

ਨਾਰੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅੰਕ

ਪੈਸਾ ਵੀ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹੈ ਆਪਸੀ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚ ਦਰਾੜ



ਅੱਜ ਦੇ ਯੁੱਗ ਵਿਚ ਪੈਸੇ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤਤਾ ਵਧਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਧਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤਤਾ ਵਿਚ ਆਪਸੀ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚ ਖਟਾਸ ਵੀ ਵਧ ਰਹੀ ਹੈ। ਠੀਕ ਹੈ ਪੈਸਾ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਹੈ ਪਰ ਪੈਸਾ ਸਭ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਰਿਸ਼ਤੇ ਮਧੁਰ ਹਨ ਤਾਂ ਪੈਸਾ ਬੜਾ ਘੱਟ ਵੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਚਲਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜੇਕਰ ਪੈਸਾ ਬਹੁਤ ਹੈ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਮਧੁਰ ਨਹੀਂ ਹਨ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਫਰਕ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨੌਕਰੀ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ ਬਣੋ। ਆਪਣੀ ਤਨਖਾਹ ਦਾ ਸੀਮਤ ਹਿੱਸਾ ਘਰ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਦੇ ਲਈ ਰੱਖੋ। ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਸਾਂਝੇ ਖਾਣੇ ਵਿਚ ਰੱਖੋ ਤਾਂ ਕਿ ਘੁੰਮਣ ਜਾਣਾ ਹੋਵੇ, ਡਿਨਰ 'ਤੇ ਜਾਣਾ ਹੋਵੇ, ਪੁਰਾਣੇ 'ਤੇ ਲੈਣ-ਦੇਣ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇ, ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਕੰਮ ਆ ਸਕਣ ਅਤੇ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਆਪਣੇ ਖਾਣੇ ਵਿਚ ਰੱਖੋ ਤਾਂ ਕਿ ਨਿੱਜੀ ਖਰਚਿਆਂ ਦੇ ਲਈ ਕਿਸੇ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵੱਲ ਨਾ ਦੇਖਣਾ ਪਵੇ। ਜੇਕਰ ਪਤਨੀ ਨੌਕਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਤਾਂ ਘਰ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਮੁਤਾਬਿਕ ਪਤਨੀ ਨੂੰ ਕੁਝ ਬੱਚੀ ਭਰਮ ਜ਼ਰੂਰ ਦਿਉ ਤਾਂ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਖਰੀਦ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਪਤੀ ਤੋਂ ਪੈਸੇ ਨਾ ਮੰਗਣੇ ਪੈਣ ਅਤੇ ਉਹ ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੇ।

ਕਦੇ-ਕਦੇ ਅਜਿਹਾ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਤਨੀ ਪਤੀ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਮਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਘਰ ਦੇ ਮੁੱਖ ਖਰਚੇ ਉਸ ਦੀ ਆਮਦਨ ਨਾਲ ਚਲਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਪਰਿਵਾਰ ਜਲਦੀ ਟੁੱਟਣ ਲਗਦੇ ਹਨ। ਕਿਉਂਕਿ ਪਤੀ ਇਹ ਸਭ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਸ਼ਾਦੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਤਨੀ ਪਤੀ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਮਾਉਂਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸ਼ਾਦੀ ਦੇ ਲਈ ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਜੇਕਰ ਸ਼ਾਦੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੋਈ ਤਰੱਕੀ ਜਾਂ ਕੰਮ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨ ਨਾਲ ਪਤਨੀ ਬਹੁਤਾ ਕਮਾਉਣ ਲੱਗ ਪਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਆਮ ਵਰਗੀ ਗੱਲ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਪਤਨੀ ਨੂੰ ਵਾਧੂ ਖਰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਨਾ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਆਪਣੀ ਇੱਛਾ ਅਨੁਸਾਰ ਵੱਧ ਖਰਚ ਕਰੇ ਤਾਂ ਕਰਨ ਦਿਉ।

ਪੈਸੇ ਅਤੇ ਕੰਮ ਤੋਂ ਵੱਧ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਜੁੜੇ ਰਹੋ ਤਾਂ ਕਿ ਰਿਸ਼ਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਬਣੇ ਰਹਿਣ। ਭਾਵਨਾਤਮਿਕ ਜੁੜਾਅ ਦੇ ਲਈ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਗੁਜ਼ਾਰੋ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ 'ਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਪਤੀ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਕੰਮ ਬਦਲਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਕਿ ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਕਿਉਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਪੈਸਿਆਂ ਕਰਕੇ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਸਮਝਾਓ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਵੈਸੇ ਹੀ ਪਸੰਦ ਹੋ। ਵਾਰ-ਵਾਰ ਕੰਮ ਬਦਲ ਕੇ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਤਣਾਅ ਵਿਚ ਨਾ ਪਾਓ। ਮਿਲ ਕੇ ਖਰਚ ਤੇ ਆਮਦਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ। ਜਿਥੇ ਖਰਚਾ ਘੱਟ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਸਲਾਹ ਨਾਲ ਘੱਟ ਕਰੋ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਬਿਥਰਦਿਆਂ ਦੋਹਰ ਨਹੀਂ ਲਗਦੀ।

ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਡਰਦੇ ਹਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ?

ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਮਨ ਫੁੱਲ ਵਾਂਗ ਕੋਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਦਾਖਲੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਡਰਨ ਲਗਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਸਕੂਲ ਦਾ ਵਾਹਨ ਘਰ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੈਣ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਡਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਰੋਣ ਲਗਦੇ ਹਨ। ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਵੇਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਰੋਣਾ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ। ਇਸ ਘੱਟ ਉਮਰ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਇਸ ਕਦਰ ਘਬਰਾਉਣ ਲਗਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਸਮਝ ਬੈਠਦੇ ਹਨ। ਦਰਅਸਲ ਸਕੂਲ ਦਾ ਡਰ ਵੱਡੇ ਹੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਬਿਠਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਿੱਠੀ-ਪਾਪਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੰਮ ਪੂਰਾ ਨਾ ਕਰਨ 'ਤੇ ਸ਼ੋਮ-ਸ਼ੋਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ ਬੱਚੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਨਾਅ ਤੋਂ ਹੀ ਘਬਰਾਉਣ ਲਗਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਾ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾ ਡਰੇ, ਇਸ ਲਈ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਿੱਠੀ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਮਾਗ ਵਿਚੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਦੂਰ ਕਰੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਪਿਤਾ ਦੀ ਬਜਾਏ ਮਾਤਾ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਮੰਨਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਦਾ ਇਕ ਕਾਰਨ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਮਾਂ ਵੱਧ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਦੇ ਅਕਸ ਨੂੰ ਡਰਾਉਣਾ ਨਾ ਬਣਾ ਕੇ ਸੁੰਦਰ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਖੇਡ ਅਤੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਦੇ ਅਨੇਕ ਸਾਧਨ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਉਥੇ ਮੈਡਮ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਾਏਗੀ। ਇਕ ਮਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਲ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਵਿਚ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਤੀ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਆਕਰਸ਼ਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਘਰ ਵਾਂਗ ਸਕੂਲ ਵੀ ਇਕ ਸਥਾਨ ਹੈ। ਉਥੇ ਵੀ ਮੈਡਮ ਮਾਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਭੇਜੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਾਂ ਲਈ ਇਹ ਉਚਿਤ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਉਹ ਸਕੂਲ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇਵੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਰਹੇਗੀ। ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚੋਂ ਡਰ ਕੱਢਣ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲਿਜਾ ਕੇ ਸਕੂਲ ਦਿਖਾਓ। ਉਥੋਂ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਬਾਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਭੇਜਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਭਾਰੀ ਗਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸੁੰਦਰ ਖੇਡ-ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਉ। ਇਸ ਵਿਚ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਾਉਣਾ ਵੀ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੋਵੇਗਾ।

ਰਸਤਾ ਬਣਾਉਣਾ ਆਦਿ ਆਮ ਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਵਿਚ ਉਤਸੁਕਤਾ ਵਧੇਗੀ, ਉਸ ਦੀ ਅਧਿਐਨ ਪ੍ਰਤੀ ਰੁਚੀ ਵਧੇਗੀ। ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਪਿਛਲੇ ਦਿਨੀਂ ਇਕ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿਚ ਇਹ ਸਿੱਧ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ 85 ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਸਕੂਲ ਭੇਜਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਪ੍ਰੰਪਰਾ ਗਲਤ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਬਹੁਤ ਖਤਰਨਾਕ ਵੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬੜਾ ਵੱਖਰਾ ਇਕੱਲਾ ਛੱਡਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੋ। ਉਸ ਨੂੰ ਹਰ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਨਾ ਰੱਖੋ। ਚੰਗਾ ਹੋਵੇਗਾ ਜੇਕਰ ਪਾਰਟੀ ਅਤੇ ਵਿਆਹ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਸਕੂਲ ਦੀ ਇਕ ਆਦਰਸ਼ ਤਸਵੀਰ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਕੂਲ ਬਾਰੇ ਕਦੇ ਵੀ ਅਜਿਹੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨਾ ਕਰੋ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਬੱਚਾ ਡਰਨ ਲੱਗੇ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲਾਡਲੇ ਦਾ ਜੀਵਨ ਸਵਾਰਨ ਦੇ ਲਈ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਵਿਚ ਤਾਲਮੇਲ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਇਕ ਕੜੀ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਮੁਕਾਬਲਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇਣ



ਲੱਗਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਮਿੱਤਰਾਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰੋ।

ਕੰਮ ਵੱਧ-ਥਕਾਵਟ ਘੱਟ



ਘਰ ਦੀ ਸਾਂਝ-ਸੰਭਾਲ ਹਰ ਗ੍ਰਹਿਣੀ ਦਾ ਮੁੱਢਲਾ ਕੰਮ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਕੰਮਕਾਜੀ ਔਰਤ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਘਰੇਲੂ। ਘਰ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਜੇਕਰ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉਣ ਲੱਗੀਏ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਕੰਮ ਔਰਤ ਨਹੀਂ। ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਿਆ ਹੋਣਾ ਹੈ ਕਿ ਅਕਸਰ ਔਰਤਾਂ ਘਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਰੁੱਝੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਬਹੁਤੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਥਕਾਵਟ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਵੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਜੇਕਰ ਭੈਣਾਂ ਸੁਝ-ਬੁਝ ਨਾਲ ਘਰੇਲੂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਹੱਦ ਤੱਕ ਸਰੀਰਕ ਥਕਾਵਟ ਨੂੰ ਘਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰਕ ਥਕਾਵਟ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਦੇ ਕੁਝ ਠੀਕ ਸੁਝਾਅ ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ:

ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ। ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਇਹ ਸੂਚੀ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿਚ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਸੂਚੀ ਔਰਤਾਂ ਤਾਂ ਜਿਹਨੀ ਤੋਰ 'ਤੇ ਵੀ ਬਣਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਸੂਚੀ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਦੇਖੋ, ਇਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਕਿਹੜਾ ਕੰਮ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸ ਕੰਮ ਨੂੰ ਕੁਝ ਦਿਨ ਤੱਕ ਟਾਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਿਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਜੀਅ ਦੀ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕੇ।

ਸੂਚੀ ਬਣਾਉਣ ਲੱਗਿਆਂ ਇਹ ਵੀ ਦੇਖੋ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਕੰਮ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਹੜੇ ਕੰਮ ਹਫ਼ਤਾਵਾਰੀ ਜਾਂ ਮਹੀਨਾਵਾਰੀ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉਣ ਵਕਤ ਇਹ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖੋ ਕਿ ਕਿਹੜੇ-ਕਿਹੜੇ ਕੰਮ ਇਕੱਠੇ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਬਜ਼ੀ ਦਾ ਤੜਕਾ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਵਕਤ ਰਸੋਈ ਦੀ ਸਾਂਝ-ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਕੰਮ ਆਦਿ ਜਾਂ ਫਿਰ ਮਸ਼ੀਨ ਵਿਚ ਕੱਪੜੇ ਧੋਣ ਦੇ ਵਕਤ ਘਰ ਦੀ ਝਾੜ-ਪੁੱਛ ਆਦਿ ਦਾ ਕੰਮ। ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਜੀਅਾਂ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੁਸ਼ਲਤਾ, ਸਰੀਰਕ ਸਮਰੱਥਾ, ਰੁਚੀ ਅਤੇ ਰੁਝਾਨ ਮੁਤਾਬਿਕ ਵੰਡਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਕ ਤਾਂ ਸੁਆਣੀ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਦੇ ਭਾਰ ਨੂੰ ਕੁਝ ਹੌਲਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਦੂਜਾ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਜੀਅਾਂ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਆਦਤ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵਿਚ ਔਰਤਾਂ ਉੱਪਰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਕੰਮ ਦੇ ਬੋਝ ਸਬੰਧੀ ਅਹਿਸਾਸ ਵੀ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਠਲ-ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਜੀਅਾਂ ਵਿਚ ਆਪਸੀ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਵਕਤ ਸਰੀਰਕ ਥਕਾਵਟ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਦਾ ਅਗਲਾ ਅਹਿਮ ਨੁਕਤਾ ਹੈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲੱਗਿਆਂ ਸਰੀਰ ਦਾ ਸਹੀ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨਾ ਯਾਨੀ ਕਿ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਹੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿਚ ਰੱਖ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋ ਕੇ ਝਾੜੂ ਦੇ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਝਾੜੂ ਦੇ ਡੰਡੇ/ਹੱਥ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਏਨੀ ਕੁ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰਤ ਤੋਂ ਵੱਧ ਝੁਕਣਾ ਨਾ ਪਵੇ ਅਤੇ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋ ਕੇ ਕੱਪੜੇ ਪੁੱਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਮੋਜ਼ ਦੀ ਉਚਾਈ ਉੱਚਿਤ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਬਿਨਾਂ ਝੁਕੇ ਕੱਪੜੇ ਪੁੱਸ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਣ। ਰਸੋਈ ਦੀ ਉਚਾਈ ਗ੍ਰਹਿਣੀ ਦੀ ਉੱਚਾਈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਬਹੁਤੀਆਂ ਨੀਵੀਆਂ ਹੋਣ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੇਕਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਚਾਈ ਗ੍ਰਹਿਣੀ ਦੀ ਕੁਹਣੀ ਤੋਂ ਚਾਈ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਇੰਚ ਹੇਠਾਂ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਹੀ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕੱਪੜੇ ਸੁਕਾਉਣ ਵਾਲੀ ਤਾਰ ਗ੍ਰਹਿਣੀ ਦੇ ਕੱਚੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਅੱਡੀਆਂ ਭਾਰ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਪਵੇ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਪਿੱਠੀਆਂ 'ਤੇ ਵਾਧੂ ਜ਼ੋਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਘਰ ਵਿਚ ਸਮਾਨ ਰੱਖਣ ਵਕਤ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਰਸੋਈ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਕਿ ਭਾਰਾ ਸਮਾਨ ਜਿਸ ਦੀ ਹਰ ਦੂਜੇ-ਤੀਜੇ ਦਿਨ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੋਵੇ, ਨੀਵੀਆਂ ਸੈਲਫਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣ-ਰੱਖਣ 'ਤੇ ਬਾਹਾਂ ਅਤੇ ਅੱਡੀਆਂ 'ਤੇ ਵਾਧੂ ਵਜ਼ਨ ਨਾ ਪਵੇ। ਭਾਰੀ ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਇਕ ਥਾਂ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਧਰੋਲਣ ਲੱਗਿਆਂ ਰੱਖਾਂ ਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਕੋਲਣ ਲੱਗਿਆਂ ਰੱਖਾਂ ਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਕੋਲਣ ਲੱਗਿਆਂ 'ਤੇ ਪਾਓ, ਇਸ ਨਾਲ ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਸੌਖੇ ਖਿਸਕਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅੱਜਕਲ੍ਹ ਘਰੇਲੂ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਕਰਨ ਲਈ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿਚ ਵੈਨ-ਸੁਵੈਨੇ ਸਾਜੋ-ਸਾਮਾਨ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਮੇਂ ਦੀ ਬੱਚਤ ਤਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੀ ਹੈ, ਗ੍ਰਹਿਣੀ ਆਪਣੀ ਸਰੀਰਕ ਸ਼ਕਤੀ ਵੀ ਬਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਲੂ ਛਿੱਲਣ ਵਾਲੇ ਚਾਕੂ, ਮਧਾਣੀਆਂ, ਸਬਜ਼ੀ ਕੱਟਣ ਵਾਲੇ ਬੋਡਰ, ਮਿਕਸੀ, ਫੂਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਰ, ਪੈਸ਼ਰ ਕੂਕਰ, ਕੱਪੜੇ ਧੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮਸ਼ੀਨਾਂ, ਮਾਈਕਰੋਵੇਵਜ਼ ਆਦਿ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਲਈ ਵੀ ਕਈ ਅੱਜ਼ਾਹ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਰੀਰਕ ਥਕਾਵਟ ਨੂੰ ਘਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ ਸ਼ਾਨ-ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਸ

ਕੰਮਕਾਜੀ ਔਰਤ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਘਰੇਲੂ, ਜਾਂ ਫਿਰ ਸਕੂਲ-ਕਾਲਜ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਲੜਕੀਆਂ, ਸਭ ਕੋਲ ਪਰਸ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਕ ਪੁਖਸ਼ੁਰਤ ਅਤੇ ਆਕਰਸ਼ਕ ਪਰਸ ਤੁਹਾਡੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਹੋਰ ਨਿਖਾਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅੱਜਕਲ੍ਹ ਤਾਂ ਆਕਰਸ਼ਕ ਅਤੇ ਕਲਾਤਮਿਕ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਵਾਲੇ ਪਰਸਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਵਧ ਰਹੀ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਲੇਮੀਆਂ ਤਣੀਆਂ ਵਾਲਾ ਪਰਸ ਔਰਤ ਦੀ ਪਸੰਦ ਸੀ, ਜੇਕਰ ਉਸ ਨੂੰ ਮੋਢੇ 'ਤੇ ਲਟਕਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਔਰਤ ਦੇ ਲੋਕ ਤੱਕ ਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਜੇ ਹੱਥ ਵਿਚ ਫੜਦੀ ਤਾਂ ਪਰਸ ਧਰਤੀ ਤੋਂ 4-5 ਇੰਚ ਹੀ ਉੱਚਾ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ। ਅੱਜਕਲ੍ਹ ਦੇ ਰਿਵਾਜ ਵਿਚ ਤਣੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ, ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਔਰਤ ਇਸ ਪਰਸ ਦੀਆਂ ਤਣੀਆਂ ਮੋਢੇ 'ਚ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਪਰਸ ਔਰਤ ਦੀ ਕੁਹਣੀ ਤੋਂ ਵੀ ਬੜਾ ਉੱਚਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਔਰਤ ਦੇ ਡੌਲੇ ਹੇਠ ਹੀ ਘੁੰਟਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ ਸ਼ਾਨ-ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਸ ਹੁਣ ਤਾਂ ਔਰਤਾਂ ਪਰਸਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਆਪਣੀ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕਰਨ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਕੰਮਕਾਜੀ ਔਰਤ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਪਰਸ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਅੰਦਰ 2-3 ਜੋਥੇ ਹੋਣ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਜੋਥੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਾਰਜ਼ਾਤ, ਛੋਟਾ ਲੰਚ ਟਿਫਨ, ਰੁਮਾਲ, ਨਿੱਕਾ ਤੋਲੀਆ, ਆਪਣਾ ਮੋਬਾਈਲ ਅਤੇ ਮੋਕਾਪ ਦਾ ਸਮਾਨ ਵੀ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਪਰਸ ਵਿਚ ਇਕ ਛੋਟਾ ਪਰਸ ਵੀ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ ਰੱਖ ਸਕੋ। ਕਈ ਵਾਰ ਪੈਸਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਇਕ ਛੋਟਾ ਪਰਸ ਅਤੇ ਨਾਲ ਵੱਡਾ ਬੈਗ ਵੀ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿਚ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਕਰਦਿਆਂ ਸਾਮਾਨ ਵੱਡੇ ਬੈਗ ਵਿਚ ਆਸਾਨੀ ਨਾ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪੈਸਿਆਂ ਵਾਲਾ ਛੋਟਾ ਪਰ ਵੱਡੇ ਬੈਗ ਵਿਚ ਇਕ ਪਾਸੇ ਰੱਖ ਲ ਤਾਂ ਕਿ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਉਥੋਂ ਕੱਢਿਆ ਜ ਸਕੇ। ਸਾਮਾਨ ਵਾਰ ਬੈਗ ਆਸਾਨੀ ਨਾ ਮੋਢੇ 'ਤੇ ਲਟਕਾ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਗ ਤੁਸੀਂ ਘੁੰਮਣ ਲਾ ਬਾਹਰ ਜਾਣਾ ਹੈ ਤਾਂ 'ਹੈਂਡ ਬੈਗ' ਲੱਕੇ ਅੱਜਕਲ੍ਹ ਮੌਜੂਦਾ ਜ਼ਮਾਨਾ ਹੈ। ਸ਼ਹਿਰ ਅਤੇ ਪੇਂਡੂ ਪੜ੍ਹੀਆਂ ਲਿਖੀਆਂ ਔਰਤ ਸਾੜੀ ਜੁੱਟ ਨਾ ਮੈਚ ਕਰਦੀ ਜੁੱਟ ਲਿਪਸਟਿਕ, ਬਿੰ ਆਦਿ ਵਰਤਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਸ ਵੇਲੇ ਦੇਖਣ ਵਾਲਾ/ਵਾਰ ਹੈਰਾਨ ਰਹਿ ਜਾਂ ਹਨ ਜਦੋਂ ਕਿ ਔਰਤ ਕੋਲ ਸੂਟ ਜ ਸਾੜੀ ਨਾਲ ਮਿੱਚ ਕਰਦਾ ਪਰ ਫੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੈਗ ਦੇ ਕੁਝ ਰੰਗ ਮੈਰੂਨ, ਕਾਲਾ, ਭੂਰਾ, ਗਰੇਅ ਅਤੇ ਗੋਲਡਨ ਤੁਹਾਡੇ ਹਰੇਕ ਰੰਗ ਦੇ ਕੰਪਲਿਮੈਂਟ ਨਾਲ ਮੈਚ ਕਰਨਗੇ। ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਪਾਰਟੀ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਹੈ ਤਾਂ 'ਸਫੈਦ ਪਰਸ' ਅਲੱਗ ਹੀ ਅਤੇ ਰੈਕਸਨ ਦੇ ਪਰਸ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਵਿਆਹ ਜਾਂ ਪਾਰਟੀ 'ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਵੈਸੀ ਪਰਸ ਠੀਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜਦ ਕਿ ਕੰਮਕਾਜ ਵਾਲੀਆਂ ਲਈ ਚਮੜੇ ਦਾ

ਪਰਸ ਠੀਕ ਰਹੇਗਾ। ਪਰਸ ਦੀ ਖਰੀਦ ਸਮੇਂ ਆਪਣੀ ਉਮਰ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਚਾਰ ਵਾਰ ਲਗਾ ਕੇ ਦੇਖ ਲਵੋ ਕਿ ਲਾਉਣ/ਖਿਲਣ ਵੇਲੇ ਫਸਦੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ? ਪਰਸ ਦੀਆਂ ਵੱਦਰੀਆਂ (ਪੱਟੀਆਂ) ਆਪਣੀ ਉਮਰ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪਰਸ ਠੀਕ ਰਹੇਗਾ। ਪਰਸ ਦੀ ਖਰੀਦ ਸਮੇਂ ਆਪਣੀ ਉਮਰ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਰਖ ਲਵੋ ਕਿ ਉਹ ਮਜ਼ਬੂਤ ਵੀ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਪਰਸ ਵੱਦਰੀਆਂ ਸਹਾਰੇ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਮੌਜੂਦਾ 'ਤੇ ਲਟਕਦਾ ਹੈ। ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿਚ ਚਮੜੇ, ਕੋਮ ਅਤੇ ਰੈਕਸਨ ਦੇ ਪਰਸ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਵਿਆਹ ਜਾਂ ਪਾਰਟੀ 'ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਵੈਸੀ ਪਰਸ ਠੀਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜਦ ਕਿ ਕੰਮਕਾਜ ਵਾਲੀਆਂ ਲਈ ਚਮੜੇ ਦਾ



ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜਿਸਦਾ ਉਮਰ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਭੜਕੀਲੇ ਰੰਗ ਦੇ ਪਰਸ ਨਾ ਖਰੀਦਣ। ਅਗਰ ਤੁਸੀਂ ਦਵਤਰ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹਲਕਾ ਰੰਗ ਹੀ ਜਚੇਗਾ। ਭੜਕੀਲੇ ਰੰਗ ਤਾਂ ਚੜ੍ਹਦੀ ਜਵਾਨੀ 'ਤੇ ਹੀ ਵਧਦੇ ਹਨ। -ਭੋਲਾ ਨੂਰਪੁਰਾ,

ਵਿਅੰਗ

ਰੈਡੀਮੇਡ ਬਣੇ ਬਣਾਏ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦਾ ਰਿਵਾਜ ਤਾਂ ਹੁਣ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ ਚਾਹੇ ਕਈ ਸਾਡੇ ਜਿਹੇ ਬੇਦੋਸ਼ ਸਰੀਰਾਂ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਘੱਟ ਹੀ ਫਿੱਟ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਰੈਡੀਮੇਡ ਲੀਡਰ ਤੇ ਖਾਨਦਾਨੀ ਲੀਡਰ

ਬਾਪ ਦੇ ਪਿਛੋਂ ਲੜਕਾ ਜਾਂ ਲੜਕੇ ਕੌਮ ਸੰਭਾਲ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਪੀੜ੍ਹੀ-ਦਰ-ਪੀੜ੍ਹੀ ਇਹ ਕੌਮ ਚਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ। ਹੁਣ ਐਲੋਪੈਥੀ ਡਾਕਟਰੀ ਨੇ ਹਕੀਮ ਫਿੱਕੇ ਪਾ ਛੱਡੇ ਹਨ ਤੇ ਤੁਰਤ-ਤੁਰਤ ਆਰਾਮ ਤੋਂ ਉਪਰੰਤ ਆਪਰੇਸ਼ਨਾਂ ਦਾ ਦੌਰ ਆ ਗਿਆ ਹੈ।



ਪਿਓ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਬਣਿਆ ਲੀਡਰਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁੱਝ ਤਾਂ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਟੰਬੇ ਚੜ੍ਹਕੇ ਉਤਾਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਨਿਰੋ ਹੀ ਰੈਡੀਮੇਡ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਭਾਵ ਨਵੇਂ ਨਕੋਰ।

ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਹੈ ਰੈਡੀਮੇਡ ਲੀਡਰ ਜਾਂ ਲੀਡਰਾਂ ਦੀ। ਖਾਨਦਾਨੀ ਲੀਡਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਇਹ ਕਈ ਕੋਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਵੱਖ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਚਾਹੇ ਹੁਣੇ ਦੇ ਇਹ ਵੀ ਖਾਨਦਾਨ 'ਤੇ ਆਧਾਰਤ ਹੀ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਖਾਨਦਾਨੀ ਹਕੀਮ ਮਸ਼ਹੂਰ ਹੋਇਆ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਬਾਪ ਦੇ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਵੀ ਦਵਾਈਆਂ-ਬੂਟੀਆਂ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਤੇ ਦੇਣ ਵਿਚ ਰੁਝ ਜਾਇਆ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਸਾਲਾਂ ਬੱਚੀ ਤਜਰਬੇ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਬੱਚੇ ਪੂਰੀ ਹਿਕਮਤ ਕਰਨ ਯੋਗ ਹੋ ਜਾਇਆ ਕਰਦੇ ਸਨ।

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਈ ਸੱਤਕਾਰਯੋਗ ਨੇਤਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇ ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਪੁੱਤ ਡਾਕਟਰ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਿਆਸਤਦਾਨ ਉਹ ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਪੁੱਤ ਲੀਡਰ ਜਾਂ ਸਿਆਸਤਦਾਨ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਬਣ ਸਕਦਾ? ਇਨ੍ਹਾਂ

ਵਿਅੰਗ

ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਯੂਥ ਵਿੰਗ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਤਾਂ ਵੱਟ 'ਤੇ ਪਈ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਧਾ ਜਾਂ ਰੁਝਾਨ ਤੋਂ ਕਮਰੇਡ ਕਾਫੀ ਹੱਦ ਤੱਕ ਬਚੇ ਹੋਏ ਹਨ।

ਕਾਵਿ-ਰਚਨਾ

ਗਜ਼ਲਾਂ

ਸੀਸ਼ੇ 'ਤੇ ਖਿੜਦੇ ਫੁੱਲ ਉਹ ਬਹਿ ਕੇ ਨਿਹਾਰਦਾ। ਸਕਰੀਨ ਸੋਢਰ 'ਚੋਂ ਭਰਮ ਪਾਲੇ ਬਹਾਰ ਦਾ। ਬੰਦੂਕ ਫੜ ਕੇ ਮੈਂ ਨਹੀਂ ਜਦ ਕੁਝ ਵਿਚਾਰਦਾ। ਤਾਂ ਫਰਕ ਕੀ ਗੋਲੀ ਨੂੰ ਪੈਣਾ ਆਰ ਪਾਰ ਦਾ।

ਮਿੰਨੀ ਕਹਾਣੀ

ਸੌਧ

ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸਾਹਿਬ ਦਵਤਰ ਵਿਚ ਬੈਠੇ ਸਨ ਤਾਂ ਇਕ ਪਬਲਿਸ਼ਰ ਆਪਣੀ ਕੋਮਿਸ਼ਨਰੀ ਦੀ ਨਵੀਂ ਫਾਈ ਕਿਤਾਬ ਲੈ ਕੇ ਆਇਆ।

ਬਿਜਲੀ ਫ੍ਰੀ, ਪਾਣੀ ਫ੍ਰੀ, ਸੀਵਰੇਜ ਫ੍ਰੀ....

ਦੋ ਕੁ ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਇਕ ਪਿੰਡ ਵਿਚ ਮੰਤਰੀ ਜੀ ਚੌਢੀ ਘੰਟੇ ਬਿਜਲੀ ਸਪਲਾਈ ਦੇ ਨੀਂਹ ਪੱਥਰ ਦਾ ਉਦਘਾਟਨ ਕਰਕੇ ਗਏ।



ਅਨੁਸਾਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਪੰਜ ਮਰਲੇ ਤੱਕ ਦੇ ਘਰਾਂ ਦੇ ਪਾਣੀ ਤੇ ਸੀਵਰੇਜ ਦੇ ਖਿੱਲ ਵੀ ਮਾਫ਼ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਹਾਂ ਬਈ, ਸਰਕਾਰ ਸਿਆਣੀ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਬਿਜਲੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਜਲ ਸਪਲਾਈ ਦੀ ਮੱਤਰ ਕਿਵੇਂ ਚੱਲੇਗੀ।

ਮਿੰਨੀ ਕਹਾਣੀ

ਜਿੱਤ

ਥਾਣੇਦਾਰ ਦੇ ਹੱਥੋਂ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੁੱਟ ਖਾਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਉਹ ਮੌਨ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਿ ਚੰਗੀ ਉਸ ਨੂੰ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਮੜੀਆਂ ਤੱਕ

ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਦੇ ਇਕ ਸਮਾਨਕ ਆਗੂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ। ਇਹ ਆਗੂ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਹਮਨ-ਪਿਆਰਾ ਸੀ। ਉਸ ਦੇ ਸਮਾਗਮ ਅਤੇ ਫਿਰ ਸ਼ੋਕ ਸਮਾਗਮ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਾਲ ਇਕੱਠ ਹੋਇਆ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਰਸ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਮਿਲਣਾ-ਜੁਲਣਾ

ਹਰੀ ਸ਼ੰਕਰ ਜੋਸ਼ੀ ਮਿਲਣ-ਜੁਲਣੇ ਰਹਿਣਾ ਸਮਾਜ ਦੀ ਇਕ ਰਵਾਇਤ ਹੈ ਜੋ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਦੋਂ ਦੀ ਚੱਲੀ ਆ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਹੜਾ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ ਕਿ ਕਦ ਹੋਵੇ 'ਚ ਆਈ।



ਸਿੱਖਿਆ ਅਧਿਕਾਰ ਕਾਨੂੰਨ : ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਇਰਾਦਾ ਤੇ ਲੋੜੀਂਦਾ ਬਜਟ ਹੀ ਲਾਵੇਗਾ ਪਾਰ

ਮਾਸਟਰ ਹੰਸ ਰਾਜ ਪਹਿਲੀ ਅਪ੍ਰੈਲ ਤੋਂ ਸਿੱਖਿਆ ਅਧਿਕਾਰ ਬਿੱਲ ਲਾਗੂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, 86ਵੀਂ ਸੋਧ ਰਾਹੀਂ ਇਸ ਬਿੱਲ ਨੂੰ ਮੌਲਿਕ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਦਰਜਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।

ਸਹਿਯੋਗ ਨਾ ਕਰਨ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਟੀਚੇ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਰਿਹਾ, ਕਿਉਂਕਿ 2002 ਤੋਂ ਕੇਂਦਰ ਨੇ ਰਾਜਾਂ ਨੂੰ 85 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ, 55 ਕੇਂਦਰ ਨੇ ਰਾਜਾਂ ਨੂੰ 65 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ 85 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਬਜਟ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ, ਪਰ ਰਾਜ ਸਰਕਾਰਾਂ 15 ਤੋਂ 35 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਹਿੱਸਾ ਪਾਉਣ ਵਿਚ ਅਸਫਲ ਰਹੀਆਂ।

ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਖੋਲ੍ਹੇ ਦੋ ਨਵੇਂ ਕਾਲਜ ਹੋਏ 'ਲਾਵਾਰਸ'

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 6 ਸਤੰਬਰ ਨੂੰ ਕਾਂਸਟੀਚੂਐਂਟ ਕਾਲਜਾਂ ਵਜੋਂ (ਪ.ਪ.)-ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਖੋਲ੍ਹੇ ਦੋ ਸਰਕਾਰੀ ਕਾਲਜ 'ਲਾਵਾਰਸ' ਹੋ ਕੇ ਰਹਿ ਗਏ ਹਨ।

ਦੋ ਕਾਲਜ ਪੰਜਾਬ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਗੁਣੇ ਪਏ ਸਨ। ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਕਾਲਜਾਂ ਦੀਆਂ ਅੱਧੀਆਂ-ਅਧੂਰੀਆਂ ਇਮਾਰਤਾਂ ਖੜੀਆਂ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ ਪਰ ਨਾ ਅਧਿਆਪਕ ਰੱਖੇ ਗਏ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਮੁਢਲਾ ਆਧਾਰੀ ਢਾਂਚਾ ਮੁਹਈਆ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ।

ਜੇ ਜਦੋਂ ਖ਼ਰਚਾ ਇਸ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵਧੇਰੇ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਲਜਾਂ ਵਾਸਤੇ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਪੂਰੀ ਗ੍ਰਾਂਟ ਦੇਣ ਤੋਂ ਭੱਜਣ ਲੱਗ ਪਈ ਹੈ। ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਬਿਜ਼ਨਸ ਸਕੂਲ ਦੇ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਅਤੇ ਸੈਨੇਟ ਪ੍ਰੋ. ਕਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਵੱਲੋਂ ਸੈਨੇਟ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਵਿਚ ਸਰਕਾਰ ਪ੍ਰਤੀ ਕਾਲਜ ਡੇਢ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ ਸਾਲਾਨਾ ਗ੍ਰਾਂਟ ਦੇ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦੋ ਕਰੋੜ 61 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਤੋਂ ਫੀਸ ਆ ਰਹੀ

ਨਹੀਂ ਆਵੇਗਾ ਕੋਈ ਵਿੱਤੀ ਸਿੱਖਿਆ ਮੰਤਰੀ ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਰੰਧੜਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਨਵੇਂ ਖੋਲ੍ਹੇ ਸਰਕਾਰੀ ਕਾਲਜ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਲਈ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਵਿਦਿਅਕ ਅਦਾਰਿਆਂ ਕੋਲ ਬਿਹਤਰ ਤਜਰਬਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਾਲਜਾਂ ਦੀ ਗ੍ਰਾਂਟ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਚਾਲੂ ਸਾਲ ਦੌਰਾਨ ਅਜੇ ਤਕ ਕੇਵਲ 90 ਕਰੋੜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਏ ਹਨ।

ਸ਼ਹਿਦ ਬਨਾਮ ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ

ਸ਼ੂਗਰ (Diabetes) ਦੇ ਬਹੁਤੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਇਹ ਸਵਾਲ ਉਠਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਸ਼ਹਿਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ? ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਰੋਗ ਦੌਰਾਨ ਸ਼ਹਿਦ ਤੇ ਮਿਹਰ ਦੇ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿਗੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਇਹ ਅੱਗ ਚੀਨੀ, ਠੰਢੇ ਤੇ ਮਿੱਠੇ ਪੌਣੇ ਰਹਿਣਗੇ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਜਿਗਰ ਸਰੋਂ ਹੋਰ ਵੀ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਮਝਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਜਿੰਨੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਮਿੱਠੇ ਪਦਾਰਥ ਖਾਂਦੇ ਹਾਂ ਉਹ ਪੇਟ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਕਿਰਿਆ ਰਾਹੀਂ ਡੈਕਸਟਰੋਜ਼ ਵਿਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪ੍ਰੰਤੂ ਜਦੋਂ ਜਿਗਰ ਦੀ ਸ਼ੱਕਰ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਤਾਕਤ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਬਰਬਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਪਦਾਰਥ ਵਾਕਸ਼ ਸ਼ੱਕਰ (Dextrose) ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਇਸ ਕਰਕੇ ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਸਾਧਾਰਨ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਥਾਂ ਮਿਲਕ ਸ਼ੂਗਰ ਤੇ ਫਰੂਟ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਡੈਕਸਟਰੋਜ਼ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਪੂਨੇ ਤੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਸਿਹਤ ਮੈਗਜ਼ੀਨ 'ਸਵਾਸਥ ਔਰ ਜੀਵਨ' ਨੇ ਇਹ ਖਬਰ ਦਿੰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗੀ ਵਾਜਬ ਮਿਕਦਾਰ ਵਿਚ ਸ਼ਹਿਦ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਚੰਗਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਵਿਚ ਕੁਦਰਤੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕੀਤੀ ਡੈਕਸਟਰੋਜ਼ ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।



ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਪਚਾਅ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਜੇਕਰ ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗੀ ਦੁੱਧ ਚੀਨੀ, ਗੋਸ਼ਟ ਜਾਂ ਸ਼ਾਦੀ ਵਰਗੇ ਤਾਕਤ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਖਾਂ ਵੀ ਲਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਬਗੈਰ ਪਚੇ ਹੀ ਮਲ-ਮੂਤਰ ਦੇ ਨਾਲ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਬੋਝੇ ਬਹੁਤ ਪੇਟ ਵਿਚ ਹੀ

ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗੀ ਜੋ ਸ਼ਹਿਦ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜਿਗਰ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਿਠਾਸ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਖਾਸ ਪ੍ਰੋਸ਼ਾਨੀ ਨਹੀਂ ਉਠਾਉਣੀ ਪੈਂਦੀ ਕਿਉਂ ਜੋ ਸ਼ਹਿਦ ਵਿਚ ਮਧੂ ਮੱਖੀਆਂ ਦੀ ਲਾਰ

ਵੀ ਮਿਲੀ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਇਹ ਪਚਦਾ ਵੀ ਛੇੜੀ ਹੈ। ਸ਼ਹਿਦ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਦੇ ਹੋਏ ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗੀਆਂ ਲਈ ਇਹ ਇਕ ਉਤਮ ਪਸ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਕੇ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਘਰੇਲੂ ਨੁਸਖੇ : ਦੂਰ ਤਜਾਉਣ ਬਿਮਾਰੀਆਂ

* ਮੂੰਹ ਦੇ ਛਾਲੇ : ਪੱਕੇ ਹੋਏ ਤਾਜ਼ੇ ਨਾਰੀਅਲ ਵਿੱਚੋਂ ਦੁੱਧ ਕੱਢ ਕੇ ਮੂੰਹ ਅੰਦਰ ਲਗਾਓ। ਇਸ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਦੇ ਛਾਲੇ ਠੀਕ ਹੋਣਗੇ।
* ਮੁਹਾਂਸੇ : ਨਿੰਬੂ ਦਾ ਰਸ, ਗੁਲਾਬ ਜਲ 'ਚ ਮਿਲਾ ਕੇ ਮੂੰਹ 'ਤੇ ਲਗਾਉਣ ਨਾਲ ਮੁਹਾਂਸੇ ਠੀਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਨੂੰ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਅੱਧ ਘੰਟੇ ਬਾਅਦ ਤਾਜ਼ੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਧੋਵੋ।
* ਉਲਟੀ : ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਲਟੀ ਆ ਰਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਘਬਰਾਹਟ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਬਿਨਾਂ ਖੰਭ ਦੀ ਕਾਲੀ ਚਾਹ ਚੁਸਕੀਆਂ ਲੈ ਕੇ ਪੀਓ। ਦਿਨ ਵਿਚ ਇਹ ਚਾਹ ਤਿੰਨ-ਚਾਰ ਵਾਰ ਪੀਓ।
* ਬੁਖਾਰ : ਜੇਕਰ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਬੁਖਾਰ ਜਿਹਾ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਇਕ ਕੱਪ ਤਾਜ਼ਾ ਨਿੰਬੂ ਦਾ ਰਸ, ਨਾਰੀਅਲ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਪੀਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਨਵੀਂ ਜਾਨ ਪਵੇਗੀ ਤੇ ਬੁਖਾਰ ਉਤਰ ਜਾਵੇਗਾ।
* ਖਾਂਸੀ : ਅਦਰਕ ਦਾ ਰਸ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਦ ਬਰਾਬਰ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਮਿਲਾ ਕੇ ਗਰਮ ਲਵੋ। ਇਸ ਨੂੰ ਦਿਨ ਵਿਚ 3-4 ਵਾਰ ਚੱਟਣ ਨਾਲ ਕਫ-ਖਾਂਸੀ ਦੂਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
* ਗਲੇ ਦੀ ਦਰਦ : ਇਕ ਛੋਟਾ-ਚਮਚ ਨਿੰਬੂ ਦਾ ਰਸ ਵਿਚ ਸ਼ਹਿਦ ਮਿਲਾ ਕੇ ਦਿਨ ਵਿਚ 2-3 ਵਾਰ ਬੋਝੀ-ਬੋਝੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਖਾਣ ਨਾਲ ਗਲੇ ਦਾ ਦਰਦ ਠੀਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
* ਤਲਵਿਆਂ ਵਿਚ ਦਰਦ : ਲਗਭਗ ਇਕ ਮੁੱਠੀ ਕਰੋਲਿਆਂ ਦੇ ਪੱਤਿਆਂ ਦਾ ਰਸ ਪੀਸ ਕੇ ਬਾਗੀਕ ਪੇਸਟ ਬਣਾ ਲਵੋ। ਹਥੇਲੀਆਂ ਅਤੇ ਤਲਵਿਆਂ ਉੱਤੇ ਲਗਾਓ। ਤਲਵਿਆਂ ਦੀ ਦਰਦ ਅਤੇ ਜਲਣ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ।



ਮਸੂੜਿਆਂ 'ਚ ਸੜਨ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋ ?

ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕਦੇ ਨਾ ਕਦੇ ਮਸੂੜਿਆਂ ਵਿਚ ਸੜਨ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਜ਼ਰੂਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੂੰਹ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਨਾ ਕਰਨ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਮਸੂੜਿਆਂ 'ਚ ਸੜਨ ਪਿੱਛੇ ਹੋਰ ਵੀ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕਾਰਨ : ਮਸੂੜਿਆਂ 'ਚ ਸੜਨ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਮੂੰਹ ਦੀ ਮਤਲਬ ਦੇਣਾ ਤੇ ਮਸੂੜਿਆਂ ਦੀ ਠੀਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਫ਼ਾਈ ਨਾ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਉੱਥੇ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਮਸੂੜਿਆਂ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਣ, ਅੰਤਰ ਦੇ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ, ਸ਼ੂਗਰ, ਤਣਾਅ, ਕੁਪੋਸ਼ਣ, ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ, ਖੁਰਾਕ ਤੇ ਵਿਗੋ-ਟੋਢੇ ਦਿੱਤੇ ਕਾਰਨ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਲੱਛਣ : ਮਸੂੜਿਆਂ ਵਿਚ ਸੜਨ ਤੇ ਲਾਲਗੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬਰੱਸ਼ ਕਰਨ 'ਤੇ ਖੂਨ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ। ਮਸੂੜਿਆਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਤੇ ਦਬਾਉਣ 'ਤੇ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਬਦਬੂਦਾਰ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਪਿਤਾ-ਪੁਰਖੀ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਅੱਲਝ ਉਮਰ 'ਚ ਹੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
ਇਲਾਜ :
* ਮੂੰਹ ਦੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ 2 ਵਾਰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰੋ।
* ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਓ।
* ਸ਼ਰਾਬ, ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ, ਪਾਨ, ਗੁਟਕੇ, ਤੰਬਾਕੂ

ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੋ।
* ਮਿੱਠੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਘੱਟ ਖਾਓ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਰ ਤਕ ਭੁੱਖੇ ਨਾ ਰਹੋ।



ਤਾਜ਼ਾ ਤੇ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਭੋਜਨ ਕਰੋ। ਭੋਜਨ ਹਮੇਸ਼ਾ ਚਬਾ-ਚਬਾ ਕੇ ਕਰੋ।
* ਪੁੰਗਰੇ ਹੋਏ ਅਨਾਜ, ਸਲਾਦ ਤੇ ਫਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
* ਹਰ ਵਾਰ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੁਲੀ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰੋ।
* ਟੂਥਬਰੱਸ਼ ਤੇ ਟੂਥਪੇਸਟ ਨੂੰ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਬਦਲਦੇ ਰਹੋ।
* ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਦਾ ਟੂਥਬਰੱਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ।
* ਚਾਹ, ਕੋਫੀ, ਟੈਫੀਆਂ ਆਦਿ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੂੰਹ ਸਾਫ ਕਰੋ।
* ਗੈਰ-ਜ਼ਰੂਰੀ ਤਣਾਅ ਤੋਂ ਬਚੋ।
* ਭੋਜਨ ਦੇ ਵਿਚੋਂ-ਵਿਚ ਘੁੱਟ-ਘੁੱਟ ਪਾਣੀ ਪੀਓ।

ਸੁਭਾਅ ਤੈਅ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੰਦਰੁਸਤੀ

ਸਾਡੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਸਿੱਧਾ ਸਬੰਧ ਸਾਡੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਹੀ ਸਾਡੀ ਲੰਮੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮਾਹਿਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਜੋ ਲੋਕ ਸੁਭਾਅ ਤੋਂ ਕਾਫ਼ੀ ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਾਰਡਿਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਟਾਇਮ ਦੇ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਰਗ ਵਿਚ ਵੰਡਦੇ ਹਾਂ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਉਤਮ ਪੁਰਸ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਹਰ ਵੇਲੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਾਉਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਦੂਜਿਆਂ 'ਤੇ ਵੱਧ ਤਣਾਅਗ੍ਰਸਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਵੇਲੇ ਤਣਾਅ ਦਿਲ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਹਾਈਪਰਟੈਂਸ਼ਨ ਅਤੇ ਕਾਰਡਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਘੇਰੇ ਵਿਚ ਵੀ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਵੇਲੇ ਤਣਾਅ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਕਾਰਟੀਜ਼ਿਲ ਹਾਰਮੋਨ ਦੀ ਪੱਧਰ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।



ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਵਿਚ ਜੋ ਲੋਕ ਅੰਤਰਮੁਖੀ ਜਾਂ ਸ਼ਰਮੀਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਇਹ ਅਕਸਰ ਸਿਰਦਰਦ ਜਾਂ ਪੇਟ ਵਿਚ ਗੈਸ ਆਦਿ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਸੰਵੇਦਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਨਾ ਕਰ ਸਕਣ ਕਰਕੇ ਇਹ ਲੋਕ ਪੇਟ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਲੋਕ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨਾਲ ਝਗੜਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਘਬਰਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਸਾਹਮਣੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਇਹ ਪਹਿਲਾਂ ਕਈ ਵਾਰ ਸੋਚਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸੰਵੇਦਨਾਵਾਂ ਬੱਚੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਮਿਲਾ ਕੇ ਹਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੇ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਬਿੰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੰਬ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

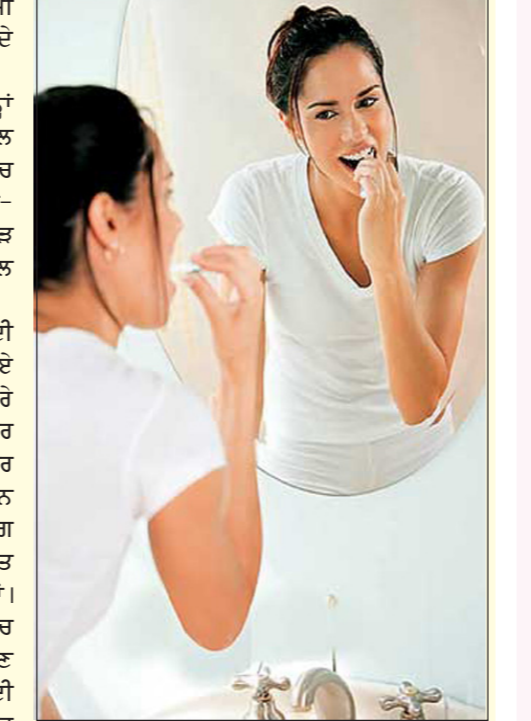
ਕਿਵੇਂ ਰੱਖੀਏ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਖੂਬਸੂਰਤੀ ਕਾਇਮ

ਦੰਦਾਂ ਵਿਚ ਕੈਵੀਟੀ ਹੋਣੇ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣਾ ਬਲੈਂਡ ਸ਼ੂਗਰ ਚੈੱਕ ਕਰਵਾਉਣਾ। ਕਰਡੀਓਵੈਸਕੂਲਰ ਰੈਪੈਰਿਟਰੀ ਅਤੇ ਸਟਰੋਕ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਮੂਹ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਥੋਂ ਤੱਕ ਮੂੰਹ ਦਾ ਸਵਾਲ ਹੈ ਇਸ ਵਿਚੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਹਵਾ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਹਲਚਲ ਲੈ ਕੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸਾਹ ਮਿੱਠੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਹ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਸਾਹ ਦੂਰ ਤੋਂ ਹੀ ਦੱਸ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਮੂੰਹ ਵਿਚੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਬਦਬੂ ਮਸੂੜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਜਮਾਂ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਪਲਾਕ ਜੇਕਰ ਨਾ ਹਟਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮਸੂੜੇ ਅਤੇ ਮਸੂੜਿਆਂ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
ਡਾਕਟਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਕਾਰਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਪੂਰਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖੀਏ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਮਝਣ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਉਦਾਹਰਨ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਪਿਆਸ ਲੱਗਣਾ, ਵਾਰ-ਵਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਆਉਣਾ, ਅਕਸਰ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਹਨ।
ਦਸ ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਲੈ ਕੇ ਗਈ। ਪਿਛਲੇ ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਉਸ ਦੇ ਮਸੂੜਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਬੁਝ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਖੂਨ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ। ਮਾਂ ਕਹਿੰਦੀ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਗੁੱਟ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਿੱਛੋਂ ਬੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਇਸ ਵਿਚ ਉਸ ਦੇ ਦੰਦ ਖਰਾਬ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਹ ਕੋਈ ਆਮ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਮਸੂੜਿਆਂ ਵਿਚ ਖੂਨ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਖੂਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ। ਇਹ ਲਿਊਕੇਮੀਆ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਵਿਚ ਵੀ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਜੇਕਰ ਮਸੂੜਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਖੂਨ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ, ਸਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਪਰ ਲੋਕ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ। ਇਸ ਨੂੰ ਅਣਗਿਣਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।
ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਇੰਜੀਨੀਅਰਿੰਗ ਵੀ ਅਜੀਬ ਹੈ, ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਸਾਰੇ ਅੰਗਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਬਜ਼ਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਹੋਣਾ ਵਾਲੇ ਘੇਰੇ ਜੇਕਰ ਖਰਾਬ ਕਿਡਨੀ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਮਾਹਰਵਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਵਧੇਰੇ ਖੂਨ ਆਉਣਾ ਵੀ ਠੀਕ। ਥੀ. ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਵੇਲੇ ਕਮਰ ਵਿਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਦਰਦ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ

ਮੰਗ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਭੋਜਨ ਵਿਚ ਵਿਟਾਮਿਨ 'ਡੀ' ਦੀ ਕਮੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਅਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ।
ਜੇਕਰ ਸਾਡੇ ਨਹੁੰ ਘੱਟ ਸੁੰਦਰ ਲਗਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਨਹੁੰ ਪਾਲਣ ਲਗਾ ਕੇ ਸੁੰਦਰ ਬਣਾ ਲਓ। ਅਸੀਂ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਮੋਟਾਬੋਲਿਜ਼ਮ ਵਿਚ ਆਏ ਅਸੰਤੁਲਨ ਕਰਕੇ ਹੈ। ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਿੱਲ-ਮੁਹਾਸਿਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਪਾਚਣ ਕਿਰਿਆ ਵਿਚ ਗੜਬੜ ਹੈ। ਪਰ ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਸੁੰਦਰਤਾ ਸਾਧਨਾਂ ਨਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।
ਡਾਕਟਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਕਾਰਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਪੂਰਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖੀਏ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਮਝਣ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਉਦਾਹਰਨ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਪਿਆਸ ਲੱਗਣਾ, ਵਾਰ-ਵਾਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਆਉਣਾ, ਅਕਸਰ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਸਾਡੇ ਖੂਨ ਵਿਚ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਦਿਮਾਗ ਉਸ ਵੇਲੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਰੀਰ 'ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸੰਕੇਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅਸੀਂ ਪਾਣੀ ਪੀਂਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਝੜਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਅਨੀਮੀਆ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਕਾਪਰ ਦੀ ਕਮੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੂੰਹ ਵਿਚੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਬਦਬੂ ਵੀ ਇਕ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਲਿਵਰ ਮਾਹਰ ਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ ਇਸ 'ਤੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਮੂੰਹ ਸਾਡੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦਾ ਪ੍ਰਵਕਤਾ ਹੈ। ਬਜ਼ਰੇ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਸ ਦੀ ਸੁਣੀਏ। ਸੁੰਦਰ ਬੁੱਲ ਅਤੇ ਮੋਟੀਆਂ ਵਰਗੇ ਦੰਦ ਸਾਡੀ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹਨ। ਮੂੰਹ ਦਾ ਅਕਸਰ, ਮਸੂੜਿਆਂ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ, ਐਚ. ਆਈ. ਵੀ. ਦੇ ਪੁਰਵ ਲੱਛਣ ਹਨ। ਖਰਾਬ ਦੰਦ ਉਸ ਦੀ ਪ੍ਰੋਸਿਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪੇਟ ਵਿਚ ਜਲਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਐਚ ਪਾਇਲੋਰੀ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਰੋਗਗ੍ਰਸਤ ਮਸੂੜਿਆਂ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਘਰ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਦੰਦਾਂ ਵਿਚ ਕੈਵੀਟੀ ਹੋਣ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣਾ ਬਲੈਂਡ ਸ਼ੂਗਰ ਚੈੱਕ ਕਰਵਾਉਣਾ। ਕਰਡੀਓਵੈਸਕੂਲਰ ਰੈਪੈਰਿਟਰੀ ਅਤੇ ਸਟਰੋਕ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਮੂਹ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਥੋਂ ਤੱਕ ਮੂੰਹ ਦਾ ਸਵਾਲ ਹੈ ਇਸ ਵਿਚੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਹਵਾ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਹਲਚਲ ਲੈ ਕੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਸ਼ੂਗਰ

ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਹਾਈਪਰਟੈਂਸ਼ਨ ਅਤੇ ਕਾਰਡਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਘੇਰੇ ਵਿਚ ਵੀ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਵੇਲੇ ਤਣਾਅ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਕਾਰਟੀਜ਼ਿਲ ਹਾਰਮੋਨ ਦੀ ਪੱਧਰ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਜੋ ਲੋਕ ਹਰ ਵੇਲੇ ਖੁਸ਼ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਲਟ ਗਲਾਤ ਵਿਚ ਘਬਰਾਉਂਦੇ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਉਹ ਕਿੰਨੀਆਂ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਹੋਣ ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਠੰਢੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤਣਾਅਗ੍ਰਸਤ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵੀ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨਜ਼ਰੀਆ ਉੱਚ ਹੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਅਕਸਰ ਮੋਟਾਪੇ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਏ ਵੀ ਇਹ ਲੋਕ ਆਪਣੇ

ਭਾਰ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਘਟਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਸੋਚ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਆਪਣੇ ਭਾਰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੇਫ਼ੌਲ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਚਿੰਤਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਜੋ ਲੋਕ ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਕਈ ਵੀ ਤਣਾਅ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ। ਪਰ ਉਹ ਤਣਾਅ ਦੂਜਿਆਂ ਵਿਚ ਛੱਡ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਬਿਨਾਂ ਸੋਚੇ ਸਮਝੇ ਕੋਈ ਵੀ ਗੱਲ ਕਹਿ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਬੰਧ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨਾਲ ਅਕਸਰ ਵਿਗੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੋ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਲੋਕ ਸਮਾਜਿਕ ਰੂਪ ਵਿਚ ਬਹੁਤੇ ਸਰਗਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਦਿਮਾਗ ਵਧੇਰੇ ਸੁੰਦਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਉਹ ਜਲਦੀ ਥੱਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਘੁਲਣ-ਮਿਲਣ ਵੇਲੇ ਲੋਕ ਬਹੁਤੇ ਸੁੰਦਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਉਨੀਂਦੇ ਦਾ



ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸਾਹ ਮਿੱਠੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਹ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਸਾਹ ਦੂਰ ਤੋਂ ਹੀ ਦੱਸ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਮੂੰਹ ਵਿਚੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਬਦਬੂ ਮਸੂੜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਜਮਾਂ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਪਲਾਕ ਜੇਕਰ ਨਾ ਹਟਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮਸੂੜੇ ਅਤੇ ਮਸੂੜਿਆਂ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮੂੰਹ ਵਿਚੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਦੁਰਗੰਭੀ ਦਾ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਚਾਹ ਵੀ ਦੰਦਾਂ 'ਤੇ ਬੁਰਾ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਦੁੱਧ ਦੇ ਦੰਦਾਂ ਵਿਚ ਕੈਵੀਟੀ ਸਮੱਸਿਆ ਆਮ ਦੇਖਣ ਵਿਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿੰਦਾਇਲ ਮੁਸਕਾਨ ਲਈ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਦੇਖ-ਭਾਲ ਅਤਿ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਦਿਨ ਵਿਚ ਕਈ ਕੱਪ ਕਾਫ਼ੀ ਜਾਂ ਚਾਹ ਵੀ ਦੰਦਾਂ 'ਤੇ ਬੁਰਾ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਦਿਨ ਵਿਚ ਦੋ ਵਾਰ ਬੁਰਸ਼ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਵਾਰ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੂੰਹ ਦੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰੋ।

ਅਣਗਿਣਤ ਰੋਗਾਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ

ਇਕ ਪਾਸੇ ਰਾਜਧਾਨੀ ਦਿੱਲੀ ਹਰ ਦਿਨ ਬੀਤਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰੀ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਇਥੋਂ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਨ ਲਗਾਤਾਰ ਸਿਹਤ ਲਈ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੁੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਿਚ ਹੁਣ ਨਵਾਂ ਸੰਕਟ ਵਧਦੇ ਪਾਰੇ ਚਾਹੇ। ਪਾਰਾ ਭਾਵ ਮਰਕਰੀ ਨਾ ਸਿਰਫ ਸਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੀ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।
ਟਾਕਸਿਕ ਲੋਕ ਦੇ ਇਕ ਅਧਿਐਨ ਅਨੁਸਾਰ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਿਚ ਪਾਰੇ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਖ਼ਤਰੇ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਧ ਗਈ ਹੈ। ਦਰਅਸਲ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਖੇਤਰਾਂ 'ਚ ਵਰਤੋਂ ਵਿਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਉਪਕਰਣਾਂ ਵਿਚ ਹਰ ਸਾਲ 26 ਟਨ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਾਰਾ ਜਾਂ ਮਰਕਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਉਪਕਰਣਾਂ ਤੋਂ ਵਸਤਾਂ ਵਿਚ ਇਸਤੋਮਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਬਰਮਾਮੀਟਰ, ਬੈਟਰੀ, ਸਵਾਈਗਮ ਮੈ ਨੋ ਮੀਟਰ, ਟਿਊਬਲਾਈਟ, ਬੈਰੀਮੀਟਰ, ਫਲੋਰੋਸੇਂਟ ਲਾਈਟ ਅਤੇ ਪੇਂਟਸ ਆਦਿ ਹਨ।
ਸਵਾਲ ਹੈ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਿਚ ਇਹ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਪਦਾਰਥ ਕਿੱਥੋਂ ਅਤੇ ਕਿਉਂ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ? ਦਰਅਸਲ ਸਾਡੀ ਆਧੁਨਿਕ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਵਿਚ ਇਸਤੋਮਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਉਪਕਰਣ ਅਜਿਹੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਪਾਰੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਫਿਰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਸਾਰੇ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਉਪਕਰਣਾਂ ਵਿਚ ਇਸਤੋਮਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬੈਟਰੀ ਹੋਣ ਜਾਂ ਸੋਨੇ ਦੇ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ। ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਕੰਪਿਊਟਰ ਅਤੇ ਦੂਸਰੀਆਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਸੋਨੇ ਅਤੇ ਚਾਂਦੀ ਦੀ ਬਹੁਤ ਵਰਤੋਂ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਧਾਤੂਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਪਾਰਾ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸੀਮੇਂਟ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੇ ਮੋਬੀਲ ਡਿਸਪੋਜ਼ਲ ਵੀ ਹਵਾ ਵਿਚ ਪਾਰੇ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਦਾ ਇਕ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਹਨ।
ਸਿਹਤ ਲਈ ਖ਼ਤਰਾ ਬਣ ਚੁੱਕੇ ਪਾਰੇ ਦੀ ਹਵਾ ਵਿਚ ਇਸ ਪੱਧਰ ਤੱਕ ਮੌਜੂਦਗੀ ਦਾ ਇਕ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਇਸ ਸਬੰਧ ਵਿਚ ਵਿੱਲੀ ਰਵੱਈਆ ਵੀ ਹੈ। ਸਰਕਾਰ ਨਾ ਤਾਂ ਇਸ ਸਬੰਧ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਸਖ਼ਤ ਬਣਾ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਾਲਣ ਨੂੰ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਵਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਹਸਪਤਾਲਾਂ, ਫਿਰ ਡਾਕਟਰਾਂ ਉਹ ਸਰਕਾਰੀ ਹੋਣ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਵਿਚ ਇਸ ਦੇ ਸਟੋਰੇਜ਼ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਦਾ ਆਲਮ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਿੰਦੇ ਵਜੋਂ ਬਰਮਾਮੀਟਰ ਟ੍ਰੈੱਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪਾਰਾ ਹਵਾ ਵਿਚ ਫੈਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਪਾਰਾ ਹਵਾ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਮਿਥਾਇਲ ਪਾਰਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਾਧਾਰਨ ਪਾਰੇ ਤੋਂ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਾਰੇ ਦੇ ਭੰਡਾਰਨ ਲਈ ਗੜਬਾਧੀ ਦਿੱਲੀ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਦੂਸਰੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿਚ ਜੋ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਤਰੀਕਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਮੁਤਾਬਿਕ ਗੱਤੇ ਅਤੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿਚ ਇਸ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿਚ ਪਾਰੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕੱਚੇ ਦੀਆਂ ਬੋਤਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਵੀ ਇਹ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਹਵਾ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪਾਰਾ ਸਾਡੇ ਸਿਹਤ ਲਈ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੈ। ਆਮ ਆਦਮੀ ਨਾਲ

ਇਕ ਸਮੱਸਿਆ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਵਿਚ ਸਾਰੇ ਉਪਕਰਣਾਂ ਅਤੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਉਹ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਸਬੰਧੀ ਆਧੁਨਿਕ ਰਵੱਈਆ ਨਹੀਂ ਅਪਣਾਉਂਦਾ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਭਾਵੇਂ ਆਧੁਨਿਕ ਹੋ ਜਾਏ ਪਰ ਸੋਚ ਉਹੀ ਪੁਰਾਣੀ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਗੰਭੀਰ ਖ਼ਤਰੇ ਦੀ ਸਥਿਤੀਆਂ ਬਣ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਿਉਂਕਿ ਆਮ ਆਦਮੀ ਗਾੜ੍ਹੇ-ਗਾੜ੍ਹੇ ਵਿਗਿਆਨਕ ਨਜ਼ਰੀਏ ਵਾਲਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਇਸ ਲਈ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ 'ਤੇ ਨਿਗਾਹ ਰੱਖੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਸਖ਼ਤੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੇ। ਜੇ ਦਿੱਲੀ ਅਤੇ ਉਸੇ ਅਨੁਪਾਤ ਵਿਚ ਬੰਗਲੌਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਿਚ ਹਾਲ ਹੀ ਦੇ ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਵਧ ਰਹੇ ਪਾਰੇ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਨਾ ਸਮਝਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਬਰਮਾਮੀਟਰ ਦਾ ਪਾਰਾ ਸਾਡੇ ਬੁਖਾਰ ਨਹੀਂ ਦੱਸੇਗਾ, ਸਗੋਂ ਸਾਡੇ ਬੁਖਾਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣੇਗਾ।



ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਸੁਭਕਰਨ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਦੁੱਖ ਵੰਡਦਿਆਂ ਮਾਲੀ ਮਦਦ ਵਜੋਂ ਇਕ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਤੇ ਭੈਣ ਲਈ ਸਰਕਾਰੀ ਨੌਕਰੀ ਦੇਣ ਦਾ ਕੀਤਾ ਐਲਾਨ

ਸੁਭਾ ਸਿਰਕ ਸੰਕਟ ਦੀ ਇਸ ਘੜੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੀਤ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਖੜ੍ਹੀ ਹੈ > ਕਾਤਲਾਂ ਨੂੰ ਮਿਸਾਲੀ ਸਜ਼ਾ ਦਿਵਾਉਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਦੁਹਰਾਈ > ਪੰਜਾਬ ਵਿਰੋਧੀ ਤਾਕਤਾਂ ਸੂਬੇ ਦੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕੌਮੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਵੱਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਰਹੀਆਂ ਹਨ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 24 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਕਿਸਾਨ ਸੰਘਰਸ਼ ਦੌਰਾਨ ਖਨੌਰੀ ਬਾਗ਼ਰ ਉਤੇ ਸ਼ਹੀਦ ਹੋਏ ਨੌਜਵਾਨ ਕਿਸਾਨ ਸੁਭਕਰਨ ਸਿੰਘ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਦੁੱਖ ਵੰਡਦਿਆਂ ਅਤੇ ਇਕੱਲੇਤਾ ਜ਼ਾਹਰ ਕਰਦਿਆਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਨੇ ਸੁਭਕਰਨ ਨੂੰ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਕਿ ਪ੍ਰੀਤ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਮਾਲੀ ਮਦਦ ਵਜੋਂ ਇਕ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੇਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਭੈਣ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰੀ ਨੌਕਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਹਮਦਰਦੀ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਹਰਾਇਆ ਕਿ ਦੁੱਖ ਦੀ ਇਸ ਘੜੀ ਵਿੱਚ ਸੁਭਾ ਸਰਕਾਰ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਖੜ੍ਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਵਿੱਚ ਕੱਢਣ ਲਈ ਕੋਈ ਕਸਰ ਬਾਕੀ ਨਹੀਂ ਛੱਡੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਨੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਆਰਥਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਾਲੀ ਮਦਦ ਦੇਣ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਤੋਂ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇਣ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਦਿੱਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਬਾਂਹ ਫੜਨਾ ਸੁਭਾ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਨੀਤਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਬਣਦੀ ਹੈ।

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਦੁਹਰਾਇਆ ਕਿ ਸੁਭਕਰਨ ਦੇ ਕਾਤਲਾਂ ਨੂੰ ਸਲਾਹਾਂ ਪਿੱਛੇ ਡੱਕਣ ਲਈ ਸੁਭਾ ਸਰਕਾਰ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਹੈ।

ਚੰਦ 'ਤੇ ਉਤਰਿਆ ਅਮਰੀਕਾ ਦਾ ਲੈਂਡਰ, ਸਿਰਫ਼ ਇਕ ਵਾਰ ਭੇਜਿਆ ਕਮਜ਼ੋਰ ਸਿਗਨਲ



ਕੋਨਕਰਲ (ਅਮਰੀਕਾ), 24 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਨਿੱਜੀ ਕੰਪਨੀ ਦਾ ਲੈਂਡਰ ਅੰਸ਼ ਚੰਦ 'ਤੇ ਉਤਰਨ ਵਿਚ ਕਮਯਾਬ ਰਿਹਾ ਪਰ ਇਸ ਨੇ ਸਿਰਫ਼ ਇਕ ਵਾਰ ਹੀ ਤੇ ਉਹ ਵੀ ਬਹੁਤ ਕਮਜ਼ੋਰ ਸਿਗਨਲ ਭੇਜਿਆ। ਲੈਂਡਰ ਨੂੰ ਲੋਕ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪੁਲਾੜ ਯਾਨ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੀ ਨੇ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ

ਏਆਈਜੀ ਮਾਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ ਕੇਸ ਵਿੱਚ ਮੁਲਜ਼ਮ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕੀਤੇ ਅਹਿਮ ਖੁਲਾਸੇ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 24 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਪੰਜਾਬ ਵਿਜ਼ੀਲੈਂਸ ਬਿਊਰੋ ਵੱਲੋਂ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮੁਲਜ਼ਮ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੇ ਆਪਣੇ ਬਿਆਨ ਵਿੱਚ ਉਕਤ ਦਸਤਾ -1, ਪੰਜਾਬ ਮਹਾਂਲੀ ਵਿਖੇ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਾਨੂੰਨ ਤਹਿਤ ਦਰਜ ਐਫ ਆਈ ਆਰ ਨੰਬਰ 28, ਮਿਤੀ 30.10.2023 ਅਧੀਨ ਕੇਸ ਦੀ ਤਰਤੀਬ ਦੌਰਾਨ ਕੁਝ ਅਹਿਮ ਖੁਲਾਸੇ ਕੀਤੇ ਹਨ।

ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਸੁਭਾ ਵਿਜ਼ੀਲੈਂਸ ਬਿਊਰੋ ਦੇ ਬੁਲਾਰੇ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਜਾਂਚ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਗੱਲ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਹੈ ਕਿ ਮੁਲਜ਼ਮ ਅਗਲੇ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਖੁਰਾਕ, ਜਨਤਕ ਵੱਡ ਅਤੇ ਖਪਤਕਾਰ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚਾਰ, ਪੰਜਾਬ ਦਾ

ਵਿਜ਼ੀਲੈਂਸ ਬਿਊਰੋ ਨੇ ਇਸ ਪੇਕਟਰ ਜਨਰਲ ਆਫ਼ ਪੁਲਿਸ, ਵਿਜ਼ੀਲੈਂਸ ਵਿਭਾਗ, ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਨਾਮ 'ਤੇ ਬਣੀ ਇੱਕ ਜਾਅਲੀ/ਫਰਜ਼ੀ ਮੋਹਰ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਦੇ ਦੌਲਤ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋ ਆਈ ਸੀ। ਮਾਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਦੁਆਰਾ ਬਲਕੋਮਲ/ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਮੁਲਜ਼ਮ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਤੋਂ ਦੋ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਵੀ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫੋਰੈਂਸਿਕ ਜਾਂਚ ਲਈ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਖੁਲਾਸੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਗਲੇਰੀ ਜਾਂਚ ਜਾਰੀ ਹੈ।

'ਆਪ' ਤੇ ਕਾਂਗਰਸ ਵਿਚਾਲੇ ਚੋਣ ਗਠਜੋੜ ਤੋਂ ਡਰੀ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ 2-3 ਦਿਨਾਂ 'ਚ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਵਾ ਦੇਵੇਗੀ: ਭਾਰਦਵਾਜ



ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 24 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- 'ਆਪ' ਨੇ ਅੱਜ ਦੱਸ ਲਾਇਆ ਕਿ ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਾਲੀ ਕੇਂਦਰ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਲਈ ਕਾਂਗਰਸ ਨਾਲ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਗਠਜੋੜ ਤੋਂ ਡਰੀ ਹੋਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕੋ ਹੀ ਦਿਨ ਵਿਚਾਲੇ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸੀਬੀਆਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੌਰ 'ਤੇ ਕੇਂਦਰੀ ਜਾਂਚ ਬਿਊਰੋ

(ਸੀਬੀਆਈ) ਜਾਂ ਭਾਜਪਾ ਵੱਲੋਂ ਤੁਰੰਤ ਕੋਈ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਨਹੀਂ ਆਈ। ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਕੋਬਿਨਟ ਮੰਤਰੀ ਸੋਭਿਤ ਭਾਰਦਵਾਜ ਨੇ ਪ੍ਰੈਸ ਕਾਨਫਰੰਸ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ, 'ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਕਾਂਗਰਸ ਅਤੇ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ (ਆਪ) ਦਰਮਿਆਨ ਸੀਟਾਂ ਦੀ ਵੰਡ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਗੱਲਬਾਤ ਨੂੰ ਅੰਤਿਮ ਰੂਪ ਦੇਣ ਦੀਆਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਆਉਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈਆਂ, ਈਡੀ ਨੇ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੂੰ ਸੱਤਵਾਂ ਸਿੱਟਾ ਭੇਜਿਆ।

ਗੁਜਰਾਤ ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਮੱਛੀ ਫੜਨ ਵਾਲੀ ਕਿਸ਼ਤੀ 'ਚੋਂ 350 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ ਹੈਰੋਇਨ ਬਰਾਮਦ ਕਰਕੇ 9 ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤੇ

ਵੇਰਾਵਲ, 24 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਗੁਜਰਾਤ ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਗਿਰ ਸੋਮਨਾਥ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਵੇਰਾਵਲ ਬੰਦਰਗਾਹ ਨੇੜੇ ਮੱਛੀ ਫੜਨ ਵਾਲੀ ਕਿਸ਼ਤੀ ਵਿੱਚੋਂ 350 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ ਹੈਰੋਇਨ ਬਰਾਮਦ ਕਰਕੇ ਚਾਲਕ ਦਲ ਦੇ 9 ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਵੀਰਵਾਰ ਦੇ ਰਾਤ ਛਾਪੇਮਾਰੀ ਦੌਰਾਨ ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ 'ਚ

ਦਿੱਲੀ ਸਰਕਾਰ ਨੇ 1984 ਸਿੱਖ ਵਿਰੋਧੀ ਦੰਗਿਆਂ 'ਚ ਮਾਰੇ ਗਏ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਰਾਸ਼ੀ ਵਧਾਈ: ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ

ਪਟਿਆਲਾ, 24 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਪਟਿਆਲਾ ਦੇ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਸ਼ੇਖਰ ਅਹਿਮਦ ਪਰੋ ਨੇ 1984 ਦੇ ਸਿੱਖ ਵਿਰੋਧੀ ਦੰਗਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਾਰੇ ਗਏ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਦਿਆਂ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਪਰਿਵਾਰ 3.5 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੀ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਰਾਸ਼ੀ ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਚੁੱਕੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਵਧਾਈ ਗਈ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਰਾਸ਼ੀ ਅਜੇ ਤੱਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੇ, ਉਹ ਦਿੱਲੀ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਵਧਾਈ ਗਈ 5 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੀ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਰਾਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਦਿੱਲੀ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ (ਰੈਵੀਨਿਊ) ਦੇ ਦਫਤਰ ਵਿਖੇ ਦਰਖਾਸਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ।

ਪਟਿਆਲਾ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਵੱਸਦੇ 84 ਦੇ ਦੰਗਾ ਪੀੜਤਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਦਿਆਂ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਵਧਾਈ ਗਈ ਸਹਾਇਤਾ ਰਾਸ਼ੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲੇਗੀ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ 3.5 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੀ ਰਾਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਸੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਹ ਵਧਾਈ ਗਈ ਸਹਾਇਤਾ ਰਾਸ਼ੀ ਅਜੇ ਤੱਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਇਹ ਸਹਾਇਤਾ ਰਾਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਸਮੇਂ ਤੇ ਦਿੱਲੀ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਬੰਧਤ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ (ਰੈਵੀਨਿਊ) ਦੇ ਦਫਤਰ ਵਿਖੇ ਦਰਖਾਸਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ, ਜਿਸ ਦਫਤਰ ਪਾਸੋਂ ਉਹ 3.5 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੀ ਐਕਸ ਗ੍ਰੇਸ਼ੀਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕੇ ਹਨ।

ਮੁੰਬਈ, 24 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਲੋਕ ਸਭਾ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਸਪੀਕਰ ਮਨੋਹਰ ਜੋਸ਼ੀ ਅੱਜ ਮੁੰਬਈ ਦੇ ਪੀਐੱਮ ਰਿਣੂਜਾ ਯਾਦਵਾਲ ਵਿੱਚ ਦੋਹਾੜੇ ਦੇ ਗਿਆ। ਰਾਜਪਾਲ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਜੋਸ਼ੀ (86) ਨੂੰ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 21 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਰਾਜਪਾਲ ਦੇ ਆਈਸੀਊ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ, ਜਿੱਥੇ ਅੱਜ ਤਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਖਰੀ ਸਾਹ ਲਿਆ। ਸ੍ਰੀ ਜੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਵੀ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਮਈ

'ਚ ਦਿਮਾਗੀ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਸੇ ਗੁਪਤਤਾ 'ਚ ਭਰਤੀ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ।

ਰਹਿਯਾ ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਕਿਸਾਨ ਨੇਤਾਵਾਂ ਖਿਲਾਫ਼ ਐਨਐੱਸਏ ਨਾ ਲਾਉਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀਤਾ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 24 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਰਹਿਯਾ ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਅੱਜ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸਾਨ ਐਨਐੱਸਏ ਨਾ ਲਾਉਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਸਿੱਖ ਸੰਗਠਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ, 'ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਕਿਸਾਨ ਨੇਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਡਰਾਉਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੌਰ 'ਤੇ ਕੇਂਦਰੀ ਜਾਂਚ ਬਿਊਰੋ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 24 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਰਹਿਯਾ ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਅੱਜ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸਾਨ ਐਨਐੱਸਏ ਨਾ ਲਾਉਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਸਿੱਖ ਸੰਗਠਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ, 'ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਕਿਸਾਨ ਨੇਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਡਰਾਉਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੌਰ 'ਤੇ ਕੇਂਦਰੀ ਜਾਂਚ ਬਿਊਰੋ

ਮੁੰਬਈ, 24 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਲੋਕ ਸਭਾ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਸਪੀਕਰ ਮਨੋਹਰ ਜੋਸ਼ੀ ਅੱਜ ਮੁੰਬਈ ਦੇ ਪੀਐੱਮ ਰਿਣੂਜਾ ਯਾਦਵਾਲ ਵਿੱਚ ਦੋਹਾੜੇ ਦੇ ਗਿਆ। ਰਾਜਪਾਲ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਜੋਸ਼ੀ (86) ਨੂੰ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 21 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਰਾਜਪਾਲ ਦੇ ਆਈਸੀਊ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ, ਜਿੱਥੇ ਅੱਜ ਤਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਖਰੀ ਸਾਹ ਲਿਆ। ਸ੍ਰੀ ਜੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਵੀ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਮਈ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 24 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਪੰਜਾਬ ਵਿਜ਼ੀਲੈਂਸ ਬਿਊਰੋ ਵੱਲੋਂ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮੁਲਜ਼ਮ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੇ ਆਪਣੇ ਬਿਆਨ ਵਿੱਚ ਉਕਤ ਦਸਤਾ -1, ਪੰਜਾਬ ਮਹਾਂਲੀ ਵਿਖੇ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਾਨੂੰਨ ਤਹਿਤ ਦਰਜ ਐਫ ਆਈ ਆਰ ਨੰਬਰ 28, ਮਿਤੀ 30.10.2023 ਅਧੀਨ ਕੇਸ ਦੀ ਤਰਤੀਬ ਦੌਰਾਨ ਕੁਝ ਅਹਿਮ ਖੁਲਾਸੇ ਕੀਤੇ ਹਨ।

ਕੇਂਦਰ 'ਚ ਹਫ਼ਤਾ ਵਸੂਲੀ ਸਰਕਾਰ, ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਂਚ ਏਜੰਸੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਧਮਕੀਆਂ ਦੇ ਕੇ ਕਰੋੜਾਂ ਦਾ ਫੰਡ ਲਿਆ: ਕਾਂਗਰਸ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 24 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਕਾਂਗਰਸ ਨੇ ਅੱਜ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕੇਂਦਰ 'ਚ ਹਫ਼ਤਾ ਵਸੂਲੀ ਸਰਕਾਰ, ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਂਚ ਏਜੰਸੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਧਮਕੀਆਂ ਦੇ ਕੇ ਕਰੋੜਾਂ ਦਾ ਫੰਡ ਲਿਆ: ਕਾਂਗਰਸ



ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਕੰਪਨੀਆਂ 'ਚੋਂ ਚੰਦਾ ਲੈਣ ਲਈ ਏਜੰਸੀਆਂ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਸਾਲ 2018-19 ਤੋਂ 2022-2023 ਤੱਕ 30 ਕੰਪਨੀਆਂ ਤੋਂ 335 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਵਸੂਲੀ ਕੀਤੇ ਗਏ। ਇਹ ਵਸੂਲੀ ਲਈ ਰਾਜਨੀਤੀ ਹੈ। ਰਮੇਸ਼ ਨੇ ਦੱਸ ਲਾਇਆ ਕਿ ਇਹ ਹਫ਼ਤਾ ਵਸੂਲੀ ਸਰਕਾਰ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਇਨ੍ਹਾਂ 30 ਕੰਪਨੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ 23 ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੇ ਸਾਲ 2018 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਕੋਈ ਚੰਦਾ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਸੀ ਪਰ 2018 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਨ੍ਹਾਂ 23 ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੇ ਸੱਤਾਧਾਰੀ ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਕਰੀਬ 188 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਚੰਦਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਚੇਤਨ ਸਿੰਘ ਜੋੜਾਮਾਜਰਾ ਨੇ ਰਾਜਿੰਦਰਾ ਹਸਪਤਾਲ 'ਚ ਦਾਖਲ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦਾ ਹਾਲ-ਚਾਲ ਜਾਣਿਆ



ਮਤਰੇਈ ਮਾਂ ਵਾਲਾ ਸਲੂਕ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰ ਦੇ ਇਲਾਜ 'ਤੇ ਹੀ ਤੇ ਰਹਿਯਾ ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਰਹਿਯਾ ਪੁਲੀਸ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਦੌਰੇ ਦੀ ਸਰਹੱਦ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਕੋਬਿਨਟ ਮੰਤਰੀ ਚੇਤਨ ਸਿੰਘ ਜੋੜਾਮਾਜਰਾ ਸਰਕਾਰੀ ਰਾਜਿੰਦਰਾ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਖੇ ਜ਼ਖਮੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦਾ ਹਾਲ-ਚਾਲ ਜਾਣਦੇ ਹੋਏ।

ਕੋਬਿਨਟ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਮੈਡੀਕਲ ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਡਾ. ਹਰਨਾਮ ਸਿੰਘ ਰੇਖੀ ਤੋਂ ਹੋਰ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੂੰ ਹਦਾਇਤ ਕੀਤੀ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਾਨ ਦੇ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਕਸਰ ਬਾਕੀ ਨਾ ਛੱਡੀ ਜਾਵੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਨੇ ਸਾਰੇ ਜ਼ਖਮੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਮੁਫ਼ਤ ਕਰਨ ਲਈ ਹਦਾਇਤ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਕਮਿਸ਼ਨਰੇਟ ਪੁਲਿਸ ਨੇ 1 ਕਿਲੋ ਅਫੀਮ ਸਮੇਤ ਇੱਕ ਨੂੰ ਕੀਤਾ ਕਾਬੂ



ਜਲੰਧਰ, 24 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਨਿਸ਼ਾਮੀ ਵਿਰੁੱਧ ਵਿੱਚ ਮੁਹਿੰਮ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਜਲੰਧਰ ਕਮਿਸ਼ਨਰੇਟ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਪੁਲਿਸ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਸ੍ਰੀ ਸਵਪਨ ਸ਼ਰਮਾ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ 1 ਕਿਲੋ ਅਫੀਮ ਸਮੇਤ ਕਾਬੂ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਪੁਲਿਸ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕਮਿਸ਼ਨਰੇਟ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਨਿਸ਼ਾਮੀ ਦੀ ਅਲਾਮਤ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਧਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਸੇ ਤਹਿਤ ਸੀ ਆਈ ਏ ਸਟਾਫ਼ ਜਲੰਧਰ ਦੀ ਪੁਲਿਸ ਟੀਮ ਨਗਰ ਪੁਲੀ, ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਜੀ ਨਗਰ, ਜਲੰਧਰ ਨੇੜੇ ਗਸਤ ਕਰ ਰਹੀ ਸੀ। ਸੁਪਨ ਸ਼ਰਮਾ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪੁਲੀਸ ਪਾਰਟੀ ਨੇ ਕੁਪੁਰਬਲਾ ਰੋਡ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪੁਲੀਸ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪੁਲੀਸ ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਸ਼ੱਕੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਮੱਕੇ ਤੋਂ ਭੱਜਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ

ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਅੰਤਿਮ ਆਚਾਰ ਦੀ ਨਿੰਦਾ ਕਰਦਿਆਂ ਇਸ ਨੂੰ ਲੋਕ ਤੋੜ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਜ 'ਤੇ ਹੀ ਤੇ ਰਹਿਯਾ ਪੁਲੀਸ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਦੌਰੇ ਦੀ ਸਰਹੱਦ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

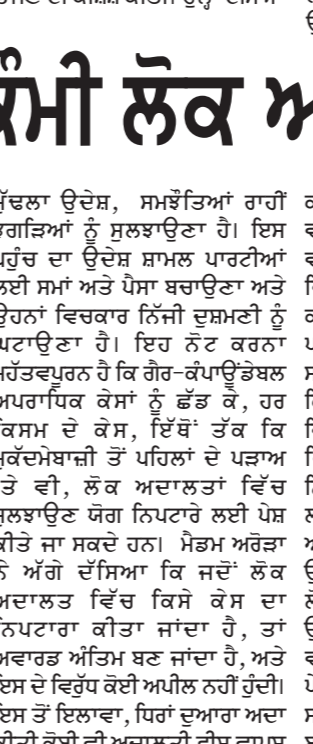
ਖਨੌਰੀ ਬਾਰਡਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਕਿਸਾਨ ਨੇ ਦਮ ਤੋੜਿਆ



ਪਟਿਆਲਾ, 24 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਖਨੌਰੀ ਬਾਰਡਰ 'ਤੇ ਜਾਰੀ ਕਿਸਾਨ ਧਰਨੇ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਹੋਰ ਕਿਸਾਨ ਦੀ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਕਾਰਨ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ। ਉਸ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਸਿੰਘ ਵਾਸੀ ਪਿੰਡ ਅਮਰਗੜ੍ਹ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਬਠਿੰਡਾ ਵਜੋਂ ਹੋਈ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਦੇਹ ਰਜਿੰਦਰਾ ਹਸਪਤਾਲ ਪਟਿਆਲਾ ਵਿਖੇ ਪਈ ਹੈ।

ਦਰਮ ਸਿੰਘ ਬਰਾੜ ਬਠਿੰਡਾ ਦੇ ਪਿੰਡ ਅਮਰਗੜ੍ਹ ਦਾ ਸੀ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਉਮਰ 60 ਸਾਲ ਦੇ ਕਰੀਬ ਸੀ। ਉਹ ਬੀਕੇਐੱਸ ਸਿੰਘ ਪੁੰਝ ਦੇ ਪਿੰਡ ਪ੍ਰਧਾਨ ਲਖਵੀਰ ਸਿੰਘ ਦਾ ਚਾਚੇਰਾ ਭਰਾ ਸੀ। ਉਸ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਲੜਕਾ ਅਤੇ

ਪਟਿਆਲਾ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ 'ਚ ਕੌਮੀ ਲੋਕ ਅਦਾਲਤ 9 ਮਾਰਚ ਨੂੰ



ਮੁੱਢਲਾ ਉਦੇਸ਼, ਸਮਝੌਤਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਝਗੜਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਲਝਾਉਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਪਹੁੰਚ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸ਼ਾਮਲ ਪਾਰਟੀਆਂ ਲਈ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਪੈਸਾ ਬਚਾਉਣਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਨਿੱਜੀ ਦੁਸ਼ਮਣੀ ਨੂੰ ਘੁੱਟਾਉਣਾ ਹੈ। ਇਹ ਨੱਟ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਗੈਰ-ਕੌਮੀ ਪੁਲਿਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਕੌਮਾਂ ਨੂੰ ਡੱਢ ਕੇ, ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੇ ਕੌਮ, ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਮੁਕੱਦਮੇਬਾਜ਼ੀ ਤੱਕ ਪਹਿਚਾਣ ਦੇ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਵੀ, ਲੋਕ ਅਦਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਲਝਾਉਣ ਯੋਗ ਨਿਪਟਾਰੇ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮੈਡਮ ਅਰੰਗਾ ਨੇ ਅੱਗੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਜਦੋਂ ਲੋਕ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਕੌਮ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਵਾਰਡ ਅੰਤਿਮ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਕੋਈ ਅਪੀਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਪਿਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਅਦਾ ਕੀਤੀ ਕੋਈ ਵੀ ਅਦਾਲਤੀ ਫ਼ੀਸ ਵਾਪਸ

ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਵਿਵਾਦ ਵਾਲੀਆਂ ਪਿਰਾਂ ਆਪਸੀ ਸਹਿਮਤੀ ਵਾਸੀਆਂ ਸਰਤਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਵਾਦ ਦਾ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਹੱਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਦੋਵਾਂ ਪਾਰਟੀਆਂ ਲਈ ਜਿੱਤ-ਜਿੱਤ ਨੂੰ ਸਥਿਤੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਪਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਅਦਾਲਤਾਂ ਇੱਕ ਵਿਕਲਪਿਕ ਵਿਵਾਦ ਨਿਪਟਾਰਾ ਵਿਧੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਸੁਲਝ, ਘੱਟ ਲਾਗਤ ਵਾਲੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਪਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਖਮੀ ਆਉਣ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਲੋਕ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਕੌਮ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਵਾਰਡ ਅੰਤਿਮ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਕੋਈ ਅਪੀਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਪਿਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਅਦਾ ਕੀਤੀ ਕੋਈ ਵੀ ਅਦਾਲਤੀ ਫ਼ੀਸ ਵਾਪਸ

ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ 2024-2025 ਦੇ ਬਜਟ ਵਿੱਚ ਉਦਯੋਗਿਕ ਖੇਤਰ ਲਈ 922.09 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਰੱਖੇ ਜਾਣਗੇ : ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਮਨੋਹਰ ਲਾਲ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 24 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਮਨੋਹਰ ਲਾਲ ਨੇ ਅੱਜ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ 2024-2025 ਦੇ ਬਜਟ ਵਿੱਚ ਉਦਯੋਗਿਕ ਖੇਤਰ ਲਈ 922.09 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਰੱਖੇ ਜਾਣਗੇ।

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਮਨੋਹਰ ਲਾਲ ਨੇ ਅੱਜ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ 2024-2025 ਦੇ ਬਜਟ ਵਿੱਚ ਉਦਯੋਗਿਕ ਖੇਤਰ ਲਈ 922.09 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਰੱਖੇ ਜਾਣਗੇ।

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਮਨੋਹਰ ਲਾਲ ਨੇ ਅੱਜ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ 2024-2025 ਦੇ ਬਜਟ ਵਿੱਚ ਉਦਯੋਗਿਕ ਖੇਤਰ ਲਈ 922.09 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਰੱਖੇ ਜਾਣਗੇ।

ਕੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਇੰਡਸਟਰੀ 'ਚ ਹਲਚਲ ਮਚਾਉਣ ਦੀ ਤਿਆਰੀ 'ਚ ਵਾਰੇਨ ਬਠੇ, ਕਰ ਰਹੇ ਨੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਭੀਲ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 24 ਫਰਵਰੀ। ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਵਿੱਦੇਸ਼ ਨਿਵੇਸ਼ਕ ਵਾਰੇਨ ਬਠੇ ਵੱਡੀ ਬਾਜੀ ਖੇਡਣ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਿਵੇਸ਼ ਵਾਲਾ ਬੈਂਕ ਕੈਪੀਟਲ ਵਨ ਕੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਇੰਡਸਟਰੀ ਵਾਲੀ ਕੰਪਨੀ ਡਿਸਕਵਰ ਵਾਈਨਸੀਅਲ ਨੂੰ ਖਰੀਦਣ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਕੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਇੰਡਸਟਰੀ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦੀ ਇਹ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਭੀਲ ਹੋਵੇਗੀ। ਮਿਨੀਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦੀ ਵੈਲਿਊ



35.3 ਅਰਬ ਡਾਲਰ ਹੋਵੇਗੀ। ਦੱਸ ਦੇਈਏ ਕਿ ਇਸ ਭੀਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੈਪੀਟਲ ਵਨ ਏਸਟ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਦੁਨੀਆ ਦਾ 6ਵਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਬੈਂਕ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਜੇ. ਪੀ. ਮੋਗਨਾਨ ਅਤੇ ਸਿਟੀ ਗਰੁੱਪ ਨਾਲ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਹ ਇਹ ਭੀਲ ਸਫਲ ਹੋਈ ਤਾਂ ਮਸ਼ਹੂਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਾਅਦ ਬਣਨ ਵਾਲੀ ਕੰਪਨੀ 'ਚ ਕੈਪੀਟਲ ਵਨ ਸੇਅਰਾਹਾਰਕ ਦੀ ਹਿੱਸੇਦਾਰੀ 60 ਫੀਸਦੀ ਹੋਵੇਗੀ, ਜਦੋਂਕਿ ਬਾਕੀ ਹਿੱਸੇਦਾਰੀ ਡਿਸਕਵਰ ਸੇਅਰਾਹਾਰਕ ਕੋਲ ਹੋਵੇਗੀ। ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਕੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਇੰਡਸਟਰੀ 'ਚ ਤੁਰੰਤ ਤਕ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਭੀਲ ਬੈਂਕ ਆਫ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਨਾਂ ਹੈ। ਉਸ ਨੇ ਸਾਲ 2005 'ਚ ਐਮ. ਬੀ. ਐਨ. ਏ. ਕਾਰਪ ਨੂੰ 35.2 ਅਰਬ ਡਾਲਰ 'ਚ ਖਰੀਦਿਆ ਸੀ ਪਰ ਵਾਰੇਨ ਬਠੇ ਹੁਣ ਇਸ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਛੱਡਣ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਬਠੇ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਚੋਟੀ ਦੇ ਅਮੀਰਾਂ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਦੁਨੀਆ ਦੀਆਂ ਕਈ ਵੱਡੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ 'ਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨਿਵੇਸ਼ ਹੈ।

ਘਰ ਦੇ ਵਿਹੜੇ 'ਚ ਖੇਡ ਰਹੀ ਸੀ ਬੱਚੀ, ਕੁੱਤਿਆਂ ਨੇ ਨੱਚ-ਨੱਚ ਕੇ ਕੱਢ ਦਿੱਤੀ ਅੱਖ ਅੱਖਰ 24 ਫਰਵਰੀ। ਅੰਬਰ ਦੇ ਪਿੰਡ ਡੰਗਰਖੇੜਾ 'ਚ ਸੋਮਵਾਰ ਸ਼ਾਮ ਡੇਢ ਸਾਲ ਦੀ ਬੱਚੀ ਨੂੰ ਅਵਾਰਾ ਕੁੱਤੇ ਲੈ ਗਏ। ਕੁੱਤਿਆਂ ਨੇ ਨੱਚ-ਨੱਚ ਕੇ ਇਕ ਅੱਖ ਕੱਢ ਦਿੱਤੀ। ਬੱਚੀ ਦੇ ਸਿਰ ਅਤੇ ਮੂੰਹ 'ਤੇ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕਟਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਉਸ ਦੀ ਗੋਭੀ ਹਾਲਤ ਵੇਖਦਿਆਂ ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰੀ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਬਿਠੋਲੀ 'ਤੇ ਹਸਪਤਾਲ 'ਚ ਰੋਕ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਕੁਝੀ ਦੇ ਪਿਤਾ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਦੋਵੇਂ ਪਤੀ-ਪਤਨੀ ਇੱਠਾਂ ਦੇ ਭੱਠੇ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਦਾ ਘਰ ਭੱਠੇ ਦੇ ਬਿਲਕੁਲ ਕੋਲ ਹੈ। ਅਚਾਨਕ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਸੂਚਨਾ ਮਿਲੀ ਕਿ ਕੁਝੀ ਵਿਹੜੇ 'ਚ ਖੇਡਦੀ ਹੋਈ ਲਾਪਤਾ ਹੋਈ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਸ਼ਾਮ ਸਾਢੇ 7 ਵਜੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਕੁਝ ਪਤੀ 'ਤੇ ਕੁਝੀ ਜਖਮੀ ਹਾਲਤ 'ਚ ਕੋਲ ਆਈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਅੱਖ ਕੱਢੀ ਹੋਈ ਸੀ, ਜਿਸ ਦੋਹਰਾ ਕੁਝੀ ਜਖਮੀ ਹਾਲਤ 'ਚ ਹਸਪਤਾਲ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ।

ਬਹੁ-ਚਰਚਿਤ ਦਿੱਲੋਂ ਬ੍ਰਦਰਜ ਕੇਸ 'ਚ ਫਸੇ ਥਾਣਾ ਇੰਚਾਰਜ ਨਵਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਤੋਂ ਮਿਲੀ ਰਾਹਤ

ਕਿਸ਼ਨ ਪਾਲ ਜਲੰਧਰ/ਕਪੂਰਥਲਾ 24 ਫਰਵਰੀ। ਜਲੰਧਰ ਦੇ ਮਸਹੂਰ ਦਿੱਲੋਂ ਬ੍ਰਦਰਜ ਮਾਮਲੇ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਥਾਣਾ ਸਦਰ ਦੇ ਇੰਚਾਰਜ ਨਵਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਵੱਡੀ ਰਾਹਤ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਬੁੱਧਵਾਰ ਇਸ ਨਵਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਰੈਗੂਲਰ ਜਮਾਨਤ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਹ ਮਾਮਲਾ ਜਲੰਧਰ ਦੇ ਥਾਣਾ ਡਿਵੀਜ਼ਨ ਨੰ. 1 ਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਨਵਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਇੰਚਾਰਜ ਸੀ। ਦਰਅਸਲ ਇਹ ਮਾਮਲਾ 16 ਅਗਸਤ 2023 ਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਤਹਿਤ ਥਾਣਾ ਡਿਵੀਜ਼ਨ ਨੰ. 1 'ਚ ਕਿਸੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਝਗੜੇ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਦੋ ਪਿਰਾਂ 'ਚ ਤਕਰਾਰ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। ਮਾਨਵਜੀਤ ਅਤੇ ਜਸਨਬੀਰ ਦਿੱਲੋਂ ਇਕ ਔਰਤ ਵੱਲੋਂ ਥਾਣਾ ਡਿਵੀਜ਼ਨ ਨੰ. 1 'ਚ ਆਏ ਸਨ। ਮਾਨਵਜੀਤ ਸਿੰਘ ਉਪਲ ਨੇ ਦੱਸ ਲਾਇਆ ਸੀ ਕਿ ਪੁਲਸ ਨੇ ਮਾਨਵਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦਿੱਲੋਂ ਦੀ ਥਾਣੇ 'ਚ ਕੁੱਟਮਾਰ ਕੀਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਪੱਗ ਉਤਾਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੁਲਸ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਾਰਨ ਮਾਨਵਜੀਤ ਦੇ ਛੋਟੇ ਭਰਾ ਜਸਨਬੀਰ ਨੂੰ ਗੋਦਿਦਵਾਲ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਬਿਆਸ ਦਰਿਆ 'ਚ ਛਾਲ ਮਾਰ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਉਸ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਮਾਨਵਜੀਤ ਨੇ ਛਾਲ ਮਾਰ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਜਸਨਬੀਰ ਦੀ ਲਾਸ਼ 17 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੀ ਗਈ, ਜਦਕਿ ਮਾਨਵਜੀਤ ਦਾ ਫੋਨ ਕਰੀਬ 48 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਆਨ ਹੋਇਆ ਸੀ ਪਰ ਮਾਨਵਜੀਤ ਅੱਜ ਤੱਕ ਲਾਪਤਾ ਹੈ। ਮਾਨਵਜੀਤ ਦਾ ਫੋਨ ਜਦ ਆਨ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਲੋਕਸੇ ਉਸ ਥਾਂ ਤੋਂ 5-6 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦੂਰ ਸੀ, ਜਿੱਥੋਂ ਉਸ ਨੇ ਛਾਲ ਮਾਰੀ ਸੀ। ਇਸ ਪੂਰੇ ਮਾਮਲੇ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਪੁਲਸ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ 'ਚ ਹੜਕੋਲ ਮਚ ਗਿਆ। ਪੁਲਸ ਨੇ ਮਾਮਲੇ



ਨਵਦੀਪ ਸਿੰਘ ਉੱਥੇ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਸਨ। ਰਿਪੋਰਟ 'ਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਮਾਨਵਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦਿੱਲੋਂ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਤਸੱਦਕ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਪੱਗ ਉਤਾਰਨ ਦੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਸਬੰਧੀ ਕੋਈ ਸਬੂਤ ਸਾਹਮਣੇ ਨਹੀਂ ਆਇਆ ਹੈ। ਪੁਲਸ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਪਤਝਾਲ 'ਚ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਗਵਾਹਾਂ ਨੇ

ਅਗਲੇ 10 ਸਾਲਾਂ 'ਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਵਿਕਾਸ ਦਰ 6 ਤੋਂ 8 ਫੀਸਦੀ ਰਹਿਣ ਦਾ ਭਰੋਸ਼ਾ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 24 ਫਰਵਰੀ। ਕੇਂਦਰੀ ਮੰਤਰੀ ਅਸਵਿਨੀ ਵੈਸਨਵ ਨੇ ਵੀਰਵਾਰ ਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਪ੍ਰਗਟਾਇਆ ਕਿ ਭਾਰਤ ਅਗਲੇ 10 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਛੇ ਤੋਂ ਅੱਠ ਫੀਸਦੀ ਵਿਕਾਸ ਦਰ ਨਾਲ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਘਰੇਲੂ ਅਤੇ ਗਲੋਬਲ ਬਾਜ਼ਾਰਾਂ ਦਾ ਲਾਚਾ ਲੈਣ ਲਈ ਗਲੋਬਲ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਰੇਲ, ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਆਈਟੀ ਮੰਤਰੀ ਵੈਸਨਵ ਨੇ 'ਰਾਇਸੀਨਾ ਡਾਇਲਾਗ 2024' 'ਚ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਾਰਤ ਦੁਨੀਆ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਲਈ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਭਾਰਤੀ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਲਗਾਤਾਰ ਬਹੁਤ ਚੰਗੀ ਦਰ ਨਾਲ ਵਧ ਰਹੀ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਅਗਲੇ 10 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਛੇ ਤੋਂ ਅੱਠ ਫੀਸਦੀ ਦੀ ਵਿਕਾਸ ਦਰ ਨਾਲ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੇਗਾ... ਮੈਂ ਇਹ ਪੂਰੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹਾਂ" ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਾਲੀ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਲਿਆਂਦੀਆਂ ਗਈਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਕਾਸ ਪਹਿਲਕਦਮੀਆਂ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਵੈਸਨਵ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸਦੇ ਲਈ ਨੀਂਹ ਪੱਥਰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮੌਜੂਦ ਹਨ ਅਤੇ ਨਤੀਜੇ ਗੁਣ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ। ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਗਲੇ ਪੰਜ ਸਾਲ ਭਾਰਤ ਨੂੰ 2047 ਤੱਕ ਵਿਕਾਸ ਦੇਸ਼ ਬਣਨ ਦੀ ਨੀਂਹ ਰੱਖਣਗੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਗਲੇ ਪੰਜ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਰਮਾਣ ਦੇ ਪੂਰੇ ਸਪੇਕਟਰ, ਸਿੱਖਿਆ ਰਾਹੀਂ ਉੱਨਤੀ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਨੂੰ ਸਾਮਲ ਕਰਨ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਤਰਜੀਹਾਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਭਾਰਤ 'ਚ ਨੌਂ ਪੁੰਜੈਕਟਾਂ ਲਈ 12,800 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦਾ ਕਰਜਾ ਦੇਵੇਗਾ ਜਾਪਾਨ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 24 ਫਰਵਰੀ। ਵਿੱਤ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਾਪਾਨ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ 9 ਪੁੰਜੈਕਟਾਂ ਲਈ 232.20 ਅਰਬ ਯੋਨ (ਲਗਭਗ 12,800 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ) ਦਾ ਕਰਜਾ ਦੇਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁੰਜੈਕਟਾਂ ਵਿੱਚ ਉੱਤਰ-ਪੂਰਬ ਵਿੱਚ ਸੜਕੀ ਨੈੱਟਵਰਕ ਕਨੈਕਟੀਵਿਟੀ, ਤੇਲਗਾਨਾ ਵਿੱਚ ਸਟਾਰਟ-ਅਪਸ ਅਤੇ ਨਵੀਨਤਾ ਨੂੰ ਉਤਸਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪੁੰਜੈਕਟ, ਚੇਨਈ ਪੇਰੀਫਿਰਲ ਰਿਗ ਰੋਡ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ, ਹਰਿਆਣਾ ਵਿੱਚ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਨੁਕੂਲ ਬਾਗਬਾਨੀ ਨੂੰ ਉਤਸਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਰਾਜਸਥਾਨ ਵਿੱਚ ਜਲਵਾਯੂ ਪਰਿਵਰਤਨ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਅਤੇ ਈਕੋਸਿਸਟਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਪੁੰਜੈਕਟ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਵਿੱਤ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਬਿਆਨ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੜਕ ਨੈੱਟਵਰਕ ਕਨੈਕਟੀਵਿਟੀ ਪੁੰਜੈਕਟਾਂ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਉੱਤਰ-ਪੂਰਬੀ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਚੇਨਈ ਵਿੱਚ ਪੇਰੀਫਿਰਲ ਰਿਗ ਰੋਡ ਪੁੰਜੈਕਟ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਆਵਾਜਾਈ ਦੀ ਭੀੜ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਤ 'ਤੇ ਅਰਥਿਕ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੇ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਵਪੀਕ ਨੈੱਟਵਰਕ ਵਿਕਾਸ ਸੀਲ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਜਾਪਾਨ ਦੇ ਰਾਜਦੂਤ ਸੁਜੁਕੀ ਹਿਰੋਸੀ ਨੇ ਹਸਤਾਖਰ ਕੀਤੇ। ਬਿਆਨ ਅਨੁਸਾਰ, "ਮੈਡੀਕਲ ਕਾਲਜ ਹਸਪਤਾਲ ਨੂੰ ਨਾਗਾਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਪੁੰਜੈਕਟ ਦੇ ਤਹਿਤ ਵਿਕਾਸ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਨਾਲ ਮੈਡੀਕਲ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ। ਤੇਲਗਾਨਾ ਵਿੱਚ ਇਹ ਪੁੰਜੈਕਟ (ਮਾਈਕਰੋ, ਸਮਾਲ ਅਤੇ ਮੀਡੀਅਮ ਐਂਟਰਪ੍ਰਾਈਜ਼ਜ਼) ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਵਿਸਤਾਰ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਪੇਂਡੂ ਆਬਾਦੀ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਉਦਮੀ ਹੁਨਰ ਦੀ ਬੱਜ ਕਰੇਗਾ।

ਖਨੋਰੀ ਕੋਲ ਕਿਸਾਨਾਂ 'ਤੇ ਪੁਲਸ ਵੱਲੋਂ ਚਲਾਈਆਂ ਸਿੱਧੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਬੇਹੱਦ ਦੁਖਦਾਈ : ਗਿਆਨੀ ਰਘਬੀਰ ਸਿੰਘ

ਏਜੰਸੀਆਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ 24 ਫਰਵਰੀ। ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਤਖਤ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਜਥੇਦਾਰ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਗਿਆਨੀ ਰਘਬੀਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਖਨੋਰੀ ਕੋਲ ਕਿਸਾਨਾਂ 'ਤੇ ਪੁਲਸ ਦੁਆਰਾ ਚਲਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਸਿੱਧੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਕਾਰਨ ਇਕ ਪੰਜਾਬੀ ਨੌਜਵਾਨ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋਣ ਅਤੇ ਕਈਆਂ ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਜਖਮੀ ਹੋਣ ਦੀ ਘਣਨਾ ਨੂੰ ਬੇਹੱਦ ਦੁਖਦਾਈ ਕਰਾਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਖਿਆ ਕਿ ਇਹ ਕਿਸਾਨ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਵਿੱਡ ਭਰਨ ਵਾਲੇ ਅੰਨਦਾਤਾ ਹਨ, ਨਾ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਦੁਸ਼ਮਣ, ਘੁਸਪੇਠੀਏ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲ ਸਰਕਾਰ ਸਿੱਧੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਚਲਾ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਅਤੇ ਸਿਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜਮਗੁਰੀ ਅਧਿਕਾਰ ਤਹਿਤ ਦਿੱਲੀ ਜਾ ਕੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਾਸਤੇ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਵਰਤੇ ਹਥਕੋੜੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜ਼ਾਲੀਆਂ ਵਾਲੇ ਬਾਗ 'ਚ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਹਕੂਮਤ ਵਲੋਂ ਭਾਰਤੀਆਂ ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਜ਼ੁਲਮ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਤਖਤ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਗਿਆਨੀ ਰਘਬੀਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਆਖਿਆ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਕਿਸਾਨ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਕੋਲੋਂ ਆਪਣੀਆਂ ਜਿਣਸਾਂ ਦੇ ਘੱਟ-ਘੱਟ ਸਮਰਥਨ ਮੁੱਲ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਹੱਕ ਮੰਗ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਪਰ ਸਰਕਾਰ ਆਪਣੇ ਕੰਨ ਤੇ



ਅੱਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰੀ ਬੈਠੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਤੋਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਮਸਲੇ ਹੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀ। ਉਸ ਦੀ ਨੀਅਤ ਖਰਾਬ ਹੈ। ਕਿਸਾਨਾਂ 'ਤੇ ਭਾਰੀ, ਗੋਲੀਆਂ, ਅੱਬਰੂ ਗੈਸ ਦੇ ਗੋਲੇ ਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਤੋਪਾਂ ਨਾ ਛੱਡੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ। ਗਿਆਨੀ ਰਘਬੀਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਅੱਗੇ ਆਖਿਆ ਕਿ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਨਾਅਰਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, 'ਜੈ ਜਵਾਨ, ਜੈ ਕਿਸਾਨ', ਕਿਉਂਕਿ ਜਵਾਨ ਦੇਸ਼ ਦੀਆਂ ਸਰਹੱਦਾਂ 'ਤੇ ਰਾਖੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਅੰਨ ਉਗਾ ਕੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਵਿੱਡ ਭਰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਕਿੰਨੇ ਦੁੱਖ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਸਾਡਾ ਜਵਾਨ ਸਰਹੱਦਾਂ 'ਤੇ ਰਾਖੀ ਕਰਦਾ ਨਹੀਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਖਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨ ਪੱਖ ਤੋਂ ਆਪਣੀ ਹੀ ਸਰਕਾਰ ਹੱਕ ਮੰਗਣ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਪੁਲਸ ਤੋਂ ਗੋਲੀਆਂ ਮਰਵਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਇਕ ਲਕੋਤਰੀ ਦੇਸ਼ ਲਈ ਬੇਹੱਦ ਮੈਦਾਨਾ ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਗੈਰ-ਜਮਗੁਰੀ ਵਤੀਰਾ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਤਖਤ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਜਥੇਦਾਰ ਨੇ ਆਖਿਆ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਅੱਜ ਵੀ ਆਪਣਾ ਹੱਠੀ ਮਾਰੋਲ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਾਰੋਲ ਤਦ ਬਣ ਸਕਦਾ ਜੇਕਰ ਪੰਜਾਬ-ਰਿਆਸਤ ਦੀ ਹੱਦ ਤੋਂ ਬੇਰੀਕੇਤ ਹਟਾਏ ਜਾਂਦੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਮੂੰਹ ਕਰਕੇ ਸਾਹਮਣੇ ਸੁਟ ਨਾ ਤਾਇਨਾਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ।

ਜਿਸ ਕੰਪਨੀ 'ਚ ਕਰਦੇ ਸੀ ਕੰਮ, ਉਸੇ ਦੇ ਮਾਲਕ ਬਣੇ 700 ਕਰਮਚਾਰੀ, ਕਰੋੜਪਤੀ ਬੰਸ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਨਾਲ ਬਦਲੀ ਕਿਸਮਤ

ਏਜੰਸੀਆਂ ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ 24 ਫਰਵਰੀ। ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਮਸਹੂਰ ਬੈਂਕ ਡੈਂਡ ਮਿਲ ਦੇ ਸੰਸਥਾਪਕ ਬੈਂਕ ਮੂਰ ਦਾ 10 ਫਰਵਰੀ 2024 ਨੂੰ 94 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਦਿਹਾਂਤ ਹੋ ਗਿਆ ਪਰ ਇਸ ਦੁਨੀਆ ਨੂੰ ਅਲਵਿਦਾ ਕਹਿਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਕਿ ਹਰ ਪਾਸੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਦੀ ਚਰਚਾ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਦਰਅਸਲ ਬੈਂਕ ਮੂਰ ਨੇ ਆਪਣੀ ਕੰਪਨੀ ਦੀ ਮਾਲਕੀ ਕੰਪਨੀ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ 700 ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸੌਂਪ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਬੈਂਕ ਮੂਰ ਦੀ ਕੰਪਨੀ ਸਾਬਤ ਅਨਾਜ ਵਰਗੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਆਪਣੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਵੱਡਾ ਦਿਲ ਰੱਖਣ ਲਈ ਲਈ ਜਾਣੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਮੂਰ ਨੇ ਆਪਣੀ ਕੰਪਨੀ ਲਈ ਕੁਝ ਖਾਸ ਸੋਚਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਇਸ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਵੇਚਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਆਪਣੇ 700 ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਕੰਪਨੀ ਦੀ ਪੂਰੀ ਮਾਲਕੀ ਦੇ ਦਿੱਤੀ। ਦਰਅਸਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ 2010 'ਚ ਕੰਪਨੀ ਦੇ ਮਾਲਕ ਦਾ ਅਹੁਦਾ ਛੱਡਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਮੂਰ ਨੇ ਆਪਣੇ 81ਵੇਂ ਜਨਮਦਿਨ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਤਤਕਾਲੀ 209 ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਕਰਮਚਾਰੀ ਸਟਾਕ ਮਾਲਕੀ ਯੋਜਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ, ਸਾਲ 2020 ਤੱਕ ਕੰਪਨੀ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਧ ਕੇ 700 ਹੋ ਗਈ ਸੀ। ਬੈਂਕ ਮੂਰ ਦੇ ਦਿਹਾਂਤ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕੰਪਨੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਮਾਲਕੀ ਵਾਲੀ



ਹੋ ਗਈ ਸੀ। ਮੂਰ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਇਕ ਪਰੰਪਰਾ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮਾਲਕ ਆਪਣੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਵੱਖ ਆਪਣੇ ਫਾਇਦੇ ਲਈ ਸੋਚਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸੌਂਪਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ। ਜਿਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਪੈਸਾ ਆਉਣਾ ਮੈਨੂੰ ਲਾਗੂ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਇਸੇ ਮੰਤਰ ਨਾਲ ਜਿਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬੈਂਕ ਮੂਰ ਨੇ 2018 ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਬੈਂਕ ਦੀ ਰੈਂਡ ਮਿਲ ਕੰਪਨੀ ਇਕ ਸੁਪਨਾ ਸੀ ਅਤੇ ਇਹ ਸੱਚ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਮੈਂ ਕੰਪਨੀ ਨਾਲ ਇੰਨਾ ਮਿਲਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਇਸਨੂੰ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਵੇਚਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਕਈ ਪੱਸਕਸਾਂ ਨੂੰ ਠੁਕਰਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਕੰਪਨੀ ਖਰੀਦਣ ਆਏ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਮੈਂ ਪਾਗਲ ਹਾਂ। ਮੂਰ ਆਖਰੀ ਸਾਹ ਤੱਕ ਕੰਪਨੀ ਦੇ ਬੋਰਡ ਆਫ ਡਾਇਰੈਕਟਰਜ਼ 'ਤੇ ਰਹੇ, ਭਾਵੇਂ ਹੀ ਉਹ 2018 ਵਿੱਚ ਸੰਵਿਧਾਨਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਸੀ ਮੈਂ ਸਫਲ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੈਂ ਗਲਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪੈਸਾ ਬਰਬਾਦ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਮੈਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇੱਕ ਮਕਸਦ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਬੈਂਕ ਮੂਰ 49 ਸਾਲ ਦੇ ਸਨ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੰਪਨੀ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਗੈਸ ਸਟੇਸ਼ਨ ਦੇ ਮਾਲਕ ਸਨ। 2018 ਤੱਕ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੰਪਨੀ ਦੀ ਆਮਦਨ 100 ਮਿਲੀਅਨ ਡਾਲਰ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋਣ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਕੰਪਨੀ ਦੇ ਉਤਪਾਦ 70 ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਵੇਚੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬੈਂਕ ਮੂਰ ਦੀ ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੰਪਨੀ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਰਪਾਜ਼ਲੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਹਾ ਹੈ, "ਅਸੀਂ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਕੇ ਬੈਂਕ ਦੀ ਵਿਰਾਸਤ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹਾਂ।

ਰਿਮਾਂਡ 'ਤੇ ਲਏ 3 ਮੁਲਜਮ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦਾ ਬਹਾਨਾ ਬਣਾ ਕੇ ਹਵਾਲਾਤ ਖੁਲ੍ਹਵਾ ਕੇ ਹੋਏ ਫਰਾਰ

ਜਲੰਧਰ 24 ਫਰਵਰੀ। ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਥਾਣੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੁਣ ਚੌਕੀ ਵਿੱਚ ਕਾਂਡ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਥਾਣਾ ਨੰਬਰ 1 ਦੇ ਮਾਲਖਾਨੇ ਵਿੱਚੋਂ ਚੌਕੀ ਕਰ ਕੇ ਇੱਕ ਚੋਰ ਫਰਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਸੀ ਪਰ ਪੁਲਸ ਨੇ ਉਸਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰ ਲਿਆ ਪਰ ਉਹੀ ਚੋਰ 2 ਹੋਰ ਚੋਰਾਂ ਨਾਲ ਚੌਕੀ ਫੋਕਲ ਪੁਆਇੰਟ ਦੀ ਹਵਾਲਾਤ ਵਿੱਚੋਂ ਭੱਜ ਨਿਕਲਿਆ, ਹਾਲਾਂਕਿ 2 ਮੁਲਜਮਾਂ ਨੂੰ ਪੁਲਸ ਨੇ ਪਿੱਛਾ ਕਰ ਕੇ ਕੁਝ ਦੂਰੀ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਕਰ ਲਿਆ ਪਰ ਇਕ ਮੁਲਜਮ ਫਰਾਰ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋ ਗਿਆ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਕੋਈ ਵੀ ਪੁਲਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਬੋਲਣ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸੂਤਰਾਂ ਦੀ ਮਨੀਏ ਤਾਂ ਥਾਣੇ ਵਿੱਚ ਚੋਰੀ ਕਰਨ ਦੇ ਕੇਸ 'ਚ ਵੱਡਿਆ ਗੋਤਮ, ਨਰਿੰਦਰ ਅਤੇ ਰਾਜਵੰਤ ਰਿਮਾਂਡ 'ਤੇ ਸਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚੌਕੀ ਫੋਕਲ ਪੁਆਇੰਟ ਦੀ ਹਵਾਲਾਤ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਸੋਮਵਾਰ ਰਾਤ ਉਕਤ ਮੁਲਜਮਾਂ ਨੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਨ ਦਾ ਬਹਾਨਾ ਬਣਾ ਕੇ ਹਵਾਲਾਤ ਨੂੰ ਖੁਲ੍ਹਵਾਇਆ। ਹਵਾਲਾਤ ਖੁਲ੍ਹਣ ਵਾਲੇ ਪੁਲਸ ਮੁਲਜਮ ਗੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਰੁੱਝੇ ਹੋਏ ਸਨ, ਜਿਸ ਦਾ ਫਾਇਦਾ ਚੌਕੀ ਦੇ ਗੋਤਮ, ਨਰਿੰਦਰ ਅਤੇ ਰਾਜਵੰਤ ਹਵਾਲਾਤ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲੇ ਗਏ। ਪੁਲਸ ਮੁਲਜਮ ਨੇ ਗੱਲ ਪਾਇਆ ਤਾਂ ਹੋਰਨਾਂ ਮੁਲਜਮਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਗੋਤਮ ਤੇ ਰਾਜਵੰਤ ਨੂੰ ਕੁਝ ਹੀ ਦੂਰੀ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਕਰ ਲਿਆ ਗਿਆ ਪਰ ਨਰਿੰਦਰ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਿਆ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਚੌਕੀ ਫੋਕਲ ਪੁਆਇੰਟ ਦੇ ਇੰਚਾਰਜ ਅਵਤਾਰ ਸਿੰਘ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਫੋਨ ਨਹੀਂ ਚੁੱਕਿਆ।



ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਕ ਵਾਰ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਮੈਂ ਲੱਗਭਗ 70 ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਸਿੱਖਿਆ ਸੀ ਕਿ ਸਫਲ ਹੋਣ ਲਈ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਅਤੇ ਦਿਅਾਲ ਸੁਭਾਅ ਬਹੁਤ ਹੀ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਮੇਰਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਵਧਦਾ ਗਿਆ, ਮੈਨੂੰ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਇਆ ਕਿ ਪੁਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਦਿਲ ਵਾਲਾ ਬਣਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਮੇਰੇ ਪਸੰਦੀਦਾ ਬਾਈਬਲ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨਾਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੈਸਾ ਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸਮਰਥਨ ਮੁੱਲ ਦੀ ਮੰਗ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਨੀਤੀ ਆਯੋਗ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ, ਦਾਲਾਂ-ਤੇਲ ਬੀਜਾਂ ਦੇ ਉਤਪਾਦਨ ਵਧਾਉਣ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਜਰੂਰੀ

ਸਰਦੂਲ ਸਿੰਘ ਬਿਜਨੈਸ ਡੈਸਕ 24 ਫਰਵਰੀ। ਪਿਛਲੇ ਕਾਫੀ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਦੇਸ਼ ਦੀਆਂ ਸਰਹੱਦਾਂ 'ਤੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦਾ ਅੰਦੋਲਨ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸਮਰਥਨ ਮੁੱਲ () ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਮੰਗ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਦੀ ਸਰਹੱਦ 'ਤੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸਾਨ ਪੁਲਸ ਨਾਲ ਝੜਪ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਕਈ ਕਿਸਾਨ ਜਖਮੀ ਹੋ ਗਏ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਨੀਤੀ ਆਯੋਗ ਦੀ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਰਿਪੋਰਟ ਅਨੁਸਾਰ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਕਣਕ ਅਤੇ ਚੌਲਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਦਾਲਾਂ ਅਤੇ ਤੇਲ ਬੀਜਾਂ ਦੀ ਕਾਸਤ ਵਧਾਉਣੀ ਪਵੇਗੀ। ਦੱਸ ਦੇਈਏ ਕਿ ਇਸ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅਗਲੇ 23 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਯਾਨੀ 2047-48 ਤੱਕ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਦਾਲਾਂ ਅਤੇ ਤੇਲ ਬੀਜਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਉਤਪਾਦਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਣਕ-ਝੋਨੇ ਦੀ ਕਾਸਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਫਸਲਾਂ ਵੱਲ ਮੁੜਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਸੂਤਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਿੱਚ ਮੰਗ ਅਤੇ



ਦੇ ਅਨੁਮਾਨਾਂ ਬਾਰੇ ਕਾਰਜ ਸਮੂਹ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਮੁਤਾਬਕ ਤੇਲ ਬੀਜਾਂ ਦੀ ਮੰਗ 2047-48 ਤੱਕ ਵਧ ਕੇ 3.1 ਕਰੋੜ ਟਨ ਹੋ ਗਈ, ਜਿਸ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਦਾਲਾਂ ਜਾਵੇਗੀ, ਜੋ 2019-20 ਵਿੱਚ 2.2 ਕਰੋੜ ਟਨ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ 'ਚ ਮੰਗ ਅਤੇ ਸਪਲਾਈ 'ਚ ਕਰੀਬ 70 ਲੱਖ ਟਨ ਦਾ ਅੰਤਰ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਮੰਗ ਵਧ ਕੇ ਲਗਭਗ 4 ਕਰੋੜ ਟਨ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਲਗਭਗ 20 ਲੱਖ ਟਨ ਦਾਲਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਚੌਲਾਂ ਦੀ ਮੰਗ 2030-31 ਵਿੱਚ 11 ਕਰੋੜ ਟਨ ਅਤੇ 2047-48 ਵਿੱਚ 11.4 ਕਰੋੜ ਟਨ ਰਹਿਣ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਆਮ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦਾ ਉਤਪਾਦਨ 2030-31 ਵਿੱਚ 14.5 ਕਰੋੜ ਟਨ ਅਤੇ 2047-48 ਵਿੱਚ 15.4 ਕਰੋੜ ਟਨ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਮੰਗ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਣਕ ਦਾ ਉਤਪਾਦਨ ਵੀ ਕਾਫੀ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ। ਇੰਨਾ ਹੀ ਨਹੀਂ 2030-31 ਵਿੱਚ 1.9 ਤੋਂ 2.6 ਕਰੋੜ ਟਨ ਅਤੇ 2047-48 ਵਿੱਚ 4 ਤੋਂ 6.7 ਕਰੋੜ ਟਨ ਕਣਕ ਸਰਪਲੱਸ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਨੀਤੀ ਆਯੋਗ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਅਨੁਸਾਰ 2030-31 ਵਿੱਚ ਅਨਾਜ ਦੀ ਮੰਗ 32.6 ਤੋਂ 33.4 ਕਰੋੜ ਟਨ ਅਤੇ 2047-48 ਵਿੱਚ 40.2 ਤੋਂ 43.7 ਕਰੋੜ ਟਨ ਰਹਿਣ ਦਾ

