

ਫਿਰੋਜ਼ੀ ਮੰਗਣ ਤੇ ਦੁਕਾਨ 'ਤੇ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੋ ਕਾਬੂ, ਨਾਮੀ ਗੈਂਗਸਟਰ ਦੇ ਕਹਿਣ 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਸੀ ਵਾਰਦਾਦ

ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ

ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ 13 ਅਗਸਤ। ਫਿਰੋਜ਼ੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨ ਤੇ ਵਤਹਿਗੜ੍ਹ ਚੁੜੀਆ ਵਿਚ ਦਸਤੂਰ-ਏ-ਦਸਤਾਰ ਦੀ ਦੁਕਾਨ 'ਤੇ ਗੋਲੀਆਂ ਮਾਰਨ ਵਾਲੇ ਗਿਰੋਹ ਦਾ ਪਰਦਾਫਾਸ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਬਟਾਲਾ ਪੁਲਸ ਵਲੋਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਪੁਲਸ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਬਟਾਲਾ ਦੇ ਐੱਸਐੱਸਪੀ ਸੁਰੇਸ਼ ਕਾਸ਼ਿਮ ਮੀਰ ਨੇ ਮੀਡੀਆ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਿਆਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਮਿਤੀ 24-7-2025 ਤੋਂ 25-7-2025 ਨੂੰ ਪਰਿਮਿਦਰ ਸਿੰਘ ਪੁੱਤਰ ਰੁਤਨ ਸਿੰਘ ਵਾਸੀ ਕੋਟਲੀ ਸੂਬਾ ਮੰਗੀ ਨੂੰ

ਵਿਦੇਸ਼ ਦੇ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਧਮਕੀ ਆਈ, ਜਿਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਜੇਲ ਕੋਲ ਬੈਠੇ ਹੋਏ ਹੋਣਗੇ ਜਿਸ ਪਾਸੋਂ 50 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੀ ਫਿਰੋਜ਼ੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਪਰਿਮਿਦਰ ਸਿੰਘ, ਜਿਸ ਦੀ ਰੋਡੀਮੈਂਟ ਕੰਪਨੀ ਦੀ ਦੁਕਾਨ ਘੋਟ ਕੁਲਕੋਸ਼ਨ ਕੋਟਲੀ ਸੂਬਾ ਮੰਗੀ ਤੇ ਵਤਹਿਗੜ੍ਹ ਚੁੜੀਆ ਵਿਚ ਹੈ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਪਰਿਮਿਦਰ ਸਿੰਘ ਦੇ ਬਿਆਨ 'ਤੇ ਮੁਕੱਦਮਾ ਵੀ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਤੇ ਉਸੇ ਵਿਚਕਾਰ ਮਿਤੀ 31-7-2025 ਨੂੰ ਵਤਹਿਗੜ੍ਹ ਚੁੜੀਆ ਏਰੀਏ ਵਿਚ ਦਸਤੂਰ-ਏ-ਦਸਤਾਰ ਦੀ ਦੁਕਾਨ 'ਤੇ ਦੋ ਅਣਪਛਾਤੇ



ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਗੋਲੀਆਂ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਉਰਫ ਹੋਪੀ ਪੁੱਤਰ ਲਿਆਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ ਤਾਂ ਉਸ ਵਲੋਂ ਪੁਲਸ ਪਾਰਟੀ ਦਾ ਪਿਸਤੌਲ ਬੰਗਣ ਦੇ ਕੇਸ਼ਿਜ਼ ਕੀਤੀ ਜਿਸ ਵਿਚਾਲੇ ਪੁਲਸ ਕਰਮੀ ਨਾਲ ਗੁੱਬਮ-ਗੁੱਬੀ ਹੁੰਦੇ ਹੋਏ ਫਾਇਰ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਉਹ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਦੀ ਲੱਤ 'ਤੇ ਗੋਲੀ ਲੱਗ ਗਈ। ਇਸ ਮਗਰੋਂ ਉਹ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਿਵਿਲ ਹਸਪਤਾਲ ਬਟਾਲਾ 'ਚ ਇਲਾਜ ਲਈ ਦਾਖਿਲ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਨੌਜਵਾਨ ਵਿਦੇਸ਼ ਅਮਰੀਕਾ ਬੈਠੇ ਗੈਂਗਸਟਰ ਜੈਸਲ ਦੇ ਕਹਿਣ 'ਤੇ ਇਸ ਵਾਰਦਾਦ ਨੂੰ ਅੱਜਮ ਦਿੱਤਾ ਸੀ ਜਦਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖਿਫਤ ਪਹਿਲਾ ਵੀ ਅਪਰਾਧਿਕ ਮਾਮਲੇ ਦਰਜ ਹਨ।

ਹੈਰਿਟੇਜ ਡਿਜ਼ਿਟਲਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਵੱਲ ਵੱਧਦੇ ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਕਰਮ, ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਕੀਤੀ ਵੇਬਸਾਇਟ ਲਾਂਚ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 13 ਅਗਸਤ। ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਮੰਤਰੀ ਡਾ. ਅਰਵਿੰਦ ਕੁਮਾਰ ਸ਼ਰਮਾ ਨੇ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਹਰਿਆਣਾ ਸਿਵਲ ਸਕੱਤਰਤ ਸਥਿਤ ਆਪਣੇ ਵੱਡੇ ਹਰਿਆਣਾ ਪੁਰਾਤੱਤਵ ਅਤੇ ਅਜਾਇਬਘਰ ਵਿਭਾਗ ਦੀ ਅਧਿਕਾਰਿਕ ਵੈਬਸਾਇਟ ਦਾ ਉਦਘਾਟਨ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵੇਬਸਾਇਟ ਸੂਬੇ ਦੀ ਪੁਰਾਤੱਤਵ ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਅਮੀਰੀ ਨੂੰ ਦੋਸ਼-ਦੁਨੀਆ ਸਾਹਮਣੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚਕਾਰ ਮੰਚ ਸਾਬਿਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਕੋਥੀਨੇਟ ਮੰਤਰੀ ਡਾ. ਅਰਵਿੰਦ ਕੁਮਾਰ ਸ਼ਰਮਾ ਨੇ ਪੁਰਾਤੱਤਵ ਅਤੇ ਅਜਾਇਬਘਰ ਵਿਭਾਗ ਦੀ ਵੇਬਸਾਇਟ ਲਾਂਚ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਡਿਜ਼ਿਟਲ ਪਹਿਲ ਵਿਰਾਸਤ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿੱਚ ਤਕਨੀਕ ਦੇ ਸਫਲ ਸਮਾਵੇਸ਼ਨ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ ਜੋ ਪਾਰਦਰਸ਼ਿਤਾ, ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਜਨਤਕਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਕੋਥੀਨੇਟ ਮੰਤਰੀ ਡਾ. ਅਰਵਿੰਦ ਕੁਮਾਰ ਸ਼ਰਮਾ ਨੇ ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਪੌਰਜੈਕਟ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਲਦ ਵਾਰ ਕਰਨ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤੇ। ਇਸ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਵਿਭਾਗ ਦੀ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਕੱਤਰ ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਕਲਾ ਰਾਮਚੰਦਰਨ, ਪੁਰਾਤੱਤਵ ਅਤੇ ਅਜਾਇਬਘਰ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਸੀ ਅਮਿਤ ਖੱਤਰੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਧਿਕਾਰੀ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਸਨ। ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਵੇਬਸਾਇਟ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਹ ਵੇਬਸਾਇਟ ਹਰਿਆਣਾ ਦੀ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਪੁਰਾਤੱਤਵ ਵਿਰਾਸਤ ਨੂੰ ਡਿਜ਼ਿਟਲ ਰਾਹੀਂ ਅਮਾਨਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਰਾਜ ਸੂਬਿਖਿਅਤ ਸਮਾਰਕ, ਪੁਰਾਤੱਤਵ ਸਾਬਲ, ਅਜਾਇਬਘਰ, ਖੁਦਾਈ ਅਤੇ ਸ਼ੋਧ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਵਿਸ਼ਵਾਸਯ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਨਾਲ ਹੀ ਵਿਭਾਗ ਦੀ ਯੋਜਨਾਵਾਂ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਤਾਜ਼ਾ ਅਪਡੇਟ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਦਵਿਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਵਾਸੀ ਘੰਟੂਪੁਰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰਕੇ ਮੁੱਕਦਮਾ ਨੂੰ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਉਥੋਂ ਹੀ ਪੁਲਸ ਐੱਸਐੱਸਪੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹ ਦੋਸ਼ੀ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਜਦ ਪੇਸ਼ੀ ਤੇ ਬਾਅਦ ਪੁਲਸ ਰਿਮਾਂਡ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਾਣਾ ਵੱਲ

ਮਾਰੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਨ ਜੋ ਇਹ ਦੁਕਾਨ ਘੋਟ ਕੁਲਕੋਸ਼ਨ ਦੀ ਨਾਲ ਵਾਲੀ ਦੁਕਾਨ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਮਾਲਕ ਪਰਿਮਿਦਰ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਧਮਕੀਆਂ ਆਈਆਂ ਸਨ ਤੇ ਪੁਲਸ ਐੱਸਐੱਸਪੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹ ਦੋਸ਼ੀ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਜਦ ਪੇਸ਼ੀ ਤੇ ਬਾਅਦ ਪੁਲਸ ਰਿਮਾਂਡ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਾਣਾ ਵੱਲ ਦਵਿਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਵਾਸੀ ਘੰਟੂਪੁਰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰਕੇ ਮੁੱਕਦਮਾ ਨੂੰ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਉਥੋਂ ਹੀ ਪੁਲਸ ਐੱਸਐੱਸਪੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹ ਦੋਸ਼ੀ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਜਦ ਪੇਸ਼ੀ ਤੇ ਬਾਅਦ ਪੁਲਸ ਰਿਮਾਂਡ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਾਣਾ ਵੱਲ

ਦਵਿਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਵਾਸੀ ਘੰਟੂਪੁਰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰਕੇ ਮੁੱਕਦਮਾ ਨੂੰ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਉਥੋਂ ਹੀ ਪੁਲਸ ਐੱਸਐੱਸਪੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹ ਦੋਸ਼ੀ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਜਦ ਪੇਸ਼ੀ ਤੇ ਬਾਅਦ ਪੁਲਸ ਰਿਮਾਂਡ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਾਣਾ ਵੱਲ

ਮਾਰੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਨ ਜੋ ਇਹ ਦੁਕਾਨ ਘੋਟ ਕੁਲਕੋਸ਼ਨ ਦੀ ਨਾਲ ਵਾਲੀ ਦੁਕਾਨ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਮਾਲਕ ਪਰਿਮਿਦਰ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਧਮਕੀਆਂ ਆਈਆਂ ਸਨ ਤੇ ਪੁਲਸ ਐੱਸਐੱਸਪੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹ ਦੋਸ਼ੀ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਜਦ ਪੇਸ਼ੀ ਤੇ ਬਾਅਦ ਪੁਲਸ ਰਿਮਾਂਡ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਾਣਾ ਵੱਲ

NAME CHANGE
I, PRITI DAS D/O DALIP KUMAR residing at D-293 JY COLONY KHYALA, DELHI-110018, have changed my name to PRITY DASS for all future purposes.

NAME CHANGE
I, ITHIRO known as ASHISH KUMAR RATHOR S/O PURAN LAL R/O C-48, RAJEEV NAGAR BEGUM PUR, NORTH WEST DELHI, DELHI-110086, have changed my name and shall hereafter be known as RAZA AHMED.

NAME CHANGE
I, SUDAMA SHARMA S/O DEVI RAM SHARMA R/O A-3/106-107, Sector-16 Rohini, Delhi-110089, have changed the name of my minor son namely YASH SHARMA aged 15 years and shall hereafter be known as AYUSH SHARMA.

NAME CHANGE
I, S BHASKARA VIJAY KUMAR residing at H-NO-62256, PADMANABHANAGAR, VENKATAPURAM, NEAR RAMALAYAM, VISAKHAPATNAM, ANDHRA PRADESH-530029, have changed my name from SENAPATHI VENKATA RATNAM to SENAPATHI APPALA RATNAM for all future purposes. Affidavit dated 16/07/2025 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, ITHIRO known as ASHISH KUMAR RATHOR S/O PURAN LAL R/O C-48, RAJEEV NAGAR BEGUM PUR, NORTH WEST DELHI, DELHI-110086, have changed my name and shall hereafter be known as RAZA AHMED.

NAME CHANGE
I, SUDAMA SHARMA S/O DEVI RAM SHARMA R/O A-3/106-107, Sector-16 Rohini, Delhi-110089, have changed the name of my minor son namely YASH SHARMA aged 15 years and shall hereafter be known as AYUSH SHARMA.

NAME CHANGE
I, SWETA RAI BHUTIA Wife of No. 5458488P Rank-NK Name-TSHER-INGRUPK NIA Presently residing at VILL-DURPIN GUMBA, PO-KALIMPONG, DISTT-KALIMPONG, WEST BENGAL-74301, have changed my name from SWETA RAI BHUTIA to SWETA RAI for all future purposes vide Affidavit dated 16/07/2025 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, ITHIRO known as ASHISH KUMAR RATHOR S/O PURAN LAL R/O C-48, RAJEEV NAGAR BEGUM PUR, NORTH WEST DELHI, DELHI-110086, have changed my name and shall hereafter be known as RAZA AHMED.

NAME CHANGE
I, SUDAMA SHARMA S/O DEVI RAM SHARMA R/O A-3/106-107, Sector-16 Rohini, Delhi-110089, have changed the name of my minor son namely YASH SHARMA aged 15 years and shall hereafter be known as AYUSH SHARMA.

NAME CHANGE
I, DEEPAK KUMAR VERMA S/O PARTAP SINGH residing at H.No.16, Tara Nagar Main Kakrola Road, Kakrola, South West Delhi, Delhi-110078 have changed the name of my minor daughter SHREYA ALIAS SHREYA VERMA aged 13 years, and she shall hereafter be known as SHREYA VERMA.

NAME CHANGE
I, ITHIRO known as ASHISH KUMAR RATHOR S/O PURAN LAL R/O C-48, RAJEEV NAGAR BEGUM PUR, NORTH WEST DELHI, DELHI-110086, have changed my name and shall hereafter be known as RAZA AHMED.

NAME CHANGE
I, SUDAMA SHARMA S/O DEVI RAM SHARMA R/O A-3/106-107, Sector-16 Rohini, Delhi-110089, have changed the name of my minor son namely YASH SHARMA aged 15 years and shall hereafter be known as AYUSH SHARMA.

NAME CHANGE
I, Sushma D/O Shambhu Prasad Dhamana W/O Vinod Kumar R/O B-6 Police Colony Mandir Marg New Delhi 110001 Have changed my name to Sushma Badola for all future purposes.

NAME CHANGE
I, ITHIRO known as ASHISH KUMAR RATHOR S/O PURAN LAL R/O C-48, RAJEEV NAGAR BEGUM PUR, NORTH WEST DELHI, DELHI-110086, have changed my name and shall hereafter be known as RAZA AHMED.

NAME CHANGE
I, SUDAMA SHARMA S/O DEVI RAM SHARMA R/O A-3/106-107, Sector-16 Rohini, Delhi-110089, have changed the name of my minor son namely YASH SHARMA aged 15 years and shall hereafter be known as AYUSH SHARMA.

NAME CHANGE
I Swaran Kaur Sawhney W/o Prith Pal Singh R/O 10C/80 SFS Flats Green View Apartment Mayapuri Road Hari Nagar West Delhi-110064 Have Changed My Name to Swaran Kaur for all purpose.

NAME CHANGE
I, ITHIRO known as ASHISH KUMAR RATHOR S/O PURAN LAL R/O C-48, RAJEEV NAGAR BEGUM PUR, NORTH WEST DELHI, DELHI-110086, have changed my name and shall hereafter be known as RAZA AHMED.

NAME CHANGE
I, SUDAMA SHARMA S/O DEVI RAM SHARMA R/O A-3/106-107, Sector-16 Rohini, Delhi-110089, have changed the name of my minor son namely YASH SHARMA aged 15 years and shall hereafter be known as AYUSH SHARMA.

PUBLIC NOTICE
It is for general information that I, Rahul Vishwakarma S/o H.P. Vishwakarma R/O J-4, Ground Floor Gandhi Market, Mir Dard Road, Mitro Road, Indraprastha, Central Delhi, Delhi-110002 declare that name of mine has been wrongly written as Rahul Kumar Vishwakarma in my minor daughter namely Anika Vishwakarma aged 5 years in his School Records. The actual name of mine is Rahul Vishwakarma.

NAME CHANGE
I, ITHIRO known as ASHISH KUMAR RATHOR S/O PURAN LAL R/O C-48, RAJEEV NAGAR BEGUM PUR, NORTH WEST DELHI, DELHI-110086, have changed my name and shall hereafter be known as RAZA AHMED.

NAME CHANGE
I, SUDAMA SHARMA S/O DEVI RAM SHARMA R/O A-3/106-107, Sector-16 Rohini, Delhi-110089, have changed the name of my minor son namely YASH SHARMA aged 15 years and shall hereafter be known as AYUSH SHARMA.

PUBLIC NOTICE
It is for general information that I, INDU CHAUHAN W/O NARENDER SINGH CHAUHAN R/O N-129/1, T-HUTS, KHILONA BAGH DIST NORTH WEST DELHI-110009 declare that name of mine has been wrongly written as INDU KANWAR in my minor son namely HARSH VARDHAN SINGH CHAUHAN aged 13 years in his school record and birth certificate No. MCDOLIR-2211-05020356. The actual name of mine is INDU CHAUHAN which may be amended accordingly.

NAME CHANGE
I, ITHIRO known as ASHISH KUMAR RATHOR S/O PURAN LAL R/O C-48, RAJEEV NAGAR BEGUM PUR, NORTH WEST DELHI, DELHI-110086, have changed my name and shall hereafter be known as RAZA AHMED.

NAME CHANGE
I, SUDAMA SHARMA S/O DEVI RAM SHARMA R/O A-3/106-107, Sector-16 Rohini, Delhi-110089, have changed the name of my minor son namely YASH SHARMA aged 15 years and shall hereafter be known as AYUSH SHARMA.

PUBLIC NOTICE
It is for general information that I, CHANDER VEER S/O RAMJI LAL R/O C-157 Vikas Vihar Uttam Nagar West Delhi-110059 declare that name of mine has been wrongly written as CHANDER PAL in my minor daughter namely KIRTI aged 15 years in her birth certificate No.MCDOLIR-0110-04425168. The actual name of mine is CHANDER VEER which may be amended accordingly.

NAME CHANGE
I, ITHIRO known as ASHISH KUMAR RATHOR S/O PURAN LAL R/O C-48, RAJEEV NAGAR BEGUM PUR, NORTH WEST DELHI, DELHI-110086, have changed my name and shall hereafter be known as RAZA AHMED.

NAME CHANGE
I, SUDAMA SHARMA S/O DEVI RAM SHARMA R/O A-3/106-107, Sector-16 Rohini, Delhi-110089, have changed the name of my minor son namely YASH SHARMA aged 15 years and shall hereafter be known as AYUSH SHARMA.

PUBLIC NOTICE
It is for general information that I, ITHIRO known as ASHISH KUMAR RATHOR S/O PURAN LAL R/O C-48, RAJEEV NAGAR BEGUM PUR, NORTH WEST DELHI, DELHI-110086, have changed my name and shall hereafter be known as RAZA AHMED.

NAME CHANGE
I, ITHIRO known as ASHISH KUMAR RATHOR S/O PURAN LAL R/O C-48, RAJEEV NAGAR BEGUM PUR, NORTH WEST DELHI, DELHI-110086, have changed my name and shall hereafter be known as RAZA AHMED.

NAME CHANGE
I, SUDAMA SHARMA S/O DEVI RAM SHARMA R/O A-3/106-107, Sector-16 Rohini, Delhi-110089, have changed the name of my minor son namely YASH SHARMA aged 15 years and shall hereafter be known as AYUSH SHARMA.

PUBLIC NOTICE
It is for general information that I, ITHIRO known as ASHISH KUMAR RATHOR S/O PURAN LAL R/O C-48, RAJEEV NAGAR BEGUM PUR, NORTH WEST DELHI, DELHI-110086, have changed my name and shall hereafter be known as RAZA AHMED.

NAME CHANGE
I, ITHIRO known as ASHISH KUMAR RATHOR S/O PURAN LAL R/O C-48, RAJEEV NAGAR BEGUM PUR, NORTH WEST DELHI, DELHI-110086, have changed my name and shall hereafter be known as RAZA AHMED.

NAME CHANGE
I, SUDAMA SHARMA S/O DEVI RAM SHARMA R/O A-3/106-107, Sector-16 Rohini, Delhi-110089, have changed the name of my minor son namely YASH SHARMA aged 15 years and shall hereafter be known as AYUSH SHARMA.

ਲਿਆਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ ਤਾਂ ਉਸ ਵਲੋਂ ਪੁਲਸ ਪਾਰਟੀ ਦਾ ਪਿਸਤੌਲ ਬੰਗਣ ਦੇ ਕੇਸ਼ਿਜ਼ ਕੀਤੀ ਜਿਸ ਵਿਚਾਲੇ ਪੁਲਸ ਕਰਮੀ ਨਾਲ ਗੁੱਬਮ-ਗੁੱਬੀ ਹੁੰਦੇ ਹੋਏ ਫਾਇਰ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਉਹ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਦੀ ਲੱਤ 'ਤੇ ਗੋਲੀ ਲੱਗ ਗਈ। ਇਸ ਮਗਰੋਂ ਉਹ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਿਵਿਲ ਹਸਪਤਾਲ ਬਟਾਲਾ 'ਚ ਇਲਾਜ ਲਈ ਦਾਖਿਲ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਨੌਜਵਾਨ ਵਿਦੇਸ਼ ਅਮਰੀਕਾ ਬੈਠੇ ਗੈਂਗਸਟਰ ਜੈਸਲ ਦੇ ਕਹਿਣ 'ਤੇ ਇਸ ਵਾਰਦਾਦ ਨੂੰ ਅੱਜਮ ਦਿੱਤਾ ਸੀ ਜਦਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖਿਫਤ ਪਹਿਲਾ ਵੀ ਅਪਰਾਧਿਕ ਮਾਮਲੇ ਦਰਜ ਹਨ।

PUBLIC NOTICE
My client Narender Kumar Chauhan S/o Pooan Singh R/o H.No.376, Chauhan Mohalla, Madanpur Khadar, Sarita Vihar, and disowned his son Harsh Chauhan and his wife Preeti Rani from his all movable-immovable properties due to their Vihar, Delhi-76, has severed all relations and disowned his disobedience. My client Shall not be responsible for their acts.

NAME CHANGE
I, SIDDHARTH RANA S/O BHAGWAN RANA residing at H NO-1074, SIRASPUR, DELHI-110044 have changed my name to SIDDHARTH RANA for all future purpose.

NAME CHANGE
I, SIDDHARTH RANA S/O BHAGWAN RANA residing at H NO-1074, SIRASPUR, DELHI-110044 have changed my name to SIDDHARTH RANA for all future purpose.

NAME CHANGE
I, SIDDHARTH RANA S/O BHAGWAN RANA residing at H NO-1074, SIRASPUR, DELHI-110044 have changed my name to SIDDHARTH RANA for all future purpose.

NAME CHANGE
I, SIDDHARTH RANA S/O BHAGWAN RANA residing at H NO-1074, SIRASPUR, DELHI-110044 have changed my name to SIDDHARTH RANA for all future purpose.

NAME CHANGE
I, SIDDHARTH RANA S/O BHAGWAN RANA residing at H NO-1074, SIRASPUR, DELHI-110044 have changed my name to SIDDHARTH RANA for all future purpose.

NAME CHANGE
I, SIDDHARTH RANA S/O BHAGWAN RANA residing at H NO-1074, SIRASPUR, DELHI-110044 have changed my name to SIDDHARTH RANA for all future purpose.

NAME CHANGE
I, SIDDHARTH RANA S/O BHAGWAN RANA residing at H NO-1074, SIRASPUR, DELHI-110044 have changed my name to SIDDHARTH RANA for all future purpose.

NAME CHANGE
I, SIDDHARTH RANA S/O BHAGWAN RANA residing at H NO-1074, SIRASPUR, DELHI-110044 have changed my name to SIDDHARTH RANA for all future purpose.

NAME CHANGE
I, SIDDHARTH RANA S/O BHAGWAN RANA residing at H NO-1074, SIRASPUR, DELHI-110044 have changed my name to SIDDHARTH RANA for all future purpose.

NAME CHANGE
I, SIDDHARTH RANA S/O BHAGWAN RANA residing at H NO-1074, SIRASPUR, DELHI-110044 have changed my name to SIDDHARTH RANA for all future purpose.

NAME CHANGE
I, SIDDHARTH RANA S/O BHAGWAN RANA residing at H NO-1074, SIRASPUR, DELHI-110044 have changed my name to SIDDHARTH RANA for all future purpose.

NAME CHANGE
I, SIDDHARTH RANA S/O BHAGWAN RANA residing at H NO-1074, SIRASPUR, DELHI-110044 have changed my name to SIDDHARTH RANA for all future purpose.

ਜੇਨ ਪੱਧਰੀ ਐਥਲੈਟਿਕਸ 'ਚ ਐੱਸ.ਏ.ਐੱਸ. ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਸਕੂਲ ਚੀਮਾ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ

ਚੀਮਾ ਮੈਂਡੀ, 13 ਅਗਸਤ: ਐੱਸ.ਏ.ਐੱਸ. ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਜੇਨ ਪੱਧਰੀ ਮੁਕਾਬਲਿਆਂ 'ਚ ਕਈ ਸੋਨੇ ਦੇ ਤਗਮੇ ਜਿੱਤ ਕੇ ਸੋਸਾਈਟੀ ਦਾ ਨਾਮ ਰੋਸ਼ਨ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਜਗ੍ਹਾ ਪੱਕੀ ਕੀਤੀ। ਅੰਡਰ-19 ਵਰਗ ਵਿੱਚ ਇੰਦਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ 100 ਮੀਟਰ ਦੌੜ ਵਿੱਚ ਸੋਨਾ ਜਿੱਤਿਆ, ਜਦਕਿ ਅਰਥਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੇ 400 ਮੀਟਰ ਦੌੜ ਵਿੱਚ 'ਚ ਪਹਿਲਾ ਸਥਾਨ ਹਾਸਲ ਕੀਤਾ। ਜਸਮੀਨ ਕੌਰ (ਅੰਡਰ-14) ਅਤੇ ਹਰਸ਼ਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ (ਅੰਡਰ-17) ਨੇ ਗਾਈ ਜੱਥ 'ਚ ਸੋਨਾ ਜਿੱਤਿਆ। ਫੀਲਡ ਵਿਏਟਸ 'ਚ ਪਰਭਜੋਤ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਡਿਸਕਸ ਥਰੋ 'ਚ ਪਹਿਲਾ ਸਥਾਨ ਹਾਸਲ ਕੀਤਾ, ਜਦਕਿ ਅੰਗਦਵੀਰ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਲਵਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਲਾਂਚ ਜੱਥ 'ਚ ਪਹਿਲਾ ਸਥਾਨ ਜਿੱਤਿਆ। ਕੁਝੀਆਂ ਨੇ ਵੀ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ: ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ - ਡਿਸਕਸ ਥਰੋ 'ਚ ਪਹਿਲਾ, ਸ਼ਾਟ ਪੁੱਟ 'ਚ ਦੂਜਾ ਸਥਾਨ ਮਹਕਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ - ਡਿਸਕਸ ਥਰੋ 'ਚ ਪਹਿਲਾ ਸਥਾਨ ਕਮਲਜੀਤ ਕੌਰ - ਲਾਂਚ ਜੱਥ 'ਚ ਪਹਿਲਾ, 200 ਮੀਟਰ ਦੌੜ 'ਚ ਦੂਜਾ ਸਥਾਨ ਲਵਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ - 400 ਮੀਟਰ ਦੌੜ 'ਚ ਦੂਜਾ ਸਥਾਨ ਇਹ ਸਾਰੇ ਖਿਡਾਰੀ ਹੁਣ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਨਗੇ। ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਨੇ ਜਨਤਕ ਚੈਂਪੀਅਨਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੋਚ ਅਭਿਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਮੁਬਾਰਕਬਾਦ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਿਹਨਤ, ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਖੇਡਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਮਰਪਣ ਦੀ ਸ਼ਾਹਨੁਮਾ ਕੀਤੀ। "ਇਹ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਅਤੇ ਕੋਚ ਦੀ ਰਹਿਮਤਾਈ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਹੈ," ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਨੇ ਕਿਹਾ।

NAME CHANGE
I hitherto known as JAGANATH KAPUR alias JAYANTI KAPUR W/O RAJ KUMAR KAPUR, R/O Near Dhinagra Park, House No. 26, Road No. 14, East Punjabi Bagh, West Delhi, Delhi-110026, have changed my name and shall hereafter be known as JAYANTI KAPUR.

PUBLIC NOTICE
My client Gokul Chand S/o Prabhoo Ram residing at West Delhi, H.No-83, 84, F-4 Block, Sulatpuri, New Delhi-86, has severed all his relations & connections from his son Rajesh Kumar & disowned him from her all movable and immovable properties. My client shall not be responsible for his any acts.

NAME CHANGE
I Sarve Preet Kaur Kochhar W/o Manpreet Singh Kochhar R/O 10C/80 SFS Flats Green View Apartment Mayapuri Road Hari Nagar West Delhi-110064 Have Change My Given Name Sarvepreet kaur and Surname Kochhar for all purpose.

NAME CHANGE
It is for general information that I, VISHAL SONI S/O SUGHR SINGH R/O 1338A/8, Gali No.-8, Nearby SK Depot, Govindpur Kalkaji, Kalkaji, South Delhi, Delhi-110019, declare that name of mine has been wrongly written as VISHAL in my Driving Licence No. DL032009024443. The actual name of mine is VISHAL SONI, which may be amended accordingly.

PUBLIC NOTICE
I, IMRAJ S/O SHAKIL, R/O B-29, Nanda Road Adash Nagar North West Delhi-110033, do hereby solemnly affirm and declare that I have embraced HINDUISM RELIGION and renounced ISLAM RELIGION with effect from 07.06.2025.

NAME CHANGE
I, SANTOSH KUMAR S/O VISHVA NATH PRASAD, residing at PLOT NO-58859, FLAT NO-222, STREET NO-5, HAVENS GARDEN MATIALA, DELHI-110059 have changed my name to SANTOSH KUMAR GUPTA for all future purposes.

PUBLIC NOTICE
Public notice is hereby given that my clients Mr. Sushil Kumar and Mr. Rajendra Kumar Tyagi both S/o Mr. Ved Prakash Tyagi, both R/O House No. 312, Sadiqi Nagar, Near Auto Stand Sihani, Ghaziabad, Uttar Pradesh 200003, is the owner of Residential Plot No. 43 & 44, area measuring 200 Square Yards i.e. 167.22 Square Meters out of Kharsa No. 459, situated in the village Sadiqi Nagar, Pargana Loni, Tehsil & District Ghaziabad, Uttar Pradesh, vide Registration No. 1427-1432 Calendar Year 2019-2024, it is pertinent to mention here that after the death of their father Mr. Ved Prakash Tyagi, they became the owner of the said property. My client is absolute owner of the said property and is free from encumbrance. The said property neither falls under acquisition nor falls under any litigation in any court of law. On date, being the absolute owner of the said property, my clients are going to sell the said property to Mrs. Deepika Singh W/o Mr. Krishna Kumar Singh. The same is going to be financed by PNB Housing Finance Ltd., branch Sahibabad, Ghaziabad, Uttar Pradesh. If any person(s) has/have any objection regarding the above said property, then kindly may submit his/her objection within 7 days from the date of the Notice in writing to the undersigned or the said Bank/FI. The said objection may be kindly sent to the undersigned/Bank by way of the Registered Post on the address given below and by E-mail. Failing which, the claim as per Affidavit shall be treated as null and void in respect of the subject property.

NAME CHANGE
I, IMRAJ S/O SHAKIL, R/O B-29, Nanda Road Adash Nagar North West Delhi-110033, do hereby solemnly affirm and declare that I have embraced HINDUISM RELIGION and renounced ISLAM RELIGION with effect from 07.06.2025.

NAME CHANGE
I, ANITA BANSAL W/O PAWAN BANSAL residing at B-504, MAYUR-DHWAJ APARTMENT, I.P. EXTN. EAST DELHI-110092 have Change my name to ANITA RANI BANSAL for all future purpose.

NAME CHANGE
I, VANDANA is legally spouse of No. 1567177K Rank-HAV Name AMIT KUMAR AWASTHI, R/O H.NO.-920, KESCOOR, PO:- KESCOOR, DIST:- DHAR, MADHYA PRADESH-454001 have changed my name from VANDANA to VANDANA AWASTHI for all future purposes. Vide Affidavit Dated 16/07/2025, Before Notary Public New Delhi.

NAME CHANGE
I, SALMA KHATUN is legally spouse of No. 15692253W Rank-HAV Name MURTUJA ALI, S/O VILL+POST-ARITHA, TEH-CHAS, THANA-CHANDANKAYRI, DIS-BOKARO, STATE-JHARKHAND, PIN 828134 have changed my name from SALMA KHATUN to SALMA KHATUN for all future purposes. Vide Affidavit Dated 16/07/2025 Before Notary Public New Delhi.

NAME CHANGE
I, ANITA BANSAL W/O PAWAN BANSAL residing at B-504, MAYUR-DHWAJ APARTMENT, I.P. EXTN. EAST DELHI-110092 have Change my name to ANITA RANI BANSAL for all future purpose.

NAME CHANGE
I, No. 15692253W Rank-HAV Name MURTUJA ALI, S/O VILL+POST-ARITHA, TEH-CHAS, THANA-CHANDANKAYRI, DIS-BOKARO, STATE-JHARKHAND, PIN 828134 have changed my name from SALMA KHATUN to SALMA KHATUN for all future purposes. Vide Affidavit Dated 16/07/2025 Before Notary Public New Delhi.

NAME CHANGE
I, No. 15692253W Rank-HAV Name MURTUJA ALI, S/O VILL+POST-ARITHA, TEH-CHAS, THANA-CHANDANKAYRI, DIS-BOKARO, STATE-JHARKHAND, PIN 828134 have changed my name from SALMA KHATUN to SALMA KHATUN for all future purposes. Vide Affidavit Dated 16/07/2025 Before Notary Public New Delhi.

PUBLIC NOTICE
I, Jyoti pal W/O Sunil Kumar R/O WZ-125, Village Begumpur, North West Delhi - 110086 declare that name of mine has been wrongly written as Jyoti in my minor Daughter Yashika aged 14 years in her school records and birth certificate no MCDOLR09388299. The actual name is Jyoti Pal.

ਅਜੋਕਾ ਯੁੱਗ ਉਦਾਸ ਅਤੇ ਮਾਯੂਸ ਹੋਣ ਦਾ ਯੁੱਗ ਨਹੀਂ। ਬੰਗਾ ਬਣਨ ਦੀਆਂ, ਮਾਨਵ ਜਾਤੀ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਦੀਆਂ, ਜਿਤਨੀਆਂ ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ ਅਜੋਕੇ ਯੁੱਗ ਵਿਚ ਵੀ, ਉਤਨੀਆਂ ਪਹਿਲੇ ਕਿਸੇ ਯੁੱਗ ਵਿਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਸਨ। ਨਿਰਸੰਦੇਹ ਮਨੁੱਖ ਵਿਚ ਜਿਤਨੀ ਗਿਰਾਵਟ ਅਜੋਕੇ ਯੁੱਗ ਵਿਚ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਹੀ ਹੈ, ਉਤਨੀ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਯੁੱਗ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਵੇਖੀ ਗਈ ਪਰ ਵੇਖਣਾ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਨੂੰ ਚੜ੍ਹਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ੀ ਨਾਲ ਵੇਖਦੇ ਹੋ ਕਿ ਡਿੱਗਣ ਦੇ ਡਰ ਨਾਲ, ਤੁਸੀਂ ਸਮੁੰਦਰ ਨੂੰ ਤੈਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ੀ ਨਾਲ ਵੇਖਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਡੱਬ ਜਾਣ ਦੀ ਡਿੱਗਣ ਨਾਲ, ਤੁਸੀਂ ਇਮਤਿਹਾਨ ਵਿਚ ਪਾਸ ਹੋਣ ਦੀ ਆਸ ਨਾਲ ਬੈਠਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਫੈਲ ਹੋਣ ਦੇ ਸਿੱਧੇ ਨਾਲ। ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਹੌਸਲਾ ਤੁਹਾਡੇ ਯਤਨਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਜਾਰੀ ਰਹੇ। ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਵਾਂਗ ਉਤਸ਼ਾਹ ਵੀ ਮਨ ਦੀ ਇਕ ਅਵਸਥਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਉਸਾਰੂ ਸੋਚ ਸਾਹਮਣੇ ਲੈ ਲੈ ਅਤੇ ਤਕ ਨਹੀਂ ਟਿਕ ਸਕਦੀ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਲੋੜ ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਨੂੰ, ਆਪਣੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਨੂੰ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਰਾਇ ਨੂੰ, ਬਦਲਣ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਦੁਨੀਆਂ ਉਸਾਰੂ ਸੋਚ ਲਈ ਤੜਫ ਰਚੀ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ-ਜਿਹੜੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਜਿਹੜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਯਤਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹੋ-ਜਿਹੋ ਮਨੁੱਖ ਹੋ ਨਿਬੜਦੇ ਹਨ।



ਅਜੋਕਾ ਯੁੱਗ

• ਨਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਕਪੂਰ

ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਾਲੇ ਸਕੂਲ

ਸੁਖਰਾਜ ਚਹਿਲ ਪਨੌਲਾ

ਮਕਸਦ

ਕਈ ਵਾਰ ਬੱਚਿਆਂ 'ਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜਿਹੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਸਕੂਲ 'ਚ ਜਾਂਦੇ ਹੋਏ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਥਾਂ 'ਤੇ ਬਿਠਾਉਣ ਦੇ ਮਕਸਦ ਨਾਲ ਟੀਚੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਵੀਡੀਓ ਗੇਮਾਂ ਦੁਆਰਾ ਖੇਡਾਂ ਚਲਾ ਕੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਕੁਝ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਖਿਡੌਣੇ ਦੇ ਕੇ ਇਕ ਜਗ੍ਹਾ ਉੱਪਰ ਜਾ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਰੱਖਣ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਇਕ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਬੇਹੱਦ ਮਤਰਕਨ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਮਾਗ ਦਾ ਦਾਇਰਾ ਸੀਮਤ ਜਿਹਾ ਹੋ ਕੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਉਸ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਾਸ 'ਤੇ ਗਹਿਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਾਲੇ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਐੱਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟ ਆਉਣ ਦੀ ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਖੇਡਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਨਾਲ ਦੀ ਨਾਲ ਰੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਅੰਦਰ ਹੀ ਖਰ ਵਰਗੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਖੇਡਾਂ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਾਲੇ ਸਕੂਲ ਲੱਭਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਦੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਥਾਂ 'ਤੇ ਅਜਿਹੇ ਸਕੂਲ ਜਿੱਥੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਸਕੂਲ 'ਚ ਬੈਠਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੇ ਮਕਸਦ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹੋ ਸਿਰਫ ਇਕ ਜਾਂ ਦੋ ਹੋਰ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵਧ ਕਮਰੇ ਤਿਆਰ ਕਰਕੇ ਹੀ ਇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਾਲਾ ਸਕੂਲ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਆਲ੍ਹਣਾ-ਦੁਆਲਾ ਬੰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਥਾਂ ਉੱਪਰ ਆ ਕੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਲਈ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਾਲੇ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਆਉਣ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇੱਥੋਂ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਨ ਉਸ ਦੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਨੂੰ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਡਰਦਾ ਤੇ

ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਾਲੇ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਐੱਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟ ਆਉਣ ਦੀ ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਖੇਡਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਨਾਲ ਦੀ ਨਾਲ ਰੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਅੰਦਰ ਹੀ ਖਰ ਵਰਗੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਖੇਡਾਂ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਾਲੇ ਸਕੂਲ ਲੱਭਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਦੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਥਾਂ 'ਤੇ ਅਜਿਹੇ ਸਕੂਲ ਜਿੱਥੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਸਕੂਲ 'ਚ ਬੈਠਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੇ ਮਕਸਦ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹੋ ਸਿਰਫ ਇਕ ਜਾਂ ਦੋ ਹੋਰ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵਧ ਕਮਰੇ ਤਿਆਰ ਕਰਕੇ ਹੀ ਇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਾਲਾ ਸਕੂਲ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਆਲ੍ਹਣਾ-ਦੁਆਲਾ ਬੰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਥਾਂ ਉੱਪਰ ਆ ਕੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਲਈ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਾਲੇ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਆਉਣ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇੱਥੋਂ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਨ ਉਸ ਦੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਨੂੰ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਡਰਦਾ ਤੇ



ਮਨਫ਼ੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚਲਾ ਨਿੱਘ



ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰਜੀਤ ਕੌਰ 98722-54081

ਪੈਸੇ ਦੀ ਦੌੜ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹੋਏ ਵਿਚਾਰ ਉੱਪਰ ਹਾਈ ਹੁੰਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਮਕਾਨਾਂ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਘਰਾਂ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਬਦਲਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਡਿਗਰੀਆਂ ਹਾਸਿਲ ਕਰ ਕੇ ਅਸੀਂ ਨੌਜਵਾਨ ਕਰਦਾ-ਕੀਮਤਾਂ ਭੁਲਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਸੋਚਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਕਿੰਨੇ ਭੁ ਲੋਕ ਅਜਿਹੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਸੰਕੋਚ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘਰ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਦੱਸਿਆ ਵੇਲੋ-ਭੁਵੇਲੋ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਅੱਜ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸੁੱਖ ਸਹੂਲਤਾਂ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਹੋਇਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ? ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀਆਂ ਤੰਦਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਿਉਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ? ਅੱਜ ਦਾ ਮਨੁੱਖ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਨਿੱਘ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਮਾਣ ਰਿਹਾ?

ਜਿਸ ਤੋਂ ਮੁੱਲ ਰੂਪ ਵਿਚ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਹਿਲੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਉਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਸਾਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵੱਲੋਂ ਵਰਦਾਨ ਦੇ ਰੂਪ 'ਚ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਚਾਹ ਕੇ ਵੀ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਜਿਵੇਂ ਸਾਡਾ ਆਪਣੇ ਮਾਂ-ਬਾਪ, ਭੈਣ-ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਰਿਸ਼ਤਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾ ਕੇ ਸਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਪਰਿਵਾਰ, ਜੋ ਹਰ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਵਿਚ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਅਸੀਂ ਸਮਝੌਤੇ ਕਰਨ ਅਤੇ ਦੁਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਪਿਆਨ ਰੱਖਣ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੱਕਾ ਸਬਕ ਸਿੱਖਦੇ ਹਾਂ। ਪਰਿਵਾਰ ਸਿਰਫ ਇਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸੰਕਲਪ ਹੈ। ਜੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨਾਲ ਜਾਂ ਰੱਬ ਨਾਲ ਕੋਈ ਗਿਲਾ-ਸ਼ਿਕਵਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਉਲਟ ਹੋਣ ਦਾ ਸਬੂਤ ਦੇ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਜਿੰਨਾ

ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਰਸ ਖੋਲ੍ਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੋਣ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਸਾਨੂੰ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਦੋਵੇਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਪਿਆਰ, ਸ਼ੋਹ, ਸਹਿਜ ਅਤੇ ਸਹਿਮਤੀ ਨਾਲ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਜਿੰਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚ ਸਹਿਜਤਾ ਹੋਵੇਗੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਗਿਲਾ-ਸ਼ਿਕਵਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਜੇ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਬਣਦਾ ਪਿਆਰ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵੱਲੋਂ



ਕੋਈ ਵੇਲਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ, ਜਦੋਂ ਆਪਣਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਾਇਆਂ ਵਿਚ ਬਹੁਤਾ ਫ਼ਰਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਲੋਕ ਪੜ੍ਹੇ-ਲਿਖੇ ਘੱਟ ਪਰ ਨੇਕ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਮਨੁੱਖੀ ਕਰਦਾ-ਕੀਮਤਾਂ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੇਲਿਆਂ 'ਚ ਕੋਈ ਹੋਰ-ਫੇਰ ਨਹੀਂ ਸੀ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦੁਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੋਣਾ ਆਪਣਾ ਹੱਕ ਸਮਝਦਾ ਸੀ। ਕਿਸੇ ਦੀ ਵੀ ਬੁਰਾ 'ਤੇ ਵੇਲੋ-ਭੁਵੇਲੇ ਦਸਤਕ ਦੇਣ ਲੱਗਿਆਂ ਸੋਚਣਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਪੈਂਦਾ। ਲੋਕ ਚੰਗੇ ਉੱਪਰ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦੇ ਸਨ, ਪੈਸੇ ਦੀ ਬਜਾਏ ਰਿਸ਼ਤੇ ਕਮਾਉਣ ਵਿਚ ਯਕੀਨ ਰੱਖਦੇ ਸਨ। ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੇਲਿਆਂ 'ਚ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਬਰਕਤਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਸਨ।

ਪਰ ਅਜੋਕੇ ਯੁੱਗ ਵਿਚ ਸਾਡੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਨੁਹਾਰ ਬਦਲ ਗਈ ਹੈ। ਅੱਜ ਰਿਸ਼ਤੇ ਹੰਫ਼ਟਮਾਰ ਨਹੀਂ ਰਹੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਰਿਸ਼ਤੇ ਹੰਫ਼ਟਮਾਰ ਦਾ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ। ਸਾਡੇ ਅਤੇ ਸਪਾਹਨ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕੋਈ ਬਹੁਤੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਨਹੀਂ ਰਹੀ। ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ 'ਚ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਸ਼ਿਕਵੇ, ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਤੇ ਨਕਰਤ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ। ਸਾਡੀ ਸੋਚ ਛੋਟੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਛੋਟੀ ਸੋਚ ਕਰਕੇ ਹੀ ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਮਨੁੱਖ ਰਿਸ਼ਤੇ ਕਮਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਣ ਵਿਚ ਲੱਗਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ

ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਰਸ ਖੋਲ੍ਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੋਣ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਸਾਨੂੰ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਦੋਵੇਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਪਿਆਰ, ਸ਼ੋਹ, ਸਹਿਜ ਅਤੇ ਸਹਿਮਤੀ ਨਾਲ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਜਿੰਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚ ਸਹਿਜਤਾ ਹੋਵੇਗੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਗਿਲਾ-ਸ਼ਿਕਵਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਜੇ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਬਣਦਾ ਪਿਆਰ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵੱਲੋਂ

ਕੁਝ ਗਲਤ-ਫਹਿਮੀਆਂ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਕਰਕੇ ਬੇਮੁਮਰ ਕੀਮਤੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵੀ ਤੋੜ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਅਜਿਹੇ ਇਹ ਸਭ ਤੁਝ ਅਸੀਂ ਕਿਸ ਵਾਸਤੇ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ? ਕੀ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਮਕਸਦ ਐਨਾ ਛੋਟਾ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ? ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਲਝਾਉਣ ਲਈ ਇਸ ਵਿਚ ਪ੍ਰੀਤੀ, ਅਦਾਰ, ਨਿੱਝ, ਕਾਲਾ ਨਮਕ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਿਹਤ ਲਈ ਅਣਮੌਲੀ ਦਾਤ ਹੈ।

ਸਤਨਾਮ ਸਿੰਘ ਮੱਟੂ

ਸ਼ਕਤੀ ਕਿਨਾਰੇ ਚਲਦੀਆਂ ਘੁਲਦੀਆਂ (ਵੇਲਿਆਂ) ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਇਹ ਗੀਤ ਜ਼ਰੂਰ ਯਾਦ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸ਼ਾਇਦ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੀ: ਚਿੱਤ ਕਰਦਾ ਘੁਲਦੀ ਵਾਲਾ ਹਾਦੀਆ ਵੇ ਤੱਤਾ ਤੱਤਾ ਗੁੜ ਖਾਣ ਨੂੰ... ਇਹ ਗੀਤ ਨੂੰ ਸੁਣਦਿਆਂ ਹੀ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਕਿਤੇ ਚੱਕ ਵਿਚ ਤੱਤਾ ਤੱਤਾ ਗੁੜ ਸਾਹਮਣੇ ਪਿਆ ਦੇਖ ਕੇ ਖਾਣ ਨੂੰ ਇਲਾ ਲਲਚਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੱਖ ਰੋਕਾਂ ਵੀ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਨੂੰ ਮਿੱਠਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਰੋਕ



ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਅਲਮੁੱਲੀ ਦਾਤ ਗੁੜ

ਸਕਦੀਆਂ, ਪਰ ਜਦੋਂ ਮਿੱਠਾ ਗੁੜ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਉਹ ਵੀ ਗਰਮ ਗਰਮ ਫਿਰ ਤਾਂ ਸੋਨੇ ਤੇ ਸੁਹਾਗੇ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਗੁੜ ਪੰਜਾਬੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦਾ ਅਜੋਕੇ ਅਤੇ ਅਨਿੱਖੜਵਾਂ ਅੰਗ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਬਖਸ਼ੀ ਨਿਆਮਤ ਹੈ। ਚੀਨੀ ਕਲਚਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚ ਮਿੱਠੇ ਵਜੋਂ ਗੁੜ ਜਾਂ ਸ਼ੱਕਰ ਦੀ ਸਰਦਾਰੀ ਸੀ। ਗੁੜ ਦੀ ਚਾਹ, ਗੁੜ ਦੇ ਚੌਲ, ਗੁੜ ਜਾਂ ਗੰਨੇ ਦੇ ਰਸ ਦੀ ਖੀਰ ਆਮ ਘਰਾਂ ਵਿਚ ਬਣਾ ਕੇ ਬੜੇ ਚਾਵਾਂ ਮਲਾਂ ਨਾਲ ਖਾਏ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਗੁੜ ਜਾਂ ਸ਼ੱਕਰ ਨਾਲ ਬਣੀ ਚਾਹ ਨੂੰ ਕੱਚੇ ਮਿੱਠੇ ਦੀ ਚਾਹ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਚੀਨੀ ਨਾਂ ਖੰਭ ਨੂੰ ਪੱਕਾ ਮਿੱਠਾ। ਘਰ ਆਏ ਪ੍ਰਾਚੇ ਨੂੰ ਸਤਿਕਾਰ ਵਜੋਂ ਪੱਕੇ ਮਿੱਠੇ ਦੀ ਚਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਸੋਨੇ ਨੇ ਕਰਵੱਟ ਲਈ ਤਾਂ ਲੋਕਾਂ 'ਚ ਚੀਨੀ ਦਾ ਚਾਹ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਮੁਢਲਾ ਹੋ ਗਿਆ। ਪੰਜਾਬੀ ਏਸੀ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਗੁੜ ਬਣਾਉਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਗੰਨਾ ਖੰਭ ਮਿੱਠਾ ਵੱਲ ਜਾਣ ਲੱਗ ਗਿਆ ਪਰ ਮਿੱਠੇ 'ਚ ਗੁੜ ਦੀ ਸਰਦਾਰੀ ਕਾਇਮ ਰਹੀ। ਬੋਝ ਲੋਕ ਨਾਲ ਗੁੜ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਕਾਰੀਗਰ ਘੱਟ ਗਏ ਪਰ ਯੂਪੀ ਖਿਗਰ ਤੋਂ ਆ ਕੇ ਕਾਰੀਗਰ ਇਸ ਕੰਮ ਵਿਚ ਜੁਟ ਗਏ ਅਤੇ ਘਰਾਂ 'ਚ ਸ਼ੱਕਰ ਮੁੜ ਤੋਂ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੇ ਘਰਾਂ ਦਾ ਸਿੰਗਰ ਬਣਨ ਲੱਗ ਗਿਆ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਚੀਨੀ ਵੱਲੋਂ ਰੁਝਾਨ ਘੱਟ ਹੋ ਗੁੜ ਸ਼ੱਕਰ ਵੱਲ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।

ਸ਼ੱਕਰ ਜਾਂ ਗੁੜ

ਰੋਟੀ ਤੋਂ ਪਿੱਛੋਂ ਸ਼ੱਕਰ ਜਾਂ ਗੁੜ ਖਾਣ ਦਾ ਅਲੱਗ ਹੀ ਮਜ਼ਾ ਹੈ। ਵੈਦ ਹਕੀਮ ਤੋਂ ਡਾਕਟਰ ਵੀ ਰੋਟੀ ਪਿੱਛੋਂ ਗੁੜ ਖਾਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਗੁੜ ਖਾਣ ਨਾਲ ਸੁਗਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ੀ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂਕਿ ਗੁੜ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਰਸਾਇਣਕ ਪਦਾਰਥ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਜਦਕਿ ਚੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਲਫਰ ਗਾਇਟਰਿਕ ਪਦਾਰਥ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਲੋਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਾਣ ਲਈ ਗੁੜ ਦੀ ਟਿੱਠੀ ਬਣਾਣ ਲੱਭਦੇ ਹਨ, ਆਪਣੀ ਹੌਸਲੀ ਤੇ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਇਸ 'ਚ ਕਾਕੂ, ਬਦਾਮ, ਦਾਖਾਂ ਆਦਿ ਸੁੱਕੇ ਮੈਂਦੇ ਪਾ ਕੇ ਹੋਰ ਸਵਾਦਯੁਕ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਰਸ ਜਾਂ ਰੂਹ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਰਸ ਕੱਢਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਚੇ ਸ਼ੱਕਰ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਪੱਛੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਸੁਕਾ ਕੇ ਗੁੜ ਪਕਾਉਣ ਲਈ ਬਾਲਣ ਵਜੋਂ ਵਰਤ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰਸ ਨੂੰ ਪੀਣ ਦਾ ਆਪਣਾ ਵੱਖਰਾ ਹੀ ਸਵਾਦ ਹੈ। ਅੱਜ ਕੱਲ੍ਹ ਗੰਨੇ ਦਾ ਰਸ ਬਾਜ਼ਾਰਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਰੇਗਡੀਆਂ 'ਤੇ ਆਮ ਵਿਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸਵਾਦ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇਸ ਵਿਚ ਪ੍ਰੀਤੀ, ਅਦਾਰ, ਨਿੱਝ, ਕਾਲਾ ਨਮਕ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਿਹਤ ਲਈ ਅਣਮੌਲੀ ਦਾਤ ਹੈ।



ਲੋਕ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੱਟੇ ਹੋਏ ਗੰਨਿਆਂ ਤੋਂ ਦਾਤੀਆਂ ਨਾਲ ਸੁੱਕੇ ਪੱਤ ਛਿੱਲ ਕੇ ਅਤੇ ਉੱਪਰੋਂ ਕੱਚਾ ਗੰਨਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪੱਤੇ ਵੱਢ ਕੇ ਢੇਰ ਲਗਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਸੁੱਕੇ ਪੱਤਿਆਂ ਨੂੰ ਆਮ ਬੋਲੀ 'ਚ ਬੋਰੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪੱਤਿਆਂ ਨੂੰ ਆਗ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੱਖੋ ਵੱਖੋ ਅਤੇ ਸਵਾਦ 20-20, 25-25 ਗੰਨਿਆਂ ਨੂੰ ਬੰਨ੍ਹ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਨੂੰ ਭਰੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਛਿੱਲੇ ਗੰਨਿਆਂ ਦੇ ਵੱਢੇ ਪੱਤਿਆਂ ਤਾਣ ਆਗਾਂ ਨੂੰ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੇ ਚਰੇ ਲਈ ਬਣਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਿਸ਼ਾਨ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਪਸ਼ੂ ਇਸ ਦੇ ਟੋਕੇ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਚਾਅ ਨਾਲ ਖਾਂਦੇ ਹਨ। ਗੰਨਿਆਂ ਦੇ ਬੰਨ੍ਹੇ ਪੁਲੇ ਨਾਂ ਭਰਿਆ ਨੂੰ ਗੰਭੇ ਨਾਂ ਟਕੈਕਟ-ਟਕੈਕ 'ਤੇ ਲੁੱਟ ਕੇ ਘੁਲਾਈ ਤਕ ਬੋਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਜਗ੍ਹਾ ਘੁਲਾਈ ਨੂੰ ਵੇਲਣਾ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੰਨਿਆਂ ਨੂੰ ਇਕੱਲਾ ਇਕੱਲਾ ਕਰ ਕੇ ਘੁਲਾਈ ਵਿਚ ਪੀਤਿਆ ਜਾਂ ਨਪੀਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲੇ

ਗੰਨੇ ਦੇ ਰਸ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਖੀਰ ਬਣਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਸਵਾਦ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਹੋਰ ਦੁੱਧ ਤੋਂ ਬਣੀ ਖੀਰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ। ਗੰਨੇ 'ਚ ਕੱਚੇ ਰਸ ਨੂੰ ਗੁੜ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੜਾਹੇ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਭੱਠੀ ਉੱਪਰ ਲੋੜ ਮੁਤਾਬਿਕ ਗਰਮ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਗਰਮ ਰਸ ਨੂੰ ਲਾਹਣ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰਸ ਨੂੰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਤਕ ਮੰਨੇ ਮੰਨੇ ਸੇਕ ਤੇ ਗਰਮ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਕੜਕੇ ਲਾਲ ਜਾਂ ਭੂਰੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਨਾ ਬਦਲ ਕੇ ਗਰੀਬ ਵਰਗਾ ਖੰਭਦਾ ਨਾ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਗਰਮ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਲਾਹਣ ਉੱਪਰੋਂ ਮੈਲ ਉਤਾਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਗੁੜ ਦਾ ਰੰਗ ਗੁਰੂ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਲਾਹਣ ਨੂੰ ਗੁੜ ਨਾਲੋਂ ਜਾਂਦੇ। ਇਸ ਤਿਆਰ ਹੋਏ ਗੁੜ ਨੂੰ ਲੱਲਾਕ ਦੇ ਚੱਕ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਠੰਡਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋੜ ਮੁਤਾਬਿਕ ਵੱਡੀਆਂ ਜਾਂ ਛੋਟੀਆਂ ਡੋਲੀਆਂ ਬਣਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਸ ਇਸ ਸਮੇਂ ਗਰਮ ਗੁੜ ਖਾਣ ਦਾ ਆਪਣਾ ਹੀ ਅਲੱਗ ਹੈ। ਆਲੂ, ਗਾਜਰ ਜਾਂ ਸ਼ੱਕਰਗੋਬੀ ਨੂੰ ਉਬਲਦੇ ਲਾਹਣ ਸੁੱਟ ਕੇ ਅਤੇ ਪਕਾ ਕੇ ਖਾਣ ਦਾ ਅਲੱਗ ਹੀ ਅਨੰਦ ਹੈ।

ਇਕ ਵਾਰ ਦੇ ਲਾਹਣ ਵਿੱਚੋਂ 25 ਤੋਂ 30 ਕਿਲੋ ਗੁੜ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸ਼ੱਕਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਲਾਹਣ ਨੂੰ ਗੁੜ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਰ ਤਕ ਪਕਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਕਈ ਲੋਕ ਇਸ ਨੂੰ ਵਪਾਰਕ ਨਜ਼ਰੀਏ ਤੋਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇਸ ਵਿਚ ਗਾਇਟਰਿਕ ਪਦਾਰਥ ਪਾ ਕੇ ਇਸ ਦੇ ਰੰਗ ਅਤੇ ਸਵਾਦ ਨੂੰ ਵਧਾ ਕੇ ਕਰਨ ਲਈ, ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦਾ ਘਾਟ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅੱਜ ਕੱਲ੍ਹ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ੱਕਰ ਜਾਂ ਗੁੜ ਦੀ ਚਾਹ ਪੀਣ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਕਾਫ਼ੀ ਵਧ ਗਿਆ ਹੈ। ਸ਼ਕਤੀ ਕਿਨਾਰੇ ਚਲਦੀਆਂ ਘੁਲਦੀਆਂ 'ਤੇ ਲੋਕ ਸ਼ੱਕਰ, ਗੁੜ ਖਰੀਦਦੇ ਅਤੇ ਆਮ ਦੇਖ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਚੀਨੀ ਦੀ ਚਾਹ ਹੁਣ ਚੀਨੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ ਕਹਿ ਕੇ ਜਾਂ ਸੁਗਰ ਦੇ ਰੰਗੀ ਸ਼ੱਕਰ, ਗੁੜ ਦੀ ਚਾਹ ਨੂੰ ਤਸੀਹੇ ਦੇਣ ਲੱਗ ਪਏ ਹਨ। ਚਾਹੇ ਤੁੱਝ ਵੀ ਹੋਵੇ ਤੱਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁੜ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਕੋਈ ਵੀ ਮਿਠਾਈ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ। ਜਿਸ ਨੇ ਵੀ ਤੱਤੇ ਤੱਤੇ ਗੁੜ ਦਾ ਸੁਆਦ ਚੱਖ ਲਿਆ ਉਹ ਇਸ ਜਨਮ 'ਚ ਤਾਂ ਇਸ ਦੇ ਸੁਆਦ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਭੁੱਲ ਸਕਦਾ।

ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ ਵਾਲਾਂ ਲਈ ਮੁਲਤਾਨੀ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ

ਮੁਲਤਾਨੀ ਮਿੱਟੀ ਇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਔਰਤਾਂ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਧੋਣ ਅਤੇ ਫੇਸ ਪੈਕ



ਲਗਾਉਣ ਆਦਿ ਲਈ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਮੁਲਤਾਨੀ ਮਿੱਟੀ 'ਚ ਇੰਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸ਼ਕਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਬਿਨਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਏ ਸਕਿੰਨ ਅਤੇ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ਮੂਰਤ ਬਣਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮੁਲਤਾਨੀ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਈ ਸਦੀਆਂ ਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਮੁਲਤਾਨੀ ਮਿੱਟੀ ਖੁਸ਼ਮੂਰਤੀ ਦਾ ਖਜ਼ਾਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਕੁਦਰਤੀ ਕੰਡੀਸ਼ਨਰ ਵੀ ਹੈ। ਮੁਲਤਾਨੀ ਮਿੱਟੀ ਵਾਲਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਤਾਂ ਤਕ ਮੰਨੇ ਮੰਨੇ ਸੇਕ ਤੇ ਗਰਮ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਕੜਕੇ ਲਾਲ ਜਾਂ ਭੂਰੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਨਾ ਬਦਲ ਕੇ ਗਰੀਬ ਵਰਗਾ ਖੰਭਦਾ ਨਾ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਗਰਮ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਲਾਹਣ ਉੱਪਰੋਂ ਮੈਲ ਉਤਾਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਗੁੜ ਦਾ ਰੰਗ ਗੁਰੂ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਲਾਹਣ ਨੂੰ ਗੁੜ ਨਾਲੋਂ ਜਾਂਦੇ। ਇਸ ਤਿਆਰ ਹੋਏ ਗੁੜ ਨੂੰ ਲੱਲਾਕ ਦੇ ਚੱਕ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਠੰਡਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋੜ ਮੁਤਾਬਿਕ ਵੱਡੀਆਂ ਜਾਂ ਛੋਟੀਆਂ ਡੋਲੀਆਂ ਬਣਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਸ ਇਸ ਸਮੇਂ ਗਰਮ ਗੁੜ ਖਾਣ ਦਾ ਆਪਣਾ ਹੀ ਅਲੱਗ ਹੈ। ਆਲੂ, ਗਾਜਰ ਜਾਂ ਸ਼ੱਕਰਗੋਬੀ ਨੂੰ ਉਬਲਦੇ ਲਾਹਣ ਸੁੱਟ ਕੇ ਅਤੇ ਪਕਾ ਕੇ ਖਾਣ ਦਾ ਅਲੱਗ ਹੀ ਅਨੰਦ ਹੈ।

2) ਰੁੱਖੇ ਵਾਲ :- ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਦੇ ਰੁੱਖੇ ਵਾਲ ਹਨ ਤਾਂ ਮੁਲਤਾਨੀ ਮਿੱਟੀ 'ਚ ਅੱਧਾ ਕੱਪ ਦਹੀਂ, ਅੱਧਾ ਕੱਪ ਨਿੱਝ ਅਤੇ 2 ਚਮਚੇ ਸ਼ਿਰਦ ਦੇ ਮਿਲਾ ਕੇ ਲਗਾ ਕੇ 20 ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਧੋ ਲਵੋ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵਾਲ ਨਰਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। 3) ਤੇਲੀਏ ਵਾਲ :- ਮੁਲਤਾਨੀ ਮਿੱਟੀ ਨੂੰ ਵਾਲਾਂ 'ਚ ਲਗਾਉਣ ਲਈ 4 ਘੰਟੇ ਪਹਿਲਾਂ ਪਾਣੀ 'ਚ ਡਿੱਢੇ ਕੇ ਰੱਖੋ। ਇਸ ਪੋਸਟ ਨੂੰ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਗੰਨਾ ਪਾਊਡਰ ਇਸ 'ਚ ਮਿਲਾਓ। ਫਿਰ ਇਸ ਪੋਸਟ ਨੂੰ 5-10 ਮਿੰਟ ਲਈ ਵਾਲਾਂ 'ਤੇ ਲਗਾਇਆ ਗਿਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੰਡੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਧੋ ਲਵੋ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵਾਲ 'ਚ ਤੇਲੀਏ ਵਾਲ ਠੀਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। 4) ਸਿੱਧੇ ਵਾਲ :- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਲ ਕੁਦਰਤੀ ਰੂਪ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਕਰਨੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਕ ਕੱਪ ਮੁਲਤਾਨੀ ਮਿੱਟੀ 'ਚ 5 ਚਮਚੇ ਆਣਾ ਅਤੇ 1 ਅੱਡਾ ਫੈਂਟ ਕੇ ਮਿਲਾਓ। ਇਸ ਪੈਕ ਨੂੰ ਪੂਰੇ ਵਾਲਾਂ 'ਚ ਲਗਾਓ ਅਤੇ ਕੰਘੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਕਰੋ। ਜਦੋਂ ਪੈਕ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁੱਕ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬਾਅਦ 'ਚ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਧੋ ਲਵੋ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵਾਲ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸਰਦੀਆਂ 'ਚ ਉਪਯੋਗੀ ਹਨ ਟਮਾਟਰ

ਟਮਾਟਰ ਨੂੰ ਇਸ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਗੁਣਾਂ ਕਾਰਨ ਸਰਦੀਆਂ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦਾ ਉਪਯੋਗੀ ਫਲ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਬਜ਼ੀ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਫਲ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਵੀ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ ਪ੍ਰਧਾ ਸਾਲ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਪਯੋਗਤਾ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿਚ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

- × ਭੋਜਨ ਵਿਚ ਟਮਾਟਰਾਂ ਦੇ ਜੂਸ, ਸੁਪ, ਸਲਾਦ ਆਦਿ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਪੱਕਿਆ ਹੋਇਆ ਲਾਲ ਟਮਾਟਰ ਭੋਜਨ ਪਚਾਉਣ ਵਾਲਾ, ਤਾਕਤ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਖੂਨ ਸਾਫ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਵਿਟਾਮਿਨ ਏ, ਬੀ, ਸੀ ਤੇ ਲੋਹਾ ਭਰਪੂਰ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- × ਟਮਾਟਰ ਦੇ ਸੂਪ ਵਿਚ ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ ਪਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਕਬਜ਼ ਦੂਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਚਮਕ ਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਚੁਸਤੀ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।
- × ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਸਰਦੀਆਂ ਦੇ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚਮੜੀ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿੱਲ, ਮੁਹਾਸੇ, ਛਾਈਆਂ, ਚਮੜੀ ਦਾ ਫਟਣਾ, ਖੁਜਲੀ ਆਦਿ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ।
- × ਟਮਾਟਰਾਂ ਦਾ ਜੂਸ ਪੀਣ ਨਾਲ ਵਾਲ ਚਮਕਦਾਰ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਟੁਕੜੇ ਗੱਲੂ ਤੋਂ ਅੱਖਾਂ ਹੇਠਾਂ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਛਾਈਆਂ ਤੇ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਕਾਲੇ ਘੇਰੇ ਦੂਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।



ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ

ਮੁੱਢ-ਕਦੀਮ ਤੋਂ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਵਿਚਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਚਿਆ-ਵਸਿਆ ਜੀਵਨ ਗੁਜ਼ਾਰਦਾ ਆਇਆ ਹੈ। ਅਜੋਕੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿੱਚ ਵੱਖੋ ਵੱਖਰੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਅਸੰਤੁਲਨ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਵੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਉਸ ਵਿੱਚ ਅਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਰਾ ਤਣਾ-ਬਣਾ ਕਈ ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਬੇਸ਼ੱਕ ਆਧੁਨਿਕ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਨਾਲ ਸਹਿਜਤਾ ਲੱਪ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਅਕਸਰ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ-ਚਰਚਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਪਰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਮਾਨਸਿਕ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਅਣਗੌਲਿਆਂ ਹੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਸੋਝ ਬਚਾਅ 'ਚ ਕਹੀਏ ਤਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਕਾਰਜ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਦਬਾਅ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸੰਤੁਲਨ ਨਾਲ ਪੂਰੀ ਸਹਿਜਤਾ ਨਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮਾਨਸਿਕ ਪੱਧਰ ਉੱਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਕਈ ਵਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਸਾਰਾ-ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਇਕੱਲਾ ਨੂੰ ਹੀ ਜਿਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਮਿਲਣਾ-ਜੁਲਣਾ ਵੀ ਪੰਸਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਵਿਚਾਰ ਲਗਾਤਾਰ ਉਛਾਲੇ ਮਾਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਭ ਲੱਛਣ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਜਾਂ ਉਦਾਸੀ ਰੋਗ ਦੇ ਸੂਚਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਵੱਡੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ, ਜਿੱਥੇ ਇਨਸਾਨ ਕੋਲ ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਕਹਿਣ ਤਕ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਇਹ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ ਵਧੇ ਹੋਏ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਅੱਜ ਸਾਡੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਕਈ ਬਦਲਾਅ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਅਗਾਂਹਵਧੂ ਸੋਚ ਦੇ ਪਾਰਨੀ ਬਣਨ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਮਾਨਸਿਕ ਤਣਾਅ ਦੂਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਕਿਤਾਬਾਂ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਉਸਾਰੂ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਦੇਣ ਲਈ ਸਮਰੱਥ ਹਨ। ਸਾਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਖਾਲੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਸਗੋਂ ਕਿਤੀ ਬਣਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਨਾ ਚ

ਪਨਗਰੇਨ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਡਾ. ਤੇਜਪਾਲ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਵੱਲੋਂ ਪਟਿਆਲਾ ਦੇ ਫੀਲਡ ਅਮਲੇ ਨਾਲ ਬੈਠਕ ਕਰਕੇ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਤੇ ਵਿਭਾਗੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ

ਪਟਿਆਲਾ, 13 ਅਗਸਤ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਉਰੋ - ਪਨਗਰੇਨ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਡਾ. ਤੇਜਪਾਲ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਨੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪਟਿਆਲਾ ਵਿਖੇ ਪਨਗਰੇਨ ਦੇ ਸਰਕਲ ਦਫਤਰ ਸਟਾਫ ਅਤੇ ਫੀਲਡ ਸਟਾਫ ਨਾਲ ਮੀਟਿੰਗ ਕਰਕੇ ਫੀਲਡ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਆ ਰਹੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਿਭਾਗੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ।



ਪਟਿਆਲਾ ਫੁਡ ਸਪਲਾਈ ਮਹਿਕਮੇ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਹੋਈ ਇਸ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਫੀਲਡ ਸਟਾਫ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਬਾਰੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਪਨਗਰੇਨ ਨੂੰ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਇਆ ਅਤੇ ਦਫਤਰ ਸਟਾਫ ਨੇ ਵੀ ਆਪਣੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ। ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਟਿਆਲਾ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਬਾਰਡਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਚੋਲਾ ਦੇ ਸ਼ੀਜ਼ ਵਿੱਚ ਬਾਹਰ ਤੋਂ ਆ ਰਹੀ ਚੋਲਾ ਦੀ ਫਲ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੇ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਅਤੇ ਫੁਡ ਸਪਲਾਈ ਮਹਿਕਮੇ ਵੱਲੋਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਉਪਬੰਧ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਇਹਨਾਂ ਉੱਪਰ ਵੀ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਵਿਚਾਰ ਚਰਚਾ ਹੋਈ।

ਆਰਮੀ ਤੇ ਸਿਵਲ ਪੁਸ਼ਾਸਨ ਦੇ ਬਿਹਤਰ ਤੇ ਸੁਚੱਜੇ ਤਾਲਮੇਲ ਸਦਕਾ ਪਟਿਆਲਾ ਦੀ ਆਰਮੀ ਭਰਤੀ ਰੈਲੀ ਇੱਕ ਮਾਡਲ ਰੈਲੀ ਬਣੀ

ਫੌਜੀ ਭਰਤੀ ਲਈ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਚ ਉਤਸ਼ਾਹ ਵਧਿਆ, 8 ਦਿਨਾਂ ਰੈਲੀ ਵਿੱਚ 6 ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਦੇ 10 ਹਜ਼ਾਰ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਉਮੀਦਵਾਰ ਪੁੱਜੇ > ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਡਾ. ਪ੍ਰੀਤੀ ਯਾਦਵ ਵੱਲੋਂ ਭਰਤੀ ਰੈਲੀ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਦਾ ਜਾਇਜ਼ਾ > ਫੌਜ ਵੱਲੋਂ ਪਾਰਦਰਸ਼ਤਾ, ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨਿਪੁੰਨਤਾ ਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਭਰਵੀਂ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਸਦਕਾ ਪਟਿਆਲਾ ਦੀ ਭਰਤੀ ਰੈਲੀ ਸਫਲ ਰਹੀ

ਪਟਿਆਲਾ, 13 ਅਗਸਤ - ਅਮਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਲਾਬਾ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਉਰੋ - ਭਾਰਤੀ ਫੌਜ ਦੀ ਭਰਤੀ ਲਈ ਪਟਿਆਲਾ ਵਿਖੇ ਚੱਲ ਰਹੀ 8 ਰੋਜ਼ਾ ਆਰਮੀ ਭਰਤੀ ਰੈਲੀ ਫੌਜ ਤੇ ਸਿਵਲ ਪੁਸ਼ਾਸਨ ਦੇ ਬਿਹਤਰ ਤੇ ਸੁਚੱਜੇ ਤਾਲਮੇਲ ਸਦਕਾ ਇੱਕ ਮਾਡਲ ਭਰਤੀ ਰੈਲੀ ਬਣਕੇ ਉਭਰੀ ਹੈ। ਆਰਮੀ ਭਰਤੀ ਰੈਲੀ ਦੀ ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਪਾਸ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਟਿਆਲਾ, ਫਤਹਿਗੜ੍ਹ ਸਾਹਿਬ, ਸੰਗਰੂਰ, ਮਾਨਸਾ, ਬਠਨਾਲਾ ਤੇ ਮਹਾਨਗਰ ਨਾਲ ਚੱਲ ਰਹੀ ਭਰਤੀ ਰੈਲੀ ਵਿੱਚ ਪਟਿਆਲਾ ਦੀ ਭਰਵੀਂ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਸਦਕਾ ਪਟਿਆਲਾ ਦੀ ਭਰਤੀ ਰੈਲੀ ਸਫਲ ਰਹੀ ਹੈ।



ਇਸ 8 ਦਿਨਾਂ ਅਗਨੀਵੀਰ ਭਰਤੀ ਰੈਲੀ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇੱਥੇ ਭਾਰਤੀ ਫੌਜ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਨਾਲ ਭਾਗ ਲੈ ਰਹੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਹੌਂਸਲਾ ਅਫਜ਼ਾਈ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਜ਼ੋਨਲ ਰਿਕਰੂਟਿੰਗ ਆਫਿਸ (ਜੈਡ ਆਰ ਓ) ਜਲੰਧਰ ਵੱਲੋਂ ਖੜਕਾ ਕੇ, ਐਰਾਵਤ ਡਿਵੀਜ਼ਨ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿਵਲ ਪੁਸ਼ਾਸਨ ਤੋਂ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਨੇਪਰੇ ਚੜ੍ਹ ਰਹੀ ਇਸ ਭਰਤੀ ਰੈਲੀ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਲਈ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੁਸ਼ਾਸਨ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਵੀ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਵੀ ਖੁਸ਼ੀ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਾਰ ਫੌਜ ਨੇ ਆਸਾਮੀਆ ਵੀ ਵਧਾ ਕੇ ਦੁਗਣੀਆਂ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਇਸ ਵਾਰ ਇੱਥੇ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਵੀ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਟੈਸਟ ਪਾਸ ਕੀਤੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਪਿਛਲੀ ਵਾਰ ਨਾਲੋਂ ਲਗਪਗ ਦੁੱਗਣੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਹਾਂ ਪੱਖੀ ਰੁਝਾਨ ਹੈ।

ਪੰਜਾਬ ਕੇਂਦਰੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖੜੀ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਅਨੋਖੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ

ਰੱਖੜੀ ਦੇ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਰੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਰੱਖੜੀ ਬੰਨ੍ਹੀ ਅਤੇ ਬੂਟੇ ਲਗਾ ਕੇ ਕੁਦਰਤ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਸੁਨੇਹਾ ਦਿੱਤਾ



ਬਠਿੰਡਾ, 13 ਅਗਸਤ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਉਰੋ - ਪੰਜਾਬ ਕੇਂਦਰੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿਖੇ ਇਸ ਸਾਲ ਰੱਖੜੀ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਤੇ ਵਿਲੱਖਣ ਪਰੰਪਰਾ ਅਨੁਸਾਰ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਵਾਈਸ-ਚਾਂਸਲਰ ਪ੍ਰੋ. ਰਾਮਵੰਦਰ ਪ੍ਰਸਾਦ ਤਿਵਾਰੀ ਨੇ ਮਹਿਲਾ ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਖੋਜਕਰਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੈਂਪਸ ਦੇ 'ਪੌਦਵਤੀ' ਖੇਤਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ

ਮਹਿਲਾ ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਹੀ ਕੀਤਾ। ਪ੍ਰੋ. ਤਿਵਾਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਰੱਖੜੀ ਸਿਰਫ ਭਰਾ-ਭੈਣ ਦੇ ਪਿਆਰ, ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਇਸਨੂੰ ਅਸੀਂ ਕੁਦਰਤ ਸੰਭਾਲ ਨਾਲ ਵੀ ਜੋੜ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਨੂੰ ਜੀਵਨਦਾਤਾ ਰੁੱਖਾਂ ਦੀ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਆਕਸੀਜਨ, ਭੋਜਨ, ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸੰਤੁਲਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਨੂੰ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਤੇ ਰੁੱਖਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਦਾ ਪ੍ਰਣਾ ਲੈਣ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ, ਤਾਂ ਜੋ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜੀਵਨ ਮਿਲ ਸਕੇ।

ਗੁਪਨਗਰ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਸੀਲ-18 ਤਹਿਤ 07 ਇੰਟਰਸਟੇਟ ਨਾਕੇ ਲਗਾ ਕੇ ਵੱਡੀ ਸਫਲਤਾ ਕੀਤੀ ਗਈ



ਗੁਪਨਗਰ, 13 ਅਗਸਤ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਉਰੋ - ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਖਿਲਾਫ ਚਲਾਈ ਮੁਹਿੰਮ ਅਧੀਨ ਅਤੇ ਆਮ ਪਬਲਿਕ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪ੍ਰਿੱਤ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਪੁਲਿਸ, ਪੰਜਾਬ ਸ਼੍ਰੀ ਗੋਰਵ ਯਾਦਵ ਦੇ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਹੇਠ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ੇ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਈ ਅਤੇ ਮਾੜੇ ਅਨਾਜਾਂ ਖਿਲਾਫ ਚਲਾਈ ਮੁਹਿੰਮ ਦੀ ਲੜੀ ਵਿੱਚ ਡਿਪਟੀ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਪੁਲਿਸ, ਗੁਪਨਗਰ ਰੋਜ਼, ਗੁਪਨਗਰ ਸ. ਹਰਚਰਨ ਸਿੰਘ ਭੁੱਲਰ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਗੁਪਨਗਰ ਨਾਲ ਲੱਗਦੇ ਸੂਬੇ ਅੰਦਰ ਪੁਲਿਸ ਦੀ ਸਰਹੱਦ ਤੇ 07 ਇੰਟਰਸਟੇਟ ਨਾਕੇ ਲਗਾ ਕੇ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਸੀਲ-18 ਚਲਾਇਆ ਗਿਆ। ਸੀਨੀਅਰ ਕਪਤਾਨ ਪੁਲਿਸ ਗੁਪਨਗਰ ਸ. ਗੁਲਨੀਤ ਸਿੰਘ ਖੁਰਾਣਾ ਨੇ ਪੰਜਾਬ-ਹਿਮਾਚਲ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੀ ਸਰਹੱਦ ਪਿੰਡ ਚੇਰੇਵਾਲ ਵਿਖੇ ਇਸ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕੀਤੀ।

ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੁਸ਼ਾਸਨ ਵੱਲੋਂ ਅਣ-ਅਧਿਕਾਰਤ ਕਲੋਨੀਆਂ ਉੱਪਰ ਵੱਡੀ ਕਾਰਵਾਈ

ਪਿੰਡ ਸੇਖੂਪੁਰਾ ਅਤੇ ਕਲਾਨੌਰ ਵਿਖੇ ਬਣੀਆਂ ਅਣ-ਅਧਿਕਾਰਤ ਕਲੋਨੀਆਂ ਉੱਪਰ ਚਲਾਇਆ ਪੀਲਾ ਪੰਜਾ



ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ, 13 ਅਗਸਤ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਉਰੋ - ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਜਾਰੀ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਤਹਿਤ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੁਸ਼ਾਸਨ ਵੱਲੋਂ ਅਣ-ਅਧਿਕਾਰਤ ਕਲੋਨੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਪਾਪਰਾ ਐਕਟ 1995 ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਤਹਿਤ ਨੋਟਿਸ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਗਏ ਅਤੇ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਜ਼ਿਮੀਨਦਾਰੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਵਧੀਕ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ (ਜਨਰਲ) ਸ਼੍ਰੀ ਹਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਵੱਲੋਂ ਜਾਰੀ ਹੁਕਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸ਼੍ਰੀ ਗੁਰਵੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਡਿਪਟੀ ਮੈਜਿਸਟਰਟ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਗੀਤਕਾ ਅਰੋੜਾ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਨਗਰ ਯੋਜਨਾਕਾਰ, ਸ਼੍ਰੀ ਪੁਨੀਤ ਡਿਗਰਾ ਸਹਾਇਕ ਨਗਰ ਯੋਜਨਾਕਾਰ, ਸ਼੍ਰੀ ਪੁੰਜਤ ਸਿੰਘ ਸਹਾਇਕ ਨਗਰ ਯੋਜਨਾਕਾਰ, ਸ਼੍ਰੀ ਤਨਵੀਜ਼ ਕੁਮਾਰ ਜੂਨੀਅਰ ਇੰਜੀਨੀਅਰ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੁਸ਼ਾਸਨ ਰੇਗੂਲੇਟਰੀ ਟੀਮ ਵੱਲੋਂ ਅੱਜ ਵੱਡੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਦਿਆਂ ਪਿੰਡ ਸੇਖੂਪੁਰਾ ਅਤੇ ਕਲਾਨੌਰ ਵਿਖੇ ਪਾਪਰਾ ਐਕਟ 1995 ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਹੋਂਦ ਵਿੱਚ ਲਿਆਂਦੀਆਂ ਅਣ-ਅਧਿਕਾਰਤ ਕਲੋਨੀਆਂ ਨੂੰ ਢਾਹ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ।

ਸਿਵਲ ਸਰਜਨ ਨੇ ਕੀਤਾ ਜੱਚਾ-ਬੱਚਾ ਹਸਪਤਾਲ ਦਾ ਦੌਰਾ



ਬਠਿੰਡਾ, 13 ਅਗਸਤ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਉਰੋ - ਸਿਵਲ ਸਰਜਨ ਡਾ. ਤਪਿਦਰਜਿਤ ਵੱਲੋਂ ਸਥਾਨਕ ਜੱਚਾ-ਬੱਚਾ ਹਸਪਤਾਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰੀ, ਦਵਾਈ ਵੰਡ ਪ੍ਰਣਾਲੀ, ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ ਅਤੇ ਸਟਾਫ-ਸਟਾਫ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਓ.ਪੀ ਡੀ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵੀ ਸੁਣੀਆਂ ਅਤੇ ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਰੰਤ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਵੀ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ।

ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਰਕਾਰੀ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵਧੀਆ ਤੇ ਸਮੇਂ-ਸਿਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਸਾਰੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਅਤੇ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਗਲੋਬਲ ਸਕੂਲ ਅਰਬਨ ਅਸਟੇਟ ਫੇਜ਼ 2 ਵਿਖੇ ਪੇਪ ਟਾਕ ਸ਼ੋਅ ਦਾ ਆਯੋਜਨ



ਜਲੰਧਰ, 13 ਅਗਸਤ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਉਰੋ - ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਗਲੋਬਲ ਸਕੂਲ ਅਰਬਨ ਅਸਟੇਟ ਫੇਜ਼ 2 ਨੇ ਇੱਕ ਪੇਪ ਟਾਕ ਸ਼ੋਅ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਹਿਮਾਨ ਕਰਨਲ ਅਜੈ ਕੁਮਾਰ ਤਲਹਨ (ਵੀਐਸਐਮ) ਜੋ ਕਿ 31 ਸਿਲੈਕਸ਼ਨ ਬੋਰਡ ਦੇ ਵਾਈਸ ਚੇਅਰਮੈਨ ਹਨ, ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅਨੁਭਵ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਸਾਂਝਾ ਕੀਤਾ। ਪ੍ਰਗਰਮ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ ਭਗਤੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਐਨਠੀਏ (ਨੈਸ਼ਨਲ ਡਿਫੈਂਸ

ਡੇਂਗੂ ਮਲੇਰੀਆ ਦਾ ਕੀਤਾ ਸਰਵੇ



ਓ.ਪੀ ਡੀ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵੀ ਸੁਣੀਆਂ ਅਤੇ ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਰੰਤ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਵੀ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਮ ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ ਕਿ ਗੈਰ-ਕਨੂੰਨੀ ਕਲੋਨੀਆਂ ਜੋ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਮਨਜ਼ੂਰਬ ਹੋਣ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪਲਾਟ ਨਾ ਖਰੀਦਿਆ ਜਾਵੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਲੋਨੀ ਵਿੱਚ ਪਲਾਟ ਖਰੀਦਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦੀ ਮੰਗ ਜ਼ਰੂਰ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖੋਲ੍ਹ-ਮਾਲਾ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਨਾ ਹੋ ਕੇ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਨਾ ਕਰਨਾ ਪਵੇ।

ਡੈਡੀਕੇਟਿਡ ਬ੍ਰਦਰਜ਼ ਗਰੁੱਪ ਵੱਲੋਂ ਮਦਦਗਾਰ ਫਰਿਜ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ

ਪਟਿਆਲਾ, 13 ਅਗਸਤ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਉਰੋ - ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੱਲੋਂ ਬਹੁਤ ਹਿਮਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੋਸਲ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਪੀੜਤ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਕੀਮਤੀ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਅਜਿਹੇ ਮਹਾਨ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਮਾਨਵਤਾਵਾਦੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਅਤੇ ਸਨਮਾਨ ਕੇਵਲ ਡੈਡੀਕੇਟਿਡ ਬ੍ਰਦਰਜ਼ ਗਰੁੱਪ ਪਟਿਆਲਾ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਡਾਕਟਰ ਰਾਕੇਸ਼ ਵਰਮਾ ਪ੍ਰਧਾਨ, ਹਰਪਤੀ ਸਿੰਘ ਸੰਧੂ ਸਕੱਤਰ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਗਿਰੀ ਕੰਗੜੀ ਨੇ, ਪੰਜਾਬ ਹੋਮ ਗਾਰਡ ਸਿਵਲ ਡਿਫੈਂਸ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜਵਾਨਾਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤਾ ਜਿਸ ਨੇ ਅਪ੍ਰੈਲ ਸੰਧੂ ਤਹਿਤ, ਜਿਲੇ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ



ਵਿੱਚ ਜੰਗਾਂ ਆਪਦਾਵਾਂ ਦੌਰਾਨ ਪੀੜਤ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ, ਰੋਸਕਿਯੂ ਟਰਾਂਸਪੋਰਟ ਕਰਨ ਅਤੇ ਫਸਟ ਏਡ ਸੀ ਪੀ ਆਰ ਵੈਟੀਲਟਰ ਬਣਾਉਣੀ ਸਾਹ ਕਿਰਿਆ ਸਮਝੀਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਅਤੇ ਮੌਕੇ ਡਿਫਿੰਡ ਕੀਤੀਆਂ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਿਵਲ ਡਿਫੈਂਸ ਦੇ ਕੰਪਨੀ ਕਮਾਂਡਰ ਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਆਡਰ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਸਿਵਲ ਡਿਫੈਂਸ ਫਸਟ ਏਡ ਡਾਇਰ

ਜਿਹਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਅਚਾਨਕ ਵਾਪਰਣ ਵਾਲੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਕਾਰਨ ਹੀ 80 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਅਚਾਨਕ ਹੀ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਪਟਿਆਲਾ ਜੋ ਸਿਵਲ ਡਿਫੈਂਸ ਫਸਟ ਏਡ ਡਾਇਰ ਸੇਵਾ ਦੀ ਟਰੇਨਿੰਗ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਡਿਫਿੰਡ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਪੀੜਤਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੀਏ। ਸਮਾਗਮ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਡਾਕਟਰ ਗੁਰਵੀਨ ਕੌਰ, ਪਿੰ.ਸੀ.ਪਲ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਪ੍ਰੀਤ ਸਿਲ੍ਹਾ ਪੁਸ਼ਾਸਨ ਵੱਲੋਂ ਕਰਵਾਈਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪ੍ਰਾਪਰਟੀਆਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਹਰੇਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਧਿਆਪਕ ਨਾਗਰਿਕ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਟਰੇਨਿੰਗ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਏ ਜਾਣ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਰਕਾਰੀ ਕਾਲਜ ਲੜਕੀਆਂ ਪਟਿਆਲਾ ਵਿਖੇ ਅਤੇ ਹੁਣ ਹਰ ਸਾਲ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਐਨ ਐਸ ਐਸ ਅਤੇ ਐਨ ਸੀ ਸੀ ਕੋਲਿਜ ਨੂੰ ਸ਼੍ਰੀ ਕਾਰਾ ਰਾਮ ਵਰਮਾ ਜੀ ਰਾਹੀਂ, ਆਡਰ ਪ੍ਰਬੰਧਕ, ਫਸਟ ਏਡ, ਸੀ ਪੀ ਆਰ, ਫਾਇਰ ਸੇਵਾ ਸਿਲੰਡਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਟਰੇਨਿੰਗ ਕਰਵਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸੀਨੀਅਰ ਐਡਵੋਕੇਟ ਰਣਦੀਪ ਸਿੰਘ, ਸਾਬਕਾ ਐਸ ਐਸ ਪੀ, ਪਵਨ ਕੁਮਾਰ, ਸਤੀਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਅਤੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਾਦਸੇ ਘਟਾਉਣ ਅਤੇ ਪੀੜਤਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਦੀ ਟਰੇਨਿੰਗ ਜ਼ਰੂਰੀ ਪੱਧਰ ਤੋਂ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੁਸ਼ਾਸਨ ਵੱਲੋਂ ਕਰਵਾਈਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸੇਂਟ ਪੀਟਰਜ਼ਬਰਗ ਨੂੰ ਰੂਸ ਦੀ ਸ਼ਾਹੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਵਿਸ਼ਵ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਸ਼ਹਿਰ ਹੈ। ਇਥੇ ਰੂਸ ਦੇ ਕਈ ਸ਼ਾਹੀ ਮਹੱਲ ਅਤੇ ਮਿਊਜ਼ੀਅਮ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਇਹ ਰੂਸ ਦਾ ਦੂਸਰਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਸ਼ਹਿਰ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਰਾਜਸੀ ਮਹੱਤਵ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ...

ਰੂਸ ਦੀਆਂ ਦੇਖਣਯੋਗ ਥਾਵਾਂ

ਰੂਸ ਦੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਮਾਸਕੋ ਆਪਣੀ ਸ਼ਾਨ ਤੇ ਆਕਰਸ਼ਣ ਲਈ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਨਾਮਵਰ ਸ਼ਹਿਰਾਂ 'ਚ ਸ਼ੁਮਾਰ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਰੂਸ ਦਾ ਦਿਲ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਮਾਸਕੋ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਇੰਨਾ ਕੁਝ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਲਝ ਜਾਓਗੇ ਕਿ ਕਿੱਥੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੀਏ ਤੇ ਕੀ-ਕੀ ਦੇਖੀਏ। ਰੂਸ ਦੇ ਫ਼ੇਮਸ ਆਈਕਨਜ਼ 'ਚੋਂ ਇੱਕ ਰੈੱਡ ਸਕਵੇਅਰ, ਮਾਸਕੋ ਕ੍ਰੈਮਲਿਨ, ਸੇਂਟ ਬੈਸਿਲ ਕੈਥੇਡਰਲ ਤੇ ਲੈਨਿਨ ਦੀ ਸਮਾਧੀ ਜਿਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮਾਸਕੋ 'ਚ ਹੀ ਹਨ। ਇਹ ਦੇਖਣਯੋਗ ਥਾਵਾਂ ਸੈਲਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵੱਲ ਆਕ੍ਰਸ਼ਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।



ਗੋਰਕੀ ਪਾਰਕ

ਮਾਸਕੋ 'ਚ ਓਨਰਮੈਂਟਲ ਪਾਰਕ, ਪਾਰਕ ਫ਼ਨ ਟੈਂਕਰ ਅਤੇ ਗੋਰਕੀ ਪਾਰਕ ਅਜਿਹੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਹਨ, ਜੋ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਰੋਲੋ-ਰੋਪੇ 'ਤੇ ਦੂਰ ਇਕੱਠੇ ਤੇ ਸ਼ਾਂਤ ਮਾਹੌਲ 'ਚ ਫੁਰਸਤ ਦੇ ਕੁਝ ਪਲ ਬਿਤਾਉਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਹਨ। ਗੋਰਕੀ ਪਾਰਕ ਨਦੀ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਕਰੀਬ 3 ਕਿਲੋਮੀਟਰ 'ਚ ਫੈਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਪਾਰਕ ਦੀ ਸ਼ਾਨ ਮਨੋਨੰਜਨ ਪਾਰਕ, ਹਵਾ 'ਚ ਉਚਾਰੀ 'ਤੇ ਲਹਿਰ ਰਹੇ ਝੰਡੇ ਅਤੇ ਪੁਰਾਣੇ ਦੌਰ ਦੀਆਂ ਵੱਸਦੀਆਂ ਖ਼ੁਸ਼ਨੁਮਾ ਪੁਰਾਂ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਭੁੱਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ।

ਕ੍ਰੈਮਲਿਨ

ਕਰੀਬ ਇੱਕ ਵਰਗ ਕਿਲੋਮੀਟਰ 'ਚ ਫੈਲੇ ਇਸ ਖੇਤਰ 'ਚ ਕ੍ਰੈਮਲਿਨ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਦੀਵਾਰ ਅਤੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਇਮਾਰਤਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਰੋਮਾਂਚਿਤ ਹੋਵੋਗੇ। ਇਸ ਦੀ ਬਦਵਾਣ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਰੂਸ ਦੀ ਨੌਕਰਸ਼ਾਹੀ ਦੀ ਸ਼ਾਨ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਲਾਜ਼ਮ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮਾਸਕੋ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸੈਲਾਨੀ ਆਪਣਾ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਇਥੇ ਬਿਤਾਉਣ ਦੀ ਚੰਗਾ ਸਮਝਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਥੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਤਿਹਾਸਕ ਅਤੇ ਆਰਕੀਟੈਕਚਰ ਕਲਾ ਦੀਆਂ ਅਨੋਖੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੀ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ।

ਅਜੰਪਨ ਕੈਥੇਡਰਲ

ਰੂਸੀ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਇਕੀ ਕੋਈ ਚਰਚ ਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਇਹ ਆਪਣੀ ਅਨੋਖੀ ਬਣਾਵਟ ਕਰਕੇ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ 'ਚ ਮਸ਼ਹੂਰ ਸੀ। ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਰੂਸੀ ਆਰਥੋਡਾਕਸ ਚਰਚ ਦਾ ਕਬਜ਼ੇਬਾਨ ਬਣ ਗਿਆ ਸੀ। ਸਾਲ 1320 ਤੋਂ 1700 ਦਰਮਿਆਨ ਸੈਂਕੜੇ ਲੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਇੱਥੇ ਜਾਨਾਂ ਗਈਆਂ। ਕੈਥੇਡਰਲ 'ਚ ਸੈਲਾਨੀਆਂ ਦੇ ਆਉਣ ਲਈ ਇਸ 'ਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਪੱਛਮੀ ਅੰਤ 'ਚ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕ੍ਰੈਮਲਿਨ ਆਏ ਤਾਂ ਇਥੇ ਆਉਣਾ ਨਾ ਭੁੱਲੋ। ਕਈ ਬਿਸਮਿਲਾ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸ਼ਸਤਰ ਘਰ

ਰੂਸ ਦਾ ਇਹ ਸ਼ਸਤਰ ਘਰ 1511 ਦੇ ਲਗਪਗ ਬਣਿਆ ਹੈ। ਇਸ 'ਚ

ਗੋਰਕੀ ਪਾਰਕ

ਮਾਸਕੋ 'ਚ ਓਨਰਮੈਂਟਲ ਪਾਰਕ, ਪਾਰਕ ਫ਼ਨ ਟੈਂਕਰ ਅਤੇ ਗੋਰਕੀ ਪਾਰਕ ਅਜਿਹੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਹਨ, ਜੋ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਰੋਲੋ-ਰੋਪੇ 'ਤੇ ਦੂਰ ਇਕੱਠੇ ਤੇ ਸ਼ਾਂਤ ਮਾਹੌਲ 'ਚ ਫੁਰਸਤ ਦੇ ਕੁਝ ਪਲ ਬਿਤਾਉਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਹਨ। ਗੋਰਕੀ ਪਾਰਕ ਨਦੀ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਕਰੀਬ 3 ਕਿਲੋਮੀਟਰ 'ਚ ਫੈਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਪਾਰਕ ਦੀ ਸ਼ਾਨ ਮਨੋਨੰਜਨ ਪਾਰਕ, ਹਵਾ 'ਚ ਉਚਾਰੀ 'ਤੇ ਲਹਿਰ ਰਹੇ ਝੰਡੇ ਅਤੇ ਪੁਰਾਣੇ ਦੌਰ ਦੀਆਂ ਵੱਸਦੀਆਂ ਖ਼ੁਸ਼ਨੁਮਾ ਪੁਰਾਂ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਭੁੱਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ।

ਕ੍ਰੈਮਲਿਨ

ਕਰੀਬ ਇੱਕ ਵਰਗ ਕਿਲੋਮੀਟਰ 'ਚ ਫੈਲੇ ਇਸ ਖੇਤਰ 'ਚ ਕ੍ਰੈਮਲਿਨ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਦੀਵਾਰ ਅਤੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਇਮਾਰਤਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਰੋਮਾਂਚਿਤ ਹੋਵੋਗੇ। ਇਸ ਦੀ ਬਦਵਾਣ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਰੂਸ ਦੀ ਨੌਕਰਸ਼ਾਹੀ ਦੀ ਸ਼ਾਨ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਲਾਜ਼ਮ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮਾਸਕੋ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸੈਲਾਨੀ ਆਪਣਾ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਇਥੇ ਬਿਤਾਉਣ ਦੀ ਚੰਗਾ ਸਮਝਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਥੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਤਿਹਾਸਕ ਅਤੇ ਆਰਕੀਟੈਕਚਰ ਕਲਾ ਦੀਆਂ ਅਨੋਖੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੀ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ।

ਅਜੰਪਨ ਕੈਥੇਡਰਲ

ਰੂਸੀ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਇਕੀ ਕੋਈ ਚਰਚ ਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਇਹ ਆਪਣੀ ਅਨੋਖੀ ਬਣਾਵਟ ਕਰਕੇ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ 'ਚ ਮਸ਼ਹੂਰ ਸੀ। ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਰੂਸੀ ਆਰਥੋਡਾਕਸ ਚਰਚ ਦਾ ਕਬਜ਼ੇਬਾਨ ਬਣ ਗਿਆ ਸੀ। ਸਾਲ 1320 ਤੋਂ 1700 ਦਰਮਿਆਨ ਸੈਂਕੜੇ ਲੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਇੱਥੇ ਜਾਨਾਂ ਗਈਆਂ। ਕੈਥੇਡਰਲ 'ਚ ਸੈਲਾਨੀਆਂ ਦੇ ਆਉਣ ਲਈ ਇਸ 'ਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਪੱਛਮੀ ਅੰਤ 'ਚ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕ੍ਰੈਮਲਿਨ ਆਏ ਤਾਂ ਇਥੇ ਆਉਣਾ ਨਾ ਭੁੱਲੋ। ਕਈ ਬਿਸਮਿਲਾ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸ਼ਸਤਰ ਘਰ

ਰੂਸ ਦਾ ਇਹ ਸ਼ਸਤਰ ਘਰ 1511 ਦੇ ਲਗਪਗ ਬਣਿਆ ਹੈ। ਇਸ 'ਚ

ਗੋਰਕੀ ਪਾਰਕ

ਮਾਸਕੋ 'ਚ ਓਨਰਮੈਂਟਲ ਪਾਰਕ, ਪਾਰਕ ਫ਼ਨ ਟੈਂਕਰ ਅਤੇ ਗੋਰਕੀ ਪਾਰਕ ਅਜਿਹੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਹਨ, ਜੋ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਰੋਲੋ-ਰੋਪੇ 'ਤੇ ਦੂਰ ਇਕੱਠੇ ਤੇ ਸ਼ਾਂਤ ਮਾਹੌਲ 'ਚ ਫੁਰਸਤ ਦੇ ਕੁਝ ਪਲ ਬਿਤਾਉਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਹਨ। ਗੋਰਕੀ ਪਾਰਕ ਨਦੀ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਕਰੀਬ 3 ਕਿਲੋਮੀਟਰ 'ਚ ਫੈਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਪਾਰਕ ਦੀ ਸ਼ਾਨ ਮਨੋਨੰਜਨ ਪਾਰਕ, ਹਵਾ 'ਚ ਉਚਾਰੀ 'ਤੇ ਲਹਿਰ ਰਹੇ ਝੰਡੇ ਅਤੇ ਪੁਰਾਣੇ ਦੌਰ ਦੀਆਂ ਵੱਸਦੀਆਂ ਖ਼ੁਸ਼ਨੁਮਾ ਪੁਰਾਂ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਭੁੱਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ।

ਕ੍ਰੈਮਲਿਨ

ਕਰੀਬ ਇੱਕ ਵਰਗ ਕਿਲੋਮੀਟਰ 'ਚ ਫੈਲੇ ਇਸ ਖੇਤਰ 'ਚ ਕ੍ਰੈਮਲਿਨ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਦੀਵਾਰ ਅਤੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਇਮਾਰਤਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਰੋਮਾਂਚਿਤ ਹੋਵੋਗੇ। ਇਸ ਦੀ ਬਦਵਾਣ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਰੂਸ ਦੀ ਨੌਕਰਸ਼ਾਹੀ ਦੀ ਸ਼ਾਨ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਲਾਜ਼ਮ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮਾਸਕੋ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸੈਲਾਨੀ ਆਪਣਾ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਇਥੇ ਬਿਤਾਉਣ ਦੀ ਚੰਗਾ ਸਮਝਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਥੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਤਿਹਾਸਕ ਅਤੇ ਆਰਕੀਟੈਕਚਰ ਕਲਾ ਦੀਆਂ ਅਨੋਖੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੀ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ।



ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਦੇ ਰੰਗ 'ਚ ਰੰਗਿਆ ਸਾਊਥਹਾਲ



ਸੰਜੀਵ ਗੁਪਤਾ 97816-07000

ਤੁਹਾਡੇ ਦਾ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਸੁਭਾ ਪੰਜਾਬ ਜੋ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਇੱਕ ਭਰਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ 'ਤੇ ਜਦ ਵੀ ਕਦੇ ਝੀਕ ਪਈ ਜਾਂ ਗੋਰਿਆਂ ਦੀ ਜਕੜ 'ਚੋਂ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਆਰਾਭ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਵਾਰੀ ਆਈ ਤਾਂ ਇਤਿਹਾਸ ਗਵਾਹ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਨੇ ਅੱਗੇ ਵੱਧ ਕੇ ਟਾਕਰਾ ਕਰਦਿਆਂ ਹਰ ਥਾਂ ਜਿੱਤ 'ਤੇ ਝੰਡੇ ਗੇੜੇ। ਇਸੇ ਗੁਰੂਆਂ, ਪੀਰਾਂ, ਬੀਬੀਆਂ, ਮੁਨੀਆਂ ਦੀ ਪਵਿੱਤਰ ਧਰਤੀ ਦੇ ਜੰਮਪਲ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਨੇ ਸੱਤ ਸ਼ੁਮੰਦਰ, ਪਾਰ ਗੋਰਿਆਂ ਦੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਵੀ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਦੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗਦਿਆਂ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਕਈ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਕੇਵਲ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਰੰਗ 'ਚ ਰੰਗਿਆ ਬਲਕਿ ਗੋਰੇ-ਗੋਰੀਆਂ ਵੀ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਦੀ ਚਾਸਨੀ 'ਚ ਡਿੱਗ ਕੇ ਪੰਜਾਬ, ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਦੇ ਮੂਹਰੇ ਬਣ ਗਏ, ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਨਗਰਾ ਮੈਂ ਲੰਡਨ ਦੌਰੇ ਸਮੇਂ ਸ਼ਹਿਰ ਸਾਊਥਹਾਲ 'ਚ ਅੱਖੀ ਦੱਖਿਆ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਚਾਰੇ ਇਸ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਨਾਮ ਸਾਊਥਹਾਲ ਰੱਖਿਆ ਪਰ ਸਾਊਥਹਾਲ ਦੇ ਰੇਲਵੇ ਸਟੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਇਸ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚ ਗੋੜੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਮਾਰ ਲਈਏ, ਉਥੇ ਹੀ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਭੁਲੇਖਾ ਪੈਦਾ ਹੈ।

ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੀ ਸਾਊਥਹਾਲ 'ਚ ਵੱਡੀ ਵਸੋਂ ਕਾਰਨ ਜਿੱਥੇ ਇੰਡੀਅਨ ਸਟੋਰ ਹਨ, ਉਥੇ ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਕਾਰਪੋਰੇਟ, ਟੈਸਕੋ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਟੋਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਵੀ ਭਾਰਤੀਆਂ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੇ ਸਮਾਨ ਲਈ ਅਲੱਗ ਥਾਂ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਇਥੇ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਨੇ ਕਰੀਬ ਇੱਕ ਦਰਜਨ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤੇ ਹਨ...



ਨਹੀਂ ਭੁੱਲਦੇ। ਸਾਊਥਹਾਲ ਦੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ 'ਚ ਅਕਸਰ ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਕੀਰਤਨੀ, ਸੋਤ ਮਹਾਪੁਰਸ਼ ਗੁਰੂ ਮਹਿਮਾ 'ਚ ਗੁਰਦਾਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਹਨ। ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਦੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਸਾਊਥਹਾਲ ਦੇ ਰੇਲਵੇ ਸਟੇਸ਼ਨ ਦੇ ਬਾਹਰ ਵੀ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਚ ਲਿਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਜੋ ਪੰਜਾਬੀ ਲਈ ਵਾਹੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਗੋਰਿਆਂ ਦੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਵੀ ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਦਾ ਬੋਲਬਾਲਾ ਹੈ।



ਕੈਨੇਡਾ 'ਚ ਇਨਸਾਨੀ ਜਜ਼ਬੇ ਦੀ ਰਾਥਾ ਹੈ ਸਲਫ਼ਰ ਦੀ ਪਹਾੜੀ

ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਇੱਕ ਖ਼ੂਬਸੂਰਤ ਅਤੇ ਚਰਚਿਤ ਪਹਾੜੀ ਦਾ ਨਾਂ ਹੈ ਸਲਫ਼ਰ। ਇਹ ਪਹਾੜੀ ਇਨਸਾਨੀ ਜਜ਼ਬੇ ਦੀ ਰਾਥਾ ਨੂੰ ਬਿਆਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਪਹਾੜੀ ਅਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਦੇਸ਼-ਵਿਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਆਉਂਦੇ ਸੈਲਾਨੀਆਂ ਲਈ ਖਿੱਚ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਇਥੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਪਤਾ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਪਹਾੜੀ 'ਤੇ ਰੋਮਾਂਟਿਕ ਕਾਰਨਾਮੇ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇਨਸਾਨਾਂ ਦੀ ਕਦਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਜਜ਼ਬੇ ਦੀ ਕਦਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੁੰਦੀ ਵੇਖ ਕੇ ਸਿਰ ਝੁਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਦਰਦਾਨਾਂ ਦੀ ਸੋਚ ਅਤੇ ਉੱਚਦਮਾਂ ਅੱਗੇ। ਸਲਫ਼ਰ ਦੀ ਪਹਾੜੀ ਨਾਲ ਨੇਰਮ ਸੰਨਸਨ ਨਾ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਿਰਫ਼ ਜਜ਼ਬੇ ਦਾ ਮਾਣਮੱਤਾ ਇਤਿਹਾਸ ਰੁਚਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਹ ਜਜ਼ਬੇ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਵਿਭਾਗ ਦਾ ਕਰਮਚਾਰੀ ਅਤੇ ਬੈਂਡ ਮਿਊਜ਼ੀਅਮ ਦਾ ਮੁਖੀ ਸੀ। ਉਹ ਮੌਸਮ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਬੰਧੀ ਵੇਰਵੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਕੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਚੇਤ ਕਰਿਆ ਕਰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਬਰਫ਼ਬਾਰੀ ਹੋਵੇਗੀ, ਮੀਰ ਪਵੇਰਾ ਧੁੱਪ ਚਮਕੇਗੀ ਜਾਂ ਫਿਰ ਤੇਜ਼ ਹਵਾਵਾਂ ਵਗਣਗੀਆਂ।

ਇਹ ਸਭ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਸਲਫ਼ਰ ਦੀ ਪਹਾੜੀ ਦੀ ਚੋਟੀ 'ਤੇ ਪੁੱਜਣਾ ਪੈਂਦਾ ਸੀ, ਜਿੱਥੇ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਇੱਤੇ ਸੈਨਸਨ ਦੀ ਹਿੱਮਤ ਦੇ ਬਲਿਹਾਰੇ ਜਾਈਏ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਪਹਾੜੀ 'ਤੇ ਪੈਦਲ ਹੀ ਚੜ੍ਹਦਾ ਅਤੇ ਮੌਸਮ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈ ਕੇ ਉਨ੍ਹੀ ਪੈਰੀ ਹੀ ਵਾਪਸ ਵੀ ਮੁੜਦਾ। ਉਸ

ਸਲਫ਼ਰ ਦੀ ਪਹਾੜੀ ਨਾਲ ਨੇਰਮ ਸੰਨਸਨ ਨਾ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਿਰਫ਼ ਜਜ਼ਬੇ ਦਾ ਮਾਣਮੱਤਾ ਇਤਿਹਾਸ ਰੁਚਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਹ ਜਜ਼ਬੇ ਵਾਲਾ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਵਿਭਾਗ ਦਾ ਕਰਮਚਾਰੀ ਅਤੇ ਬੈਂਡ ਮਿਊਜ਼ੀਅਮ ਦਾ ਮੁਖੀ ਸੀ...

ਦੇ ਨਾਲ ਉਸ ਦਾ ਇੱਕ ਲਾਡਲਾ ਭੰਡਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਪਹਾੜੀ ਜਿਨੀ ਉੱਚੀ ਚਨੀ ਹੀ ਜੰਗਲੀ ਵੀ ਸੀ। ਇਸ ਜੰਗਲ ਵਿਚ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਪਹਾੜੀ ਸ਼ੇਰ, ਝਾਲੂ ਤੇ ਇਲਾਜ਼ਾ ਰਿੱਝ, ਪਹਾੜੀ ਹਿਰਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਨੇਕਾਂ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਜੰਗਲੀ ਜਾਨਵਰ ਅਤੇ ਜੀਵ ਜੰਤੂ ਆਪਣਾ ਘਰ ਬਣਾ ਕੇ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਜ਼ੋਮੇ ਭਰੀ ਡਿਊਟੀ ਨੂੰ ਨਿਭਾਉਣ ਲਈ ਉਹ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਵਾਰ ਇਸ ਪਹਾੜੀ ਦੇ ਰਾਹਵਾਂ ਨੂੰ ਗਾਹੁੰਦਾ ਰਿਹਾ। ਇਸ ਵਕਤ ਕੈਪਿਊਰ ਦਾ ਯੁਗ ਨਾ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਉਹ ਹੱਥੀ ਹੀ ਲਿਖਤ-ਪੜ੍ਹਤ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਸੀ।

ਗੋਡੋਲਾ ਟੂਰਿਸਟ ਵੱਜੋਂ ਹੋਇਆ ਪ੍ਰਸਿੱਧ

ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਵੈਨਕੂਵਰ ਨੂੰ ਜਾਂਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰਾਜ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਪੈਂਦੇ ਸ਼ਹਿਰ ਬੈਂਡ ਦੇ ਬਿਲਕੁਲ ਨੇੜੇ ਗੋਡੋਲਾ ਦੇ ਨਾਂ ਨਾਲ ਜਾਂਦੇ ਜਾਂਦੇ ਇਸ ਸਥਾਨ ਉੱਪਰ ਸੈਲਾਨੀਆਂ ਦੀ ਵੱਡੀ ਭੀੜ ਲੱਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਸੈਲਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਪਹਾੜੀ ਦੇ ਉੱਪਰ ਤਕ ਪਹੁੰਚਦੇ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਟਰਾਲੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਟਰਾਲੀ 8 ਤੋਂ 10 ਮਿੰਟ ਵਿਚ ਪਹਾੜੀ ਦੇ ਸਿਖਰ ਤਕ ਪਹੁੰਚਦੀ ਹੈ। ਪਹਾੜੀ ਦੇ ਉੱਪਰ 4 ਮਿਲੀ ਮਿਊਜ਼ੀਅਮ ਇਮਾਰਤ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਇੱਕ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਅਤੇ 2 ਕੈਥੇ ਹੋਏ ਹੋਏ ਹਨ, ਜਿੱਥੇ ਮੀਟ, ਪਾਸਤਾ, ਸਲਾਦ, ਪੀਜ਼ਾ ਵਗੈਰਾ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਚੌਥੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਉੱਪਰ ਖ਼ੂਬਸੂਰਤ ਵਿਊ ਵਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਇਮਾਰਤ ਦੇ ਬਾਹਰ ਵਿਹੜੇ ਵਿਚ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦੇ ਬਣੇ ਭਾਲੂ ਦਾ ਖ਼ੂਬਸੂਰਤ ਬੁੱਤ ਸੈਲਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵੱਲ ਖਿੱਚਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਇਮਾਰਤ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਰੀਬ ਇੱਕ ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦੀ ਚੜ੍ਹਾਈ ਲੱਕੜ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਕੈਨੇਡ ਰੀਫਾਇਰ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਹ ਦਫ਼ਤਰ ਵਜੋਂ ਵਰਤਦਾ ਸੀ। ਉਹ 84 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤਕ ਇਸ ਪਹਾੜੀ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਦਾ ਤੇ ਉਤਰਦਾ ਰਿਹਾ।



ਪ੍ਰੋ. ਕੁਲਬੀਰ ਸਿੰਘ 94171-52513

ਇੰਗਲੈਂਡ ਛੋਟਾ ਪੰਜੂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਦੇਸ਼ ਹੈ। ਦੁਨੀਆਂ 'ਚ ਖ਼ੁੱਮਣ ਫਿਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕ ਇੰਗਲੈਂਡ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਸੁਖਾਈ ਪਹੁੰਚ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਆਮਦ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਯੂਨੈਸਕੋ ਵੱਲੋਂ ਕਈ ਥਾਵਾਂ ਵਿਰਾਸਤੀ ਦਰਜ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਸੁੰਦਰ ਭਾਰਤੀ ਵਿਸ਼ ਅਤੇ ਮਨ ਮੋਹ ਲੈਣ ਵਾਲੀ ਹਿਫਾਵਲ ਨੂੰ ਨਿਹਾਰਨ ਲਈ ਲੋਕ ਖਿੱਚੇ ਚਲੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਜਮੁੰਦਰੀ ਕੰਢੇ ਵਸੇ ਕਸਬੇ ਦੀ ਖਿੱਚ ਦਾ ਸਬੰਧ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਨਿਹਾਇਤ ਖ਼ੂਬਸੂਰਤ ਬਾਗ ਬਗੀਚੇ ਸੌਣ 'ਤੇ ਸੁਹਾਗੇ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇੰਗਲੈਂਡ 'ਚ ਕੁੱਲ 66 ਛੋਟੇ-ਵੱਡੇ ਸ਼ਹਿਰ ਹਨ। ਹਰੇਕ ਦੀ ਨਿਵੇਕਲੀ ਪਛਾਣ, ਨਿਵੇਕਲਾ ਮੂੰਹ-ਮੁਹਾਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅਲੱਗ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਹੈ। ਇੰਗਲੈਂਡ ਦਾ ਅਮੀਰ ਵਿਰਾਸ ਤੇ ਵਿਰਾਸਤ ਹੈ। ਉਥੇ 374000 ਵੇਖਣਯੋਗ ਇਮਾਰਤਾਂ ਹਨ। 1500 ਕਿਲੋਮੀ ਤੇ 2500 ਅਜਾਇਬ ਘਰ ਹਨ। ਮਿਆਰੀ ਤੇ ਵਕਾਰੀ ਵਿਦਿਆ ਅਦਾਰੇ ਹਨ।

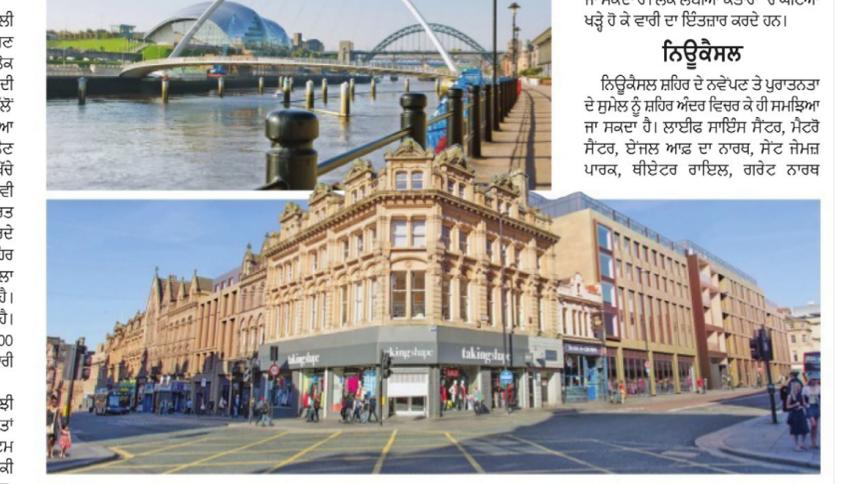
ਇੰਗਲੈਂਡ ਕੋਲ ਇੱਕ ਮਿਆਰੀ ਤੇ ਸੁਲਝੀ ਸੁਖਰੀ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਨੂੰ ਮੰਦੇ-ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਦਿਆਂ ਬਿਹਤਰੀਨ ਸਿਸਟਮ ਉਸਾਰਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਬੰਦੇ ਦੀ ਕਦਰ ਹੈ ਬਾਰੀ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਅਦ 'ਚ ਹਨ। ਖਾਣ ਪੀਣ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰਾ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਵਾਤਾਵਰਨ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਆਲਾ-ਦੁਆਲਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ-ਰਹਿਤ ਕਿਵੇਂ ਰਹੇ ਇਸ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰ ਕੇ ਕਾਫ਼ੀ ਮਿਹਨਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪੈਦਲ ਚੱਲਦੇ ਮਾਰਦੇ ਰੰਗ ਸਰੱਗੇ ਫੁੱਲ ਇਸਦੇ ਹਨ। ਖਾਣ-ਪੀਣ ਸਾਫ਼ ਤੇ ਸੁੱਧ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਆਕਸੀਜਨ, ਮਨ ਮੋਹ ਲੈਣ ਵਾਲਾ ਮੌਸਮ, ਕੰਮਾਂ ਕਾਰਾਂ ਦਾ ਭੁਵੇਂਦਾ, ਉਡੂੰ ਉਡੂੰ ਕਰਦੇ ਲੋਕ, ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਭਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ, ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਤੇ ਸੱਚ ਦਾ ਬੋਲਬਾਲਾ। ਧਰਤੀ ਦੇ ਕਿਸੇ ਤਕੜੇ 'ਤੇ ਏਡੂੰ ਵੱਧ ਹੋਰ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਲੰਡਨ

ਲੰਡਨ ਦੀ ਦੁਨੀਆ ਦਾ ਚਰਚਿਤ ਸ਼ਹਿਰ ਹੈ। ਹਰ ਕੋਈ ਇੱਥੇ ਖ਼ੁੱਮਣ ਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬੇਮਿਸ਼ਰ ਦਿੱਖਾਂ ਕੰਢੇ ਵੱਸਿਆ ਲੰਡਨ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵੱਲ ਖਿੱਚਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਵਿਰਾਸਤੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਥੇ 300 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਵੱਸਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਅਜਾਇਬ ਘਰਾਂ ਦਾ ਘਰ ਵੀ ਆਖਦੇ ਹਨ। ਏਥੇ ਏਨੀਆਂ ਵੇਖਣਯੋਗ ਥਾਵਾਂ ਹਨ ਕਿ ਖ਼ੁੱਮਣ ਫਿਰਨ ਗਿਆ ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਨੀਆ ਭੁੱਲ ਕੇ ਕਈ ਦਿਨ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਗਵਾਚਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਪਾਰਕ ਹੈ, ਟਾਵਰ ਆਫ਼ ਲੰਡਨ ਹੈ,

ਇੰਗਲੈਂਡ ਕੋਲ ਇੱਕ ਮਿਆਰੀ ਤੇ ਸੁਲਝੀ-ਸੁਖਰੀ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਨੂੰ ਮੰਦੇ-ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਦਿਆਂ ਬਿਹਤਰੀਨ ਸਿਸਟਮ ਉਸਾਰਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਥੇ ਬੰਦੇ ਦੀ ਕਦਰ ਹੈ ਅਤੇ ਬਾਰੀ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਅਦ 'ਚ ਹਨ...

ਅਮੀਰ ਵਿਰਾਸਤ ਵਾਲੇ ਇੰਗਲੈਂਡ ਦੀ ਸੈਰ



ਗਲਾਸਗੋ

ਸਾਡਾ ਦੂਸਰਾ ਪੜਾਅ ਗਲਾਸਗੋ ਸੀ। ਹਿਲਟਨ ਹੋਟਲ 'ਚ ਬੰਦਿਆਂ ਨੇ ਬੁਝਿੱਕ ਕਰਵਾ ਰੱਖੀ ਸੀ। ਅਸੀਂ ਗਲਾਸਗੋ ਤੋਂ ਈਡਨਬਰਗ ਚਲੇ ਗਏ ਤਾਂ ਹੋਟਲ 'ਚ ਅਮਿਤਾਭ ਬੱਚਨ ਰੁਕਿਆ ਸੀ। ਉਸਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦਾ ਬਿਹਤਰੀਨ ਮੌਕਾ ਖੁੰਝ ਗਿਆ ਸੀ। ਗਲਾਸਗੋ ਵਿਚ ਇਲਕਲ ਸ਼ਹਿਰ ਹੈ। ਇੰਗਲੈਂਡ

ਲੰਡਨ

ਲੰਡਨ ਦੀ ਦੁਨੀਆ ਦਾ ਚਰਚਿਤ ਸ਼ਹਿਰ ਹੈ। ਹਰ ਕੋਈ ਇੱਥੇ ਖ਼ੁੱਮਣ ਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬੇਮਿਸ਼ਰ ਦਿੱਖਾਂ ਕੰਢੇ ਵੱਸਿਆ ਲੰਡਨ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵੱਲ ਖਿੱਚਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਵਿਰਾਸਤੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਥੇ 300 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਵੱਸਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਅਜਾਇਬ ਘਰਾਂ ਦਾ ਘਰ ਵੀ ਆਖਦੇ ਹਨ। ਏਥੇ ਏਨੀਆਂ ਵੇਖਣਯੋਗ ਥਾਵਾਂ ਹਨ ਕਿ ਖ਼ੁੱਮਣ ਫਿਰਨ ਗਿਆ ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਨੀਆ ਭੁੱਲ ਕੇ ਕਈ ਦਿਨ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਗਵਾਚਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਪਾਰਕ ਹੈ, ਟਾਵਰ ਆਫ਼ ਲੰਡਨ ਹੈ,

ਬਕਿੰਗਮ ਪੈਲੇਸ ਹੈ, ਲੰਡਨ ਆਈ ਹੈ, ਮੇਦਾਮ ਤੁਸਾ ਮਿਊਜ਼ੀਅਮ ਹੈ, ਸੀ ਲਾਈਫ ਲੰਡਨ ਹੈ, ਕੋਨਸਿਗਟਨ ਪੈਲੇਸ ਹੈ, ਕਿਲੂ ਹਨ ਪੰਜੂ ਹਰ ਕੋਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਲੰਡਨ ਬ੍ਰਿਜ ਵੇਖਣਾ ਲੋਚਦਾ ਹੈ।

ਈਡਨਬਰਗ

ਕਲਾ ਪ੍ਰੇਮੀਆਂ ਲਈ ਈਡਨਬਰਗ ਬੜਾ ਖ਼ਾਸ ਹੈ। ਨੈਸ਼ਨਲ ਮਿਊਜ਼ੀਅਮ, ਈਡਨਬਰਗ ਕਿਲ੍ਹਾ, ਰਾਈਟਰਜ਼ ਮਿਊਜ਼ੀਅਮ, ਨੈਸ਼ਨਲ ਗੈਲਰੀ, ਨੈਸ਼ਨਲ ਗੈਲਰੀ ਆਫ ਮਾਡਰਨ ਆਰਟ, ਡਾਈਨਾਮਿਕ ਅਰਥ, ਮਿਊਜ਼ੀਅਮ ਆਫ ਚਾਈਲਡਰਨ, ਬੈਟੈਨਿਕ ਗਾਰਡਨ, ਕਮੇਡੀ ਕਲੱਬ, ਵੇਖਣ ਉਪਰੰਤ ਈਡਨਬਰਗ ਦੀ ਅਮੀਰ ਵਿਰਾਸਤ ਤੇ ਅਜੋਕੀ ਅਮੀਰੀ ਦੇ ਤੇਜ਼ ਨੂੰ ਜਾਣਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲੋਕ ਲੋਕੀਆਂ ਕਤਾਰਾਂ 'ਚ ਘੱਟਿਆ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋ ਕੇ ਵਾਰੀ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਨਿਊਕੈਸਲ

ਨਿਊਕੈਸਲ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਨਵੇਂਪਦ ਤੇ ਪੁਰਾਤਨਤਾ ਦੇ ਸੁਮੇਲ ਨੂੰ ਸ਼ਹਿਰ ਅੰਦਰ ਵਿਚ ਕਰ ਕੇ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲਾਈਫ ਸਾਇੰਸ ਸੈਂਟਰ, ਮੈਟਰੋ ਸੈਂਟਰ, ਏਮਲ ਆਫ ਦਾ ਨਾਰਥ, ਸੇਂਟ ਜੋਸਫ ਪਾਰਕ, ਥੀਏਟਰ ਗਾਇਲ, ਗਾਰੇਟ ਨਾਰਥ

ਨਿਊਕੈਸਲ

ਨਿਊਕੈਸਲ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਨਵੇਂਪਦ ਤੇ ਪੁਰਾਤਨਤਾ ਦੇ ਸੁਮੇਲ ਨੂੰ ਸ਼ਹਿਰ ਅੰਦਰ ਵਿਚ ਕਰ ਕੇ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲਾਈਫ ਸਾਇੰਸ ਸੈਂਟਰ, ਮੈਟਰੋ ਸੈਂਟਰ, ਏਮਲ ਆਫ ਦਾ ਨਾਰਥ, ਸੇਂਟ ਜੋਸਫ ਪਾਰਕ, ਥੀਏਟਰ ਗਾਇਲ, ਗਾਰੇਟ ਨਾਰਥ

ਚਲਦੇ-ਚਲਦੇ

ਨਿਊਕੈਸਲ ਵਿਖੇ ਗਤ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਲਈ ਇੱਕ ਭਾਰਤੀ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ 'ਤੇ ਗਏ। ਖਾਣਾ ਖਾ ਕੇ ਉਨ੍ਹੇ ਤਾਂ ਖਾਣਾ ਪਰੋਸ ਕਰ ਦੇਣ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਆਏ। ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ "ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ ਆਏ ਹੋ?" ਮੈਂ 'ਚ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਤੁਰੰਤ ਕਿਹਾ, "ਅਸੀਂ ਵੀ ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ ਹਾਂ। ਪਕਿਸਤਾਨੀ ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ। ਇਥੇ ਸਾਰੇ ਲਕ ਮਿਲ ਕੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਉਥੇ ਸਿਆਸਤ ਤੇ ਸਾਰੇ ਖੁੱਬੇ ਖੜ੍ਹੇ ਕਰ ਰੱਖੇ ਹਨ।" ਇੰਨਾ ਕਹਿੰਦਿਆਂ ਉਹ ਉਦਾਸ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਅਸੀਂ 'ਚ ਡੁੱਬੇ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ 'ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਹੋ ਗਏ।

