋਈ ਅਤਿਕਥਨੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਹੁਣ ਉਹ ਦੌਰ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨੁੱਖ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਤੇ ਰਾਜਨੀਤੀ ਤੈਅ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਬੰਧਾਂ ਵਿਚ ਇਕਾਗਰਤਾ, ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ, ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ 'ਚੋਂ ਮਨੁੱਖਤਾ ਗਾਇਬ ਹੋ ਗਈ ਹੈ।ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਨਾਲ ਜੁੜ ਕੇ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਇਹ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਕੋਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਅਤੁੱਟ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਸ ਸੋਮੇ ਤੋਂ ਆ ਰਹੀ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੁਚੇਤ ਨਹੀਂ। ਅਧੂਰੀ, ਝੂਠੀ, ਬੇਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਬੌਧਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਪੰਗ ਬਣਾ ਰਹੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਸਲੀ ਤੇ ਨਕਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿਚ ਉਲਝ ਕੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਅਜੀਬ ਬਣ ਗਈ ਹੈ। ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਰਤਾਰੇ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਤੀ ਮੁਹਾਰਤ ਹਾਸਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ। ਅਧੂਰਾ ਉਹ ਰਹਿਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਮਾਨਸਿਕ ਤੇ ਬੌਧਿਕ ਤਣਾਓ ਵਿਚੋਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਅਨੁਭਵ ਰਾਹੀਂ ਇਕੱਠੇ ਕੀਤੇ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਤਣਾਓ ਪੈਦਾ ਕਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਜਿਉਣ ਜੋਗੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਛੱਡ ਰਿਹਾ। 'ਭੱਠ ਪਵੇ ਸੋਨਾ ਜਿਹੜਾ ਕੰਨਾਂ ਨੂੰ ਖਾਵੇਂ' ਦੀ ਕਹਾਵਤ ਨੂੰ ਸਹੀ ਸਾਬਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਧਰਮ ਰਾਹੀਂ ਹੋ ਰਹੇ ਕਰਮਕਾਂਡੀ ਵਪਾਰ ਤੇ ਅੰਧ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਹੁਲਾਰਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਵੱਟਸਐਪ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਰਮਕਾਂਡ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੰਗੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਧਾਰਮਿਕ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਦੇ ਪੰਨਿਆਂ ਦੀਆਂ ਫੋਟੋਆਂ ਵੀ ਉਪਲੱਬਧ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਭਾਵ ਇਸ ਨੇ ਅੰਧ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਫੈਲਾ ਕੇ ਨਵੇਂ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿਹਤ ਦੇ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਕ ਬਿਮਾਰੀ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਤਾਂ ਪੰਜਾਹ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ, ਪਰ ਵਿਗਿਆਨ ਤੋਂ ਅਣਜਾਣ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੇ ਬੁੱਧੀ ਮੁਤਾਬਿਕ ਅਰਥ ਕੱਢਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਕੋਲੋਂ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕਤਾ ਖੋਹ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਨਿਹੱਥਾ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਸਰਮਾਏਦਾਰ ਪੂਰਾ ਫ਼ਾਇਦਾ ਉਠਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਕੱਚੀ ਬੁੱਧੀ ਦਾ ਮਾਲਕ ਵਸਤੂਆਂ ਦਾ ਸੰਗ੍ਰਹਿਕ ਬਣਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਅੱਜ ਭਰਪੂਰ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਸੋ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਅੰਦਰ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਦੇ ਉਪਰਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣਾ ਸੀ, ਪਰ ਇਹ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਨਿੱਤ ਦਿਨ ਨਿਹੱਥਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸਾਜ਼ਸ਼ਿ ਰਚ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੋਚਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇਸ ਦੇ ਫ਼ਾਇਦਿਆਂ ਤੇ ਨੁਕਸਾਨਾਂ ਬਾਰੇ ਤਾਂ ਗਿਆਨ ਰੱਖਦੇ ਹੀ ਹੋਣਗੇ। ਇਹ ਗੱਲ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਮੀਡੀਆ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਸਾਕਾਰਾਤਮਕ ਤਬਦੀਲੀ ਵੱਲ ਵਧਣ ਲੱਗਿਆ ਤਾਂ ਇਕਦਮ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਖ਼ਤਮ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਭਰਮ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਉਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੁਪਤਤਾ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਵਰਤੋਂਕਾਰ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਉਸ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗ ਰਿਹਾ। ਇਹ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਭੁਲੇਖਾ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਮੁਲਕਾਂ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਇਸ ਪ੍ਰਤੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਚੇਤ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਦੇਖਣ ਕਿ ਲੋਕ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਾਰਟ ਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਸਰਮਾਏਦਾਰਾਨਾ ਵਰਤਾਰਿਆਂ ਵਿਚਲੀ ਚੌਕਸੀ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿਚ ਹੈ। ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਇਕ ਉਹ ਸਾਧਨ ਵੀ ਹੈ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਹਰ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ 'ਤੇ ਗਹਿਰੀ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦੂਜਾ ਚਿਤਰਗੁਪਤ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਨਾਲੋ-ਨਾਲ ਹਿਸਾਬ ਰੱਖ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅਪਾਹਜ ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਘੱਟ ਉਮਰ, ਘੱਟ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਉਚੇਰੀ ਕਲਪਨਾਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਬਖ਼ਸ਼ਿਸ਼ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜਲਦੀ ਜੁਆਨ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਵਿਡੰਬਨਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਨੇ ਬੱਚਿਆਂ ਕੋਲੋਂ ਬਚਪਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਖੋਹ ਕੇ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਜੀਵਨ ਵਿਧੀ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਅਣਗਿਣਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਥੋੜ੍ਹੇ ਲਾਭ ਬਹੁਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇਸ ਵਰਤਾਰੇ ਬਾਰੇ ਇਕ ਵਾਰ ਜ਼ਰੂਰ ਪਲਟ ਕੇ ਦੇਖਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਕਿਤੇ ਇਹ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਐਨਕਾਂ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਸਾਫ਼ ਕਰਕੇ ਦਿਖਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਅੰਨ੍ਹਾ ਹੀ ਨਾ ਕਰ ਦੇਣ।

ਪ੍ਰੋ. ਕੁਲਜੀਤ ਕੌਰ

ਲੜਕਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਿਖਾਈਏ ਘਰ ਦੇ ਕੰਮਕਾਜ

ਮਾਂ-ਬਾਪ ਨੂੰ ਵੀ ਚੰਗਾ ਲੱਗੇਗਾ। ਘਰ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜੇਕਰ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਆਦਤ ਪਵੇਗੀ ਤਾਂ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਵੀ ਉਹ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਪ੍ਰਤੀ ਚੇਤੰਨ ਹੋਣਗੇ।

ਲੜਕਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਿਖਾਈਏ ਕੰਮਕਾਜ

ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਮੰਨਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਧੁਨਿਕ ਯੁੱਗ ਵਿਚ ਜੀਅ ਰਹੇ ਹਾਂ ਪਰ ਸਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਪੁਰਾਣੇ ਸਮੇਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਦਲੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਅੱਜ ਵੀ ਘਰੇਲੂ ਕੰਮਕਾਜ ਵਾਸਤੇ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਕੋਈ ਔਰਤ ਵਧੀਆ ਨੌਕਰੀਪੇਸ਼ਾ ਅਤੇ ਉੱਚੇ ਅਹੁਦੇ ਉੱਪਰ ਵੀ ਬਿਰਾਜਮਾਨ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਘਰੇਲੂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨਿਭਾਉਣੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਅੱਜ ਵੀ ਮਰਦਾਂ ਦੁਆਰਾ ਘਰ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਨੂੰ ਸ਼ਰਮਨਾਕ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੜਕੀ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿੰਨਾ ਮਰਜ਼ੀ ਪੜ੍ਹ ਲੈ, ਘਰੇਲੂ ਕੰਮ ਤਾਂ ਕਰਨੇ ਹੀ ਪੈਣਗੇ। ਹੁਣ ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਔਰਤ ਘਰ ਦੀ ਚਾਰਦੀਵਾਰੀ ਵਿਚੋਂ ਬਾਹਰ ਆ ਕੇ ਮਰਦ ਦੀ ਆਰਥਿਕ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਕੇ ਉਸ ਦਾ ਹੱਥ ਵਟਾਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮਰਦ ਦੀ ਵੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਬਣਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਔਰਤ ਨਾਲ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਘਰੇਲੂ ਕੰਮਾਂ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੇ।

21ਵੀਂ ਸਦੀ ਵਿਚ ਔਰਤ ਅਤੇ ਮਰਦ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਚਲਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਪਹਿਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪੁੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ। ਕਾਨੂੰਨ ਨੇ ਔਰਤ-ਮਰਦ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰਤਾ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਪਰ ਅਜੇ ਵੀ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਵਿਵਹਾਰਕ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਕੋਈ ਬਹੁਤੀ ਤਬਦੀਲੀ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆ ਰਹੀ। ਘਰ ਦਾ ਕੰਮ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਸਮਾਜਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨਿਭਾਉਂਦੀ ਹੋਈ ਔਰਤ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਕੰਮਕਾਰ ਵਿਚ ਤਾਲਮੇਲ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਕ ਮਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਧੀ-ਪੁੱਤਰ ਇਕ ਬਰਾਬਰ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਨੂੰ ਮੰਨਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਫਿਰ ਲੋੜ ਹੈ ਇਹ ਵੀ ਜਾਣਨ ਅਤੇ ਮੰਨਣ ਦੀ ਕਿ ਆਪਣੇ ਪੁੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਘਰੇਗੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੀਏ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਧੀ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਲਈ ਬੁਲਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਪੁੱਤਰ ਨੂੰ ਵੀ ਨਾਲ ਹੱਥ ਵਟਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ 21ਵੀਂ ਸਦੀ ਦੀ ਔਰਤ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗੀ ਤਾਂ ਔਰਤ ਪ੍ਰਤੀ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਦੀਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਮਰਦ ਦਾ ਨਜ਼ਰੀਆ ਨਹੀਂ ਬਦਲ ਸਕੇਗਾ। ਆਰੰਭ ਤੋਂ ਹੀ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੰਮ-ਕਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾ ਦੇਵਾਂਗੇ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੀ ਯੂਨੀਫਾਰਮ, ਜੁੱਤੀ, ਬਸਤਾ ਆਦਿ ਰਾਤ ਨੂੰ ਹੀ ਤਿਆਰ ਕਰ ਲੈਣਗੇ ਤੇ ਸਵੇਰ ਵੇਲੇ ਦਿੱਕਤ ਨਹੀਂ ਆਵੇਗੀ।

ਖਾਣ ਦੀ ਮੇਜ਼ ਉੱਪਰ ਖਾਣਾ ਪਰੋਸਣਾ, ਕਮਰੇ ਨੂੰ ਸੈੱਟ ਕਰਨਾ, ਵਾਧੂ ਸਾਮਾਨ ਪਾਸੇ ਰੱਖ ਕੇ ਕਮਰਾ ਸੰਵਾਰਨਾ, ਆਪਣੀ ਅਲਮਾਰੀ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਸੈੱਟ ਕਰਨਾ, ਖੇਡਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਖੁਦ ਹੀ ਆਪਣੇ ਖਿਡੌਣੇ ਚੁੱਕਣਾ ਆਦਿ ਅਜਿਹੇ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਕੰਮ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਲੜਕਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਆਵੇਗੀ।

ਜੇਕਰ ਮਾਵਾਂ ਅਜਿਹੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਗੀਆਂ ਤਾਂ ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸਮਾਜਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਵੀ ਸੰਵੇਦਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਸਕਣਗੀਆਂ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੰਪਿਊਟਰ ਗੇਮ/ਟੀ.ਵੀ. ਜਾਂ ਹੋਰ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਬੰਦਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਕਰਕੇ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਕੰਮ ਜਾਂ ਕਿਰਤ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਲੋਅ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈ ਕੇ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਕੋਈ ਘਰੇਲੂ ਕੰਮ-ਕਾਜ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇਹ ਆਤਮ-ਸਨਮਾਨ ਵੀ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਵੀ ਘਰ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਮਾਂ-ਬਾਪ ਨੂੰ ਵੀ ਚੰਗਾ ਲੱਗੇਗਾ। ਘਰ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜੇਕਰ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਆਦਤ ਪਵੇਗੀ ਤਾਂ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਵੀ ਉਹ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਪ੍ਰਤੀ ਚੇਤੰਨ ਹੋਣਗੇ।

ਵੱਡਾ ਬੱਚਾ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਮਿਲੇ ਹੋਮਵਰਕ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਕੇ ਖੁਦ ਨੂੰ ਵੀ ਵਿਹਲੇ ਸਮੇਂ ਚੰਗੇ ਪਾਸੇ ਲਗਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪੁੱਤਰਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸੁਚਾਰੂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਔਰਤ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਭੈਣ ਜਾਂ ਮਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ। ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਪੁੱਤਰ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਇਹ ਭਾਵਨਾ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਭਾਰਤੀ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਪੰਜਾਬੀ ਘਰਾਂ ਵਿਚ ਮੁੰਡਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਹੱਤਵ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਭਾਂਡੇ ਮਾਂਜਣਾ, ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨਾ ਆਦਿ ਰਸੋਈ ਦੇ ਕੰਮ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਹੀਂ ਸਮਝੇ ਜਾਂਦੇ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਲੜਕਿਆਂ ਦੇ ਮਨਾਂ ਵਿਚ ਲੜਕੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਉੱਤਮ ਹੋਣ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਭਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਪੂਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਾਲ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਬੇਸ਼ੱਕ ਅੱਜ ਸਾਡੀਆਂ ਸਮਾਜਿਕ ਲੋੜਾਂ ਬਦਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਹੁਣ ਲੜਕਿਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨ ਜਾਂ ਨੌਕਰੀ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਘਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਇਕੱਲੇ ਰਹਿਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਖਾਣਾ ਵੀ ਕਈ ਵਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖੁਦ ਪਕਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਬਦਲਦੀਆਂ ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਪ੍ਰਸਥਿਤੀਆਂ ਨੂੰ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ ਰੱਖ ਕੇ ਆਪਣੇ ਪੁੱਤਰਾਂ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਆਪ ਕਰਨ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਈਏ। ਉਂਜ ਵੀ ਹੁਣ ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਵਿਚ ਪਤੀ-ਪਤਨੀ ਦੋਵਾਂ ਦੇ ਕੰਮਕਾਜੀ ਹੋਣ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਹੋਰ ਵਧਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਪੁੱਤਰ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਘਰੇਲੂ ਕੰਮਕਾਰ ਵਿਚ ਮਾਵਾਂ ਦਾ ਹੱਥ ਵਟਾਉਣਗੇ ਤਾਂ ਪਤਨੀ ਲਈ ਵੀ ਮਦਦਗਾਰ ਸਾਬਤ ਹੋ ਸਕਣਗੇ।

ਇਕ ਨਰੋਏ ਅਤੇ ਸੁਚੱਜੇ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਲਈ ਔਰਤ ਦਾ ਨਜ਼ਰੀਆ ਜੇ ਵਿਸ਼ਾਲ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਨਿਸਚੇ ਹੀ ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਅੰਦਰ ਵੀ ਵਿਗਿਆਨਕ ਅਤੇ ਸਹੀ ਸੂਝ-ਸਮਝ ਪੈਦਾ ਕਰੇਗੀ ਤਾਂ ਹੀ ਬੱਚੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਪੁੱਤਰ ਚੰਗੇ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣ ਕੇ ਨਾਰੀ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਹੱਥੀਂ ਕਿਰਤ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਕੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਸੁੰਦਰ ਬਣਾਉਣਗੇ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਜੀਵਨ ਸਾਥਣ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵੀ ਹੀਣ ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣਗੇ।

ਆਓ ਨਵਾਂ ਇਕ ਯੁੱਗ ਲਿਆਈਏ,
ਪੁੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਧੀਆਂ ਵਾਂਗ ਸਿਖਾਈਏ।
ਘਰੇਲੂ ਕੰਮਕਾਜ ਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ,
ਸਭ ਕੁਝ ਸਿਖਾ ਕੇ ਉੱਤਮ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਾਈਏ।

ਖ਼ੁਸ਼ ਰਹਿਣ ਦੇ 5 ਤਰੀਕੇ

ਜਿਵੇਂ ਇੱਕ ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਅਤੇ ਐਥਲੀਟ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਅਤੇ ਸਫ਼ਲਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾ ਮਿਹਨਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਖ਼ੁਸ਼ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰੋ।

ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਯੇਲ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਲੌਰੀ ਸਾਂਤੋਸ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ,ਖ਼ੁਸ਼ ਰਹਿਣ ਦੇ ਨਾਲ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਇਸਦੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਕਰਨੀ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਲੌਰੀ ਸਾਂਤੋਸ ਨੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਕਲਾਸ ਵੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ 300 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਮਸ਼ਹੂਰ ਕਲਾਸ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪੰਜ ਨੁਕਤਿਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਫਾਰਮੂਲਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

1. ਧੰਨਵਾਦ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ

ਸਾਂਤੋ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹਰ ਰਾਤ, ਪੂਰਾ ਹਫ਼ਤਾ ਇੱਕ ਚੀਜ਼ ਲਿਖੋ, ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਧੰਨਵਾਦੀ ਹੋਵੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਚੰਗੀ ਖੁਰਾਕ ਹੋਵੇ, ਵੱਡੀ ਤਨਖਾਹ ਹੋਵੇ, ਭਾਵੇਂ ਬੂਟਾਂ ਦੀ ਜੋੜੀ।

2. ਪੂਰੀ ਨੀਂਦ ਲਵੋ

ਹਰ ਰਾਤ, ਪੂਰੀ ਹਫ਼ਤਾ ਅੱਠ ਘੰਟੇ ਦੀ ਨੀਂਦ ਲਵੋ ਜੋ ਕਿ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਸਾਂਤੋ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਇੱਕ ਆਮ ਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਵੱਡਾ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸਾਂਤੋ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ,ਇਹ ਬਹੁਤ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਗੱਲ ਲੱਗਦੀ ਹੋਵੇ ਪਰ ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੋਣ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਡਿਪ੍ਰੈਸ਼ਨ ਮੁਕਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਰਵੱਈਆ ਵੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰਹੇਗਾ।

3. ਧਿਆਨ ਲਗਾਓ

ਹਰ ਰੋਜ਼ 10 ਮਿੰਟ ਧਿਆਨ ਜ਼ਰੂਰ ਲਗਾਓ। ਸਾਂਤੋ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧਿਆਨ ਲਗਾਓਗੇ ਤਾਂ ਆਰਾਮ ਮਹਿਸੂਰ ਕਰੋਗੇ। ਉਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਦੋਂ ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਨ ਤਾਂ ਧਿਆਨ ਲਗਾ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਕੂਨ ਮਿਲਦਾ ਸੀ। ਹੁਣ ਉਹ ਪ੍ਰੋਫ਼ੈਸਰ ਹਨ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨਾਲ ਉਹ ਖੁਸ਼ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ।

4. ਪਰਿਵਾਰ ਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਓ

ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਸਾਂਤੋ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਰਿਸਰਚ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਕਿ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਚੰਗਾ ਸਮਾਂ ਬਤੀਤ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਖੁਸ਼ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਸਾਬਿਤ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਕਿ ਦੋਸਤਾਂ ਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਪਿਆਰ ਮਿਲਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਊਰਜਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਮਾੜੀ-ਮੋਟੀ ਬਹਿਸ ਹੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਪਰ ਆਪਣਿਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਨਾਲ ਖੁਸ਼ੀ ਤਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੀ ਹੈ।

ਫੈਸਰ ਸਾਂਤੋ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਸਾਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਦਾ ਭੁਲੇਖਾ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ

ਦੋਸਤਾਂ ਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਪਿਆਰ ਮਿਲਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਊਰਜਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਮਾੜੀ-ਮੋਟੀ ਬਹਿਸ ਹੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਪਰ ਆਪਣਿਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਨਾਲ ਖੁਸ਼ੀ ਤਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੀ ਹੈ।

ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਜ਼ਰਾ ਦੂਰ ਰਹੀਏ।

ਰਿਸਰਚ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇੰਸਟਾਗ੍ਰਾਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਘੱਟ ਖੁਸ਼ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

ਤਾਂ ਮੁੱਕਦੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣਾ ਹੈ ਤਾਂ

- ਧੰਨਵਾਦੀ ਰਹੋ
- ਨੀਂਦ ਪੂਰੀ ਲਓ
- ਧਿਆਨ ਲਗਾਓ
- ਘਰਦਿਆਂ ਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰਹੋ
- ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਉੱਤੇ ਕਾਬੂ ਰੱਖੋ
- ਖੁਸ਼ ਰਹੋ !

☛ ਕੈਲਾਸ਼ ਚੰਦਰ ਸ਼ਰਮਾ

ਅਸਲੀਅਤ ‘ਚ ਰਹਿਣਾ ਸਿੱਖੋ

ਬਨਾਉਟੀ ਲੋਕ ਅਕਸਰ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਖ਼ੁਸ਼ ਦੱਸਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦੇ ਖਾਲੀਪਣ ਵੱਲ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਝਾਕਦੇ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਅੰਦਰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਇਕ ਬੇਚੈਨੀ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਇਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਉਤਰਾਅ-ਚੜ੍ਹਾਅ ਵੀ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਡਗਮਗਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਕ ਸਮਾਂ ਸੀ ਜਦੋਂ ਆਪਸੀ ਪ੍ਰੇਮ-ਪਿਆਰ, ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਤੇ ਆਪਣਾਪਨ ਚਰਮ ਸੀਮਾ ‘ਤੇ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਲੋਕ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਨਿੱਘ ਮਾਣਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਦੁਖ-ਸੁਖ ਦੀ ਸਾਂਝ ਬਣਾਈ ਰੱਖਦੇ ਸਨ। ਸਾਰੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਤੇ ਸੱਜਣ-ਮਿੱਤਰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਭੇਦ-ਭਾਵ ਤੋਂ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੀਆਂ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਵਿਚ ਸ਼ਰੀਕ ਹੁੰਦੇ ਜਿਸ ਨਾਲ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਵੀ ਵੱਡਾ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰ ਜਾਂਦੀ। ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਬਦਲਦੇ ਹਾਲਾਤ ਦੇ ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਮੋਹ-ਮਾਇਆ ਵਧਣ ਕਾਰਨ ਇਨਸਾਨ ਵਿਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਦੀ ਦੌੜ ਵਧ ਗਈ। ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਲਬਰੇਜ਼, ਪਰ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਵਸਤਾਂ ਦੀ ਕਮੀ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੇ ਘਟੀਆ ਪੱਧਰ ਦਾ ਸਮਝਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਚਮਕ-ਦਮਕ ਤੇ ਵਿਖਾਵੇ ਵਾਲੀ ਬਿਰਤੀ ਕਾਰਨ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੀਆ ਵਿਖਾਉਣ ਦੀ ਦੌੜ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਗਿਆ, ਫਲਸਰੂਪ ਬਨਾਵਟੀਪਨ ਨੇ ਪਸਾਰਾ ਵਧਾ ਲਿਆ। ਬਨਾਵਟੀਪਨ ਦੀ ਇਸ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਨੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਬਾਹਰੀ ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਦੋਵਾਂ ਹੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤਾਂ ਨੂੰ ਤਹਿਸ-ਨਹਿਸ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਅਸਲੀ ਮਕਸਦ ਤੋਂ ਭਟਕ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਸ ਦਾ ਸਕੂਨ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਨਸ਼ਟ ਹੋਣ ਦੇ ਕੰਢੇ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਅਸਲੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਨਕਲੀ ਅਤੇ ਝੂਠੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਹੀ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਹਾਂ। ਹੁਣ ਸਾਡਾ ਧਿਆਨ ਕਦੇ ਵੀ ਅਸਲੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੱਲ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ ਜਿਸ ਕਰਨ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਮੱਥੇ ‘ਤੇ ਚਿੰਤਾ, ਨਫ਼ਰਤ ਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਲਕੀਰਾਂ ਆਮ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬਨਾਵਟੀਪਨ ਅਸਲ ਵਿਚ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਲੁਕੀ ਉਹ ਹੀਣ-ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਦੂਸਰਿਆਂ ਤੋਂ ਲੁਕਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ‘ਲੋਕ ਕੀ ਕਹਿਣਗੇ’ ਦਾ ਡਰ ਸਾਡੇ ਦਿਲ-ਦਿਮਾਗ ‘ਤੇ ਪੱਕਾ ਡੇਰਾ ਲਾਈ ਬੈਠਾ ਹੈ। ਸੱਚਾਈ ਜਾਣਦੇ ਹੋਏ ਵੀ ਅਸੀਂ ਬੇਧਿਆਨੀ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਅੰਤਰਮਨ ਨੂੰ ਦਿਲਾਸਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਬਨਾਉਟੀ ਲੋਕ ਅਕਸਰ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਖ਼ੁਸ਼ ਦੱਸਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦੇ ਖਾਲੀਪਣ ਵੱਲ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਝਾਕਦੇ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਅੰਦਰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਇਕ ਬੇਚੈਨੀ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਇਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਉਤਰਾਅ-ਚੜ੍ਹਾਅ ਵੀ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਡਗਮਗਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਬਨਾਵਟੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਅਸੰਤੁਸ਼ਟ ਅਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਅਸਲੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬਨਾਵਟੀ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਅਕਸਰ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਆਚਰਣ ਦੀ ਕਮੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮਤਲਬ ਨਿਕਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਗੱਲਬਾਤ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਵੀ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਜੋਕੇ ਯੁੱਗ ਵਿਚ ਅਕਸਰ ਦੋਸਤੀ ਅਤੇ ਸੋਨ-ਸੁਨਹਿਰੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵੀ ਬਨਾਵਟੀ ਬਣ ਗਏ ਹਨ। ਲੋਕ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜਾਲ ਵਿਚ ਫਸਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਨੂੰ ਢਾਲ ਬਣਾ ਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਰਬਾਦ ਕਰਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵੀ ਕਸਰ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦੇ। ਭੋਲੇ-ਭਾਲੇ ਤੇ ਸਿੱਧੇ-ਸਾਦੇ ਲੋਕ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਕੜ ਵਿਚ ਜਲਦੀ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਆਪਣੀ ਨਕਲੀ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਵਿਚ ਹੀ ਘਿਰੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਅਸੀਂ ਫੋਕੀ ਸ਼ੋਹਰਤ ਲਈ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਵੇਖਾ-ਵੇਖੀ ਆਪਣੇ ਖ਼ਰਚੇ ਵਧਾ ਲਏ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਹਰ ਸਮੇਂ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਰਹਿਣ ਲੱਗੇ ਹਾਂ। ਇਸ ‘ਚ ਦੂਜਿਆਂ ਦਾ ਕੋਈ ਦੋਸ਼ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਸਾਡੀ ਆਪਣੀ ਹੀ ਮੂਰਖਤਾ ਹੈ। ਬਨਾਵਟੀਪਨ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਨਵੀਂ ਚਿੰਤਾ ਛੇੜ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਜੀਵਨ ਵਿਚੋਂ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਕਿਧਰੇ ਉੱਡ-ਪੁੱਡ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਮਾਅਨੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੀ ਲੱਭਣਾ ਪਵੇਗਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੱਚੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ‘ਚ ਹੀ ਸੱਚਾ ਆਨੰਦ ਮਿਲੇਗਾ। ਆਤਮਾ ਤਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਹੀ ਜਾਣਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਹੀ ਕੀ ਹੈ। ਚੁਣੌਤੀ ਤਾਂ ਮਨ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਉੱਠਣ ਵਾਲੀਆਂ ਜਗਿਆਸਾਵਾਂ ਵੱਲ ਵਧਣ ਨਾਲ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਸੱਚਾ ਆਨੰਦ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕੋਗੇ।

ਇਸ ਲਈ ਸੱਚੇ ਆਨੰਦ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਦਿਖਾਵਾ ਛੱਡ ਕੇ ਅਸਲੀਅਤ ‘ਚ ਰਹਿਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ। ਇਸ ਲਈ ਅੰਦਰ ਦੀਆਂ ਤਰੰਗਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣੋ ਤਾਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਦਿਸ਼ਾ ‘ਚ ਅੱਗੇ ਵਧਾ ਸਕੋਗੇ। ਅਸਲੀਅਤ ‘ਚ ਜਿਊਣ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣਾ ਰਸਤਾ ਲੱਭ ਹੀ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੂਰਜ ਆਪਣੇ ਚਾਨਣ ਨਾਲ ਹਨੇਰੇ ਨੂੰ ਦੂਰ ਭਜਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਲੀਅਤ ‘ਚ ਵਿਚਰਨ ਵਾਲੇ ਦਾ ਜੀਵਨ ਸੁੱਖ ਭਰਿਆ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸਬੰਧ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹਾ ਹੋਣ ‘ਤੇ ਹੀ ਆਪਸੀ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਸਦਕਾ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸੱਚੇ ਅਰਥਾਂ ‘ਚ ਪੂਰਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿਲਾਈ ਮਸ਼ੀਨ ‘ਚ ਧਾਗਾ ਨਾ ਪਾਉਣ ‘ਤੇ ਚਲਦੀ ਜ਼ਰੂਰ ਹੈ, ਪਰ ਕੁਝ ਸਿਊਂਦੀ ਨਹੀਂ। ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚ ਆਪਣਾਪਨ ਨਾ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਚੱਲਦੇ ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਹਨ, ਪਰ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚਲੇ ਨਿੱਘ ਦਾ ਆਨੰਦ ਨਹੀਂ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਰਿਸ਼ਤੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਅਸਲੀਅਤ ‘ਚ ਰਹਿ ਕੇ ਨਿਭਾਓ। ਇਹ ਵੀ ਠੀਕ ਹੈ ਕਿ ਅਸਲੀਅਤ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕਈ ਵਾਰ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਆਖਰ ਜਿੱਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਸਲੀਅਤ ‘ਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਦੁਰਲੱਭ ਜਾਂ ਅਛੂਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਸਮਾਜ ‘ਚ ਸਾਰੇ ਸਨਮਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਦਿਲ ਦੇ ਸੱਚੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਕਾਰਨ ਉਹ ਜ਼ੁਬਾਨ ਦੇ ਖਰ੍ਹਵੇ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਲੋੜ ਪੈਣ ‘ਤੇ ਉਹ ਬਹਾਨੇ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਂਦੇ ਅਤੇ ਸਮਾਂ ਆਉਣ ‘ਤੇ ਚੰਗਿਆਈ ਹੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਝੂਠੀ-ਚਮਕ-ਦਮਕ ਤੋਂ ਕਿਨਾਰਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਅਸਲੀ ਜੀਵਨ ਪੰਧਾਂ ਵਿਚ ਪਰਤਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ ਤਾਂ ਹੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਅਸਲੀਅਤ ਵਿਚ ਖਿੜੀ ਰਹੇਗੀ।

ਖਰੀਦੇ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ ਵਫ਼ਾਦਾਰੀ ਤੇ ਰਿਸ਼ਤੇ

ਜਿੱਥੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਮੁਨਿਆਦ ਘੱਟ ਰਹੀ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਦੁਨਿਆਵੀ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਵੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲ ਅੱਖੋਂ ਓਹਲੇ ਨਹੀਂ। ਨਿੱਤ ਦਿਨ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ‘ਚ ਛਪਦੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਜਿਊਂਦਾ ਜਾਗਦਾ ਗਵਾਹ ਹਨ। ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਇਕ-ਡੇਢ ਦਹਾਕਾ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿ ਕੇ ਕੋਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਮਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ? ਘਰ ‘ਚ ਥੋੜ੍ਹੇ ਦਿਨ ਰਿਹਾ ਜਾਨਵਰ ਵੀ ਅੰਤਾਂ ਦਾ ਮੋਹ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਘੜੀ ਉਸ ਨੂੰ ਵੀ ਛੱਡਣਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਪਰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਇਨਸਾਨ ਦੀਆਂ ਦਾਅਵੇਦਾਰੀਆਂ ਕਿਉਂ ਬਦਲਦੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਨਵਾਂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਜੁੜਦਾ ਤਾਂ ਕਿੰਨੀ ਆਸ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਪਿਆਰ, ਅਪਣੱਤ ਤੇ ਵਫ਼ਾਦਾਰੀ ਦੀ। ਰੱਖੀਏ ਵੀ ਕਿਉਂ ਨਾ, ਰਿਸ਼ਤਾ ਭਾਵੇਂ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਹੋਵੇ, ਭਾਵੇਂ ਪਿਆਰ ਦਾ, ਨਿਭਦਾ ਤਾਂ ਵਫ਼ਾਦਾਰੀ ਦੇ ਸਿਰ ‘ਤੇ ਹੀ ਹੈ। ਪਰ ਅਫ਼ਸੋਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਪੈਮਾਨੇ ‘ਤੇ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਸਹੀ ਕਰਦਿਆਂ ਅਸੀਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਮਾਇਨੇ ਹੀ ਬਦਲ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਵਸਤਾਂ ਦੇ ਆਦਾਨ-ਪ੍ਰਦਾਨ ਨੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਵਪਾਰ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਅਦਾਨ-ਪ੍ਰਦਾਨ ਵੱਧ ਹੈ ਉੱਥੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਭਰਮਾਰ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਘੱਟ ਹੈ ਉੱਥੇ ਸਮਾਜਿਕ ਦਾਇਰਾ ਬਹੁਤ ਸੀਮਿਤ ਹੈ। ਰਿਸ਼ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਤਾਂ ਇਹੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੋ ਧਿਰਾਂ ਲਾਭ ਜਾਂ ਹਾਨੀ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਹੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਜੋੜਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿੱਥੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਹੀ ਸੁਆਰਥ ‘ਤੇ ਟਿਕੀ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਨਿਭੇਗਾ ਵੀ ਕੀ ?

ਹੰਢਣਸਾਰ ਰਿਸ਼ਤੇ

ਨਿਰਸੁਆਰਥ ਰਿਸ਼ਤੇ ਹੰਢਣਸਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੋਈ ਵੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਨਿਭਾਉਣ ਲਈ ਜਜ਼ਬਾ ਆਪ ਮੁਹਾਰੇ ਉੱਠਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਧੱਕੇ ਨਾਲ ਉਠਾਇਆ ਜਜ਼ਬੇ ‘ਚ ਸੁਆਰਥ ਮਹਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਸਮੁੰਦਰ ਦੀ ਲਹਿਰ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਉੱਠੇ ਤਾਂ ਕੁਦਰਤੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਹੈ, ਜੇ ਧੱਕੇ ਨਾਲ ਉਠਾਈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਖਿਲਵਾੜ। ਨਿਰਸੁਆਰਥ ਹੋ ਕੇ ਜੁੜਿਆ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹੰਢਣਸਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਤਮਾਸ਼ਾ ਬਣਦੇ ਦੇਰ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ। ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਇਕਸੁਰਤਾ ਦੀ ਕਮੀ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਹੀ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ‘ਤੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਮਜ਼ਾਕ ਬਣਦਾ ਆਮ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਰੂਪ ਸੰਸਾਰ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਕ ਸਮਾਂ ਸੀ ਜਦੋਂ ਘਰ ‘ਚ ਕੋਈ ਮਤਭੇਦ ਹੋਣਾ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੇ ਬੂਹੇ-ਬਾਰੀਆਂ ਬੰਦ ਕਰ ਦੋਵੇਂ ਧਿਰਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾ ਦੇਣਾ ਤੇ ਪੱਟੜੀ ਤੋਂ ਲਹਿੰਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਮੁੜ ਲੀਹੇ ਪਾ ਦੇਣਾ ਪਰ ਹੁਣ ਗੰਢ ਇੰਨੀ ਉਲਝ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਇਸ ਨੂੰ ਸਲਝਾਉਣ ਲਈ ਸਿਰਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਲੱਭ ਰਿਹਾ।

ਚੰਗੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਭੀੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਆਧੁਨਿਕ ਸੋਚ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ ਪੈਸਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਭਾਵੇਂ ਦੁਨੀਆ ਖ਼ਰੀਦ ਲਵੋ। ਪਰ ‘ਚੰਗੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਭੀੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤੇ ਭੀੜ ‘ਚ ਚੰਗੇ ਲੋਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।‘ ਅਕਸਰ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਸ ਕੋਲ ਬਥੇਰਾ ਪੈਸਾ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਕਾਹਦਾ ਘਾਟਾ ਪਰ ਵਫ਼ਾਦਾਰੀ ਨੂੰ ਛਿੱਕੇ ਵੀ ਪੈਸੇ ਦੇ ਹੀ ਮੋਹ ਨੇ ਟੰਗਿਆ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ 24 ਘੰਟੇ ਪੈਸੇ ਦੇ ਹੀ ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਸੂਖ਼ਮ ਪੱਖ ਅੱਖੋਂ ਓਹਲੇ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤੇ ਪਦਾਰਥ ਪੱਖ ਭਾਰੂ। ਹਰ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੇ ਤਰਾਜ਼ੂ ‘ਚ ਤੋਲਣਾ ਮਨੁੱਖੀ ਫ਼ਿਤਰਤ ਬਣਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਹਰ ਵੇਲੇ ਦੇ ਮਾਪ-ਤੋਲ ਨੇ ਸੋਚ ਨੂੰ ਉੱਚ ਕੋਟੀ ਦਾ ਵਪਾਰੀ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਜੋ ਕਿ ਮੁਨਾਫ਼ੇ ਤੇ ਘਾਟੇ ਬਾਰੇ ਹੀ ਸੋਚੀ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਪੋਸਟਪੇਡ ਤੋਂ ਪ੍ਰੀਪੇਡ ਬਣੇ ਰਿਸ਼ਤੇ

ਹੁਣ ਤਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਜੋੜਨ ਤੇ ਤੋੜਨ ਦਾ ਆਧਾਰ ਸਿਰਫ਼ ਆਰਥਿਕਤਾ ਹੀ ਰਹਿ ਗਈ ਹੈ। ਜ਼ਮੀਨਾਂ-ਜਾਇਦਾਦਾਂ ਪਿੱਛੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਲੀਰੋ-ਲੀਰ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਇੰਨਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਜੇ ਘਰੇਲੂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ‘ਚ ਕਿਹਾ ਸੁਣੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਪਹਿਲਾ ਸਵਾਲ ਇਹੋ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ‘ਦੱਸੋ ਕੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ, ਹਰ ਚੀਜ਼ ਮੂੰਹੋਂ ਬਾਅਦ ‘ਚ ਕੱਢਦੇ ਓ ਪਹਿਲਾਂ ਹਾਜ਼ਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।‘ ਇਹ ਗੱਲ ਕਹਿ ਕੇ ਅਸੀਂ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਪਰ ਪਿੱਛੇ ਸਵਾਲ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਕਿ ਕੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਨਾਲ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ? ਅਹਿਸਾਸਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਕੀਮਤ ਨਹੀਂ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਆਧੁਨਿਕ ਤਹਿਜ਼ੀਬਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਕੇ ਹੀ ਕਹਿਣਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਕੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਤਾਂ ‘ਪੋਸਟਪੇਡ’ ਹੁੰਦੇ ਸੀ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਦੋਂ ਤੋਂ ‘ਪ੍ਰੀਪੇਡ’ ਬਣ ਗਏ।

- ਕੰਵਲ ਭੱਟੀ

ਮਾਈਕ੍ਰੋਵੇਵ ਦਾ ਖਾਣਾ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਘੰਟੀ

ਰਸੋਈ 'ਚ ਮਾਈਕ੍ਰੋਵੇਵ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਖਾਣੇ ਵਿਚਲੇ ਸਿਹਤ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਤੱਤ ਨਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਖਾਣਾ ਜ਼ਹਿਰ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਬਾਰ-ਬੀ-ਕਿਉ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੀਟ 'ਚੋਂ ਜਿਹੜੀ ਫੈਟ ਹੇਠਾਂ ਡਿੱਗਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਸਿਹਤ ਲਈ ਹੋਰ ਵੀ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਉਹ ਅੱਗ 'ਤੇ ਡਿੱਗ ਕੇ ਮੱਚਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮੱਚਣ ਉਪਰੰਤ ਜੋ ਧੂੰਆਂ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਦੁਬਾਰਾ ਉਸੇ ਮੀਟ ਨਾਲ ਲੱਗ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਬਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ । ਅਜਿਹਾ 100 ਗ੍ਰਾਮ ਮੀਟ ਖਾਣ ਨਾਲ ਤਕਰੀਬਨ 800 ਸਿਗਰਟ ਪੀਣ ਜਿੰਨਾ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਮਾਈਕ੍ਰੋਵੇਵ ਓਵਨ ਦੀਆਂ ਸੂਖ਼ਮ ਤਰੰਗੀ ਵਿਕਰਨ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਜ਼ਹਰੀਲਾ ਬਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ । 1950 'ਚ ਰਡਾਰ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੌਰਾਨ ਰੂਸੀਆਂ ਨੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਸੈਨਿਕਾਂ 'ਤੇ ਮਾਇਕ੍ਰੋਵੇਵ ਦੇ ਸੰਪਰਕ 'ਚ ਆਉਣ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਸੀ । ਉਸ 'ਚ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਲੱਛਣ ਲੋਅ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਤੇ ਨਬਜ਼ ਦਾ ਹੌਲੀ ਚੱਲਣਾ ਤੇ ਬਾਅਦ 'ਚ ਸੰਵੇਦਨਿਕ ਤੰਤਰਿਕਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ 'ਚ ਉਤੇਜਨਾ ਅਤੇ ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਹੈ । ਇਸ ਪੜਾਅ 'ਚ ਅਕਸਰ ਸਿਰਦਰਦ, ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ, ਅੱਖਾਂ 'ਚ ਦਰਦ, ਅਨੀਂਦਰਾ, ਚਿੜਚਿੜਾਪਨ, ਚਿੰਤਾ, ਪੇਟ ਦਰਦ, ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਝੜਨਾ, ਪੱਥਰੀ, ਮੋਤੀਆਬਿੰਦ, ਪ੍ਰਜਨਣ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਵਾਧਾ ਆਦਿ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ ।

ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਮਾਵਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ 'ਚ ਏਡੀਐੱਚਡੀ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ

ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਮਾਵਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ 'ਚ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ । ਇਕ ਨਵੇਂ ਅਧਿਐਨ 'ਚ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚੇ ਅਟੈਂਸ਼ਨ ਡੇਫੀਸ਼ਿਟ ਹਾਈਪਰਐਕਟਿਵ ਡਿਸਆਰਡਰ (ਏਡੀਐੱਚਡੀ) ਨਾਲ ਵੀ ਜੂਝ ਸਕਦੇ ਹਨ । ਕਿਸੇ ਕੰਮ 'ਚ ਮਨ ਨਾ ਲੱਗਣਾ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਸਰਗਰਮੀ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ । ਸਾਇੰਟਿਫਿਕ ਰਿਪੋਰਟਸ ਜਰਨਲ 'ਚ ਛਪੇ ਅਧਿਐਨ ਮੁਤਾਬਕ, 20 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਮਾਵਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਏਡੀਐੱਚਡੀ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ । ਖੋਜੀਆਂ ਨੇ ਬੱਚਿਆਂ 'ਚ ਏਡੀਐੱਚਡੀ ਦੇ ਜੈਨੇਟਿਕ ਖ਼ਤਰੇ ਅਤੇ 20 ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ 'ਚ ਮਾਂ ਬਣਨ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਡੂੰਘਾ ਸਬੰਧ ਪਾਇਆ । ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਹ ਸਿੱਟਾ ਕਰੀਬ ਦੋ ਲੱਖ 20 ਹਜ਼ਾਰ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਡਾਟਾ ਦੇ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕੱਢਿਆ । ਇਸ ਅਧਿਐਨ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਆਫ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੇ ਐਸੋਸੀਏਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਹਾਂਗ ਲੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, ਸਿੱਟਿਆਂ ਤੋਂ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਦਾ ਬਿਹਤਰ ਤਰੀਕਾ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ।

ਕੜ੍ਹੀ ਭਾਰਤੀਆਂ ਦੇ ਘਰਾਂ 'ਚ ਸ਼ੁੱਧ ਤੇ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਭੋਜਨ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦੈ

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਦੀਆਂ 'ਚ ਗਰਮ ਖਾਣੇ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਜੋ ਸਾਡੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਵਧੀਆ ਹੈ । ਸਰਦੀਆਂ 'ਚ ਗਰਮੀ ਦੇਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵੀ ਕਰਦੀ ਹੈ । ਵੈਸੇ ਕੜ੍ਹੀ ਕਈ ਭਾਰਤੀਆਂ ਦੇ ਘਰਾਂ 'ਚ ਸ਼ੁੱਧ ਤੇ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਭੋਜਨ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਇਹੀਂ ਨਹੀਂ, ਕੜ੍ਹੀ ਨੂੰ ਇਸ ਦੇ ਵੱਖਰੇ ਸਵਾਦ ਕਰਕੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ । ਕੜ੍ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਈ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਭਰਪੂਰ ਹੈ, ਇਸ 'ਚ ਪੌਸ਼ਟਿਕ, ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ, ਫਾਸਫੋਰਸ, ਵਿਟਾਮਿਨ ਤੇ ਖਣਿਜਾਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੈ ।

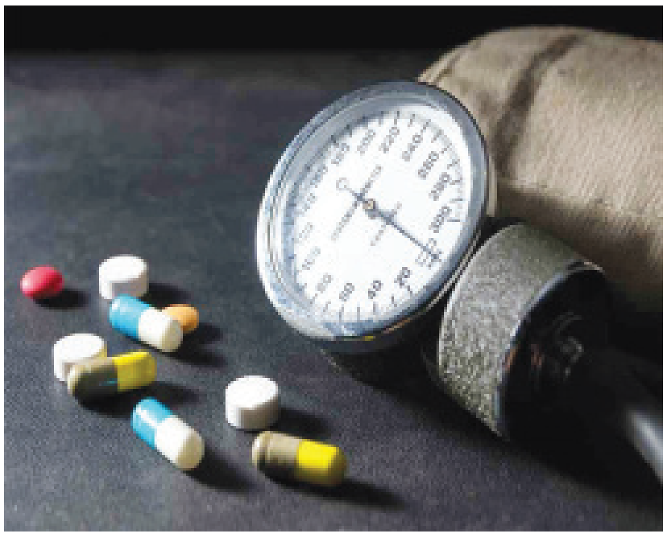
ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਵਾਲਾਂ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ; ਕੜ੍ਹੀ 'ਚ ਐਂਟੀ ਆਕਸੀਡੈਂਟਸ ਤੇ ਐਂਟੀ ਇਂਫਲਾਮੇਟਰੀ ਗੁਣਾਂ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ । ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਚਿਹਰੇ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਦੂਰ ਕਰਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਨਾਲ ਚਿਹਰ ਤੋਂ ਦਾਗ਼, ਧੱਬੇ ਤੇ ਵਾਲਾਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ 'ਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ।

ਪਾਚਨ 'ਚ ਸੁਧਾਰ ; ਕੜ੍ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਚਨ ਨੂੰ ਵਧੀਆ ਰੱਖ 'ਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ । ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ 'ਚ ਵਧੀਆ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਅੰਤੜੀਆਂ ਨੂੰ ਵਧੀਆ ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਦੀ ਹੈ ।

ਹੀਮੋਗਲੋਬਿਨ ਵਧਾਉਣ 'ਚ ਮਦਦਗਾਰ ; ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ 'ਚ ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਘਾਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਧੀਆ ਹੈ । ਕਿਉਂਕਿ ਕੜ੍ਹੀ ਆਇਰਨ ਤੇ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਹੀਮੋਗਲੋਬਿਨ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ ।

ਭਾਰ ਘੱਟ ਕਰਨਾ ; ਅਕਸਰ ਜੋ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਭਾਰ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਕੁਝ ਵੀ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੋਚਦੇ ਹਨ । ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਇਕ ਸਲਾਹ ਹੈ ਕਿ ਕੜ੍ਹੀ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦੋਸਤ ਬਣਾ ਲਓ । ਕੜ੍ਹੀ 'ਚ ਮੌਜੂਦ ਚਨਿਆਂ ਦਾ ਆਟਾ ਮੁੱਖ ਸਮਗਰੀ ਦੇ ਰੂਪ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ।

ਸਵੇਰ ਦੀ ਬਜਾਏ ਰਾਤ ਨੂੰ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਦੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣਾ ਫ਼ਾਇਦੇਮੰਦ



ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਦੀ ਦਵਾਈ ਦਾ ਅਸਰ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਵੀ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਸ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਗਈ । ਤਾਜ਼ਾ ਖੋਜ ਮੁਤਾਬਕ, ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਂਦੇ ਸਮੇਂ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਦੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਨਾਲ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਦਾ ਖ਼ਦਸ਼ਾ ਅੱਧਾ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਸਵੇਰੇ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿਚ ਸਟ੍ਰੋਕ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵੀ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਖੋਜ 'ਚ 19,084 ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਅੰਕੜੇ ਜੁਟਾਏ ਗਏ ਸਨ । ਕਰੀਬ ਛੇ ਸਾਲ ਦੇ ਅਧਿਐਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਪਾਇਆ ਕਿ ਸੌਂਦੇ ਸਮੇਂ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਦੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵੀ ਕੰਟਰੋਲ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ । ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਾਲੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਕੋਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਪੁਰਾਣੀ ਧਾਰਨਾ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕਈ ਡਾਕਟਰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਵੇਰੇ-ਸਵੇਰੇ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਦਾ ਹੀ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ।

ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ 'ਚ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਲਈ ਖ਼ਤਰਾ

ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਮਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋਣ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ । ਅਜਿਹੇ ਬੱਚੇ ਅੱਗੇ ਚੱਲ ਕੇ ਆਟਿਜ਼ਮ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ । ਆਟਿਜ਼ਮ ਪੀੜਤ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਘੁਲਣ-ਮਿਲਣ ਅਤੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਸਿਜ਼ੋਫ੍ਰੇਨੀਆ ਦਾ ਵੀ ਖ਼ਤਰਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ । ਸਿਜ਼ੋਫ੍ਰੇਨੀਆ ਨਾਲ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸੋਚਣ-ਸਮਝਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਕਈ ਵਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਵਾਸਤਵਿਕਤਾ ਤੋਂ ਹੱਟ ਕੇ ਕਲਪਨਾ 'ਚ ਰਹਿਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ । ਚੂਹਿਆਂ 'ਤੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਅਧਿਐਨ 'ਚ ਵਿਗਿਆਨਕਾਂ ਨੇ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਮਾਂ ਨੂੰ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਕਿਵੇਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਮਾਗੀ ਵਿਕਾਸ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ । ਇਹ ਆਪਣੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਅਧਿਐਨ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਇਸ ਸਬੰਧ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ । ਵਿਗਿਆਨਕਾਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਿਸ ਦੌਰ ਵਿਚ ਮਾਂ ਨੂੰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋਇਆ, ਇਸ ਨਾਲ ਵੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਮਾਗ਼ 'ਤੇ ਪੈਣ ਵਾਲੇ ਅਸਰ ਵਿਚ ਬਦਲਾਅ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ।

ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪੀਓ 3 ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚਾਹ

ਦਿੱਲੀ ਐੱਨਸੀਆਰ ਸਮੇਤ ਉੱਤਰੀ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦਾ ਪੱਧਰ ਵੱਧ ਚੁੱਕਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਦਿੱਲੀ ਵਿਚ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ । ਇਸ ਸਮਾਂ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਰਤਣ ਦਾ ਹੈ । ਆਓ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਰਾਹਤ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ । ਰੋਜ਼ਮਰ੍ਹਾ ਦੇ ਭੋਜਨ ਵਿਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਿੰਨ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚਾਹ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਕਾਫੀ ਹੱਦ ਤਕ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਖਾਂਸੀ, ਜ਼ੁਕਾਮ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਤਕਲੀਫ਼ ਤੋਂ ਨਿਜਾਤ ਪਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ।

ਅਦਰਕ, ਸ਼ਹਿਦ ਅਤੇ ਨਿੰਬੂ ਚਾਹ ; ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਦਰਕ, ਸ਼ਹਿਦ, ਨਿੰਬੂ ਦੀ ਚਾਹ ਬਣਾ ਕੇ ਪੀਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਫੇਫੜੇ ਕਾਫੀ ਹੱਦ ਤਕ ਡਿਟਾਕਸ ਹੋ ਜਾਣਗੇ । ਅਦਰਕ 'ਚ ਐਂਟੀ ਇੰਫਲਾਮੈਂਟਰੀ ਗੁਣ ਹਨ ਜੋ ਖਾਂਸੀ ਜ਼ੁਕਾਮ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਜੰਮਣ ਵਾਲੀ ਗੰਦਗੀ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦਗਾਰ ਸਿੱਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ । ਸ਼ਹਿਦ ਖਾਂਸੀ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਿੰਬੂ ਵਿਚ ਵਿਟਾਮਿਨ ਸੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ।

ਹਲਦੀ ਅਦਰਕ ਚਾਹ; ਖਾਂਸੀ ਜ਼ੁਕਾਮ ਅਤੇ ਸਰਦੀ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਅਦਰਕ ਅਤੇ ਹਲਦੀ ਦੋਵੇਂ ਬੇਹੱਦ ਕਾਰਗਰ ਹਨ । ਹਲਦੀ ਵਿਚ ਕਰਕਿਊਮਿਨ ਐਂਟੀ ਇੰਫਲਾਮੇਟਰੀ, ਐਂਟੀ ਆਕਸੀਡੈਂਟ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰਰੋਧੀ ਏਜੰਟ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ । ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ।

ਮੁਲੱਠੀ ਜੜ੍ਹ ਦੀ ਚਾਹ ; ਮੁਲੱਠੀ ਦੀ ਚਾਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਮਦਦਗਾਰ ਸਾਬਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ । ਕੁਝ ਅਧਿਐਨਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋਈ ਹੈ ਕਿ ਮੁਲੱਠੀ ਦੀ ਚਾਹ ਵਿਚ ਐਂਟੀ ਵਾਇਰਲ ਅਤੇ ਐਂਟੀ ਬੈਕਟੀਰੀਅਲ ਗੁਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ । ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਡਿਟਾਕਸ ਕਰਦੀ ਹੈ ।

ਸਿਹਤਮੰਦ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਵਿਚ ਔਰਤ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ

ਔਰਤ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਕਈ ਫਾਲਤੂ ਕਿਸਮ ਦੇ ਡਰ ਦੂਰ ਕਰਨੇ ਪੈਣਗੇ। ਕਈ ਤੌਖਲੇ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕਰਨੇ ਪੈਣਗੇ। ਜਿਸ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਔਰਤ ਜਿੰਨੀ ਵੱਧ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੇਗੀ, ਓਨੀਆਂ ਹੀ ਉਸ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਦੀਆਂ ਰਾਹਾਂ ਬਣਨਗੀਆਂ।

ਚੰਗੀਆਂ ਤੇ ਉਸਾਰੂ ਆਦਤਾਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਵਿਚ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਅ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਵਸਤੂ ਢਲਾਣ ਵੱਲ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਦੌੜਦੀ ਹੈ, ਜਦਕਿ ਉਚਾਈ 'ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਮਿਹਨਤ-ਮੁਸ਼ੱਕਤ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਬੁਰੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਨੀਵੇਂ ਪਾਸੇ ਜਾਣ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਨ। ਉਚਾਈ ਤੱਕ ਜਾਣ ਲਈ ਮਿਹਨਤ ਵੀ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮਾਂ ਵੀ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਸਬਰ ਵੀ ਰੱਖਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਖੋਜ ਵੀ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਵਿਚ ਔਰਤ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਅਹਿਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਔਰਤ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਸਮਾਜ ਕਦੇ ਵੀ ਕਿਸੇ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਨਹੀਂ ਬਣਦਾ। ਔਰਤ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ, ਜਿਸ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਔਰਤ ਅਗਿਆਨਤਾ ਦੇ ਹਨੇਰੇ ਵਿਚ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਬਾਹਰਲੀਆਂ ਰੌਸ਼ਨੀਆਂ ਚਾਨਣ ਦੇਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸੋਚ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਅੰਨ੍ਹਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਕ ਪੜ੍ਹੀ-ਲਿਖੀ ਰੌਸ਼ਨ ਦਿਮਾਗ ਬੇਟੀ ਸਮਾਜ ਦੀ ਨਿਰਮਾਤਾ ਹੈ। ਸਿਰਫ ਚੰਗੇ ਹੋਣਾ ਹੀ ਕਾਫੀ ਨਹੀਂ, ਸਿਆਣੇ ਹੋਣਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਸੰਸਕਾਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਵਾਂ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਹ ਸੰਸਕਾਰ ਸੰਸਾਰੀ ਦੌਲਤਾਂ ਨਾਲ ਖਰੀਦੇ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ। ਸੰਸਾਰੀ ਦੌਲਤ ਭਾਵੇਂ ਜਿੰਨੀ ਮਰਜ਼ੀ ਵੱਡੀ ਹੋਵੇ, ਚੰਗੇ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਉਹ ਕਦੇ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਤਸੱਲੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀ। ਜੋ ਬਰਾਬਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਉਹੀ ਤੁਹਾਡੀ ਬੁਰਾਈ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਉਸਾਰੂ ਆਲੋਚਨਾ ਸੁਣ ਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸੰਵਾਰਨ ਨਾਲੋਂ ਕਈ ਝੂਠੀ ਤਾਰੀਫ ਸੁਣ ਕੇ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਬਰਬਾਦ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਕੁਝ ਕੁ ਚੋਣਵੇਂ ਸਮਾਜ ਨਿਰਮਾਤਾ ਚੰਗੇ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਇਸ ਕਾਰਜ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਲਈ ਉਸ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਔਰਤ ਜਾਤੀ ਦੀ ਦਸ਼ਾ ਅਤੇ ਦਿਸ਼ਾ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨਾ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਔਰਤ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਕਈ ਫਾਲਤੂ ਕਿਸਮ ਦੇ ਡਰ ਦੂਰ ਕਰਨੇ ਪੈਣਗੇ। ਕਈ ਤੌਖਲੇ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕਰਨੇ ਪੈਣਗੇ। ਜਿਸ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਔਰਤ ਜਿੰਨੀ ਵੱਧ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੇਗੀ, ਓਨੀਆਂ ਹੀ ਉਸ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਦੀਆਂ ਰਾਹਾਂ ਬਣਨਗੀਆਂ। ਔਰਤ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਜਿੰਨੇ ਟੋਏ-ਟਿੱਬੇ ਘੱਟ ਹੋਣਗੇ, ਓਨੀ ਹੀ ਉਸ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਅਣਚਾਹੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਘੱਟ ਹੋਵੇਗੀ। ਖਿਆਲਾਂ ਦੀ ਕਿਤਾਬ ਜਿੰਨੀ ਸਰਲ, ਸਾਦੀ ਅਤੇ ਉਸਾਰੂ ਹੋਵੇਗੀ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਓਨੀ ਹੀ ਵੱਧ ਹੁਸੀਨ, ਰੌਚਕ, ਦਿਲਚਸਪ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਹਾਲਾਤ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਦਲ ਦੇਣ, ਤੁਸੀਂ ਉੱਠੋ ਅਤੇ ਹਿੰਮਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਹਾਲਾਤ ਬਦਲ ਦਿਓ। ਚੰਗੀ ਅਤੇ ਉਸਾਰੂ ਸੋਚ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਉਹ ਖੰਭ ਹਨ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਅਸਮਾਨ ਵਿਚ ਉੱਚੀਆਂ ਉਡਾਰੀਆਂ ਮਾਰਨ ਦੇ ਕਾਬਲ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸਾਡੀ ਅਸਫਲਤਾ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਯਤਨਾਂ ਵਿਚ ਅਜੇ ਕਮੀ ਹੈ। ਕਮੀ ਸਾਡੇ ਵਿਚ ਨਹੀਂ, ਬਲਕਿ ਸਾਡੇ ਯਤਨਾਂ ਵਿਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਸਮਤ ਰਸਤਾ ਨਹੀਂ ਰੋਕਦੀ, ਬਲਕਿ ਡਰ, ਤੌਖਲੇ, ਚਿੰਤਾ, ਗ਼ਲਤ ਆਦਤਾਂ ਅਤੇ ਆਲਸ ਹੀ ਸਾਡਾ ਰਸਤਾ ਰੋਕਦੇ ਹਨ। ਮਿਹਨਤ ਉਹ ਚਾਬੀ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਡੀ ਕਿਸਮਤ ਦੇ ਹਰ ਜਿੰਦਰੇ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੈ। ਹਿੰਮਤ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਇਰਾਦਾ ਖੋਟੇ ਪੈਸੇ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ। ਯੋਜਨਾ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਮਿਹਨਤ ਟੱਕਰਾਂ ਹੈ। ਸਦੀਆਂ ਤੋਂ ਸਮਾਜ ਦੇ ਕਈ ਬੇਲੋੜੇ ਫਿਕਰਾਂ ਨੇ ਔਰਤ ਦੀ ਯੋਗਤਾ, ਹਿੰਮਤ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੇ ਖੰਭ ਕੁਤਰੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਅਜੇ ਅਧੂਰਾ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕ ਇੱਛਾ ਸ਼ਕਤੀ ਅਜੇ ਬਲਵਾਨ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਹੈ। ਕੁਝ ਨਵਾਂ ਖੋਜਣ ਲਈ, ਕੁਝ ਨਵਾਂ ਖੋਦਣਾ ਵੀ ਪਵੇਗਾ। ਨਵੇਂ ਰਸਤੇ ਖੋਜਣ ਲਈ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਜਦੋਂ ਔਰਤਾਂ ਕੋਲ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਆਪ ਜਿਊਣ ਦੇ ਅਸੂਲ ਹੋਣਗੇ, ਆਪਣੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਆਪ ਕਰਨ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਹੋਵੇਗੀ, ਆਪਣੇ ਸੁਪਨੇ ਆਪ ਪੂਰੇ ਕਰਨ ਦਾ ਨਿਸਚਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਈਰਖਾ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਰੂਹ ਦਾ ਖੇੜਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਸੋਚ ਵਿਚ ਮੌਲਿਕਤਾ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਵਿਚ ਸਮਝ ਹੋਵੇਗੀ ਤਾਂ ਉਸ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੀ ਆਮਦ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਹੋਵੇਗੀ।

ਯੋਜਨਾ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਮਿਹਨਤ ਟੱਕਰਾਂ ਹੈ। ਸਦੀਆਂ ਤੋਂ ਸਮਾਜ ਦੇ ਕਈ ਬੇਲੋੜੇ ਫਿਕਰਾਂ ਨੇ ਔਰਤ ਦੀ ਯੋਗਤਾ, ਹਿੰਮਤ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੇ ਖੰਭ ਕੁਤਰੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਅਜੇ ਅਧੂਰਾ ਹੈ।

-ਅਮਰਜੀਤ ਬਰਾੜ

ਸੋਚੀ ਪੈ ਗਏ ਜੀਅ ਵੇ ਬਾਬਲਾ

ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੀ ਹੁੰਦੀ ਏ, ਕਿ ਜਦੋਂ ਮੇਰਾ ਜਨਮ ਹੋਇਆ ਸੀ ਤਾਂ ਮੇਰੀ ਦਾਦੀ ਦੇ ਸੌਂ ਘੜਾ ਸਿਰ 'ਚ ਪਾਣੀ ਦਾ ਪੈ ਗਿਆ ਸੀ। ਉਸਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੀ ਕਿ ਕਿੱਥੋਂ ਸਾਡੇ ਘਰ ਪੱਥਰ ਆ ਡਿੱਗਿਆ।ਇਕ ਪੱਥਰ ਮਸਾਂ ਤੋਰਿਆ ਸੀ(ਮੇਰੀ ਭੂਆ) ਦੂਜੀ ਇਹ ਕਿੱਥੋਂ ਸਾਨੂੰ ਪਾਪ ਲੱਗ ਗਈ। ਜਦੋਂ ਮਾਂ ਮੈਨੂੰ ਨਾਨਕਿਆਂ ਤੇ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਦਾਦਕੇ ਪਿੰਡ ਲੈ ਕੇ ਆਈ ਸੀ ਤਾਂ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਦਾਦੀ ਨੇ ਮੇਰਾ ਮੂੰਹ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ ਦੇਖਿਆ ਤੇ ਦੋ ਦਿਨ ਰੋਟੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਖਾਂਧੀ । ਸਮਾਂ ਲੰਘਦਾ ਗਿਆ। ਮੇਰਾ ਦਾਦੀ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪਿਆਰ ਸੀ ਕਿ ਮੈਂ ਉਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇੱਕ ਪਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕੱਟਦੀ। ਆਂਗਣਵਾੜੀ 'ਚ ਲੱਗੀ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਮੈਂ ਉਸ ਨਾਲ ਉਂਗਲ ਫੜਕੇ ਨਾਲ ਜਾਂਦੀ। ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਨਿੱਕੀਆਂ ਨਿੱਕੀਆਂ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਬੋਲਦੀ ਦਾਦੀ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦੀ। ਫਿਰ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਾ - ਮੁਰਾਦ ਬਿਮਾਰੀ ਨੇ ਦਾਦੀ ਨੂੰ ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਖੋਹ ਲਿਆ। ਐਨੇ ਸਾਲ ਹੋ ਗਏ ਰੋਜ ਸੁਪਨੇ 'ਚ ਉਡੀਕਦਿਆਂ ਦਾਦੀ ਕਦੇ ਸੁਪਨੇ 'ਚ ਵੀ ਨਹੀਂ ਆਈ।

ਸੀਤੀ ਮੇਰੇ ਨਾਲੋਂ ਇਕ ਜਮਾਤ ਪਿੱਛੇ ਸੀ ਘਰ ਕੋਲੋਂ ਕੋਲੀ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਅਸੀ ਸਕੂਲ ਇਕੱਠੀਆਂ ਹੀ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸਾਂ। ਸੀਤੀ ਪੜ੍ਹਨ 'ਚ ਕੋਈ ਬਹੁਤੀ ਹੁਸ਼ਿਆਰ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਅੱਠਵੀਂ ਵਿੱਚੋਂ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋ ਗਈ । ਘਰਦਿਆਂ ਨੇ ਸਕੂਲੋਂ ਹਟਾ ਕੇ ਵਿਆਹ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਕੱਚੀ ਉਮਰ ਤੇ ਕਣਕ ਭਿੰਨੇ ਰੰਗ ਦੀ ਵਿਆਹੀ ਉਹ ਲਾਟ ਵਾਂਗ ਲੱਗਦੀ ਸੀ। ਹੁਣ ਤਾਂ ਕਦੇ ਸਬੱਬੀਂ ਤੀਆਂ 'ਚ ਹੀ ਮਿਲਦੀਆਂ ਸਾਂ ਅਸੀਂ। ਦੋ ਕੁ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਉਹ ਘੁਣ ਵਾਂਗ ਖਾਧੀ ਸ਼ਤੀਰੀ ਵਰਗੀ ਹੋ ਗਈ। ਮਾਂ ਪਿਉ ਨੇ ਬਥੇਰਾ ਘਰ ਲਾਇਆ ਸੀ। ਕੋਈ ਕਸਰ ਨਹੀਂ ਸੀ ਛੱਡੀ। ਵਿਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋ ਕੇ ਉਹਦੇ ਵਿਆਹ ਤੇ ਪੈਸਾ ਲਾਇਆ ਸੀ। ਆਥਣ ਦਾ ਠੰਢਾ ਜਿਹਾ ਸੂਰਜ ਡੁੱਬ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਥੋੜੀ ਦੂਰੋਂ ਵਿਰਲਾਪ ਦੀਆਂ ਚੀਕਾਂ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਆਉਣ ਲੱਗੀ। ਸੀਤੀ ਨੇ ਸਹੁਰਿਆ ਨੇ ਕਰੰਟ ਲਾ ਕੇ ਮਾਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ।

ਜੱਸੀ ਦਾ ਘਰ ਪਿੰਡ ਦੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਛਿਪਦੇ ਵੱਲ ਸੀ। ਮੇਰੇ ਤੋਂ 5-4 ਸਾਲ ਵੱਡੀ ਸੀ। ਮੇਰੇ ਵਿਹੰਦਿਆਂ ਵਿਹਿੰਦਿਆਂ ਹੀ ਉਸ ਦਾ ਵਿਆਹ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਚੰਗਾ ਜ਼ਮੀਨ ਜਾਇਦਾਦ ਵਾਲਾ ਘਰ ਭਾਲਿਆ ਸੀ। ਕੋਈ ਕਸਰ ਨਹੀਂ ਸੀ ਛੱਡੀ ਦਾਜ ਦੇਣ ਦੀ। ਪਰ ਘਰ ਵਾਲਾ ਸ਼ਰਾਬੀ ਕਬਾਬੀ ਸੀ। ਵਿਆਹ ਤੋਂ ਸਾਲ ਕੁ ਬਾਅਦ ਹੀ ਸਹੁਰਿਆ ਨੇ ਆਪਣੇ ਰੰਗ ਵਿਖਾਉਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਸਨ। ਕਰਦੇ ਕਰਾਉਂਦਿਆਂ 6 ਕੁ ਸਾਲ ਬੀਤ ਗਏ ਸਨ। ਸੁੱਖ ਨਾਲ ਦੋ ਬੱਚੇ ਵੀ ਹੋ ਗਏ ਸਨ। ਪਰ ਪਤੀ ਦੇਵ ਰੋਜ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀ ਕੇ ਕੁੱਟਦਾ ਮਾਪਦਾ ਤੇ ਘਰੋਂ ਕੱਢ ਦਿੰਦਾ । ਕਈ ਵਾਰ ਉਹ ਬੱਚਿਆ ਸਮੇਤ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਦੇ ਘਰ ਕੱਟਦੀ। ਪਰ ਕੋਈ ਕਿੰਨੇ ਕੁ ਦਿਨ ਆਪਣੇ ਘਰ ਰੱਖਦਾ ਏ ਭਲਾ ? ਇਕ ਰਾਤ ਨੂੰ ਉਹੀ ਕੰਜਰ ਕਲੇਸ਼ 'ਚ ਉਹਨੇ ਕੁੱਟ ਕੇ ਬੱਚਿਆ ਸਮੇਤ ਘਰੋਂ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ। ਰਾਤ ਨੂੰ ਉਸਨੇ ਪਸ਼ੂਆਂ ਵਾਲੇ ਵਾੜੇ ਵਿੱਚ ਤੇ ਤੁਰ ਪਈ। ਸਵੇਰੇ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੀ ਉਹ ਅਣਦਿਸੇ ਰਾਹ ਤੇ ਤੁਰ ਪਈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਦੇ ਘਰੇ ਛੱਡ ਕੇ ਆਪ ਸੂਏ ਤੇ ਆ ਕੇ ਛਾਲ ਮਾਰ ਦਿੱਤੀ। ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਮਗਰੋਂ ਲਾਸ਼ ਲੱਭੀ।

ਬੰਤੀ ਨੇ ਦਸਵੀਂ ਕੀਤੀ। ਚੰਗੇ ਸੋਹਣੇ ਨੰਬਰ ਲਏ। ਅੱਗੇ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਦਾਖਲਾ ਭਰਿਆ । ਪਰ ਘਰਦਿਆਂ ਨੇ ਚੰਗੀ ਜ਼ਮੀਨ ਵਾਲਾ ਮੁੰਡਾ ਲੱਭ ਕੇ ਵਿਆਹ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਅੱਡੀਆਂ ਚੁੱਕ ਕੇ ਦਾਜ ਨਾਲ ਸਹੁਰਿਆਂ ਦਾ ਘਰ ਭਰਿਆ। ਮੁੰਡਾ ਇੱਕ ਲਾ ਸੀ। ਤੇ ਚਾਰ ਭੈਣਾਂ ਸਨ। ਸਾਲ ਕੁ ਬਾਅਦ ਉਹੀ ਹੋਇਆ ਜੋ ਦਹਾਕਿਆਂ ਤੋਂ ਹੁੰਦਾ ਆਇਆ ਹੈ। ਮੁੰਡੇ ਦੀਆਂ ਭੈਣਾਂ ਦੀ ਘਰ 'ਚ ਦਖਲਅੰਦਾਜੀ ਬਹੁਤ ਸੀ। ਬੰਤੀ ਦੇ ਕੋਈ ਬਾਲ ਬੱਚਾ ਨਾ ਹੋਇਆ। ਨਣਦਾਂ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮਾਨ ਨਹੀਂ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਬਹਾਨਾ ਮਿਲ ਗਿਆ। ਗੱਲ ਗੱਲ ਤੇ ਉਖੜੀ ਕੁਹਾੜੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੈਂਦੀਆਂ। ਬੰਤੀ ਨੂੰ ਸਾਰਾ ਟੱਬਰ ਅੰਦਰ ਵਾੜ ਕੇ ਕੁੱਟਦਾ। ਕੁੱਟ ਕੁੱਟ ਪਿੰਡੇ ਤੇ ਲਾਸ਼ਾਂ ਖੜ੍ਹਾਂ ਦਿੰਦੇ ਬਥੇਰਾ ਐਸੀਆਂ ਪਾਉਂਦੀ। ਪਾਣੀ ਸਿਰੋਂ ਦੀ ਲੰਘ ਚੁੱਕਾ ਸੀ। ਦੱਸਦੇ ਨੇ ਇਕ ਦਿਨ ਆਥਣ ਵੇਲੇ ਨਣਦਾਂ ਤੇ ਸਾਰੇ ਟੱਬਰ ਬਹੁਤ ਕੁੱਟੀ ਤੇ ਜਦੋਂ ਮਰ ਗਈ ਤਾਂ ਲਾਸ਼ ਨੂੰ ਪੱਖੇ ਨਾਲ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਆਤਮ ਹੱਤਿਆ ਦੱਸਿਆ ਕਹਾਣੀ ਤਾਂ ਬੀਤ ਚੁੱਕੀ ਸੀ। ਪੇਕਿਆਂ ਨੂੰ ਬੁਲਾਇਆ। ਮਾਂ ਦੇ ਵੈਣ ਅਸਮਾਨ ਨੂੰ ਚੀਰ ਗਏ।

ਤੇਰੇ ਚਾਦਰ ਤੇ ਪਾਏ ਫੁੱਲ ਬੂਟੇ ਵੀ
ਰੋਂਦੇ ਨੀ ਮੇਰੀ ਰਾਣੀਏ ਧੀਏ।
ਹਤਿਆਰਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਤੇ ਨਾ ਮਿਲੇ
ਢੋਈ ਨੀ ਮੇਰੀ ਰਾਣੀਏ ਧੀਏ। ਪੁਲਿਸ ਵਾਲਿਆ ਨੇ ਲਾਸ਼ ਥੱਲੇ ਲਾਹੀ। ਬਾਪ ਸੋਚੀ ਪਿਆ ਲਾਸ਼ ਵੱਲ ਬਿਟਰ -ਬਿਟਰ ਝਾਕ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਸੱਚ ਮੁਚ ਹੀ ਲੋਕ ਬੋਲੀਆਂ ਮੱਖਣ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਾਜ ਚੋ ਰਿੜਕ - ਰਿੜਕ ਕੇ ਨਿਕਲ ਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੇ ਘਰ ਜਨਮੀਂ ਧੀ ਵੇ ਬਾਬਲਾ,
ਸੋਚੀਂ ਪੈ ਗਏ ਜੀਅ ਵੇ ਬਾਬਲਾ।

ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਕੌਰ ਕਲੇਰ