

# Sunday Samaj Weekly



Vol :15 : # 603 04/05/2025 - 10/05/2025 [www.samajweekly.com](http://www.samajweekly.com) samajweekly @samajweekly

Punjabi, Hindi & English Newspaper- Uk&Eu Edition

## ਭਾਰਤ ਨੇ ਪਾਕਿ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਜਹਾਜ਼ਰਾਨੀ ਤੇ ਡਾਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵੀ ਤੋੜੇ



# ਸ਼ੱਤੇ ਸਮਾਜ ਵੀਕਲੀ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ। ਭਾਰਤ ਨੇ ਸ਼ਨਿੱਚਰਵਾਰ ਨੂੰ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਜਹਾਜ਼ਰਾਨੀ ਸੰਪਰਕ ਮੁਅੱਤਲ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੇ ਝੰਡੇ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਜਹਾਜ਼ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭਾਰਤੀ ਬੰਦਰਗਾਹ 'ਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਭਾਰਤੀ ਝੰਡਾਬਰਦਾਰ ਜਹਾਜ਼ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੀ ਕਿਸੇ ਬੰਦਰਗਾਹ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਇਕ ਹੁਕਮ ਡਾਇਰੈਕਟੋਰੇਟ ਜਨਰਲ ਆਫ ਜਹਾਜ਼ਰਾਨੀ, ਮੁੰਬਈ ਵੱਲੋਂ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਸਰਕਾਰ 1958 ਦੇ ਮਰਚੈਂਟ ਜਹਾਜ਼ਰਾਨੀ ਐਕਟ ਦੀ ਧਾਰਾ 411 ਦੇ ਤਹਿਤ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਮੁੰਦਰ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਜਹਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸਲਾਮਤੀ ਨੂੰ

ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਭਾਰਤੀ ਵਪਾਰਕ ਸਮੁੰਦਰੀ ਜਹਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਕੁਸ਼ਲ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਨੂੰ ਕੌਮੀ ਹਿੱਤ ਦੀ ਸੇਵਾ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਹੁਕਮਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਧਾਰਾ 411 ਜਹਾਜ਼ਰਾਨੀ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਨੂੰ ਕੌਮੀ ਹਿੱਤ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਜਾਂ ਭਾਰਤੀ ਜਹਾਜ਼ਰਾਨੀ ਦੇ ਹਿੱਤ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਜਹਾਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਜਾਰੀ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਹੁਕਮਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ, “ਇਸ ਲਈ, ਹੁਣ, ਮਰਚੈਂਟ ਜਹਾਜ਼ਰਾਨੀ ਐਕਟ 1958 ਦੀ ਧਾਰਾ 411 ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਐਕਟ ਦੀ ਪ੍ਰਸਤਾਵਨਾ ਅਧੀਨ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਮੌਜੂਦਾ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ, ਹੇਠ

ਲਿਖੇ ਹੁਕਮ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।” ਜਾਰੀ ਹੁਕਮਾਂ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ, “ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੇ ਝੰਡੇ ਵਾਲੇ ਜਹਾਜ਼ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭਾਰਤੀ ਬੰਦਰਗਾਹ 'ਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਕੋਈ ਭਾਰਤੀ ਝੰਡਾਬਰਦਾਰ ਜਹਾਜ਼ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬੰਦਰਗਾਹ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਹੁਕਮ ਭਾਰਤੀ ਜਾਇਦਾਦਾਂ, ਮਾਲ ਅਤੇ ਜੁੜੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਨਤਕ ਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਭਾਰਤੀ ਜਹਾਜ਼ਰਾਨੀ ਦੇ ਹਿੱਤ ਲਈ। ਇਸ ਹੁਕਮ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਛੋਟ ਜਾਂ ਰਾਹਤ ਦੀ ਮੌਕੇ ਉਤੇ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਕੇਸ ਦਰ ਕੇਸ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।”

# ਜਾਤੀ ਗਣਨਾ ਦੇ ਮੁੱਦੇ 'ਤੇ ਬਸਪਾ ਮੁਖੀ ਮਾਇਆਵਤੀ ਨੇ ਕਾਂਗਰਸ ਤੇ ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਘੇਰਿਆ

ਲਖਨਊ। ਬਹੁਜਨ ਸਮਾਜ ਪਾਰਟੀ (ਬਸਪਾ) ਮੁਖੀ ਮਾਇਆਵਤੀ ਨੇ ਸ਼ਨਿੱਚਰਵਾਰ ਨੂੰ ਜਾਤੀ ਜਨਗਣਨਾ ਦੇ ਮੁੱਦੇ 'ਤੇ ਕਾਂਗਰਸ ਨੂੰ ਘੇਰਿਆ ਅਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਭੁੱਲ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਇਸਦਾ "ਇਤਿਹਾਸ ਦਲਿਤ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪੱਛੜੇ ਵਰਗ (ਓਬੀਸੀ) ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਕਰੋੜਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਰਾਖਵੇਂਕਰਨ ਸਮੇਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੰਵਿਧਾਨਕ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝਾ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਕਾਲਾ ਅਧਿਆਇ ਹੈ।" ਮਾਇਆਵਤੀ

ਨੇ 'X' 'ਤੇ ਪਾਈ ਇਕ ਪੋਸਟ ਵਿਚ ਕਿਹਾ, "1931 ਅਤੇ ਆਜ਼ਾਦੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਜਾਤੀ ਜਨਗਣਨਾ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਦਾ ਸਿਹਰਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋਏ ਕਾਂਗਰਸ ਇਹ ਭੁੱਲ ਗਈ ਕਿ ਇਸਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਦਲਿਤ ਅਤੇ ਓਬੀਸੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਕਰੋੜਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਰਾਖਵੇਂਕਰਨ ਸਮੇਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੰਵਿਧਾਨਕ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝਾ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਕਾਲਾ ਅਧਿਆਇ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਕਾਰਨ

ਇਸਨੂੰ ਸੱਤਾ ਗੁਆਉਣੀ ਪਈ।" ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ, "ਪਰ ਸੱਤਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਕਾਂਗਰਸ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਦਾ ਨਵਾਂ ਉਭਰਿਆ ਪਿਆਰ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਦਲਿਤ ਅਤੇ ਓਬੀਸੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਲਈ, ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹੈ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਰਗਾਂ ਦੀਆਂ ਵੋਟਾਂ ਦੇ ਸਵਾਰਥ ਲਈ ਧੋਖੇ ਦੀ ਇੱਕ ਮੋਕਾਪ੍ਰਸਤ ਰਾਜਨੀਤੀ ਹੈ। ਵੈਸੇ ਵੀ, ਰਾਖਵੇਂਕਰਨ ਨੂੰ ਨਕਾਰਾ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਇਸਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਇਰਾਦੇ ਨੂੰ



ਕੌਣ ਭੁੱਲ ਸਕਦਾ ਹੈ?" ਬਸਪਾ ਨੇਤਾ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ, ਰਾਖਵੇਂਕਰਨ ਅਤੇ ਸੰਵਿਧਾਨ ਦੇ ਜਨਤਕ ਭਲਾਈ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ 'ਅਸਫਲ' ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਭਾਜਪਾ ਕਾਂਗਰਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਹੈ; ਸਗੋਂ, ਦੋਵੇਂ ਇੱਕੋ ਖੰਭ ਵਾਲੇ ਪੰਛੀ ਹਨ। ਪਰ ਹੁਣ, ਵੋਟਾਂ ਦੇ ਸੁਆਰਥ ਅਤੇ ਸੱਤਾ ਦੇ ਲਾਲਚ ਕਾਰਨ, ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਵੀ ਜਾਤੀ ਜਨਗਣਨਾ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਇੱਛਾ ਅੱਗੇ ਝੁਕਣਾ ਪਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਕਦਮ ਸਵਾਗਤਯੋਗ ਹੈ।" ਉਨ੍ਹਾਂ

ਕਿਹਾ, "ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਸੰਵਿਧਾਨ ਦੇ ਨਿਰਮਾਤਾ ਬਾਬਾ ਸਾਹਿਬ ਡਾ. ਭੀਮ ਰਾਓ ਅੰਬੇਡਕਰ ਨੂੰ ਭਾਰਤ ਰਤਨ ਨਾਲ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਧਾਰਾ 340 ਤਹਿਤ ਓਬੀਸੀ ਨੂੰ ਰਾਖਵੇਂਕਰਨ ਦੇਣ ਤੱਕ, ਕਾਂਗਰਸ ਅਤੇ ਭਾਜਪਾ ਦਾ ਰਵੱਈਆ ਕਈ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜਾਤੀਵਾਦੀ ਅਤੇ ਨਫਰਤ ਭਰਿਆ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵੋਟ ਬੈਂਕ ਦੀ ਰਾਜਨੀਤੀ ਵਿਲੱਖਣ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖਬਰਦਾਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।"

## ਪੁਰਾਣੇ ਵਾਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੜਕਾਂ ਤੋਂ ਹਟਾਇਆ ਜਾਵੇ: ਧਨਖੜ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ। ਉਪ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਜਗਦੀਪ ਧਨਖੜ ਨੇ ਕੌਮੀ ਰਾਜਧਾਨੀ 'ਚ ਵਧ ਰਹੇ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ 'ਤੇ ਚਿੰਤਾ ਜ਼ਾਹਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਪੁਰਾਣੇ ਵਾਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਸੜਕਾਂ ਤੋਂ ਹਟਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਜਨਤਕ ਟਰਾਂਸਪੋਰਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਚਿੰਤਾ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਵਧ ਰਹੇ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਪ੍ਰਤੀ ਗੰਭੀਰ ਨਹੀਂ ਹਾਂ। ਇੱਥੇ ਇੰਡੀਅਨ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਫਾਰ ਬ੍ਰੈਂਕੋਲੋਜੀ ਦੀ ਨੈਸ਼ਨਲ ਕਾਨਫਰੰਸ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦਿਆਂ ਧਨਖੜ ਨੇ ਕਿਹਾ, 'ਜਲਵਾਯੂ ਤਬਦੀਲੀ ਕਾਰਨ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਰਪੇਸ਼ ਹਨ ਪਰ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਰਹਿਣ ਲਈ ਕੋਈ ਹੋਰ ਗੁਹਿ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਹਰ ਕੋਈ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦਾ ਕੰਮ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਕੰਮ ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਪੁਰਾਣੇ ਵਾਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਸੜਕਾਂ ਤੋਂ ਹਟਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਹੋਵ-



ਗਾ ਕਿ ਪੁਰਾਣੇ ਵਾਹਨ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਛੱਡਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਪ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਨੇ ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਦੀ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਕਿਹਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ, 'ਸਾਨੂੰ ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਾਣ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਡੀ ਹਉਮੈ ਵਿਚਕਾਰ ਨਹੀਂ ਆਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਥੇ ਵੀ ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਸਭ ਤੋਂ ਤੇਜ਼, ਪੱਕਾ ਤਰੀਕਾ ਮੈਟਰੋ ਹੈ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਮੈਟਰੋ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

## ਸੰਯੁਕਤ ਕਿਸਾਨ ਮੋਰਚਾ ਗੈਰ-ਰਾਜਨੀਤਕ ਨੇ ਕੀਤਾ ਵੱਡਾ ਐਲਾਨ, 6 ਮਈ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ 'ਤੇ ਵੱਡੇ ਇਕੱਠ ਦਾ ਦਿੱਤਾ ਸੱਦਾ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ। ਅੱਜ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਦੇ ਕਿਸਾਨ ਭਵਨ ਵਿਖੇ ਸੰਯੁਕਤ ਕਿਸਾਨ ਮੋਰਚਾ (ਗੈਰ-ਰਾਜਨੀਤਕ) ਅਤੇ ਕਿਸਾਨ ਮਜ਼ਦੂਰ ਮੋਰਚਾ ਦੀ ਇੱਕ ਸਾਂਝੀ ਮੀਟਿੰਗ ਹੋਈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦੋਵਾਂ ਮੋਰਚਿਆਂ ਦੇ ਸੀਨੀਅਰ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ। ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਕਿਸਾਨ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਕਿ ਕੱਲ੍ਹ ਦੋਵੇਂ ਮੋਰਚੇ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪੱਤਰ ਲਿਖਣਗੇ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਦੀ ਗੈਰਹਾਜ਼ਰੀ ਵਿੱਚ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਸੰਯੁਕਤ ਕਿਸਾਨ ਮੋਰਚਾ (ਗੈਰ-ਰਾਜਨੀਤਕ) ਅਤੇ ਕਿਸਾਨ ਮਜ਼ਦੂਰ ਮੋਰਚਾ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਮੀਟਿੰਗ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਕਿਸਾਨ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਮਸਲੇ ਸਿਰਫ ਗੱਲਬਾਤ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਹੱਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਗੱਲਬਾਤ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹਨ। ਕਿਸਾਨ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ 1 ਮਈ ਨੂੰ ਕਿਸਾਨ ਮੋਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਭੇਜੇ ਗਏ ਪੱਤਰ ਵਿੱਚ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਸੰਘੀ



ਢਾਂਚੇ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਪਰ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਸੂਬਿਆਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ 'ਤੇ ਸੈਂਕੜੇ ਵਾਰ ਕਬਜ਼ਾ ਕਰਕੇ ਸੰਘੀ ਢਾਂਚੇ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। 2020 ਵਿੱਚ ਲਿਆਂਦੇ ਗਏ ਤਿੰਨ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਕਾਨੂੰਨ ਰਾਜ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਸਨ, ਪਰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਸੰਘੀ ਢਾਂਚੇ ਦੀ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਇਸ ਲਈ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਸਤਾਵਿਤ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸੰਘੀ ਢਾਂਚੇ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਦੀ ਅਪੀਲ ਜ਼ਮੀਨੀ ਹਕੀਕਤ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਦੂਰ ਹੈ। ਕਿਸਾਨ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ 19 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਮੋਰਚਿਆਂ 'ਤੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਮਲੇ ਨੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰ ਵਿਚਕਾਰ ਅਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਖਾਈ ਨੂੰ ਹੋਰ ਡੂੰਘਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਜਿਸਦੀ ਭਰਪਾਈ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ। ਕਿਸਾਨ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਿਸਾਨ ਆਗੂਆਂ ਬਲਵੰਤ ਸਿੰਘ ਬਹਿਰਾਮਕੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨਾਲ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਸ਼ੁੱਠੂ ਅਤੇ ਦਾਤਾਸਿੰਘਵਾਲਾ-ਖਨੌਰੀ ਕਿਸਾਨ ਮੋਰਚਿਆਂ 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹਿੰਸਕ ਕਾਰਵਾਈ ਵਿਰੁੱਧ 6 ਮਈ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਠੂ ਥਾਣੇ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

**Samaj Weekly**  
ਸਮਾਜ ਵੀਕਲੀ

## ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਫੌਜੀਆਂ ਨੇ ਲਗਾਤਾਰ 9ਵੇਂ ਦਿਨ ਕੰਟਰੋਲ ਰੇਖਾ 'ਤੇ ਜੰਗਬੰਦੀ ਦੀ ਕੀਤੀ ਉਲੰਘਣਾ

ਜੰਮੂ। ਜੰਮੂ-ਕਸ਼ਮੀਰ ਵਿੱਚ ਕੰਟਰੋਲ ਰੇਖਾ (ਲੌਡ) ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੈਕਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤੀ ਅਤੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਸੈਨਿਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਲਗਾਤਾਰ 9ਵੀਂ ਰਾਤ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਹੋਈ। ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਸੈਨਿਕਾਂ ਨੇ ਜੰਗਬੰਦੀ ਸਮਝੌਤੇ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਕੀਤੀ, ਜਿਸ ਦਾ ਭਾਰਤੀ ਫੌਜ ਨੇ ਢੁਕਵਾਂ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਾਨੀ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਕੋਈ ਰਿਪੋਰਟ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਲਗਾਤਾਰ 9ਵੀਂ ਰਾਤ ਸੀ ਜਦੋਂ ਸਰਹੱਦ ਪਾਰ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਭੜਕਾਹਟ ਦੇ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਹੋਈ। ਹੁਣ ਤੱਕ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਘਟਨਾਵਾਂ ਕੰਟਰੋਲ ਰੇਖਾ 'ਤੇ ਵਾਪਰੀਆਂ ਹਨ। ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਰਹੱਦ 'ਤੇ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਘਟਨਾ ਵਾਪਰੀ। 22 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਪਹਿਲਗਾਮ ਵਿੱਚ ਹੋਏ ਅਤਿਵਾਦੀ ਹਮਲੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਜਿਹੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਹਮਲੇ ਵਿੱਚ 26 ਲੋਕ ਮਾਰੇ ਗਏ ਸਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸੈਲਾਨੀ ਸਨ। ਇੱਕ ਰੱਖਿਆ ਬੁਲਾਰੇ ਨੇ ਕਿਹਾ, "2 ਅਤੇ 3 ਮਈ ਦੀ ਵਿਚਕਾਰਲੀ ਰਾਤ ਨੂੰ, ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਫੌਜ ਨੇ ਜੰਮੂ-ਕਸ਼ਮੀਰ ਦੇ ਕੁਪਵਾੜਾ, ਉੜੀ ਅਤੇ ਅਖਨੂਰ



ਸੈਕਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਟਰੋਲ ਰੇਖਾ 'ਤੇ ਛੋਟੇ ਹਥਿਆਰਾਂ ਨਾਲ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਭੜਕਾਹਟ ਦੇ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ।" ਭਾਰਤੀ ਫੌਜ ਨੇ ਤੁਰੰਤ ਇਸ ਦਾ ਢੁਕਵਾਂ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ।" ਪਹਿਲਗਾਮ ਵਿੱਚ ਅਤਿਵਾਦੀ ਹਮਲੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭਾਰਤ ਵੱਲੋਂ ਸਿੰਧੂ ਜਲ ਸੰਧੀ ਨੂੰ ਮੁਅੱਤਲ ਕਰਨ ਦਾ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ, 24 ਅਪ੍ਰੈਲ ਦੀ ਰਾਤ ਤੋਂ ਹੀ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਫੌਜਾਂ ਕੰਟਰੋਲ ਰੇਖਾ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਭੜਕਾਹਟ ਦੇ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ, ਭਾਰਤ ਅਤੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਆਫ ਮਿਲਟਰੀ ਆਪ੍ਰੋਸ਼ਨਜ਼ (ਡੀਜੀਐਮਓ) ਵਿਚਕਾਰ 'ਹਾਟਲਾਈਨ' 'ਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਹੋਈ। ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਭਾਰਤ ਨੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਭੜਕਾਹਟ ਦੇ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਬਾਰੇ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦਿੱਤੀ ਸੀ।

**ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜ**  
ਇੰਗਲੈਂਡ ਦੇ ਹਰ ਇਲਾਕੇ 'ਚ ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਪੱਤਰਕਾਰਤਾ ਦਾ ਸ਼ੌਕ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਆਪਣੀ C.V. email: samajweekly@gmail.com ਉੱਤੇ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਨ।  
**Editor-in-chief : Devinder Chander**  
**Mob: 07878 456 484**  
ਨੋਟ : ਪੱਤਰਕਾਰਤਾ ਦਾ ਤਜੁਰਬਾ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

Editor-in-chief  
**Devinder Chander**  
+44 7878 456 484  
**Editorial Office**  
**Samaj Weekly**  
Samaj Media Enterprise Ltd  
46 Summer Road  
Erdington, Birmingham UK  
B23 6UR  
+44 7878 456 484  
+44 121 565 4810  
info@samajweekly.com  
samajweekly@gmail.com  
ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਵਪਾਰਕ ਅਤੇ ਕਲਾਸੀਫਾਈਡ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

## ਡੇਰਾ ਬਾਬਾ ਨਾਨਕ 'ਚ ਗਰੀਬਾਂ ਦੀਆਂ ਝੋਪੜੀਆਂ 'ਚ ਲੱਗੀ ਅੱਗ



**ਡੇਰਾ ਬਾਬਾ ਨਾਨਕ।** ਬੀਤੀ ਰਾਤ ਆਈ ਤੇਜ਼ ਹਨੇਰੀ-ਝੱਖੜ 'ਚ ਡੇਰਾ ਬਾਬਾ ਨਾਨਕ ਦੇ ਪਿੰਡ ਮਮਣ 'ਚ ਵਸੇ ਗੁਜਰ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਆਫ਼ਤ ਬਣ ਕੇ ਆਈ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਨੁਸਾਰ ਹਨੇਰੀ-ਝੱਖੜ ਕਾਰਨ ਗੁਜਰ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀਆਂ ਝੋਪੜੀਆਂ 'ਚ ਅੱਗ ਲੱਗ ਗਈ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਕਾਲੂ ਨਾਮ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਦਸਿਆ ਕਿ ਸਾਡੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਝੋਪੜੀਆਂ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲੱਗ ਗਈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਕਾਫੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਸਿਆ ਕਿ 30 ਦੇ ਕਰੀਬ ਮੱਝਾਂ, ਬਕਰੀਆਂ ਅੱਗ ਦੀ ਲਪੇਟ 'ਚ ਆ ਗਈ ਹਨ, ਜਿਸ 'ਚੋਂ ਕਈਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਵੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦਾ ਸਾਰਾ ਸਾਮਾਨ ਸਮੇਤ ਸੋਨੇ, ਚਾਂਦੀ ਦੇ ਗਹਿਣੇ ਅਤੇ ਨਕਦੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵੀ ਮਾਲੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਇਆ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।

## ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ ਪਾਣੀ ਦੀ ਇੱਕ ਬੂੰਦ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜਾਣ ਦੇਵਾਂਗੇ: ਰਾਜਾ ਵੜਿੰਗ

**ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ।** ਪੰਜਾਬ ਕਾਂਗਰਸ ਪ੍ਰਧਾਨ ਅਮਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਰਾਜਾ ਵੜਿੰਗ ਨੇ ਅੱਜ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਸੂਬੇ ਦੇ ਲੋਕ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸੂਬੇ ਨੂੰ ਵਾਧੂ ਪਾਣੀ ਦੀ ਇੱਕ ਬੂੰਦ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜਾਣ ਦੇਣਗੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਰਿਆਣਾ ਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਬਣਦੇ ਹੱਕ ਮੁਤਾਬਿਕ ਪਾਣੀ ਮਿਲ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਖੁਦ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ ਵਿੱਚ ਹੈ, ਤਾਂ ਹਰਿਆਣਾ ਵਾਧੂ ਪਾਣੀ ਨਹੀਂ ਮੰਗ ਸਕਦਾ। ਸੂਬਾ ਕਾਂਗਰਸ ਪ੍ਰਧਾਨ ਨੇ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਕਿ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਰਣਨੀਤੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਰਬ ਪਾਰਟੀ ਮੀਟਿੰਗ ਬੁਲਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। 'ਆਪ' ਵੱਲੋਂ ਵਿਰੋਧ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਅਤੇ ਧਰਨੇ ਦੇਣ ਦੇ ਐਲਾਨ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਜਨਤਾ ਦਾ ਧਿਆਨ ਭਟਕਾਉਣ ਲਈ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਡਰਾਮਾ ਸੀ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਰਕਾਰ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧਰਨੇ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਕੀ ਲੋੜ ਹੈ? ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਆਪ' ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਇਸ ਡਰਾਮੇ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਚੱਲਣ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਵੜਿੰਗ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਰਿਆਣਾ ਵੱਲੋਂ ਵਾਧੂ ਪਾਣੀ ਮੰਗਣ ਦਾ ਕੋਈ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਹਿੱਸਾ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮਿਲ ਚੁੱਕਾ



ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਸਥਿਤੀ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਪੂਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਦਿੱਤਾ। ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਕਾਂਗਰਸ ਪ੍ਰਧਾਨ ਨੇ 'ਆਪ' ਸਰਕਾਰ 'ਤੇ ਪਖੰਡ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਭਾਜਪਾ ਨਾਲ ਇੱਕ ਗੁਪਤ ਸਮਝੌਤਾ ਸੀ, ਜਿਸ ਦਾ ਪਰਦਾਫਾਸ਼ ਉਦੋਂ ਹੋਇਆ ਜਦੋਂ ਇਸ ਨੇ ਸ਼ਾਂਤੀਪੂਰਨ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰ ਰਹੇ ਕਿਸਾਨਾਂ 'ਤੇ ਬੇਰਹਿਮੀ ਨਾਲ ਦਹਿਸ਼ਤ ਫੈਲਾਈ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਭਾਜਪਾ ਨਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਅਜਿਹਾ ਸਮਝੌਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਰੋਧ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਾਂ ਦਾ

ਡਰਾਮਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੀ ਲੋੜ ਹੈ? ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਆਪ' ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮਝੌਤੇ ਜਾਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਰਾਜ ਨੂੰ ਸੌਂਪਣ ਵਿਰੁੱਧ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦਿੱਤੀ। ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਕਾਂਗਰਸ ਪ੍ਰਧਾਨ ਨੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਾਰਟੀ ਹਰਿਆਣਾ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦੇਣ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਨਹੀਂ ਹੈ ਪਰ ਅਸੀਂ ਵਾਧੂ ਪਾਣੀ ਦੀ ਇੱਕ ਵੀ ਬੂੰਦ ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਜਾਣ ਦੇਵਾਂਗੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਕੋਲ ਆਪਣੀ ਖਪਤ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦਾ ਪਾਣੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਵਾਧੂ ਪਾਣੀ ਕਿਵੇਂ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ?

## ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸਿਨੇਮਾਘਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ: ਆਮਿਰ ਖਾਨ



**ਮੁੰਬਈ।** ਬਾਲੀਵੁੱਡ ਅਦਾਕਾਰ ਆਮਿਰ ਖਾਨ ਨੇ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਾਰਤ ਇੱਕ ਫਿਲਮ ਪ੍ਰੇਮੀ ਦੇਸ਼ ਹੈ ਪਰ ਇਸਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ ਸਿਨੇਮਾਘਰਾਂ ਤੱਕ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਪਹਿਲੇ ਵਿਸ਼ਵ ਆਡੀਓ ਵਿਜ਼ੂਅਲ ਅਤੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਸੰਮੇਲਨ (ਵੇਵਜ਼) ਦੇ ਦੂਜੇ ਦਿਨ 60 ਸਾਲਾ ਅਦਾਕਾਰ ਨੇ “ਸਟੂਡੀਓਜ਼ ਆਫ਼ ਦ ਫਿਊਚਰ: ਪੁਟਿੰਗ ਇੰਡੀਆ ਆਨ ਵਰਲਡ ਸਟੂਡੀਓ ਮੈਪ” ਸਿਰਲੇਖ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਸੈਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ। ਆਮਿਰ ਖਾਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਦਯੋਗ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚੇ ਵਿੱਚ ਨਿਵੇਸ਼ ਦੀ ਗੰਭੀਰ ਲੋੜ ਹੈ। ਅਦਾਕਾਰ ਨੇ ਕਿਹਾ, “ਮੇਰਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਹੋਰ ਸਿਨੇਮਾਘਰ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਸਿਨੇਮਾਘਰ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਾਲ ਖੇਤਰ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਇੱਕ ਵੀ ਸਿਨੇਮਾ ਘਰ ਨਹੀਂ ਹੈ।” ਸੁਪਰਸਟਾਰ ਨੇ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਭਾਰਤ ਸਿਨੇਮਾ ਸਕ੍ਰੀਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਚੀਨ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਪਿੱਛੇ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਆਕਾਰ ਅਤੇ ਇੱਥੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸਿਨੇਮਾਘਰ ਹਨ। ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਲਗਭਗ 10,000 ਸਕ੍ਰੀਨਾਂ ਹਨ। ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਜਿਸਦੀ ਆਬਾਦੀ ਭਾਰਤ ਦੀ ਇੱਕ ਤਿਹਾਈ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ 40,000 ਸਕ੍ਰੀਨਾਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਸਾਡੇ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਅੱਗੇ ਹਨ। ਚੀਨ ਕੋਲ 90,000 ਸਕ੍ਰੀਨਾਂ ਹਨ।

**SHAM LAL CHANDER** ID no. 921760

## BUILDING MAINTENANCE HANDYMAN (CHECKATRADE)

Sham Lal Chander building maintenance handyman Under checkatrade platform is now available on your local London Area. They have fully trained and experienced tradesmen and do genuinely fast responses to all online enquiries. Their team are knowledgeable and providing on-time service. They have been providing remodelling, repairing and maintaining for over five years.

### SPECIALITY:

<p><b>PLUMBING : -</b> Repairs/Replacement of Bathrooms accessories (sink, taps, tubs, showers, Toilets etc.</p>	<p><b>ELECTRICIAN :-</b> Repairs/Replacement of all types of Sockets, Switches, Lamps, Fans, Cameras, Washing machines, Cookers, Alarms, Mount TV on walls, etc.</p>	<p><b>MASONRY WORK: -</b> Plastering, skimming, Brick Work, Slabs Lying, Drive Ways, Roof maintenance etc.</p>	<p><b>CARPENTRY: -</b> Laminate Flooring, Fencing, Flat Packs Assembling, Doors repairing/ replacing, Skirting, Decking, Selves making etc.</p>
--	--	--	---

For more information please contact at [www.checkatrade.com](http://www.checkatrade.com)  
**Chander Consultants Limited, London, UK 07488841161**

# 'ਯੁੱਧ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ' ਮੁਹਿੰਮ ਤਹਿਤ ਨਸ਼ਿਆਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਦੌੜੇ ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ ਵਾਸੀ

## ਨਵਾਂਸ਼ਹਿਰ ਵਿਖੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਨੇ ਕਰਵਾਈ ਵਿਸ਼ਾਲ ਮੈਰਾਥਨ'

ਨਵਾਂਸ਼ਹਿਰ (ਸਤਨਾਮ ਸਿੰਘ ਸਹੁੰਗੜਾ) ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ੇ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਲਈ ਚਲਾਈ ਜਾ ਰਹੀ 'ਯੁੱਧ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ' ਮੁਹਿੰਮ ਤਹਿਤ ਅੱਜ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ, ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ ਵੱਲੋਂ ਇਕ ਵਿਸ਼ਾਲ ਮੈਰਾਥਨ ਕਰਵਾਈ ਗਈ। ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਅੰਕੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਐਸ.ਐਸ.ਪੀ ਡਾ. ਮਹਿਤਾਬ ਸਿੰਘ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਆਈ.ਟੀ.ਆਈ ਗਰਾਊਂਡ ਨਵਾਂਸ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਕਰਵਾਈ ਇਸ ਮੈਰਾਥਨ ਵਿਚ ਵਿਧਾਇਕ ਡਾ. ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਸੁੱਖੀ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੀਆਂ ਉੱਘੀਆਂ ਸ਼ਖਸੀਅਤਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਭਾਗਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ, ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਖਿਡਾਰੀਆਂ, ਪਿੰਡਾਂ ਦੇ ਪੰਚ-ਸਰਪੰਚਾਂ, ਯੂਥ ਕਲੱਬਾਂ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ, ਸੀ.ਐਮ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਦੇ ਟ੍ਰੇਨਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਵਾਸੀਆਂ ਨੇ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲੀਅਤ ਕਰਕੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਲੜਾਈ ਵਿਚ ਮੋਹਰੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਣ ਦਾ ਅਹਿਦ ਲੈਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਆਪਣਾ ਫਰਜ਼ ਨਿਭਾਇਆ। ਸ਼ਿਵਾਲਿਕ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਬੈਂਡ ਦੀਆਂ ਧੁਨਾਂ ਨਾਲ ਆਈ.ਟੀ.ਆਈ ਗਰਾਊਂਡ ਨਵਾਂਸ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਸਵੇਰੇ 6.30 ਵਜੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਇਹ ਮੈਰਾਥਨ ਰਾਜਾ ਹਸਪਤਾਲ,



ਬਾਰਾਦਰੀ ਬਾਗ, ਸਰਕਾਰੀ ਮੁੜ ਵਸੋਬਾ ਕੇਂਦਰ ਅਤੇ ਬਾਬਾ ਸਾਹਿਬ ਡਾ. ਬੀ. ਆਰ ਅੰਬੇਡਕਰ ਚੌਕ ਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੋਈ ਵਾਪਸ ਆਈ.ਟੀ.ਆਈ ਗਰਾਊਂਡ ਵਿਖੇ ਸਮਾਪਤ ਹੋਈ। ਮੈਰਾਥਨ ਦੇ ਸਾਰੇ ਰਸਤੇ ਦੌਰਾਨ ਆਡੀਓ ਸਿਸਟਮ ਅਤੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਬੈਨਰਾਂ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਿਆਰ ਕਰਵਾਈ ਗਈ ਗੱਡੀ ਨੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਨੂੰ ਨਸ਼ਾ ਮੁਕਤ ਕਰਨ ਦਾ ਹੋਕਾ ਦਿੱਤਾ। ਵਿਧਾਇਕ ਡਾ. ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਸੁੱਖੀ ਨੇ ਇਸ ਮੌਕੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਤੰਦਰੁਸਤ ਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਪੰਜਾਬ ਲਈ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਉਸਾਰੂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨਾਲ

ਜੋੜਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਨਸ਼ਿਆਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਲੋਕ ਲਹਿਰ ਉਸਰ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜਲਦ ਹੀ ਪੰਜਾਬ ਨਸ਼ਾ ਮੁਕਤ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਾਂ ਮਿਸ ਲੈਣ ਆਈ ਬਣੇਗਾ। ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਅੰਕੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਇਸ ਮੌਕੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਮੈਰਾਥਨ ਦਾ ਮੁੱਖ ਮਕਸਦ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਮਾਜ ਦੀ ਨਸ਼ਿਆਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਜੰਗ ਵਿਚ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਵਧਾਉਣਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਹੰਭਲਾ ਮਾਰਨ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ। ਐਸ.ਐਸ.ਪੀ ਡਾ.

ਮਹਿਤਾਬ ਸਿੰਘ ਨੇ ਇਸ ਮੌਕੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੁਲਿਸ ਵੱਲੋਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਜੜੋਂ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਈ 'ਯੁੱਧ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ' ਤਹਿਤ ਵੱਡੀ ਮੁਹਿੰਮ ਚਲਾਈ ਗਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਜਲਦ ਹੀ ਅੰਜਾਮ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਮੈਰਾਥਨ ਦੇ ਜੇਤੂਆਂ ਨੂੰ ਤੋਹਫ਼ੇ ਦੇ ਕੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸਾਰੇ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਬੂਟੇ ਵੰਡੇ ਗਏ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰਿਫਰੈਸ਼ਮੈਂਟ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਲਗਾਏ ਗਏ ਸੈਲਫੀ ਸਟੈਂਡਾਂ 'ਤੇ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਆਪਣੀਆਂ ਯਾਦਗਾਰੀ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲਈਆਂ ਗਈਆਂ।



ਡਾ. ਸੁੱਖੀ ਨੇ ਸਿੱਖਿਆ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਤਹਿਤ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਵਿਕਾਸ ਕਾਰਜ ਕੀਤੇ ਲੋਕ ਅਰਪਿਤ



ਨਵਾਂਸ਼ਹਿਰ/ਬੰਗਾ (ਸਤਨਾਮ ਸਿੰਘ ਸਹੁੰਗੜਾ) ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਪੰਜਾਬ ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਾਲੀ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਸੂਬੇ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਬੁਲੰਦੀਆਂ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਲਈ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਅੱਜ ਪੰਜਾਬ ਕੰਟੇਨਰ ਅਤੇ ਵੇਅਰ ਹਾਊਸ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਅਤੇ ਵਿਧਾਇਕ ਬੰਗਾ ਡਾ. ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਸੁੱਖੀ ਵੱਲੋਂ ਪੰਜਾਬ ਸਿੱਖਿਆ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਤਹਿਤ ਹਲਕਾ ਬੰਗਾ ਦੇ ਪਿੰਡ ਸਾਧਪੁਰ, ਸਰਹਾਲ ਕਾਜ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਨੂਰਪੁਰ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਬੁਨਿਆਦੀ ਵੱਖ ਵੱਖ ਵਿਕਾਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਾਂ ਦੇ ਉਦਘਾਟਨ ਕਰਨ ਮੌਕੇ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਾਨ ਸਰਕਾਰ ਪੰਜਾਬ ਸਿੱਖਿਆ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਮੁਹਿੰਮ ਤਹਿਤ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉੱਚ ਪੱਧਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਕਰੋੜਾਂ

ਰੁਪਏ ਦੇ ਫੰਡ ਸਿਰਫ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਜਾਰੀ ਕਰਕੇ ਇਹ ਸਿੱਧ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਮਿਆਰ ਉੱਪਰ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਕਿੰਨੀ ਗੰਭੀਰ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਮੁਹਿੰਮ ਤਹਿਤ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਹਰ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਮੋਹਰੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਕੋਈ ਕਸਰ ਬਾਕੀ ਨਹੀਂ ਛੱਡੀ ਜਾ ਰਹੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੂਬਾ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਯਤਨਾਂ ਸਦਕਾ ਹੀ ਅੱਜ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਧੀਆ ਸਹੂਲਤਾਂ ਉਪਲਬੱਧ ਹਨ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸੋਹਣ ਲਾਲ ਢੰਡਾ, ਅਰਜੁਨ ਦੇਵ ਜੋਨ ਇੰਚਾਰਜ, ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸਰਹਾਲ ਜੋਨ ਇੰਚਾਰਜ ਅਤੇ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਸਟਾਫ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਪਿੰਡਾਂ ਦੀਆਂ ਪੰਚਾਇਤਾਂ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਤੇ ਹੋਰ ਪਤਵੰਤੇ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।



# ਸਰਕਾਰੀ ਸੀਨੀਅਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਮੱਲੂ ਪੋਤਾ ਵਿਖੇ ਲੈਕਚਰਾਰ ਬਲਦੀਸ਼ ਲਾਲ ਵੱਲੋਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦਾ ਸੈੱਟ ਭੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ

ਬੰਗਾ( ਚਰਨਜੀਤ ਸੱਲੂ ) ਅੱਜ ਸਰਕਾਰੀ ਸੀਨੀਅਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਮੱਲੂ ਪੋਤਾ ਵਿਖੇ ਲੈਕਚਰਾਰ ਸ਼੍ਰੀ ਬਲਦੀਸ਼ ਲਾਲ ਵੱਲੋਂ ਇੱਕ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦਾ ਸੈੱਟ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸ਼੍ਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਪਾਲ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੂੰ ਭੇਟ ਕੀਤਾ ਇਸ ਮੌਕੇ ਸ਼੍ਰੀ ਬਲਦੀਸ਼ ਲਾਲ ਜੀ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਅਜੋਕੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਦੱਸਦੇ ਹੋਏ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ

ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸਫਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕੀਤਾ ਇਸ ਮੌਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਿਤਾਬਾਂ ਹੀ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸ਼੍ਰੀ ਸ਼ਨੀ ਕੁਮਾਰ ਮੈਥ ਮਾਸਟਰ ਨੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਅਖੀਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸਾਹਿਬ ਸ਼੍ਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਪਾਲ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਲੈਕਚਰਾਰ ਬਲਦੀਸ਼ ਲਾਲ ਦਾ



ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਕਿਤਾਬਾਂ ਭੇਟ ਕਰਨ ਤੇ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਹਰ ਵੇਲੇ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਸਕੂਲ ਲਾਈਬਰੇਰੀ ਦੇ ਇੰਚਾਰਜ ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਸੋਨੀਆ ਕੁਮਾਰੀ ਸੁਖਜੀਤ ਕੌਰ ਨੀਲਮ ਕੁਮਾਰੀ ਸੁਰਿੰਦਰਾ ਚਮਨ ਲਾਲ ਕੈਂਪਸ ਮੈਨੇਜਰ ਸ਼੍ਰੀ ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਅਤੇ ਸਾਰਾ ਸਟਾਫ ਸ਼ਾਮਲ ਸੀ।





# "ਮੈਂ ਤੇ ਮਾਂ" ਨਾਲ "ਮੋਹ ਦੀਆਂ ਤੰਦਾਂ" ਲੋਕ ਅਰਪਣ

ਪਟਿਆਲਾ-(ਰਮੇਸ਼ਵਰ ਸਿੰਘ) ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਪੰਜਾਬੀ, ਸਾਹਿਤ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਣਾਏ ਮੰਚ " ਹਰਫਾਂ ਦੀ ਲੋਅ " ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਪਲੇਠੇ ਸਾਹਿਤਕ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਮੰਚ ਦੇ 45 ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਸਾਂਝਾ ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ " ਮੋਹ ਦੀਆਂ ਤੰਦਾਂ " ਅਤੇ ਰਾਜ ਕੁਮਾਰ ਸ਼ਰਮਾ ਪੁਲਕੋਟ ਦੀ ਪੁਸਤਕ " ਮੈਂ ਤੇ ਮਾਂ " ਦਾ ਲੋਕ ਅਰਪਣ ਭਰਵੇਂ ਇਕੱਠ ਵਿੱਚ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।



ਚੰਦ ਸ਼ਰਮਾ ਪੂਰੀ, ਡਾ. ਹਰੀਸ਼ ਗਰੇਵਰ ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ, ਫਿਲਮੀ ਅਦਾਕਾਰ ਜਗਤਾਰ ਬੈਨੀਪਾਲ ਗੰਢੂਆਂ, ਸਰਬਾਗੀ ਲੇਖਕ ਸੁਖਮੰਦਰ ਸੇਖੋਂ ਪਟਿਆਲਾ, ਐਡਵੋਕੇਟ ਹਰਮੀਤ ਕੌਰ ਬਰਾੜ, ਅਤੇ ਹਰਪਿੰਦਰ ਕੌਰ ਹਰਮਨ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਮੰਚ ਦੇ ਅਹੁਦੇਦਾਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਸਨ।

ਸ਼ਹੀਦਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਭੇਂਟ ਕਰਦਿਆਂ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਉਪਰੰਤ ਰਾਜ ਕੁਮਾਰ ਸ਼ਰਮਾ ਦੇ ਮੰਚ ਸੰਚਾਲਨ ਅਧੀਨ ਵਿਸ਼ਾਲ ਕਵੀ ਦਰਬਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮੈਂਬਰਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਕੋਨੇ ਕੋਨੇ ਤੋਂ ਪਹੁੰਚੇ ਕਵੀਆਂ, ਗੀਤਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਗ਼ਜ਼ਲਗੋਆਂ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸੱਜਰੀਆਂ ਅਤੇ ਚੋਣਵੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਪੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਸਮਾਗਮ ਨੂੰ ਖੂਬ ਚਾਰ ਚੰਨ ਲਗਾਏ। ਏਸੇ ਦੌਰਾਨ ਸਟੇਜ ਤੇ ਬਿਰ-ਜਮਾਨ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤਾਂ ਅਤੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੇ ਸਾਂਝੇ ਤੌਰ ਦੇਵੇਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀ ਘੁੰਢ ਚੁਕਾਈ ਵੀ ਕੀਤੀ। ਜਿੱਥੇ ਸਮੂਹ ਮਹਿਮਾਨਾਂ



ਵੱਲੋਂ ਸਰਬਜੀਤ ਕੌਰ ਢਿੱਲੋਂ, ਰਾਜ ਕੁਮਾਰ ਸ਼ਰਮਾ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਕਵੀਆਂ ਨੂੰ ਵਧਾਈ ਦਿੰਦਿਆਂ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਉਥੇ ਮੂਲ ਚੰਦ ਸ਼ਰਮਾ ਨੇ ਮੋਹ ਦੀਆਂ ਤੰਦਾਂ ਅਤੇ ਹਰੀਸ਼

ਪਟਿਆਲਵੀ ਵੱਲੋਂ ਮੈਂ ਤੇ ਮਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰੀਨ ਨਾਲ ਜਾਣ ਪਹਿਚਾਣ ਦੀ ਕਰਵਾਈ ਗਈ। ਮੰਚ ਦੀ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਕਮੇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਹਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਾਈਂ ਸਕੇਤੜੀ, ਕਰਮ

ਅਬੋਹਰ, ਲਖਵਿੰਦਰ ਕੌਰ ਪਿੰਕੀ ਲੁਧਿਆਣਾ, ਹਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਰਾਜੂ ਮੰਡੇਰ, ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਅਟਵਾਲ ਬਾਠਾਂ, ਬਾਜਵਾ ਸਿੰਘ, ਧੰਨਾ ਸਿੰਘ ਧਾਲੀਵਾਲ, ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਲੋਟੇ, ਸ਼ਮਸ਼ੇਰ ਸਿੰਘ ਮੱਲੂ ਅਤੇ ਜਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪੰਜਾਬੀ ਨੇ ਦੂਰੋਂ ਨੇੜਿਓਂ ਤਸ਼ਰੀਫ਼ ਲਿਆਏ ਸਾਹਿਤਕਾਰ ਤੇ ਸਾਹਿਤ ਪ੍ਰੇਮੀਆਂ ਤੋਂ ਇਲ-ਵਾ ਵਿਦੇਸ਼ ਦੀ ਧਰਤੀ ਤੇ ਬੈਠੇ ਲੇਖਕ ਮਾਹੀ ਮਿੱਠਾਪੁਰੀਆ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਦੌਲਤ ਉਕਤ ਸਾਂਝਾ ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਅਤੇ ਸਾਹਿਤਕ ਸਮਾਗਮ ਬਾਖ਼ੂਬੀ ਨੇਪਰੇ ਚੜ੍ਹ ਸਕਿਆ।

## ਡਾ. ਕਰੀਮਪੁਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ-ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਡਟ ਕੇ ਖੜੀ ਹੈ ਬਸਪਾ

### ਚੰਡੀਗੜ ਵਿਖੇ ਪਾਣੀਆਂ ਦੇ ਮੁੱਦੇ 'ਤੇ ਸੱਦੀ ਗਈ ਆਲ ਪਾਰਟੀ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਈ ਬਸਪਾ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ

ਜਲੰਧਰ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪਾਣੀਆਂ ਦੇ ਮੁੱਦੇ 'ਤੇ ਅੱਜ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਚੰਡੀਗੜ ਦੇ ਪੰਜਾਬ ਭਵਨ ਵਿੱਚ ਸੱਦੀ ਗਈ ਆਲ ਪਾਰਟੀ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਬਸਪਾ ਸੂਬਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਤੇ ਸਾਬਕਾ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਡਾ. ਅਵਤਾਰ ਸਿੰਘ ਕਰੀਮਪੁਰੀ ਨੇ ਸੂਬਾਈ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਸਮੇਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਕੇ ਪਾਰਟੀ ਵੱਲੋਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਸਟੈਂਡ ਸਪਸ਼ਟ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਬਸਪਾ ਦੇ ਸੂਬਾ ਇੰਚਾਰਜ ਤੇ ਵਿਧਾਇਕ ਡਾ. ਨਛੱਤਰ ਪਾਲ ਅਤੇ ਪ੍ਰਜਾਪਤੀ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਭੈਣੀ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਸਨ। ਬਸਪਾ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਾਰਟੀ ਪਾਣੀਆਂ ਦੇ ਮੁੱਦੇ 'ਤੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ

ਹਿੱਤਾਂ ਨਾਲ ਡਟ ਕੇ ਖੜੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਗੱਲ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਬਸਪਾ ਸੂਬਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਡਾ. ਅਵਤਾਰ ਸਿੰਘ ਕਰੀਮਪੁਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅੱਜ ਪਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜੋ ਵਿਵਾਦ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਹ ਕੇਂਦਰ ਤੇ ਸੂਬੇ ਦੀ ਸੱਤਾ ਵਿੱਚ ਰਹੀਆਂ ਪਿਛਲੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਤੇ ਗਲਤ ਨੀਤੀਆਂ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬਹੁਜਨ ਸਮਾਜ ਪਾਰਟੀ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਸੂਬੇ ਦੇ ਪਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਤਤਪਰ ਹੈ। ਇਸ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਸੂਬਾ ਸਰਕਾਰ ਜੋ ਵੀ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇਗੀ, ਬਸਪਾ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਜਨਤਾ ਦੇ ਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਸੂਬੇ ਦੇ ਵਡੇਰੇ ਹਿੱਤਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ



ਚੰਡੀਗੜ ਵਿਖੇ ਸੱਦੀ ਗਈ ਆਲ ਪਾਰਟੀ ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਮੌਜੂਦ ਬਸਪਾ ਸੂਬਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਤੇ ਸਾਬਕਾ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਡਾ. ਅਵਤਾਰ ਸਿੰਘ ਕਰੀਮਪੁਰੀ। ਨਾਲ ਹਨ ਬਸਪਾ ਸੂਬਾ ਇੰਚਾਰਜ ਡਾ. ਨਛੱਤਰ ਪਾਲ ਐਮਐਲਏ ਤੇ ਪ੍ਰਜਾਪਤੀ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਭੈਣੀ।

ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਡਟ ਕੇ ਸਾਥ ਦੇਵੇਗੀ। ਡਾ. ਕਰੀਮਪੁਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਬੀਬੀਐਮਬੀ ਵਿੱਚ ਦਖਲ ਦੇ ਕੇ ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦਾ ਤਬਾਦਲਾ ਕਰਕੇ ਫੈਡਰਲ ਢਾਂਚੇ 'ਤੇ ਸੱਟ ਮਾਰੀ ਹੈ। ਆਲ ਪਾਰਟੀ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਹਿਮਤੀ ਬਣੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੀਆਂ ਧਿਰਾਂ ਮਿਲ ਕੇ ਸੂਬੇ ਦੇ ਪਾਣੀਆਂ ਦੀ ਲੜਾਈ ਲੜਨਗੀਆਂ। ਬਹੁਜਨ ਸਮਾਜ ਪਾਰਟੀ ਆਪਣੇ ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਸਟੈਂਡ 'ਤੇ ਖੜੀ ਹੈ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਪਾਣੀ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸਭ ਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ ਯਤਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

## ਡਰਬੀ (ਯੂ. ਕੇ.) ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਮੇਅਰ ਤੇ ਕੈਬਨਿਟ ਮੰਤਰੀ ਕੇਵਲ ਸਿੰਘ ਅਠਵਾਲ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਮਿਸ਼ਨ ਟਰੱਸਟ ਢਾਹਾਂ ਕਲੇਰਾਂ ਪੁੱਜੇ

ਬੰਗਾ (ਚਰਨਜੀਤ ਸੱਲੂ): ਡਰਬੀ, ਯੂ.ਕੇ. ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਮੇਅਰ ਤੇ ਕੈਬਨਿਟ ਮੰਤਰੀ ਸ. ਕੇਵਲ ਸਿੰਘ ਅਠਵਾਲ ਆਪਣੀ ਧਰਮ ਪਤਨੀ ਬੀਬੀ ਲਖਵੀਰ ਕੌਰ ਅਠਵਾਲ ਨਾਲ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ ਵਿੱਚ ਮੈਡੀਕਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਚਾਰ ਦਹਾਕਿਆਂ ਤੋਂ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਮਿਸ਼ਨ ਮੈਡੀਕਲ ਐਂਡ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਲ ਟਰੱਸਟ ਢਾਹਾਂ ਕਲੇਰਾਂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਦਫਤਰ ਢਾਹਾਂ ਕਲੇਰਾਂ ਵਿਖੇ ਪੁੱਜੇ ਅਤੇ ਚੱਲ ਰਹੀਆਂ ਵਿਦਿਅਕ ਅਤੇ ਮੈਡੀਕਲ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦਾ ਦੌਰਾ

ਕੀਤਾ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸ. ਅਠਵਾਲ ਨੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਟਰੱਸਟ ਦੇ ਮੁੱਖ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਸ. ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਢਾਹਾਂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਮਿਸ਼ਨ ਮੈਡੀਕਲ ਐਂਡ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਲ ਟਰੱਸਟ ਢਾਹਾਂ ਕਲੇਰਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਅਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਕਾਰਜਾਂ ਦੀ ਭਰਪੂਰ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਟਰੱਸਟ ਦੇ ਮੀਤ ਸਕੱਤਰ ਸ. ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸੋਢੀ ਨੇ ਡਰਬੀ (ਯੂ.ਕੇ.) ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਮੇਅਰ ਤੇ ਕੈਬਨਿਟ



ਢਾਹਾਂ ਕਲੇਰਾਂ ਵਿਖੇ ਡਰਬੀ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਮੇਅਰ ਅਤੇ ਕੈਬਨਿਟ ਮੰਤਰੀ ਸ੍ਰੀ ਕੇਵਲ ਸਿੰਘ ਅਠਵਾਲ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਧਰਮ ਪਤਨੀ ਬੀਬੀ ਲਖਵੀਰ ਕੌਰ ਅਠਵਾਲ ਨੂੰ ਯਾਦ ਚਿੰਨ੍ਹ ਭੇਟ ਕਰਕੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸ ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸੋਢੀ ਮੀਤ ਸਕੱਤਰ।

ਮੰਤਰੀ ਸ. ਕੇਵਲ ਸਿੰਘ ਕੌਰ ਅਠਵਾਲ ਦਾ ਢਾਹਾਂ ਕਲੇਰਾਂ ਅਠਵਾਲ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪੁੱਜਣ ਤੇ ਨਿੱਘਾ ਸਵਾਗਤ ਧਰਮਪਤਨੀ ਬੀਬੀ ਲਖਵੀਰ ਕੀਤਾ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਟਰੱਸਟ

ਕੰਪਲੈਕਸ ਢਾਹਾਂ ਕਲੇਰਾਂ ਵਿਖੇ ਦਾਨੀ ਸੱਜਣਾਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਸਥਾਪਿਤ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਮਿਸ਼ਨ ਹਸਪਤਾਲ ਢਾਹਾਂ ਕਲੇਰਾਂ, ਬਾਬਾ ਬੁੱਧ ਸਿੰਘ ਢਾਹਾਂ ਟਰੱਮਾ ਸੈਂਟਰ, ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਕਾਲਜ ਆਫ ਨਰਸਿੰਗ ਢਾਹਾਂ ਕਲੇਰਾਂ, ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਪੈਰਾ ਮੈਡੀਕਲ ਕਾਲਜ ਢਾਹਾਂ ਕਲੇਰਾਂ, ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਸੀਨੀਅਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਢਾਹਾਂ ਕਲੇਰਾਂ ਅਤੇ ਬਲੱਡ ਬੈਂਕ ਢਾਹਾਂ ਕਲੇਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ। ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸੋਢੀ ਮੀਤ ਸਕੱਤਰ ਨੇ ਟਰੱਸਟ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸ. ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਢਾਹਾਂ ਅਤੇ ਸਮੂਹ ਟਰੱਸਟ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸ. ਕੇਵਲ ਸਿੰਘ ਅਠਵਾਲ (ਸਾਬਕਾ ਮੇਅਰ ਤੇ ਕੈਬਨਿਟ ਮੰਤਰੀ) ਅਤੇ ਬੀਬੀ ਲਖਵੀਰ ਕੌਰ ਅਠਵਾਲ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਢਾਹਾਂ ਕਲੇਰਾਂ ਵਿਖੇ ਆਉਣ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਪੁੱ: ਹਰਬੰਸ ਸਿੰਘ ਬੋਲੀਨਾ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਸਿੱਖਿਆ, ਸ. ਮਹਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਤੇ ਹੋਰ ਟਰੱਸਟ ਸਟਾਫ ਮੈਂਬਰ ਵੀ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ। ਵਰਨਣਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਸ. ਕੇਵਲ ਸਿੰਘ ਅਠਵਾਲ ਟਰੱਸਟ ਦੇ ਸਿੱਖਿਆ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਪੁੱ: ਹਰਬੰਸ ਸਿੰਘ ਬੋਲੀਨਾ ਦੇ ਧਰਮ ਮਿੱਤਰ ਹਨ।

# ਮਹਾਤਮਾ ਜੋਤੀਬਾ ਫੂਲੇ ਜੀ ਦੇ ਜਨਮ ਦਿਨ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਡਾ. ਅੰਬੇਡਕਰ ਸਕੂਲ ਬੁਲੰਦਪੁਰ ਵਿਖੇ ਪੌਦੇ ਲਗਾਏ ਗਏ

## ਜੋਤੀਬਾ ਫੂਲੇ ਜੀ ਸਮਾਜਿਕ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਦੇ ਪਿਤਾਮਾ ਸਨ-ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਜੱਸਲ



ਜਲੰਧਰ, (ਜੱਸਲ)-ਅੱਜ ਡਾ. ਪ੍ਰਣ ਲਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਬੀ. ਆਰ. ਅੰਬੇਡਕਰ ਪਬਲਿਕ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਪਰਮਜੀਤ ਜੱਸਲ ਨੇ ਸਕੂਲ ਬੁਲੰਦਪੁਰ ਵਿਖੇ ਸਮਾਜਿਕ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਦੇ ਮੋਢੀ ਮਹਾਤਮਾ ਜੋਤੀਬਾ ਫੂਲੇ ਜੀ ਦੇ ਜਨਮ ਦਿਨ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਸਕੂਲ ਦੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਪਰਮਜੀਤ ਜੱਸਲ ਵਲੋਂ ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਿਹੜੇ ਵਿੱਚ ਫਲਦਾਰ, ਛਾਂਦਾਰ ਅਤੇ ਸਜਾਵਟੀ ਬੂਟੇ ਲਾ ਕੇ ਅਲੱਗ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸ਼੍ਰੀ ਫੂਲੇ ਜੀ ਦਾ ਜਨਮ ਦਿਨ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਵਲੋਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ 15 ਪੌਦੇ ਲਗਾਏ ਗਏ। ਜਿਸ ਦੀ ਸਾਂਭ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ



ਨਾਲ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਰਤਨ ਦੀ ਲਹਿਰ ਪੈਦਾ ਹੋਈ। ਬਾਬਾ ਸਾਹਿਬ ਡਾ. ਅੰਬੇਡਕਰ ਜੀ ਜੋਤੀਬਾ ਫੂਲੇ ਜੀ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਗੁਰੂ ਮੰਨਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪੌਦੇ ਲਗਾਏ ਗਏ

ਇਸ ਕਾਰਜ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦਾ ਵੀ ਯੋਗਦਾਨ ਰਿਹਾ। ਸ਼੍ਰੀ ਜੱਸਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਹਾਤਮਾ ਜੋਤੀਬਾ ਫੂਲੇ ਜੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਦੇ ਅਧਾਰਿਤ "ਫੂਲੇ ਫਿਲਮ" ਵੀ ਰਿਲੀਜ਼ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਸਭ ਨੂੰ ਫੂਲੇ ਜੀ ਦੀ ਮੂਵੀ ਦੇਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦਾ ਹੌਸਲਾ ਵੱਧ ਸਕੇ। ਸਕੂਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਮੂਵੀ ਦਿਖਾਉਣ ਦਾ ਜਲਦੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਐਡਵੋਕੇਟ ਹਰਭਜਨ ਸਾਂਪਲਾ, ਪੰਜਾਬ ਬੁੱਧਿਸਟ ਸੁਸਾਇਟੀ, ਪੰਜਾਬ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

# ਕੈਬਨਿਟ ਮੰਤਰੀ ਨੇ 'ਪਿੰਡਾਂ ਦੇ ਪਹਿਰੇਦਾਰ' ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੱਧਰੀ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ਾ ਮੁਕਤ ਪੰਜਾਬ ਲਈ ਇਕਜੁੱਟਤਾ ਦੀ ਕੀਤੀ ਅਪੀਲ

## ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਖਾਤਮੇ ਲਈ ਚੱਲ ਰਹੀ ਹੈ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ : ਡਿਪਟੀ ਸਪੀਕਰ ਸਭਾ ਜੈ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਸਿੰਘ

ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ, /ਗੜ੍ਹਸ਼ੰਕਰ (ਬਲਵੀਰ ਚੌਧੜਾ) ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ, ਉਚੇਰੀ ਸਿੱਖਿਆ, ਤਕਨੀਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਲੋਕ ਸੰਪਰਕ ਮੰਤਰੀ ਹਰਜੋਤ ਸਿੰਘ ਬੈਂਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਜੰਗ ਵਿੱਚ ਹਰ ਪੰਜਾਬੀ ਨੂੰ ਯੋਧਾ ਬਣਨਾ ਪਵੇਗਾ, ਤਾਂ ਹੀ ਰੰਗਲਾ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਸਾਡਾ ਸੁਪਨਾ ਸਾਕਾਰ ਹੋਵੇਗਾ। ਉਹ ਅੱਜ ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵਲੋਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਖਾਤਮੇ ਲਈ ਚਲਾਏ ਜਾ ਰਹੇ "ਯੁੱਧ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ" ਮੁਹਿੰਮ ਅਧੀਨ ਗਠਿਤ ਕਮੇਟੀਆਂ 'ਪਿੰਡਾਂ ਦੇ ਪਹਿਰੇਦਾਰ' ਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੱਧਰੀ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਵਜੋਂ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕੈਬਨਿਟ ਮੰਤਰੀ ਕਮਪਮੰਤਰੀ ਡਾ. ਰਵਜੋਤ ਸਿੰਘ, ਡਿਪਟੀ ਸਪੀਕਰ ਜੈ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਰੋੜੀ, ਲੋਕ ਸਭਾ ਮੈਂਬਰ ਡਾ. ਰਾਜ ਕੁਮਾਰ ਚੌਬੇਵਾਲ, ਵਿਧਾਇਕ ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ ਬ੍ਰਮ ਸ਼ੰਕਰ ਜਿੰਘਾ, ਵਿਧਾਇਕ ਟਾਂਡਾ ਉਤਮੁਤ ਜਸਵੀਰ ਸਿੰਘ ਰਾਜਾ



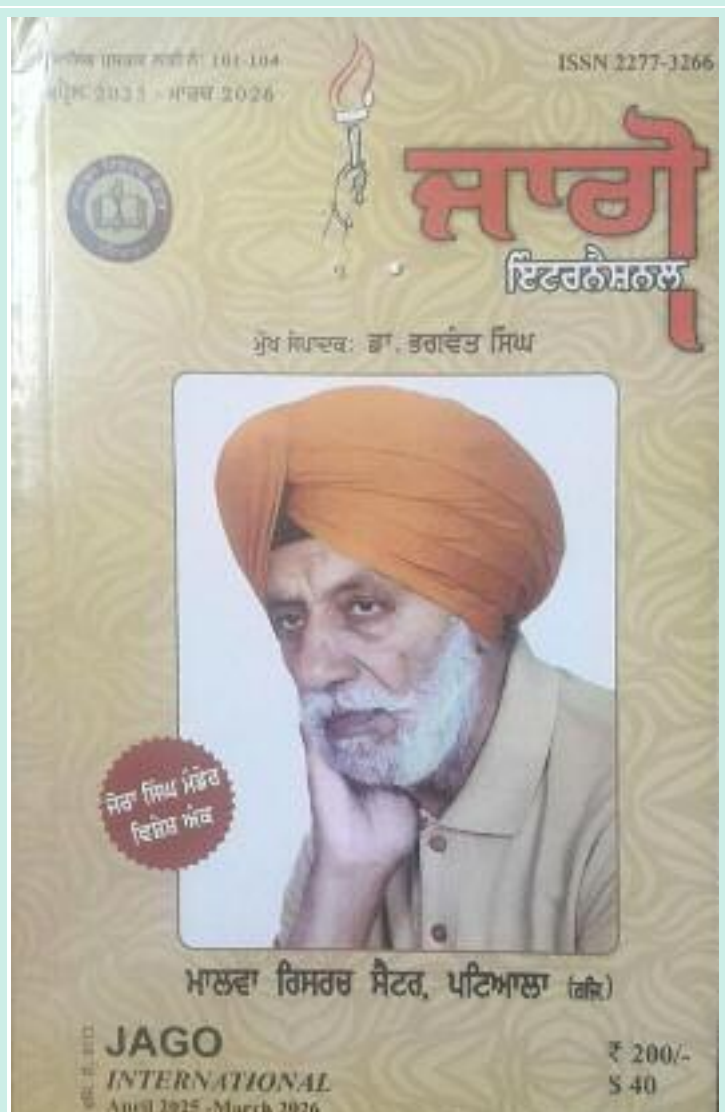
ਗਿੱਲ, ਵਿਧਾਇਕ ਦਸੂਹਾ ਕਰਮਵੀਰ ਸਿੰਘ ਘੁੰਮਣ, ਵਿਧਾਇਕ ਚੌਬੇਵਾਲ ਡਾ. ਇਸ਼ਾਂਕ ਕੁਮਾਰ ਅਤੇ ਮੁਕੇਰੀਆਂ ਹਲਕਾ ਇੰਚਾਰਜ ਪ੍ਰੋ. ਜੀ.ਐਸ. ਮੁਲਤਾਨੀ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਸਨ। ਕੈਬਨਿਟ ਮੰਤਰੀ ਹਰਜੋਤ ਸਿੰਘ ਬੈਂਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਜਵਾਨੀ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਤਾਕਤਾਂ ਨੂੰ ਹਰਾਉਣ ਲਈ ਜਨ-ਜਨ ਦਾ ਸਹਿਯੋਗ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੌਜੂਦ 'ਪਿੰਡਾਂ ਦੇ ਪਹਿਰੇਦਾਰ' ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਲਾਈਨ ਆਫ ਡਿਫੈਂਸ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹੁਣ ਸਾਡਾ ਟੀਚਾ ਹੈ ਕਿ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਇਹ ਮੁਹਿੰਮ ਹਰ ਘਰ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਿਛਲੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ 'ਤੇ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਜਵਾਨੀ ਨੂੰ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵੱਲ ਧੱਕਣ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਲਾਉਂਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰ ਇਸ ਦਾਗ ਨੂੰ ਮਿਟਾਉਣ ਲਈ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਵਲੋਂ ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਾਕਤ

ਜਿਸ ਨੂੰ ਹੁਣ ਦੂਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਸਿੱਖਿਆ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਰਾਹੀਂ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਆਧੁਨਿਕ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦੇ ਕੇ ਅਗਾਂਹਵਧੂ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਡਿਪਟੀ ਸਪੀਕਰ ਪੰਜਾਬ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਜੈ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਰੋੜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਭਲੇ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਵਲੋਂ ਕੋਈ ਕਸਰ ਨਹੀਂ ਛੱਡੀ ਜਾ ਰਹੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਖਾਤਮੇ ਲਈ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਚੱਲ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅੱਜ ਸਾਡੀ ਸਭ ਦੀ ਨੈਤਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਪਿੰਡ-ਪਿੰਡ ਤੱਕ ਇਹ ਸੁਨੇਹਾ ਪਹੁੰਚਾਈਏ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਆਸ਼ਿਕਾ ਜੈਨ ਨੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਵਲੋਂ 'ਯੁੱਧ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ' ਮੁਹਿੰਮ ਸਬੰਧੀ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ, ਵਿਲੇਜ ਡਿਫੈਂਸ ਕਮੇਟੀ ਵਲੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕੰਮਾਂ ਅਤੇ ਨਸ਼ਾ ਛੁਡਾਉ ਅਤੇ ਮੁੜ ਵਸੇਬਾ ਕੇਂਦਰਾਂ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਐਸ.ਐਸ.ਪੀ. ਸੰਦੀਪ ਕੁਮਾਰ ਮਲਿਕ ਨੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੁਲਿਸ ਵਲੋਂ ਨਸ਼ਾ ਤਸਕਰਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕਾਰਵਾਈ ਅਤੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਮੁਹਿੰਮ 'ਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪਾਇਆ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਇੱਕ ਨਾਟਕ ਵੀ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਪੰਜਾਬ ਸਟੇਟ ਉਦਯੋਗਿਕ ਵਿਕਾਸ ਨਿਗਮ ਦੇ ਵਾਈਸ ਚੇਅਰਮੈਨ ਹਰਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬਖਸ਼ੀ, ਮੇਅਰ ਸੁਰਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ, ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਯੋਜਨਾ ਕਮੇਟੀ ਕਰਮਜੀਤ ਕੌਰ, ਚੇਅਰਮੈਨ ਨਗਰ ਸੁਧਾਰ ਟਰੱਸਟ ਗੁਰਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪਾਬਲਾ, ਚੇਅਰਮੈਨ ਮਾਰਕੀਟ ਕਮੇਟੀ ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ ਜਸਪਾਲ ਸਿੰਘ ਚੇਚੀ, ਸੀਨੀਅਰ ਡਿਪਟੀ ਮੇਅਰ ਪ੍ਰਵੀਨ ਸੈਣੀ, ਡਿਪਟੀ ਮੇਅਰ ਰਣਜੀਤ ਚੌਧਰੀ, ਨਸ਼ਾ ਮੁਕਤੀ ਮੋਰਚਾ ਦੇ ਜ਼ੋਨਲ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਨਯਨ ਛਾਬੜਾ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਸਤਵੰਤ ਸਿੰਘ ਸਿਆਣ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਪਤਵੰਤੇ, ਸਿਵਲ ਅਤੇ ਪੁਲਿਸ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਸਨ।

# ਰਸਾਲਾ ਮੇਰੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿੱਚ

**ਰਸਾਲੇ ਦਾ ਨਾਂ :** ਜਾਗੋ  
**ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ**  
**ਸੰਪਾਦਕ :** ਡਾ. ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ  
**ਪੰਨੇ :** 200 **ਕੀਮਤ :** 200=  
**ਰੁਪਏ**  
**ਇੱਕ ਸਾਰਥਕ ਰਸਾਲਾ ਜਾਗੋ**  
**ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ**  
**ਤੇਜਿੰਦਰ ਚੰਡਿਹੋਕ**  
 ਸਾਹਿਤ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਰਸਾਲਿਆਂ ਦਾ ਅਹਿਮ ਰੋਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਵੱਡੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਬੁੱਕਲੈਟ ਭਾਵ ਰਸਾਲੇ ਪੜ੍ਹਨ ਵਿੱਚ ਆਸਾਨ ਅਤੇ ਦਿਲਚਸਪ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਵਰਤਮਾਨ ਸਮੇਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਰਸਾਲੇ ਸਾਹਿਤਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਆ ਰਹੇ ਹਨ ਪਰ ਦੁਬਿਧਾ ਇਹ ਬਣ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਪਾਠਕਾਂ ਨਾਲੋਂ ਲੇਖਕਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਵੱਧ ਗਈ ਹੈ। ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਤੇ ਹੀ ਦੇਖ ਲਓ ਕਿਸੇ ਦੀ ਕੋਈ ਪੋਸਟ ਕੀਤੀ ਰਚਨਾ ਪੜ੍ਹੇ ਜਾ ਨਾ ਪੜ੍ਹੇ ਪਰ ਆਪਣੀ ਰਚਨਾ ਹਰ ਕੋਈ ਪੋਸਟ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਗਰੁੱਪਾਂ ਵਿੱਚ ਪੋਸਟਾਂ ਦੀ ਦੁਗਰਾਈ ਹੁੰਦੀ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਦੂਜਾ ਬੇਸ਼ੁਮਾਰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਹੋ ਰਹੇ ਰਸਾਲਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਚੰਗੇ ਰਸਾਲੇ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਵੀ ਔਖੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਜਾ ਆਨ

ਲਾਈਨ ਰਸਾਲਿਆਂ ਨੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਰਸਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਆਰਥਿਕ ਢਾਅ ਲਾਈ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਕਈ ਤਿਮਾਹੀ ਰਸਾਲੇ ਹੁਣ ਸਾਲਾਨਾ ਰਸਾਲਿਆਂ ਵਜੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪਏ ਹਨ। ਜੇ ਜਾਗੋ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਰਸਾਲੇ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਇਹ ਇੱਕ ਸਾਰਥਕ ਰਸਾਲਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬੇਹਤਰੀਨ ਸਮਗਰੀ ਛਾਪੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਰਸਾਲਾ ਵੀ ਉੱਜ ਤਿਮਾਹੀ ਹੈ ਪਰ ਹੁਣ ਦਾ ਅੰਕ ਅਪ੍ਰੈਲ 2025-ਮਾਰਚ 2026 ਪੁਸਤਕ ਲੜੀ ਨੰਬਰ 101-104 ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਾਰ ਇਸ ਰਸਾਲੇ ਦਾ ਜੋਰਾ ਸਿੰਘ ਮੰਡੇਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅੰਕ ਦੀ ਸੰਪਾਦਨਾ ਡਾ. ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਮਾਲਵਾ ਰਿਸਰਚ ਸੈਂਟਰ, ਪਟਿਆਲਾ ਅਧੀਨ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਰਸਾਲੇ ਵਿੱਚ ਕਈ ਪਤਣਾਂ ਦਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਜੋਰਾ ਸਿੰਘ ਮੰਡੇਰ ਦੇ ਜੀਵਨ ਬਿਓਰਾ ਵਿੱਚ ਘਰਬਾਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕਿੱਤਿਆਂ, ਸਾਹਿਤਕ ਸਫਰ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਦੀ ਵਿਸਤਾਰਿਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਰਸਾਲੇ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਮੈਟਰ ਤੋਂ



ਇਲਾਵਾ ਤਸਵੀਰਾਂ, ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੋਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸੁਚੀ ਅਤੇ ਸ਼ੋਕ ਸੰਦੇਸ਼ ਸਿੰਘ ਮੰਡੇਰ ਬਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ

ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਵਲੋਂ ਆਪੋ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਲਬਰੇਜ਼ ਲੇਖ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸੰਘਰਸ਼ਮਈ ਜੀਵਨ ਦਾ ਬਿਰਤਾਂਤ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਕਾਵਿ ਚਿੱਤਰ ਵੀ ਦਰਜ ਹਨ। ਅਨੋਖ ਸਿੰਘ ਵਿਰਕ, ਚਰਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਉਡਾਰੀ, ਡਾ. ਨਰਵਿੰਦਰ ਕੌਸ਼ਲ, ਦੀਵਾਨ ਸਿੰਘ, ਡਾ. ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਵਰਗੇ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਲਿਖਿਆ ਹੈ। ਜੋਰਾ ਸਿੰਘ ਮੰਡੇਰ ਦੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਵੰਨਗੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਵਿਤਾ, ਵਾਰਤਕ, ਕਹਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਨਾਵਲਾਂ ਦਾ ਜਿਕਰ ਵੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੋਰਾ ਸਿੰਘ ਮੰਡੇਰ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਇਕਬਾਲ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਲੇਖਣੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੱਖ ਰੂਪ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪਤਨੀ ਸੀ ਜਿਸ ਦੀ ਮੌਤ ਸਾਲ 2011 ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਸਾਹਿਤ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਸਤਖਤ ਦਿੱਤੀ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪਲੇਠੀ ਕਾਵਿ ਪੁਸਤਕ 'ਧਰਤੀ ਦੇ ਜਾਏ' 2015 ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਹੋਈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਹੋਰ ਚਾਰ ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ, ਇੱਕ

ਕਹਾਣੀ ਸੰਗ੍ਰਹਿ, ਤਿੰਨ ਨਾਵਲ ਅਤੇ ਸਫਰਨਾਮਾ ਪਾਠਕਾਂ ਦੀ ਝੋਲੀ ਪਾਇਆ ਹੈ। ਸਮੁੱਚੇ ਤੌਰ ਤੇ ਡਾ. ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਦਾ ਇਹ ਰਸਾਲਾ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਮੁੱਲਵਾਨ ਸਮਗਰੀ ਲੈ ਕੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਉੱਚ ਪਾਏ ਦਾ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭਰਪੂਰ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਕਹਿ ਲਿਆ ਜਾਵੇ ਕਿ ਇਹ ਰਸਾਲਾ ਵਰਤਮਾਨ ਖੋਜਾਰਥੀਆਂ ਲਈ ਬੇਹੱਦ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੋਈ ਅਤਿਕਥਨੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਕਾਰਜ ਲਈ ਸੰਪਾਦਕ ਡਾ. ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਹੁਰਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਬਹੁਤ ਮੁਬਾਰਕਾਂ।



**ਸਾਬਕਾ ਏ.ਐਸ. ਪੀਲੂ ਨੈਸ਼ਨਲ ਐਵਾਰਡੀ**  
**ਸੰਪਰਕ ਨੰ : 95010-00224**

# ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ: ਆਪਣੇ ਆਦਰਸ਼ ਆਪ ਬਣਨ ਦਾ ਰਸਤਾ

ਅਜੋਕੇ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਸਮਾਜਿਕ ਮੀਡੀਆ, ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਨੂੰ ਖਾਸ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਦੀ ਧਾਰਨਾ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਸੁਧਾਰ ਲਈ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਭਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਸਮਝ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੁੱਲਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਆਪਣੇ ਆਦਰਸ਼ ਆਪ ਬਣਨ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਸਾਥੀ ਬਣ ਕੇ ਉੱਭਰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਜਿਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ, ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਣਾਵਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ, ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਰਤਾਮਾ ਅਤੇ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਡੂੰਘੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਅਭਿਆਸ ਵੱਡੀ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਬੁੱਧੀ ਅਤੇ ਆਖਿਰਕਾਰ, ਇੱਕ ਹੋਰ ਪੂਰਨ ਜੀਵਨ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

**ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ**  
 ਡਾ. ਐਮਲੀ ਕਾਰਟਰ, ਜੋ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮਾਹਿਰ ਹਨ, ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਜ਼ਬੂਤੀਆਂ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। “ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਅਤੇ ਫੈਸਲਿਆਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਉਹ ਖੇਤਰ ਪਛਾਣ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਿੱਥੇ ਅਸੀਂ ਚੰਗੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਹ ਪੱਖ ਜਿੱਥੇ ਸਾਨੂੰ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।”  
 “ਇਹ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਅਰਥਪੂਰਨ ਬਦਲਾਅ ਵੱਲ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਹੈ।”  
 ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਲਚਕੀਲੇਪਣ ਨੂੰ ਵੀ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ ਅਸਫਲਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਫਲਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਵਿਅਕਤੀ ਇੱਕ ਵਿਕਾਸਸ਼ੀਲ ਮਨੋਭਾਵ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਗਲਤੀਆਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਨਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਨਿਰਾਸ਼ ਹੋਣ ਨੂੰ। ਇਹ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਬਦਲਾਅ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜੋ ਆਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੇ ਆਪ ਬਣਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ

ਰਿਹਾ ਹੈ।  
**ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਕਦਮ**  
 1. ਜਰਨਲਿੰਗ: ਇੱਕ ਦਿਨ ਜਰਨਲ ਰੱਖਣਾ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਮਾਧਿਅਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਿਚਾਰਾਂ, ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨੂੰ ਲਿੱਖਣਾ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਟ੍ਰੈਕ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।  
 2. ਮਾਈਂਡਫੁਲਨੈੱਸ ਮੈਡੀਟੇਸ਼ਨ: ਮਾਈਂਡਫੁਲਨੈੱਸ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਵਰਤਮਾਨ ਪਲ ਦੀ ਗੈਰ-ਜੱਜਮੈਂਟਲ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਡੂੰਘੀ ਸਮਝ ਦੀਆਂ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਵਰਤਾਮਾ ਬਾਰੇ ਹੋਵੇਗੀ।  
 3. ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਨਿਕਾਲਣਾ: ਨਿਯਮਤ ਸਮਾਂ ਨਿਕਾਲਣਾ ਜੋ ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਲਈ ਹੋਵੇ—ਚਾਹੇ ਉਹ ਚੁੱਪ ਚਾਪ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸੰਰਚਿਤ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਰਾਹੀਂ— ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਨਾਲ

ਜੁੜਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।  
 4. ਫੀਡਬੈਕ ਲੈਣਾ: ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਦੋਸਤਾਂ ਜਾਂ ਮੈਟਰਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਮਜ਼ਬੂਤੀਆਂ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ ਕੀਮਤੀ ਬਾਹਰੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ।  
 5. ਟੀਚਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨਾ: ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਦੀਆਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਜਾਣਕਾਰੀਆਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਸਾਫ਼, ਪ੍ਰਾਪਤੀਯੋਗ ਟੀਚੇ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨਾ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਦਰਸ਼ ਆਪ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੀਚਿਆਂ ਦੀ ਦੁਬਾਰਾ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਮੁੱਲਾਂ ਅਤੇ ਖਾਸ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਣ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।  
**ਸਮੂਹ ਦਾ ਭੂਮਿਕਾ**  
 ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਦਾ ਪ੍ਰਚਲਨ ਵਧ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਸਮੂਹ ਇਸਦੇ ਫਾਇਦੇ ਨੂੰ ਗਲੇ ਲਗਾਉਣ ਲੱਗੇ ਹਨ। ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ, ਸਮਰਥਨ ਸਮੂਹਾਂ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਵਿਕਾਸ 'ਤੇ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ

ਆਨਲਾਈਨ ਪਲੇਟਫਾਰਮ ਵਧ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਥਾਨ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।  
 “ਮੈਂ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਇੱਕ ਸੁਧਾਰ ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਈ ਸੀ, ਅਤੇ ਇਸਨੇ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦਗੀ ਬਦਲ ਦਿੱਤੀ,” ਸ੍ਰੀ ਮਤੀ ਜਾਨਸਨ, ਇਕ ਲੋਕਲ ਇੰਟਰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ। “ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣ ਕੇ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝ ਆਇਆ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇਕੱਲੀ ਨਹੀਂ ਹਾਂ। ਇਹ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੇ ਸੰਸਕਾਰ ਵੱਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਕਤੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।”  
 ਇੱਕ ਐਸੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਜਿੱਥੇ ਬਾਹਰੀ ਦਬਾਅ ਅਕਸਰ ਆਪਣੇ ਚੋਣਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਇੱਕ ਤਾਜ਼ਗੀ ਭਰੀ ਦਵਾ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸੀ ਕਰਕੇ, ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਦਰਸ਼ ਆਪ ਬਣਨ ਵੱਲ ਇੱਕ ਪਰਿਵਰਤਨੀ ਯਾਤਰਾ 'ਤੇ ਨਿੱਕਲ

ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੇ ਹੋਰ ਲੋਕ ਇਸ ਅਭਿਆਸ ਨੂੰ ਗਲੇ ਲਗਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਮੁੱਚੇ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਸਮਝ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬੇਹੱਦ ਨਿਪੁੰਨ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਡਾ. ਕਾਰਟਰ ਨੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਠੀਕ ਕਿਹਾ, “ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਨਾ ਕੇਵਲ ਪਿਛੇ ਦੇਖਣਾ ਹੈ; ਇਹ ਸਾਫ਼ਤਾ ਅਤੇ ਉਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਬਾਰੇ ਹੈ।” ਇਸ ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰ ਵਾਲੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ, ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਲੈਣਾ ਸਭ ਤੋਂ ਲਾਹੇਵੰਦ ਕਾਰਜ ਸਾਬਿਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।



**ਸੁਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ**  
**ਸ੍ਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਸਾਹਿਬ।**

## ਫਰਕ ਬੱਸ ਐਨਾਂ ਕੁ

ਫੁੱਲ ਦੀ ਤਾਂ ਰਾਸ ਨਾ ਆਈ ,  
ਦੋਸਤੀ ਜੀਵਨ ਭਰ ।  
ਅਸੀਂ ਕੰਡਿਆਂ ਨਾਲ ਨਿਭਾਈ ,  
ਦੋਸਤੀ ਜੀਵਨ ਭਰ ।  
ਉਹ ਤਾਂ ਜਿਸਮ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਵਧ ਨਾ,  
ਸਕਿਆ ਸੀ ਜਿਸ ਦੀ ;  
ਅਸੀਂ ਰੂਹ ਦੇ ਵਿੱਚ ਵਸਾਈ ,  
ਦੋਸਤੀ ਜੀਵਨ ਭਰ ।

ਸਮਾਜ ਵੀਕਲੀ  
ਨਿਊਜ਼



**ਮੂਲ ਚੰਦ ਸ਼ਰਮਾ**  
ਪ੍ਰਧਾਨ, ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ  
ਸਭਾ ਪੂਰੀ ਜਿਲ੍ਹਾ ਸੰਗਰੂਰ।  
9914836037

## ਸਾਵਧਾਨ, ਹੋਸ਼ਿਆਰ !

"ਸਾਵਧਾਨ!" ਜਿਉਣ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਦੇ ਕੇ ਮਾਰੂਗਾ।  
ਮੱਛੀਉ ਮਛੇਰਾ ਥੋਨੂੰ ਚਾਰਾ ਦੇ ਕੇ ਮਾਰੂਗਾ।  
ਝੰਗਾ ਜਿਹਾ ਖਿੰਡਾਅ ਕੇ ਪਹਿਲਾਂ 'ਕੱਠ ਕਰੂ ਇੱਕ ਜਗ੍ਹਾ,  
"ਅਜੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਹੈ" ਦਾ ਲਾਰਾ ਦੇ ਕੇ ਮਾਰੂਗਾ।  
ਕੁੰਡੀ ਉੱਤੇ ਭੋਜਨ ਸਵਾਦ ਜਿਹਾ ਲਪੇਟ ਕੇ,  
ਫਸਾ ਕੇ ਮੂੰਹ 'ਚ ਖਿੱਚਵਾਂ ਹੁਲਾਰਾ ਦੇ ਕੇ ਮਾਰੂਗਾ।  
ਅੱਧਮਰੀ ਜੋ ਰਹਿ ਗਈ ਤਾਂ ਜੇਤੂ ਅੰਦਾਜ ਵਿੱਚ,  
ਗਰਦਨ ਦੇ ਉੱਤੇ ਛੁਰਾ ਫਿਰ ਦੋਧਾਰਾ ਦੇ ਕੇ ਮਾਰੂਗਾ।  
ਘੜਾਮੋਂ ਵਾਲਾ ਰੋਮੀ ਆਖੇ ਲਾਲਚਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦੇਵੋ,  
ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਨਵੀਂ ਪੀੜੀ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਦੇ ਕੇ ਮਾਰੂਗਾ।  
"ਹੋਸ਼ਿਆਰ!" ਜਿਉਣ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਦੇ ਕੇ ਮਾਰੂਗਾ।  
ਮੱਛੀਉ ਮਛੇਰਾ ਥੋਨੂੰ ਚਾਰਾ ਦੇ ਕੇ ਮਾਰੂਗਾ।

ਸਮਾਜ ਵੀਕਲੀ  
ਨਿਊਜ਼



**ਰੋਮੀ ਘੜਾਮਾਂ।**  
9855281105 (ਵਟਸਪ ਨੰ.)

## ਵੈਰਾਗ ਦਾ ਚਾਅ

ਇਹ ਅੰਬਾਂ, ਜਾਮਣਾਂ ਦੇ ਬੁੱਤ ਸੱਜਣ,  
ਹੈ, ਧਨੀਏ ਦੇ ਖਿੜਨ ਦੀ ਰੁੱਤ ਸੱਜਣ।  
ਕਸੀਰਾਂ ਪਿੰਡਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲੜਦੀਆਂ ਨੇ,  
ਕਸੀਦੇ ਮੁੜ੍ਹਕਿਆਂ ਦੇ ਪੜ੍ਹਦੀਆਂ ਨੇ।  
ਗੁਟਾਰਾਂ ਗੁਟਕਣਾ ਤੇ ਗੀਤ ਹੋਣਾ,  
ਬੰਬੀਹੇ ਦੀ 'ਸਦਾ' ਸੰਗੀਤ ਹੋਣਾ।  
ਬਕਾਇਣਾਂ ਰਸਤਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ਼ਕ ਲਾਉਣਾ,  
ਸਫੈਦੇ ਚਟਕਣੇ ਤੇ ਬੂਰ ਆਉਣਾ।  
ਹਮੇਲਾਂ ਲਰਜ਼ਣਾ ਤੇ ਡੰਗ ਲਾਉਣੇ,  
ਸ਼ਰੀਹਾਂ ਦੇ ਗਲਾਂ ਵਿੱਚ ਹਾਰ ਪਾਉਣੇ।  
ਕਿ ਲੋਟਣ ਪਹਿਨਣੇ, ਦਾਉਣੀ ਸਜਾਉਣੀ,  
ਹਵਾ ਨੇ ਵਿਹਰ ਕੇ ਝਾਂਜਰ ਬਣਾਉਣੀ।  
ਇਹ ਕਿੱਕਰਾਂ, ਟਾਹਲੀਆਂ, ਅੰਬੀਆਂ, ਕਰੀਰਾਂ,  
ਇਹ ਸੱਭੇ ਰਾਣੀਆਂ, ਮੀਰਾਂ ਤੇ ਹੀਰਾਂ।  
ਉਹ ਲਿਖਿਆ ਬੇਰੀਆਂ ਦੇ ਪੱਤ ਉੱਤੇ,  
ਜੋ ਪਰਦਾ ਪਾ ਕੇ ਬੈਠਾ ਮੱਤ ਉੱਤੇ।  
ਇਹ ਮੇਰਾ ਦਿਲ ਜੋ ਐਨਾ ਡੋਲਦਾ ਏ,  
ਕੋਈ ਤਾਂ ਇਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਬੋਲਦਾ ਏ।  
ਮੇਰੀ ਸ਼ੋਖੀ ਨੂੰ ਨਰਗਿਸ ਜਾਣਦੀ ਏ,  
ਮੇਰਾ ਅਗਲਾ ਕਦਮ ਪਹਿਚਾਣਦੀ ਏ।  
ਮੈਂ ਨੀਂਦਾਂ ਦੀ ਖੁਮਾਰੀ ਪੀ ਲਈ ਏ,  
ਤੇ ਜਿੰਨੀ ਜੀਵਣੀ ਸੀ, ਜੀ ਲਈ ਏ  
ਤੇ ਆਖਰ ਧਾਰ ਲਈ ਏ ਚੁੱਪ ਸੱਜਣ।  
ਇਹ ਅੰਬਾਂ, ਜਾਮਣਾਂ ਦੇ ਬੁੱਤ ਸੱਜਣ,  
ਹੈ ਧਨੀਏ ਦੇ ਖਿੜਨ ਦੀ ਰੁੱਤ ਸੱਜਣ।

ਸਮਾਜ ਵੀਕਲੀ  
ਨਿਊਜ਼



**ਰਿਤੂ ਵਾਸੂਦੇਵ**

## ਗਜ਼ਲ

ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਇਮਾਰਤਾਂ ਬਣਾਈਆਂ  
ਸਮਾਨ ਸਿਰਾਂ ਉੱਤੇ ਢੋਇਆ  
ਕੀਤੀ ਅਣਥੱਕ ਮਿਹਨਤ  
ਨਾਲ ਆਪਾ ਵੀ ਖੋਇਆ  
ਕੁੱਲੀ ਗੁੱਲੀ ਜੁੱਲੀ ਦਾ ਇਕ  
ਅੱਖਾਂ 'ਚ ਸਪਨਾ ਸੰਜੋਇਆ  
ਉਹਦੇ ਬੱਚੇ ਪੜ੍ਹ ਜਾਣ  
ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਭਾਤਾ ਵੀ ਢੋਇਆ  
ਉੱਤੇ ਮਹਿੰਗਾਈ ਦੀ ਮਾਰ  
ਨਾਲੇ ਸਿਹਤ ਵੀ ਨਾ ਚੰਗੀ  
ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਪਵੇ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ  
ਦਿਹਾੜੀ ਜਾਣ ਦਾ ਡਰ ਸਦਾ ਹੋਇਆ  
ਉਪਰੋਂ ਮਿਹਨਤ ਲਹੂ ਪੀਣੀ  
ਖੱਫ ਮਾਲਕ ਦਾ ਕਰੋ ਅਧਮੋਇਆ  
ਦਿਨ ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਲੱਗਦੇ ਨੇ  
ਉਮਰ ਘਟਦੀ ਨਜ਼ਰ ਆਵੇ  
ਉਹਦੇ ਸੁਫਨਿਆਂ ਦਾ ਸੰਸਾਰ  
ਇਮਾਰਤ ਦੀਆਂ ਨੀਂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਖੋਇਆ  
ਇਹ ਦਿਹਾੜੀਦਾਰ ਕੰਮਕਾਜ  
ਬੜਾ ਬੇਮੁਹਤਾਜ ਹੈ ਨਾਗਰਾ  
ਨਾਂ ਹਾਕਮ ਕਦੇ ਜੁੰਮੇਵਾਰ  
ਨਾਂ ਮਾਲਕ ਹੱਕ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ।

ਸਮਾਜ ਵੀਕਲੀ  
ਨਿਊਜ਼



**ਸੁਰਿੰਦਰ ਸ਼ਰਮਾ**

## ਰੁੱਤਾਂ

ਕੋਈ ਕੋਈ ਰੁੱਤ ਬਹਾਰਾਂ ਵਰਗੀ  
ਪੱਤਝੜ ਬਣ ਖਲੋਵੇ  
ਉੱਗਦਾ ਉੱਗਦਾ ਬੀਜ ਕੋਈ ਮਰ ਜਾਏ  
ਧਰਤੀ ਨਿਰਜਿੰਦ ਹੋਵੇ  
ਕੋਈ ਕੋਈ ਰੁੱਤ ਦੇ ਭਾਗੀਂ ਅੜੀਏ  
ਕੋਈ ਚੰਨ ਨਾ ਹੋਵੇ  
ਨਾ ਕੋਈ ਉਹਨੂੰ ਸੂਰਜ ਪੁੱਛੇ  
ਨਾ ਛਾਂ ਹੀ ਕੋਲ ਖਲੋਵੇ  
ਕੋਈ ਕੋਈ ਰੁੱਤ ਨੂੰ ਪੈਣ ਸ਼ਿਕਾਰੀ  
ਬਣ ਖੁੰਖਾਰੂ ਕੁੱਤੇ  
ਨਾ ਚੰਦਰੀ ਨੂੰ ਓਟ ਕੋਈ ਦੇਵੇ  
ਨਾ ਜਾਗਣ ਜਿਗਰੇ ਸੁੱਤੇ  
ਕੋਈ ਕੋਈ ਰੁੱਤ ਦੇ ਹੱਥੀਂ ਖੰਜਰ  
ਆਪ-ਮੁਹਾਰੀ ਵਰਦੀ  
ਧਰਤ ਅੰਬਰ ਨਿਗਲ ਖਾ ਗਈ  
ਨਾ ਡਰਦੀ ਨਾ ਠਰਦੀ  
ਕੋਈ ਕੋਈ ਰੁੱਤ ਤਾਂ ਜੰਮਣੇ ਪਹਿਲੋਂ  
ਕੁੱਖਾਂ ਵਿਚ ਮਰ ਜਾਂਦੀ  
ਮਰਨੋਂ ਪਹਿਲੋਂ ਮਾਂ ਦੀ ਨਸ ਨਸ  
ਜ਼ਹਿਰ ਵਿਹੁ ਚੜ੍ਹ ਜਾਂਦੀ  
ਕੋਈ ਕੋਈ ਰੁੱਤ ਦੁਆਰ ਮੰਦਰ ਦੇ  
ਅੰਨ੍ਹਾਂ ਟੱਲ ਵਜਾਏ  
ਮੂੰਹੋਂ-ਮੂੰਹ ਹੋ ਅੱਜ ਤਬੀਬਾ  
ਉਜ਼ਰ ਸੁਨੇਹੜੇ ਲਾਏ

ਸਮਾਜ ਵੀਕਲੀ  
ਨਿਊਜ਼



**ਦੀਪ ਸੰਧੂ**

ਸੇ ਭੀਮ  
ਜੇ ਖਾਰੜ

**ਸੰਘਮਿੱਤਾ  
ਬੁੱਕ ਸਟਾਲ**

**Sanghmitta Book Stall**

ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਮਿਸ਼ਨਰੀ ਕਿਤਾਬਾਂ,  
ਪੈਂਨ, ਕੈਲੰਡਰ, ਝੰਡੇ, ਟੀ-ਸ਼ਰਟਾਂ, ਸਟੈਚੂ,  
ਛੱਲੇ ਆਦਿ ਲੈਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

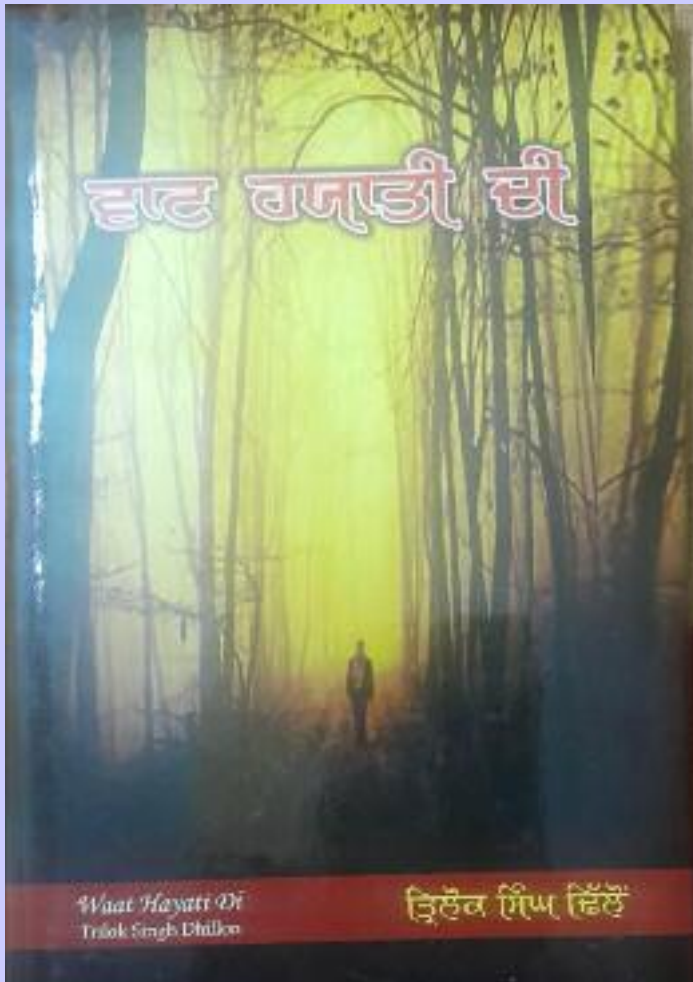
**ਨੋਟ : ਭੀਮ ਪੰਤ੍ਰਿਕਾ ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨ**  
ਵਲੋ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕਿਤਾਬਾਂ  
ਅਤੇ ਬੁੱਧਿਸਟ-ਅੰਬੇਡਕਰੀ  
ਲਿਟਰੇਚਰ ਲੈਣ ਲਈ  
ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

**ਨਿਦੀਪ 9914333275, 7740039345**  
ਸੰਘਮਿੱਤਾ ਬੁੱਧ ਵਿਹਾਰ, ਸਤਨਾਮਪੁਰਾ ਫਗਵਾੜਾ।

# ਨਿੱਜ' ਤੋਂ 'ਪਰ' ਦਾ ਸਫ਼ਰ ਤੈਅ ਕਰਦੀ ਸ਼ਾਇਰੀ : 'ਵਾਟ ਹਯਾਤੀ ਦੀ'

ਤ੍ਰਿਲੋਕ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਦਾ ਇੱਕ ਬਹੁ-ਵਿਧਾਈ ਸਾਹਿਤਕਾਰ ਹੈ। ਉਸ ਦੀਆਂ ਮੌਲਿਕ ਪੁਸਤਕਾਂ ਵਿੱਚ 'ਵਤਨ ਦੇ ਗੀਤ' ( ਗੀਤ ਸੰਗ੍ਰਹਿ) 'ਪਤ ਝੜੇ ਪੁਰਾਣੇ' ( ਸੰਪੂਰਨ ਨਾਟਕ), 'ਬਾਰ ਪਰਾਏ ਬੈਸਣਾ' (ਇਕਾਂਗੀ/ਨਾਟਕ), 'ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ' (ਪ੍ਰਸ਼ਨ-ਉੱਤਰ), 'ਸੁਪਨਿਆਂ ਦੇ ਆਰ-ਪਾਰ' (ਗਜ਼ਲਾਂ ਤੇ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਸੰਗ੍ਰਹਿ), 'ਤਰੀ ਵਾਲੇ ਕਰੇਲੇ' (ਹਾਸ-ਵਿਅੰਗ ਸੰਗ੍ਰਹਿ), ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ 'ਸਮੇਂ ਦੇ ਹਾਣੀ' (ਸੰਪਾਦਿਤ ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ), 'ਹਵਨ ਕੁੰਡ' (ਸੰਪਾਦਿਤ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਤੇ ਲਲਿਤ ਨਿਬੰਧ ਸੰਗ੍ਰਹਿ) ਵੀ ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹਨ। ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਅੱਧੀ ਦਰਜਨ ਦੇ ਕਰੀਬ ਸਾਂਝੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਸ ਦੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਹੋਈ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਹਥਲੀ ਪੁਸਤਕ 'ਵਾਟ ਹਯਾਤੀ ਦੀ' ਉਸਦੀਆਂ ਨਿਰੋਲ ਗਜ਼ਲਾਂ ਦਾ ਪਲੇਠਾ ਪੁਸਤਕ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤਰ ਦੇ ਕਰੀਬ ਗਜ਼ਲਾਂ ਸੁਮਿਲਤ ਹਨ। ਤ੍ਰਿਲੋਕ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਇੱਕ ਜ਼ਦੀਦ ਸ਼ਾਇਰ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਅਜੋਕੇ ਸ਼ਾਇਰਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਵੱਖਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਗਜ਼ਲ ਸਿਨਫ਼ ਅਰੁਜ਼ੀ ਬੰਦਿਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਨ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਔਖੀ ਤੇ ਅਨੋਖੀ ਵਿਧਾ ਹੈ ਪਰ ਢਿੱਲੋਂ ਨੂੰ ਇਸ ਸਿਨਫ਼-ਏ-ਸੁਖਨ 'ਤੇ ਡਾਹਵਾ ਆਬੂਰ ਹਾਸਿਲ ਹੈ। ਉਹ ਉੱਘੇ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤਕਾਰ ਤੇ ਅਲੋਚਕ ਪ੍ਰੋ. ਕਿਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਕਸੇਲ ਦਾ ਭਤੀਜਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਪ੍ਰੋ. ਕਸੇਲ ਦੀ ਸਾਹਿਤਕ ਵਿਰਾਸਤ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਤੋਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਹਿਤਕਾਰ ਵੀ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰੋ. ਕਸੇਲ ਨੇ ਆਪਣੀ ਪੁਸਤਕ 'ਮਿੱਤਰ ਅਸਾਡੇ ਸੇਈ' ਵਿੱਚ ਖੁਦ ਲਿਖਿਆ ਹੈ ਕਿ, " ਕਸੇਲ

ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਸਾਹਿਤਕ ਹਰੀ ਵੇਲ, ਮੇਰੇ ਪੁੱਤਰ ਸਮਾਨ ਭਤੀਜੇ ਤ੍ਰਿਲੋਕ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਅਬੋਹਰ ਵੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੁਆਰਾ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਾਹਿਤਕ ਰਚਨਾਵਾਂ ਹੋਂਦ ਵਿੱਚ ਆਈਆਂ।" ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਦਿੰਦਿਆਂ ਤ੍ਰਿਲੋਕ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਨੇ ਹਥਲੀ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਪੰਨਾ ਨੰ: ਉਨੀਂ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਵੱਲੋਂ ਲਿਖੇ 'ਦੋ ਸ਼ਬਦ' ਵਿੱਚ ਅੰਕਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ, " ਚਾਚਾ ਜੀ ( ਪ੍ਰੋ ਕਸੇਲ) ਦੀ ਜਿਹੜੀ ਅੰਤਿਮ ਇੱਛਾ ਸੀ ਕਿ ਕਸੇਲ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਸਾਹਿਤਕ ਹਰੀ ਵੇਲ ਨੂੰ ਮੈਂ (ਢਿੱਲੋਂ) ਸਦਾ ਹਰੀ ਰੱਖਾਂ। ਸੋ, ਉਸ ਵੇਲ ਨੂੰ ਹਰਿਆ-ਭਰਿਆ ਰੱਖਣ ਦੇ ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਯਤਨ ਜਾਰੀ ਹਨ।" ਇਸ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ ਢਿੱਲੋਂ ਨੇ ਕਈ ਸਾਹਿਤਕ ਵਿਧਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਰੁਚੀ ਦਿਖਾਈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਾਟਕ, ਕਹਾਣੀ, ਵਿਅੰਗ, ਗੀਤ, ਗਜ਼ਲ ਆਦਿ। ਤ੍ਰਿਲੋਕ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਦੀ ਗਜ਼ਲ ਸਿਨਫ਼ 'ਤੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਹਿਤ ਸਮਾਜ ਦੀ ਅਜਿਹੀ ਦੇਣ ਹੈ ਜੋ ਸਮਾਜ ਦਾ ਬਿੰਬ ਉਘਾੜਨ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਮਾਜ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਦੀ ਗਹਿਰਾਈ ਨਾਲ ਤਰਮਾਨੀ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸ਼ੋਸ਼ਕ ਦੇ ਬਖੀਏ ਉਧੇੜਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸ਼ੋਸ਼ਤ ਨੂੰ ਅਗਾਊਂ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸੋ ਸਮਾਜ ਤੋਂ ਲਾਂਭੇ ਹੋ ਕੇ ਕੀਤੀ ਸਾਹਿਤਕ ਰਚਨਾ ਚਾਹੇ 'ਗਦ' ਹੈ ਅਤੇ ਚਾਹੇ 'ਪਦ', ਬੇਬੁਨਿਆਦ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਅਗਾਂਹ ਵਧੂ ਸਾਹਿਤ ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰਗਤੀ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਸਿੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸੰਸਾਰਿਕ ਤਾਣ-ਬਾਣਾ ਇੱਕ ਠੋਸ ਯਥਾਰਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਸਾਹਿਤਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਸਿਰਜਿਤ ਸਾਹਿਤ



ਜਗਤ ਇਸਦਾ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਹਿਤ ਆਪਣੇ ਅਸਤਿਤਵ ਲਈ ਸਮਾਜ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਤ੍ਰਿਲੋਕ ਸਿੰਘ ਜਿਹਾ ਜ਼ਦੀਦ ਤੇ ਚੇਤੰਨ ਸ਼ਾਇਰ ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰਾਣੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਕਿਰਤ ਲਈ ਰਚਨਾਤਮਿਕ ਵਸਤੂ ਦਾ ਆਧਾਰ ਨਿੱਜੀ ਵੇਦਨਾ/ਸੰਵੇਦਨਾ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਚੁਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕਲਪਨਾ ਸ਼ਕਤੀ ਨਾਲ ਮੇਲ ਕੇ ਸ਼ਿਲਪ ਵਿਧਾਨ ਦੇ ਨੇਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਸੰਰਚਨਾ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਖ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਤ੍ਰਿਲੋਕ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਦੀ ਹਥਲੀ ਪੁਸਤਕ ਦੀ ਕਾਵਿ ਸਿਰਜਣਾ ਸਮਾਜਿਕ ਸਰੋਕਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਨਿੱਜੀ ਵਲਵਲਿਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਲਬਰੇਜ਼ ਹੈ। ਉਸਨੇ ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਸੰਗਤੀਆਂ- ਵਸੰਗਤੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਨਾਰੀ ਵੇਦਨਾ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੀ ਸ਼ਾਇਰੀ ਦਾ ਆਧਾਰ

ਬਣਾਇਆ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਸਦੀਆਂ ਗਜ਼ਲਾਂ ਦੇ ਰੂਪਕ ਪੱਖ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਅਰੁਜ਼ੀ ਬੰਦਿਸ਼ਾਂ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ ਉਸ ਵੱਲ ਜਰਾ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਪਰੰਤੂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਉਸ ਨੇ ਪੰਨਾ ਨੰ: ਉਨੀਂ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਵੱਲੋਂ ਲਿਖੇ 'ਦੋ ਸ਼ਬਦ' ਵਿੱਚ ਉਸਨੇ ਖੁਦ ਇੱਕਸ਼ਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ, " ਕਾਵਿ ਵਿਧਾ ਗਜ਼ਲ ਦਾ ਮੈਨੂੰ ਕੋਈ ਡੂੰਘਾ ਗਿਆਨ ਜਾਂ ਅਨੁਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਚੁਫੇਰੇ ਸਾਹਿਤ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਫੈਲੇ ਗਜ਼ਲ ਦੇ ਸੰਮੋਹਨ ਤੋਂ ਮੇਰਾ ਅੰਦਰਲਾ ਕਵੀ ਬਚ ਨਹੀਂ ਸਕਿਆ ਅਤੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਇਸ ਵਿਧਾ 'ਤੇ ਵੀ ਕਲਮ ਅਜ਼ਮਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਬਲ ਇੱਛਾ ਉਸਲ-ਵੱਟੇ ਲੈਣ ਲੱਗੀ।" ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਕਈ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਕਲਾ ਪੱਖ ਉੱਭਰ ਕੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ :-- " ਜਦ ਤਾਕਤ ਤੇ ਹਉਮੈ

ਮਿਲਕੇ, ਸਾਜ਼ਿਸ਼ ਰਚਦੇ ਨੇ, ਬੰਦਾ ਫਿਰ ਬੰਦਾ ਨੂੰ ਦਿਸਦਾ, ਜਾਬਰ ਦਿਸਦਾ ਹੈ।" (ਪੰਨਾ - 25)

ਜੇਕਰ ਵਿਸ਼ਾ ਪੱਖ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਤ੍ਰਿਲੋਕ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਨੇ ਮਾਨਵੀ ਸਰੋਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਰਜਣਾ ਵਿੱਚ ਬਾਖ਼ੂਬੀ ਨਿਭਾਇਆ ਹੈ। ਉਸਦੀ ਸ਼ਾਇਰੀ 'ਨਿੱਜ' ਤੋਂ 'ਪਰ' ਦਾ ਸਫ਼ਰ ਤੈਅ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਸਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਮੂਲ ਧੁਰਾ ਮਾਨਵੀ ਸਰੋਕਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਅਧਿਆਤਮਕ, ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ, ਰੁਮਾਂਟਿਕ ਅਤੇ ਆਦਰਸ਼ਿਕ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਸਦੇ ਕੁੱਝ ਸ਼ਿਅਰ ਦੇਖੋ :--

" ਐ ਦਿਲਬਰ ! ਪਿਆਸ ਮਿਟ ਜਾਣੀ ਸੀ ਮੇਰੀ ਸਾਰੀ ਉਮਰਾ ਦੀ ਜੇ ਪਿਆਸਾ ਮਰਨ 'ਤੇ ਮੇਰੇ ਤੂੰ ਦੇ ਅੱਥਰੂ ਵਹਾ ਦਿੰਦਾ " ( ਪੰਨਾ -- 91)

" ਤੁਸੀਂ ਜੇ ਵੰਡਣਾ ਨਾ ਛੱਡਿਆ ਇਸ ਧਰਤ ਮਾਤਾ ਨੂੰ ਵਹੇਗਾ ਨਫ਼ਰਤੀ ਤੇਜ਼ਾਬ ਮਾਂ ਦੀ ਆਂਦਰਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ " ( ਪੰਨਾ -- 74)

" ਚੌਕੀਦਾਰ ਦੇ ਹੋਕੇ ਵਿੱਚੋਂ, ਬੂ ਹੰਕਾਰ ਦੀ ਆਵੇ ਕਿਰਤੀ ਕਾਮੇ ਨੁਕਰੇ ਲਾ 'ਤੇ, ਕਿੱਦਾਂ ਅਲਖ ਜਗਾਈਏ " ( ਪੰਨਾ --79)

" ਅਸੀਂ ਰੁੱਖਾਂ ਦੇ ਕਤਲੇਆਮ ਦਾ ਸਿੱਟਾ ਭੁਗਤਦੇ ਹਾਂ ਹੜ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਾਰ ਹੈ ਕਿਧਰੇ, ਕਿਤੇ ਰੁਸ ਕੇ ਗਈ ਬਾਰਿਸ਼ " ( ਪੰਨਾ --76)

" ਚੈਨ ਦੀ ਨੀਂਦਰ ਤਾਂ ਉਹੀ ਲੋਕ ਸੌਂਦੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਦਿਨ ਦੀਆਂ ਧੁੱਪਾਂ 'ਚ ਢੋਂਦੇ ਨੇ ਜੋ ਸਿਰ 'ਤੇ ਟੋਕਰੀ " ( ਪੰਨਾ

-- 31)

" ਜਦ ਆਪਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਜੋਤ ਇੱਕੋ ਹੈ ਜਗਦੀ ਕਿਉਂ ਹੈ ਚਿੰਤਾ ਫਿਰ ਜਿਸਮਾਂ ਦੀ ਦੂਰੀ ਦੀ ਯਾਰੇ " ( ਪੰਨਾ -- 50)

" ਅੱਧੀ ਰਾਤੀਂ ਤੇਜ਼ ਹਵਾ ਨੇ ਦਸਤਕ ਦਿੱਤੀ, ਬੂਹੇ ਖੜਕੇ ਕੜੀਆਂ ਵਿਚਲੇ ਆਲੁਣਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪਲਦੇ ਬੋਟਾਂ ਦੇ ਦਿਲ ਧੜਕੇ " ( ਪੰਨਾ -- 80)

" ਮੈਂ 'ਢਿੱਲੋਂ' ਵੇਖਦਾ ਜਦ ਆਈਨਾ ਤਾਂ ਸਹਿਮ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ, ਪਰੰਤੂ ਸਮਝਦੇ ਨੇ ਚੁਫੇਰੇ ਮੈਨੂੰ ਬੀਬਾ ਹੀ ਅਜੇ ਇਨਸਾਨ , ਕੁੱਝ ਤਾਂ " ( ਪੰਨਾ -- 78)

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਸ ਹਥਲੀ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਹੋਰ ਵੀ ਸ਼ਿਅਰ ਕੱਢ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅੰਤ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਕਲਮ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਦਿੰਦਾ ਹੋਇਆ ਤ੍ਰਿਲੋਕ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਨੂੰ ਹਥਲੀ ਪੁਸਤਕ 'ਵਾਟ ਹਯਾਤੀ ਦੀ' ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਹੋ ਕੇ ਪਾਠਕਾਂ ਦੇ ਸਨਮੁਖ ਹੋਣ 'ਤੇ ਉਸਨੂੰ ਵਧਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ। ਆਸ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਸੁਹਿਰਦ ਪਾਠਕਾਂ ਦੇ ਜ਼ਰੂਰ ਪਸੰਦ ਆਵੇਗੀ। ਆਮੀਨ...



**ਮਾਲਵਿੰਦਰ ਸ਼ਾਇਰ**  
ਸੰਪਰਕ 947-818-5742

## ਚਮੜੀ ਅੰਦਰਲੀਆਂ ਗੰਢਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ

### ਡਾਕਟਰ ਇੰਦਰਜੀਤ ਕਮਲ

ਅੱਜਕੱਲ੍ਹ ਗਲਤ ਖਾਣਪੀਣ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਲਿਵਰ ਕਾਰਣ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਉੱਤੇ ਚਮੜੀ ਹੇਠ ਕਈ ਕਈ ਗੰਢਾਂ ਬਣ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ , ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਲਿਪੋਮੋਸਿਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਕਈਆਂ ਦੀਆਂ ਇਹ ਗੰਢਾਂ ਦਰਦਨਾਕ ਵੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ । ਐਲੋਪੈਥੀ ਵਾਲੇ ਇਹਦੇ ਵਾਸਤੇ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ , ਪਰ ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ ਅਤੇ ਆਯੁਰਵੈਦ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਦਵਾਈ ਖਾਣ ਨਾਲ ਹੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ ਵਿੱਚ ਮਰੀਜ਼ ਦੀਆਂ ਅਨੇਕਾਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਇੱਕਠੀਆਂ ਕਰ ਕੇ ਬਹੁਤ

ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਚੁਣ ਕੇ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ , ਜੋ ਹਰ ਇੱਕ ਦੇ ਵੱਸ ਦੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਹੈ ; ਇਸ ਕਰਕੇ ਇਹਨਾਂ ਗੰਢਾਂ ਦਾ ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦਾ ਨੁਸਖਾ ਸਾਂਝਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਗੰਢਾਂ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਮਰੀਜ਼ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਥੋੜੀ ਜਿਹੀ ਰਕਮ ਨਾਲ ਕਰ ਲੈਣ ।

- ਸਮੱਗਰੀ:**  
 \*ਜੈਤੂਨ ਦਾ ਸੱਕ 50 ਗ੍ਰਾਮ  
 \*ਮਾਜੂ ਫਲ 50 ਗ੍ਰਾਮ  
 \*ਫਟਕੜੀ 20 ਗ੍ਰਾਮ



ਤਰੀਕਾ : ਤਿੰਨਾਂ ਨੂੰ ਅਲੱਗ ਅਲੱਗ ਪੀਸ ਕੇ ਚੂਰਨ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਵਜ਼ਨ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਰਲਾ ਕੇ ਕੱਚ ਦੇ ਹਵਾ ਬੰਦ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਭਰ ਕੇ ਰੱਖ ਲਓ । ਅੱਧਾ ਚਮਚ ਸਵੇਰੇ ਅਤੇ ਅੱਧਾ ਚਮਚ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਸਾਢੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਲਓ । ਲਗਾਤਾਰ ਇੰਝ ਕਰਨ ਨਾਲ ਇਹ ਗੰਢਾਂ ਘੁਲ ਕੇ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਣਗੀਆਂ । ਨੋਟ : ਦਵਾਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਆਪੋ ਆਪਣੀ ਬਿਮਾਰੀ ਮੁਤਾਬਕ ਲੱਗੇਗਾ । ਕੋਈ ਇੱਕ ਦੋ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਹੀ ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾ ਜਾਏਗਾ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕੁਝ ਮਹੀਨੇ ਵੀ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ । ਨਾਲ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਲਿਵਰ ਨੂੰ ਵੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰੱਖਿਓ ਤਾਂ ਕਿ ਨੁਸਖਾ ਜਲਦੀ ਕੰਮ ਕਰੇ ।

# ਬਾਬਾ ਬਚਨ ਸਿਉਂ ਤਾਂਗੇ ਵਾਲਾ

ਨਾਂ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਬਚਨ ਸਿਉਂ ਸੀ ਪਰ ਪਿੰਡ ਦੇ ਨਿਆਣਿਆਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਸਿਆਣਿਆਂ ਤੱਕ ਸਾਰੇ ਉਸ ਨੂੰ ਬਾਬਾ ਤਾਂਗੇ ਵਾਲਾ ਹੀ ਕਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਪਿੰਡ ਨੂੰ ਪੱਕੀ ਸੜਕ ਤਾਂ ਬਣ ਗਈ ਸੀ ਪਰ ਕੋਈ ਬੱਸ ਨਹੀਂ ਸੀ ਜਾਂਦੀ। ਪਿੰਡ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਲਈ ਬਚਨ ਸਿਉਂ ਨੇ ਤਾਂਗਾ ਪਾ ਲਿਆ। ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਦੀ ਦੇਖ-ਦੇਖੀ ਦੋ ਤਾਂਗੇ ਹੋਰ ਪੈ ਗਏ। ਪਰ ਲੰਮੀ ਦੌੜ ਦੇ ਘੋੜੇ ਵਾਂਗ ਸਫਲ ਬਾਬਾ ਬਚਨਾ ਹੀ ਹੋਇਆ। ਸਤਨਾਮ ਨੇ ਘੜਕਾ ਵੇਚ ਕੇ ਤਾਂਗਾ ਪਾ ਲਿਆ। ਉਸ ਦੀ ਘੋੜੀ ਬੜੀ ਤੇਜ਼ ਦੌੜਦੀ ਸੀ। ਸੱਥ ਚ ਗੱਲਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਲੋਕ ਕਈ ਵਾਰ ਬਚਨ ਸਿਉਂ ਦੇ ਤਾਂਗੇ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਸਤਨਾਮ ਦੇ ਤਾਂਗੇ ਦੀ ਸਵਾਰੀ ਕਰਨ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦਿੰਦੇ। ਮਨੁੱਖ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀ ਤੇਜ਼ ਗਤੀ ਦਾ ਸੌਕੀਨ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪਿੰਡ ਦੇ ਨਾਲ ਦੀ ਖਹਿ ਕੇ ਲੰਘਦੇ ਸੁਏ ਦਾ ਪੁਲ ਕਾਫੀ ਉੱਚਾ ਸੀ। ਪਿੰਡ ਵੱਲ ਤਿੱਖੀ ਢਲਾਨ ਤੇ

ਪੁਲ ਦੇ ਐਨ ਸਾਹਮਣੇ ਵੱਡਾ ਤੇ ਡੂੰਘਾ ਛੱਪੜ। ਇੱਕ ਦਿਨ ਸਤਨਾਮ ਦਾ ਤਾਂਗਾ ਤਲਵੰਡੀ ਤੋਂ ਸਵਾਰੀਆਂ ਲੈ ਕੇ ਆ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਤਾਂਘੇ ਦੀ ਸਪੀਡ ਕਾਫੀ ਸੀ। ਪੁਲ ਦੀ ਢਲਾਨ ਚ ਤਾਂਗੇ ਦੇ ਬਰੇਕ ਹੀ ਨਾ ਲੱਗੇ। ਸਵਾਰੀਆਂ ਛੱਪੜ ਚ ਤਰਦੀਆਂ ਫਿਰਨ। ਫੇਰ ਰੀਸੇ -ਰੀਸੇ ਚਾਨਣ ਨੇ ਵੀ ਤਾਂਗਾ ਪਾ ਲਿਆ। ਪਰ ਉਹਦੀ ਘੋੜੀ ਰੁੱਸੀ ਜਨਾਨੀ ਵਾਂਗ ਜਦੋਂ ਜੀਅ ਕਰੇ, ਜਿੱਥੇ ਜੀਅ ਕਰੇ ਪੈਰ ਗੱਡ ਕੇ ਖੜ੍ਹ ਜਾਇਆ ਕਰੇ। ਪਿੰਡਾਂ ਦੇ ਲੋਕ ਗੱਲਾਂ ਬਣਾਉਣ ਲੱਗੇ ਕਿਹੜਾ ਵਕਤ ਲਾਉਂਦੇਆ ?? ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਕਹਿਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਵੀ ਚਾਨਣ ਦੀ ਘੋੜੀ ਤਾਂ ਦਿਗਾੜੇ ਆਲੀ ਆ। ਇੱਕ ਰਾਤ ਚਾਨਣ ਦੀ ਘੋੜੀ ਅਚਾਨਕ ਖੁੱਲ ਗਈ। ਗਲੀ 'ਚ ਮੰਜੀ ਡਾਹੀ ਪਏ ਗੁਰਦਿਆਲ ਸਿਉਂ ਦੀ ਮੰਜੀ ਉੱਤੋਂ ਦੀ ਛਾਲ ਮਾਰ ਕੇ ਅਜਿਹੀ ਦੌੜ ਲਗਾਈ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਸਾਰੇ ਪਿੰਡ ਦੀ

ਭੰਮੀਰੀ ਬਣਾਤੀ। ਘੋੜੀ ਰਾਤ ਨੂੰ ਗਲੀਆਂ 'ਚ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਦੌੜੀ ਸ਼ਾਇਦ ਉਹ ਆਪਣੇ ਮੱਥੇ ਲੱਗਿਆ ਕਲੰਕ ਪੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਸਾਰੇ ਪਿੰਡ ਚ ਲਾ-ਲਾ ਹੋਗੀ। ਭੱਜ ਲਓ ਓ ਚਾਨਣ ਦੀ ਘੋੜੀ ਆ ਗਈ। ਪਰ ਗੁਰਦਿਆਲ ਸਿਉਂ ਦਾ ਮੰਜੀ ਕਿਸੇ ਨੇ ਨਹੀਂ ਚੁੱਕੀ। ਜਦੋਂ ਘੋੜੀ ਹੰਝ-ਹਾਰ ਕੇ ਦੁਬ-ਦੁਬ ਘਰ ਨੂੰ ਆਈ ਤਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਉੱਚੀ-ਉੱਚੀ ਰੌਲਾ ਪਾਇਆ, "ਉਏ ਗੁਰਦਿਆਲ ਸਿਉਂ ਦੀ ਮੰਜੀ ਪਾਸੇ ਕਰੋ, ਘੋੜੀ ਫੇਰ ਆ ਗਈ। ਉਸ ਰਾਤ ਨੂੰ ਗੁਰਦਿਆਲ ਸਿਉਂ ਘੋੜੀ ਤੋਂ ਰੱਬ-ਸਬੱਬੀ ਹੀ ਬਚਿਆ। ਖੈਰ ਆਪਾਂ ਗੱਲ ਬਾਬੇ ਬਚਨ ਸਿਉਂ ਦੀ ਕਰ ਰਹੇ ਸੀ। ਤਾਂਗਾ ਵਾਉਂਦੇ-ਵਾਉਂਦੇ ਇੱਕ ਗੱਲ ਉਸ ਲਈ ਪਿੰਡ 'ਚ ਬਹੁਤ ਮਸ਼ਹੂਰ ਹੋ ਗਈ। ਜਦੋਂ ਬਾਬੇ ਨੇ ਤਾਂਗਾ ਭਰ ਕੇ ਚੱਲਣਾ ਤਾਂ ਰਸਤੇ ਚ ਉਸ ਕਹਿਣਾ, "ਭਾਈ ਸਾਬ! ਥੋੜਾ

ਜਿਹਾ ਪਿੰਡੇ ਨੂੰ ਭਾਰ ਦਿਉ ਤਾਂਗਾ ਦਾਬੂ ਐ।" ਸਵਾਰੀਆਂ ਨੇ ਹਿਲ-ਜੁਲ ਜਿਹੀ ਕਰਨੀ। ਬਾਬੇ ਨੇ ਫੇਰ ਝੱਟ ਕਹਿਣਾ, "ਦੁਰ ਫਿਟੇ ਮੂੰਹ, ਸਾਰਾ ਹੀ ਭਾਰ ਪਿੰਡੇ ਨੂੰ ਕਰਤਾ ਹੁਣ ਤਾਂਗਾ ਉਲਾਰ ਹੋ ਗਿਆਫ਼।" ਇਸ ਤਰਾਂ ਸਾਰੇ ਰਸਤੇ ਉਸ ਦਾ ਤਾਂਗਾ ਕਦੇ ਦਾਬੂ ਤੇ ਕਦੇ ਉਲਾਰ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾਫ਼ ਬਾਬੇ ਦੇ ਮੂੰਹੋਂ ਨਿਕਲੀ ਗੱਲ ਪਿੰਡ ਚ ਮੁਹਾਵਰਾ ਬਣ ਗਈਫ਼ਜਦੋਂ ਪਿੰਡ ਚ ਕਿਸੇ ਘਰ ਦੀ ਕਬੀਲਦਾਰੀ ਦਾ ਕੋਈ ਮੂੰਹ ਸਿਰ ਜਿਹਾ ਨਾ ਹੋਣਾ ਤਾਂ ਪਿੰਡ ਵਾਲਿਆਂ ਕਹਿਣਾ, ਲਓ ਵੀ ਫਲਾਣਿਆਂ ਦਾ ਹਾਲ ਤਾਂ ਬਚਨੇ ਦੇ ਤਾਂਗੇ ਵਾਲਾ ਹੋ ਗਿਆ। ਬਚਨ ਸਿਉਂ ਨੇ ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਪਿੰਡ ਨੂੰ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਈ। ਫੇਰ ਸਰਕਾਰੀ, ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਬੱਸਾਂ ਪਿੰਡ ਨੂੰ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਲੱਗੀਆਂ। ਬਚਨ ਸਿਉਂ ਦਾ ਕੰਮ ਘੱਟਦਾ-ਘੱਟਦਾ, ਇੱਕ ਦਿਨ ਪੂਰਨ ਤੌਰ ਤੇ ਬੰਦ ਹੋ ਗਿਆ।

ਪਰ ਬਚਨ ਸਿਉਂ ਨੇ ਹਾਰ ਨਹੀਂ ਮੰਨੀ। ਕਿਰਤੀ ਬੰਦਾ ਸੀ। ਹੱਥੀਂ ਕਮਾ ਕੇ ਖਾਣ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਬਚਨ ਸਿਉਂ ਨੇ ਤਾਂਗਾ-ਘੋੜੀ ਵੇਚੇ ਤੇ ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਤੇਲ ਵਾਲਾ ਸਟੋਵ ਤੇ ਕੁੱਝ ਭਾਂਡੇ-ਟੀਡੇ ਖਰੀਦੇ ਤੇ ਸ਼ਹਿਰ ਦੀ ਟਰੈਕਟਰ ਮੰਡੀ 'ਚ ਚਾਹ ਦਾ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਲਿਆ।



ਫਲੇਲ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ



## ਕਹਾਣੀ: "ਚੁੱਪ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਆਵਾਜ਼"

ਇਹ ਕਹਾਣੀ ਹੈ ਪੰਜਵੀਂ ਕਲਾਸ ਦੀ ਵਿਦਿਆਰਥਣ ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਦੀ, ਜੋ ਕਲਾਸ ਦੇ ਕੋਨੇ ਵਾਲੀ ਬੈਂਚ ਉੱਪਰ ਅਕਸਰ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਵਿੱਚ ਗੁੰਮ ਰਹਿੰਦੀ। ਉਹ ਨਾ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੀ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਖੇਡਦੀ। ਉਹ ਖੇਡਦੀ ਸੀ ਸਿਰਫ਼ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੇ ਪੰਨਿਆਂ ਨਾਲ। ਹਮੇਸ਼ਾ ਉਹਨਾਂ ਪੰਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਖੁੱਭੀ ਰਹਿੰਦੀ। ਚੁੱਪਚਾਪ ਬੈਠੀ ਰਹਿੰਦੀ- ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਸੀ, ਪਰ ਕਦੇ ਕੁੱਝ ਨਾ ਕਹਿ ਸਕੀ। ਨਾ ਕਿਸੇ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਨੇ ਸਮਝਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ। ਉਹ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਆਪਣੇ ਹੌਸਲੇ ਨੂੰ ਚੁੱਪੀ ਦੀ ਚਾਦਰ ਵਿੱਚ ਲਪੇਟ ਲਿਆਉਂਦੀ। ਉਸ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਕਿਸੇ ਅਣਕਹੀ ਕਹਾਣੀ ਦਾ ਦਰਪਣ ਸੀ, ਪਰ ਹਰ ਕੋਈ ਉਸ ਦੀ ਚੁੱਪੀ ਨੂੰ "ਸਾਦਾ ਸੁਭਾਅ" ਸਮਝ ਕੇ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕਰ ਜਾਂਦਾ। ਇੱਕ ਦਿਨ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਨਵੀਂ ਅਧਿਆਪਿਕਾ ਆਈ - ਮਿਸ. ਨਿਹਾਰਿਕਾ। ਨਰਮ ਲਹਜ਼ੇ ਵਾਲੀ, ਹਮੇਸ਼ਾ ਮੁਸਕਰਾਉਣ ਵਾਲੀ ਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ ਦਿਲੋਂ ਜੁੜਨ ਵਾਲੀ। ਪਹਿਲੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਮਿਸ. ਨਿਹਾਰਿਕਾ ਨੇ ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਛੁਪਿਆ ਦਰਦ ਵੇਖਿਆ। ਮਿਸ. ਨਿਹਾਰਿਕਾ ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਕੋਲ ਗਈ ਤੇ ਕਿਹਾ "ਚੁੱਪ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕੋਲ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਕ ਕਹਾਣੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਨੇ। ਕੀ ਤੂੰ ਆਪਣੀ ਕਹਾਣੀ ਕਦੇ ਸੁਣਾਈ?" ਇਸ ਇੱਕ ਸਵਾਲ ਨੇ ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਦੇ ਦਿਲ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਖੋਲ੍ਹ ਦਿੱਤੇ। ਉਸਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਦਾ ਰੂਪ ਦਿੱਤਾ। ਉਹ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਕਵਿਤਾ ਲਿਖਣ ਲੱਗੀ। ਮਿਸ. ਨਿਹਾਰਿਕਾ ਨੇ ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਨੂੰ ਕਈ ਦਿਨ ਤੱਕ ਦੇਖਿਆ। ਉਸ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ

ਬਦਲਾਵ ਹੋ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਪਰ ਮਿਸ. ਨਿਹਾਰਿਕਾ ਜਾਣਦੀ ਸੀ ਕਿ ਜੇਕਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕੁੱਝ ਸੁਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ ਤਾਂ ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਕਦੇ ਵੀ ਅੱਗੇ ਨਹੀਂ ਆਏਗੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਕਦੇ ਵੀ ਕਿਸੇ ਅੱਖ ਨਾਲ ਅੱਖ ਨਹੀਂ ਮਿਲਾਉਂਦੀ ਸੀ। ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਮਿਸ. ਨਿਹਾਰਿਕਾ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਘਰ ਦੇ ਕੰਮ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ "ਮੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਖਾਸ ਯਾਦ" ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਅੱਗਲੇ ਦਿਨ ਮਿਸ. ਨਿਹਾਰਿਕਾ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਚੈੱਕ ਕੀਤੀਆਂ, ਜਿਸ ਉੱਪਰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਲਿਖਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ ਪਰ ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਦੀ ਕਾਪੀ ਦੇ ਪੰਨੇ ਲੰਮੇ ਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਨ। ਉਸਨੇ ਕਵਿਤਾ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲਿਖਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਕੁੱਝ ਸਤਰਾਂ - "ਮੈਂ ਮਾਂ ਦਾ ਹੱਥ ਫੜ੍ਹ ਕੇ ਸਕੂਲ ਆਈ ਸੀ, ਉਮੀਦਾਂ ਦੀ ਕਾਪੀ 'ਚ ਚੁੱਪੀ ਦੀ ਪੈਨਸਿਲ ਨਾਲ। ਮਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ- ਬੋਲਣਾ ਸਿੱਖੀ, ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ ਸਿੱਖੀ, ਪਰ ਮੈਂ ਅਜੇ ਤਕ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਵੀ ਨਾ ਬੋਲ ਸਕੀ।" ਮਿਸ. ਨਿਹਾਰਿਕਾ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਭਿੱਜ ਗਈਆਂ। ਉਹ ਸਮਝ ਗਈ ਕਿ ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਚੁੱਪ ਨਹੀਂ, ਬੋਲਦੀ ਹੈ - ਲਿਖਤ ਰਾਹੀਂ, ਅਹਿਸਾਸ ਰਾਹੀਂ। ਮਿਸ. ਨਿਹਾਰਿਕਾ ਨੇ ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਦੀ ਕਵਿਤਾ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣਾਈ। ਸਾਰੀ ਕਲਾਸ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਚੌਂਕ ਗਏ। ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਜੋ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕੋਲ ਹੁੰਦੀ ਸੀ, ਅੱਜ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਆ ਵਸੀ। ਮਿਸ. ਨਿਹਾਰਿਕਾ ਨੇ ਉਸਨੂੰ ਹੌਸਲਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਕਿਹਾ, "ਤੂੰ ਚੁੱਪ ਸੀ, ਪਰ ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵੱਸਦੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਸਮਾਂ ਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਤੂੰ ਇਸ ਦੁਨੀਆ ਨੂੰ

ਦਿਖਾਵੇ।" ਮਿਸ. ਨਿਹਾਰਿਕਾ ਨੇ ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਰਚਨਾਤਮਕ ਲੇਖਨ ਮੁਕਾਬਲੇ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ। ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਡਰੀ ਹੋਈ ਸੀ, ਪਰ ਮਿਸ. ਨਿਹਾਰਿਕਾ ਦੀ ਹੌਸਲਾਅਫਜ਼ਾਈ ਨੇ ਉਹ ਡਰ ਹੌਸਲੇ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ। ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਾਲੇ ਦਿਨ, ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਨੇ ਆਪਣੀ ਕਵਿਤਾ "ਚੁੱਪ ਦੀ ਰਾਣੀ" ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਸਨੇ ਆਪਣੇ ਤਜਰਬੇ, ਡਰ ਅਤੇ ਹੌਸਲੇ ਨੂੰ ਕਲਮ ਰਾਹੀਂ ਬਿਆਨ ਕੀਤਾ। ਕਵਿਤਾ ਦੀਆਂ ਕੁੱਝ ਸਤਰਾਂ- "ਅੱਖਾਂ ਨੇ ਕਹਾਣੀ ਲਿਖੀ, ਲਫਜ਼ਾਂ ਦੀ ਪਿਆਸੀ ਨਦੀ ਵਹੀ। ਜਿਸਨੂੰ ਕੋਈ ਨਾ ਸਮਝ ਸਕਿਆ, ਉਸਨੂੰ ਇੱਕ ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਸਮਝ ਲਿਆ।" ਜਦੋਂ ਕਵਿਤਾ ਮੁਕੰਮਲ ਹੋਈ, ਹਾਲ ਵਿੱਚ ਤਾਲੀਆਂ ਗੂੰਜਣ ਲੱਗੀਆਂ। ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਨਹੀਂ ਚਮਕ ਸੀ। ਮਿਸ. ਨਿਹਾਰਿਕਾ ਨੇ ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਤੋਂ ਮਾਈਕ ਫੜ੍ਹਦਿਆਂ ਕਿਹਾ, "ਅਸੀਂ ਅਕਸਰ ਚੁੱਪ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਚਿਹਰਿਆਂ ਪਿੱਛੇ ਛੁਪੇ ਅਸਲ ਹੀਰੋ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਵੇਖਦੇ। ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਸਾਡੀ ਕਲਾਸ ਤੇ ਸਕੂਲ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਹੈ। ਜਿਸਨੇ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅਸਲ ਤਾਕਤ ਅੰਦਰੋਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।" ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਹੁਣ ਚੁੱਪ ਨਹੀਂ ਰਹੀ, ਲਿਖਣ ਲੱਗੀ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਬਣੀ।

Author: Mahek jot  
Course: B.A.B.ED  
(Initgrated Course)

## ਮੌਤ ਚੰਗੀ ਆ/ ਮਿੰਨੀ ਕਹਾਣੀ

ਪਿਛਲੇ ਇੱਕ ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਮੈਂ ਮਲੇਰੀਆ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਸਾਂ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਮੇਰੀ ਭੂਆ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟੇ ਲੜਕੇ ਜਸਵੀਰ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਸੀ। ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਮੈਂ ਨਾ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਸਸਕਾਰ ਤੇ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਅੰਤਮ ਅਰਦਾਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਿਆ ਸਾਂ। ਅੱਜ ਕੁਝ ਚੰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸਾਂ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਮੈਂ ਜਸਵੀਰ ਦੀ ਮੌਤ ਦਾ ਅਫਸੋਸ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸ ਦੇ ਘਰ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਸਾਂ। ਮੈਨੂੰ ਆਇਆ ਦੇਖ ਕੇ ਜਸਵੀਰ ਦਾ ਮੁੰਡਾ ਮੇਰੀ ਭੂਆ ਦੇ ਵੱਡੇ ਲੜਕੇ ਨੂੰ ਵੀ ਸੱਦ ਲਿਆਇਆ। ਉਸ ਨੇ ਅਫਸੋਸ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦਿਆਂ ਆਖਿਆ, "ਮਾਸਟਰ ਜੀ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੀ ਆ, ਮੇਰਾ ਛੋਟਾ ਭਰਾ ਪਿਛਲੇ ਚਾਰ ਸਾਲ ਤੋਂ ਚੂਲਾ ਟੁੱਟਣ ਕਰਕੇ ਮੰਜੇ ਤੇ ਪਿਆ ਸੀ। ਉਹ ਨਾ ਤਾਂ ਤੁਰ ਸਕਦਾ ਸੀ, ਨਾ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੈਠ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਉਹ ਟੱਟੀ, ਪੇਸ਼ਾਬ ਮੰਜੇ ਤੇ ਹੀ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਉਸ ਦੀ ਪਤਨੀ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹੀ ਪਤਾ ਆ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਚਾਰ ਸਾਲ ਕਿਵੇਂ ਗੁਜ਼ਾਰੇ ਆ। ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਦਿਨ ਨੂੰ ਵੀ ਸੰਭਾਲਦੇ ਸਨ ਤੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਵੀ। ਫੇਰ ਘਰ ਦਾ ਸਾਰਾ ਕੰਮ

ਵੀ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਹੁਣ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਸਰੀਰ ਤੇ ਟਾਕੀਆਂ ਵੀ ਪੈ ਗਈਆਂ ਸਨ। ਲੋਕ ਕਹਿੰਦੇ ਆ, ਮੌਤ ਮਾੜੀ ਆ ਪਰ ਮੈਂ ਕਹਿੰਨਾਂ, ਮੌਤ ਚੰਗੀ ਆ ਜਿਸ ਨੇ ਮੇਰੇ ਛੋਟੇ ਭਰਾ ਨੂੰ ਇਸ ਨਰਕ ਭਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਚੋਂ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ ਆ।" ਜਸਵੀਰ ਦੇ ਸਸਕਾਰ ਤੇ ਅਤੇ ਅੰਤਮ ਅਰਦਾਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਾ ਹੋਣ ਦਾ ਜਿਹੜਾ ਬੋਝ ਮੇਰੇ ਮਨ ਤੇ ਸੀ, ਉਹ ਆਪਣੀ ਭੂਆ ਦੇ ਵੱਡੇ ਲੜਕੇ ਦੀਆਂ ਭਾਵਪੂਰਤ ਗੱਲਾਂ ਸੁਣ ਕੇ ਲਹਿ ਗਿਆ ਸੀ।



ਮਹਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਮਾਨ  
ਸਾਮੁਣੇ ਅੰਗਦ ਸਿੰਘ ਐੱਮ  
ਐੱਲ ਏ ਹਾਊਸ  
ਕੈਨਾਲ ਰੋਡ  
ਨਵਾਂ ਸ਼ਹਿਰ-144514  
ਫੋਨ -9915803554

# ਹੋਮੀਓਪੈਥਿਕ ਹੈਲਥ ਕਲੀਨਿਕ (ਡਰਬੀ) ਰਜਿ: HOMOEOPATHIC HEALTH CLINIC (DERBY) REGD.



MANJEET SINGH KHANBA  
Award Winner 1998, 2001 & 2005  
(2 Awards) BSYA

ਰੋਗ ਇਕੱਠੀ ਕੀ ਝਰੂਾਂ ਦਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਹੋਵੇ ਝੋੜ ਦੀ ਸੁਰਖਾਅਤ, ਸਹੀ ਚਵਾਈ ਅਤੇ ਸਹੀ ਇਲਾਜ ਨਾ ਮਿਲਣ ਤੇ ਹੀਮਾਰੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇੰਨ ਨਾ ਕਰੇ ਆਪਣੀ ਮਾਨਸਿਕ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਪ੍ਰੋਬਲਮੀ ਕਾਰਨ ਸਾਰੂੰ ਫੋਨ ਕਰੇ, ਅਸੀਂ ਮੁਫਤ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ (FREE CONSULTATION) ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ :

**GENERAL DISEASES:** ਸ਼ੱਕਰ ਰੋਗ (Diabetes), ਏਮੇ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ (Asthma), ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਸੋਜ (Arthritis), ਵਾਤ ਰੋਗ (Rheumatism), ਜੋੜਾਂ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ, ਗੋਡੀਆਂ-ਮੋਢਿਆਂ, ਪਿੱਠ ਅਤੇ ਗੀਹ ਦੇ ਦਰਦ (Sciatica), ਭਰਹੱਚੀ (Indigestion), ਮੋਹੜਾ ਨਾ-ਕੱਚ, ਖੰਟੇ ਡਰਾਰ, ਦਿੱਡ ਵਿੱਚ ਜਲਨ (Heart Burning) ਅਤੇ ਦਰਦ, ਕਸਬੀ (Constipation), ਸ਼ਰਾਸੀਰ (Piles) ਖੂਨੀ ਜਾਂ ਝਾੜੀ, ਮੁਹੜੇ (Haemorrhoids), ਅਫਾੜਾ (Flatulence), ਪਾਲੀਆ ਰੋਗ (Jaundice), ਜਿਫ਼ਰ ਦਾ ਸੁੱਜ ਜਾਣਾ (Hepatitis), ਹੜਨੀਆਂ (Hernia), ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ (Blood Pressure High or Low), ਜਲਸੇਕ, ਅੱਡਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾੜੀ (Uterine Infection), ਚੁੱਕ ਪੈਣੀ, ਮੁਟਾਪਾ (Obesity), ਅੱਧੇ ਜਾਂ ਪੂਰੇ ਸਿਰ ਦਾ ਦਰਦ (Migraine), ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਟੁੱਟਣਾ (Hair Falling) ਜਾਂ ਸਮੇਂ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਸਰੋਹ ਹੋ ਜਾਣਾ, ਕੜ, ਚਿਕਾੜੀ ਜਾਂ ਗੋੜਾਪਣ (Alopecia), ਕੋਹੜੇ ਜੇ ਕਿੱਲ (Acne), ਬਿਨਸੀ, ਬਿਨਸੀ (Pigmentation), ਵੁਡਰੀਆਂ ਅਤੇ ਝਾੜੀਆਂ, ਚੰਦਾਂ ਦਾ ਦਰਦ, ਮਸੂਰਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਖੂਨ ਅਤੇ ਪੀਸ ਨਿਕਲੇ (Bleeding Gums & Pyorrhoea), ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪੀਪ ਦਾ ਆਉਣਾ ਜਾਂ ਪਰਥੇ ਵਿੱਚ ਮੋਰੀ, ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਸੁਣਨੀਆਂ (Tinnitus) ਜਾਂ ਸ਼ੋਲਾਪਣ, ਮੁਹੜਾ ਬੀਮਾਰੀਆਂ, ਮੁਹੜੇ ਦੀ ਸੋਝ, ਸਿਰਾਬ ਦੀ ਸੁਰਖਾਅਤ ਅਤੇ ਸਠਣ, ਸਿਰਾਬ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਆਉਣਾ, ਸੁਰਥੇ ਵਿੱਚ ਪੌੜੀ, ਚੱਕਰ (Vertigo), ਪਰਾਬ-ਨੀਂਹ, ਫਕਤਹੀਟਾ (Anaemia), ਝਾੜ ਖੰਟਣਾ, ਨਾੜਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ (Neuralgia), ਮਾਨਸਿਕ ਨਿਖਾੜਾ ਅਤੇ ਬਚਿਕੀ (Depression).

(ਖੁਜਲੀ Eczema ਜਾਂ ਸੋਰਾਟੀਸਿਸ Psoriasis, ਮਿਰਗੀ ਦੇ ਵੇਰੇ Epileptic Fits, ਨਿਰਉਤਸ਼ਾਹ, Depression, ਵਰਗੀਆਂ ਦੁੱਖਦਾਈ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਜਰੂਰ ਖਤਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ )  
**EYE DROPS:** ਅੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਸਤ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਿਚ ਹਰ ਕਿਸੇ ਲਈ ਮਦਦਗਾਰ (ਟਿਕ ਅਜੁਬਾ) £13  
**TONICS** - 1) ਸਰੀਰਕ ਸ਼ਕਤੀ: ANAEMIA, ਕੁੱਖ ਦੇ ਘੱਟ ਲੱਗਣ, ਸਰਜੀਕਲ ਅਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਈ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਟਿਕ ਨੀਟਰ ਕਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਲਈ) ਕੀਮਤ £120  
2) ਮਾਨਸਿਕ ਸ਼ਕਤੀ ਲਈ: (NERVE TONIC)- ਮਾਨਸਿਕ ਡਨਾਕ, ਝਕਾਟ, ਉੱਟੀਦਾ, ਪ੍ਰੋਬਲਮੀ, ਬਿਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੇ ਹਰ ਬਿਮਾਰੀ ਵਿਚ ਮਦਦ, ਹਰ ਕਿਸੇ ਲਈ (ਟਿਕ ਨੀਟਰ ਕਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਲਈ) ਕੀਮਤ £120

### ਮਰਦਾਨਾ ਬੀਮਾਰੀਆਂ-ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਅਤੇ ਤਾਕਤ ਲਈ ਨੁਸਖੇ:

- 1) ਮਰਦਾਨਾ ਤਾਕਤ ਦਾ ਫੋਲੀਓ ਨੁਸਖਾ- ----- | ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਕੀਮਤ £35
- 2) ਸੁਰਖਾਅਤ ਦਾ ਸੁਨਿਹਰੀ ਨੁਸਖਾ- ----- | ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਕੀਮਤ £35
- 3) ਚਾਂਡ ਲਈ (ਚੀੜਸ ਨੂੰ ਭਾਰਾ ਕਰਕੇ Healthy Sperm) ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ- | ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਕੀਮਤ £40
- 4) ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਰੋਹ ਰਾਜੀ ਕਾਰਨ ਪੈਦ ਹੋਈ ਨਾਮਰਦੀ- ----- | ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਕੀਮਤ £35
- 5) ਭਲਾਭਾਈਆਂ ਕਾਰਨ ਕਿੰਨ ਡਮਰੋੜ, ਨੱਚਾ, ਟੋੜਾ ਅਤੇ ਛੋਟਾ- ----- | ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਕੀਮਤ £35
- 6) ਨਸ਼ਿਆਂ ਕਾਰਨ ਸਰੀਰਕ ਡੰਡਰੋੜ ਦੀ ਡਮਰੋੜੀ ਅਤੇ ਨਾਮਰਦੀ ----- | ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਕੀਮਤ £30
- 7) ਸੁਪਨਦੋਸ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਨੁਸਖਾ- ----- | ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਕੀਮਤ £25
- 8) ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਕਿੰਨ ਦੀਆਂ ਨਾੜਾਂ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਲਈ ਰੋਗ- ----- | ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਕੀਮਤ £25

**ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਗੁਪਤ ਰੋਗ ਜਿਵੇਂ :**  
ਐਜੋਸਪਰਮੀਆ (AZOOSPERMIA), ਜਦੋਂ ਵੀਰਕ ਵਿਚਲੇ ਸਪਰਮ ਕਮਜ਼ੋਰ, ਡਕਤੀਰੀਨ ਹੋਣ ਜਾਂ ਸਪਰਮ ਬਿਨਸੁਲ ਕੀ ਨਾ ਹੋਣ, ਅੰਡਰੋਸ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਭਰਾਣਾ (HYDROCELE), ਸੁਜਾਬ (GONORRHOEA), ਸੁਪਾਣੀ ਦੀ ਸੋਜ, ਝਾਰ-ਝਾਰ ਪਿਛਾਭ ਆਉਣ ਅਤੇ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਜਲਣ, ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ ਗੁੰਬੀ (PROSTATE GLAND) ਦੀ ਸੋਜ ਕਾਰਨ ਵਧੇਰੀ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਰੋਗੀ ਨੂੰ ਪਿਛਾਭ ਦੇ ਰੋਗ, ਛਹੁੜ ਮੋਟੇ ਰੋਗੀ ਦੀ ਨਾਮਰਦੀ, ਖਾਸਬ (SYPHILIS) ਕਾਰਨ ਕਿੰਨ ਉੱਤੇ ਸਖਤ ਡਾਕ, SPERMATIC ਡੋਲੀ ਦੀਆਂ ਝੜਾਂ ਦਾ ਦੁਕਤਾ (VARICOCELE), ਅੰਡਰੋਸ ਦਾ ਡਨਾਕਾ ਡਕੀਰਾ ਵਧੇਰਾ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀ ਅਸੀਂ ਡਾਕਸੀਬਖਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜੀ।

### ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਕੁਦਰਤੀ ਰੋਗ ਅਤੇ ਨੁਸਖੇ (SCIENTIFICALLY PROVEN NATURAL GIFTS) ਘੁਲਦਾਰ ਉੱਚਿਕਾ ਵਿਚ ਪੂਰੀ INFORMATION, ਨਾਲ ----- | ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਕੀਮਤ:

- ਨੁਸਖਾ ਨੰਬਰ 1 (IN TABLETS): ਇਹ ਦਵਾਈ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਚਿਟੇ ਦਾਗਾਂ (FERMENTATION WHITE SPOTS) ਦਾ ਕੁਦਰਤੀ ਸੁਭਾਇਆ ਕਰਦੀ ਹੈ - ਇਕ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਕੀਮਤ --- £69
- ਨੁਸਖਾ ਨੰਬਰ 2 (IN CAPSULES OR IN PILLS): ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਿੰਦਾਇਸ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਉੱਪਾਉਣ ਕਾਰਨ ਔਰਤਾਂ ਦੀਆਂ ਬਿੰਨੀਆਂ ਡੋਲੀਆਂ ਛਾੜੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁੱਲ ਕਰਕੇ ਸਹੀ PROPER SHAPE ਵਿੱਚੀ ਹੈ - £89
- ਨੁਸਖਾ ਨੰਬਰ 3 (IN CAPSULES): ਇਹ ਦਵਾਈ ਹਰ ਉਮਰ ਵਿਚ ਝਾਰ ਮਟਾਉਂਦੀ ਹੈ (POWERFUL FAT BURNER) ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਦੁਸਤੀ ਅਤੇ ਕੁਰਤੀ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ----- £69
- ਨੁਸਖਾ ਨੰਬਰ 4 (IN CAPSULES): ਇਹ ਦਵਾਈ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਚਿਟੇ ਦਾਗਾਂ (FLACID & OUT OF SHIN BELLY) ਨੂੰ ਘਟਾ ਕੇ FLAT ਅਤੇ TONED ਕਰਕੇ ਛਾੜੀਆਂ ਦੇ ਉਚਾਰ ਨੂੰ ਉਮਾਚਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ - £69
- ਨੁਸਖਾ ਨੰਬਰ 5 (IN CAPSULES): ਔਰਤਾਂ ਵਿਚ ਘਟੀ ਹੋਈ ਕਾਮ-ਵਾਸਨਾ (FEMALE SEX-DRIVE) ਨੂੰ ਵਧਾ ਕੇ ਇਹ ਦਵਾਈ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਡੰਡਰੋੜੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। A REAL MAGIC ਹਰ ਔਰਤ ਲਈ- £69
- ਨੁਸਖਾ ਨੰਬਰ 6 (GEL IN APPLICATIONS): ਖੋਲੀ ਵਿਚੋਂ ਖੁਲੀ ਅਤੇ ਜਲਣ ਕਾਰਨ SHAM DECOMFORT ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਕੇ ਕਾਮ-ਵਾਸਨਾ 'ਚ ਵਧਾ ਕਰਕੇ ਕੁਦਰਤੀ ਮਹੀਨ ਦੁਕਾਉਂਦੀ ਹੈ VAGINAL LIBERATION OIL (MAGIC) --- £49
- ਨੁਸਖਾ ਨੰਬਰ 7 (IN CAPSULES): ਮਹਾਰਾਜੀ ਚੰਦ (MENOPAUSE) ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਸਰੀਰ ਵਿਚ CALCIUM ਦੀ ਘਾਟ ਕਾਰਨ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਦੀਆਂ ਡਕਕੀਆਂ (OSTEOPOROSIS) ਤੋਂ ਬਚਾਅ ----- £59
- ਨੁਸਖਾ ਨੰਬਰ 8 (IN CAPSULES): ਇਹ ਦਵਾਈ ਕਾਮਾਟ ਵਾਗ ਮੋਰਾਂ ਦੀਆਂ ਦਰਦਾਂ ਨੂੰ ਡਰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ - £59
- ਨੁਸਖਾ ਨੰਬਰ 9 (IN CAPSULES): ਵਧ ਗਈ ਉਮਰ ਵਿਚ ਘੱਟ ਗਈ ਚਾਰਾਅਭਾਰ ਲਈ ਇਹ ਟਿਕ ਅਜੁਬਾ ਹੈ- £59
- ਨੁਸਖਾ ਨੰਬਰ 10 (IN CAPSULES): ਇਹ ਦਵਾਈ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਚਿਰਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਕੇ ਕੁਦਰਤੀ ਅਤੇ ਸਾਡਰਮੀ ਨੀਂਹ ਨਿਮਾਉਂਦੀ ਹੈ GUARANTEED GOOD QUALITY SLEEP ----- £59
- ਨੁਸਖਾ ਨੰਬਰ 11 (IN TABLETS): ਇਹ ਦਵਾਈ ਕਰਾੜੀਆਂ, ਮੁਹੜ ਦੀ ਝੜੀ (ANEMIA) ਵਿਚ ਸਰੀਰ ਲਈ ਲੋਹੀਓ ਵੱਧਾ ਕੀ ਪੁਰਤੀ ਕਰਕੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ----- £49

**ਮਰਦਾਂ ਲਈ ਕੁਦਰਤੀ ਰੋਗ ਅਤੇ ਨੁਸਖੇ-ਟਿਕ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਕੀਮਤ**  
ਨੁਸਖਾ ਨੰਬਰ 12 (IN TABLETS): ਉੱਗਨਾਂ ਖਾਸ ਸੋਕਿਆਂ (SPECIAL OCCASIONS) ਤੇ ਮਸ਼ਹ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਸ਼ਹਾਨਗੀ ਦੀ ਝਾਪ ਛੱਡਣ ਵਿਚ ਇਹ ਦਵਾਈ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ --- £89  
ਨੁਸਖਾ ਨੰਬਰ 13 (IN VIALS): ਮਰਦਾਂ ਦੀ ਮਸ਼ਹਾਨਗੀ ਨੂੰ ਰੋਗ (ਖੜੇ ਪੇਠ) ਬਿਰਤਨੀ ਮਰਦੀ--- £89  
ਨੁਸਖਾ ਨੰਬਰ 14 (IN TABLETS): ਵਧ ਗਈ ਉਮਰ ਵਿਚ ਮਰਦਾਂ ਨੂੰ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਲਿਫਾਭ ਅਤੇ SEXUAL ਸੋਕਿਆਵਾਂ MALE DISORDERS ਨੂੰ ਇਹ ਦਵਾਈ ਹੱਲ ਕਰਦੀ ਹੈ --- £69

### ਔਰਤਾਂ ਦੀਆਂ ਗੁਪਤ ਬੀਮਾਰੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ :

ਮਹਾਰਾਜੀ ਦਾ ਦਰਦ ਜਾਂ ਫੋਰ ਨਾਲ ਆਉਣਾ ਜਾਂ ਡਰੂ ਮਤਰਾ ਵਿਚ ਮਹਾਰਾਜੀ, ਜਾਂ ਦਰਦ ਨਾਲ ਆਉਣਾ (Dysmenorrhoea), ਨਿਰੋਰੀਆ ਪਰਦਰ (ਸਰੋਹ ਪਾਣੀ), ਛਾੜੀਆਂ ਦਾ ਗੁੱਕਣਾ ਜਾਂ ਛੋਟੇ ਹੋਣਾ (Atrophy of Mammase) ਜਾਂ ਛਾੜੀਆਂ ਗੁੱਕ ਚਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਮੋਟੀਆਂ, ਛਾੜੀਆਂ ਵਿਚ ਸੋਜ (Mastitis), ਛਾੜੀਆਂ ਦਾ ਕੋਂਸ, ਛਾੜੀਆਂ ਦੀਆਂ ਡੋਡੀਆਂ ਜੁੱਨ ਜਾਂ ਡੋਡੀਆਂ ਤ ਚੀਰ, ਛਾੜੀਆਂ ਵਿਚ ਕੋਰੀ, ਦੁੱਧ ਕੋੜਾ, ਰਚਦਾਨੀ (Uterus) ਵਿਚੋਂ ਵਾਹੁ ਦਾ ਸਰਨਾ (Physometra) ਜਾਂ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਖੂਨ ਜਾਣ ਦਾ ਅਨੁਭਵ, ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਤੋਂ ਹਟਣਾ ਜਾਂ ਝਾਰ ਆਉਣਾ, ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਵਿਚ ਗੋਲੀ (Fibroid Uterine), ਅੰਡਾਦਾਨੀ ਦੇ ਰੋਗ (Diseases of Ovaries), ਅੰਡਾਦਾਨੀ ਵਿਚ ਡਾਲੇ (Ovarian Cysts), ਖੋਲੀ ਦੀ ਇਕਲਾਖ ਸੁੱਕਤਾ (Vaginismus), ਖੋਲੀ ਦੀ ਸੋਝ (Vaginitis), ਔਰਤਾਂ ਵਿਚ ਕਮਾਵਾਸਨਾ ਦਾ ਖੱਟ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਨਾ ਹੋਣਾ (Frigidity), ਸੋਝ ਵੇਲੇ ਜਾਂ ਮਗਰੋਂ ਜਲਨ ਦਾ ਹੋਣਾ, ਜਲਨ ਅੰਡਾਂ ਦੀ ਖੁਜਲੀ (Prutitis), ਜਲਨ ਅੰਡਾਂ ਵਿਚ ਡਟਕੇ ਅਤੇ ਫਟਕਣ, ਕਿੰਨ ਰੋਗ ਸਮੇਂ ਜੁਆਵ ਨਾ ਆਵੇ, ਛਾੜਪਣ (Sterility), ਡਰਛਪਾਤ ਦਾ ਦਾਰ ਦਾਰ ਹੋਣਾ (Miscarriage) ਡਰਛ ਸਮੇਂ ਦੇ ਰੋਗ ਜਾਂ ਕੋਰੋਪ ਮਗਰੋਂ ਦੇ ਰੋਗ (Diseases of Post Partum) ਅਤੇ ਮਹਾਰਾਜੀ ਕੁਕਣ ਵੇਲੇ ਦੇ ਰੋਗ (Menopause Disorders) - ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਫੋਨ ਕਰੋ।

**ਨੋਟ:** ਚਰੁਰਤ ਮੁਤਾਬਕ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਚੇਕਿੰਗ ਲਈ ਲੋਡੀ ਕੰਸਲਟੈਂਟ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੈ।  
LADY CONSULTANT & PRACTITIONER IS AVAILABLE, Mrs. JASWINDER KALN KHANBA BSYA (HOM.), (A.P.) AND (NUTRI.)

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ: ਡਰ, ਹਿਸਟੀਰੀਆ, ਅਨੀਦਾ, ਹੋਣਾ, ਕੰਨ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ, ਨਜ਼ਰ-ਜੁਕਾਮ, ਨਕਸੀਰ, ਕੰਨ ਪੈਣੇ, ਕੁਰਲਾਉਣਾ, (Stammering), ਟੌਸਿਲ, (Tonsilits), ਕਾੜੀ, ਦਸਤ, ਭਰਹੱਚੀ, ਪੀੜੀਆ ਗੋੜੇ (Worms), ਸੁੱਚਿਆਂ ਪਿਛਾਭ ਨਿਕਲਣਾ (Enuresis), ਸਾਭ (Wheezing Problem), ਮਾਂਗੀ ਅਤੇ ਛਾੜੀ-ਮਾਂਗੀ, ਪੁਰਾਣੀ ਚੰਬਲ, ਖਾਜ (Eczema), ਚਾੜੀ ਰੋਗ ਦੇ ਉੱਚਾਕ, ਸੋਰਾਟੀਸਿਓ (Psoriasis), ਅਨਾਸੀ, ਫਕਤਹੀਟਾ (Anaemia), ਸਰੀਰ ਦਾ ਕੰਦ, ਪਿੱਛੇ ਬੱਚੇ (Backward Children), ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਦਾ ਵਿੰਗਾ ਟੋੜਾ ਹੋਣਾ (Rickets), ਮਿਰਗੀ (Epilepsy) ਵਗੇਰਾ।

### ਅਸੀਂ EXTERNAL USE ਲਈ LOTION, OIL OINTMENT, LINIMENT ਅਤੇ CAPSULES ਆਪ ਜੀ ਦੀ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਭਟਾ ਕੇ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਆਪਣੇ ਕੁਝ SPECIFIC BRANDS ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਨ (ਇਹ ਸਾਰੂ ਵਾਗ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ)

- PILAES (IN OINTMENT) - ਫਕਾੜੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਵਿਚ ਘਾਟੇ ਕਾਰਨ ਦੁੱਖ ਵਿਚ ਖੁਜਲੀ ਅਤੇ ਜਲਣ ਤੇ ਆਰਾਮ £19
- NURALACO (IN OINTMENT OR LOTION) --- ਨਾੜਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਅਤੇ ਸਿਰ ਤੋਂ ਆਰਾਮ ----- £19
- CHILLAGA (IN OINTMENT OR LOTION) --- ਚੰਦ ਕਾਰਨ ਹੋਣਾ ਉੱਚਾ ਚੀਆਂ ਉਚਲਾ 'ਚ ਦਰਦ ਤੇ ਸਿਰ ਤੋਂ ਆਰਾਮ £19
- ARNSTRA (IN OINTMENT) --- ਚਕਰ, ਸਿਰ (SHRUGS) ਦੁੱਖੀ ਸਿੱਟ ਨਾਲ ਹੋਣੇ ਲਾਗੇ ਜਾਂ (Soo Sores) ਨੂੰ ਆਰਾਮ £19
- BELINFLA (IN OIL OR OINTMENT) --- ਨੱਚਾ, ਖੰਟਿਆਂ ਅਤੇ ਸਿਰਾ ਵਿਚ ਸਿਰ, ਲਾਨੀ ਤੇ ਪਿੱਛ ਦਰਦ ਨੂੰ ਆਰਾਮ £19
- BELULCE (IN OIL) --- ਸਿੱਟ ਲੱਗਣ ਕਾਰਨ ਹੋਣੇ ULCERS ਅਤੇ ਜਲਣ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ----- £19
- BRYJOIN (IN OIL) --- ਲੰਮੇ ਦਾ ਦਰਦ, ਵਾਗ ਕੋਰਾ ਨਾਲ ਕਾਰਕ ਵਿਚ ਅਤੇ ਸੋਰਾਂ 'ਚ ਅਭਰਾਣਾ ਨੂੰ ਆਰਾਮ - £19
- CALWOUN (IN OIL OR OINTMENT) --- ਸਿੱਟ ਕਾਰਨ ਲਾਗੇ ਦੀ ਪੀੜ ਜਾਂ ਸਰ ਜਾਣ ਤੇ ਸਖਤ ਦਰਦਾਂ ਤੋਂ ਆਰਾਮ- £19
- BURCAN (IN LOTION OR OINTMENT)--- ਕਿਰੀ ਕੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਠਣ ਦੇ ਦਰਦ ਅਤੇ ਛਾੜੀਆਂ ਤੋਂ ਨੁਕੁੰਮਨ ਆਰਾਮ --- £19
- ROUTUM (IN OINTMENT) - ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਰੀ ਕੀ ਕਿੰਨ ਵਿਚ ਕਿਰਦੀਆਂ ਦੀ ਸਿਰ ਅਤੇ ਦਰਦ ਤੋਂ ਆਰਾਮ --- £19
- JOINRHU (IN OIL) - ਸਿਰਾ ਦੇ ਦਰਦ, ਸਿਰ ਅੰਦ ਡਾਕ, ਕੁੱਖ ਪੈਣ ਅਤੇ ਕੋਰੋਰਾਬ ਲਈ ਚੀ ਸਿਰ ਤੋਂ ਆਰਾਮ- £19
- ABSSIL (IN LOTION) --- ਕਿਰਦੀਆਂ ਜਾਂ ਛੋਟੇ ਪੇਰ ਕੇ ਸਠਣ ਕਾਰਨ ਜਾਂ ਹਲਾਤ ਵਿਚ ਕੁਕੋਲ ਆਰਾਮ --- £19
- ITCSUL (IN OIL)--- ਸਰੀਰ ਉੱਤੇ ਕਿਰੀ ਕੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚਾਜ ਤੋਂ ਆਰਾਮ ----- £19
- WARTHU (IN OIL) - ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖੁਝਕ, ਡਰ, ਸੋਜ ਜਾਂ ਗੋੜੀ ਦੇ ਡੰਨ ਵਰਗੀ ਮੁਹੜੇ (Warts) ਤੋਂ ਆਰਾਮ --- £19

\* HOMOEOPATHIC HEALTH CLINIC ਦੇ ਨਾਂ 'ਤੇ  
ਸੋਝੇ ਇਲਾਜ ਆਰਥਾਰ ਜਾਂ ਚੀੜਕ ਕਾਰਨੀ ਛੋੜੋ।  
(ਹਰ ਆਰਥਾਰ ਨਾਲ £10 ਪੈਕਿੰਗ ਤੇ ਪੈਸਟੋਜ ਲਈ।)

ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਉੱਗਨਾਂ ਨਾਲ  
ਸਰੀਰ 'ਚ ਪਏ ਨੁਕਸਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕੰਮਲ  
ਫੁਟਕਾਰਾ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਫੋਨ ਕਰੋ  
**ALL INFORMATION  
IS KEPT STRICTLY  
CONFIDENTIAL**

**PLEASE MAKE AN APPOINTMENT: MANJEET SINGH KHANBA**  
M.A. M.(Lit) BSYA (HOM.) & (A.P.) (ADV. HERBALISM) AND NUTRI.) HOM. CONSULTANT & PRACTITIONER,  
236, BLAGREAVES LANE, LITTLEOVER, DERBY, DE23 1PS, U.K.  
Tel/FAX: 00 44 (0)+1332-72 72 42 Mobile: 00 44 (0)+7973-85 10 12  
www.homoeopathichealthclinicderby.com Email : manjeetkhanba@aol.com

**OPEN 7 DAYS  
STRICTLY ON  
APPOINTMENTS**

# ਅਤਿਅੰਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰੋ- ਵਿਅਰਥ ਨਾ ਕਰੋ

ਹਵਾ, ਪਾਣੀ, ਬਿਜਲੀ, ਕਾਗਜ਼ ਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਸਾਡੀ ਰੋਜ਼ਮਰਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਲੋੜਾਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਸੁਚੱਜੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਬਹੁਤ ਲੋੜ ਹੈ। ਪਾਣੀ ਪੱਖੋਂ ਹਰ ਪਾਸੇ ਹਾਹਾਕਾਰ ਮੱਚੀ ਪਈ ਹੈ ਰਾਜਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਤਣਾ ਪੂਰਨ ਮਾਹੌਲ ਬਣੇ ਰਹੇ ਹਨ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਵੱਧਦੀ ਆਬਾਦੀ ਦੇ ਮੱਦੇ ਨਜ਼ਰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੂੰਦ ਬੂੰਦ ਬਚਾ ਕੇ ਹੀ ਸੋਕਾ ਪੈਣ ਵਰਗੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਅੰਨ੍ਹੇਵਾਹ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਖਤ ਕਾਨੂੰਨ ਬਣਾਏ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਕਾਗਜ਼, ਪੱਤਰ, ਲਿਖਣ ਪੜਨ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤਦੇ ਹਾਂ ਉਸ ਦੀ ਵੀ ਕਈ ਵਾਰੀ ਬਰਬਾਦੀ ਹੁੰਦੇ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ। ਕੁਝ ਲਿਖਦੇ ਹਾਂ, ਉਸ ਨੂੰ ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਨਾਲ ਪਾੜ ਕੇ ਸੁੱਟ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਅਖਬਾਰਾਂ ਬਹੁਤ ਮੰਗਾਉਂਦੇ ਹਾਂ, ਪੜ੍ਹਦੇ ਘੱਟ ਹਾਂ, ਖਰਾਬ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਭਾਰਤ ਤੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਵਿਚਕਾਰ ਪਹਿਲਗਾਮ ਵਿੱਚ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਅਤੇ ਕਤਲੇਆਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤਲਖੀ ਬਹੁਤ ਵਧ ਗਈ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਨੇ ਸਿੰਧ ਦਰਿਆ ਦਾ ਪਾਣੀ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਦੀ ਪਾਬੰਦੀ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਜਵਾਬ ਵਿੱਚ ਬਿਲਾਵਲ ਭੁੱਟੋ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੇ ਪਾਣੀ ਰੋਕਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਦਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਵਗੇਗਾ (27 ਅਪ੍ਰੈਲ)। ਕਸ਼ਮੀਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਖਾੜਕੂ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਨਾਹ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਤੇ ਬੁਲਡੋਜ਼ਰ ਕਾਰਵਾਈ ਨੇ ਕਾਫੀ ਗਰਮਾ ਗਰਮੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਖਮਿਆਜ਼ਾ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਰਹੱਦ ਦੇ ਦੋਵੇਂ ਪਾਸੇ ਭੁਗਤਣਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਗੁਸਤਾਖ ਧਿਰਾਂ ਵਧੀਆ ਸੰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਵਿਗਾੜਨ ਵਿੱਚ ਲੱਗੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਕਸ਼ਮੀਰੀ ਲੋਕ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਪਸੰਦ ਤੇ ਭਾਰਤ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਪੱਖੋਂ ਮੌਦੀ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਸੋਚ ਦੀ ਦਾਦ ਦੇਣੀ ਬਣਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਹਰਇਕ ਦੇਸ਼ ਨਾਲ, ਪਾਰਟੀ ਸਫਾਂ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ, ਸੁਖਾਵਾਂ ਤੇ ਭਰਾਤਰੀ ਭਾਵ ਵਾਲਾ ਵਤੀਰਾ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹੀ ਭਾਵਨਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ



**ਸਮਾਜ ਦੀਕਰੀ ਨਿਉਜ**

ਸਾਰੇ ਭਾਰਤੀ ਰਾਜਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਵੀ ਹੈ। ਅਟਲ ਬਿਹਾਰੀ ਵਾਜਪਾਈ ਵੀ ਇਸੇ ਕਤਾਰ ਦੇ ਲੀਡਰ ਸਨ। ਡਾਕਟਰ ਭੀਮ ਰਾਓ ਅੰਬੇਦਕ ਵੀ, ਭਾਰਤੀ ਸੰਵਿਧਾਨ ਦੇ ਰਚੇਤਾ ਅਤੇ ਗਰੀਬਾਂ ਦੇ ਮਸੀਹਾ ਸਨ। ਵਰਤਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਵਾਸਤੇ ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਅੰਨ੍ਹੇਵਾਹ ਜੰਗਲਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ, ਫੂਸ-ਫਰਾਲ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਾ ਕੇ ਸਾੜ ਦੇਣਾ, ਉਦਯੋਗਾਂ ਦਵਾਰਾ ਗੰਦਾ ਪਾਣੀ, ਕੁਦਰਤੀ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸੋਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਹਾ ਦੇਣਾ ਆਦਿ ਰੋਕੇ ਜਾਣ। ਕਰੋਨਾ ਦੌਰਾਨ ਅਸੀਂ ਸਬਕ ਲਿਆ। ਨਹਿਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਹ ਆਉਣ ਲੱਗਿਆ, ਅਸਮਾਨ ਸਾਫ ਦਿੱਖਣ ਲੱਗਿਆ, ਪਹਾੜੀਆਂ ਤੇ ਵੀ ਨਿਖਾਰ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਸੀ। ਵਿਗਿਆਨਿਕ ਨਜ਼ਰੀਏ ਨਾਲ ਜਿੰਨੇ ਰੁੱਖ ਕੱਟੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਉਗਾਏ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਾਡੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਵਹੀਕਲਾਂ ਦੀ ਵੱਧ ਰਹੀ ਬੇਸ਼ੁਮਾਰ ਗਿਣਤੀ ਸੀਮਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਮਿਆਦ ਪੂਰੇ ਵਾਹਨ ਬੰਦ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਵਪਾਰਕ,

ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਤੇ ਸਾਮਾਜਿਕ ਪਹਿਲੂ, ਸਾਡੀ ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸੁਧਾਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਇੱਛਾ ਸ਼ਕਤੀ ਬਹੁਤ ਅਸਰਦਾਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ, ਮਨੁੱਖੀ ਸਿਹਤ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦਾ ਪਸਾਰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਅਹਿਮ ਹੈ। ਬਾਜ਼ਾਰੀ ਖਾਣੇ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਅਕਸਰ ਹੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਦਾ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦੇ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਬਹੁਤ ਲਾਜਵਾਬ ਬਣਾਈ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਦਵਾਈ ਖਾਈ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਚੰਗੀ ਖੁਰਾਕ ਹੀ ਸਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਟੀਨ, ਖਣਿਜ ਪਦਾਰਥ, ਵਿਟਾਮਿਨ, ਦਾਲਾਂ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਫਲਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਬਿਮਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਸ਼ਾਣੂਆਂ, ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿਠਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਬਖਸ਼ਦੇ ਹਨ। ਖੇਤੀ ਨੀਤੀ ਦੀ ਵਿਉਂਤਬੰਦੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੋਵੇ, ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਉਗਾਉਣ ਅਤੇ ਬਾਗਬਾਨੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ

ਸਾਫ ਸੁਥਰਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵੀ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪੱਕੇ ਪੈਰੀ ਯਤਨਸ਼ੀਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੀ ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਰਹੇਗੀ, ਵਾਤਾਵਰਨ ਸਾਫ ਰਹੇਗਾ, ਮਨੁੱਖੀ ਸਿਹਤ ਸਹੂਲਤਾਂ ਵਧੀਆ ਹੋਣਗੀਆਂ, ਗੁਣਾਤਮਕ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਫਲ, ਦਾਲਾਂ ਉਪਲੱਬਧ ਹੋਣਗੀਆਂ। ਹਵਾ, ਪਾਣੀ ਸਾਫ ਸੁਥਰੇ ਰਹਿਣਗੇ, ਕਿਰਤੀਆਂ ਤੇ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਰਹੇਗੀ, ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਹੋਣਗੇ। ਸਾਰਾ ਦੇਸ਼ ਕੁਦਰਤੀ ਖਜ਼ਾਨਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਜਮ ਨਾਲ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਵਾਸਤੇ ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਅੰਨ੍ਹੇਵਾਹ ਜੰਗਲਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ, ਫੂਸ-ਫਰਾਲ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਾ ਕੇ ਸਾੜ ਦੇਣਾ, ਉਦਯੋਗਾਂ ਦਵਾਰਾ ਗੰਦਾ ਪਾਣੀ, ਕੁਦਰਤੀ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸੋਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਹਾ ਦੇਣਾ ਆਦਿ ਰੋਕੇ ਜਾਣ। ਕਰੋਨਾ ਦੌਰਾਨ ਅਸੀਂ ਸਬਕ ਲਿਆ। ਨਹਿਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਹ ਆਉਣ ਲੱਗਿਆ, ਅਸਮਾਨ ਸਾਫ ਦਿੱਖਣ ਲੱਗਿਆ, ਪਹਾੜੀਆਂ ਤੇ ਵੀ ਨਿਖਾਰ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਸੀ। ਵਿਗਿਆਨਿਕ ਨਜ਼ਰੀਏ ਨਾਲ ਜਿੰਨੇ ਰੁੱਖ ਕੱਟੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਉਗਾਏ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ

ਕਿ ਸਾਡੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਵਹੀਕਲਾਂ ਦੀ ਵੱਧ ਰਹੀ ਬੇਸ਼ੁਮਾਰ ਗਿਣਤੀ ਸੀਮਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਮਿਆਦ ਪੂਰੇ ਵਾਹਨ ਬੰਦ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਵਪਾਰਕ, ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਤੇ ਸਾਮਾਜਿਕ ਪਹਿਲੂ, ਸਾਡੀ ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸੁਧਾਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਇੱਛਾ ਸ਼ਕਤੀ ਬਹੁਤ ਅਸਰਦਾਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ, ਮਨੁੱਖੀ ਸਿਹਤ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦਾ ਪਸਾਰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਅਹਿਮ ਹੈ। ਬਾਜ਼ਾਰੀ ਖਾਣੇ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਅਕਸਰ ਹੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਦਾ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦੇ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਬਹੁਤ ਲਾਜਵਾਬ ਬਣਾਈ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਦਵਾਈ ਖਾਈ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਚੰਗੀ ਖੁਰਾਕ ਹੀ ਸਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਟੀਨ, ਖਣਿਜ ਪਦਾਰਥ, ਵਿਟਾਮਿਨ, ਦਾਲਾਂ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਫਲਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਬਿਮਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਸ਼ਾਣੂਆਂ, ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਨਾਲ

ਨਜਿਠਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਬਖਸ਼ਦੇ ਹਨ। ਖੇਤੀ ਨੀਤੀ ਦੀ ਵਿਉਂਤਬੰਦੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੋਵੇ, ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਉਗਾਉਣ ਅਤੇ ਬਾਗਬਾਨੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਸਾਫ ਸੁਥਰਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵੀ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪੱਕੇ ਪੈਰੀ ਯਤਨਸ਼ੀਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੀ ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਰਹੇਗੀ, ਵਾਤਾਵਰਨ ਸਾਫ ਰਹੇਗਾ, ਮਨੁੱਖੀ ਸਿਹਤ ਸਹੂਲਤਾਂ ਵਧੀਆ ਹੋਣਗੀਆਂ, ਗੁਣਾਤਮਕ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਫਲ, ਦਾਲਾਂ ਉਪਲੱਬਧ ਹੋਣਗੀਆਂ। ਹਵਾ, ਪਾਣੀ ਸਾਫ ਸੁਥਰੇ ਰਹਿਣਗੇ, ਕਿਰਤੀਆਂ ਤੇ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਰਹੇਗੀ, ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਹੋਣਗੇ। ਸਾਰਾ ਦੇਸ਼ ਸਵਰਗ ਬਣੇਗਾ।



ਅਮਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਤੂਰ

### ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ/ ਮਿੰਨੀ ਕਹਾਣੀ

" ਭਾਅ ਜੀ, ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਣਜੇ ਦਾ ਵਿਆਹ ਅਗਲੇ ਮਹੀਨੇ ਆਣ ਨੂੰ ਫਿਰਦਾ। ਤੁਹਾਡਾ ਭਾਣਜਾ ਕਿਸੇ ਗਾਇਕ ਜੋੜੀ ਨੂੰ ਵਿਆਹ ਲਈ ਬੁੱਕ ਕਰਵਾਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦਾ ਆ। ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਜਿਹੜੀ ਰੋਪੜ ਵਾਲੀ ਮੈਡਮ ਪੜ੍ਹਾਂਦੀ ਆ, ਉਸ ਦੀ ਸਹੇਲੀ ਵੀ ਵਧੀਆ ਗਾ ਲੈਂਦੀ ਆ। ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਉਹ ਸਾਡੇ ਪਿੰਡ ਦੌਲਤ ਪੁਰ ਆਪਣੇ ਗਾਇਕ ਸਾਥੀ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਤੇ ਆਈ ਸੀ। ਉਦੋਂ ਉਸ ਦਾ ਰੇਟ ਡੇਢ ਲੱਖ ਸੀ। ਹੁਣ ਉਸ ਦਾ ਰੇਟ ਪੁੱਛ ਕੇ ਦੱਸੋ।" ਮਨਜੀਤ ਨੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਤੇ ਆਪਣੇ ਮਾਸਟਰ ਵੀਰ ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਕਿਹਾ।

" ਅੱਛਾ ਭੈਣ, ਮੈਂ ਮੈਡਮ ਤੋਂ ਹੁਣੇ ਪੁੱਛ ਕੇ ਦੱਸਦਾਂ।" ਮਨਜੀਤ ਦੇ ਮਾਸਟਰ ਵੀਰ ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਅੱਗੋਂ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ। ਉਸ ਨੇ ਮੈਡਮ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਆਖਿਆ, " ਮੈਡਮ ਜੀ, ਆਪਣੀ ਰੋਪੜ ਵਾਲੀ ਗਾਇਕਾ ਸਹੇਲੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਅੱਜ ਕੱਲ੍ਹ ਵਿਆਹਾਂ ਵਿੱਚ ਗਾਣ ਦਾ ਕੀ ਰੇਟ ਆ?"

ਮੈਡਮ ਨੇ ਆਪਣੀ ਗਾਇਕਾ ਸਹੇਲੀ ਨੂੰ ਟੈਲੀਫੋਨ ਕਰਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਦਾ ਹਾਲ-ਚਾਲ ਪੁੱਛਿਆ ਤੇ ਫਿਰ ਵਿਆਹਾਂ ਵਿੱਚ ਗਾਣ ਦਾ ਰੇਟ ਪੁੱਛਿਆ। ਮੈਡਮ ਦੀ ਗਾਇਕਾ ਸਹੇਲੀ ਨੇ ਅੱਗੋਂ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ, " ਭੈਣੇ ਅੱਜ ਕੱਲ੍ਹ ਸਾਡਾ ਵਿਆਹਾਂ ਵਿੱਚ ਗਾਣ ਦਾ ਰੇਟ ਦੋ ਲੱਖ ਆ। ਤੇਰੇ ਕਰਕੇ ਦਸ, ਪੰਦਰਾਂ ਹਜ਼ਾਰ ਘਟਾ ਲਵਾਂਗੇ।" ਜਦੋਂ ਮਾਸਟਰ ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਆਪਣੀ ਭੈਣ ਨੂੰ ਰੇਟ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ, ਤਾਂ ਉਹ ਬੋਲੀ, " ਭਾਅ ਜੀ, ਅਸੀਂ ਏਨੀ ਮਹਿੰਗੀ ਗਾਇਕ ਜੋੜੀ ਕੀ ਕਰਨੀ ਆਂ? ਇੱਥੋਂ ਕੋਈ ਲੋਕਲ ਗਾਇਕ ਵਿਆਹ ਵਿੱਚ ਗਾਣ ਲਈ ਲੈ ਚੱਲਾਂਗੇ। ਵੀਹ, ਪੱਚੀ ਹਜ਼ਾਰ ਲੈ ਕੇ ਉਸ ਨੇ ਮੰਨ ਜਾਣਾ ਆਂ। ਬਾਕੀ ਪੌਣੇ ਦੋ ਲੱਖ ਦੇ ਨੂੰਹ ਨੂੰ ਗਹਿਣੇ ਪਾ ਦਿਆਂਗੇ। ਨਾਲੇ ਨੂੰਹ ਵੀ ਖੁਸ਼ ਹੋ ਜਾਊਗੀ।" ਭੈਣੇ ਗੱਲ ਤਾਂ ਤੇਰੀ ਠੀਕ ਆ। ਨੂੰਹ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਕਰਨਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਆ।" ਮਨਜੀਤ ਦੇ ਮਾਸਟਰ ਵੀਰ ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਆਖਿਆ।



**ਮਹਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਮਾਨ**  
ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਅੰਗਦ ਸਿੰਘ ਐੱਮ ਐੱਲ ਏ ਹਾਊਸ  
ਕੈਨਾਲ ਰੋਡ  
ਨਵਾਂ ਸ਼ਹਿਰ-144514  
ਫੋਨ -9915803554

### "ਕਾਰਨ ਦੱਸੋ ਨੋਟਿਸ" /'ਮਿੰਨੀ ਕਹਾਣੀ'

ਸਵੇਰੇ ਬਿਰਧ ਮਾਤਾ ਦੀ ਅਚਾਨਕ ਤਬੀਅਤ ਬਿਗੜ ਜਾਣ ਕਾਰਨ ਸੋਹਣ ਨੂੰ ਦਫ਼ਤਰ ਪੁੱਜਣ 'ਚ ਹੋਈ ਮਾਤਰ ਦਸ ਕੁ ਮਿੰਟ ਦੀ ਦੇਰੀ ਹੀ ਆਫਤ ਬਣ ਗਈ। ਅਚਣਚੇਤ ਚੈਕਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਉੱਚ ਅਧਿਕਾਰੀ ਵੱਲੋਂ ਡਿਊਟੀ 'ਚ ਕੁਤਾਹੀ ਵਰਤਣ ਦਾ ਕੱਢਿਆ ਕਾਰਨ ਦੱਸੋ ਨੋਟਿਸ ਸੋਹਣ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹੁਣ ਤੱਕ ਦੀ ਪੂਰੀ ਤਨਦੇਹੀ, ਲਗਨ ਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਨਿਭਾਈ ਬੇਦਾਗ਼, ਸਾਫ-ਸੁਥਰੀ ਸਰਵਿਸ 'ਤੇ ਕਾਲਾ ਧੱਬਾ ਜਾਪਿਆ। ਨੋਟਿਸ ਦਾ ਤੱਥਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਸਹੀ ਵਾਜਬ ਜੁਆਬ ਦੇਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਕਟਹਿਰੇ 'ਚੋਂ ਸੋਹਣ ਦੀ ਅਜੇ ਤੱਕ ਖਲਾਸੀ ਨਹੀਂ ਸੀ ਹੋਈ। ਇਸੇ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਅੱਜ ਫਿਰ ਤਾਰੀਕ ਭੁਗਤਣ ਆਏ ਸੋਹਣ ਦੀ ਨਿਗੂ ਹਜ਼ੂਮ 'ਚ ਖੜ੍ਹੇ ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਹਾਰਾਂ ਨਾਲ ਲੱਦੇ ਮੁਸਕੜੀ ਹੱਸਦੇ ਨੌਤਾ 'ਤੇ ਪਈ, ਜੋ ਪਿਛਲੀ ਵਾਰ ਜਨਤਾ ਨਾਲ ਵਾਅਦਾ ਖਿਲਾਫੀ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਆਪਣੇ ਖੁਰਾਫ਼ਾਤੀ ਦਿਮਾਗ ਨਾਲ ਜੋੜ-ਤੋੜ ਦੀ ਰਾਜਨੀਤੀ ਕਰਕੇ ਇਸ ਵਾਰ ਵੀ ਜਿੱਤਣ 'ਚ ਸਫਲ ਹੋ ਗਿਆ, ਤੇ ਅੱਜ ਚੌਕ 'ਚ ਧੂਮ-ਧੜੱਕੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਪਾਛੂਆਂ ਸਮੇਤ ਪੰਨਵਾਦੀ ਦੌਰਾ ਕਰਨ ਮੌਕੇ ਪੂਰੇ ਪੰਜ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਦਿਖਾਈ ਦਿੱਤਾ। "ਜਨਤਾ ਦੇ ਗਾੜ੍ਹੇ ਖੂਨ ਪਸੀਨੇ ਦੀ ਕਮਾਈ ਨਾਲ ਤਾਰੇ ਮਾਲੀਏ 'ਚੋਂ ਮੋਟੀਆਂ ਤਨਖਾਹਾਂ ਵਸੂਲ ਕੇ ਜਨਤਾ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਅ ਤੇ ਆਪਣੀ ਐਸ਼ੋ ਆਰਾਮ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਿਤਾਉਣ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਖਰਚੇ ਤੇ ਹਰ ਸੁੱਖ ਸਹੂਲਤ ਮਾਣਨ ਵਾਲੇ ਅਜਿਹੇ ਬੇਗੈਰਤ ਨੇਤਾ ਜੋ ਸ਼ਰੇਆਮ ਭੌਲੀ-ਭਾਲੀ ਜਨਤਾ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਖਿਲਵਾੜ ਕਰਦੇ ਨੇ, ਕੀ ਕੋਈ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਕਾਰਨ ਦੱਸੋ ਨੋਟਿਸ ਕੱਢਣ ਦਾ ਹੀਆ ਕਰ ਸਕਦੇ ?" ਬੇਹੱਦ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦੇ ਆਲਮ 'ਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦਾ ਸੋਹਣ ਦਫ਼ਤਰ ਦੀਆਂ ਪੌੜੀਆਂ ਚੜ੍ਹ ਗਿਆ।



**'ਨੀਲ ਕਮਲ ਰਾਣਾ ਦਿੜ੍ਹਬਾ'**  
ਸੰਪਰਕ 9815171874

### ਬੀ ਬਰੀਫ /'ਮਿੰਨੀ ਕਹਾਣੀ'

ਉਸ ਅਫਸਰ ਤੋਂ ਇਜਾਜ਼ਤ ਲੈ ਮੈਂ ਅੰਦਰ ਵੜਿਆ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਬੈਠਣ ਦਾ ਇਸ਼ਾਰਾ ਹੋਇਆ। ਅਫਸਰ ਦੇ ਟੇਬਲ ਉੱਪਰ ਇੱਕ ਤਿਕੋਨੀ ਲੱਕੜੀ 'ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਅਹੁਦਾ ਗੁਰਮੁਖੀ ਵਿੱਚ ਲਿਖਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ ਨਾਲ ਹੀ ਇੱਕ ਫਰੇਮ ਉੱਪਰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਛਪੇ ਹੋਏ ਸਨ, 'ਕਾਇੰਡਲੀ ਬੀ ਬਰੀਫ'। ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਮਸ਼ਰੂਫ ਉਹ ਕੁਝ ਫਾਈਲਾਂ ਵੇਖ ਅਤੇ ਹਸਤਾਖਰ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਮੈਨੂੰ ਲੇਖਕ ਰਸੂਲ ਹਮਜ਼ਾਤੋਵ ਦੀ ਇੱਕ ਗੱਲ ਯਾਦ ਆ ਰਹੀ ਸੀ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਵਾਰ ਉਸ ਦੇ ਪਿਤਾ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਨਵਾਂ ਕੋਟ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਪੈਸੇ ਦਿੱਤੇ ਪਰ ਰਸੂਲ ਨੇ ਉਹ ਪੈਸੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪਾਸੇ ਖਰਚ ਲਏ। ਜਦੋਂ ਦੋ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਉਹ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਾਪਸ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ ਤਾਂ ਸਰਦੀਆਂ ਹੀ ਸਨ। ਉਹ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਗੱਲਾਂ ਜਾਂ ਬਹਾਨੇ ਸੋਚ ਰਿਹਾ ਸੀ ਜੋ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਕੋਟ ਨਾ ਖਰੀਦਣ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਦੱਸਣੇ ਸਨ। ਪਰ ਹਰ ਇੱਕ ਗੱਲ ਬੜੀ ਅਸਪੱਸ਼ਟ ਅਤੇ ਹਾਸੋਹੀਣੀ ਵੀ ਲੱਗ ਰਹੀ ਸੀ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਘਰ ਪਹੁੰਚਿਆ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਪਿਤਾ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਫਾਲਤੂ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਬੋਝ ਲੈ ਕੇ ਨਾ ਬੈਠਾ ਰਹੋ, ਸਿਰਫ ਦੋ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇ ਦੇਵੋ। ਰਸੂਲ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ, "ਕਿਹੜੀਆਂ ਗੱਲਾਂ?" ਉਸਦੇ ਪਿਤਾ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ ਕਿ ਕੀ ਉਸ ਨਵਾਂ ਕੋਟ ਖਰੀਦਿਆ ਹੈ। ਰਸੂਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਸੀ ਨਹੀਂ। ਪਿਤਾ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ ਕਿ ਕੀ ਉਸ ਨੇ ਉਹ ਪੈਸੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪਾਸੇ ਖਰਚ ਲਏ ਹਨ। ਰਸੂਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਸੀ, "ਜੀ ਹਾਂ।" ਰਸੂਲ ਦੇ ਪਿਤਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਐਵੇਂ ਫਾਲਤੂ ਦੀਆਂ ਭੂਮਿਕਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਤੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦਾ ਸਮਾਂ ਖਰਾਬ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਮੌਕੇ ਅਨੁਸਾਰ ਜੋ ਵਧੀਆ ਸੀ ਉਸ ਨੇ ਉਹ ਕਾਰਜ ਕਰ ਲਿਆ ਹੋਵੇਗਾ।



ਇੱਧਰ ਜਦੋਂ ਉਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਦਾ ਹੱਥਲਾ ਕਾਰਜ ਪੂਰਾ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਬਿਲਕੁਲ ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ ਸਾਹਮਣੇ ਰੱਖੀ। ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੇ ਮੁਸਕਰਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਮੈਨੂੰ ਦੋ -ਤਿੰਨ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਯਕੀਨ ਦਵਾਇਆ ਕਿ ਮੇਰਾ ਕਾਰਜ ਜਲਦ ਹੀ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਵਾਪਸੀ 'ਤੇ ਮੇਰਾ ਪੰਨਵਾਦ ਉਸ ਨੇਕ ਅਧਿਕਾਰੀ ਅਤੇ 'ਕਾਇੰਡਲੀ ਬੀ ਬਰੀਫ' ਵਾਲੀ ਪਲੇਟ ਨੂੰ ਵੀ ਸੀ।



**ਮਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਬੱਧਣ**

### ਪਰਚਾਰ ਦਾ ਅਸਰ

ਇੱਕ ਅਫ਼ਰੀਕੀ ਚਿੰਤਕ ਆਖਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਆਏ, ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਸਾਡੇ ਹੱਥ ਵਿਚ ਬਾਈਬਲ ਦੇ ਦਿੱਤੀ। ਅੱਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰੋ ਤੇ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁੱਖਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰੇਗਾ। ਉਹ ਅੱਗੇ ਲਿਖਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਸਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿਚ ਬਾਈਬਲ ਸੀ, ਤੇ ਉਹ ਸਾਡੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਉੱਤੇ ਕਾਬਿਜ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਸਨ। ਸਾਡੇ ਵੀ ਇੰਝ ਦਾ ਹੀ ਕੁਛ ਹੋਇਆ। ਸਾਡੀ ਖੁਰਾਕ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੋਂ ਦੁੱਧ, ਦਹੀ ਲੱਸੀ ਮੱਖਣ ਘਿਉ ਵਗੈਰਾ ਸੀ। ਅਸੀਂ ਤੰਦਰੁਸਤ ਸੀ। ਫਿਰ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਕੁਛ ਜਿਆਦਾ ਹੀ ਪੜੇ ਲਿਖੇ ਲੋਕ ਆ ਗਏ। ਉਹਨਾਂ ਕਿਹਾ, ਕਿ ਘਿਓ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇਹ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਘਿਓ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ, ਤੇ ਡਾਲਡਾ ਫੜ ਲਿਆ। ਹੁਣ ਸਾਡੇ ਦਿਲਾਂ ਵਿਚ ਸਟੰਟ ਤੇ ਕੁੱਛੜ ਵਿਚ ਡਾਲਡਾ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਔਲਾਦ ਨੇ। ਜਿਹਨਾ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਧਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਅੰਬਰਸਰ ਵਾਲੀ ਪਰੇਡ ਦੀ ਲਾਈਨ ਹੋਰ ਲੰਬੀ ਹੋਵੇ, ਆਓ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸੀਏ ਕਿ ਆਹ , ਚਿਪਸ ਕੁਰਕਰੇ ਬਰਗਰ ਪੀਜ਼ੇ ਸਾਡੀ ਖੁਰਾਕ ਨਹੀਂ, ਸਾਡੀ ਖੁਰਾਕ ਤਾਂ ਯਾਰੇ ਚੂਰੀ ਤੇ ਖੋਏ ਦੀਆਂ ਪਿੰਨੀਆਂ ਨੇ। ਨਿਕਲੋ ਇਹਨਾ ਵਿਚੋਂ ਤੇ ਦੇਖੋ ਅੱਖਾਂ ਉਤਾਂਹ ਚੁੱਕ ਕੇ, ਔਹ ਖੁਸ਼ਬੂ ਛੱਡ ਰਹੀਆਂ, ਚੁੱਲ੍ਹੇ ਤੇ ਖੀਰਾਂ ਰਿੰਨੀਆਂ ਨੇ॥



**ਵੈਦ ਬਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋ**

### ਬਾਲ ਕਹਾਣੀ : ਕੋਈ ਭੂਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ

ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਗਰਮੀਆਂ ਦਾ ਮੌਸਮ ਸੀ। ਮੈਂ ਤੇ ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਬਾਹਰ ਸੁੱਤੇ ਹੋਏ ਸਨ। ਉੱਪਰ ਤੋਂ ਛਣ - ਛਣ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਆਉਣ ਲੱਗ ਪਈ। ਜਦ ਮੈਂ ਤੇ ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਜੀ ਨੇ ਉੱਠ ਕੇ ਦੇਖਿਆ ਤਾਂ ਉੱਥੇ ਕੋਈ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਫਿਰ ਤੋਂ ਛਣ - ਛਣ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਆਉਣ ਲੱਗ ਪਈ। ਮੇਰੇ ਚਾਚਾ ਨੂੰ ਲੱਗਿਆ ਕਿ ਇੱਧਰ ਭੂਤਾਂ ਦਾ ਸਾਇਆ ਹੈ। ਮੈਂ ਘਬਰਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਜਦ ਮੈਂ ਉੱਠ ਕੇ ਇੱਧਰ - ਉੱਧਰ ਦੇਖਿਆ ਤਾਂ ਉੱਥੇ ਇੱਕ ਚਿੱਟੇ ਰੰਗ ਦਾ ਕੁੱਤਾ ਸੀ। ਉਸ ਦੇ ਗਲ ਵਿੱਚ ਪਟਾ ਸੀ। ਉਸ ਦੇ ਗਲ ਵਿੱਚ ਪਏ ਪਟੇ 'ਤੇ ਘੁੰਗਰੂ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਸਨ। ਮੈਂ ਸਮਝ ਗਿਆ ਕਿ ਇਹ ਕੁੱਤੇ ਦੇ ਪਟੇ ਦੇ ਲੱਗੇ ਘੁੰਗਰੂਆਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਅਧਿਆਪਕ ਜੀ ਮਾਸਟਰ ਸੰਜੀਵ ਧਰਮਾਣੀ ਨੇ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕੋਈ ਭੂਤ - ਪ੍ਰੇਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਇਸ ਕਹਾਣੀ ਤੋਂ ਇਹ ਸਿੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਭੂਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।



ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ , ਜਮਾਤ ਚੌਥੀ , ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸਮਾਜ ਸਕੂਲ ਗੰਡੀਰਪੁਰ ਲੋਅਰ , ਸੈਂਟਰ ਢੇਰ , ਸਿੱਖਿਆ ਬਲਾਕ ਸ੍ਰੀ ਅਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ , ਜਿਲ੍ਹਾ ਰੂਪਨਗਰ ( ਪੰਜਾਬ) ਜਮਾਤ ਇੰਚਾਰਜ ਤੇ ਗਾਈਡ ਅਧਿਆਪਕ ਸਟੇਟ ਐਵਾਰਡੀ ਮਾਸਟਰ ਸੰਜੀਵ ਧਰਮਾਣੀ 9478561356



# ਸਾਹਿਤ ਸੁਆਸ

## ਖਾਮੋਸ਼ੀ ਦੀ ਦੀਵਾਰ

ਜੀਵਨ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਸਾਹ ਹਨ, ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਇਹ ਚੱਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਹਾਲਾਤ ਅਜਿਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਦਿਨੋ-ਦਿਨ ਬਦਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਸਮਾਂ ਵਧੀਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸੱਭ ਕੁਝ ਆਸਾਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਸੱਭ ਤੁਹਾਡੇ ਨੇੜੇ-ਤੇੜੇ ਘੁੰਮਦੇ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣਗੇ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਸਮਾਂ ਮਾੜਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨੇੜੇ ਨਹੀਂ ਆਉਣਾ, ਉਦੋਂ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਨਿਰਾਸ਼ਾਂ ਹੀ ਨਿਰਾਸ਼ਾਂ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਜੀਵਨ ਹਨੇਰੇ ਵਿੱਚ ਡੁੱਬਿਆ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਜੀਵਨ ਇਕ ਬੋਝ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕੁੱਝ ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਧੀਆਂ ਚੱਲ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਰੰਗੀਨ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਉਦੋਂ ਤਾਂ ਇੰਝ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸ਼ੈਅ ਬਹੁਤ ਹੀ ਖੂਬਸੂਰਤ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਸੱਭ ਤੋਂ ਖੂਬਸੂਰਤ ਲੋਕ ਹਾਂ। ਪਰ ਜਦੋਂ ਉਸੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਖੜਕ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਫਿਰ ਅਸੀਂ ਅੰਦਰੋਂ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਉਹੀ ਦੁਨੀਆਂ ਸਾਨੂੰ ਸੱਭ ਤੋਂ ਭੈੜੀ ਲੱਗਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਦੋਂ ਫਿਰ ਅਸੀਂ ਇਕੱਲੇਪਣ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਸਾਥੀ ਮੰਨ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਸਾਨੂੰ ਅੰਦਰੋਂ ਖੋਖਲਾ ਬਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਥਿੱਤੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਦਾ ਹੁਨਰ ਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਖੁਸ਼ੀ ਅਤੇ ਗਮੀ ਇਕੋ ਹੀ ਸਿੱਕੇ ਦੇ ਦੋ ਪਹਿਲੂ ਹਨ, ਜਿੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਬਦਲਾਵ ਆਉਣਾ ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੈ। ਫਿਰ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਨਿਰਾਸ਼ਾਂ ਕਿਉਂ?

ਪਿੱਛਲੇ ਕੁਝ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੱਛਮੀ ਸਭਿਆਚਾਰ ਸਾਡੇ ਤੇ ਭਾਰੂ ਹੁੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਸਾਡੇ ਦੋਸ਼ ਵਿੱਚ ਫੈਲਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਸਾਡੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ 'ਤੇ ਵੀ ਬਹੁਤ ਬੁਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਿਆਹ ਨੂੰ ਜਨਮਾਂ ਜਨਮਾਂ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ (ਸਾਥ) ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਹੁਣ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਸਾਡੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ

ਸੋਚ ਬਦਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਸਬੂਤ ਤਲਾਕ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋਣ ਦੇ ਵੱਧਦੇ ਮਾਮਲੇ ਹਨ। ਇਸ ਸਥਿੱਤੀ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰਕ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਕੀ ਬਣੇਗਾ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ? ਇਸ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਰਹੀ ਸਿਖਿਆ ਦਰ, ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ, ਅਨਪੜਤਾ ਦੀ ਘਾਟ ਜਾਂ ਫਿਰ ਹੋਰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਜਰੂਰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਪਤੀ ਪਤਨੀ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਭਰੋਸੇ, ਈਮਾਨਦਾਰੀ ਅਤੇ ਭਾਈਵਾਲੀ ਦੇ ਫੁੱਲਾਂ ਦੀ ਮਾਲਾ ਬਣਾ ਕੇ ਬਰਮਾਲਾ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਗਲ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਅੱਜ ਸਮਾਂ ਏਨਾ ਬਦਲ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਵਿਆਹ ਦੇ ਕੁੱਝ ਹੀ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂ ਕੁਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਬਾਅਦ ਹੀ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ-ਅੰਦਾਜ਼, ਅੱਖੋ-ਪਰੋਖੇ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਮਤਭੇਦ ਲੜਾਈ ਝਗੜੇ ਹੋਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਉਸ ਸਥਿੱਤੀ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਸੰਭਾਲਿਆ ਨਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਨੌਬਤ ਤਲਾਕ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਗੁਸੇ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਣ ਤਾਂ ਪਤੀ ਪਤਨੀ ਅਲੱਗ ਅਲੱਗ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਕਈ ਵਾਰ ਦੋਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਜਣਾ ਆਪਣੀ ਲੀਲਾ ਵੀ ਖਤਮ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕੋਈ ਕਾਨੂੰਨੀ ਦਾਅ-ਪੇਚ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਆਪਣੇ ਵਲੋਂ ਲਏ ਗਏ ਫੈਸਲੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਇੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਦੋਵੇਂ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦਾ ਆਦਰ, ਇੱਜ਼ਤ, ਪ੍ਰਸੰਸਾ ਅਤੇ ਕਦਰ ਕਰਦੇ ਹੋਣ ਅਤੇ ਉਹ ਇਸ ਪਵਿੱਤਰ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਚੁੱਪ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਚੁੱਪ ਭਾਵੁਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਵੱਖ ਕਰਨ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਅੰਦਰ ਇਕ ਭਿਆਨਕ ਰੋਗ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਦਾ ਅਸਰ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿੱਤੀ ਵਿੱਚ 'ਹੈਪੀ ਹਾਰਮੋਨ' ਯਾਨੀ ਕਿ ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕੈਮੀਕਲ ਦਾ ਉਤਪਾਦਨ ਕਈ ਗੁਣਾਂ ਘੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਿੰਨਾਂ ਮਰਜ਼ੀ

ਸਹੀ ਮੰਨ ਲਈਏ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਿੰਨਾ ਮਰਜ਼ੀ ਸੱਚੇ-ਸੁੱਚੇ ਬਣ ਲਈਏ, ਪਰ ਉਸ ਬੁਰੇ ਵਕਤ ਦਾ ਦਰਦ ਕਦੇ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਵੇ ਮਰਦ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਔਰਤ ਦੋਵੇਂ ਹੀ ਇਸ ਦੇ ਪੀੜ੍ਹਤ ਹਨ। ਫਰਕ ਸਿਰਫ਼ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਸਹਿ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੋਈ ਅੰਦਰੋਂ ਅੰਦਰੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਖਮੀ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਹੀ ਅੱਜ ਦੇ ਸਮੇਂ ਅੰਦਰ ਦੋਵੇਂ ਕਿਰਤੀ ਲੋਕ ਵੀ ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਗਰੀਬੀ ਵੀ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਇਕ ਅਹਿਮ ਹਿੱਸਾ ਹੈ, ਕੁੱਝ ਕੰਮਾਂਕਾਰਾ ਦੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸਥਿੱਤੀ ਬਣਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿੱਤੀ ਵਿੱਚ, ਕੰਮਕਾਰ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕਜੁਟਤਾ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਇਕ ਸਮਾਂ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦੋਵੇਂ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਆਦਾਨ-ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਆਉਂਦਿਆਂ ਹੀ ਭੁਲਾ ਦੇਵੇ ਤਾਂ ਹੀ ਘਰ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਹਲ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਬੰਦਾ ਘਰ ਆਉਂਦਿਆਂ ਭੁਲਾ ਵੀ ਦੇਵੇਗਾ, ਪਰ ਉਹਦੇ ਆਉਂਦਿਆਂ ਹੀ ਜੇਕਰ ਘਰ ਦਾ ਮਹੌਲ ਹੀ ਗਰਮ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਫਿਰ ਉਹ ਵੀ ਕੀ ਕਰੇਗਾ। ਇਕ ਤਾਂ ਉਹ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਬਾਹਰੋਂ ਸਤਿਆ ਹੋਇਆ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਫਿਰ ਘਰ ਦਾ ਮਹੌਲ ਦੇਖ ਹੋਰ ਵੀ ਟੈਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਲੜਾਈ ਝਗੜੇ ਨੂੰ ਲੰਬਾ ਖਿਚਣਾ, ਜਾਂ ਮਨ ਵਿੱਚ ਹਰ ਗੱਲ ਦੀ ਟੈਸ਼ਨ ਰੱਖਣਾ ਘਰੇਲੂ ਝਗੜਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਤੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਬੜੇ ਸ਼ਾਂਤ ਸੁਭਾਅ ਨਾਲ ਸੁਲਝਾ ਲਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਸੋਚਿਆਂ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਇਸ ਦੀ ਕੋਈ ਮੰਨਣੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਫਿਰ ਸਿਆਣਾ ਬੰਦਾ ਚੁੱਪ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਚੁੱਪ ਇਕੱਲਾਪਣ 'ਚੁੱਪ ਕਾਤਲ' (ਕੈਂਸਰ) ਵਾਂਗ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਖਾਮੋਸ਼ ਕਾਤਲ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਜਰੂਰੀ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ

ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਚੁੱਪ ਇਕੱਲਤਾ ਵੀ ਸਾਡੀ ਖੁਸ਼ੀ 'ਤੇ ਗ੍ਰਹਿਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਬੱਸ ਸਾਨੂੰ ਤਸੱਲੀ ਹੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਲੜਾਈ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਦੂਰ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਲ ਇੱਕ ਛੁੱਤ ਸਾਂਝੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਇਕ ਝੂਠੀ ਤਸੱਲੀ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਇਹ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਨ ਅੰਦਰ ਇਕ ਵਹਿਮ ਪਾਲ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਇਹ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਅੰਦਰੋਂ ਅੰਦਰ ਮਿੱਠੀ ਜਹਿਰ ਵਾਂਗ ਖਾਈ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਨਾ ਰੋਕਿਆ ਤਾਂ ਇਸ ਦੇ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਨਤੀਜੇ ਵੀ ਨਿਕਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਮੁਰੰਮਤ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੁਟਿਆ ਹੋਇਆ ਘਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਾਉਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੀ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇ ਦਿਆ ਕਰੋ, ਇਸ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿੰਦੇ ਰਹੋਗੇ ਤਾਂ ਇਹ ਜਿੰਦਗੀ ਭਰ ਤੁਹਾਡੇ ਫਾਇਦੇ ਵਿੱਚ ਰਹੇਗਾ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਇਕ ਵਾਰ ਦੋਫਾੜ ਪੈ ਗਈ ਲੱਖ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਲਿਓ, ਦੁਬਾਰਾ ਗੱਡੀ ਲੀਹ ਤੇ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਸੰਘਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ ਚੌਵੀ ਘੰਟੇ ਕੰਮ ਕਰ ਵਾਂਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।



ਅਮਰਜੀਤ ਚੰਦਰ  
ਲੁਧਿਆਣਾ  
9417600014



**"JAI BHEEM JAI BHARAT"**

# Happy 134<sup>th</sup> Ambedkar JAYANTI

A Homeage To The  
"Father Of The Indian Constitution"



**"Justice, equality, and  
fraternity are the principles  
that should guide every  
society."**

- Dr B.R. Ambedkar

**Programme:-**  
Talks on life and work of Dr.  
Ambedkar, songs and poetry  
recitation.

*"We are because he was"*

**Let us remember  
The man who fought for us,  
Dr B. R. Ambedkar  
On his 134th birthday celebration.**

**Organised By:-**

Sri Guru Ravidass Sabha,  
Bedford (+44 07715347643)

Bhagwan Valmik Sabha,  
Bedford (+44 07912502301)

Nirankari Satsang Bhavan,  
Bedford (+44 07852178561)

Ambedkar Mission Society,  
Bedford (+44 07721935138)

**▶ JOIN US**



**4th May, 2025  
01:30P.M.-05:30P.M**



**The Centenary Hall, Kempston  
104 Bedford Rd, Kempston,  
Bedford MK42 8BG**

# ਖਿਆਲਾਂ ਦਾ ਸਫ਼ਰ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਖੋਜ

ਕਦੇ ਕਦੇ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਅਜੀਬ ਜਿਹੇ ਖਿਆਲ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਤੋਂ, ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਵਜ੍ਹਾ ਤੋਂ, ਇੱਕ ਉਦਾਸੀ ਦੀ ਪਰਤ ਮਨ 'ਤੇ ਛਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਪੁਰਾਣੀ ਯਾਦ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੜਕਾ ਰਹੀ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਕੋਈ ਅਣਜਾਣੀ ਚਿੰਤਾ ਦਿਲ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰ ਰਹੀ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਉਹ ਪਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀ ਭੱਜ-ਦੌੜ ਤੋਂ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਰੁਕ ਕੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤੀ ਮਾਰਦੇ ਹਾਂ।

ਇਹ ਖਿਆਲ ਕਿਸੇ ਪੁਰਾਣੇ ਦੋਸਤ ਦੀ ਯਾਦ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਮੇਂ ਦੀ ਧੁੜ ਨੇ ਸੰਪਰਕ ਨੂੰ ਧੁੰਦਲਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਗੁਜ਼ਰੇ ਹੋਏ ਪਿਆਰ ਦੀ ਮਿੱਠੀ ਜਿਹੀ ਟੀਸ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਅੱਜ ਵੀ ਦਿਲ ਦੇ ਕਿਸੇ ਕੋਨੇ ਵਿੱਚ ਦੱਬੀ ਬੈਠੀ ਹੈ। ਕਦੇ ਇਹ ਖਿਆਲ ਕਿਸੇ ਅਧੂਰੇ ਸੁਪਨੇ ਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਅੱਜ ਵੀ ਸਾਡੀਆਂ ਰਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਆ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਜਗਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਇੱਕ ਨਦੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਹਿੰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਸ ਦੇ ਵਹਾਅ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਵਧਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਛੱਡ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਕਦੇ ਕਦੇ ਇਹ ਪਿੱਛੇ ਛੱਡੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਿਆਲਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਖੜ੍ਹੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਖਿਆਲ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕਿੱਥੋਂ ਆਏ ਹਾਂ, ਅਸੀਂ ਕੀ ਗੁਆਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਕੀ ਬਣ ਗਏ ਹਾਂ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਖਿਆਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਿਠਾਸ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਦਰਦ ਵੀ। ਮਿਠਾਸ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਕਿ ਕਦੇ ਉਹ ਪਲ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਸਨ ਅਤੇ ਦਰਦ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਕਿ ਉਹ ਹੁਣ ਸਿਰਫ ਯਾਦਾਂ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਏ ਹਨ। ਪਰ ਇਹ ਖਿਆਲ ਸਾਨੂੰ ਜਿਊਣ ਦਾ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਢੰਗ ਵੀ ਸਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਆਉਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਤਬਦੀਲੀ ਨੂੰ ਖਿੜੇ ਮੱਥੇ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਦੇ ਕਦੇ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਖਿਆਲ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਅਸੀਂ ਸਹੀ ਰਸਤੇ 'ਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਾਂ? ਕੀ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਉਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਜੀਅ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸੀ? ਇਹ ਉਹ ਸਵਾਲ ਹਨ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਪੁੱਛਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਖਿਆਲ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ 'ਤੇ ਮੁੜ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਖਿਆਲਾਂ ਤੋਂ ਭੱਜਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ। ਸਗੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਲ ਸੁਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਖਿਆਲ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰਲੇ ਮਨ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਹਨ, ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਕੁਝ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਖਿਆਲ ਸਾਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਤੋਂ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤਾਂ, ਜਦੋਂ ਕਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਖਿਆਲ ਆਵੇ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਅਣਸੁਣਿਆ ਨਾ ਕਰੋ। ਥੋੜ੍ਹਾ ਸਮਾਂ ਕੱਢ ਕੇ ਉਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ। ਸ਼ਾਇਦ ਉਸ ਖਿਆਲ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਕੋਈ ਅਹਿਮ ਸੱਚ ਛੁਪਿਆ ਹੋਵੇ। ਕਦੇ ਕਦੇ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਇਹ ਖਿਆਲ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਜੋੜਦੇ ਹਨ।



ਚਾਨਣਦੀਪ ਸਿੰਘ ਔਲਖ, ਪਿੰਡ ਗੁਰਨੇ ਖੁਰਦ (ਮਾਨਸਾ),  
ਸੰਪਰਕ 9876888177

**ਜੈ ਭੀਮ      ਜੈ ਬਾਰਤ      ਜੈ ਸੰਵਿਧਾਨ**

**ਕਿਤੇ ਭੁੱਲ ਨਾ ਜਾਈਏ ਰਹਿਬਰਾਂ ਦੀਆਂ ਕੁਰਬਾਨੀਆਂ ਨੂੰ.....**

**ਬਹੁਜਨ ਨਾਇਕ, ਕ੍ਰਾਂਤੀਕਾਰੀ, ਸ਼ੰਚੇ ਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰ ਆਗੂ**

**Birth Anniversary of Bodhisatva  
DR. B.R. AMBEDKAR  
& SAHIB SHRI KANSHI RAM JI**

**At:- Bilston Community Centre,  
1 Prouds Lane Bilston, W V14 6pw**

**Date :- Sunday 4th May 2025, Time 11 AM to 05 PM**

*It is a request to the colleagues of the entire Bahujan society to arrive on time and listen to the views of the intellectuals*

**Arriving Missionary Singer : Rajan Gill & Dharminder Masani**

**Rajan Gill**

**Dharminder Masani**

**THERE WILL BE A SPECIAL ARRANGEMENT OF FOOD**

<b>Suresh Bittu</b> 07405 557598	<b>Lakhwinder Basra</b> +447309025424,
<b>Kuldip Deepa</b> +447815134618	<b>Daljit Dhanda</b> +44 7778 087525

**BAHUMAN VICHAR MANCH (UK)**

**2569<sup>th</sup> Buddha Jayanti Celebration**  
*And 134<sup>th</sup> Birth Anniversary of Dr. B. R. Ambedkar*

**Saturday 17<sup>th</sup> May 2025**  
**11.00 am - 2.30 pm**  
At  
**52 Woodfield Avenue, Wolverhampton WV4 4AF**

You are cordially invited along with family and friends to the celebration of Buddha Jayanti / Wesakh Day and Ambedkar Jayanti. May the day of Wesakh fills your heart with happiness and peace of mind and bless with special joy commemorating the Birth, Enlightenment and Mahaparinibbana of the Buddha.

**Programme**

Lunch for Sangha .....	11:00 am
Lunch for guests .....	12:00 pm
Lighting candles, offering flowers, observing five precepts and chanting .....	1:00 pm
Dhamma Talk by Venerable Sangha in English and Hindi .....	1:15 pm
Talk and poetry by guest speakers .....	2:00 pm
End of ceremony with blessings .....	2:30 pm

Lunch offered by Nicole Mamman Rai & Dominic Rai  
Lunch will be served between 12:00 to 1:00pm

On this auspicious occasion any donation to Buddha Vihara is highly appreciated.  
International Buddhist Trust UK Dedicated to Bhikkhu Chandramani, the Diksha Guru of Dr. B. R. Ambedkar  
Account No: 39233360, Sort Code: 30-90-89 at Lloyds Bank

**International Buddhist Trust UK**  
Dedicated to Bhikkhu Chandramani the Diksha Guru of Dr. B. R. Ambedkar  
52 Woodfield Avenue, Penn, Wolverhampton, WV4 4AF  
Email: int.buddhist.tstuk@gmail.com Charity Registration No.: 1180542

For Further information please contact: Ven. Tejwant (President) 07775437566



## AMBEDKAR INTERNATIONAL MISSION, LONDON

*Pays Homage To*

### THE GREAT DR BABASAHEB AMBEDKAR

*On the occasion of his 134<sup>th</sup> Birth Anniversary*

 **Sunday, 11th May, 2025**  **From 2 pm (sharp) until 6 pm**

 **At Elmhurst School, Upton Park Road, London, E7 8JY**

All are cordially invited along with family, friends and relatives  
Speeches and poetry by distinguished guests

Sir Stephen Timms MP, Minister of State at the Department for  
Work and Pensions will be in attendance  
from 2 pm until 2:30 pm

### CHIEF GUEST

**Dr. B.P. Ashok (IPS Retd), PhD, D.Litt.**

Dr. B.P. Ashok is a prominent public figure now retired from his professional role as an Indian Police Service Officer. He has delivered over 5,000 lectures on social, cultural, religious, political, and motivational issues worldwide, including at the London School of Economics, House of Commons (UK), the University of London, the National Police Academy in Hyderabad, the UP Academy of Administration, and leading Strategic Change course at the Royal Institute of Public Administration in London, as well as lectured at various other universities around the world. He is also the author of more than 30 books.



### Transport and Parking

Nearest Underground: Upton Park,  
District, Hammersmith and City lines.



The venue is 10 minutes' walk from  
Upton Park Underground Station

### Cultural Entertainment

Giani Tarsem Singh Virdee and Party  
London (+91 9855 08290)  
Tabla and Dhol Academy,



Dance performance:  
Ms Tamalika and Ms Sonia

**Free parking at Elmhurst Primary School**

**Lunch will be strictly served between 12 noon - 1:30 pm only**

 **Contact: Tel. 07751-668926**

# ਆਹ ਰੈਲੀ ਆ

ਅੱਡੇ ਵਾਲੀ ਦੁਕਾਨ ਦੇ ਉੱਪਰ ਚਾਰ ਪੰਜ ਜਣੇ ਅਖਬਾਰ ਨੂੰ ਚਿੱਥੜੇ ਹੋਏ ਸਨ ਕੋਲ ਆ ਕੇ ਤਾਇਆ ਤੇਜਾ ਸਿਉਂ ਅਖਬਾਰ ਦਾ ਸਫਾ ਦੇਖ ਕੇ ਕਹਿੰਦਾ, ' ਉਹ ਵੋਟਾਂ

ਸਮਾਜ ਵੀਕਲੀ ਨਿਊਜ਼

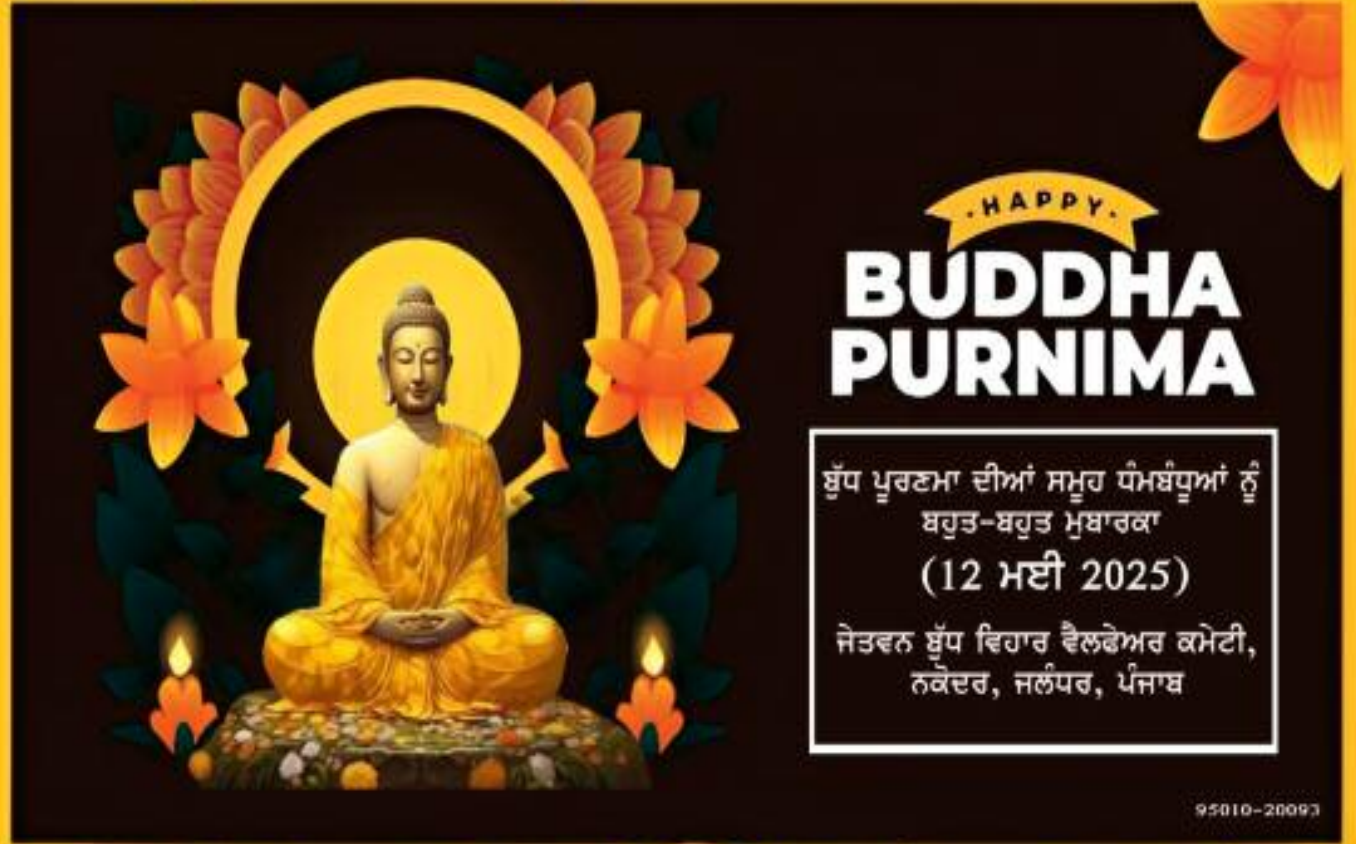


ਹਾਲੇ ਆਈਆਂ ਨੀਂ ਆਹ ਰੈਲੀਆਂ ਹੁਣੇ ਚੱਲ ਪਈਆਂ, ਕੋਲ ਬੈਠਾ ਦੀਪਾ ਕਹਿੰਦਾ, ' ਕਿਹੜੀ ਰੈਲੀ?, ਓ ਆਹ ਜਿਹੜਾ ਚਿੱਟੀ ਜਿਹੀ ਗੱਡੀ ਦੇ

ਉਤੇ ਭਾਸ਼ਣ ਦੇ ਰਿਹਾ, ਤੇਜੇ ਤਾਏ ਨੇ ਅਖਬਾਰ ਸਾਰਿਆਂ ਮੁਹਰੇ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ। ਪੂਰੀ ਗੱਲ ਸਮਝਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭਿੰਦਰ ਮੁਸਕਣੀ ਜਿਹਾ ਹਾਸਾ ਹੱਸਦਾ ਕਹਿੰਦਾ, 'ਤਾਇਆ ਇਹ ਰੈਲੀ ਤੇ ਭਾਸ਼ਣ ਨਹੀਂ ਦੇ ਰਿਹਾ ਇਹ ਐਮ ਐਲ ਏ ਆ ਤੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਡੱਕਿਆ ਹੋਇਆ।' ਅੱਛਾ ਅੱਛਾ ਮੈਂ ਕਿਹਾ ਕਿਤੇ ਇਹ ਰੈਲੀ ਕਰਦਾ ਇਹ ਕਹਿੰਦਾ ਹੋਇਆ, ਤੇਜਾ ਸਿਉਂ ਸਾਈਕਲ ਦਾ ਪੈਡਲ ਮਾਰਦਾ ਹੋਇਆ ਮੋਟਰ 'ਤੇ ਤੁੜੀ ਬਣਾ ਰਹੀ ਮਸ਼ੀਨ ਵੱਲ ਨੂੰ ਹੋ ਤੁਰਿਆ।

ਬਲਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬੱਬੀ  
7009107300

ਨਮੋ ਬੁਧਾਏ ਜੈ ਮੂਲ ਨਿਵਾਸੀ ਜੈ ਭੀਮ



ਬੁੱਧ ਪੂਰਣਮਾ ਦੀਆਂ ਸਮੂਹ ਧੰਮਬੰਧੂਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ-ਬਹੁਤ ਮੁਬਾਰਕਾ (12 ਮਈ 2025) ਜੇਤਵਨ ਬੁੱਧ ਵਿਹਾਰ ਵੈਲਫੇਅਰ ਕਮੇਟੀ, ਨਕੋਦਰ, ਜਲੰਧਰ, ਪੰਜਾਬ

ਜੇਤਵਨ ਬੁੱਧ ਵਿਹਾਰ, ਮੁਹੱਲਾ ਨਵੀਂ ਅਬਾਦੀ (ਡਾ. ਅੰਬੇਡਕਰ ਨਗਰ) ਨਕੋਦਰ

Namo Buddhaye Jai Bheem

Watch us Live on Facebook every Sunday at 8 pm Indian Time  
live call : +91-966-797-2248  
E-mail : dhammawaves.info@gmail.com

Follow Us : www.Dhammawaves.com Dhammawaves   
E-mail : dhammawaves.info@gmail.com

ਚਾਲੀ ਬੁਢ ਗਯਾ  
ਅਰ ਨਹੀਂ ਰੋਕਾਏ ਨਹੀਂ  
ਜਿਤੇਗਾ ਬੀਫ਼ਰੋਂ ਕੋ ਬੀਫ਼ ਗਯਾ ਯਹਾ  
ਬੁਢ ਵਿਹਾਰ

Bhikkhu M Dhammajothy Thero

Dhamma Desna By: Bhikkhu M Dhammajothy Thero

Topic: बुद्धिमान लोग कैसे भावनाओं से बहक जाते हैं  
How intelligent get hijacked by Emotion

Topic : संस्कृत:  
पाली भाषा संस्कृत  
की जननी है।  
  
 संस्कृत ; ਇਕ  
ਪਰੋਲੀ, ਪਾਲੀ ਭਾਸ਼ਾ  
ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦੀ ਮਾਂ ਹੈ

Sunday  
May.4th,2025  
at 8 PM  
Indian Time

Live On  
Facebook

Prof. Harnek Singh

Guest Speaker : Prof. Harnek Singh (Punjab)

Abolish Bodh Gaya  
Temple Act 1949!

Namo Budha Jai Mulnivasi Jai Bheem

JETVAN BUDHA VIHARA  
Nakodar, Jalandhar, Punjab

Baba Sahib Dr. Ambedkar

Jetvan Buddha Vihara Welfare Committee and Moh. Dr. Ambedkar Nagar (Nai Abadi) Nakodar are celebrating Buddha Purnama on Monday 12th May 2025 at 6 PM at Jetvan Buddha Vihara Nakodar. So everyone is being invited to participate in the program of Buddha Purnama.

Note:-  
For the information of all of you-

From :- Jetvan Buddha Vihara Welfare Committee

The construction work of Jetvan Buddha Vihara building is going on. Any generous gentleman who wants to donate. They can send donations to the following account. Jai Bheem

Central Bank Of India

A/C No. :- 5743278657 IFSC Code:- CBIN0280356

Branch:- Nakodar

Contact :-

PL Chander- 95010-20093

Rakesh Kumar- 98152-54889

S. Kumar- 98144-72490

Dinesh Kumar- 9501186011

E Mail- jetvanbudhvihara@gmail.com

# 'Relevance of Dr Babasaheb Ambedkar in Modern Times' 134th Jayanti Commemoration at the House of Lords, The Palace of Westminster in the Heart of London



To commemorate the 134th Birth Anniversary of Babasaheb Dr Ambedkar  
A seminar at the British Parliament, House of Lords  
Topic: Ambedkar and his Relevance in Modern Times  
**Wednesday 30th April, 2025 at 3:00 to 4:15 PM (Room 1)**

Chaired by: Lord Harries of Pentregarth, Co-Chair All Parliamentary Group for Dalits  
Federation of Ambedkarite and Buddhist Organisations UK

## RSVP

Ram Pal Rahi (President FABO UK) : 07721 935138  
Dr Vrushali Patnaik (Gen. Secretary) : 07713 234786  
C Gautam (Joint Secretary) : 07956 918053



*A picture  
is worth  
million  
words!!!*



Lord Harries of Pentregarth is a Member of the House of Lords and Co-Chair of the All-Party Parliamentary Group 'Dalits and Adivasis (Tribals).'

[https://en.wikipedia.org/wiki/Richard\\_Harries,\\_Baron\\_Harries\\_of\\_Pentregarth](https://en.wikipedia.org/wiki/Richard_Harries,_Baron_Harries_of_Pentregarth)

**President** of the Federation of Ambedkarite and Buddhist Organisations UK (FABO-UK), since 2023

- Also, President of the Punjab Buddhist Society UK and the Dr Ambedkar Mission Society, Bedford.

- Ram Pal Rahi is a respected community leader whose lifelong work has uplifted others through activism, entrepreneurship, and education. Born in Guru Ravidas Nagar, Nawanshahr, Punjab, into a family with a strong sense of duty, his father served Indian Army at the rank of Subedar Major.

- Mr Rahi's journey reflects a deep commitment to equality, social justice, and service. These values continue to inspire those around him.

- He pursued his education in Pune, Maharashtra where he also learnt Marathi and Gujarati. He later graduated from Guru Nanak Dev University in Amritsar with a degree in English, History, and Political Science. During his university years, he was actively involved with the National Cadet Corps (NCC), receiving formal training.

- From 1976 to 1989, he worked as a production operator at Vauxhall Motors in Luton. During this time, he trained as a driving instructor and later founded the Paul School of Motoring. Since



1985, his family has also been managing the Londis Convenience Store in Kempton.

- A highly enterprising individual, Mr. Rahi ventured into the property market and successfully built a substantial property portfolio, including a hotel.

- He had the honour of working closely with the late Chanan Chahal, the founding president of FABO-UK. Together, they travelled extensively to promote the Ambedkarite cause, visiting countries including Portugal, France, Belgium, Canada (Simon Fraser

University, Vancouver), the United States (Columbia University), Colombia, Japan (Kōshiyama University), Paris, and Kuala Lumpur.

- Mr. Rahi has served as a trustee of the Guru Ravidas Mission Hospital in Phagwara, Punjab and personally funded surgeries for underprivileged patients. He is also a member of the Prabuddha Bharat Foundation in Punjab. A passionate supporter of education, he has consistently helped poor students by funding school uniforms, books, and tuition

fees. He has even sponsored several students to pursue higher education abroad. Additionally, he has contributed financially to the publication of numerous books.

- Speech Excerpt – 134th Birth Anniversary of Dr. B.R. Ambedkar

My Lordship, Ladies, and Gentlemen,

On the 134th birth anniversary of Babasaheb Dr. B.R. Ambedkar, we at FABO-UK pay our deepest respects to the architect of modern India—a visionary who gave us the Constitution, fought tirelessly for human rights, and laid the foundation for a just and equal society. Babasaheb's philosophy continues to inspire our mission: to establish a world-class Ambedkarite centre for social change, learning, and cultural empowerment.

Today, let us reaffirm our commitment to:

- \* Promote Ambedkar's vision of equality, reason, and justice in the UK and around the world.

- \* Mobilize and unite the Ambedkarite community through compassion and shared purpose.

- \* Support social transformation through education, outreach, and international cooperation.

Let us carry forward Babasaheb's legacy—not just in words, but through bold actions that uplift the oppressed and advance the cause of liberty and fraternity.

*Oviya Thangaraj hails from Tamil Nadu, India is currently pursuing her Master's degree in Public Policy and Management at SOAS, University of London. She has a background in development and public policy, with experience working on social inclusion and governance in India. Her work focuses on the intersections of caste, gender, and economic justice. Oviya is deeply inspired by Dr. Ambedkar's vision and is committed to building equitable and people-centric policies.*

**Address:** When I was a child growing up in a small town in Tamil Nadu, my grandmother would carry a folded cloth bag with her wherever she went, to temples, markets, and even hospitals. I once asked her why she always kept it with her. She replied, "You never know when you might be asked to sit separately or bring your own sheet." At the time, I didn't fully understand. It was only later that I realized — this quiet act was a survival strategy. It reflected a deeper, systemic truth: how caste and social exclusion seep into even the most basic aspects of public health. That image of my grandmother, a resilient woman from a denotified community, remains with me, a living reminder of how access to health is shaped not just by policy, but by power.

It is with that memory that I speak today on the continuing relevance of Babasaheb Dr. B.R. Ambedkar, not only as the chief architect of India's Constitution but as a visionary of public health justice. Ambedkar believed that the health of a society could never be separated



from its social structure. He saw public health not merely as a question of medicine or infrastructure, but as a matter of dignity, equality, and justice. In his writings and political work, he emphasized that without addressing caste, labour exploitation, and systemic inequality, health rights

could never be fully realized.

Today, we must revisit Babasaheb's insights through four urgent lenses. First, constitutional rights as health rights, the right to life, to dignity, and to equality are not abstract ideals. They are the foundations of public health. Ambedkar's

vision of constitutional morality compels us to treat health not as a favour, but as a fundamental entitlement. Second, labour rights as health rights, Babasaheb Ambedkar fought tirelessly for maternity leave, fair wages, and humane working hours. These are not just labour issues, but crucial

determinants of physical and mental health, especially in today's gig economy and informal sectors where protections are shrinking. Third, migration and health, the pandemic showed us the brutal reality faced by millions of migrant workers who were left without food, shelter, or care. Ambedkar warned that a society that neglects its most vulnerable endangers itself. Finally, intergenerational justice as a mental health issue, the psychological toll of caste-based discrimination and poverty is carried across generations. Ambedkar did not just speak of social reform, he demanded a deeper transformation of the psyche, where mental well-being is seen as a right, not a privilege. So, when we talk about Babasaheb Ambedkar today, let us not reduce him to statues or ceremonial tributes. Let us bring him into our hospitals, our housing policies, our mental health programs, and our labour laws. Let us recognize, as he did, that public health is public justice. And without justice, there can be no real health.

**Kanika Suresh:** Holds a Bachelor's in Political Science and a Master's in International Relations from Cardiff University with experience as research intern with ministry social justice and empowerment. *Roots & Passion:* Hails from Lucknow, India, and seamlessly blends her love for social work with the artistry of Bharatanatyam and travelling. *Purpose Today:* Here to shed light on Dr. B.R. Ambedkar's enduring relevance in today's world—tying history to contemporary struggles.

**Address:** Today, I stand before you to discuss a visionary whose life and work transcended his time—Dr. B.R. Ambedkar. Scholar, jurist, and the architect of India's Constitution, Ambedkar was not just a leader of the oppressed but a thinker whose ideas continue to challenge systemic injustice globally. Through his writings, his relentless advocacy, and his constitutional vision, he laid bare the structures of caste and power—issues that, far from being confined to history, persist in new forms today. His call for social democracy, his fight for gender justice, and his unflinching critique of oppression remain as urgent now as they were a century ago. This is not just a talk about Ambedkar the historical figure, but about why his philosophy is indispensable in our ongoing struggles for equality. Ambedkar's life was a testament to resistance. Born into the stigma of untouchability, he transformed personal suffering into a political mission. His academic rigor—evident in works like *Annihilation of Caste*—exposed caste not as a relic of the past, but as a living system of economic and social apartheid. In



that text, he dissected how caste perpetuates itself through endogamy and occupational segregation—a reality that still shapes labour hierarchies today, whether in India's manual scavenging crisis or in the underpaid migrant workforce abroad. His constitutional battles went beyond legal formalism. When he drafted provisions like Article 17 (abolishing untouchability) or Article 15 (prohibiting caste discrimination), he was not merely writing laws; he was dismantling the philosophical founda-

the West grapples with its own histories of exclusion, Ambedkar's ideas force us to ask: Can formal equality ever suffice without material restitution?

Ambedkar's relevance today lies in his refusal to separate the political from the social, the legal from the moral. He understood that constitutions alone cannot erase prejudice—they must be wielded by vigilant citizens. In an era of rising authoritarianism and manufactured divides, his warning against "the grammar of anarchy"—the unspoken rules that sustain hierarchy—resonates globally.

From #BlackLivesMatter to #DalitLivesMatter, from gender pay gaps to caste pay gaps, his framework helps us see these not as isolated injustices, but as interconnected systems of power.

So let us not confine Ambedkar to history books. Let us read him, cite him, and deploy his tools—not because he was a Dalit icon, but because he was a universal thinker for all who fight oppression. As he famously said, "I measure the progress of a community by the degree of progress its women have achieved." By that measure, and by so many others, our work is far from over.

Thank you.

*Hemalatha R. is an engineer by profession, with over three decades of experience in the IT sector. Originally from Tamil Nadu, India, she is currently based in the United Kingdom. She is deeply committed to upholding and promoting the principles of Ambedkarism, with a strong focus on fostering scientific temper and advancing awareness of social justice and equality within both professional and community spheres.*

**Address:** “Even the best Constitution can fail if the implementors are bad; and a bad Constitution can prove good if the implementors are good.” Babasaheb, voiced this very concern on the 26th November, 1949, in his speech to the Constituent Assembly.

I hail from Tamil Nadu, India, Recently, Tamil Nadu state government approached the Supreme Court, challenging the State Governor’s inaction on several key legislative bills—some of those pending for years. In its judgment, the Supreme Court reminded both the Governor and the President of their constitutional duties and issued firm directions to uphold the foundational values of the Constitution.

Thank to Babasaheb for this visionary Constitution which is living, evolving, and defends itself through the very institutions it created. His foresight was extraordinary, and his concerns remain relevant even today.

Babasaheb had a vision of an enlightened India. He once said, "Cultivation of



minds should be the ultimate aim of human existence." He believed that education is not mere holding academic degrees. It must nurture rationality and scientific temper; and he reflected the same in Article 51A(h) in the Constitution. While India has made significant progress in science and technology—particularly in IT and Space exploration—paradoxically there is a growing and deliberate push to promote pseudoscientific ideas.

Several scientists and science advocates protested during the event “India March for Science 2024,” for the removal of key topics, including Darwin’s theory of evolution, Mendeleev’s periodic table, and chapters on human rights and democracy from school curriculum. It is deeply troubling that individuals lacking scientific temper are leading our academic institutions. Scientific Temper in India is under serious threat. The

enlightened India is still a work in progress.

Babasaheb believed that political democracy can succeed only when it is rooted in social and economic justice. He championed equitable wealth distribution to empower the marginalized communities.

Today, India is one of the fastest-growing economies in the world.

Yet, the Oxfam Report 2024 reveals a stark reality: the top 10% own 77% of the nation’s wealth, India is home to 119 billionaires whose fortune grew nearly tenfold in just a decade.

In contrast, 234 million people—about 16% of the population—still live in poverty. I recall Babasaheb’s timeless words, “If you believe in living a respectable life, you should believe in self-help, which is the best help”—it is a call to action. Democracy is not just about casting a ballot; it is a way of life that demands courage, voice, and constant vigilance. Babasaheb’s dreams live on, but the struggle continues.

**Jai Bheem!!!**

*Manisha Waghmare is daughter of an ex-serviceman. Living in the UK since October 2021, Achieved Master in Business Administration and working as stock confirmation supervisor in the signature company. I am glad to become part of the Buddhist Ambedkarite organisation to follow the footsteps of Dr. Bheem Rao Ramji Ambedkar for upliftment and growth of my society by education.*

**Address:** My Lord, distinguished guests, and fellow Ambedkarites, we often remember Babasaheb as the father of Indian Constitution — a relentless voice for the voiceless. But today, I ask you to see him not only as a jurist and reformer, but as a nation-builder whose vision reached as deep as the ocean and as wide as the nation itself. In a world increasingly defined by climate breakdown, resource conflict, and inequality, we must ask — what if we had listened to Babasaheb not just in the courtroom, but at the dam, the well and the river?

Today, I highlight a lesser-known, but powerfully relevant dimension of his genius: Babasaheb's visionary work in water management — a call not just for resource reform, but for justice and dignity.

“Water is wealth.” To him, these were not just economic words — they were a declaration of equality. In a nation where water is life, millions from the marginal community were denied even a sip of clean drinking



water — forced to drink from drains, rely on waste, or beg, while animals drank freely from public ponds as shown in Shudra movie. In 1927, at Mahad, Babasaheb led the historic Chaudar Talab Satyagraha — not to quench thirst, but to affirm a human right: we too are human. As Labour Member in the Viceroy's Executive Council (1942–1946), he transformed protest into policy — drafting

India's first integrated water development vision. He initiated landmark multi-purpose river projects — Damodar Valley, Hirakud, Mahanadi, Godavari — combining irrigation, flood control, hydropower, and navigation. He founded the Central Waterways, Irrigation and Navigation Commission, the foundation of today's Central Water Commission. To Babasaheb, water was never just a utility —

it was a right, a lifeline, and a symbol of equality restored.

He called for central coordination of rivers across provinces, rejected short-term fixes, and pushed for basin-wide planning:

a model where one river could serve farming, drinking, power — and peace.

Today, as we face climate disasters, water scarcity, and rising inequality, his vision offers solutions more urgent than ever.

He believed just as no one can survive without water, no society can survive without justice.

Yet today, we drift toward privatization, profit over people, and short-term survival. If only we had listened — many crises could have been prevented.

Babasaheb once said, “We are not going to the water to merely quench our thirst — we are going to assert our right to be human.”

His legacy isn't behind us — it is the map forward. It is the solution. It is the future.

*Dr. Vrushali Patnaik Sonkamble works as a Clinician at Enfield practice & Surgery, NHS, North London. She is a devoted medical practitioner and has over 10 years of experience as a Casualty Medical Officer in Maharashtra India. Currently, she is General Secretary of FABO-UK.*

**Address:** Dr Babasaheb Ambedkar's philosophy to secure health nutritional security is vital today as we face climate change & urbanisation. People living at poverty margin get highly shaken for their ultimate basic needs. As they live in unhealthy conditions prone to multiple infections chronic conditions & may die in early age. It can even lead to serious global challenge.

Before we got constitutional rights, my ancestors had no access to education, food and any clean water. Now it has changed, we got the equal rights.

My Ambedkarite brother Dr. Rohit Vemulla had a great dream to serve the community for all his life. He faced constant caste discrimination, he even tattooed his hand saying 'I am Mahar'. As repeatedly he had been questioned about his caste, after persistent struggle he ended his own life. This agonises us of all and the whole nation.

Dr Babasaheb's message for the Hindu generation is, if they study the round table conference thoroughly, they will be happy for Dr Babasaheb's decision of equality.



Me and my brother's & sisters will continue to carry Dr Babasaheb's Legacy & follow his ideology.

Thank you,  
Jay Bheem, Jay Bharat!!!

*Santosh Dass MBE: 'Building solidarities in UK's caste discrimination law movement'. Santosh Dass MBE is Chair of the Anti-Caste Discrimination Alliance. In 2003 she co-founded Caste-Watch UK and in 2008 the Anti Caste Discrimination Alliance. She was the first woman President of FABO UK from 2013-2023 during which time she successfully lobbied the Government of Maharashtra to establish the Ambedkar Museum London. She also successfully lobbied for the Ambedkar Room at Gray's Inn. Her co-edited, and co-authored book 'Ambedkar in London' was published in 2022.*

**Address:** Lord Harries, Ladies and Gentleman, a very warm Jai Bheem and a happy Ambedkar Jayanti to you all. Thank you FABO UK and Lord Harries for inviting me to speak.

First of all, congratulations to Oviya, Kanika, Hemalatha, Manisha, and Dr Vrushali for their excellent presentations. They are our hope for the future of our cause.

Tomorrow, 1 May is International Workers Day. Dr Ambedkar was crucial in shaping India's labour laws. He formed the Independent Labour Party in 1936. It fought for the political, social and economic rights of workers. And, from 1942, he continued these reforms as Labour minister. Amongst the many things he did, Dr Ambedkar also:

- Championed an eight-hour working day
- Introduced legal protection for minimum wages
- Championed the creation of a comprehensive social security scheme that included workers compensation, maternity benefits and sickness insurance.
- Amended the Factories Act in 1945 to provide workers with, for example, paid holidays
- Promoted equal pay for equal work
- Legislated for compulsory recognition of trade unions
- Supported the implementation of reservations in Government employment.

Labour rights, protections, and equality of treatment clearly mattered a great deal to him.

The UK's Equality Act 2010 (as amended) aims to protect workers, people requiring services, and students from discrimination. It also helps promote equality of opportunity and treatment.

For decades we have campaigned to outlaw pernicious caste dis-



crimination in this country. Section 9(5) of the Equality Act introduced by the Labour Government in 2010, has a ministerial power that can make this happen. In 2018 the last Government announced it would repeal this power it had been duty-bound to implement since 2013. A decision based on a contentious consultation. The last Government argued, and this Government continues to argue, legal cases could be brought using existing legislation and the 'ethnic origins' principles of the 2014 *Tirkey v Chandhok* Employment Tribunal. What good does making empty statements do? Employers, service providers, and places of education still have no legal requirement to refer to caste discrimination in their equality and HR guidance. They have no duty

to address it. And, the 'ethnic origins' principles provide, at best, limited protection.

"Educate: agitate: organise"

Meanwhile, the Anti Caste Discrimination Alliance, which I chair, continues to raise awareness of caste discrimination with the NHS, the private sector, and trades unions. Our initiatives are bearing fruit. In 2024, the Annual Delegate Conference of the civil service Public and Commercial Services Union and the National Black Members Conference of the public sector UNISON union added Caste discrimination-specific motions to their agendas. This year, the UNISON National Delegate Conference and Black Members Conference both included motions and the PCS too. Other unions including the Bakers,

Food and Allied Workers Union are considering following suit. We believe it will have a ripple effect for other unions we are working with now.

In its May 2024 update on caste discrimination to the UN's Committee for the Elimination of Racial Discrimination, the Government stated it only knew of one legal case – *Tirkey v. Chandhok*. However, we, the ACDA, have identified many more, plus cases settled out of court we were involved with. We asked the EHRC (Equality and Human Rights Commission) last month how many cases they've supported in the last 10 years. They said one! The *Tirkey* case! Something's badly wrong. Government and the EHRC appear to be oblivious of recent cases. There were also two successful prosecutions of British-Indian men who produced and posted caste-related hate videos on Tik Tok. We've also successfully intervened to get casteist hospital guidance removed.

For decades the lobby against the law argued there wasn't enough evidence of Caste discrimination, and that caste would disappear over time. Caste is inherited by birth. Caste isn't restricted to one religion or faith. Caste and caste divisions have not disappeared. That is a fact.

This month the government announced an 'Equality law call for evidence'. The deadline for responses is end of June. There's also the new Race Equality Engagement Group chaired by Baroness Doreen Lawrence. Input into the consultation. Lobby and educate your MPs, and your unions for caste discrimination to be outlawed.

**Thank you.**

*Prof. Dr. Paul Flather is an academic - former Fellow at two Oxford University colleges, and visiting professor; journalist and writer with the Times and BBC; politician chairing the ILEA's post schools committee; and human rights activist, who worked with dissidents in the former Central Europe and founding head of the Central European University. He has founded and campaigned on many equality and anti-racism initiatives, including co-founder of the pioneering British Organisation of People of Indian Origin.*

**Address:**

What Babasaheb Ambedkar would say if he met President Donald Trump today!

It is very good to be here among friends. Always. And special thanks to Gautam, and thanks Ram Pal, and to all the friends involved in organizing this special event. We have heard some very good talks already, highlighting some of the lifelong campaigns that Babasaheb has been involved in terms of opposing casteism, fighting against inequalities, and his commitment to social justice and public health. Now, I thought it would be rather good - and not at all inappropriate - to imagine what he might say and how he would deal with on one of the most pressing 'crises' that we collectively face today, and right now, and, probably, for the next four years. That is ... Donald Trump - and his policies and his vision. I was just looking at The Economist, and they have this picture on their latest cover of The Scream, this famous painting by the Norwegian painter Edward Munch, and they have superimposed the face of Donald Trump on that, so that he is creating this screaming that is so affecting us all, all over the world., and we have to worry just what happens next from the self-anointed 'great disruptor'. So, today, I thought I would pick on three central themes within Trump's 'vision' and see what lessons Babasaheb would give us on each of them, if he was here with us today.

I: Centralisation of Power Number one is the centralisation of power. Now, we all know Trump is very authoritarian, very keen on accumulating power. Quite frankly, he is a bit of a bully. He uses Presidential Executive Orders like confetti. These are meant to be exceptional powers. They have hardly been used in the past 200 years of presidential rule, yet here he is issuing what seems like dozens every day. He seems to ride roughshod over Congress. He is using his control on spending and money to do as he wishes. He uses Federal spending to force change that suits him. He challenges the Supreme Court, and he has even called for the impeachment of a judge who gave a verdict that he did not agree with, and he hands out presidential pardons to convicted criminals as if there is no tomorrow. He is probably breaking the system as it used to work.

Babasaheb, of course, was very much in the opposite camp. He was such a passionate believer in democracy, in pluralism, in cultural and religious tolerance. Even if he opposed Brahminical Hinduism, he was still a supporter of religious tolerance. His vision of the role of the state was that it must maintain order,



certainly. I think we all subscribe to that. But Babasaheb also felt the state, perhaps above all, had a particular and special job to fight to include the marginalized, to listen to the oppressed, and to uplift the downtrodden, so that they could be all heard within democracy. This is of course also very much reflected in a great deal of the work and philosophy that he put in as Chair of the Constituent Assembly committee charged with drafting the famous Indian constitution. So, he would stand fair and square against this kind of power grab. Frankly, I think, he would actually raise eyebrows at Mr. Modi, too in terms of centralization of power.

II: Favouritism of Elites The second theme I picked out was that Trump's tremendous liking for elites, for corporate billionaires, indeed for business and for profit! Trump likes to surround himself, as we know all too well, with 'Tech' billionaires, with all the trappings of wealth and power. He loves it! In fact, I was just recently in America, and I decided to visit for myself Trump Tower - it is a pretty hideous, ostentatious all black looking tower. And I went into some of the Tesla showrooms which are owned by Elon Musk, which were being attacked by those opposed to his cuts strategies, and I got to see his new futuristic Cyber Truck, which is also incredibly threatening looking at. 2 So, Donald Trump has - theoretically perhaps - promised to help workers and to boost manufacturing in the so-called Rust Belt in the mid-west of America. But as we have just heard so well, through the talk given by Santosh Das, it was actually Babasaheb who had the 'true' interests of workers at heart. Trump is offering as key policies tax cuts for the well-off and his

tariff policies are really a kind of protectionism which in the end are really only going to make the rich richer within advanced countries and the poor poorer in the global south. And he believes in deregulation, which, of course, allows and enables the market to exploit for the benefit - more or less entirely - for the purpose of profit-making.

Now Babasaheb was, as we know, a warrior for global justice. He supported workers' rights and equality rights and fought for the rights of trades unions. He heard the cries of the downtrodden and the oppressed. He would have bitterly opposed Trump's planned welfare cuts and his discriminatory and divisive politics on migration, such as his talk of a 'Muslim Ban', and his expulsions of certain Latinos. What Babasaheb believed in was an inclusive society. Partly in fact influenced from his time in America, and I will come back to that in a second. He had a great affinity, though he didn't get directly involved, in the plight suffered by Blacks in the South.

III: Rampant Nationalism The third and last theme I wanted to pick up on, was Trump's idea of nationalism and MAGA, 'Making America Great Again', and promoting, if you like, the interests of one giant country over the others.

Frankly, this rampant nationalism would have been anathema to Babasaheb. He, on the contrary, believed strongly in international solidarity and universalism, and he believed in the value of international cooperation in fighting discrimination. He did have a lifelong interest in international affairs - which probably gets forgotten given all the many other commitments and achievements in his very full life. This was perhaps kindled from his early days in American when he went to study at Columbia University. He went there in 1913 of course. Then he goes on to the London School of Economics here. But while he was in America, he was introduced to a 3 relatively new concept, the so-called 'American Dream'. The American Dream suggests that anybody, from any background, can rise up and achieve great things. And if you think about that for a moment, coming to you as a young person, that concept, of course, would have informed your vision of what should also be possible for the Dalits in India.

In America, he was introduced to George Washington and his ideas on liberty and equality. He read Uncle

Tom's Cabin, the famous anti-slavery novel. He would have undoubtedly noticed the so-called Harlem Renaissance, when Black Culture started to gain self-confidence. And he would later correspond with the famous philosopher W E Dubois, who did much to explore the concepts of race and racism, and much-admired people like Louis Armstrong, Paul Robeson and Marcus Garvey and others.

By the 1950s, he was very involved with the United Nations where he tried to raise the plight of Dalits there several times. But he was actually slapped down, not for the first time, by Nehru, who did not want India's so-called 'private business' put in the public domain. Though Nehru and Ambedkar were united over raising the plight of the Civil Rights injustices in America or the Apartheid regime in South Africa, they were not allowed to raise the plight of the Untouchables and Dalits in India.

Babasaheb shared strongly the underlying key UN principles of sovereignty, of self-determination, and of human rights, which we have heard a lot about. Look, he would not have been sitting in the White House checking what clothes Zelensky was wearing. He would have been passionately against the Russian invasion. Take note, Mr. Modi.

Babasaheb was anti-imperialist. He was anti-colonialist. And in demanding equal status for India within the Commonwealth family, with the likes of Canada and Australia, he was simply adopting what I would call a sort of pragmatic internationalism. He wanted to use international relations to gain specific ends around solidarity politics. Not for him, this national self-interested realism, this form of self-interested transnationalism that seems to so inform Trumpian policies. So, if he were alive today, I think Ambedkar would aim to put Trump back in his place. Friends, Ambedkar had a wonderful vision for a just world, and as I have tried to show for this was a just world beyond just the struggle for a free India and an inclusive India. Again, there is a message here to Prime Minister Modi. His vision was so much beyond that. He actually believed in an international justice that was shared by all. So, no place for these kinds of Trumpian ideas in the world vision of Ambedkar. Just to conclude with this wonderful phrase that he came up with: "No new masters, please." Thank you.

*Rahul Gaikwad is an Indian Economist, Politician, International Entrepreneur, Researcher, and Policy Strategist. He holds an MSc from London Metropolitan University, an MBA from the University of Mumbai, a BSc in Chemistry from Rizvi College, along with CPDs and a CMI qualification from the UK.*

*He currently serves as the CEO (International Business & Economist) of a multinational firm based in London, Director of an Indian real estate and finance startup, and an active Tech VC Investor. Rahul brings extensive expertise in global finance, structured investments, and international real estate markets across the UK, UAE, USA, and India.*

**Address:** Part 1 Good evening to the Honorable Lord and esteemed members. With only five minutes to speak, I will respectfully refrain from naming Today, we gather to celebrate the 134th birth anniversary of Param Pujya, Bharat Ratna Bodhisattva Dr. B. R. Ambedkar. His legacy continues to inspire generations for EQUALITY across the globe. Subject: "Artificial Intelligence and the Pursuit of Equality for Marginalized Communities Worldwide" Part 2 Biased Data and Structural Tech Discrimination in AI – AI is Penetrating Historical Biases IN DATASETS: AI systems often reflect discrimination present in their training data. Example: Hiring AIs may reject resumes with Dalit or non-Western surnames due to past biased patterns.

– Discriminatory Hiring Algorithms: It is seen as neutral, many hiring tools reflect developers' biases. Example: Amazon's tool downgraded resumes with the word "WOMEN" as its data favored male applicants. – Welfare Exclusion Due to Bias: AI errors or malfunctioning can block deserving individuals from welfare schemes (Pensions, Scholarships, Fellowships etc.) Example: A widow may be denied pension if misclassified, or trans persons excluded from job schemes due to gender data mismatches. Part 3 BABASAHEB WAS NOT ONLY DALIT LEADER HE WAS INDIA LEADER & WORLD TOP ECONOMIST (GEOPOLITICS) Comparative Analysis: Socio-Economic Stratification in India and the U.S. – India – Brahmin Dominance: Despite being only ~4% of the population, Brahmins have historically held a disproportionate share of power and privilege (Pew Research, 2021). – U.S. – Jewish Overrepresentation



in Wealth: Jewish Americans, ~2.4% of the population, are significantly overrepresented among top billionaires (Forbes Israel, 2025). Name Net Worth (2025) Company Designation / Role Religion Larry Ellison \$213.7B Oracle Corporation Co-founder & CTO Jewish Mark Zuckerberg \$202.4B Meta Platforms (Facebook) Co-founder & CEO Jewish Larry Page \$157.8B Google (Alphabet Inc.) Co-founder, Board Member Jewish Sergey Brin \$150.7B Google (Alphabet Inc.) Co-founder, Former President Jewish Steve Ballmer \$127.7B Microsoft Corporation Former CEO, Major

Shareholder (L.A. Clippers Owner) Jewish Michael Dell \$113.5B Dell Technologies Founder, Chairman & CEO Jewish Michael Bloomberg \$104.7B Bloomberg L.P. Founder & CEO, Former Mayor of New York U.S. Military Active when Recession or Economic crises in the USA Jewish – WWII (1939–1945): (Black Thursday) Boosted U.S. economy and arms industry; solidified military-industrial complex through massive Allied support. – Korean War (1950–1953): (Economic Crises) Expanded defense spending and arms exports to regional allies; strengthened Cold War military posture. –

Vietnam War (1955–1975): (Nixon) Sustained arms production and long-term U.S. military presence in Southeast Asia. – Gulf War (1990–1991): (Petrodollar) Triggered sharp rise in military spending and arms sales, especially to oil-rich allies like Saudi Arabia. – Iraq War (2003–2011): (Lehmon Brothers) Accelerated U.S. arms dominance in the Middle East; increased military deployment and regional control. – Israel & HAMAS - October 7, 2023: Cyprus, Egypt, Lebanon, United Arab Emirates (UAE), and Saudi Arabia – Ukraine War (2022–Present): Netherlands, Germany, Lithuania, Romania, and Belarus – Indo Pak (2025) possible War tensions: Singapore, Indonesia, Taiwan, and Malaysia Marathi version "या जगाला यद्ध नकोय, बद्ध हवा आहे." PART 4 Dr. B. R. Ambedkar's Vision Strengthening India's Global Role – Economy – RBI & Fiscal Discipline: – Labour Rights – Worker Protections: – Gender – Women's Empowerment: – Social Justice – Uplifting the Marginalised: – Politics – Inclusive Democracy: FOCUS AREA'S NEEDS TO BE CREATE "TECH EQUALITY" Unequal Access to Digital Tools | Underdeveloped Infrastructure | Language Barriers | Lack of Digital Literacy | Gender Gap in Technology | Affordability Issues | Data Exploitation | Urban-Centric Development | Privacy and Surveillance Concerns | Low Representation in Tech | Limited Access to Online Services My Quote on Closing Notes: Political, economic, and social democracies must progress in parallel, supported by the foundation of mental democracy. "Thank you sincerely for the opportunity to share my thoughts." Jai Bheem!

*Sat Pal Muman is the current chairman and co-founder of Caste-Watch UK. The organisation was established in 2003 to raise awareness of Caste Based Discrimination (CBD) occurring in the UK. Muman is also the secretary of Ambedkar International Mission (London) and is a community voice for Democracy, Equality and Human Rights inspired by the teachings of Dr Babasaheb Ambedkar. Muman continues to advocate to make Caste Discrimination unlawful in UK.*

**Address:** Lord Harries in the Chair and distinguished guests, We have heard powerful contributions. I will speak in ideological terms. It is a great honour to be invited to share a few thoughts. These thoughts are not mine. They belong to Dr. Ambedkar, whose birthday we are celebrating today. Born into a so-called Hindu religion, Dr Ambedkar found himself relegated to the social scale of life as an Untouchable. He discovered that a quarter of the population, over 60 million people at the time, were designated untouchable, unapproachable, and unseeable. The British Raj turned a blind eye and did not intervene in the local customs and cultures. No country in the world has designated its people in this way. Dr Ambedkar once remarked that his only reason for picking a fight with the Hindus was that the Caste Hindus worshipped the wrong ideals. He launched a scathing attack on the practice of Caste and Untouchability. He accused the Caste Hindus of committing treason against their country in the interest of their Caste. He observed that the Indian Civilisation was an infamous foundation built on Caste and Untouchability. Today, over 20 million people form the Indian global diaspora. Various studies show that Caste baggage is also carried over into distant lands. I wish to take this opportunity to thank Lord Harries and many other British Parliamentarians for continuing to support the campaign to outlaw caste discrimination in Britain. Recently, a num-



ber of Labour MPs questioned why the provisions of section 9(5)(a) of the Equality Act have not yet been implemented. In his Book Annihilation of Caste, published in 1936, Dr Ambedkar writes that, the effect of Caste on the ethics of the Hindus is simply deplorable. Caste has killed public spirit. Caste has destroyed the sense of public charity. Caste has made public opinion impossible. A Hindu's public is his Caste. His responsibility and loyalty is restricted only to his Caste. There is no sympathy to the deserving. There is no appreciation of the meritorious. There is no Charity to the needy. Suffering as such calls for no response. He writes that Caste is ever ready to take advantage of the helplessness of a man and insist upon a complete conformity to its code - in letter and in spirit. A Caste can easily organise itself into a conspiracy to make the life of a reformer a

living hell. Dr Ambedkar was a free thinker and writes that A free person is not a slave of usage, customs, of meaningless rituals and ceremonies, of superstitions and traditions. He does not surrender his free will nor abdicate his intelligence and independent thinking, and is always prepared to protect his rights and not afraid of ridicule and unjust public criticism. In a pamphlet entitled Ranade, Gandhi, and Jinnah, he defines the qualities of a Great Man. He accepts that a combination of Sincerity and Intellect makes an individual eminent. Still, Sincerity and Intellect are not enough to raise him to the dignity of a great man. A man may be sincere, yet he may be a fool, which is the antithesis of a great man. He makes a distinction between an eminent individual and a great man. He writes that a great man must have something more than what an eminent

individual has. A great man must be motivated by the dynamics of a social purpose and must act as the scourge and scavenger of society. Dr Ambedkar sits easily amongst the world's most significant political and scientific thinkers and philosophers. He sits with prophets, rebels and revolutionaries. He is a global icon for the oppressed and the impoverished. A statue of Dr Ambedkar should be installed in this hallowed building or outside in Parliament Square. He owed much to Western thinkers, especially John Dewey, the American educationalist and pragmatist, who was once his teacher at Columbia University. Dr Ambedkar synthesised Western philosophies with his critique of caste to develop a unique framework for social democracy, constitutionalism, and human rights in India. His intellectual legacy reflects a blend of liberalism, pragmatism, socialism, and radical humanism, making him one of India's most profound thinkers. Jawaharlal Nehru, the first Prime Minister of Independent India, observed that Dr Ambedkar was a symbol of revolt against the oppressive features of Hindu society. Today, Dr Ambedkar Occupies public spaces, public conscience, and public opinion. Scholars, academics, and politicians are inspired by his progressive and liberal ideas like no other leader. Jai Bheem Thank you for your time. Address By Sat Pal Muman, Secretary Ambedkar International Mission, Chair Caste Watch UK.

*Dr. Harbans Virdee is ex-President of FABO UK during the Ambedkar Centenary years. Presently he is International Co-Ordinator of FABO-UK. He was honoured by Sanghraj for outstanding Buddhist Leadership. He received an Honorary Doctorate of Logas University of USA. He is author of multiple books and articles.*



**Address:** Liberation of Bodh Gaya Maha Vihar is going on from over 134 years. In 1891 Anagarika Dharmapala started this movement. 1949 BT act was implemented by the Bihar government. In the management committee 4-Buddhist, 4-Hindus but the

Chairman will be DC / District Magistrate/ Collector. He has to be a Hindu. In 1992 to liberate Bodh Gaya Maha Vihar movement again it was started by a Japanese Bhikkhu. Due to no social media and mainly only Buddhist from

Maharashtra were involved, no positive result. After 25 years ago Bhikkhu Pragyasheel Mahathero and Akash Lama started the movement 2 years ago. By article 13 of Indian Constitution BT act should be abolished. However, here

theMight is Right. Today it is 78th day of peaceful liberation movement going on nearby Bodh Gaya Maha Vihar, and no response from Central or State governments. I request everyone to support this movement.

*Saunvedan Aparantiis an Ambedkarite Buddhist who has been called to the Bar by Gray's Inn. He is an advocate against caste discrimination and has been part of the movement to include caste explicitly in equality legislation in the UK. He has an MA in Human Rights from UCL and has been featured in a documentary called Caste Aside.*



**Synopsis:** Why it is important to renew the historic efforts to trigger secondary legislation. The significance of this piece of legislation is that it provides a future-proofing protection for other coming generations of caste oppressed people. The historic significance of this piece of legislation is that it provides a future-proofing protection for other coming generations of caste oppressed people.

*Adv. Sushant Singh is a former Student Union Leader of SOAS, University of London. Advocate, Supreme Court of India.*

*Qualification: LL.M. (SOAS, London) | B.A. LL. B (NLU Delhi)*

*President, SOAS Student Union (2022-24)*

*Governing Board Member, Alumni Association, NLU Delhi*

*Founder, Global Ambedkarite Scholars Association (GASA)*

*Trustee, DSNUK (Dalit Solidarity Network UK)*

*UK: +44 7435988134 | IND: +91 8448446004*

*Sushant Singh is a litigation practitioner at the Supreme Court of India, specializing in constitutional law, human rights, and social justice. He holds an LL.M. in Human Rights, Conflict, and Justice from SOAS, University of London, and a B.A. LL.B.*

*(Hons.) from National Law University Delhi (NLUD).*

*He serves as a Governing Board Member of the NLUD Alumni Association and is a Trustee of DSNUK (Dalit Solidarity Network UK). He is the founder and former president of the Ambedkar, Periyar, Phule Study Circle (APPSC) at NLUD and the SOAS Ambedkar Society in London, both dedicated to Dalit representation and institutional accountability. Additionally, he founded and leads the Global Ambedkarite Scholars Association (GASA), fostering global dialogue on caste and social justice. Sushant is the first Indian to be elected as president of a student union at an international university for two terms, where he successfully advocated for caste discrimination to be recognized as a policy issue. His work continues to influence legal reforms, institutional policies, and international human rights advocacy.*

**Address:** Singh acknowledged and honoured the vital role played by UK-based anti-caste and Ambedkarite organisations in keeping the anti-caste movement alive and growing — especially in the diaspora space, where caste often hides behind layers of social respectability. He saluted these organisations for their “tireless efforts, community outreach, and political engagement” in striving for equality and justice.

He paid emotional tribute to Dalit youth martyrs whose tragic and preventable deaths have become symbols of systemic caste violence — including Rohith Vemula, Muthukrishnan, Payal Tadvi, and Anitha — reminding the audience of the urgent need for structural reform and institutional accountability.

Singh also drew attention to the remarkable progress made by Ambedkarite organisations in the United States, especially in challenging caste in



higher education and the corporate sector. He applauded victories such as:

- Formal recognition of caste as a protected category by Brandeis, Harvard, UC Davis, and other universities;
- Legislative campaigns like California’s SB-403, a historic move toward banning caste discrimination;
- Grassroots efforts by

Dalit collectives and allies across campuses and tech sectors.

Key Calls to Action from Adv. Singh’s Address:

- Legal recognition of caste-based discrimination in the UK under the Equality Act;
- Adoption of anti-caste policies in UK universities and workplaces, including

grievance redressal systems and awareness programmes;

- Mental health protections for caste-oppressed individuals facing institutional violence or social exclusion;

- Curriculum inclusion of Ambedkarite and anti-caste thought in educational institutions;

- Transnational solidarity to strengthen global networks of Ambedkarite activists, scholars, and organisations.

He concluded by reminding the audience that Babasaheb’s struggle was never confined to Indian borders, but aimed at building an egalitarian and emancipatory global order. “To be Ambedkarite,” he said, “is to challenge hierarchy in all its forms — whether in India, the UK, or anywhere caste travels.”

His voice reflects the determination of a new generation of Ambedkarites committed to a just, equitable, and caste-free world.

*Ravi S. Gautam is a Social Activist on Ambedkarite mission. He holds Bachelor of Engineering degree in Computer Science from NIT Allahabad, India. He has served as Defence Scientist with the DRDO, Government of India, in addition to as Technology Manager with various multinational companies in India, UK, USA etc. He has studied multiple books from the book-set of BAWS (Babasaheb Ambedkar's Writings and Speeches). He has devoted his life to Ambedkarite mission.*

#### Address/ Vote of

**Thanks:** As an Executive member of the FABO-UK, it is my great honour and privilege to express the vote of thanks on this memorable occasion.

Babasaheb Dr. Ambedkar is one of the greatest personalities of the 20th century. Although many great personalities were born in the 20th Century worldwide, yet he is the only person addressed as the "Symbol of Knowledge".

Babasaheb can be understood deeply and better after studying his Writings & Speeches, compiled as book-set called BAWS, published by the Government of India and Maharashtra. BAWS is the knowledge-bank that Babasaheb has created for the future-generations of Ambedkarite Scholars, Activists and the Society. We cannot carry on his



mission effectively without studying him. Today, I take this opportunity to express my deepest sense of gratitude and appreciation to all those who made this event such a great success. On behalf of the FABO-UK, I would like to thank Lord Harries of Pentregarth Member of the House of Lords, Co-Chair, All-Party Parliamentary Group for Dalits & Adivasis (Tribals), who spared his time from his busiest schedule to grace this occasion. I also express our gratitude to FABO-UK President Ram Pal Rahi ji, for his generous support for this event. Your encouragement has con-

stantly bolstered all our endeavors.

Next, I would like to thank C. Gautam ji, Joint Secretary of FABO-UK for encouragement, for his incessant guidance, and support to the younger generation for carrying forward the mission of Babasaheb Dr. Ambedkar.

Now let me thank all the Participants and Presenters,

Santosh Dass MBE, Prof. Dr. Paul Flather, Sat Pal Muman, Dr. Harbans Lal Virdee, Saunvedan Aparanti, Adv. Sushant Singh, Rahul Gaikwad, Oviya Thangaraj, Kanika Suresh, Hemalatha R., Manisha Waghmare, Dr. Vrushali Patnaik Sonkamble,

With this, I conclude the Vote of thanks.

*Venerable Akuala Samitha is the Head of the Dhamma Nikethanaya Buddhist Centre for Education Meditation Psychotherapy & Counselling. He has been a Buddhist Monk for 30 years in Theravada School of Buddhism (Early Buddhism). He was born in Sri Lanka and graduated with special honours degree (2000) in Eastern and Western Philosophy at University of Peradeniya in Sri Lanka. He also obtained a Master's Degree (2002) in Buddhist Philosophy & Psychotherapy at University of Kelaniya (Colombo) in Sri Lanka. He had been a teacher for over 4 years in Government Sector in Sri Lanka and migrated to The United Kingdom in 2003 accepting an offer from Leeds University to study for his PhD.*

**Prayer & Blessings by Bhante  
Namo Buddhaya!**

Homage to the Supremely Enlightened Gauthama Lord Buddha!

Thank you for the opportunity to give an auspicious platform to appreciate and honour the visionary work of Babasaheb Dr. Ambedkar to commemorate the 134th Birth Anniversary. This will uplift the spirit of our community who dedicated so much to keep the legacy of revolutionary message (Dharma) of Dr Ambedkar.

First, I thank with blessings to Lord Harris for the opportunity. Secondly, I share my blessing with the community and all in the whole universe with a universal blessing of compassion of The Buddha, Dhamma and Sangha.

The holiest place for Buddhist is the birth and enlightened place of our Lord Buddha. It is our pride and a world heritage. All (Buddhist and non-Buddhists) from around the world come to pay their respect this holy place called Buddha Gaya! It is an important to give more responsibility to Buddhist Community to maintain and promote that sacred place with right veneration and dignity. Today it is not been managed fairly with the opinions of Buddhist Community. Recently we visited No: 10 Downing Street to meet Honourable Prime Minister to raise our concerns about it and handed over a letter. Recently Indian Prime Minister Hon. Modi visited Sri Lanka and met supreme council of monks in Sri Lanka. Our Chief prelate of Supreme Council of Monks



requested Prime Minister Modi to consider about it and he showed a positive response. I take this opportunity share our blessings further on this matter too.

I will finish the blessings with few minutes Mindfulness Meditation. Mindfulness Meditation as promoted by Dr Ambedkar is the key practice in Buddhism. Today that is also practiced by all parliamentary group too. Let us bring our palms together and join in solidary with the blessings.

Namo tassabhadgavatoarahatosammāsambuddhassa  
Honour to the Blessed One,  
Supremely Enlightened One!  
Buddhaūsaraḍāūgacchāmi  
Dhammaūsaraḍāūgacchāmi  
Saīghaūsaraḍāūgacchāmi

I go to the Buddha, Dhamma and Sangha as my refuge for

blessings.

Sabbe buddhābalappattā  
Paccekaṇaḍcayaūbalāū  
Arahantanaḍcatejena  
Rakkhambandhāmisabbase  
By the protective power of all the Buddhas, Silent Buddhas, and all Arahants  
May there be protection in every way.

B h a v a t u s a b b a -  
mangalamRakkhantusabba-  
devata.  
Sabba-buddhanubhavena  
Sada sotthibhavantute.  
Sabba-dhammanubhavena  
Sada sotthibhavantute.  
Sabba-sanghanubhavena Sada  
sotthibhavantute.

May there be every blessing.  
May all the devas protect you.  
Through the power of all the Buddhas, may you always be well.  
Through the power of all the Dhammas, may you always be well.  
Through the power of all the

Sangha, may you always be well.

Blessings on Universal Well-Being

May I abide in well-being  
In freedom from affliction

-  
In freedom from hostility  
In freedom from ill-will

-  
In freedom from anxiety  
And may I maintain well-being in myself.

May everyone abide in well-being

In freedom from affliction

-  
In freedom from hostility  
In freedom from ill-will

-  
In freedom from anxiety  
and may they maintain well-being in themselves.

All beings be released from all suffering

And may they not be parted from the good fortunes they have attain.

When they act upon intention  
All beings are owners of their action

-  
And inherit its results.  
Their future is born from such action -

Companion to such action  
And its result will be their home.

-  
All actions with intention  
Be they skilful or harmful  
Of their acts, they will be the heirs.

May all beings be well and secure!

May all beings be peaceful and maintain their well-being!

May all beings be Happy!

**SADHU!**

**SADHU!**

**SADHU!**

## ***Bheem Sankalp / Solemn Bheem Pledges***

*I am, as an Ambedkarite, enjoying the right to live as a human being, with the blessings of Babasaheb. It's my duty to strengthen and protect Babasaheb's movement. Hence, I resolve that:*

- 1. I will selflessly contribute 5% of my income to society.*
- 2. I will selflessly contribute my time, knowledge, and efforts for the society.*
- 3. I will selflessly contribute to the mission as much as I can and I will not use the movement for any personal vested interest.*
- 4. As per Babasaheb's instruction, I will visit Buddha Vihara every Sunday, learn Dhamma and practice accordingly.*
- 5. I will strive to establish unity, equality, and brotherhood in society.*
- 6. I will always be ready to protect the Constitution of India.*

*Once again, I wholeheartedly resolve to strengthen and protect Babasaheb's Mission.*



**Upcoming new generation of Ambedkarite Scholars & Activists at the British Parliament, 30-Apr-2025.**



**Moral boosting and coaching to young scholars by C. Gautam**

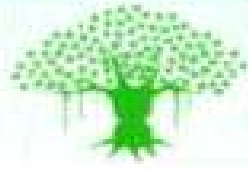


## Assembling outside the Parliament House

**\*\*Compiled and Edited by C. Gautam and Ravi S. Gautam, UK.**

**Email: [cgautam@ambedkar.org.uk](mailto:cgautam@ambedkar.org.uk) ; [RaviSGautam563@gmail.com](mailto:RaviSGautam563@gmail.com)**

Samaj Weekly



ਸਮਾਜ

ਵੀਕਲੀ

Punjabi, Hindi & English Newspaper - UK & EU Edition

ਸਾਡੇ DIGITAL MEDIA ਨਾਲ ਜੁੜੋ

ਸਾਨੂੰ ਫੇਸਬੁੱਕ ਤੇ ਲਾਇਕ ਕਰੋ

facebook

samajweekly

ਸਾਨੂੰ ਐਕਸ ਤੇ ਫਾਲੋ ਕਰੋ



@samajweekly

ਸਾਡੇ ਵਟਸਅੱਪ ਨਾਲ ਜੁੜੋ ਅਤੇ ਪਾਓ ਸਾਹਿਤ ਜਗਤ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਦੁਨੀਆ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਬੇਹਤਰੀਨ ਖਬਰਾਂ

ਨਾਲ ਹੀ ਪਾਓ ਸਮਾਜ ਵੀਕਲੀ ਅਖਬਾਰ ਦਾ ਰੋਜਾਨਾ PDF ਉਹ ਵੀ ਬਿਲਕੁਲ ਮੁੱਫਤ

ਅਖਬਾਰ ਵਿੱਚ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਅਤੇ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।



+44 7878 456484

email:-Samajweekly@gmail.com