

ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਹਵਾਈ ਅੱਡਿਆਂ ਅਤੇ ਸਰਹੱਦਾਂ 'ਤੇ ਅਲਰਟ ਜਾਰੀ

■ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਹਵਾਈ ਅੱਡਿਆਂ 'ਤੇ ਭੇਜੀਆਂ ਗਈਆਂ

ਜਲੰਧਰ, (ਪੰਜਾਬ ਮੇਲ)- 'ਵਾਰਿਸ ਪੰਜਾਬ ਦੇ' ਮੁਖੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਹਵਾਈ ਅੱਡਿਆਂ ਅਤੇ ਸਰਹੱਦਾਂ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨੂੰ ਅਲਰਟ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨੇ ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਕਦਮ ਚੁੱਕਦਿਆਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਹਵਾਈ ਅੱਡਿਆਂ 'ਤੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹਾਈ ਅਲਰਟ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਨੁਸਾਰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਹਵਾਈ ਅੱਡਿਆਂ 'ਤੇ ਭੇਜੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਵਿਦੇਸ਼ ਭੱਜਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਦੇ ਮਕਸਦ ਨਾਲ ਇਹ ਕਦਮ ਚੁੱਕਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਸੁਰੱਖਿਆ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਸ਼ੱਕ ਹੈ ਕਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਭਾਰਤ-ਨੇਪਾਲ ਸਰਹੱਦ ਜਾਂ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਸਰਹੱਦ ਪਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਦੀ ਰਿਹਾਈ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਸਾਨ ਫਰਾਂਸਿਸਕੋ 'ਚ ਭਾਰਤੀ ਦੂਤਾਵਾਸ 'ਤੇ ਹਮਲਾ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ, (ਪੰਜਾਬ ਮੇਲ)- ਖਾਲਿਸਤਾਨੀ ਪੱਖੀ ਸਮਰਥਕਾਂ ਦੇ ਇਕ ਗਰੁੱਪ ਨੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਸ਼ਹਿਰ ਸਾਨ ਫਰਾਂਸਿਸਕੋ 'ਚ ਭਾਰਤੀ ਦੂਤਾਵਾਸ ਉਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਇਆ। ਭਾਰਤ ਨੇ ਘਟਨਾ ਦੀ ਨਿਖੇਧੀ ਕਰਦਿਆਂ ਅਮਰੀਕਾ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਅਜਿਹੀਆਂ ਵਾਰਦਾਤਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਤੋਂ ਨਾ ਹੋਣ ਦੇਣ ਲਈ ਢੁੱਕਵੇਂ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣ। ਭਾਰਤੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਇਕ ਸੰਗਠਨ 'ਐੱਫ.ਆਈ.ਆਈ.ਡੀ.ਐੱਸ.' ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਲੰਡਨ ਤੇ ਸਾਨ ਫਰਾਂਸਿਸਕੋ ਵਿਚ ਵਾਪਰੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਕਾਨੂੰਨ-ਵਿਵਸਥਾ ਦੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਕਾਮੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿੱਥੇ ਕੁਝ ਵੱਖਵਾਦੀ ਕੱਟੜਵਾਦੀਆਂ ਨੇ ਭਾਰਤੀ ਕੂਟਨੀਤਿਕ ਮਿਸ਼ਨਾਂ ਉਤੇ ਹਮਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਸੰਗਠਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੂ.ਕੇ. ਤੇ ਅਮਰੀਕਾ ਕੂਟਨੀਤਿਕ ਮਿਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਵਿਆਨਾ ਸਮਝੌਤੇ ਵਿਚ ਜ਼ਾਹਿਰ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਵਿਚ ਨਾਕਾਮ ਹੋਏ ਹਨ। ਵੇਰਵਿਆਂ ਮੁਤਾਬਕ ਸਾਨ ਫਰਾਂਸਿਸਕੋ ਵਿਚ ਖਾਲਿਸਤਾਨ ਪੱਖੀ ਨਾਅਰੇਬਾਜ਼ੀ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਮੁਜ਼ਾਹਰਾਕਾਰੀ ਆਰਜ਼ੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਾਕੇ ਤੋੜ ਕੇ ਦੂਤਾਵਾਸ ਦੇ ਨੇੜੇ ਪਹੁੰਚ ਗਏ ਤੇ ਕੋਂਸਲੇਟ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੋ ਅਖੌਤੀ ਖਾਲਿਸਤਾਨੀ ਝੰਡੇ ਲਾ ਦਿੱਤੇ। ਕੋਂਸਲੇਟ ਦੇ ਦੋ ਕਰਮੀਆਂ ਨੇ ਮਗਰੋਂ ਜਲਦੀ ਝੰਡੇ ਉਤਾਰ ਦਿੱਤੇ।

ਅਮਰੀਕਨ ਸਿੱਖ ਕਾਕਸ ਵੱਲੋਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਅਮਰੀਕੀ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੂੰ ਲਿਖਿਆ ਪੱਤਰ

ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ, (ਪੰਜਾਬ ਮੇਲ)- ਅਮਰੀਕਨ ਸਿੱਖ ਕਾਕਸ ਕਮੇਟੀ ਨੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮੌਜੂਦਾ ਹਾਲਾਤ ਅਤੇ ਭਾਈ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਬਾਰੇ ਡੂੰਘੀ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਕਾਕਸ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਡਾ. ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੇ ਇਹ ਮਾਮਲਾ ਵਿਦੇਸ਼ ਵਿਭਾਗ ਕੋਲ ਉਠਾਉਣ ਲਈ ਸਿੱਖ ਕਾਕਸ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਆਗੂਆਂ ਨੂੰ ਚਿੱਠੀਆਂ ਲਿਖ ਕੇ ਇਸ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਡਾ. ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਾਂਗਰਸਮੈਨ ਜੋਹਨ ਗੈਰਾਮੈਂਡੀ, ਕਾਂਗਰਸਮੈਨ ਡੇਵਿਡ ਵਾਲਡਾਓਓ, ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਧਾਰਮਿਕ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੇ ਯੂ.ਐੱਸ. ਅੰਬੈਸਡਰ ਰਸ਼ਦ ਹੁਸੈਨ ਨੂੰ ਇਹ ਪੱਤਰ ਲਿਖੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਸਿੱਖ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੋ ਰਹੇ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿਵਾਇਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਪੱਤਰ ਵਿਚ ਲਿਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨੇ



ਡਾ. ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ, ਏਜੰਸੀਆਂ

■ ਭਾਰਤ 'ਚ ਸਿੱਖ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੋ ਰਹੇ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਵੱਲ ਦਿਵਾਇਆ ਧਿਆਨ

ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਨੌਜਵਾਨ ਆਗੂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਚਾਰਕ ਭਾਈ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਮਨਘੜਤ ਦੋਸ਼ਾਂ ਤਹਿਤ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਾਰਵਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੈ।

ਡਾ. ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੁਰੂਆਤੀ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਭਾਈ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਪੁਲਿਸ ਹਿਰਾਸਤ ਵਿਚ ਲੈ ਕੇ ਕਿਸੇ ਅਣਦੱਸੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਪਰ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਹ ਭਗੌੜਾ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਜਿਸ ਦੇ ਲਈ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਛਾਪੇਮਾਰੀ ਕੀਤੀ ਜਾ

ਰਹੀ ਹੈ। ਡਾ. ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਡਰ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਗੈਰ-ਨਿਆਇਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਿਰਾਸਤ 'ਚ ਰੱਖ ਕੇ ਹੱਤਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਭਰ ਵਿਚ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮੁਅੱਤਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਧਾਰਾ 144 ਲਾ ਕੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਆਵਾਜ਼ ਬੁਲੰਦ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਡਾ. ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੇ ਅਮਰੀਕੀ ਆਗੂਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਸੰਬੰਧੀ ਤੁਰੰਤ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਹੈ।

26 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਵਿਖੇ ਸਜਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ ਦੀਆਂ ਤਿਆਰੀਆਂ ਮੁਕੰਮਲ

- ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਹੁੰਮ-ਹੁਮਾ ਕੇ ਪਹੁੰਚਣ ਦੀ ਅਪੀਲ
- 6 ਮੀਲ ਲੰਮਾ ਹੋਵੇਗਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ ਦਾ ਪੈਂਡਾ



ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ, (ਪੰਜਾਬ ਮੇਲ)- ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ ਵੱਲੋਂ ਪਹਿਲਾ ਹੋਲਾ-ਮੱਠਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਸਜਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਸੰਬੰਧੀ ਸਾਰੀਆਂ ਤਿਆਰੀਆਂ ਮੁਕੰਮਲ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਨਵੇਂ ਬਣੇ ਹਾਲ ਵਿਚ 13 ਮਾਰਚ ਤੋਂ ਸਮਾਗਮ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਕੀਰਤਨੀ ਜੱਥੇ ਅਤੇ ਕਥਾਵਾਚਕ ਗੁਰਬਾਣੀ ਰਾਹੀਂ ਆਈਆਂ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਨਿਹਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਭਾਈ ਪਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ (ਕਥਾਵਾਚਕ), ਭਾਈ ਹਰਜੀਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ, ਭਾਈ ਮਲਕੀਤ ਸਿੰਘ ਜੀ ਹੋਂਡਾ ਗ੍ਰੰਥੀ ਅਕਾਲ ਤਖ਼ਤ ਸਾਹਿਬ, ਭਾਈ ਹਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸ਼੍ਰੀਨਗਰ ਵਾਲੇ, ਭਾਈ ਸਰਬਜੀਤ ਸਿੰਘ ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਸ੍ਰੀ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ, ਭਾਈ ਸਤਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਸ੍ਰੀ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ, ਭਾਈ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਸ੍ਰੀ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ, ਭਾਈ ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ



ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਸ੍ਰੀ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ ਅਤੇ ਡਾ. ਗਗਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਆਈਆਂ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਕਥਾ, ਕੀਰਤਨ ਰਾਹੀਂ ਨਿਹਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਦੂਰੋ-ਨੇੜਿਓਂ ਸੰਗਤਾਂ ਆਉਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ

ਵਿਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਲੋਕ ਪਹੁੰਚ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਰਹੇ ਹਨ। ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ 24 ਮਾਰਚ, ਦਿਨ ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਆਤਿਸ਼ਬਾਜ਼ੀ ਹੋਵੇਗੀ। 25 ਮਾਰਚ, ਦਿਨ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਨੂੰ

ਨਿਸ਼ਾਨ ਸਾਹਿਬ ਸੇਵਾ ਦੀ ਹੋਵੇਗੀ। 26 ਮਾਰਚ, ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ ਸਵੇਰੇ 10 ਵਜੇ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ ਆਰੰਭ ਹੋਵੇਗਾ। ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ ਦਾ ਪੈਂਡਾ 6 ਮੀਲ ਲੰਮਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ ਤੋਂ ਵਿਨਟੇਜ ਪਾਰਕ ਅਤੇ ਐਲਕਗਰੇਵ ਫਲੋਰਿਨ ਰੋਡ ਤੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੋਇਆ ਗਰਬਰ ਰੋਡ ਤੋਂ ਵਾਪਸ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਪਹੁੰਚੇਗਾ। ਇਸ ਸੰਬੰਧੀ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਪੰਜਾਬ ਮੇਲ 'ਚ ਸਵਾ ਨੰਬਰ 2 'ਤੇ ਲੱਗੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਨੂੰ ਦੇਖੋ।



ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ਲੱਖ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪਾਤਿਸ਼ਾਹੀਆਂ ਜੇ ਸਤਿਗੁਰੁ ਨਦਰਿ ਕਰੇਇ ॥

ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਸਿੱਖ ਸੁਸਾਇਟੀ

ਪਹਿਲਾ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ

26 ਮਾਰਚ, ਐਤਵਾਰ 2023

ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

- 13 ਤੋਂ 25 ਮਾਰਚ : ਆਤਮ ਰਸ ਕੀਰਤਨ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ ਤੋਂ 9 ਵਜੇ ਤੱਕ
- 19 ਮਾਰਚ, ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 10 ਵਜੇ ਤੋਂ 2 ਵਜੇ ਤੱਕ ਦੀਵਾਨ ਸਜਣਗੇ
- ਨਿਸ਼ਾਨ ਸਾਹਿਬ ਸੇਵਾ 25 ਮਾਰਚ, ਦਿਨ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਨੂੰ ਸਵੇਰੇ 10 ਵਜੇ
- 26 ਮਾਰਚ, ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ, ਆਰੰਭ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ ਸਵੇਰੇ 10 ਵਜੇ

- ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਖਾਸ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੋਣਗੇ।
- ਇਸ ਮੌਕੇ ਗਤਕੇ ਦੇ ਜੌਹਰ ਦਿਖਾਏ ਜਾਣਗੇ।

ਪਹੁੰਚ ਰਹੇ ਜੱਥੇ : ਭਾਈ ਪਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ (ਕਥਾਵਾਚਕ), ਭਾਈ ਹਰਜੀਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ, ਭਾਈ ਮਲਕੀਤ ਸਿੰਘ ਜੀ ਹੈਂਡ ਗ੍ਰੰਥੀ ਅਕਾਲ ਤਖਤ ਸਾਹਿਬ, ਭਾਈ ਹਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸ਼੍ਰੀਨਗਰ ਵਾਲੇ, ਭਾਈ ਸਰਬਜੀਤ ਸਿੰਘ ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਸ੍ਰੀ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ, ਭਾਈ ਸਤਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਸ੍ਰੀ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ, ਭਾਈ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਸ੍ਰੀ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ, ਭਾਈ ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਸ੍ਰੀ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ ਅਤੇ ਡਾ. ਗਗਨਦੀਪ ਸਿੰਘ।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਿਹ ॥

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ ਵੱਲੋਂ ਪਹਿਲਾ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਸਜਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਸੰਬੰਧੀ ਸਾਰੀਆਂ ਤਿਆਰੀਆਂ ਮੁਕੰਮਲ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਨਵੇਂ ਬਣੇ ਹਾਲ ਵਿਚ 13 ਮਾਰਚ ਤੋਂ ਸਮਾਗਮ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਕੀਰਤਨੀ ਜੱਥੇ ਅਤੇ ਕਥਾਵਾਚਕ ਗੁਰਬਾਣੀ ਰਾਗੀ ਆਈਆਂ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਨਿਹਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਭਾਈ ਪਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ (ਕਥਾਵਾਚਕ), ਭਾਈ ਹਰਜੀਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ, ਭਾਈ ਮਲਕੀਤ ਸਿੰਘ ਜੀ ਹੈਂਡ ਗ੍ਰੰਥੀ ਅਕਾਲ ਤਖਤ ਸਾਹਿਬ, ਭਾਈ ਹਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸ਼੍ਰੀਨਗਰ ਵਾਲੇ, ਭਾਈ ਸਰਬਜੀਤ ਸਿੰਘ ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਸ੍ਰੀ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ, ਭਾਈ ਸਤਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਸ੍ਰੀ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ, ਭਾਈ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਸ੍ਰੀ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ, ਭਾਈ ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਸ੍ਰੀ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ ਅਤੇ ਡਾ. ਗਗਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਆਈਆਂ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਕਥਾ, ਕੀਰਤਨ ਰਾਗੀ ਨਿਹਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਦੂਰੋਂ-ਨੇੜਿਓਂ ਸੰਗਤਾਂ ਆਉਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਲੋਕ ਪਹੁੰਚ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਰਹੇ ਹਨ। ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ 24 ਮਾਰਚ, ਦਿਨ ਸੁਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਆਤਿਸ਼ਬਾਜ਼ੀ ਹੋਵੇਗੀ। 25 ਮਾਰਚ, ਦਿਨ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨ ਸਾਹਿਬ ਸੇਵਾ ਦੀ ਹੋਵੇਗੀ। 26 ਮਾਰਚ, ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ ਸਵੇਰੇ 10 ਵਜੇ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ ਆਰੰਭ ਹੋਵੇਗਾ। ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ ਦਾ ਪੈਂਡਾ 6 ਮੀਲ ਲੰਮਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ ਤੋਂ ਵਿਨਟੇਜ ਪਾਰਕ ਅਤੇ ਐਲਕਗਰੇਵ ਵਲੋਂ ਰਿਨ ਰੋਡ ਤੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੋਇਆ ਗਰਬਰ ਰੋਡ ਤੋਂ ਵਾਪਸ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਪਹੁੰਚੇਗਾ।

ਫਲੋਟ ਬੁੱਕ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ, ਲੰਗਰ ਦੀ ਸੇਵਾ ਲਈ ਜਾਂ ਹੋਰ ਵਲੰਟੀਅਰ ਸੇਵਾ ਲਈ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਨੰਬਰਾਂ 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜੀ।

Lakhvir Singh Aujla
916-826-9800

Gurinderpal Singh Gill
916-717-2277

Randhir Singh Nijjar
916-416-9527

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ

7676, Bradshaw Road, Sacramento, CA-95829

REALTYONEGROUP
FOR SALE & PURCHASE OF
ANY KIND OF PROPERTY



Space Sponsored by :

Gurjatinder S. Randhawa
REALTOR CA DRE licence # 01490567
916-320-9444

ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਵਿਚ
ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਜਾਂ ਵੇਚਣ
ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

garysingh123@yahoo.com

ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ

26 ਮਾਰਚ, ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ



ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਵੱਲੋਂ ਪਹਿਲਾ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਸਜਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਆਪ ਸਮੂਹ ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸ਼ੁੱਭ ਅਵਸਰ ਮੌਕੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜੀ।

LAKHBIR SINGH AUJLA



ELITE TRUCK REPAIR & WASH

10399 E STOCKTON BLVD ELK GROVE, CA 95624



ਲਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਔਜਲਾ

ਮੁੱਖ ਸੇਵਾਦਾਰ, ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ

ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ



ਸ਼ਹੀਦ ਬਾਬਾ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸਪੋਰਟਸ ਅਕੈਡਮੀ ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਵੱਲੋਂ
ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਵਿਖੇ ਸਜਾਏ ਜਾ ਰਹੇ
ਪਹਿਲੇ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ
ਦੀਆਂ ਸਮੂਹ ਸੰਗਤ ਨੂੰ ਲੱਖ-ਲੱਖ ਵਧਾਈਆਂ



ਧੀਰਾ ਨਿੱਝਰ

ਖੇਡ ਪ੍ਰਮੋਟਰ



ਸਮੂਹ ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸ਼ੁੱਭ
ਅਵਸਰ ਮੌਕੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜੀ।

CAMP LOGISTICS
TRANSPORTATION & BROKERAGE INC
9365, Miko Circle, Elk Grove, CA 95624

Randhir Singh Nijjar
Lakhy Singh | Sajjad Anwar

ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ

26 ਮਾਰਚ, ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ



ਗੁਰਦੁਆਰਾ
ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ,
ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਵੱਲੋਂ ਪਹਿਲਾ

**ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ
ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ**

ਨੂੰ ਸਜਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਆਪ ਸਮੂਹ
ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ
ਇਸ ਸ਼ੁੱਭ ਅਵਸਰ ਮੌਕੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ
ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ
ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜੀ।

ਦਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਭਾਵਰ



Designed By Punjab Mail USA



US

Fuel Services.

916-919-7061, 916-686-6713

Davinder Singh Jhawar

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ

ਪਹਿਲਾ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ

26 ਮਾਰਚ, 2023, ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ

ਆਪ ਸਮੂਹ ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸ਼ੁੱਭ ਅਵਸਰ
ਮੌਕੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜੀ।

Gurjatinder S. Randhawa

REALTOR CA DRE licence # 01490567

REALTYONEGROUP

Recently Sold Properties

**FOR SALE &
PURCHASE OF
ANY KIND
OF PROPERTY**



ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਵਿਚ ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਜਾਂ ਵੇਚਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

Gurjatinder S. Randhawa

web: www.RealtorRandhawa.com

916-320-9444

garysingh123@yahoo.com



Gurjatinder S. Randhawa
REALTOR CA DRE licence # 01490567

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ



ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ



ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਵੱਲੋਂ ਪਹਿਲਾ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਸਜਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। 26 ਮਾਰਚ, ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ ਸਵੇਰੇ 10 ਵਜੇ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ ਆਰੰਭ ਹੋਵੇਗਾ, ਆਪ ਸਮੂਹ ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸੁਭਾਗ ਮੌਕੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜੀ।

Designed By Punjab Mail USA

PARGAT SINGH SANDHU

Vice Mayor, Galt City



ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ
ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟ

ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ
ਦੀਆਂ ਸਮੂਹ ਸੰਗਤ ਨੂੰ ਲੱਖ-ਲੱਖ ਵਧਾਈਆਂ



ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ
ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟ
ਵੱਲੋਂ ਪਹਿਲਾ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ
ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ ਨੂੰ
ਸਜਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਆਪ
ਸਮੂਹ ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ
ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸ਼ੁੱਭ ਅਵਸਰ
ਮੌਕੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੀਆਂ
ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜੀ।



Mohabatpal Singh Kaile
President Haryana American Association California



Sukhwinder Singh



Sukhraj Singh Kang

ਮੁਹੱਬਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਕੈਲੇ
ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ
ਸੁਖਰਾਜ ਸਿੰਘ ਕੰਗ

Gas Station, Farming & Hotel Business Owner
Marysville, Lincoln, Sacramento.

ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ

26 ਮਾਰਚ, ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ



ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਵੱਲੋਂ
ਪਹਿਲਾ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ
 ਨੂੰ ਸਜਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਆਪ ਸਮੂਹ ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ
 ਇਸ ਸ਼ੁੱਭ ਅਵਸਰ ਮੌਕੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜੀ।

ਚੜ੍ਹਦਾ ਪੰਜਾਬ ਕਲੱਬ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ
Charhda Punjab Club, Sacramento

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ

ਪਹਿਲਾ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ, ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ



- SAM BATH**
- JASSI SHERGILL**
- PARAMJIT SINGH KHAIRA**
- PALWINDER SHERGILL**

ਸੈਮ ਬਾਠ, ਜਸਵਿੰਦਰ ਜੱਸੀ ਸ਼ੇਰਗਿੱਲ, ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਖਹਿਰਾ, ਪਲਵਿੰਦਰ ਸ਼ੇਰਗਿੱਲ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ
ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟ ਵੱਲੋਂ

**ਪਹਿਲਾ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ
ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ
26 ਮਾਰਚ**

ਨੂੰ ਸਜਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਆਪ
ਸਮੂਹ ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ
ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸ਼ੁੱਭ ਅਵਸਰ
ਮੌਕੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੀਆਂ
ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜੀ।

Designed By Punjab Mail USA

SAC VALLEY VELLERO**WEST SAC AM PM TRUCK STOP**

7891, Stockton Blvd,
Sacramento, CA 95823
916-896-5647

4790, West Captial Avenue,
West Sacramento, CA 95691
916-371-0454



ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ



ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ
ਵੱਲੋਂ ਪਹਿਲਾ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ
ਕੱਢਣ 'ਤੇ ਸਮੂਹ ਸੰਗਤ ਨੂੰ ਲੱਖ-ਲੱਖ ਵਧਾਈ

A & I TRUCKING
COMMITMENT TO SERVICE

ਸਮੂਹ ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਬੇਨਤੀ
ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸ਼ੁੱਭ ਅਵਸਰ ਮੌਕੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਗੁਰੂ
ਘਰ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜੀ।



ਅਮੋਲਕ ਸਿੰਘ ਗਾਖਲ, ਇਕਬਾਲ ਸਿੰਘ ਗਾਖਲ, ਪਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਗਾਖਲ
Amolak Singh Gakhal, Iqbal Singh Gakhal, Palwinder Singh Gakhal

123, E LEE ROAD WATSONVILLE, CA 95076



Designed By Punjab Mail USA

ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ, ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ



ਆਪ ਸਮੂਹ ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸ਼ੁੱਭ ਅਵਸਰ ਮੌਕੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜੀ।

Jaswant Singh Saprai & Family



Super Power Mart Store

10020, Live Oak Blvd, Live Oak, California



Super Power Mart

7205 Marysville Rd, Browns Valley, CA 95918

Designed By Punjab Mail USA

ਪਹਿਲਾ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ, 2023, ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ



ਆਪ ਸਮੂਹ ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸ਼ੁੱਭ
ਅਵਸਰ ਮੌਕੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜੀ।

Jasmail Singh Chitti

Jasmail Singh Chitti
Ph: 877-389-4700



FIVE STAR

TOWING INC

8 Locations and 55 Tow Trucks Serve You Better.
Northern California's Number 1 Towing Service



ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ

ਖਾਲਸਾ ਮੇਰੇ ਰੂਪ ਹੈ ਖਾਸ।
ਖਾਲਸੇ ਮਹਿ ਹੋ ਕਰੋ ਨਿਵਾਸ



ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟ ਵੱਲੋਂ ਪਹਿਲਾ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਸਜਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਆਪ ਸਮੂਹ ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸ਼ੁੱਭ ਅਵਸਰ ਮੌਕੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜੀ।



ਗੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਹੋਠੀ, ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਹੋਠੀ

Jaswant S. Hothi

ਪ੍ਰਧਾਨ, ਅਮਰੀਕਨ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ



ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ

26 ਮਾਰਚ, ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟ



ਗੁਰਦੁਆਰਾ
ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ,
ਸੈਕਰਾਮੈਂਟ ਵੱਲੋਂ

**ਪਹਿਲਾ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ
ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ**
ਨੂੰ ਸਜਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਆਪ ਸਮੂਹ
ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ
ਇਸ ਸ਼ੁੱਭ ਅਵਸਰ ਮੌਕੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ
ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ
ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜੀ।

ਡਾ. ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ

ਕੋ-ਆਰਡੀਨੇਟਰ

ਅਮਰੀਕਨ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ।



ਸਮੂਹ ਜਗਤ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਸਾਲ
ਦੀਆਂ ਲੱਖ-ਲੱਖ ਵਧਾਈਆਂ

Jaswant Singh Saprai & Family

ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ
ਸਪਰਾਏ
ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ



ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਅੰਗੇ ਅਰਦਾਸ ਹੈ ਕਿ
ਨਵਾਂ ਵਰ੍ਹਾ ਸਭਨਾਂ ਲਈ ਖੁਸ਼ੀਆਂ,
ਖੇਡੇ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਲੈ ਕੇ ਆਵੇ



Super Power Mart Store

10020, Live Oak Blvd, Live Oak, California



Super Power Mart

7205 Marysville Rd, Browns Valley, CA 95918

ਪਹਿਲਾ ਹੋਲਾ-ਮਹੱਲਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 26 ਮਾਰਚ, 2023, ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬਰਾਡਸ਼ਾਅ ਰੋਡ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ



ਆਪ
ਸਮੂਹ ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ
ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਬੇਨਤੀ ਹੈ
ਕਿ ਇਸ ਸ਼ੁੱਭ ਅਵਸਰ
ਮੌਕੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਗੁਰੂ ਘਰ
ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ
ਕਰੋ ਜੀ।

Designed By Punjab Mail USA



SHER SINGH

ਸ਼ੇਰ ਸਿੰਘ

ਐਲਕ ਗਰੋਵ, ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ

CVP STUDIOS & JOGA DHINDSA PRESENT



PUNJABI VIRSA 2023

APRIL 9TH (SUNDAY)

ELK GROVE PARK

FREE ENTRY

JOGA DHINDSA SONU CHATHA NAVI SOOCH
916-698-8663 916-716-7331 916-335-6576

NARINDER THANDI
916-813-1442

BABBI GILL
916-882-8384

REALTY**ONE**GROUP
FOR SALE & PURCHASE OF
ANY KIND OF PROPERTY



Space Sponsored by :

Gurjinder S. Randhawa
REALTOR CA DRE licence # 01490567
916-320-9444

ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਵਿਚ
ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਜਾਂ ਵੇਚਣ
ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

garysingh123@yahoo.com

ਪੰਜਾਬ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦਾ ਵਫਦ ਪਹੁੰਚਿਆ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ



ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ, (ਪੰਜਾਬ ਮੇਲ)- ਪੰਜਾਬ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦਾ ਇਕ ਵਫਦ ਡਾ. ਏਕਮ ਕੌਰ ਦੀ ਰਹਿਨੁਮਾਈ ਹੇਠ ਅੱਜਕੱਲ੍ਹ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੌਰੇ 'ਤੇ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਅੰਜਨ ਸਿੰਘ ਵੜੈਚ, ਹਰਲੀਨ ਕੌਰ ਵੜੈਚ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਡਾ. ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ ਦੀ ਲੈਬ ਵਿਖੇ ਦੌਰਾ ਕੀਤਾ, ਜਿਥੇ ਡਾ.

ਪਰਮਜੀਤ ਰੰਧਾਵਾ ਨੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੌਦਿਆਂ 'ਤੇ ਹੋ ਰਹੀ ਖੋਜ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਦੱਸਿਆ। ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਲੈਬ ਵਿਚ 100 ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਰਮਚਾਰੀ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਥੇ ਸੀਡ ਟੈਸਟਿੰਗ, ਪਲਾਂਟ ਟੈਸਟਿੰਗ ਅਤੇ ਨਰਸਰੀ ਬਾਰੇ ਖੋਜਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਡਾ. ਏਕਮ ਕੌਰ ਵੜੈਚ ਇਸ ਲੈਬ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਕਾਫੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ

ਹੋਏ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਲੈਬ ਰਾਹੀਂ ਜੋ ਤਜਰਬੇ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਹ ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ ਹਨ। ਇਸ ਉਪਰੰਤ ਇਹ ਵਫਦ ਲਾਈਵ ਓਕ ਦੇ ਉੱਘੇ ਕਿਸਾਨ ਸ. ਹਰਬੰਸ ਸਿੰਘ ਪੰਮਾ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਗਏ, ਜਿੱਥੇ ਸ. ਪੰਮਾ ਨੇ ਆਪਣੇ ਖੇਤਾਂ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਫਲਾਂ ਦੇ ਬਾਗਾਂ ਦਾ ਦੌਰਾ ਕਰਾਇਆ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਬੜੇ

ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਇਥੋਂ ਦੀ ਖੇਤੀਬਾੜੀ, ਉਸ ਦੇ ਰਖ-ਰਖਾਵ ਅਤੇ ਮਾਰਕੀਟਿੰਗ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਸ. ਹਰਬੰਸ ਸਿੰਘ ਪੰਮਾ ਇਕ ਸਫਲ ਕਿਸਾਨ ਹਨ ਅਤੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਏਕੜ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹਨ। ਉਹ ਪਿਛਲੇ 50 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਲਾਈਵ ਓਕ ਅਤੇ ਯੂਬਾ ਸਿਟੀ ਵਿਖੇ ਖੇਤੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

REALTY ONE GROUP



FOR SALE & PURCHASE OF ANY KIND OF PROPERTY

Recently Sold Properties



ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਵਿਚ ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਜਾਂ ਵੇਚਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

Gurjatinder S. Randhawa

web: www.RealtorRandhawa.com

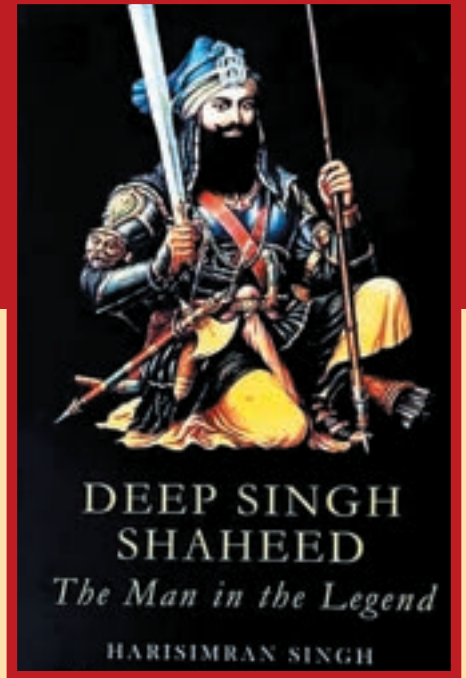
916-320-9444

garysingh123@yahoo.com



Gurjatinder S. Randhawa
REALTOR CA DRE licence # 01490567

ਭਾਰਤੀ ਕੌਂਸਲ ਜਨਰਲ ਵੱਲੋਂ ਸ਼ਹੀਦ ਬਾਬਾ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਬਾਰੇ ਲਿਖੀ ਕਿਤਾਬ ਕੀਤੀ ਗਈ ਰਿਲੀਜ਼



ਸਾਨ ਫਰਾਂਸਿਸਕੋ, (ਪੰਜਾਬ ਮੇਲ)-ਰਿਟਾਇਰਡ ਕਰਨਲ ਹਰਸਿਮਰਨ ਸਿੰਘ ਵੱਲੋਂ ਸ਼ਹੀਦ ਬਾਬਾ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਦੇ ਜੀਵਨੀ ਬਾਰੇ ਇਕ ਕਿਤਾਬ ਲਿਖੀ ਗਈ ਹੈ। ਜਿਸ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸ਼ਹੀਦ ਬਾਬਾ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਦੀ ਜੀਵਨੀ ਬਾਰੇ ਬੜੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਚਾਨਣਾ ਪਾਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਕਿਤਾਬ ਨੂੰ ਰਿਲੀਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਯੁਗਾਂਤਰ ਆਸ਼ਰਮ ਗਦਰ ਮੈਮੋਰੀਅਲ ਹਾਲ, ਸਾਨ ਫਰਾਂਸਿਸਕੋ ਵਿਖੇ ਇਕ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸਮਾਗਮ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਭਾਰਤੀ ਕੌਂਸਲ ਜਨਰਲ, ਸਾਨ ਫਰਾਂਸਿਸਕੋ ਦੇ ਕੌਂਸਲ ਡਾ. ਅਕੁਨ ਸਭਰਵਾਲ ਨੇ ਸਟੇਜ 'ਤੇ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦਿਆਂ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਏ ਹੋਏ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਨੂੰ ਜੀ ਆਇਆਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਅਤੇ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸ਼ਹੀਦ ਕਿਤਾਬ ਦੇ ਲੇਖਕ ਕਰਨਲ ਹਰਸਿਮਰਨ ਸਿੰਘ ਦੇ ਇਸ ਉਪਰਾਲੇ ਦੀ

ਸ਼ਲਾਘਾ ਕੀਤੀ। ਕੌਂਸਲ ਜਨਰਲ ਆਫ ਇੰਡੀਆ ਡਾ. ਟੀ.ਵੀ. ਨਗੋਂਦਰਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਦੀ ਗੈਰ ਹਾਜ਼ਰੀ ਵਿਚ ਸ਼੍ਰੀ ਰਾਕੇਸ਼ ਅਪਲਖਾ ਡਿਪਟੀ ਕੌਂਸਲ ਜਨਰਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਹਿਮਾਨ ਵਜੋਂ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਏ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਕਰਨਲ ਹਰਸਿਮਰਨ ਸਿੰਘ ਨੇ ਸ਼ਹੀਦ ਬਾਬਾ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਦੱਸਿਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਗਭਗ ਇੱਕ ਘੰਟੇ ਦੇ ਲੈਕਚਰ ਦੌਰਾਨ ਸ਼ਹੀਦ ਬਾਬਾ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪਹਿਲੂਆਂ ਨੂੰ ਛੋਹਿਆ। ਉਪਰੰਤ ਡਾ. ਅਕੁਨ ਸਭਰਵਾਲ ਨੇ ਸਟੇਜ ਤੋਂ ਸ਼ਹੀਦ ਬਾਬਾ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਬਾਰੇ ਕੁੱਝ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇ, ਜਿਸ ਦੇ ਜਵਾਬ ਕਰਨਲ ਹਰਸਿਮਰਨ ਸਿੰਘ ਨੇ ਬਾਖੂਬੀ ਦਿੱਤੇ। ਆਏ ਹੋਏ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਵੀ ਕੁੱਝ ਸਵਾਲ, ਜਵਾਬ ਕੀਤੇ ਗਏ। ਕੁੱਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਇਹ ਸਮਾਗਮ ਕਾਮਯਾਬੀ ਨਾਲ ਸੰਪੰਨ ਹੋਇਆ।



TAKHAR URGENT CARE & Family Medicine

Paramjit S. Takhar, M.D.
Board Certified Family Medicine

Originally from Shankar/Nakodar/Jalandhar
Extensive experience in Family Practice and Primary Care Over 25 years of Family Medicine experience with Kaiser Permanente

Onsite Services

www.takharfamilymedicine.com

- EKG (Electrocardiogram), Blood Work, Pregnancy Test, Urine Analysis, TB Testing, Ear Irrigation, In-grown Toe Nail Removal
- Men's & Women's Health
- Adult Physicals with Labs Drawn on Premises
- Well Woman Exams Including PAP Smears
- Pregnancy Testing
- School /College / Camp Physicals
- Diabetes & Diabetic Foot Care
- High Cholesterol
- Hypertension
- Heart Disease
- Headaches
- Thyroid Problems
- Asthma & Allergies
- Upper Respiratory Infections
- Urinary Tract Infection
- Sexual Dysfunction
- Back & Neck Pain
- Immigration Physical
- Pre-Employment Physical
- DOT /Non-DOT Physicals
- Breath Alcohol Testing

\$100 First Office Visit
2nd Visit is ONLY \$75

By appointment only. Please mention offer when scheduling appointment. Most patient coupons at time of visit. Expires 12/31/17

We Speak : English, Hindi, Punjabi, Farsi & Spanish

916-688-8888
8191 Timberlake Way #400
Sacramento, CA 95823

We Accept Medicare, Medical & Cash Pay



ਅਮਰੀਕੀ ਸਿੱਖ ਆਗੂ ਜੌਨ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਦੇ ਪਿਤਾ ਗੁਲਜ਼ਾਰਾ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਦੇ ਸੰਸਕਾਰ 'ਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਖਸ਼ੀਅਤਾਂ ਵਲੋਂ ਸਰਧਾਂਜਲੀ ਸਿੱਖ ਕੌਂਸਲ ਆਫ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਵੱਲੋਂ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਨਾਨਕਸਰ ਚੈਰੀ ਫਰਿਜ਼ਨੋ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਨਮਾਨ

ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ, (ਹੁਸਨ ਲੜੋਆ ਬੰਗਾ/ਪੰਜਾਬ ਮੇਲ)- ਉੱਘੇ ਸਿੱਖ ਆਗੂ, ਕਬੱਡੀ ਖੇਡ ਨੂੰ ਪ੍ਰਫੁੱਲਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਕੰਮਾਂ ਲਈ ਜਾਣੇ ਜਾਂਦੇ ਜੌਨ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਦੇ ਪਿਤਾ ਸ. ਗੁਲਜ਼ਾਰਾ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਜੋ ਪਿਛਲੇ ਦਿਨੀਂ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਤੋਂ ਰੁਖਸਤ ਹੋ ਗਏ ਸਨ, ਦਾ ਅੰਤਿਮ ਸੰਸਕਾਰ ਨੌਰਥ ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਫਿਊਨਰਲ ਹੋਮ, ਐਲ ਕਮੀਨੋ ਐਵਨੀਓ ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਵਿਖੇ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਤੇ ਅੰਤਿਮ ਅਰਦਾਸ ਤੇ ਸ਼ਬਦ ਕੀਰਤਨ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਸਿੱਖ ਟੈਂਪਲ, ਵੈਸਟ ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਵਿਖੇ ਹੋਇਆ। ਇਸ ਦੁੱਖ ਦੀ ਘੜੀ ਵਿਚ ਸਾਰਾ ਪੰਥਕ ਭਾਈਚਾਰਾ ਸ. ਜੌਹਨ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਹੋਰਾਂ ਦੇ ਦੁੱਖ ਵਿਚ ਸ਼ਰੀਕ ਹੋਇਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਜੀਆਂ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਅਮਰੀਕਨ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਕਨਵੀਨਰ ਡਾ. ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ, ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੰਤ ਸਿੰਘ ਹੋਠੀ, ਹਰਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਮਾਣਾ, ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਹਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਸੰਧੂ, ਮਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਉਪਲ, ਗੁਰਜਤਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ, ਸਿੱਖਸ ਫਾਰ ਜਸਟਿਸ ਤੋਂ ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬਾਣਾ, ਸੁਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨਿੱਝਰ, ਤੇਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਦੁਸਾਂਝ, ਮੇਅਰ ਸੁਖਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਧਾਲੀਵਾਲ, ਸੁਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਅਟਵਾਲ ਆਦਿ ਨੇ ਬਾਪੂ ਗੁਲਜ਼ਾਰ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਨੂੰ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਭੇਟ ਕੀਤੀ। ਸਾਰੇ ਬੁਲਾਰਿਆਂ ਨੇ ਪੰਥ ਪ੍ਰਤੀ ਕੀਤੇ ਕੰਮਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਲੋਂ ਗੁਰੂ ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਕਾਰਜਾਂ ਤੇ ਕਬੱਡੀ ਖੇਡ



ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਭੇਟ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਅਮਰੀਕਨ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਕਨਵੀਨਰ ਡਾ. ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ। ਨਾਲ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਰ ਆਗੂ।

ਨੂੰ ਮੁਕਾਮ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਲਈ ਜੌਨ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਤੇ ਬਾਪੂ ਗੁਲਜ਼ਾਰਾ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਦੇ ਬਣਦੇ ਰੁਤਬੇ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਬਾਪੂ ਗੁਲਜ਼ਾਰਾ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਆਪਣਾ ਸਾਰਾ ਜੀਵਨ ਆਪਣੇ ਬੇਟੇ ਜੌਨ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਨਾਲ ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਲਾਗੇ ਸ਼ਹਿਰ ਵੁੱਡਲੈਂਡ 'ਚ ਹੀ ਰਹੇ। ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਤੇ ਬੰਗਾ ਲਾਗੇ ਪਿੰਡ ਚੱਕ ਬਿਲਗਾ ਵਿਚ

ਜਨਮੇ ਗੁਲਜ਼ਾਰਾ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ 1980 ਵਿਚ ਅਮਰੀਕਾ ਆਏ ਅਤੇ ਇਥੇ ਆਪਣੇ ਦੋ ਪੁੱਤਰਾਂ, ਨੂੰਹਾਂ ਅਤੇ 6 ਪੋਤੇ-ਪੋਤਰੀਆਂ ਨਾਲ ਭਰੇ ਪਰਿਵਾਰ 'ਚ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਅੰਤਿਮ ਸੰਸਕਾਰ ਵਿਚ ਗਿੱਲ ਪਰਿਵਾਰ ਵਲੋਂ ਕੀਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਕਾਰਜਾਂ ਕਰਕੇ ਦੂਰੋ-ਨੇੜਿਓ ਲੋਕ ਭਾਰੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ।

ਫਰਿਜ਼ਨੋ, (ਧਾਲੀਆਂ/ ਮਾਛੀਕੇ/ ਪੰਜਾਬ ਮੇਲ)- ਸੈਂਟਰਲ ਵੈਲੀ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੇ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਵਿਚ ਯੋਗ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਉਚਿਤ ਬਣਾਉਣ ਲਈ "ਸਿੱਖ ਕੌਂਸਲ ਆਫ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਪਿਛਲੇ ਲੰਮੇ ਅਰਸੇ ਤੋਂ ਸੇਵਾਵਾ ਨਿਭਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਸਥਾ ਸੈਂਟਰਲ ਵੈਲੀ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੇ ਸਮੂਹ ਗੁਰੂਘਰਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਅਤੇ ਆਪਸੀ ਤਾਲਮੇਲ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਲਈ ਵੱਡੇ ਸਮਾਗਮਾਂ ਦੌਰਾਨ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਉਲੀਕੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਨੁਸਾਰ ਸੈਂਟਰਲ ਵੈਲੀ ਦੇ ਸਮੂਹ ਗੁਰੂਘਰਾਂ ਦੀਆਂ ਕਮੇਟੀਆਂ ਨੂੰ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਬਣ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਿਭਾਉਣ ਕਰਕੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲੜੀ ਤਹਿਤ



ਸਨਮਾਨ ਚਿੰਨ੍ਹ ਭੇਟ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਯਾਦਗਾਰੀ ਤਸਵੀਰ।

ਸੰਤ ਬਾਬਾ ਨੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨਾਨਕਸਰ ਕਲੋਰਾਂ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਮਰਿਯਾਦਾ ਅਨੁਸਾਰ ਚਲਾਏ ਜਾ ਰਹੇ "ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਨਾਨਕਸਰ" ਚੈਰੀ ਐਵਨਿਊ ਫਰਿਜ਼ਨੋ ਵਿਚ ਇਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਾਗਮ ਦੌਰਾਨ ਗੁਰੂਘਰ ਦੀ ਕਮੇਟੀ ਨੂੰ ਸਿੱਖ ਕੌਂਸਲ ਵੱਲੋਂ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ

ਸਮੇਂ ਸਿੱਖ ਕੌਂਸਲ ਵੱਲੋਂ ਸ. ਸੁਖਦੇਵ ਸਿੰਘ ਚੀਮਾ, ਨਾਨਕਸਰ ਗੁਰੂਘਰ ਦੇ ਬੁਲਾਰੇ ਭਾਈ ਹਰਭਜਨ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਹੋਰ ਹਾਜ਼ਰ ਬੁਲਾਰਿਆਂ ਨੇ ਬੋਲਦੇ ਹੋਏ ਸੰਗਤਾਂ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਸਾਂਝ ਪਾਈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਗੁਰੂਘਰ ਦੀ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ, ਸਿੱਖ ਕੌਂਸਲ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਅਤੇ ਸੰਗਤਾਂ ਮੌਜੂਦ ਸਨ।

ਕੋਟਕਪੂਰਾ ਗੋਲੀ ਕਾਂਡ: ਅਦਾਲਤ ਵੱਲੋਂ ਸੁਖਬੀਰ ਨੂੰ ਜ਼ਮਾਨਤ

ਫਰੀਦਕੋਟ, (ਪੰਜਾਬ ਮੇਲ)- ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਉਪ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸੁਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬ ਹਰਿਆਣਾ ਹਾਈ ਕੋਰਟ ਨੇ ਕੋਟਕਪੂਰਾ ਗੋਲੀ ਕਾਂਡ ਵਿਚ 30 ਮਈ ਤੱਕ ਅਗਾਊਂ ਜ਼ਮਾਨਤ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਹਾਈ ਕੋਰਟ ਨੇ ਇਲਾਕਾ ਮੈਜਿਸਟਰੇਟ ਨੂੰ ਹਦਾਇਤ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਸੁਖਬੀਰ ਬਾਦਲ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਪੇਸ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ



■ ਸੁਮੇਧ ਸੈਣੀ, ਉਮਰਾਨਗਲ ਤੇ ਚਰਨਜੀਤ ਸ਼ਰਮਾ ਦੀ ਜ਼ਮਾਨਤ ਅਰਜ਼ੀ ਰੱਦ

ਜ਼ਮਾਨਤ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ। 18 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਫਰੀਦਕੋਟ ਦੀ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਸੁਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ ਦੀ ਅਗਾਊਂ ਜ਼ਮਾਨਤ ਅਰਜ਼ੀ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਸੁਖਬੀਰ ਬਾਦਲ ਨੇ ਹਾਈ ਕੋਰਟ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕੋਟਕਪੂਰਾ ਗੋਲੀ ਕਾਂਡ ਵਿਚ ਉਸ ਖਿਲਾਫ ਚਲਾਨ ਇਲਾਕਾ

ਮੈਜਿਸਟਰੇਟ ਦੀ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਪੇਸ਼ ਹੋ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਸੰਮਨ ਵੀ ਮਿਲ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਸੁਖਬੀਰ ਬਾਦਲ ਨੇ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੈ। ਕੋਟਕਪੂਰਾ ਗੋਲੀ ਕਾਂਡ ਵਿਚ ਮੁੱਖ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ਯਾੜੇ ਵਜੋਂ ਮੁਲਜ਼ਮ ਨਾਮਜ਼ਦ ਹੋਏ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਡੀ.ਜੀ.ਪੀ. ਸੁਮੇਧ ਸੈਣੀ, ਪਰਮਰਾਜ ਸਿੰਘ ਉਮਰਾਨਗਲ ਤੇ ਚਰਨਜੀਤ ਸ਼ਰਮਾ ਦੀ ਅਗਾਊਂ ਜ਼ਮਾਨਤ ਦੀ ਅਰਜ਼ੀ ਰੱਦ ਹੋ ਗਈ ਹੈ।

Mann & Associates Insurance Services, Inc.

Medicare Supplement Plans



Inderjeet Singh Mann
CA Lic# 0H82488

● Life ● Health ● Travel ● Medicare ● Trucking ● ਲਾਈਫ ● ਹੈਲਥ ● ਟ੍ਰੈਵਲ ● ਮੈਡੀਕੇਅਰ ● ਟਰੱਕਿੰਗ

- The American Rescue Plan passed by President Biden could save you hundreds or even thousands of dollars a month.
- There is more financial help than ever before
- Even if you didn't qualify for subsidies before, now you might be able to save thousands on health insurance premiums.
- Huge tax credits are available only if you apply thru Covered California
- ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਜੋਅ ਬਾਇਡਨ ਦੁਆਰਾ ਪਾਸ ਕੀਤੀ ਗਈ ਅਮਰੀਕੀ ਬਚਾਅ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਡਾਲਰ ਦੀ ਬਚਤ ਕਰਵਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਵਿੱਤੀ ਮਦਦ ਮਿਲੀ ਹੈ।
- ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਬਸਿਡੀਆਂ ਲਈ ਯੋਗਤਾ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਪ੍ਰੀਮੀਅਮਾਂ 'ਤੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਭਾਰੀ ਟੈਕਸ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕੇਵਲ ਤਾਂ ਹੀ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਵਰਡ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੁਆਰਾ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋ।

ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਨਾ ਕਰਵਾਉਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੁਰਮਾਨਾ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਅੱਜ ਹੀ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਇੰਦਰਜੀਤ ਮਾਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜਿਹੜੇ Covered California ਦੇ Certified Agent ਸਨ। ਇੰਦਰਜੀਤ ਮਾਨ ਕੋਲ ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਦਾ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਹੈ।



Designed By Punjab Mail USA

Ph.: (916) 900-2000

EXPO FURNITURE Gallery

FALL SAVINGS
PRICES ARE FALLING!
SAVE UP TO
70%
OFF IN STORE



**7310 Home Leisure Plaza
Sacramento, CA 95823
(916) 392-3233**



**11415 Folsom Blvd. STE #105
Rancho Cordova, CA 95742
(916) 635-3976**

Promotion does not apply to previous purchases. 0% Financing available on approved credit - see store for details. "Up to 70% Off" items are available in-store only and are limited in quantity. They will be sold on a first come, first serve basis and may include floor model items, discontinued items and slightly imperfect items. Although every precaution is taken, errors in pricing/description may occur. We reserve the right to correct any such errors.

ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ 'ਤੇ ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਏ. ਲਾਇਆ

ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਡਿਬਰੂਗੜ੍ਹ ਜੇਲ੍ਹ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਧਾਈ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, (ਪੰਜਾਬ ਮੇਲ)- ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ 'ਵਾਰਿਸ ਪੰਜਾਬ ਦੇ' ਮੁਖੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਦੇ ਫ਼ਰਾਰ ਹੋਣ ਸਬੰਧੀ ਅਹਿਮ ਸੁਰਾਗ ਹੱਥ ਲੱਗੇ ਹਨ। ਪੁਲਿਸ ਮੁਤਾਬਕ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਇਕ ਗੁਰਦੁਆਰੇ 'ਚ ਕੱਪੜੇ ਬਦਲਣ ਮਗਰੋਂ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ 'ਤੇ ਫ਼ਰਾਰ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਭਜਾਉਣ 'ਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਚਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰ ਲਏ ਹਨ ਅਤੇ ਉਸ ਬਰੋਜ਼ਾ ਗੱਡੀ ਨੂੰ ਵੀ ਬਰਾਮਦ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ 'ਚ ਬੈਠ ਕੇ ਮੌਕੇ ਤੋਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਫ਼ਰਾਰ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਦੇ 18 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਗੈਰ ਜ਼ਮਾਨਤੀ ਵਾਰੰਟ ਵੀ ਜਾਰੀ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਤੇ ਉਸ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਏ. (ਕੌਮੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਐਕਟ) ਲਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਧਰ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਤਰਨ ਤਾਰਨ, ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ, ਮੋਗਾ, ਸੰਗਰੂਰ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦੇ ਅਜਨਾਲਾ ਅਤੇ ਮੁਹਾਲੀ ਦੇ ਕੁਝ ਇਲਾਕਿਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਬਾਕੀ ਸੂਬੇ 'ਚ ਮੋਬਾਈਲ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਅਤੇ ਐੱਸ.ਐੱਮ.ਐੱਸ. ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਹਾਲ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ। ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਹਿਰਾਵੇ ਵਾਲੀਆਂ ਛੇ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵੀ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ। ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਦੀ ਭਾਲ ਜਾਰੀ ਰਹੀ ਅਤੇ ਹੁਣ ਤੱਕ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਉਸ ਦੇ 154 ਸਮਰਥਕਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ।



ਗੁਰਦੁਆਰੇ 'ਚ ਕੱਪੜੇ ਬਦਲ ਕੇ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ 'ਤੇ ਫ਼ਰਾਰ ਹੋਇਆ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ

ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਬੁਲਾਰੇ ਆਈ.ਜੀ. ਡਾ. ਸੁਖਚੈਨ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਚਾਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਮੰਨਾ, ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਦੀਪਾ, ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਹੈਪੀ ਅਤੇ ਗੁਰਭੋਜ ਸਿੰਘ, ਜੋ ਫ਼ਰੀਦਕੋਟ ਤੇ ਜਲੰਧਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹਨ, ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਫੜਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪੁੱਛ-ਪੜਤਾਲ ਦੌਰਾਨ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਦੇ ਫ਼ਰਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਭੇਤ ਖੋਲ੍ਹਿਆ। ਡਾ. ਗਿੱਲ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਜਦੋਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਆਪਣਾ ਵਾਹਨ ਬਦਲ ਕੇ ਬਰੋਜ਼ਾ ਗੱਡੀ ਵਿਚ ਬੈਠਿਆ ਸੀ, ਤਾਂ ਉਕਤ ਨੌਜਵਾਨ ਵੀ ਉਸ 'ਚ ਸਵਾਰ ਸਨ। ਉਹ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਪਿੱਛ ਨੰਗਲ ਅੰਬੀਆਂ ਦੇ ਗੁਰੂ ਘਰ 'ਚ ਲੈ ਕੇ ਗਏ, ਜਿੱਥੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਦੋ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲਾਂ ਸਮੇਤ ਤਿੰਨ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋਰ ਮੌਜੂਦ ਸਨ। ਫੜੇ ਗਏ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਨੰਗਲ ਅੰਬੀਆਂ ਦੇ ਗੁਰੂ ਘਰ 'ਚ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੇ ਪੱਛਾਮੀ ਦਿੱਖ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨ ਲਏ ਸਨ। ਉਸ ਮਗਰੋਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਦੋ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਸਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਬੈਠ ਕੇ ਉੱਥੋਂ ਫ਼ਰਾਰ ਹੋ ਗਿਆ। ਗਿੱਲ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਟੈਲ ਪਲਾਜ਼ਾ ਦੀ ਸੀ.ਸੀ.ਟੀ.ਵੀ. ਫੁਟੇਜ ਤੋਂ ਬਰੋਜ਼ਾ ਗੱਡੀ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਾ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਅੱਗੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਬੈਠਾ

ਹੋਇਆ ਸੀ। ਪੁਲਿਸ ਵੱਲੋਂ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੀ ਬਰੋਜ਼ਾ ਗੱਡੀ 'ਚੋਂ 315 ਬੋਰ ਦੀ ਰਾਈਫ਼ਲ, ਵਾਕੀ ਟਾਕੀ ਅਤੇ ਤਲਵਾਰਾਂ ਮਿਲੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਨੂੰ ਭਜਾਉਣ 'ਚ ਸੱਤ ਜਣਿਆਂ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਹੈ, ਜਿਸ 'ਚੋਂ ਚਾਰ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ। ਆਈ.ਜੀ. ਗਿੱਲ ਨੇ ਕੌਮੀ ਜਾਂਚ ਏਜੰਸੀ (ਐੱਨ.ਐਏ.ਏ.) ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ ਪ੍ਰੰਤੂ ਏਨਾ ਜ਼ਰੂਰ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਦੂਸਰੇ ਸੂਬਿਆਂ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰੀ ਏਜੰਸੀਆਂ ਤੋਂ ਸਹਿਯੋਗ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਦੇ ਮੌਜੂਦਾ ਹੁਲੀਆ ਬਾਰੇ ਵੀ ਕੋਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਇਨਕਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਗਿੱਲ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਹੱਥ ਬੁਲੇਟ ਪਰੂਫ਼ ਜੈਕਟਾਂ ਤਾਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹਨ ਪ੍ਰੰਤੂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦੱਸਣੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੂਬੇ ਵਿਚ ਹਾਲਾਤ ਸਥਿਰ ਹਨ ਅਤੇ ਮੁਹਾਲੀ ਦੇ ਸੁਹਾਣਾ 'ਚ ਲੱਗਿਆ ਧਰਨਾ ਵੀ ਖਤਮ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਲਈ ਵੱਡੀ ਚੁਣੌਤੀ ਹੁਣ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਟਿਕਾਣਿਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ 'ਤੇ ਫ਼ਰਾਰ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਚੇਤੇ ਰਹੇ ਕਿ ਜਦੋਂ ਦਿੱਲੀ ਦੀਆਂ ਬੁਰਹਾਂ 'ਤੇ ਕਿਸਾਨ ਅੰਦੋਲਨ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਤਾਂ ਉਦੋਂ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਪ ਸਿੰਘੂ ਦੇ ਵੀ ਮੋਟਰ ਸਾਈਕਲ 'ਤੇ ਫ਼ਰਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਫੁਟੇਜ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਸੀ।

ਅਸਾਮ, (ਪੰਜਾਬ ਮੇਲ) - ਅਸਾਮ ਦੀ ਡਿਬਰੂਗੜ੍ਹ ਜੇਲ੍ਹ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਧਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਵੱਲੋਂ ਹੁਣ ਤੱਕ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਦੇ ਚਾਚੇ ਹਰਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਦਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ, ਬਸੰਤ ਸਿੰਘ, ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਬਾਜੇਕਾ ਨੂੰ ਭੇਜਿਆ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਹਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਉਥੋਂ ਦੀ ਜੇਲ੍ਹ 'ਚ ਪੁੱਜਾ ਹੈ। ਡਿਬਰੂਗੜ੍ਹ ਦੀ ਕੇਂਦਰੀ ਜੇਲ੍ਹ 'ਚ ਇਸ ਵੇਲੇ ਕੁੱਲ 461 ਬੰਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ 308 ਵਿਚਾਰ ਅਧੀਨ ਕੈਦੀ ਹਨ।

ਖ਼ੁਫ਼ੀਆ ਤੰਤਰ ਹੋਇਆ ਫ਼ੇਲ੍ਹ: ਹਾਈ ਕੋਰਟ

ਪੰਜਾਬ ਹਰਿਆਣਾ ਹਾਈ ਕੋਰਟ ਨੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਦੇ ਭੱਜਣ ਦੇ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਝਾੜ ਪਾਈ ਹੈ। ਹਾਈ ਕੋਰਟ ਨੇ ਉਗਲ ਉਠਾਈ ਕਿ 80 ਹਜ਼ਾਰ ਦੀ ਨਫ਼ਰੀ ਵਾਲੀ ਪੁਲਿਸ ਉਸ ਨੂੰ ਫੜ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਸਕੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਸ ਫ਼ਰਾਰੀ ਪਿੱਛੇ ਖ਼ੁਫ਼ੀਆ ਤੰਤਰ ਦੀ ਨਾਕਾਮੀ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਅਗਲੀ ਸੁਣਵਾਈ 28 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਹੋਵੇਗੀ। ਹਾਈ ਕੋਰਟ 'ਚ ਦਾਇਰ ਹੈਬੀਅਸ ਕੋਰਪਸ ਪਟੀਸ਼ਨ 'ਤੇ ਸੁਣਵਾਈ ਦੌਰਾਨ ਐਡਵੋਕੇਟ ਜਨਰਲ ਵਿਨੋਦ ਘਈ ਨੇ ਪੁਲਿਸ ਤਰਫ਼ੋਂ ਦਾਖ਼ਲ ਹਲਫ਼ੀਆ ਬਿਆਨ 'ਚ ਖ਼ੁਲਾਸਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ 'ਤੇ ਕੌਮੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਐਕਟ (ਐੱਨ.ਐੱਸ.ਏ.)



ਡਿਬਰੂਗੜ੍ਹ ਦੀ ਜੇਲ੍ਹ 'ਚ ਹਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਲਿਜਾਂਦੀ ਹੋਈ ਪੁਲਿਸ।

ਲਗਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨਾ ਤਾਂ ਹਿਰਾਸਤ ਵਿਚ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਜਸਟਿਸ ਐੱਨ.ਐੱਸ. ਸ਼ੇਖਾਵਤ ਨੇ ਵਕੀਲ ਇਮਾਨ ਸਿੰਘ ਖਾਰਾ ਵੱਲੋਂ ਦਾਖ਼ਲ ਪਟੀਸ਼ਨ 'ਤੇ ਸੁਣਵਾਈ ਦੌਰਾਨ ਅਦਾਲਤ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਵਕੀਲ ਤਨੂ ਬੇਦੀ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤੀ ਮਿੱਤਰ ਤਾਇਨਾਤ

ਕੀਤਾ। ਏ.ਜੀ. ਮੁਤਾਬਕ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਸਾਰੇ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਸੰਜਮ ਵਰਤਿਆ ਅਤੇ ਕੋਈ ਖ਼ੂਨ-ਖ਼ਰਾਬਾ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ। ਹਾਈ ਕੋਰਟ ਵਿਚ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਦੇ ਮਾਪੇ ਵੀ ਪੁੱਜੇ ਹੋਏ ਸਨ। ਜਸਟਿਸ ਸ਼ੇਖਾਵਤ ਨੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਦੇ ਪਿਤਾ ਤਰਸੇਮ ਸਿੰਘ ਦੀ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਹਾਜ਼ਰੀ 'ਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਫਿਰ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਪਿੱਛੇ ਜਾ ਕੇ ਬੈਠ ਜਾਣ।

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਖਬਰਾਂ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ :
www.punjabmailusa.com

ਰੋਜ਼ਵਿਲ ਏਰੀਏ 'ਚ ਖੁੱਲ੍ਹ ਗਿਆ ਹੈ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦਾ ਆਪਣਾ ਇੰਡੀਅਨ ਗਰੋਸਰੀ ਸਟੋਰ

BHARAT SPICE BAZAR

1402 Blue Oaks Blvd, Suite# 150, Roseville, CA 95747

ਭਾਰਤ ਸਪਾਈਸ ਬਜ਼ਾਰ

ਰੋਜ਼ਵਿਲ






ਤੁਸੀਂ ਇਥੋਂ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਭਾਰਤੀ ਗਰੋਸਰੀ ਦਾ ਸਾਮਾਨ, ਤਾਜ਼ੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਆਦਾ, ਚਾਵਲ, ਦਾਲਾਂ, ਮਸਾਲੇ ਆਦਿ ਵਾਜ਼ਿਬ ਦਾਮਾਂ 'ਤੇ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ।

Follow us on

(916) 886-9089, Fax. (916) 692-2558

CONTACT@BHARATSPICEBAZAR.COM | WWW.BHARATSPICEBAZAR.COM

Designed By Punjab Mail USA

ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸੰਬੰਧੀ ਫਾਰਮ ਭਰਵਾਉਣ ਲਈ ਮਿਲੋ।

USA

Immigration Consultant

We can also help you go get citizenship if you can't speak English due to medical reason only.

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੰਗਲਿਸ਼ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ, ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਟੀਜਨਸ਼ਿਪ ਦੁਆ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

• VISAS • GREEN CARD • CITIZENSHIP



MALIK AWAN
J.D. (CFO)

Call for All Kinds of Immigration Services In USA and Pakistan

+1 (310) 666-2429

malik@averwood.us

www.averwood.us

1851 Heritage Ln. Suite #129

Sacramento, CA 95815 USA



Designed By Punjab Mail USA



calstate

MORTGAGE

NMLS: 1729528/ DRE 02058505

We are home loan experts dedicated to making sure your home purchase or refinance experience is top-notch.

Purchase Loan and Refinance

15 & 30 Yr. Fixed Rates Are Still Better!!! Refinance Now at Zero Cost

Ways we help 1st time home buyers:

- » Will walk new buyers through the whole loan process
- » Fast turn times for pre-approvals and underwriting during the settlement process
- » Fannie & Freddie with expanded DTI's
- » All Govt programs available for buyers
- » Credit scores down to a 600 for FHA and VA buyers
- » We have Cheona Down Payment Assistance In-house
- » Can also work with Down Payment Assistance programs at the State and County level
- » 1099, W-2 and Passive income allowed
- » 100k minimum total loan amount for Primary Purchases

- » ਨਵੇਂ ਜਾਂ ਪੁਰਾਣੇ ਘਰ ਦਾ ਲੋਨ ਲੈਣ ਲਈ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।
- » ਘਰ ਗੀਫਾਈਨਾਂਸ ਕਰਾਉਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਮਿਲੋ।
- » ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲੋਨ ਸੰਬੰਧੀ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰੋ।



Preet Kalirai

NMLS: 281660/DRE 02097522

Mortgage Broker

530 La Sierra Drive, Sacramento, CA 95864

ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਪੰਜਾਬੀ ਜਾਂ
ਇੰਗਲਿਸ਼ ਵਿਚ ਗੱਲ ਕਰੋ।

916-225-1225

e: preet@calstatemtg.com • w : https://www.getapproval.com



Copyright@Punjab Mail USA

ਪੰਜਾਬ ਸਿਆਸੀ ਪੁੱਤ ਅਤੇ ਹੰਝੂ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਰੱਖੀ-ਕਿਤੇ ਅਣਹੋਣੀ ਨਾ ਹੋ ਜਾਵੇ

ਪੰਜਾਬ ਸਿਆਸੀ ਹੋ ਕੀ ਚੱਲ ਰਿਹੇ ਤੇਰੇ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ, ਨਾ ਤੈਥੋਂ ਹੰਝੂ ਸਾਂਭੇ ਜਾ ਰਹੇ ਨੇ ਤੇ ਨਾ ਪੁੱਤ, ਦਿਨੋ-ਦਿਨ ਜਵਾਨ ਪੁੱਤਾਂ ਦੀਆਂ ਅਰਥੀਆਂ ਉਠ ਰਹੀਆਂ ਨੇ, ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿਚੋਂ ਹੰਝੂ ਨਹੀਂ ਰੁੱਕ ਰਹੇ, ਮਾਵਾਂ ਵੈਣ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਪੁੱਤਰਾਂ ਦੀਆਂ ਅਰਥੀਆਂ ਮਗਰ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਨੇ, ਤੇ ਜਿਹੜੇ ਬੁੱਢੇ ਬਾਪੂ ਦੀ ਪੁੱਤਰ ਨੇ ਡੰਗੋਰੀ ਬਣਨਾ ਸੀ, ਅੱਜ ਉਸ ਪੁੱਤਰ ਦੀ ਅਰਥੀ ਬਾਪੂ ਦੇ ਮੋਢੇ ਉੱਪਰ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਤੇਰੇ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਦਿਨੋ-ਦਿਹਾੜੇ ਗੁੰਡਾਗਰਦੀ ਦਾ ਨੰਗਾ ਨਾਚ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤੇ ਕਤਲੋਗਾਰਤ ਦਿਨੋ-ਦਿਨ ਵੱਧ ਰਹੀ ਹੈ। ਜਵਾਨ ਪੁੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਫੌਜ ਤੇ ਪੁਲਿਸ ਚੁੱਕ-ਚੁੱਕ ਕੇ ਤੇਰੇ ਘਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹਕੂਮਤ ਆਪਣੀਆਂ ਜੇਲ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਡੱਕ ਰਹੀ ਹੈ। ਨਸ਼ਾ ਤੇਰੇ ਗੱਭਰੂ ਪੁੱਤਰਾਂ ਦੀ ਨਾੜ-ਨਾੜ ਵਿਚ ਰਚ ਗਿਆ ਹੈ, ਆਪਣੀਆਂ ਨਾਕਾਮੀਆਂ ਲਕੌਣ ਲਈ ਆਮ ਆਦਮੀ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਜੋ ਨੌਜਵਾਨ ਜਵਾਨੀ ਨੂੰ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਦਲਦਲ ਵਿਚੋਂ ਕੱਢ ਕੇ ਗੁਰੂ ਦੇ ਲੜ ਲਾ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਉਸਦੀ ਦਸ਼ਮਣ ਬਣੀ ਬੈਠੀ ਹੈ। ਨਾਲੇ ਪੰਜਾਬ ਸਿਆਸੀ, ਦਿੱਲੀ ਨੇ ਤੇਰੀ ਕਦੇ ਨੀ ਬਣਨਾ। ਇਹ ਤਾਂ ਤੇਰੇ ਖੂਨ ਦੀ ਮੁੱਢ ਕਦੀਮੋਂ ਪਿਆਸੀ ਰਹੀ ਹੈ। ਗਰਚੇ ਵਰਗੇ ਚੋਬਰ ਜੋ ਇਹਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਅੱਖਾਂ ਪਾ ਕੇ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹਤੋਂ ਜਰੇ ਨੀ ਜਾਂਦੇ। ਨਾਲੇ ਚਾਰ-ਪੰਜ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਤੇਰੇ ਛਿੰਦੇ ਪੁੱਤਰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਖਾਲਸਾ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਧਾੜਾਂ ਦੀਆਂ ਧਾੜਾਂ ਫੌਜ, ਪੁਲਿਸ ਦੀਆਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਨੇ, ਕਹਿੰਦੇ ਸ਼ੇਰ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਸਿਆਸੀ ਕੋਈ ਅਣਹੋਣੀ ਨਾ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਕਹਿੰਦੇ ਵਾਰਸ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਸਾਨੂੰ ਚਕਮਾ ਦੇ ਕੇ ਭੱਜ ਗਿਆ, ਸਰਕਾਰਾਂ ਝੂਠ ਬੋਲਦੀਆਂ ਨੇ। ਲਾਹਣਤੀਓਂ ਸਿੰਘ ਭੱਜਦੇ ਨੀ



ਗੁਰਨੈਥ ਸਾਜਨ ਦਿਉਣ ਬਠਿੰਡਾ
98889-55757
(Punjab Mail USA)



ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਕਿੱਧਰ ਗਏ ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸਰਾਭਾ, ਉਧਮ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਵਾਰਸ ਐਨੇ ਜਿਗਰੇ ਵਾਲੇ ਡੈਰਾਮੇਦ, ਕਿੱਧਰ ਗਏ ਮੁਗਧਰ ਚੁੱਕਣ ਵਾਲੇ, ਚੱਕੀ ਦੇ ਪੁੜ ਵਰਗੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਮਾਲਕ, ਪੰਜਾਬ ਸਿਆਸੀ ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਜਰਵਾਣੇ ਅਹਿਮਦ ਸ਼ਾਹ ਅਬਦਾਲੀ, ਜਾਬਰ, ਬਾਬਰ ਮੀਰ ਮੰਨੂ ਵੀ ਤੇਰੇ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਕੇ ਆਏ ਪਰ ਤੇਰੇ ਜਾਇਆਂ ਨੇ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਕੇ ਜ਼ਾਲਮਾਂ ਨੂੰ ਲੋਹੇ ਦੇ ਐਸੇ ਚਣੇ ਚਬਾਏ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਨੇ ਪੰਜਾਬ ਸਿਆਸੀ ਤੇਰੇ ਵੱਲ ਮੂੰਹ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਕਦੇ। ਪਰ ਹੁਣ ਤੇਰੇ ਵਾਰਸਾਂ ਨੂੰ ਬੇਸਮਝ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਵੰਗਾਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਤੇਰੇ ਆਪਣੇ ਜੀਹਨੂੰ ਤੂੰ ਤਖ਼ਤ ਉੱਪਰ ਬੈਠਾਇਆ, ਉਹ ਵੀ ਤੇਰੀ ਦਸ਼ਮਣ ਦਿੱਲੀ ਨਾਲ ਰਲ ਗਏ ਹਨ। ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਸਰਿੰਜ ਸੂਈ ਤੇ ਚਿੱਟੇ ਦੇ ਨਸ਼ੇ ਨੇ ਚਿੱਤ ਕਰਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੇਰੇ ਸ਼ੇਰ ਪੁੱਤਰਾਂ ਨੂੰ। ਕੋਈ ਗੱਲ ਨੀ ਪੰਜਾਬ ਸਿਆਸੀ ਫਿਕਰ ਨਾ ਕਰੀ, ਕੁੱਝ ਨੀ ਵਿਗਾੜ ਸਕਦਾ ਕੋਈ ਤੇਰਾ। ਮੇਰੀ ਤੇਰੇ ਨਾਲ ਦਿਲੀ ਹਮਦਰਦੀ ਹੈ। ਤੂੰ ਇਕੱਲਾ ਨਹੀਂ, ਤੇਰੇ ਨਾਲ ਰਾਜਿਆਂ ਨੂੰ ਕੁੱਤੇ ਕਹਿਣ ਵਾਲਾ ਜਗਤ ਗੁਰੂ ਬਾਬਾ ਨਾਨਕ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਜੀ ਵੀ ਹੈ ਤੇ ਬਾਜ਼ਾਂ ਵਾਲਾ ਦਸ਼ਮੇਸ਼ ਪਿਤਾ ਵੀ ਤੇਰੇ ਤੇ ਤੇਰੇ ਪੁੱਤਰਾਂ ਦੇ ਅੰਗ-ਸੰਗ ਰਹੇਗਾ। ਚੰਗਾ ਫੇਰ ਜਲਦੀ ਮਿਲਦੇ ਆਂ, ਰੱਬ ਰਾਖਾ।

ਹੁੰਦੇ, ਜਾਨ ਦੇ ਦਿੰਦੇ ਨੇ। ਸੈਂਕੜੇ ਤੇਰੇ ਕੜੀਆਂ ਵਰਗੇ ਚੋਬਰ ਜੇਲ੍ਹੀਂ ਸੁੱਟ ਚੁੱਕੀ ਹੈ, ਦਿੱਲੀ ਨਾਲ ਜੀਹਨੂੰ ਤੂੰ ਤਖ਼ਤ ਉੱਪਰ ਬੈਠਾਇਆ ਸੀ, ਉਹ ਰਲ ਗਿਆ ਹੈ, ਕਾਨੂੰਨ ਵੀ ਐਸੇ ਬਣਾਏ ਕਿ ਨਾ ਅਪੀਲ, ਨਾ ਦਲੀਲ ਤੇ ਨਾ ਵਕੀਲ, ਸਾਲਾਂਬੱਧੀ ਜ਼ਮਾਨਤ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ। ਪੰਜਾਬ ਸਿਆਸੀ ਸੰਭਾਲ ਲਏ ਆਪਣੇ ਪੁੱਤਰਾਂ ਨੂੰ, ਕਿੱਧਰ ਗਏ ਤੇਰੇ ਹਰੀ ਸਿੰਘ ਨਲੂਏ ਵਰਗੇ, ਸ਼ਾਮ ਸਿੰਘ ਅਟਾਰੀ ਵਰਗੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਜ਼ਾਲਮਾਂ ਦਾ ਤਖ਼ਤ ਡੋਲ

ਬੈਂਕ ਧੋਖਾਧੜੀ ਮਾਮਲਾ: ਸੀ.ਬੀ.ਆਈ. ਵੱਲੋਂ ਚੋਕਸੀ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ 'ਰੈੱਡ ਨੋਟਿਸ' ਦੀ ਬਹਾਲੀ ਦੀ ਮੰਗੀ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, (ਪੰਜਾਬ ਮੇਲ)- ਕੇਂਦਰੀ ਜਾਂਚ ਬਿਊਰੋ (ਸੀ.ਬੀ.ਆਈ.) ਨੇ ਪੰਜਾਬ ਨੈਸ਼ਨਲ ਬੈਂਕ ਤੋਂ 13,000 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੇ ਬੈਂਕ ਧੋਖਾਧੜੀ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਲੋੜੀਂਦੇ ਭਰੋਸੇ ਹੀਰਾ ਵਪਾਰੀ ਮੇਹਲ ਚੋਕਸੀ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ 'ਰੈੱਡ ਨੋਟਿਸ' ਬਹਾਲ ਕਰਨ ਲਈ 'ਕਮਿਸ਼ਨ ਫਾਰ ਕੰਟਰੋਲ ਆਫ ਇੰਟਰਪੋਲ ਫਾਈਲਜ਼' (ਸੀ.ਸੀ.ਐੱਫ.) ਕੋਲ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਜਾਂਚ ਏਜੰਸੀ ਨੇ ਇੱਕ ਬਿਆਨ ਵਿਚ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਇੰਟਰਪੋਲ ਨੇ ਸੀ.ਬੀ.ਆਈ. ਅਤੇ ਈ.ਡੀ. ਦੀ ਬੇਨਤੀ 'ਤੇ 2018 ਵਿਚ ਚੋਕਸੀ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ 'ਰੈੱਡ ਨੋਟਿਸ' ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਇਸ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਚੋਕਸੀ ਦੀ ਅਪੀਲ 2020 ਵਿਚ ਖਾਰਜ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਏਜੰਸੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਥਿਤ ਅਗਵਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਦੇ ਲਗਪਗ ਇੱਕ ਸਾਲ ਬਾਅਦ 2022 ਵਿਚ ਚੋਕਸੀ ਨੇ 2020 ਦੇ ਸੀ.ਸੀ.ਐੱਫ. ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਫ਼ੇਸਲੇ 'ਚ ਸੋਧ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ। ਸੀ.ਸੀ.ਐੱਫ. ਇੰਟਰਪੋਲ ਵਿੱਚਲੀ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਸੰਸਥਾ ਹੈ, ਜੋ ਇੰਟਰਪੋਲ ਸਕੱਤਰੇਤ ਅਧੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਏਜੰਸੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਗੈਰ-ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਅਨੁਮਾਨਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਪੰਜ ਮੈਂਬਰੀ ਸੀ.ਸੀ.ਐੱਫ. ਚੈਂਬਰ ਨੇ ਨਵੰਬਰ 2022 ਵਿਚ 'ਰੈੱਡ ਨੋਟਿਸ' ਹਟਾਉਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ।" ਸੀ.ਸੀ.ਐੱਫ. ਨੇ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਸੀ.ਬੀ.ਆਈ. ਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚੋਕਸੀ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਪਰਾਧ ਜਾਂ ਨਿਰਦੋਸ਼ਤਾ 'ਤੇ ਕੋਈ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦਾ।



'ਵਿਰੋਧੀਆਂ ਨੂੰ ਸੀ.ਬੀ.ਆਈ. ਤੇ ਮਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਰਿਹਾਈ'

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ: ਕਾਂਗਰਸ ਨੇ ਭਰੋਸੇ ਹੀਰਾ ਵਪਾਰੀ ਮੇਹਲ ਚੋਕਸੀ ਦਾ ਨਾਮ ਇੰਟਰਪੋਲ ਦੇ 'ਰੈੱਡ ਨੋਟਿਸ' ਹਟਾਏ ਜਾਣ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ 'ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਸਾਧਦੇ ਹੋਏ ਦੋਸ਼ ਲਾਇਆ ਕਿ ਵਿਰੋਧੀ ਆਗੂਆਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਈ.ਡੀ. ਅਤੇ ਸੀ.ਬੀ.ਆਈ. ਨੂੰ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਚੋਕਸੀ ਨੂੰ ਇੰਟਰਪੋਲ ਤੋਂ ਰਿਹਾਅ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਰਾਹੁਲ ਗਾਂਧੀ ਨੇ ਟਵੀਟ ਕੀਤਾ, "ਵਿਰੋਧੀਆਂ ਨੂੰ ਈ.ਡੀ., ਸੀ.ਬੀ.ਆਈ. ਤੇ ਮਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਰਿਹਾਈ। 'ਮੋਡਰਨੀ ਮਾਡਲ' ਮਤਲਬ ਪਹਿਲਾਂ ਲੁੱਟੋ, ਫਿਰ ਬਿਨਾਂ ਸਜ਼ਾ ਦੇ ਛੁੱਟੋ।" ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਾਂਗਰਸ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮਲਿਕਾਰਜੁਨ ਖੜਗੇ ਨੇ ਟਵੀਟ ਕੀਤਾ, "ਵਿਰੋਧੀ ਆਗੂਆਂ ਲਈ ਈ.ਡੀ.-ਸੀ.ਬੀ.ਆਈ. ਪਰ ਮੋਦੀ ਜੀ ਦੇ 'ਸਾਡੇ ਮੇਹਲ ਭਾਈ' ਲਈ ਇੰਟਰਪੋਲ ਤੋਂ ਰਿਹਾਈ। ਜੇ 'ਪਿਆਰੇ ਦੋਸਤ' ਲਈ ਸੰਸਦ ਠੱਪ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ 'ਪੁਰਾਣੇ ਮਿੱਤਰ' ਦੀ ਮਦਦ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਇਨਕਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।"

Global Allianz

LAW FIRM LLP

- ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਕੇਸ
- ਨਸ਼ਾ ਕਰਕੇ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣਾ
- ਕੰਮ 'ਤੇ ਸੱਟ ਲਗਣਾ

ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹਾਂ



Atul Kapoor
C.E.O

Asylum & Deportation Defense



Neat Allen Sawyer
Attorney at law

555 Capitol Mall SUITE 1245, Sacramento, CA 95814
Phone: 209-808-2136, 209-952-5578, 1-916-806-7042, Fax: 209-476-7188

KAMBOJ AYURVEDIC & HERBS

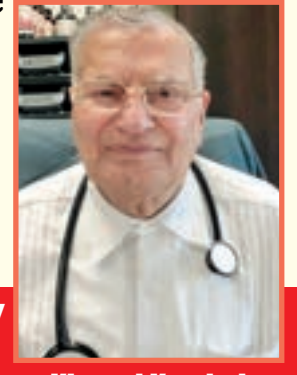
ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਜੜੀ-ਬੂਟੀਆਂ

- ਵਾਈ-ਬਾਈ ਦੇ ਰੋਗ ਜਿਵੇਂ ਲਕਵਾ, ਅਧਰੰਗ, ਜੋੜਾਂ ਦਾ ਦਰਦ, ਗਠੀਆ
- ਗੁਪਤ ਰੋਗ ਜਿਵੇਂ ਧਾਂਤ ਪੈਣਾ, ਨਾਮਰਦੀ, ਸੁਪਨਦੋਸ਼, ਲਿਕਿਓਰੀਆ, ਮਾਂਹਵਾਰੀ ਦੀਆਂ ਖਰਾਬੀਆਂ
- ਖੂਨ ਦੀ ਕਮੀ, ਲਿਵਰ ਦੀ ਕੋਈ ਵੀ ਖਰਾਬੀ, ਲਿਵਰ ਵਧਣਾ ਜਾਂ ਸੁੰਗੜਨਾ, ਤੇਜ਼ਾਬ ਬਣਨਾ, ਖਾਣਾ ਨਾ ਪਚਣਾ, ਭੁੱਖ ਨਾ ਲੱਗਣਾ, ਸੰਗਰਹਿਣੀ ਆਦਿ ਦੇ ਪੁਰਾਣੇ ਰੋਗ
- ਦਿਮਾਗੀ ਖਰਾਬੀ, ਦੌਰੇ ਪੈਣਾ, ਮਿਰਗੀ, ਯਾਦਾਸ਼ਤ ਕਮਜ਼ੋਰ, ਹੱਥਾਂ-ਪੈਰਾਂ 'ਚੋਂ ਸੇਕ ਨਿਕਲਣਾ ਆਦਿ
- ਛਾਤੀ ਦੇ ਰੋਗ ਜਿਵੇਂ ਨਿਮੋਨੀਆ, ਕਾਲੀ ਖੰਗ, ਦਮਾ ਆਦਿ
- ਚਮੜੀ ਦੇ ਰੋਗ, ਖਾਜ, ਮੁਹਾਂਸੇ, ਛਾਈਆਂ ਆਦਿ

Open 10AM-6PM

ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਲਾਜ

524 S. Clovis Ave, Fresno, CA 93727
559-341-9252



Kharati Kamboj
Ayurvedic Prescription

ਲਗੇਂਗੇ ਸ਼ਹੀਦੋਂ ਕੀ ਚਿਤਾਓਂ ਪਰ ਮੇਲੇ

ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਇੱਕ ਨਿਡਰ ਅਤੇ ਬਹਾਦਰ ਕ੍ਰਾਂਤੀਕਾਰੀ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਅਜੋਕੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਆਦਰਸ਼ ਵੀ ਹਨ। ਫ਼ਰਕ ਸਿਰਫ਼ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਬੰਦੂਕਾਂ ਵਾਲਾ ਹੀ ਦਿਖਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਉਹਦੀਆਂ ਲਿਖੀਆਂ ਲਿਖਤਾਂ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਅੱਖੋਂ-ਪਰੋਖੇ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਡਰ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਾਇਦ ਅਜੋਕੀ ਨੌਜਵਾਨ ਪੀੜ੍ਹੀ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਆਦਰਸ਼ਾਂ 'ਤੇ ਚੱਲ ਕੇ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਫੈਲੇ ਜਬਰ ਜ਼ੁਲਮ ਅਤੇ ਅਨਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਆਵਾਜ਼ ਬੁਲੰਦ ਨਾ ਕਰ ਸਕੇ, ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਕਈ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕਾਂ ਵਿਚ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਆਤੰਕਵਾਦੀ ਵੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸਰਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸ਼ਰਮ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਣਦਾ ਮਾਨ-ਸਨਮਾਨ ਤਾਂ ਕੀ ਦੇਣਾ ਸੀ, ਹਜੇ ਤੱਕ ਸ਼ਹੀਦ ਦਾ ਦਰਜਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਦਿਵਾ ਸਕੇ।

ਜੋ ਜੀਵ-ਜੰਤੂ, ਪੇੜ-ਪੌਦੇ ਉਪਜਦੇ ਹਨ, ਪੁੰਗਰ ਕੇ ਵੱਡੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਮੇਂ ਦੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਆਪਣੀ ਉਮਰ ਭੋਗਦੇ ਹੋਏ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਮਨੁੱਖੀ ਜਾਮਾ ਬੜਾ ਅਨਮੋਲ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਧਰਮਾਂ ਨੇ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਉੱਤਮ ਦੱਸਦੇ ਹੋਏ ਵਡਿਆਇਆ ਹੈ। ਧਾਰਮਿਕ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਵਿਚ ਦਰਜ ਕਥਨਾਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਚੁਰਾਸੀ ਕਰੋੜ ਜੂਨੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਅਨਮੋਲ ਅਤੇ ਕੀਮਤੀ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸਨੇ ਜਨਮ ਲਿਆ ਹੈ, ਇੱਕ ਨਾ ਇੱਕ ਦਿਨ ਉਸ ਨੂੰ ਮੌਤ ਦਾ ਬੁਲਾਵਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰ ਆਵੇਗਾ। ਇਹ ਦੁਨੀਆਂ ਰੇਲਵੇ ਦੇ ਜੰਕਸ਼ਨ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਇੱਕ ਗੱਡੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਦੂਜੀ ਚਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਆਉਣ ਜਾਣ ਦਾ ਸਿਲਸਿਲਾ ਸਦੀਆਂ ਤੋਂ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਵੀ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਰੀ ਰਹੇਗਾ। ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ



ਆਪਣੇ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਜਿਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਵੀ ਪੰਜ ਤੱਤਾਂ ਵਿਚ ਵਿਲੀਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਜਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੋਇਆ ਸ਼ਹੀਦੀ ਦਾ ਜਾਮ ਪੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਸ਼ਹੀਦ ਕਹਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਮਾਨਵਤਾ ਲਈ ਉਹ ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਸ਼ਲਾਘਾ ਦਾ ਪਾਤਰ ਬਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦਰ ਪੀੜ੍ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਜਦਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਲਾਸ਼ਾਨੀ ਸ਼ਹਾਦਤਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮਾਨਵਤਾ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਜ਼ੁਲਮ ਨਾਲ ਜੂਝਦੇ ਹੋਏ ਬਲੀਦਾਨ ਦੇਣਾ ਕੋਈ ਸੌਖਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਪਰ ਪੰਜਾਬ ਪੰਜਾਬੀ ਕੌਮ ਬਹਾਦਰਾਂ ਦੀ ਕੌਮ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਅਜਿਹੇ ਸੂਰਬੀਰ ਯੋਧੇ ਜਨਮ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਜ਼ੁਲਮ ਦੀ ਹਕੂਮਤ ਦੀ ਇੱਟ ਨਾਲ ਇੱਟ ਖੜਕਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰੋ. ਪੂਰਨ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪੰਜਾਬ ਜਿਉਂਦਾ ਗੁਰਾਂ ਦੇ ਨਾਮ 'ਤੇ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਜੰਮਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿੱਤ ਮੁਹਿੰਮਾਂ। ਗੁਰਾਂ ਦਾ ਨਾਮ

ਹੀ ਫ਼ਿਨਾਂ ਲਈ ਤਾਕਤ ਹੈ। ਸ਼ਹੀਦੀ ਜਾਮ ਪੀਣ ਵਾਲਾ ਅਮਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਨਾਮ ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਸੁਨਹਿਰੀ ਪੰਨਿਆਂ 'ਤੇ ਦਰਜ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿਨ ਅਤੇ ਬਰਸੀ 'ਤੇ ਯਾਦ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੋੜੀਂਦੇ ਖ਼ਾਨਾਪੂਰਤੀ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵੀ ਉਲੀਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਖਬਰਾਂ ਦੀਆਂ ਸੁਰਖੀਆਂ ਅਤੇ ਅਖਬਾਰਾਂ ਦੀ ਸ਼ਾਨ ਬਣਦੇ ਹਨ, ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਫਲੈਕਸ ਬੋਰਡ ਅਤੇ ਪੋਸਟਰ ਲਾ ਕੇ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ

-ਰਜਵਿੰਦਰ ਪਾਲ ਸ਼ਰਮਾ
ਪਿੰਡ ਕਾਲੜਗਣੀ
ਡਾਕਖਾਨਾ ਚੱਕ ਅਤਰ ਸਿੰਘ
ਵਾਲਾ, ਤਹਿ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ-ਬਠਿੰਡਾ
ਮੋਬਾਇਲ : 70873-67969
(Punjab Mail USA)



ਹਨ ਪਰ ਕਦੇ ਸੋਚਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਤਮਾ ਸਾਡੇ ਕੋਲੋਂ ਖੁਸ਼ ਹੈ, ਹਰਗਿਜ਼ ਨਹੀਂ। ਸ਼ਹੀਦਾਂ ਦੀ ਆਤਮਾ ਸਾਨੂੰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਪੁਕਾਰਦੀ ਹੈ, ਆਪਣੀ ਸ਼ਹਾਦਤ ਦਾ ਵਾਸਤਾ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਝੰਜੋੜਦੀ ਹੈ।

ਜਿਹੜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਲਈ ਸੁਪਨੇ ਦੇਖੇ ਸਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸ਼ਹੀਦੀਆਂ ਦਾ ਜਾਮ ਪੀਤਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮੁੱਚੀ ਮਾਨਵਤਾ ਨੂੰ ਇਕਜੁੱਟ ਹੋਣਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਸ਼ਹੀਦਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਯਾਦਗਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣਾ ਕੇਵਲ ਸਰਕਾਰ ਜਾਂ ਇਤਿਹਾਸਕਾਰਾਂ ਦਾ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਸਾਡਾ ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ ਫਰਜ਼ ਹੈ। ਸ਼ਹੀਦਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਸ਼ਹੀਦਾਂ ਦੇ ਅਪੁਰੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਿਖਾਏ ਰਸਤਿਆਂ 'ਤੇ ਚੱਲਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਸ਼ਹੀਦਾਂ ਦੀ ਕੁਰਬਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਬੁਰ ਪੈ ਸਕੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਸੁਕੂਨ ਮਿਲ ਸਕੇ। ਇਹੀ ਸਾਡੀ ਸ਼ਹੀਦਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸੱਚੀ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਹੋਵੇਗੀ।





DR. TAKHAR'S MEDICAL SPA
Experience Sacramento's Top Medical Spa
(916) 688-9994

Our multi-cultural staff will welcome you to our spa and put together a treatment plan that meets your lifestyle and budget.

Free Consultations!



Cheek Filler Treatment for Facial Volume Loss



Frown Line and forehead Line Treatment with Dysport



Double Chin Treatment with Kybella



Under Arm Laser Hair Removal

ਡਾ. ਤੱਖਰ ਮੈਡੀਕਲ ਸਪਾ

www.takharmedicalspa.com

8191 Timberlake Way Suite 350
Sacramento, CA 95823
(916) 688-9994
info@takharmedicalspa.com

Mon-Sat: 9:00AM to 7:00 PM Sun: By Appointment Only

Designed By Punjab Mail USA

ਕੁਝ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਲੇ-ਮਹੱਲੇ ਸਮੇਂ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਦਰਦਨਾਕ ਘਟਨਾ ਵਾਪਰੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਆਏ ਪ੍ਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਨੌਜਵਾਨ ਦਾ ਸ਼ਰੇਆਮ ਕੱਟ-ਕੱਟ ਕੇ ਕਤਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਘਟਨਾ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਸ਼ਰਮਨਾਕ ਪਹਿਲੂ ਇੱਕ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਹਜ਼ਮ ਇਸ ਘਟਨਾ ਦਾ ਪੂਰਾ ਮਜ਼ਾ ਲੈ ਰਿਹਾ ਸੀ ਤੇ ਅੱਧੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕ ਉਸ ਨੌਜਵਾਨ ਦਾ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਆਪੋ ਆਪਣੇ ਮੋਬਾਇਲਾਂ 'ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਮਾਰ-ਕੁਟਾਈ ਦੀ ਵੀਡੀਉ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਰੁੱਝੇ ਹੋਏ ਸਨ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਘਟਨਾ ਵਿਚ ਸੱਤ ਕੁ ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਯੂ.ਪੀ. ਦੇ ਗਾਜ਼ੀਆਬਾਦ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿਚ ਦੋ ਬਦਮਾਸ਼ਾਂ ਨੇ ਅਜੇ ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸ਼ਰੇਆਮ ਚੱਲਦੀ ਸੜਕ 'ਤੇ ਕੱਟ-ਕੱਟ ਕੇ ਮਾਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਨੇੜੇ ਤੋਂ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਟਰੈਫਿਕ ਚੱਲਦੀ ਰਹੀ ਤੇ ਬੇਸ਼ਰਮ ਤਮਾਸ਼ਬੀਨ ਉਸ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਜਾਂ ਪੁਲਿਸ ਤੇ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਨੂੰ ਬੁਲਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਮਾਰ-ਕੁਟਾਈ ਦੀਆਂ ਵੀਡੀਉ ਬਣਾਉਂਦੇ ਰਹੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਜੇ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਨਾਲੋਂ ਫੇਸਬੁੱਕ 'ਤੇ ਲਾਈਕ ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਫਿਕਰ ਸੀ। ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦਾ ਆਵਿਸ਼ਕਾਰ ਕਿਸੇ ਚਮਤਕਾਰ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜ਼ਰੂਰੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਫੋਟੋਆਂ, ਖਬਰਾਂ, ਫਿਲਮਾਂ ਅਤੇ ਈਮੇਲ ਆਦਿ ਸਕਿੰਟਾਂ ਵਿਚ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੋਨੇ ਵਿਚ ਭੇਜੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਫਰੀ ਆਡਿਉ ਜਾਂ ਵੀਡੀਉ ਕਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵਿਹਲੜਾਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ, ਇਹ ਤਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੋਰ ਹੀ ਕੰਮਾਂ ਲਈ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਕੁਝ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਬਿਹਾਰ ਦੇ ਇੱਕ ਪੱਤਰਕਾਰ ਨੇ ਤਾਂ ਕਮਾਲ ਹੀ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਦੋ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਪੱਟੀਆਂ ਆਦਿ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਇੱਕ ਵੀਡੀਉ ਤਿਆਰ ਕਰ ਲਈ ਕਿ ਉਹ ਤਾਮਿਲਨਾਡੂ ਵਿਖੇ ਮਜ਼ਦੂਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਤਾਮਿਲਾਂ ਨੇ ਫਿਰਕੂ ਹਮਲੇ ਕਰਨੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਰਜਨਾਂ ਸਾਥੀ ਮਾਰੇ ਗਏ ਹਨ ਤੇ ਸੈਂਕੜੇ ਜ਼ਖਮੀ ਹਨ। ਵਿਹਲੜਾਂ ਨੇ ਬਿਨਾਂ ਸੋਚੇ ਸਮਝੇ ਇਹ ਵੀਡੀਉ ਸਾਰੇ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਫੈਲਾ ਦਿੱਤੀ। ਤਾਮਿਲਨਾਡੂ ਵਿਚ ਹਫੜਾ-ਦਫੜੀ ਫੈਲ ਗਈ ਤੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਬਿਹਾਰੀ ਮਜ਼ਦੂਰ ਡਰਦੇ ਮਾਰੇ ਕੰਮਕਾਜ ਛੱਡ ਕੇ ਰੇਲਵੇ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਗਏ। ਇਸ ਅਫਵਾਹ ਨੂੰ

ਅਸੀਂ ਕਿੰਨੇ ਅਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੋ ਗਏ ਹਾਂ



ਰੋਕਣ ਲਈ ਬਿਹਾਰ ਅਤੇ ਤਾਮਿਲਨਾਡੂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਦਖਲ ਦੇਣਾ ਪਿਆ, ਤਾਂ ਕਿਤੇ ਜਾ ਕੇ 10-15 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਮਾਹੌਲ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋਇਆ। ਹੁਣ ਉਸ ਪੱਤਰਕਾਰ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਮੁਰਖ ਸਾਥੀਆਂ 'ਤੇ ਮੁਕੱਦਮਾ ਦਰਜ ਹੋ ਗਿਆ ਤੇ ਉਹ ਜੇਲ੍ਹ ਯਾਤਰਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਜੇ ਕਿਤੇ ਸੜਕ ਹਾਦਸੇ ਵਿਚ ਕੋਈ ਬਦਨਸੀਬ ਮਰਿਆ ਪਿਆ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚਾਅ ਚੜ੍ਹ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਨੁੱਚੜਦੇ ਖੂਨ ਤੇ ਫਿਸੇ ਹੋਏ ਸਿਰਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਦਰਦਨਾਕ ਫੋਟੋਆਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਪਾਉਣਗੇ। ਕਈ ਬੇਵਕੂਫ ਤਾਂ ਐਵੇਂ ਹੀ ਪੁਰਾਣੀ ਫੋਟੋ ਵੱਟਸਐੱਪ 'ਤੇ ਪਾ ਦੇਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਬੱਚਾ ਫਲਾਣੇ ਰੇਲਵੇ ਸਟੇਸ਼ਨ 'ਤੇ ਲਾਵਾਰਿਸ਼ ਮਿਲਿਆ ਹੈ। ਲੋਕ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਪੁਲਿਸ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਨੱਕ ਵਿਚ ਦਮ ਕਰ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਘਰ ਬੈਠੇ ਹੀ ਮੈਸੇਜ ਛੱਡ ਦੇਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਫਲਾਣੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਖੂਨ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬੰਦਾ ਪੁੱਛੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੇ ਜਾ ਕੇ? ਖੂਨ ਕਿਸੇ ਲੋੜਵੰਦ ਨੂੰ ਬਠਿੰਡੇ ਚਾਹੀਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮੈਸੇਜ ਇਹ ਪਠਾਨਕੋਟ ਨੂੰ ਭੇਜੀ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਫਜ਼ੂਲ ਦੀਆਂ ਅਹਿਮਕਾਨਾ ਗੱਲਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸ਼ੇਅਰ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਮੁਰਖ ਤਾਂ

ਅੰਧਵਿਸ਼ਵਾਸ ਫੈਲਾਉਣਾ ਆਪਣਾ ਪਰਮ ਧਰਮ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਕਹਿਣਗੇ ਇਹ ਮੈਸੇਜ ਫਲਾਣੇ ਧਾਰਮਿਕ ਸਥਾਨ ਤੋਂ ਚੱਲਿਆ ਹੈ। 100 ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਫਾਰਵਰਡ ਕਰੋਗੇ ਤਾਂ ਸ਼ਾਮ ਤੱਕ ਕੋਈ ਚੰਗੀ ਖਬਰ ਮਿਲੇਗੀ, ਅਗਰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕਰੋਗੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਇੱਕ ਸੂਰਮੇ ਨੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਦਾਦੇ ਦੀ ਅਰਥੀ ਨੂੰ ਮੋਢਾ ਦੈਂਦੇ ਸਮੇਂ ਦੰਦੀਆਂ ਕੱਢਦੇ ਹੋਏ ਸੈਲਫੀ ਖਿੱਚ ਕੇ ਫੇਸਬੁੱਕ 'ਤੇ ਪਾ ਦਿੱਤੀ ਸੀ ਕਿ ਫੀਲਿੰਗ ਸੈੱਡ ਵਿੱਚ ਦਾਦਾ ਜੀ ਡੈੱਡ। ਕਈ ਲੋਕ ਤਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੇ ਐਨੇ ਭਗਤ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੀ ਸਾਰੀ ਸੱਚਾਈ ਇਸ ਵਿਚ ਹੀ ਸਮਾਈ ਹੋਵੇ। ਜਦੋਂ ਦੀਨਾਨਗਰ ਥਾਣੇ 'ਤੇ ਅੱਤਵਾਦੀ ਹਮਲਾ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਤਾਂ ਵਿਹਲੜਾਂ ਨੇ ਟੀ.ਵੀ. ਤੋਂ ਉੱਡਦੀ-ਉੱਡਦੀ ਖਬਰ ਸੁਣ ਲਈ ਕਿ ਅੱਤਵਾਦੀਆਂ ਨਾਲ ਸ਼ਾਇਦ ਦੋ ਔਰਤਾਂ ਵੀ ਹਨ। ਮੁਕਾਬਲਾ ਰਾਤ 8-9 ਵਜੇ ਜਾ ਕੇ ਖਤਮ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਪਰ ਕਥਿਤ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਕਰਾਈਮ ਰਿਪੋਰਟਰਾਂ ਨੇ ਸਵੇਰੇ 10 ਵਜੇ ਹੀ ਕਿਸੇ ਪੁਰਾਣੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿਚ ਦੋ ਔਰਤਾਂ ਸਮੇਤ ਮਰੇ ਚੇਚਨੀਆਂ (ਰੂਸ) ਦੇ ਅੱਤਵਾਦੀਆਂ ਦੀਆਂ ਫੋਟੋਆਂ ਵੱਟਸਐੱਪ 'ਤੇ ਪਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਸਨ ਕਿ ਸਾਰੇ ਅੱਤਵਾਦੀ ਮਾਰੇ ਗਏ ਹਨ ਤੇ ਮੁਕਾਬਲਾ ਖਤਮ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਜਵਾਹਰ ਲਾਲ ਨਹਿਰੂ



ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ (ਜੇ.ਐੱਨ.ਯੂ.) ਦਿੱਲੀ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਜਾਟ ਅੰਦੋਲਨ ਨੂੰ ਭੜਕਾਉਣ ਵਿਚ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦਾ ਪੂਰਾ ਹੱਥ ਸੀ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਵੇਰੇ ਭਗਤੀ ਦਾ ਖੁਮਾਰ ਚੜ੍ਹਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਧਾਰਮਿਕ, ਗਿਆਨ ਵਧਾਉ ਅਤੇ ਹੌਸਲਾ ਅਫਜ਼ਾਈ ਵਾਲੇ ਮੈਸੇਜ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬੰਦਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਰਵ-ਸ਼ਕਤੀਮਾਨ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੁਪਹਿਰ ਨੂੰ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਤੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਗੰਦ-ਮੰਦ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਟੇਟਸ 'ਤੇ ਫੋਟੋ ਵੀ ਵੇਖਣ ਵਾਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਰੀਅਲ ਤੋਂ ਮਰੀਅਲ ਬੰਦਾ ਵੀ ਗੁੱਗੂ ਗਿੱਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ। ਕਈ ਸੂਰਮੇ ਤਾਂ ਬੇਗਾਨੇ ਪਿਸਤੌਲਾਂ ਰਾਈਫਲਾਂ ਨਾਲ ਗੱਬਰ ਸਿੰਘ ਦੇ ਪੱਜ ਵਿਚ ਡੀ.ਪੀ. ਲਾ ਕੇ ਜੇਲ੍ਹ ਜਾਣ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰੀ ਬੈਠੇ ਹਨ। ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿ ਦੂਸਰੇ ਦੇ ਹਥਿਆਰ ਨੂੰ ਪਕੜਨਾ ਵੀ ਜੁਰਮ ਹੈ। ਹਰ ਬੰਦਾ ਦੂਸਰੇ ਨੂੰ ਬੇਵਕੂਫ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਈ ਬੁੱਢਿਆਂ ਨੇ ਫੇਸਬੁੱਕ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਜਵਾਨੀ ਦੀ ਪ੍ਰੋਫਾਇਲ ਫੋਟੋ ਲਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਬੰਦੇ ਭੁਲੇਖੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ ਨਾਲ ਹੀ ਚੈਟਿੰਗ ਕਰਦੇ ਕਾਬੂ ਆ ਗਏ ਹਨ। ਕਈ ਅਣਭੋਲ ਔਰਤਾਂ ਬਦਮਾਸ਼ ਬੰਦਿਆਂ ਦੀਆਂ ਚੈਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਮਿੱਠੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਵਿਚ ਫਸ ਕੇ ਘਰ-ਘਾਟ ਤਬਾਹ ਕਰ ਬੈਠੀਆਂ ਹਨ।

ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਟਰੈਂਡ ਚੱਲਿਆ ਹੈ ਸੈਲਫੀ ਖਿੱਚਣ ਦਾ। ਲੋਕ ਕਿਸੇ ਲੀਡਰ ਜਾਂ ਅਫਸਰ ਨਾਲ ਚੋਪੀ ਹੋ ਕੇ ਖਿੱਚੀਆਂ ਸੈਲਫੀਆਂ ਫੇਸਬੁੱਕ 'ਤੇ ਪਾ ਕੇ ਲਾਈਕ ਗਿਣਨ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਲਾਈਕ ਅਸਲ ਵਿਚ ਉਸ ਵੱਡੇ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਫੋਟੋ ਲੱਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਤੱਕ ਇਕੱਲੇ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਹੀ 250 ਦੇ ਕਰੀਬ ਲੋਕ ਸੈਲਫੀਆਂ ਲੈਂਦੇ ਸਮੇਂ ਅਣਿਆਈ ਮੌਤ ਮਰ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਲੀਡਰਾਂ ਕੋਲ ਪਹੁੰਚਣ ਦਾ

ਸਭ ਤੋਂ ਸੌਖਾ ਬਹਾਨਾ ਹੈ ਸੈਲਫੀ ਖਿੱਚਣੀ। ਜਿਹੜੇ ਲੀਡਰ ਜਾਂ ਐਕਟਰ ਨੱਕ 'ਤੇ ਮੱਖੀ ਨਹੀਂ ਬਹਿਣ ਦੇਂਦੇ, ਉਹ ਵੀ ਸੈਲਫੀ ਖਿੱਚਾਉਣ ਵੇਲੇ ਅਸੀਲ ਮੱਝ ਵਾਂਗ ਫੋਰਨ ਬੱਤੀਸੀ ਵਿਖਾਉਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਅੱਜ ਐਨਾ ਤਾਕਤਵਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਿਚ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਕਿਸਮਤ ਤੱਕ ਬਦਲਣ ਦੀ ਤਾਕਤ ਆ ਗਈ ਹੈ। ਟਿਊਨੀਸ਼ੀਆ, ਮਿਸਰ ਅਤੇ ਸੀਰੀਆ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦਾ ਤਖਤਾ ਪਲਟਾਉਣ ਵਿਚ ਇਸ ਦਾ ਪੂਰਾ ਹੱਥ ਸੀ। 2010 ਵਿਚ ਟਿਊਨੀਸ਼ੀਆ ਦੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਟਿਊਨਿਸ ਵਿਖੇ ਇੱਕ ਕਬਜ਼ਾ ਹਟਾਉ ਦਸਤ ਦੇ ਵਿਰੋਧ ਵਿਚ ਇੱਕ ਫੜੀ ਵਾਲੇ ਮੁਹੰਮਦ ਬੋਆਜ਼ੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਗਾ ਲਈ ਸੀ। ਉਹ ਫੋਟੋ ਐਨੀ ਵਾਇਰਲ ਹੋਈ ਕਿ ਤਤਕਾਲੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਜ਼ਾਈਨ ਅਲ ਅਬੀਦੀਨ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਛੱਡ ਕੇ ਭੱਜਣਾ ਪਿਆ ਸੀ। ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਇੱਕ ਖਾਸ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਪਾਰਟੀ ਦਾ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਮੁਕੰਮਲ ਕਬਜ਼ਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਪਰਿਣਾਮ ਇਹ ਨਿਕਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਦੂਸਰੀਆਂ ਪਾਰਟੀਆਂ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣਨ ਲਈ ਵੀ ਰਾਜੀ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਉਸ ਨੂੰ ਹਰ ਇਲੈਕਸ਼ਨ ਵਿਚ ਪੜਾਪੜ ਵੋਟ ਮਿਲ ਰਹੇ ਹਨ।

ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਇਸ ਦੇ ਫਾਇਦੇ ਵੀ ਬੇਅੰਤ ਹਨ। ਦੋ ਕੁ ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਖਬਰ ਆਈ ਸੀ ਕਿ ਨਿਊਯਾਰਕ (ਅਮਰੀਕਾ) ਵਿਚ ਇੱਕ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਉਪਰੋਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਦੀ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਸੀ ਆ ਰਹੀ। ਉਸ ਨੇ ਕੈਲਗਰੀ (ਕੈਨੇਡਾ) ਦੇ ਇੱਕ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਨੂੰ ਆਨਲਾਈਨ ਉਪਰੋਸ਼ਨ ਵਿਖਾ ਕੇ ਸਲਾਹ ਲਈ ਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਜਾਨ ਬਚ ਸਕੀ। ਪਰ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਰੱਜ ਕੇ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਦੰਗੇ ਭੜਕਾਉਣ, ਅਸ਼ਲੀਲਤਾ ਫੈਲਾਉਣ ਅਤੇ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਨੂੰ ਬਦਨਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਭ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੀਏ। ਇਸ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਵੀ ਸੁਖੀ ਰਹਾਂਗੇ ਤੇ ਸਮਾਜ ਦਾ ਵੀ ਭਲਾ ਹੋਵੇਗਾ।

Do you know how to plan & secure your finances?
Book your free consultations for

- ✓ Tax free Retirement Planning
- ✓ College Education Planning
- ✓ Proper Protection
- ✓ Health & Disability (Long Term Care Planning)
- ✓ Annuities
- ✓ Will & Trust (Discounted for a limited time with conditions applied)
- ✓ Building Legacy

Harsimran Bajwa
 Lic# 4267166
Call/Text: (916) 479-4783
 Email: bajwahgi@gmail.com

Let's do the needful to secure our life and our family's future!

ਦਾਇਰਾ 'ਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦਾ ਵੈਰੀ ਸਾਹਿਤਕਾਰ: ਗੁਲਜ਼ਾਰ ਸਿੰਘ ਸ਼ੌਂਕੀ

ਗੁਲਜ਼ਾਰ ਸਿੰਘ ਸ਼ੌਂਕੀ ਦਿਨ ਵੇਲੇ ਕਈ ਵੀ ਧੂਰੀ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨਹੀਂ ਮਿਲੇਗਾ। ਇਉਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਜਿਵੇਂ ਉਸ ਦੇ ਪੈਰਾਂ ਹੇਠ ਕੋਈ ਪਹੀਆ ਲੱਗਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਉਸ ਨੂੰ ਟਿਕਣ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ। ਆਪਣੇ ਘਰ ਤਾਂ ਉਹ ਬਿਮਾਰੀ ਠਮਾਰੀ ਨੂੰ ਹੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਸ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਕਿ ਕੋਈ ਗਾਇਕ/ਗਾਇਕਾ/ਢਾਡੀ/ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇਣ ਲਈ ਆਇਆ ਹੈ/ਕਿਸੇ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਦੀ ਮੀਟਿੰਗ ਹੈ/ਕੋਈ ਪੁਸਤਕ ਲੋਕ ਅਰਪਨ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ/ਕੋਈ ਵੀ ਸਾਹਿਤਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ/ਮੁਲਾਜ਼ਮ ਸੰਘਰਸ਼ ਹੋਵੇ/ਕੋਈ ਦਰਬਾਰ ਹੋਵੇ/ਜਲਸਾ ਜਲੂਸ ਹੋਵੇ/ਧਾਰਮਿਕ ਦੀਵਾਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣਾ ਸਾਈਕਲ ਚੁੱਕ ਕੇ ਤੁਰ ਪੈਣਾ ਹੈ। ਜੇ ਸਮਾਗਮ ਦੂਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬੱਸ ਚੜ੍ਹਕੇ ਪਹੁੰਚ ਜਾਣਾ ਹੈ। ਪਹੁੰਚਣਾ ਹਰ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਕਿਤਨਾ ਹੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕੰਮ ਹੋਵੇ। ਵੇਖਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਉਹ ਧਾਰਮਿਕ ਪ੍ਰਚਾਰਕ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਹੱਥ ਵਿਚ ਕਾਪੀ ਪੈਨ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਸ਼ੌਂਕੀ ਨੂੰ ਲੱਭਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਪਰੋਕਤ ਸਮਾਗਮਾਂ ਵਿਚੋਂ ਲੱਭਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਘਰ ਉਹ ਰਾਤ ਕੱਟਣ ਹੀ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ 'ਤੇ ਦਲੀਲ ਨਾਲ ਬਹਿਸ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਸ ਦਾ ਸ਼ੌਂਕ ਹੈ। ਸ਼ੌਂਕ ਦਾ ਕੋਈ ਮੁੱਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਸ਼ੌਂਕ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਕਈ ਵਾਰ ਘਰ ਛੁਕ-ਤਮਾਸ਼ਾ ਵੇਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਇਹੋ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੌਂਕ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਕਦੇ ਟਿਕ ਕੇ ਬੈਠਣ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ। ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਗੁਲਜ਼ਾਰ ਸਿੰਘ ਸ਼ੌਂਕੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਗੀਤਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਗਾਇਕਾਂ ਨਾਲ ਲਾਊਡ ਸਪੀਕਰ ਲਗਾਉਂਦਿਆਂ ਮਿਲਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਮਿਲਦੇ ਰਹੇ ਅਤੇ ਗੀਤ ਲਿਖਣ ਦੀ ਚੇਟਕ ਲੱਗ ਗਈ। ਉਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗਾਇਕਾਂ ਅਤੇ ਗੀਤਕਾਰਾਂ ਦੇ ਗੀਤ ਸੁਣਨ ਲਈ ਬੱਸਾਂ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਕੇ ਰਾਤ ਬਰਾਤੇ 70-80 ਮੀਲ ਦਾ ਸਫਰ ਤਹਿ ਕਰਕੇ ਪਹੁੰਚਦਾ ਰਿਹਾ ਅਤੇ ਫਿਰ ਵਾਪਸ ਮੁੜਕੇ ਰੋਜ਼ੀ-ਰੋਟੀ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਉਹ ਭੰਬੀਰੀ ਵਾਂਗੂੰ ਭੱਜਿਆ ਫਿਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਇਕ ਸਾਧਾਰਨ ਮਜ਼ਦੂਰ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ

ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਸਾਧਾਰਨ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹੁੰਦਿਆਂ ਤੇ ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਵੀ ਉਹ ਕਲਮ ਦਾ ਸਾਥ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦਾ। ਉਸ ਨੇ ਸਾਹਿਤਕ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਪਛਾਣ ਬਣਾ ਲਈ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਦੋਸਤੀ ਦਾ ਘੋਰਾ ਵੀ ਵਿਸ਼ਾਲ ਹੈ। ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਆਮ ਪਾਠਕ ਤੇ ਸਰੋਤੇ ਨਾਲ ਬਾਵਾਸਤਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਪਿਤਾ ਭਗਵਾਨ ਸਿੰਘ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸੱਪ ਲੜਨ ਕਰਕੇ ਅਪਾਹਜ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਤੋਰਨ ਲਈ ਉਹ 13 ਸਾਲ ਦੀ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਹੀ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। ਉਹ ਧੂਰੀ ਮਿਲ ਵਿਚ ਦਿਹਾੜੀਦਾਰੀ, ਪੀ.ਡਬਲਯੂ ਵਿਚ ਮੋਟੀ, ਬਿਜਲੀ ਬੋਰਡ ਵਿਚ ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਖੰਡੇ ਗੱਡਣ, ਕੱਪੜਾ ਬੁਣਨ, ਮਜ਼ਦੂਰੀ, ਬੇਲਦਾਰੀ ਅਤੇ ਪੱਲੇਦਾਰੀ ਕਰਦਾ ਰਿਹਾ। ਪੁੱਤ੍ਰ ਗੀਤਾਂ ਦੀ ਚੇਟਕ ਉਸ ਨੂੰ ਸਤਾਉਂਦੀ ਰਹੀ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਗਾਇਕੀ ਦਾ ਮਸ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸ ਨੇ ਇੱਕ ਕਵੀਸ਼ਰੀ ਜੱਥਾ ਬਣਾ ਲਿਆ। ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਉਹ ਕਵੀਸ਼ਰੀ ਵੀ ਕਰਦਾ ਰਿਹਾ। 12 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿਚ 1960 ਵਿਚ ਇੱਕ ਲਾਊਡ ਸਪੀਕਰ ਵਾਲੇ ਨੇ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ 30 ਰੁਪਏ ਮਹੀਨਾ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖ ਲਿਆ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਉਸ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਗਾਇਕਾਂ ਅਤੇ ਗੀਤਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਵੱਧ ਗਿਆ। ਗਾਇਕਾਂ ਅਤੇ ਗੀਤਕਾਰਾਂ ਦੇ ਮੇਲ ਮਿਲਾਪ ਨੇ ਉਸ ਵਿਚ ਗੀਤਕਾਰ ਤੇ ਵਾਰਤਕਕਾਰ ਬਣਨ ਦਾ ਅਜਿਹਾ ਸ਼ੌਂਕ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਮੁੜ ਕੇ ਉਸ ਨੇ ਪਿੱਛੇ ਨਹੀਂ ਵੇਖਿਆ। ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਦਾ ਮੇਲ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਗੀਤਕਾਰ ਮਰਹੂਮ ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਨਾਲ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਜਿਹੜਾ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਲੋਕ ਸੰਪਰਕ ਦਫ਼ਤਰ ਸੰਗਰੂਰ ਵਿਚ ਡਰਾਮਾ ਇਨਸਪੈਕਟਰ ਲੱਗਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਗੀਤਕਾਰ ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਨੂੰ ਉਸ ਨੇ ਗੁਰੂ ਧਾਰ ਲਿਆ। ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਮਾਲੋਰਕੋਟਲਾ ਅਤੇ ਸ਼ੌਂਕੀ ਧੂਰੀ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ। ਫਿਰ ਗੁਲਜ਼ਾਰ



ਸਿੰਘ ਸ਼ੌਂਕੀ ਦਾ ਡੇਰਾ ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਦੇ ਘਰ ਮਾਲੋਰਕੋਟਲਾ ਵਿਖੇ ਲੱਗ ਗਿਆ। ਹਰ ਰੋਜ਼ ਬਿਨਾ ਨਾਗਾ ਰਾਤ ਨੂੰ ਮਾਲੋਰਕੋਟਲਾ ਤੇ ਸਵੇਰ ਵਾਪਸ ਆ ਕੇ ਕੰਮ ਕਾਰ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਦੀਆਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਸਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੁਰੂਫ ਪੜ੍ਹਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲਦਾ ਰਿਹਾ। ਫਿਰ ਉਸ ਦੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਸਾਹਿਤਕਾਰ ਬਣਨ ਦੀ ਵੱਧਦੀ ਗਈ। ਉਸ ਨੇ ਸੱਥਾਂ ਵਿਚ ਗਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ, ਜਿਥੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਇਨਾਮ ਮਿਲਣ ਲੱਗੇ। ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਉਹ ਧਾਰਮਿਕ ਗੀਤ ਲਿਖਦਾ ਸੀ। ਲਾਊਡ ਸਪੀਕਰ ਲਾਉਣ ਤੋਂ ਜਦੋਂ ਵਿਹਲਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ, ਉਦੋਂ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਰੌਲ ਵੀ ਲਾਉਂਦਾ ਸੀ ਕਿਉਂਕਿ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਵੱਡਾ ਪੁੱਤਰ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਉਸ ਉਪਰ ਹੀ ਨਿਰਭਰ ਸੀ। ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਨਾਲ ਉਹ ਕਈ ਦਰਬਾਰਾਂ ਵਿਚ ਜਾਣ ਲੱਗ ਪਿਆ, ਜਿਥੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹ ਮਿਲਿਆ। ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਰਾਹੀ ਲਿਖਦਾ ਸੀ, ਜੋ ਉਸ ਤੇ ਬਹੁਤ ਚੁੱਕਦਾ ਸੀ ਕਿਉਂਕਿ ਬਹੁਤਾ ਸਮਾਂ ਉਹ ਰਾਹਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਗੁਜ਼ਾਰਦਾ ਸੀ।

-ਉਜਾਗਰ ਸਿੰਘ
ਸਾਬਕਾ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਲੋਕ ਸੰਪਰਕ ਅਧਿਕਾਰੀ
ਮੋਬਾਈਲ-94178 13072
ujagarsingh48@yahoo.com
(Punjab Mail USA)



ਪੁੱਤ੍ਰ ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਨੇ ਉਸ ਦੇ ਸ਼ੌਂਕ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਦਿਆਂ ਉਸ ਨੂੰ ਸ਼ੌਂਕੀ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਭੰਵਰਾ, ਹਰਚਰਨ ਗਰੇਵਾਲ ਅਤੇ ਕਰਨੈਲ ਗਿੱਲ ਨਾਲ ਦੋਸਤੀ ਅਜਿਹੀ ਪਈ, ਜਿਸ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਜੀਵਨੀਕਾਰ, ਕਵੀ, ਗਜ਼ਲਗੋ, ਨਾਟਕਕਾਰ, ਗੀਤਕਾਰ ਅਤੇ ਵਾਰਤਕਕਾਰ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਹੀ ਉਸ ਦੀ ਨੌਕਰੀ ਅਕਤੂਬਰ 1975 ਵਿਚ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਵਿਚ ਸੇਵਾਦਾਰ ਕਮ ਚੌਕੀਦਾਰ ਦੀ ਲੱਗ ਗਈ। ਨੌਕਰੀ ਦੌਰਾਨ ਹੀ ਉਸ ਨੇ 1985 ਵਿਚ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟਲੀ ਦਸਵੀਂ ਪਾਸ ਕਰ ਲਈ। ਉਸ ਦਾ ਤਾਲਮੇਲ ਸੁਪ੍ਰਸਿੱਧ ਵਿਦਵਾਨ ਡਾ. ਤੇਜਵੰਤ ਮਾਨ ਨਾਲ ਹੋ ਗਿਆ। ਡਾ. ਤੇਜਵੰਤ ਮਾਨ ਦੀ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਨਾਲ ਉਸ ਨੇ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾਵਾਂ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ, ਉਥੇ ਆਪਣੇ ਗੀਤ ਅਤੇ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਸੁਣਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲਣ ਲੱਗ ਪਿਆ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਉਸ ਦੀਆਂ ਕਵਿਤਾ, ਨਾਵਲ, ਓਪੇਰਾ, ਜੀਵਨੀ ਅਤੇ ਵਾਰਤਕ ਦੀਆਂ 36 ਪੁਸਤਕਾਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਹੋ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ 20 ਮੌਲਿਕ ਅਤੇ 16 ਸੰਪਾਦਨਾਂ ਦੀਆਂ ਹਨ। 5 ਹੋਰ ਪੁਸਤਕਾਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਹੋਣ ਲਈ ਪ੍ਰੈੱਸਾਂ ਵਿਚ ਗਈਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਉਸ ਨੇ ਗੀਤਕਾਰ ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਮਾਨ, ਹਰਚਰਨ ਗਰੇਵਾਲ, ਕਰਨੈਲ ਗਿੱਲ, ਕੇਸਰ ਸਿੰਘ ਨਰੂਲਾ ਅਤੇ ਮੁਹੰਮਦ ਸਦੀਕ ਦੀਆਂ ਜੀਵਨੀਆਂ ਵੀ ਲਿਖੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਚੋਟੀ ਦੇ ਗੀਤਕਾਰਾਂ, ਗਾਇਕਾਂ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਮਾਨ,

ਹਰਚਰਨ ਗਰੇਵਾਲ, ਸੁਰਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਨਰਿੰਦਰ ਬੀਬਾ, ਕਰਨੈਲ ਗਿੱਲ, ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਭੰਵਰਾ, ਚਰਨਜੀਤ ਆਹੂਜਾ, ਸਚਿਨ ਆਹੂਜਾ ਅਤੇ ਦੇਵ ਬਰੀਕਿਆਂ ਵਾਲਾ ਆਦਿ। ਉਸ ਦੀ ਬੋਲੀ ਤੇ ਸ਼ੈਲੀ ਸਰਲ ਲੋਕ ਭਾਸ਼ਾ ਹੈ। ਇਸ ਸ਼ੌਂਕ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਆਰਥਿਕ ਮਜ਼ਬੂਤੀਆਂ ਨੇ ਵੀ ਘੋਰਿਆ ਪੁੱਤ੍ਰ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸ਼ੌਂਕ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਡੱਟਿਆ ਰਿਹਾ। ਕਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਧੂਰੀ ਨੇ ਉਸ ਦੇ 8 ਗੀਤ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰਵਾਏ ਹਨ। ਉਸ ਦੇ ਗੀਤ ਸੁਰਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਰਣਜੀਤ ਗਿੱਲ ਅਤੇ ਪਰਮਜੀਤ ਪੰਮੀ ਬਾਈ ਨੇ ਵੀ ਗਾਏ ਹਨ। ਉਸ ਦੀ ਗਜ਼ਲ ਜਿਹੜੀ ਗਰੀਬ ਅਮੀਰ ਦੇ ਪਾੜੇ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਸ਼ੇਅਰ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ:
ਰੱਜ ਕਮਾਈਆਂ ਕਰਦੇ ਲੋਕ, ਤਾਂ ਵੀ ਭੁੱਖੇ ਮਰਦੇ ਲੋਕ।
ਦੂਜੇ ਦਾ ਹੱਕ ਦੱਬ ਲੈਂਦੇ ਨੇ, ਇਹ ਨਾ ਭੋਰਾ ਡਰਦੇ ਲੋਕ।
ਟੱਬਰ ਪਾਲਣਾ ਔਖਾ ਹੋਇਆ, ਮਹਿੰਗਾਈ ਤੋਂ ਹਰਦੇ ਲੋਕ।
ਪਾਪਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮਾਇਆ ਜੋੜਨ, ਠੰਡੇ ਹੱਕੇ ਭਰਦੇ ਲੋਕ।
ਗੁਲਜ਼ਾਰ ਸਿੰਘ ਸ਼ੌਂਕੀ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬ ਕਲਾ ਪ੍ਰੀਸ਼ਦ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਉਮਰ ਭਰ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਲਈ ਪੁਰਸਕਾਰ ਦੇ ਕੇ ਸਨਮਾਨਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਡੇਢ ਦਰਜਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਾਹਿਤਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੇ ਸਨਮਾਨਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਉਹ ਕੇਂਦਰੀ ਪੰਜਾਬੀ ਲੇਖਕ ਸਭਾ ਸੋਬੋਂ ਦਾ ਸਕੱਤਰ ਅਤੇ ਧੂਰੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਦਾ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਜਨਮ 5 ਦਸੰਬਰ, 1948 ਨੂੰ ਪਿਤਾ ਭਗਵਾਨ ਸਿੰਘ ਗੁਰੂ ਅਤੇ ਮਾਤਾ ਹਰਪਾਲ ਕੌਰ ਦੇ ਘਰ ਦੌਲਤਪੁਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸੰਗਰੂਰ ਵਿਚ ਹੋਇਆ। 1956 ਵਿਚ ਉਹ ਧੂਰੀ ਆ ਗਏ। ਉਸ ਦਾ ਵਿਆਹ ਬੀਬੀ ਅਮਰਜੀਤ ਕੌਰ ਚੀਮਾ ਨਾਲ ਹੋਇਆ।

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰਿਪੋਅਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

FREEMAN FINANCIAL SERVICES

ਆਪਣਾ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਠੀਕ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

CONTACT US
(916) 465-3200
(916) 471-5505

WHAT WE DO
BOOSTING YOUR CREDIT SCORE

...
ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਸਕੋਰ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

WE CAN HELP WITH

- COLLECTIONS
- LATE PAYMENTS
- HARD INQUIRIES
- CHARGED OFF
- AND MORE.....

VISIT MORE
www.freemanfinsvcs.com

PUNJABU S MAIL A

TV Channel, Newspaper, Radio

All over America, Canada, Australia & Europe

24 Hours 7 Days

Gold # 2867, Gem # 375, TV Zon # 6888,
Glow TV # 1828, Real TV etc.

You can also watch on our website: PunjabMailUSA.com

For any Information & Advertisement Call at
+1-916-280-8811 or +1-916-320-9444

E-mail: punjabmailtv@gmail.com Web: punjabmailusa.com

ਦੇਸ਼ ਦੇ ਹੋਰ ਸੂਬਿਆਂ ਵਾਂਗ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਵੀ ਹਵਾ ਦੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦਾ ਕਹਿਰ ਲਗਾਤਾਰ ਵਧਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ, ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਲੋਕ ਇਸ ਮੁੱਦੇ 'ਤੇ ਗੰਭੀਰ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਪੁਲਿਸ ਵਲੋਂ ਕਦੇ ਵੀ ਵਾਹਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਦੂਰ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ, ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਪੂਆਂ ਛੱਡ ਰਹੇ ਵਾਹਨਾਂ ਵੱਲ ਵੀ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ। ਅਗਰ ਅੰਕੜਿਆਂ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੀਏ, ਤਾਂ 80% ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਾਹਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਅਗਰ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰੀਏ, ਤਾਂ ਸਿਰਫ 10% ਵਾਹਨਾਂ ਦੇ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਵਿਚ ਡੀਜ਼ਲ ਆਟੋ ਰਿਕਸ਼ਾ 'ਤੇ ਪਾਬੰਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂਕਿ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਵਾਹਨਾਂ 'ਤੇ ਕੋਈ ਰੋਕ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਹਵਾ ਦੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦੇ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਵਾਹਨਾਂ ਅਤੇ ਉਦਯੋਗਾਂ ਦੀ ਵਧਦੀ ਗਿਣਤੀ, ਨਿਰਮਾਣ ਕਾਰਜ, ਕੂੜੇ ਦੇ ਜਲਦੇ ਢੇਰ, ਥਰਮਲ ਪਲਾਂਟ, ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ ਉਡਦੀ ਧੂੜ, ਉਤਰੀ ਰਾਜਾਂ ਵਿਚ ਫਸਲਾਂ ਦੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ ਲੱਗਦੀ ਅੱਗ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਧੂੰਆਂ ਅਤੇ ਦੀਵਾਲੀ ਸਮੇਂ ਜਲਦੇ ਪਟਾਖੇ ਆਦਿ ਹਨ। ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਲੋਕਡਾਊਨ ਸਮੇਂ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਕਾਫੀ ਹੱਦ ਤੱਕ ਘੱਟ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿਉਂਕਿ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਮਜਬੂਰੀ ਵੱਸ ਉਦਯੋਗ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀਵਾਹਨ ਬੰਦ ਕਰਨੇ ਪਏ ਸਨ, ਤਾਂ ਇੱਥੋਂ ਦਾ ਆਸਮਾਨ ਬਿਲਕੁਲ ਸਾਫ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ, ਜਦੋਂਕਿ ਉਸ ਸਮੇਂ ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣੇ ਦੇ ਕਿਸਾਨ ਆਪਣੀ ਹਾੜੀ ਦੀ ਫਸਲ ਚੁੱਕ ਰਹੇ ਅਤੇ ਫਸਲਾਂ ਦੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਨੂੰ ਵੀ ਅੱਗ ਲਾ ਰਹੇ ਸਨ। ਕੋਇਲੇ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਥਰਮਲ ਪਲਾਂਟਾਂ, ਜੋ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਿਚ ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਸਲਫਰ ਡਾਇਆਕਸਾਈਡ, ਨਾਈਟਰੋਜਨ ਆਕਸਾਈਡ ਅਤੇ ਪੀ.ਐੱਮ. 10 ਅਤੇ ਪੀ.ਐੱਮ. 2.5 ਦੇ ਕਣ ਸੁੱਟਦੇ

“ਜੇ ਹਵਾ ਇਹੀ ਰਹੀ ਤਾਂ...?”



ਅਤੇ ਉਸ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 2022 ਤੱਕ ਢਿੱਲ ਮਿਲ ਗਈ ਹੈ। ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਸਾਇੰਸ ਅਤੇ ਇਨਵਾਇਰਨਮੈਂਟ ਦੀ ਇਕ ਰਿਪੋਰਟ ਅਨੁਸਾਰ ਹਾਲ ਦੀ ਘੜੀ ਥਰਮਲ ਪਲਾਂਟਾਂ ਵਿਚੋਂ ਸਿਰਫ 2% ਪਲਾਂਟ ਹੀ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨਿਯਮਾਂ 'ਤੇ ਖਰੇ ਉਤਰਦੇ ਹਨ। ਸਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਢਿੱਲਾਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹਨ। ਹਵਾ ਦਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਇੱਕ ਅਦਿੱਖ ਜ਼ਹਿਰ ਹੈ, ਜੋ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਨੂੰ ਨਿਗਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਸਾਡੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿੰਨਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਨੁਕਸਾਨ ਸਿਰਫ ਫੇਫੜਿਆਂ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਤ

ਹਨ, ਉਤੇ ਐੱਮ.ਓ.ਈ.ਐੱਫ.ਸੀ.ਸੀ. ਵੱਲੋਂ 2015 'ਚ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੇ ਨਿਯਮ ਸਖਤੀ ਨਾਲ ਲਾਗੂ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਥਰਮਲ ਪਲਾਂਟਾਂ ਦੇ ਮਾਲਕਾਂ ਨੇ 2015 ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨਿਯਮਾਂ 'ਚ ਢਿੱਲ ਦੇਣ ਲਈ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਵਿਚ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿੱਤੀ ਸੀ

ਕੁਲਦੀਪ ਸਾਹਿਲ
ਰਾਜਪੁਰਾ
94179-90040
(Punjab Mail USA)

ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਸਾਡੇ ਦਿਲ, ਦਿਮਾਗ, ਅੱਖਾਂ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਗਠੀਏ ਵਰਗੀਆਂ ਆਟੋਇਮਿਊਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਬਣ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਕਾਰਨ ਹਰ ਸਾਲ 7 ਮਿਲੀਅਨ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਦੇ 22 ਦੇ ਕਰੀਬ ਸ਼ਹਿਰ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿਚੋਂ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਕਾਰਨ ਇਕ ਸਾਲ ਵਿਚ ਲਗਭਗ 24 ਲੱਖ ਭਾਰਤੀਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋਈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ 16.7 ਲੱਖ ਲੋਕ ਇਕੱਲੇ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਕਾਰਨ ਆਪਣੀ ਜਾਨ ਗੁਆ ਬੈਠੇ ਹਨ। ਇਹ ਅੰਕੜਾ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਬਾਕੀ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਵੀ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਕਰਕੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ। ਅਗਰ ਜ਼ਮੀਨੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਦੇਖਿਆ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦੇ ਮੁੱਦੇ 'ਤੇ ਸਰਕਾਰਾਂ, ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਅਤੇ ਲੋਕ ਬੇਬਖ਼ਰ ਹਨ। ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਇਨਸਾਨ ਲਈ ਇੱਕ ਮੌਤ ਵੱਲ ਜਾਂਦੇ ਰਸਤੇ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੀ ਹੈ। ਜੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਦੀ ਤਰਜ਼ 'ਤੇ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਵੀ ਸਰਕਾਰ, ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਅਤੇ ਲੋਕ ਵਲੋਂ ਮਿਲਕੇ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

L.A. MERCHANDISE
Whole Sale +Retail

500 N. Palora Ave. Yuba City, CA 95991
Loose Fabrics, Groceries, Blankets, Vegetables

ਯੂਬਾ ਸਿਟੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਗ੍ਰੋਸਰੀ ਸਟੋਰ

ਵਾਨ ਵਾਲਾ ਸੰਜਾ ਸੇਲ 'ਤੇ ਹੈ

ਭਾਰਤੀ ਗ੍ਰੋਸਰੀ, ਕੱਪੜੇ, ਪੱਗਾਂ, ਰੁਮਾਲੇ, ਬਰਤਨ, ਤਾਜ਼ੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, 220 ਅਤੇ 110 ਵੋਲਟ ਦਾ ਬਿਜਲੀ ਦਾ ਸਾਮਾਨ

ਇੱਥੇ ਤਾਜ਼ਾ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ।

Toilet Water Pressure (Elite 2 Bio Bider) A budget friendly solution for your desire to feel exceptionally clean and reduce toilet paper waste only \$ 41.99+Tax

ਗੋਲਡਨ ਆਦਾ ਨਾਲ 400 ਗ੍ਰਾਮ ਸੁਜੀ ਪੈਕਟ ਮੁਛੰਤ

ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੋੜਾਂ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਦਰਦਾਂ ਦੀ ਦਵਾਈ ਸਾਡੇ ਕੋਲੋਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੜੇ ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਹਰਬਲ ਹੇਅਰ ਤੇਲ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਸੁਗਰ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਕਰੇਲੇ ਦਾ ਜੂਸ ਇਥੋਂ ਖਰੀਦੋ।

ਪੱਗਾਂ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਪੱਗਾਂ ਪਹਿਨਾਂ 3 ਭਾਲਰ ਪ੍ਰਤੀ ਗਜ਼ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਹੁਣ 1.79 ਭਾਲਰ ਪ੍ਰਤੀ ਗਜ਼ ਖਰੀਦੋ

ਲਾਈਨਿੰਗ ਸੁੱਟਾਂ ਦੀ ਲਾਈਨਿੰਗ ਪਹਿਨਾਂ 4.50 ਭਾਲਰ ਪ੍ਰਤੀ ਗਜ਼ ਵਾਲੀ ਹੁਣ 1.79 ਭਾਲਰ ਪ੍ਰਤੀ ਗਜ਼ ਦੀ ਖਰੀਦੋ

ਸੁੱਟ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੁੱਟ 20 ਭਾਲਰ ਵਿੱਚ ਖਰੀਦੋ buy 5 get one free

Hardev Singh Visla Baksho Kaur Visla
530-671-0439, Fax-530-822-0439
cell- 530-844-3250.

HOTHI FREIGHTLINES

Your Job Search Ends With Us!

Come and Join Our Team!

- \$2500 salary per week (depending on experience)
- Sign On and Referral Bonuses
- Contracted Freight and Brand New Equipment
- Average salary of our drivers is \$10,000/month
- Class A License
- 6-Months continuous experience
- 1 year of driving experience
- 23 years of age or older
- 3 years MVR is verified
- 6 months of reefer experience
- No slip seating

Gary Hothi • (408) 332-9355 • Gary@hffreight.com

ਆਜ਼ਾਦੀ ਸੰਗਰਾਮ ਦਾ ਇਨਕਲਾਬੀ ਕੌਮੀ ਸ਼ਹੀਦ: ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ

ਭਾਗਤ ਦੇ ਆਜ਼ਾਦੀ ਸੰਗਰਾਮ 'ਚ ਅਨੇਕ ਕ੍ਰਾਂਤੀਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ ਹੈ, ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਸਥਾਨ ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ ਹੈ। ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਦੀ ਦਿੱਖ ਅਤੇ ਇਨਕਲਾਬੀ ਚੇਤਨਾ ਨੇ ਲੱਖਾਂ ਭਾਰਤੀਆਂ ਦੀ ਸੁੱਤੀ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਜਗਾ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਗੁਲਾਮੀ ਵਿਰੋਧ ਇਨਕਲਾਬੀ ਚੇਤਨਾ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ। ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਦਾ ਜਨਮ 28 ਸਤੰਬਰ, 1907 ਨੂੰ ਲਾਇਲਪੁਰ (ਫੈਸਲਾਬਾਦ) ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਪਿੰਡ ਬੰਗਾ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ। ਉਸ ਦਾ ਜੱਦੀ ਘਰ ਭਾਰਤੀ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਨਵਾਂ ਸ਼ਹਿਰ (ਹੁਣ ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ) ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਖਟਕੜ ਕਲਾਂ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਹੈ। ਉਸਦੇ ਪਿਤਾ ਦਾ ਨਾਂ ਸਰਦਾਰ ਕਿਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਮਾਤਾ ਦਾ ਨਾਂ ਵਿਦਯਾਵਤੀ ਸੀ। ਸਰਦਾਰ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਭਗਤੀ ਦਾ ਜਜ਼ਬਾ ਅਤੇ ਜਨੂੰਨ ਪਰਿਵਾਰਕ ਵਿਰਾਸਤ ਵਿੱਚੋਂ ਮਿਲਿਆ ਸੀ। ਉਸ ਦੇ ਘਰ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਦੇਸ਼ਭਗਤੀ ਦੇ ਵਲਵਲਿਆਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਸੀ। ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਜੋ ਕੁਝ ਉਸ ਦੇ ਆਲ੍ਹੇ-ਦੁਆਲੇ ਵਾਪਰਿਆ, ਉਸਦਾ ਉਸ ਦੇ ਬਾਲਮਨ 'ਤੇ ਗਹਿਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਿਆ ਸੀ।

ਸਰਦਾਰ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਦਾ ਦਾਦਾ ਅਰਜਨ ਸਿੰਘ, ਜਲਾਵਤਨ ਚਾਚਾ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਸ਼ਹੀਦ ਸਰਵਨ ਸਿੰਘ, ਰਾਸ਼ਟਰਵਾਦੀ ਪਿਤਾ ਕਿਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਸਾਰੇ ਹੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਵਿਰੋਧੀ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਹਕੂਮਤ ਖਿਲਾਫ ਨਫਰਤ ਦੇ ਬੀਜ ਪ੍ਰਗਰਨ ਲਗਾ ਪਏ ਸਨ। ਉਸ ਨੇ ਕ੍ਰਾਂਤੀਕਾਰੀ ਜਜ਼ਬੇ ਵਾਲੇ ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸਰਾਭਾ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਆਦਰਸ਼ ਮੰਨਿਆ। ਜਲ੍ਹਿਆਂਵਾਲੇ ਬਾਗ ਦੇ ਖੂਨੀ ਸਾਕੇ (13 ਅਪ੍ਰੈਲ 1919) ਦਾ ਉਸਦੇ ਦਿਲੋ-ਦਿਮਾਗ 'ਤੇ ਇੰਨਾ ਡੂੰਘਾ ਅਸਰ ਹੋਇਆ ਸੀ ਕਿ ਉਸਨੇ ਜਲ੍ਹਿਆਂਵਾਲੇ ਬਾਗ ਦੀ ਖੂਨੀ ਮਿੱਟੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਭਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਉਸ ਦੇ ਭਾਵੀ ਮਨਸੂਬਿਆਂ ਦਾ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਬਚਪਨ ਵੇਲੇ ਤੋਂ ਹੀ ਪਤਾ ਲੱਗ ਗਿਆ ਸੀ, ਜਦੋਂ ਉਹ ਦਮ੍ਹਕਾਂ ਬੀਜਣ ਦੀ ਖੇਡ ਖੇਡ ਰਿਹਾ ਸੀ।

ਸਰਦਾਰ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਸਚਿੰਦਰ ਨਾਥ ਸਨਿਆਲ ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਪ੍ਰਣ ਮੁਤਾਬਿਕ ਵਿਆਹ ਦੇ ਸਮਾਜਿਕ ਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਬੱਝਣ ਦੀ ਥਾਂ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਲਈ ਮੌਤ ਲਾੜੀ ਨੂੰ ਵਿਆਹੁਣਾ ਲੋਚਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਘਰ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਕੇ ਕਾਨਪੁਰ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਘਟਨਾ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਸ ਦੇ ਇਨਕਲਾਬੀ ਜੀਵਨ ਦਾ ਆਰੰਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਨਵੰਬਰ 1921 'ਚ ਆਪਣੀ ਦਸਵੀਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਛੱਡ ਕੇ ਮਹਿੰਜ 14 ਸਾਲ ਦੀ

ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਸ਼ਹੀਦੀ ਦਿਹਾੜੇ 23 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ



ਧਾਰਮਿਕ, ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਪੱਖਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਸਮੇਟਦੀ ਹੈ।

ਸਰਦਾਰ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਹਰ ਥਾਂ 'ਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਸਾਮਰਾਜਵਾਦ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕੀਤਾ। ਉਹ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੰਦਾ ਰਿਹਾ ਕਿ ਗੁਲਾਮੀ ਅਤੇ ਅਸਮਾਨਤਾ ਵਾਲੇ ਸਮਾਜ ਦਾ ਇਕੱਜ਼ੋਟ ਹੋ ਕੇ ਵਿਰੋਧ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਮਾਰਚ 1924 ਨੂੰ ਜੈਤੋ ਵੱਲ ਮੋਰਚਾ ਲਾਉਣ ਜਾ ਰਹੇ ਅਕਾਲੀ ਜੱਥੇ ਦੀ ਬੰਗੇ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਸਵਾਗਤ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਮਿਲੀ। ਪਰ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਹਕੂਮਤ ਨੇ ਇਹ ਐਲਾਨ ਕਰਵਾ ਦਿੱਤਾ ਸੀ ਕਿ ਇਹ ਜੱਥਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਹਕੂਮਤ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਜੱਥੇ ਦਾ ਕੋਈ ਸਵਾਗਤ ਨਾ ਕਰੇ। ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਦੀ ਇਸ ਚੁਣੌਤੀ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਇਸ ਅਕਾਲੀ ਜੱਥੇ ਦਾ ਭਰਪੂਰ ਸਵਾਗਤ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ, ਬਲਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਲੰਗਰ ਸੇਵਾ ਦਾ ਵੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ।

ਸਰਦਾਰ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਰਾਜ-ਸੱਤਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲ ਕੇ ਭਾਰਤੀਆਂ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਆਵੇ। ਭਾਰਤ ਅੰਦਰ ਸਮਾਜਵਾਦੀ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਅਤੇ ਕੌਮੀ ਲਹਿਰ ਨੂੰ ਜਮਹੂਰੀ ਲੀਹਾਂ 'ਤੇ ਤੌਰਨ ਲਈ ਸਤੰਬਰ 1928 'ਚ ਦਿੱਲੀ ਵਿਖੇ ਹੋਈ ਸਭਾ ਵਿੱਚ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਦੀਆਂ ਤਰਕ ਭਰਪੂਰ ਦਲੀਲਾਂ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਿਕ ਬਹਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 'ਹਿੰਦੁਸਤਾਨ ਰਿਪਬਲਿਕ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ' ਦਾ ਨਾਮ ਬਦਲ ਕੇ 'ਹਿੰਦੁਸਤਾਨ ਸੋਸ਼ਲਿਸਟ ਰਿਪਬਲਿਕ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ' ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਰਦਾਰ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਇਨਕਲਾਬੀ ਲਹਿਰ ਨੂੰ ਧਰਮ ਨਿਰਪੱਖ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਯਾਸ ਕੀਤਾ। ਉਸ ਨੇ ਇਨਕਲਾਬੀ ਲਹਿਰ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਲਈ 'ਇਨਕਲਾਬ ਜ਼ਿੰਦਾਬਾਦ, ਸਮਰਾਜਵਾਦ-ਮੁਰਦਾਬਾਦ' ਦਾ ਨਵਾਂ ਨਾਅਰਾ ਦਿੱਤਾ। ਜਦੋਂ ਅਕਤੂਬਰ 1928 'ਚ ਸਾਈਮਨ ਕਮਿਸ਼ਨ ਲਾਹੌਰ ਆਇਆ ਤਾਂ 'ਸਾਈਮਨ ਕਮਿਸ਼ਨ ਵਾਪਸ ਜਾਓ' ਅਤੇ 'ਇਨਕਲਾਬ ਜ਼ਿੰਦਾਬਾਦ' ਦੇ ਨਾਅਰੇ ਲਾ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕਰਦੇ ਲੋਕਾਂ 'ਤੇ ਸਰਕਾਰ ਵਲੋਂ ਕੀਤੇ ਲਾਠੀਚਾਰਜ

-ਡਾ. ਸੰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਮੁੰਡੇ
ਪ੍ਰਧਾਨ, ਰਾਜਸਥਾਨ ਪੰਜਾਬੀ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ (ਸੰ.), ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ, ਗੁਰੂ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਪੀਜੀ ਕਾਲਜ ਸੀਸੀ ਹੈਡ, ਸ਼੍ਰੀਗੰਗਾਨਗਰ (ਰਾਜਸਥਾਨ)
ਮੋਬਾਈਲ 9413652646
Email id: sandeepmunday@gmail.com
(Punjab Mail USA)

ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਅਣਮਨੁੱਖੀ ਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਭੁੱਖ ਹੜਤਾਲ ਵੀ ਕੀਤੀ। ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਪਤਾ ਸੀ ਕਿ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਸਰਕਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਡਰਸ ਕਤਲ ਕੇਸ ਵਿੱਚ ਫਾਂਸੀ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਕ੍ਰਾਂਤੀਕਾਰੀ ਯੋਧੇ ਮੌਤ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਉਤਾਵਲੇ ਸਨ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਮਿੱਥੇ ਉਦੇਸ਼ ਮੁਤਾਬਿਕ ਅਦਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਕੇ ਦੇਸ਼ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਚੇਤ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਉਹ ਮਰਦੇ-ਦਮ ਤੱਕ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਸ਼ਾਸਨ ਦੀ ਕੁਟਿਲਤਾ, ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਤਾ ਅਤੇ ਅੱਤਿਆਚਾਰਾਂ ਦਾ ਭਾਂਡਾ ਫੋੜਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਵਲੋਂ ਕੀਤੀ ਭੁੱਖ ਹੜਤਾਲ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਲਈ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਹਕੂਮਤ ਨੇ ਹਰ ਸੰਭਵ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਫਲਤਾ ਨਾ ਮਿਲੀ। ਇਸ ਲੰਮੀ ਭੁੱਖ ਹੜਤਾਲ 'ਚ ਜਤਿੰਦਰ ਨਾਥ ਦਾਸ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਸਾਮਰਾਜ ਅੱਗੇ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹਾਰਦਾ, ਪਰ ਮੌਤ ਅੱਗੇ ਹਾਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸਦੀ ਮੌਤ ਦੂਸਰੇ ਕ੍ਰਾਂਤੀਕਾਰੀਆਂ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਨਾ-ਸਰੋਤ ਬਣਦੀ ਹੈ।

ਸਰਦਾਰ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਬੰਬ ਤੇ ਪਿਸਤੌਲ ਲੈ ਕੇ ਹਿੰਸਕ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਕਰਨ। ਉਹ ਤਾਂ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਗ੍ਰਿਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਨਕਲਾਬ ਦੇ ਸੁਨੇਹੇ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਹਰ ਕੋਨੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ, ਪਰ ਅਜੋਕੇ ਸਰਮਾਏਦਾਰ ਪੱਖੀ ਲੋਕ ਉਸ ਨੂੰ ਖਤਰਨਾਕ ਆਤੰਕਵਾਦੀ ਸਮਝਦੇ ਰਹੇ। ਸਰਦਾਰ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਕੇ ਵੀ ਹੌਸਲੇ ਬੁਲੰਦ ਸਨ, ਉਹ ਇਥੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰ ਦੇ ਚਿੰਤਕਾਂ ਦੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦਾ ਲਗਾਤਾਰ ਅਧਿਐਨ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਤੇ ਖ਼ਤਾਂ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣਾ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ। ਸਾਂਡਰਸ ਕਤਲ ਕੇਸ ਵਿੱਚ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਸਰਕਾਰ ਇਕਪਾਸ਼ੜ ਮੁਕੱਦਮਾ ਚਲਾ ਕੇ ਸੁਖਦੇਵ, ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਰਾਜਗੁਰੂ ਨੂੰ ਫਾਂਸੀ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਸੁਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਬਰਤਾਨਵੀ ਸਾਮਰਾਜ ਨੇ 23 ਮਾਰਚ 1931 ਨੂੰ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਲਾਹੌਰ ਦੇ ਕਿਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਫਾਂਸੀ ਦੇ ਕੇ ਰਾਤੋ-ਰਾਤ ਪੁਲਿਸ ਅਤੇ ਫੌਜ ਦੇ ਪਹਿਰੇ ਹੇਠ ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਸਤਲੁਜ ਦੇ ਕੰਢੇ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਲਾਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਅੱਗ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਸਾਮਰਾਜ ਨੇ ਸਾਜਿਸ਼ ਰਚਕੇ ਸਰਦਾਰ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਤੇ ਉਸਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਾਂ ਖਤਮ ਕਰ ਦਿੱਤਾ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਨਕਲਾਬੀ ਸੋਚ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਨੂੰ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੇ।

ਸ਼੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਮਹਾਰਾਜ ਜੀ ਦੇ ਵੱਡੇ ਸਪੁੱਤਰ ਬਾਬਾ ਗੁਰਦਿੱਤਾ ਜੀ ਦਾ ਜਨਮ ਕੱਤਕ ਸੂਚੀ 15 ਸੰਮਤ 1670 (ਸੰਨ 1613 ਈਸਵੀ) ਨੂੰ ਮਾਤਾ ਦਮੋਦਰੀ ਜੀ ਦੀ ਪਾਵਨ ਕੁੱਖੋਂ ਪਿੰਡ ਡਰੋਲੀ ਭਾਈ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਮੋਗਾ ਵਿਖੇ ਹੋਇਆ। ਆਪ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਸ਼੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਪਾਸੋਂ ਧਾਰਮਿਕ ਅਤੇ ਸ਼ਖ਼ਤਰ ਵਿੱਦਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ। ਵੈਸਾਖ ਸੰਮਤ 1681 (1624 ਈਸਵੀ) ਨੂੰ ਆਪ ਜੀ ਦਾ ਅਨੰਦ ਕਾਰਜ ਬੀਬੀ ਨੱਤੀ (ਅਨੰਤੀ) ਜੀ ਨਾਲ ਬਟਾਲਾ ਵਿਖੇ ਹੋਇਆ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਾਵਨ ਕੁੱਖ ਤੋਂ ਬਾਬਾ ਧੀਰ ਮੱਲ ਜੀ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਹਰਿਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦਾ ਜਨਮ ਹੋਇਆ। ਆਪ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਗੁਰੂ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਨਾਲ ਅਨੇਕਾਂ ਜੰਗਾਂ, ਯੁੱਧਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਖ਼ਤਰਾਂ ਦੇ ਜੋਰ ਵਿਖਾਏ। ਇਕ ਵਾਰ ਸ਼ਿਕਾਰ ਖੇਡਣ ਸਮੇਂ ਬਾਬਾ ਗੁਰਦਿੱਤਾ ਜੀ ਨੇ ਇਕ ਹਿਰਨ 'ਤੇ ਤੀਰ ਚਲਾਇਆ। ਹਿਰਨ ਤਾਂ ਬਚ ਗਿਆ ਪਰ ਇੱਕ ਗਊ ਚਰਦੀ ਸੀ, ਤੀਰ ਉਸਦੇ ਜਾ ਲੱਗਿਆ ਤੇ ਗਊ ਮਰ ਗਈ। ਗਊ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਣ 'ਤੇ ਗਊਆਂ ਚਾਰਨ ਵਾਲੇ

31 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਸਾਲਾਨਾ ਜੋੜ ਮੇਲੇ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼

ਇਕ ਗਵਾਲੇ ਦੇ ਇਤਰਾਜ ਕਰਨ 'ਤੇ ਬਾਬਾ ਗੁਰਦਿੱਤਾ ਜੀ ਨੇ ਕਰਮਾਤ ਵਿਖਾਉਂਦਿਆਂ ਛੱਪੜ ਦਾ ਜਲ ਲੈ ਕੇ ਗਊ ਜਿਉਂਦੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ, ਜਿਸ 'ਤੇ ਗੁਰੂ ਪਿਤਾ ਜੀ ਨੇ ਕਰਮਾਤ ਨੂੰ ਕਹਿਰ ਆਖਦਿਆਂ ਸਖ਼ਤ ਨਾਰਾਜ਼ਗੀ ਜ਼ਾਹਰ ਕੀਤੀ। ਗੁਰੂ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਰਮਾਤ ਨਾਮ ਕਹਿਰ ਦਾ ਹੈ, ਮੁਕਤੀ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਸੰਭਾਲੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਗਊ ਬਦਲੇ ਜਾਂ ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਸਰੀਰ ਛੱਡੋ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਸਰੀਰ ਛੱਡਾਂਗੇ। ਇਕ ਮਿਆਨ 'ਚ ਦੋ ਤਲਵਾਰਾਂ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੀਆਂ। ਪਿਤਾ ਜੀ ਦਾ ਹੁਕਮ ਮੰਨ ਕੇ ਬਾਬਾ ਗੁਰਦਿੱਤਾ ਜੀ ਇਸ



-ਤਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬੜੇਚ
ਪਿੰਡ ਦੀਵਾਲਾ, ਤਰਿਸੀਲ ਸਮਰਾਲਾ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਲੁਧਿਆਣਾ।
ਮੋਬ : 7527931887
(Punjab Mail USA)

ਪੰਨ ਬਾਬਾ ਗੁਰਦਿੱਤਾ, ਦੀਨ ਦੁਨੀ ਦਾ ਟਿੱਕਾ, ਜੋ ਵਰ ਮੰਗਿਆ ਸੋ ਵਰ ਦਿੱਤਾ।' ਇਹ ਇਤਿਹਾਸਕ ਅਸਥਾਨ 40 ਏਕੜ ਰਕਬੇ 'ਚ ਉੱਚੀਆਂ ਪਹਾੜੀਆਂ 'ਚ ਫੈਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਅਸਥਾਨ 'ਤੇ ਪੁਰਾਤਨ ਇਮਾਰਤ ਵੀ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਜੋ ਗੁਣ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਸ ਪੁਰਾਤਨ ਇਮਾਰਤ ਦੀ ਸੇਵਾ ਰਾਜਾ ਭੂਪ ਸਿੰਘ ਰੋਪੜ ਵਾਲਿਆਂ ਨੇ ਕਰਾਈ ਸੀ। ਦੇਸ਼-ਵਿਦੇਸ਼ ਦੀਆਂ ਸੰਗਤਾਂ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਪੁੱਜ ਕੇ ਇਸ ਪਾਵਨ ਪਵਿੱਤਰ ਅਸਥਾਨ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਦੀਦਾਰੇ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜਿਗਰ (ਲੀਵਰ) ਦਾ ਰੱਖੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਖਿਆਲ

“ਚਮੜੀ, ਨਾਖੁਨ, ਅੱਖਾਂ, ਪਿਸ਼ਾਬ-ਮਲ ਦਾ ਰੰਗ ਪੀਲਾ ਦਿਸਣਾ, ਚਮੜੀ ਡਾਈ ਤੇ ਖਰਸ਼, ਪੇਟ-ਦਰਦ, ਘਬਰਾਹਟ-ਉਲਟੀ, ਭੁੱਖ ਨਾ ਲੱਗਣਾ, ਲੱਤਾਂ ਅਤੇ ਗਿੱਟਿਆਂ ਵਿਚ ਸੋਜ, ਵਗੈਰਾ ਲੱਛਣ ਲਗਾਤਾਰ ਰਹਿਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਹਾਡਾ ਲਿਵਰ (ਜਿਗਰ) ਬਿਮਾਰ ਹੈ”- ਅਨਿਲ ਧੀਰ

ਮਾਰਚ 2023 ਦਾ ਮਹੀਨਾ ਜਿਗਰ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਲਈ ਮਨਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅੱਜ ਵਿਸ਼ਵ ਭਰ ਵਿਚ ਲਿਵਰ ਦੇ ਖਤਰਨਾਕ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਅੰਕੜਾ ਹਰ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵੱਧ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਜਿਗਰ ਸਰੀਰ ਦਾ ਇੰਜਣ ਹੈ, ਇਸਦੇ ਰੁਕਣ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵੀ ਰੁੱਕ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਤੇ ਮਨ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ, ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਐਕਟਿਵ ਤੇ ਕ੍ਰਿਆਸ਼ੀਲ ਰੱਖਣ ਲਈ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਦਾ ਉਤਪਾਦਨ, ਸਟੋਰ, ਸਪਲਾਈ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੋਲੈਸਟ੍ਰੋਲ ਦੇ ਲੈਵਲ ਨੂੰ ਕਈ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਅਦਲ-ਬਦਲ ਨਾਲ ਮੈਨੇਜ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਗਰ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰੋਂ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਤੱਤਾਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਕੇ ਪਾਚਨ-ਸਿਸਟਮ ਲਈ ਪਿੱਤ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਵਿਟਾਮਿਨ, ਖਣਿਜਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਆਇਰਨ ਤੇ ਤਾਂਬੇ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਲਕੋਹਲ, ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕੈਮੀਕਲਸ ਨੂੰ ਮੈਟਾਬੋਲਾਈਜ਼ ਕਰਕੇ ਬਲੱਡ ਨੂੰ ਕਲੀਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਲਿਵਰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖੂਨ, ਖੂਨ ਦੇ ਥੱਕੇ ਤੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਟਰਾਂਸਪੋਰਟ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਸੈਕਸ, ਥਾਇਰਾਈਡ, ਕੋਰਟੀਸੋਨ ਆਦਿ ਹਾਰਮੋਨਜ਼ ਦੇ ਸੰਤੁਲਨ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।



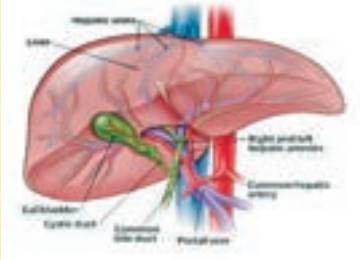
ਸਰੀਰ ਦੇ ਆਟੋਮੀਊਨ 'ਤੇ ਅਠੈਕ ਕਰਕੇ ਜਿਗਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਟੋਇਮੀਊਨ ਹੈਪੇਟਾਈਟਿਸ, ਪ੍ਰਾਈਮਰੀ ਬਿਲੀਰੀ ਚੋਲਾਈਸਿਸ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਮਰੀ ਸਕਲਰੋਜ਼ਿੰਗ ਕੋਲਾਗਾਈਟਿਸ ਵਰਗੇ ਰੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਾਂ-ਬਾਪ ਵਿਚੋਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋਵਾਂ ਤੋਂ ਵਿਰਾਸਤ ਵਿਚ ਇੱਕ ਅਸਾਧਾਰਨ ਜੀਨ ਜਿਗਰ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੇਮੋਕ੍ਰੋਮੋਟੋਸਿਸ, ਵਿਲਸਨ-ਰੋਗ ਅਤੇ ਅਲਫਾ-1 ਐਂਟੀਟ੍ਰਾਈਪਸਿਨ ਦੀ ਕਮੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਲਿਵਰ ਦਾ ਕੈਂਸਰ, ਬਾਇਲ ਡਕਟ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਜਿਗਰ ਐਂਡੀਨੋਮਾ ਵਰਗੇ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਗਰ ਦੇ ਵੱਧ ਰਹੇ ਰੋਗ ਲਗਾਤਾਰ ਅਲਕੋਹਲ ਲੈਣ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ, ਗੈਰ-

ਅਲਕੋਹਲ ਵਾਲੀ ਫੈਟੀ ਲਿਵਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਐਲੋਪੈਥੀ ਅਤੇ ਕੁੱਝ ਹਰਬਲ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਸਾਈਡ-ਇਫੈਕਟ ਵੀ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ।

ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰੋ:

- ਜਿਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਵਧਾਉਣ ਵਿਚ ਅਲਕੋਹਲ, ਸਿਗਰੇਟ-ਬੀੜੀ, ਸਿਗਾਰ, ਵੇਪਸ, ਵੀਡ ਦੀ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਵਰਤੋਂ, ਜੰਕ-ਫੂਡ ਦਾ ਲਗਾਤਾਰ ਸੇਵਨ, ਮੋਟਾਪਾ, ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼, ਫੈਮਿਲੀ ਹਿਸਟਰੀ, ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੈਕਸ, ਡਰੱਗਜ਼, ਸਾਂਝੀਆਂ ਸੂਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਗੈਰਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਫੈਟੀ ਜਿਗਰ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਵਜ਼ਨ 'ਤੇ ਪੂਰਾ

ਅਨਿਲ ਧੀਰ
ਬਰੈਂਟਪਨ, ਕੋਨੇਡਾ
647-853-5800
healthmedia1@hotmail.com
(Punjab Mail USA)



ਕੰਟਰੋਲ ਰੱਖੋ। ਜਿਗਰ ਨੂੰ ਫਿੱਟ ਰੱਖਣ ਲਈ ਡੇਲੀ ਵਰਕ-ਆਊਟ, ਯੋਗਾ, ਸਾਈਕਲਿੰਗ, ਸੈਰ, ਮੈਡੀਟੇਸ਼ਨ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਲੋ।

- ਗਰਮ ਪਾਣੀ 'ਚ ਨਿੰਬੂ, ਆਲਿਵ-ਤੇਲ ਵਿਚ ਸਾਰਟਿਡ ਹਰੀ-ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਤਾਜ਼ਾ ਵੇਜੀਟੇਬਲ ਸੂਪ ਵਗੈਰਾ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ ਰੂਟੀਨ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।
- ਸੈਕਸ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਪਾਰਟਨਰ ਪ੍ਰਤੀ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਵਰਤੋਂ। ਸੱਜੇ-ਖੱਬੇ ਮੂੰਹ ਮਾਰਨ ਦੀ ਆਦਤ ਤੋਂ ਬਚੋ।
- ਤੰਦਰੁਸਤ ਵਿਅਕਤੀ ਅਲਕੋਹਲ ਸੀਮਿਤ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਹੀ ਲੈਣ। ਬਿਮਾਰ ਜਿਗਰ ਦੌਰਾਨ ਡਰੱਗਜ਼, ਸਿਗਰੇਟ, ਬੀੜੀ, ਵੀਡ, ਸ਼ਰਾਬ, ਜੰਕ-ਫੂਡ ਤੋਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਬਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਾਲ ਹੈਪੇਟਾਈਟਿਸ ਦੇ ਖਤਰੇ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਹੈਪੇਟਾਈਟਿਸ-ਏ, ਬੀ ਅਤੇ

- ਹੈਪੇਟਾਈਟਿਸ-ਸੀ ਵੈਕਸੀਨ ਜ਼ਰੂਰ ਲਗਵਾਓ।
 - ਪਰਸਨਲ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਸਵਾਈ ਦਾ ਪੂਰਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖੋ। ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਖੂਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
 - ਗੈਰ-ਨੁਸਖੇ ਵਾਲੀ ਜਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਦਵਾਈ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ ਨਾ ਲਵੋ। ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਲਾਪਵਾਹੀ ਖਤਰਨਾਕ ਹਾਲਾਤ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪੇਨ-ਕਿਲਰ ਅਤੇ ਕੁੱਝ ਕੋਲਸਟਰੋਲ ਦੀ ਦਵਾਈ ਦਾ ਮਾਤਰਾ ਅਸਰ ਲਿਵਰ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
 - ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਤੇ ਐਂਐਂਸੀਲ, ਕਲੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰਾਡਕਟਸ ਯਾਨਿ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਕੈਮੀਕਲਸ ਨੂੰ ਇਨਹੇਲ ਨਾ ਕਰੋ। ਅਜਿਹੇ ਰਸਾਇਣ ਜਿਗਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।
 - ਉੱਚ ਕੋਲੋਰੀ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ, ਰਿਫਾਇਡ ਕਾਰਬੋਹਾਈਡਰੇਟ, ਜਿਵੇਂ ਚਿੱਟੀ ਰੋਟੀ, ਚਾਵਲ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਾਸਤਾ ਅਤੇ ਸ਼ੱਕਰ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਕੇ, ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਖੁਰਾਕ ਯਾਨਿ ਤਾਜ਼ੇ ਫਲ-ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਸੀਮਿਤ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਮੀਟ, ਘੱਟ ਫੈਟ ਵਾਲਾ ਦੁੱਧ, ਪਨੀਰ ਅਤੇ ਗਾਈਡਰੋਜਨ ਲਈ ਡੇਲੀ 8-10 ਗਿਲਾਸ ਪਾਣੀ ਪੀਓ।
- ਨੋਟ: ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ 2 ਹਫ਼ਤੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰਹਿਣ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ ਬਿਨਾ ਦੇਰੀ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ। ਹਰਬਲ ਸਪਲੀਮੈਂਟਸ ਬਿਨਾ ਮਾਹਿਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਤੋਂ ਨਾ ਲਵੋ। ਸਬਜ਼ੀ-ਫੱਲ ਨਮਕ ਵਾਲੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਲੀਨ ਕਰਕੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ।

ਵਕਤ ਬਦਲ ਚੁੱਕਾ ਹੈ, ਵਕਤ ਦੇ ਨਾਲ ਬਦਲ ਚੁੱਕੇ ਨੇ Entertainment ਦੇ ਸਾਧਨ ਵੀ



e-Baba Entertainment App ਨੂੰ Download ਕਰੋ।

ਹੁਣ ਕਿਸੇ ਵੀ Company ਦੇ ਬਣੇ Android TV 'ਚ **eBaba App** ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ ਜਾਂ ਸਮਾਰਟ TV ਦੀ HDMI Port 'ਚ Google TV Dongle ਲਾਵੋ ਤੇ **eBaba** ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਕੇ ਰਿਮੋਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਰਾਹੀਂ, ਵੱਡੀ TV Screen ਉਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ English, Punjabi, Hindi ਅਤੇ Urdu ਦੇ TV Channel ਵੀ 'ਚ ਵੇਖੋ ਅਤੇ ਰੇਡੀਓ 'ਚ ਸੁਣੋ, also **eBaba Entertainment App** available for your smart phone on app store and Play store.



Cast Dongle ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦੀਦਾ TV Channel ਜਾਂ Movies ਆਪਣੇ TV 'ਤੇ ਵੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ Drive ਕਰਦੇ ਵੇਲੇ Bluetooth ਨਾਲ ਰੇਡੀਓ ਵੀ ਸੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ।



ਇਸ ਲਈ ਜਲਦੀ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਇਹ App Download ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ Share ਕਰੋ।

ਟੁਟਦੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ 'ਚ ਉਦਾਸੀਨਤਾ ਦਾ ਦਵੰਦ

ਪਰਸਪਰ ਸਾਰੀ ਸ਼ਿਸ਼ਟੀ ਨਰ ਅਤੇ ਮਾਦਾ ਦੇ ਕਲੱਲ ਰਿਸ਼ਤੇ 'ਚੋਂ ਉਪਜਦੀ ਹੈ। ਨਰ ਅਤੇ ਮਾਦਾ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ 'ਚੋਂ ਹੀ ਸ਼ਿਸ਼ਟੀ ਦੀ ਸਿਰਜਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਜੋਗ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ (84) ਚੌਰਾਸੀ ਲੱਖ ਜੂਨ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਪਤੀ-ਪਤਨੀ ਦੇ ਲਿੰਗਨ ਸੰਬੰਧਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਸਾਰੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਪੀੜ੍ਹੀ-ਦਰ-ਪੀੜ੍ਹੀ ਬਣਦੇ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਦੰਪਤੀ ਸੰਬੰਧ ਵਿਗੜਣ ਨਾਲ ਘਰ ਦੇ ਬਾਕੀ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਉਪਰ ਗਹਿਰਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਘਰੇਲੂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਉਪਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਅਲੱਬਤਾ ਨੌੜੇ ਦੇ ਹੋਰ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਉਪਰ ਵੀ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਚਾਹਤ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਸੁੱਚਾ ਮੇਲ ਹੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੀ ਮੁੱਖ ਬੁਨਿਆਦ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਚਾਹਤ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਮੇਲ ਨਹੀਂ, ਉਥੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਤਿੜਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਿੱਥੇ ਸਵਾਰਥ ਦਾ ਦੁਰਉਪਯੋਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਥੇ ਹੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿਚ ਤਰੇੜ ਪੈਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਵਾਰਥ ਦਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀ ਸਦਉਪਯੋਗ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਸਵਾਰਥ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਮਨੁੱਖ ਜੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਸਵਾਰਥ ਉਸਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਅਟੱਟ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।

ਇਕ ਦੂਸਰੇ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਦੂਸਰੇ ਉਪਰ ਅਹੁਦੇ (ਪਦ) ਭਾਰੀ ਨਾ ਹੋਣ, ਆਰਥਿਕਤਾ ਭਾਰੀ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਦੀ ਗੀਣਤਾ ਦਾ ਅਭਾਵ ਵੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਵਿਚ ਨੀਰਸਤਾ, ਵਖਰੇਵਾਂ ਅਤੇ ਦੂਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਈ ਵਾਰ ਇੰਝ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਲੜਕੀ ਨੂੰ ਪੁੱਤਰਾਂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਦਾ ਦਰਜਾ ਅਜੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਰਿਹਾ। ਦੰਪਤੀ ਜੀਵਨ 'ਚ ਲੜਕੀਆਂ ਦਾ ਲਗਾਤਾਰ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ ਵੀ ਕਈ ਸੰਬੰਧਾਂ ਅਤੇ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਵਿਚ ਖਟਾਸ ਅਤੇ ਦੂਰੀ ਉਤਪਨ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਸ਼ੇ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਲੀਵਰ ਕਈ ਗੁਪਤ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਿਚ ਗੁਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ ਉਪਰ ਧਮਣੀਆਂ-ਸਿਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਦਿਮਾਗੀ ਸੰਤੁਲਨ ਵੀ ਵਿਗੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਰਦਾਨਾ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਭਾਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਪਰਸਪਰ ਸੰਬੰਧਾਂ ਵਿਚ ਤਿੜਕਣ, ਟੁਟਣ ਅਤੇ ਬਿਖਰਾਵ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਨਿੱਘ ਸੰਬੰਧਾਂ ਦੇ ਵੀ ਟੁਕੜੇ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਤਿੜਕਣ ਪਿੱਛੇ ਅਨੇਕਾਂ ਹੀ ਕਾਰਨ ਹਨ ਪਰ ਦੇਸ਼ ਵਿਦੇਸ਼ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਅਮੀਰ, ਗਰੀਬ ਅਤੇ ਹਰ ਵਰਗ ਦੇ



ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਜੇਕਰ ਦੰਪਤੀ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਦੂਸਰਾ ਜਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਸੰਬੰਧਕ ਗੁਪਤ ਰਿਸ਼ਤੇ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਸੰਬੰਧ ਵਿਗੜਣੇ ਮੁਮਕਿਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਪਰਿਵਰਤਨਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਦਹਿਲੀਜ਼ ਉਪਰ ਪਹਿਰਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਪਸੀ ਆਦਤਾਂ ਦਾ ਟਕਰਾਅ ਵੀ ਦੂਰੀਆਂ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਦੂਸਰੇ ਦੇ ਧਰਮ ਦੇ ਵਿਪਰੀਤ ਸ਼ਾਦੀ ਕਰਨਾ ਵੀ ਕਈ ਵਾਰੀ ਲੰਬੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਅੱਧ ਵਿਚਕਾਰੋਂ ਤੋੜ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਦੰਪਤੀ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਦੋਸਤਾਂ-ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਸਾਬਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਦੰਪਤੀ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਇਕ ਜਣੇ ਦੀ ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਵੀ ਖਲਦੀ ਹੈ। ਦੰਪਤੀ 'ਚੋਂ ਇਕ ਵੀ ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਬਦੇਬਦੀ ਬੋਝ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਨਾਲ 'ਰਿਸ਼ਤਾ-ਸਮਤੋਲ ਨੀਤੀ' ਤਹਿਤ ਨੁਕਸਾਨ

ਉਠਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿਚ ਕਿਆਸ ਆਰਾਈਆਂ ਦੀ ਟੁੱਟ-ਭੱਜ ਵਖਰੇਵੇਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਅਚਾਨਕ ਮੁਕੱਦਮੇਬਾਜ਼ੀ ਦੀ ਹੋਂਦ ਵੀ ਕਈਆਂ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਡਿੱਕ ਪਾ ਪਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਦੰਪਤੀ 'ਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇਕ ਉਪਰ ਕਤਲ ਕੇਸ ਜਾਂ ਕੋਈ ਮਾਰੂ ਮੁਕੱਦਮਾ ਪੈ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਟੁੱਟ-ਭੱਜ ਕਰਕੇ ਵੀ ਜਾਂ ਆਰਥਿਕ ਸੰਪਦਾ ਨੂੰ ਠੋਸ ਪਹੁੰਚਣ ਕਰਕੇ ਵੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੂਰੀ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਦੰਪਤੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਇਕ ਦੂਸਰੇ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ, ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਕਰਨ ਦਾ ਮਾਦਾ, ਤਾਹਣੇ-ਮਿਹਣੇ, ਘੁਟਣ, ਸ਼ੱਕ, ਚੁਗਲੀ, ਨਿੰਦਾ ਵੀ ਇਕ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਸ਼ਰਾਪ ਹੈ।

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਆਦਤਾਂ ਦੇ ਫੁੱਲਾਂ ਦਾ ਇਕ ਗੁਲਦਸਤਾ ਹੈ ਜ਼ਿੰਦਗੀ। ਇਕ ਦੂਸਰੇ ਦੇ ਸੁਭਾਅ ਵਿਚ ਵਿਚ ਵਿਪਰੀਤ ਹੋ ਕੇ ਵੀ ਪਰਾਏਵਾਚੀ ਬਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਕ

ਦੂਸਰੇ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਦੀ ਪਰਖ ਕਰਕੇ ਚੰਗੇ ਆਚਰਣ ਵਿਚ ਢਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਦਾ ਨਾਂਅ ਹੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੈ। ਆਦਤਾਂ ਦੀ ਟਹਿਣੀ ਉਪਰ ਪਸੰਦ-ਚਾਹਤ ਦੇ ਖਿੱਤੇ ਖੂਬਸੂਰਤ ਗੁਲਾਬ ਨੂੰ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮੌਸਮ, ਜਲਵਾਯੂ, ਮਾਲੀ, ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਗੁਲਾਬ ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਦਾ ਨਹੀਂ ਰਵੇਗਾ, ਤਾਂ ਇਸਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਚੌਗਿਰਦੇ ਨੂੰ, ਮਾਲੀ ਨੂੰ, ਟਹਿਣੀ ਨੂੰ ਹੋਵੇਗਾ।

ਪਰਸਪਰ ਦੇ ਸੰਬੰਧਾਂ ਨਾਲ ਇਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰਿਸ਼ਤਾ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੀਆਂ ਕਈ ਸ਼ਾਖਾਵਾਂ ਉਤਪਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਹਰ ਇਕ ਟਹਿਣੀ ਉਪਰ ਲੱਗੇ ਸੁਭਾਅ ਦੇ ਫੁੱਲਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਵੱਖਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਅਤੇ ਵੱਖਰੀ ਖ਼ੁਸ਼ਬੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਦੋ ਦਿਲਾਂ ਦੇ ਮਿਲਣ ਵਿਚ ਪਸੰਦ ਦਾ ਖਿਆਲ ਜੇ ਨਾ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਵੀ ਇਕ ਦਵੰਦ ਰੂਪੀ ਸਮੱਸਿਆ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨਾ ਪਸੰਦਦੀਦਾ ਹੀ ਉਦਾਸੀਨਤਾ ਅਤੇ

-ਬਲਵਿੰਦਰ ਬਾਲਮ

ਓਕਾਰ ਨਗਰ, ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਪੰਜਾਬ
ਅੰਸਕੱਲ੍ਹ ਐਡਮਿੰਟਨ-ਕੈਨੇਡਾ
ਫੋਨ: 98156-25409
(Punjab Mail USA)



ਨਫਰਤ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਮਿਲਣ ਦੀ ਲੰਬੀ ਉਮਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਇਹ ਰੇਤੇ ਦੀ ਦੀਵਾਰ ਜਲਦੀ ਢਹਿ-ਢੇਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਦੰਪਤੀ ਜੀਵਨ 'ਚ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਜਾਏ, ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਇਕ ਸਮੱਸਿਆ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨਾ ਪਸੰਦਦੀਦਾ ਹੀ ਉਦਾਸੀਨਤਾ ਅਤੇ ਨਫਰਤ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਮਿਲਣ ਦੀ ਲੰਬੀ ਉਮਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਇਹ ਰੇਤੇ ਦੀ ਦੀਵਾਰ ਜਲਦੀ ਢਹਿ-ਢੇਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਦੰਪਤੀ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਜਾਏ, ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਇਕ ਤਰਫ਼ਾ ਬੋਝ ਬਣ ਕੇ ਨਰਕ ਦਾ ਰੂਪ ਲੈ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਦੋਵੇਂ ਪਾਸਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਿੱਤੂ-ਪੁੱਤੂ, ਮਨਮਰਜ਼ੀ, ਨਿੱਜੀ ਸੁਭਾਅ ਨੂੰ ਠੋਸਣਾ, ਆਰਥਿਕ ਖਿੱਚੋਤਾਣ, ਇਕ ਤਰਫ਼ਾ ਪਿਆਰ ਦਾ ਇਜ਼ਹਾਰ, ਮੋਬਾਇਲ ਫੋਨ ਦੋਵਾਂ ਪਾਸਿਆਂ ਤੋਂ ਕੰਨਾਂ ਨਾਲ ਲੱਗੇ ਰਹਿਣੇ, ਖਾਧਾ-ਪੀਤਾ, ਕਾਰਨ ਵਿਧੀ, ਨੁਕਸ-ਤੁਨਕਾਕਸ਼ੀ ਆਦਿ ਕਾਰਨ ਵੀ ਦੰਪਤੀ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਤਰੇੜਾਂ ਆਉਣ ਨੇ।

ਦੋਸਤੋ, ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚ ਨਿੱਘ, ਮੋਹ, ਪਿਆਰ, ਸਤਿਕਾਰ, ਖੂਬਸੂਰਤੀਆਂ, ਅਤਰੰਗਤਾ, ਅਪਣਾਪਣ, ਮਿੱਠਾ ਬੋਲਚਾਲ, ਹੰਕਾਰ-ਸਵਾਰਥ ਦਾ ਸਦਉਪਯੋਗ, ਸਮਤੋਲ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਪਣ, ਸੁਭਕਾਮਨਾਵਾਂ, ਆਸ਼ੀਰਵਾਦ, ਮੰਨਣ 'ਤੇ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਅਤੇ ਸਭ ਨੂੰ ਆਪਣਾ-ਆਪਣਾ ਕਹਿ ਕੇ ਸਭ ਦਾ ਮਨ ਜਿੱਤ ਲਵੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸਵਰਗ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬੂਹੇ ਖੋਲ੍ਹ ਦੇਵੇਗੀ।

ਇਹ ਸਰੀਰ ਕਿਰਾਏ ਉਪਰ ਮਿਲਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਸਾਹ ਵੀ ਉਧਾਰੇ ਹਨ। ਸਵੇਰੇ ਉਠ ਕੇ ਇਸ ਤਨ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ, "ਬੱਲਿਆ ਦਸ, ਕੀ ਖਾਣਾ-ਪੀਣਾ, ਕਿੱਥੇ ਆਣਾ-ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਏ? ਇਸਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰੋ, ਚੁੰਮੋ ਚੱਟੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਰੀਰ ਬਿਗਾਨਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਰੱਖੇ ਘਰੇਲੂ ਝਗੜਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ

ਹਰ ਘਰ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਾਲਾਤ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਿੱਥੇ ਪਰਿਵਾਰ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਦੇ ਪਿਆਰ, ਸਨੇਹ ਵਿਚ ਭਿੱਜਾ ਮੁੱਗਬਤ ਦੀਆਂ ਬਾਤਾਂ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਮਨਾਉਂਦਾ, ਆਪਣਿਆਂ ਦੇ ਹਾਸਿਆਂ ਵਿਚ ਹੱਸਦਾ, ਉੱਥੇ ਕਈ ਵਾਰ ਨਿੱਕੀ-ਮੋਟੀ ਕਹਾ-ਸੁਣੀ ਹੋਣੀ ਵੀ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ। ਹਰ ਘਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸੌ ਮਸਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰਦਿਆਂ ਹਰ ਮੈਂਬਰ ਆਪਣੀ-ਆਪਣੀ ਰਾਇ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਇਨਸਾਨ ਦਾ ਗੱਲ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦਾ ਨਜ਼ਰੀਆ ਆਪੋ-ਆਪਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਨਾਲ ਮੇਲ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦਾ, ਤਾਂ ਅਕਸਰ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿਚ ਝਗੜੇ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਨਾਲ ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਸਥਿਤੀਆਂ ਉਲਝ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਫਿਕ ਪੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਝਗੜਿਆਂ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਣ ਪਤੀ ਪਤਨੀ, ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਆਪਸੀ ਅਸਹਿਮਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨਿੱਕੀਆਂ-ਨਿੱਕੀਆਂ ਗੱਲਾਂ 'ਤੇ ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਅਸਹਿਮਤੀ, ਅਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਹਾਜ਼ਰ ਜਵਾਬੀ ਵੱਡੇ ਝਗੜਿਆਂ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜਿਸਦਾ ਬੁਰਾ ਅਸਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਹਰੇਕ ਮੈਂਬਰ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਉੱਪਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਭਿਆਨਕ ਅਸਰ ਬੱਚਿਆਂ ਉੱਪਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।



ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਸਕੂਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਘਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਹਿਲੇ ਗੁਰੂ ਮਾਪੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਵਿਚ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਯੋਗਦਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਹੌਲ ਵਿਚ ਬੱਚਾ ਵੱਡਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਉੱਭਰ ਕੇ ਬਾਹਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਸਰਵੇਖਣ

ਅਨੁਸਾਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅੱਖਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਹਰ ਵੇਲੇ ਕਲੇਸ਼ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਦੂਸਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਜਾਂ ਤਾਂ ਵੱਧ ਗੁਸੈਲੇ ਅਤੇ ਆਪੋ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦੇ ਬਹੁਤ ਕਮਜ਼ੋਰ, ਸਹਿਮੇ, ਘੱਟ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਨਿਰਾਸ਼ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਹਰਕੀਰਤ ਕੌਰ

97791-18066
(Punjab Mail USA)



ਚੰਗੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨਿਰਮਾਣ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਰੋੜਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹਰੇਕ ਮਸਲੇ ਨੂੰ ਬੜੇ ਹੀ ਸੰਜੀਦਾ ਢੰਗ ਨਾਲ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਬਹਿਸ ਕਰਨ ਜਾਂ ਕਰੋਧਿਤ ਹੋਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਪਣੇ ਪੱਖ ਰੱਖੇ ਜਾਣ, ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਨਾਲ ਮਸਲੇ ਨੂੰ ਸੁਲਝਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਇੱਕ ਤਾਂ ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਮਾਹੌਲ ਖਰਾਬ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ, ਦੂਸਰਾ ਬੱਚਿਆਂ ਉੱਪਰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬੁਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤੀਸਰਾ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ ਸੰਜੀਦਗੀ, ਸਮਝਦਾਰੀ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋਏ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੋਰ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਗੇ।

ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਆਗਿਆਕਾਰੀ, ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਪਸੰਦ, ਸਮਝਦਾਰ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਝਗੜਿਆਂ ਤੋਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦੂਰ ਰੱਖੋ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹੋਵੇਗਾ, ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹੇਗੀ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੇ ਇੱਕ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ ਜੀਆ ਸਕਦੇ ਹੋ।

REALTY ONE GROUP

FOR SALE & PURCHASE OF ANY KIND OF PROPERTY

Recently Sold Properties



Caravaggio, Sacramento



Stroman, Sacramento



Mason Ct, Tracy



Windsong Dr, Tracy



Oak Valley Way, Stockton



Van Eych, Sacramento



Valenda Ct, Elk Grove



Rodfo Ct, Sacramento



Masters St, Elk Grove



Little Harbor Ct, Elk Grove



Bond Road, Elk Grove



Bond Road, Elk Grove

New Listings



Bradshaw Road, Elk Grove



Neutra Way, Elk Grove



Pawcatuck Way, Rancho Cordova



Gurjatinder S. Randhawa

REALTOR CA DRE licence # 01490567

Gurjatinder S. Randhawa

web: www.RealtorRandhawa.com

916-320-9444

garysingh123@yahoo.com