



ਸਾਲ 1, ਅੰਕ 52, ਮਿਤੀ : 06 ਮਈ, 2020 ਤੋਂ 12 ਮਈ, 2020 ਵੈਬਸਾਈਟ : www.preetnama.com ਈਮੇਲ preetnamausa@gmail.com



ਹੈਪੀ ਮਦਰ ਡੇ : ਕੀ ਇਕ ਦਿਨ ਹੀ ਕਾਫੀ ਹੈ ਹੈਪੀ ਰਹਿਣ ਲਈ

ਮਾਂ ਵਰਗਾ ਨਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਦੂਜਾ, ਮਾਂ ਦੀ ਪੂਜਾ ਰੱਬ ਦੀ ਪੂਜਾ। 10 ਨੂੰ ਮਦਰ ਡੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਮਾਤਾਵਾਂ ਦਾ ਇਹ ਦਿਨ। ਖੁਸ਼ੀ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਚਲੇ ਅੱਜ ਦੇ ਕਲਜੁੱਗ ਵਿੱਚ ਇਕ ਦਿਨ ਤਾਂ ਨਾਰੀ ਦੀ ਮਾਂ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕਦਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵਟਸਅਪ, ਫੇਸਬੁੱਕ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਸਾਇਟਾ ਤੇ ਮਾਂ ਰੂਪ ਨਾਰੀ ਨੂੰ ਫੁੱਲਾਂ ਵਾਂਗ ਸਜਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬੜੇ ਸੋਹਣੇ ਤੇ ਸੋਚ ਸੋਚ ਕੇ ਸਟੇਟਸ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਮਦਰ ਡੇ ਦੇ ਵਧਾਈ ਕਾਰਡਾਂ ਦੀ ਹੋੜ ਲੱਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਮਾਂ ਲਈ ਹੈਪੀ ਮਦਰ ਡੇ ਮਨਾ ਰਹੇ ਹਾਂ ਉਹ ਮਾਂ ਨਾਰੀ ਹੀ ਹੈ ਤੇ ਕੀ ਨਾਰੀ ਸੱਚੀ ਖੁਸ਼ ਹੈ ਮੈਂ ਵੀ ਮਾਂ ਹਾਂ। ਖੁਸ਼ ਵੀ ਹਾਂ ਕਿ ਚਲੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਹੈ ਚਾਹੇ ਫੇਕ ਹੀ ਸਹੀ। ਪਰ ਲੇਖਿਕਾ ਹਾਂ ਨਾ ਕੋਮਲ ਤੇ ਡੂੰਘੀ ਸੋਚ ਵਾਲੀ ਹਾਂ ਸੋ ਸੋਚ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਗਤ ਦੀ ਸਿਰਜਨਹਾਰ ਔਰਤ ਲਈ ਕੀ ਇੱਕ ਦਿਨ ਹੀ ਸਤੀਕਾਰ ਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਵੀ ਸੋਸ਼ਲ ਸਿਟਾ ਤੇ ਰਸਮੀ ਸਦੇਸ਼ਾਂ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ। ਨਾਰੀ ਰੱਬ ਦਾ ਬਚਾਇਆ ਇੱਕ ਨਾਵਾਬ

ਤੋਹਫ਼ਾ ਤੇ ਮਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜਿਉਂਦਾ ਜਾਗਦਾ ਰੱਬ ਹੈ। ਨਾਰੀ ਜੋ ਮਾਂ ਬਣ ਕੇ ਜਗਤ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਨਾਰੀ ਜੋ ਪਤਨੀ ਬਣ ਕੇ ਪਤੀ ਦਾ ਸਾਥ ਨਿਭਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਦੀ ਸਾਝੀਦਾਰ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਨਾਰੀ ਜੋ ਭੈਣ ਬਣ ਕੇ ਆਪਣੇ ਵੀਰ ਦੀ ਲੰਮੀ ਉਮਰ ਦੀ ਕਾਮਨਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਨਾਰੀ ਜੋ ਧੀ ਬਣ ਕੇ ਬਾਬੂਲਾ ਦਾ ਵਿਹੜਾ ਮਹਿਕਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨੂੰਹ ਬਣ ਕੇ ਦੋ ਪਰਿਵਾਰ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਜੋੜਦੀ ਹੈ। ਕੀ ਉਸ ਲਈ ਬੱਸ ਏਨਾ ਮਾਣ ਹੀ ਕਾਫੀ ਹੈ? ਵਧੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਇੱਕ ਦਿਨ ਮਾਂ ਦਾ ਦਿਨ ਮੁੱਕਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਪਰ ਕੀ ਅਸੀਂ ਹਰ ਦਿਨ ਹਰ ਪਲ ਮਾਂ ਭੈਣ ਤੇ ਧੀ ਰੂਪ ਨਾਰੀ ਦਾ ਆਦਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ? ਮਦਰ ਡੇ ਮਨਾਉ ਬੜੀ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਪਰ ਮੇਰੇ ਵਿਚਾਰ ਮੁਤਾਬਕ ਤਾਂ ਹਰ ਦਿਨ ਮਾਂ ਦੇ ਸਤੀਕਾਰ ਦਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੇ ਉਹ ਪਿਆਰ ਸਤੀਕਾਰ ਵੀ ਦਿਲ ਤੋਂ ਹੋਵੇ ਨਾ ਕਿ ਇੰਟਰਨੈਟ ਦੀ ਫੇਕ ਦੁਨੀਆ ਵਾਲਾ। ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਨੂੰ ਥੋੜਾ ਜਿਹਾ ਬਦਲਣਾ ਪੈਣਾ ਹੈ। ਸੱਚ ਜਾਣਿਓ ਜਿਸ ਦਿਨ ਸੋਚ ਬਦਲ ਗਈ ਉਸੇ ਦਿਨ ਹਰ ਔਰਤ ਵਿੱਚੋਂ ਮਾਂ, ਭੈਣ ਅਤੇ ਧੀ ਦਾ ਅਕਸ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣ ਲੱਗ ਜਾਵੇਗਾ ਤੇ ਬਲਾਤਕਾਰ,

ਕੁੜੀਮਾਰ ਜਿਹੇ ਜ਼ੁਲਮ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਣਗੇ। ਦੁਨਿਆ ਹੋਰ ਖੁਸ਼ਰੂਤ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਔਰਤ ਘਰ ਦੀ ਨੀਂਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਜਿੰਨੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋਵੇਗੀ ਪਰਿਵਾਰ ਤੇ ਘਰ ਉੱਨਾਂ ਹੀ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਹੋਵੇਗਾ। ਅੰਤ ਪ੍ਰੀਤ ਦੁਨੀਆ ਦੀ ਹਰ ਮਾਂ ਰੂਪੀ ਔਰਤ ਨੂੰ ਨਤਮਸਤਕ ਹੁੰਦੀ ਹੋਈ ਬਸਿੰ (ਹ) ਹੀ ਪ੍ਰਾਥਨਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਔਰਤ ਅਬਲਾ ਨਹੀਂ ਸਬਲਾ ਹੈ ਸੋ ਉਠੋ ਜਾਗੋ ਤੇ ਖੁੱਦ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾ ? ਕਿ ਕੋਈ ਬੁਰੀ ਨਜ਼ਰ ਔਰਤ ਤੇ ਬੁਰਾ ਵਾਰ ਨਾ ਕਰ ਸਕੇ।



ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਕੌਰ ਪ੍ਰੀਤ ਮੁੱਖ ਸੰਪਾਦਕ



ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟ੍ਰਾਇਲ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਅਮਰੀਕੀ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਲਗਾਇਆ ਟੀਕਾ

ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆ ਇਸ ਸਮੇਂ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਸੰਕਟ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹੁਣ ਤਕ ਇਸ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗ ਸਕਿਆ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਅਮਰੀਕੀ ਕੰਪਨੀਆਂ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਬਿਮਾਰੀ (ਕੋਵਿਡ-19) ਵਿਰੁੱਧ ਟੀਕਾ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਹੁਣ ਤਕ ਦੁਨੀਆ ਭਰ 'ਚ 37,47,275 ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਲਪੇਟ 'ਚ ਲੈ ਚੁੱਕਾ ਹੈ, ਜਦਕਿ 2,58,962 ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਅਮਰੀਕੀ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਊਟੀਕਲ ਕੰਪਨੀ ਫਾਈਜ਼ਰ ਇੱਕ ਨੇ

ਆਪਣਾ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟ੍ਰਾਇਲ ਵੈਕਸੀਨ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਮਰੀਕੀ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਰੇਜ਼ਨਰੋਨ ਫ਼ਾਰਮਾਸਿਊਟੀਕਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਦੇ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰਨ 'ਤੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਐਂਟੀਬਾਡੀ ਇਲਾਜ ਉਪਲੱਬਧ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਵਾਈ ਜੂਨ 'ਚ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਮਨੁੱਖਾਂ 'ਚ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਲੱਬਧ ਹੋਵੇਗੀ। ਗਿਲਿਅਡ ਸਾਇੰਸਿਜ਼ ਇੱਕ ਦੁਨੀਆ ਭਰ 'ਚ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਫਾਈਜ਼ਰ ਦੇ ਮੁੱਖ ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਅਧਿਕਾਰੀ ਐਲਬਰਟ ਬੋਰਲਾ ਨੇ ਇੱਕ ਬਿਆਨ 'ਚ ਕਿਹਾ, "ਚਾਰ ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਸਮੇਂ 'ਚ ਅਸੀਂ ਪ੍ਰੀਕਲੀਨਿਕਲ ਸਟਡੀਜ਼ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖਾਂ 'ਤੇ ਪ੍ਰੀਖਣ ਕਰ ਸਕਾਂਗੇ।" ਭਾਰਤ 'ਚ 30 ਤੋਂ ਵੱਧ ਟੀਕੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੜਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਅਜ਼ਮਾਇਸ਼ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹਨ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਾਹਿਰਾਂ ਨੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ। ਦੱਸ ਦਈਏ ਕਿ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਨੇ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਟੀਕਾ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਟਾਸਕ ਫੋਰਸ ਦੀ ਬੈਠਕ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਨੇ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਟੀਕਾ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ, ਅੱਸਥੀ ਖੋਜ, ਰੋਗ ਨਾਸ਼ਕ ਅਤੇ ਜਾਂਚ 'ਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਾ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਅਧਿਕਾਰਤ ਬਿਆਨ 'ਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਸਮੀਖਿਆ 'ਚ ਅਕਾਦਮਿਕ ਭਾਈਚਾਰੇ, ਉਦਯੋਗ ਤੇ ਸੂਬਾ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦੇ ਇਕਜੁਟ ਹੋ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਪੀਐਮ ਮੋਦੀ ਨੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਕਿ ਅਜਿਹੇ ਤਾਲਮੇਲ ਤੇ ਗਤੀ ਨੂੰ ਮਿਆਰੀ ਆਪ੍ਰੋਟੋਗ ਵਿਧੀ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਕਾਰਨ ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਹੁਣ ਤੱਕ 72,271 ਤੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ 'ਚ 2,333 ਮੌਤਾਂ

ਅਮਰੀਕਾ ਸਮੇਤ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ 'ਚ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਨੇ ਕਹਿਰ ਮਚਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਸਿਰਫ਼ ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਪਿਛਲੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਅੰਦਰ 2,333 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਹੁਣ ਤੱਕ ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਇਸ ਘਾਤਕ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਲਾਗ ਕਾਰਨ 72,271 ਵਿਅਕਤੀ ਮਾਰੇ ਜਾ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਜੌਨ ਹੌਪਕਿਨਜ਼ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਅਨੁਸਾਰ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਹੁਣ ਤੱਕ 2 ਲੱਖ 55 ਹਜ਼ਾਰ 176 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਨ ਇਸ ਮਾਰੂ ਵਾਇਰਸ ਕਾਰਨ ਜਾ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਤੇ ਲਗਭਗ 37 ਲੱਖ ਵਿਅਕਤੀ ਇਸ ਛੂਤ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅਸਰ ਅਮਰੀਕਾ ਤੇ ਯੂਰੋਪੀਅਨ ਦੇਸ਼ਾਂ 'ਤੇ ਪਿਆ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਹੁਣ ਤੱਕ 12.25 ਲੱਖ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਅਕਤੀ ਇਸ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਲਪੇਟ ਵਿੱਚ ਆ ਚੁੱਕੇ ਹਨ; ਭਾਵੇਂ 1.90 ਲੱਖ ਵਿਅਕਤੀ ਠੀਕ ਵੀ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਇੰਨਾ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਹੁਣ ਤੱਕ ਲਗਭਗ 75 ਲੱਖ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਬਾਜ਼ੀਲ 'ਚ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ 4,075 ਨਵੇਂ ਮਾਮਲੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਣ ਨਾਲ ਰੋਗੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 1.08 ਲੱਖ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋ ਗਈ ਹੈ, ਜਦ ਕਿ ਮੌਤ ਦਰ 6.9 ਫੀ ਸਦੀ ਹੋਣ ਨਾਲ ਮਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 7,367 ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਪੇਨ 'ਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ 2.50 ਲੱਖ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਰੋਨਾ ਦੀ ਲਪੇਟ 'ਚ ਆਏ ਹਨ ਤੇ 25,613 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਫਰਾਂਸ 'ਚ 1.69 ਲੱਖ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਅਕਤੀ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਪਾਏ ਗਏ ਹਨ ਤੇ 25,201 ਵਿਅਕਤੀ ਮਾਰੇ ਜਾ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਜਰਮਨੀ 'ਚ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਮਾਮਲਾ

ਸਾਹਮਣੇ ਨਹੀਂ ਆਇਆ। ਉੱਥੇ 1.66 ਲੱਖ ਵਿਅਕਤੀ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਹੋਏ ਸਨ ਤੇ 6,993 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਯੂਰੋਪ 'ਚ ਹੁਣ ਇੰਗਲੈਂਡ ਨੇ ਮੌਤਾਂ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਇਟਲੀ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਉੱਥੇ ਹੁਣ ਮ੍ਰਿਤਕਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਧ ਕੇ 29,427 ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਸੋਮਵਾਰ ਨੂੰ ਇਟਲੀ 'ਚ ਲਗਭਗ ਇੱਕ ਹਜ਼ਾਰ ਨਵੇਂ ਮਾਮਲੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏ ਸਨ।

ਇਸ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਦਿਨ ਤਿਉਹਾਰ	
ਲੇਬਰ ਡੇਅ	1 ਮਈ
ਅਵਤਾਰ ਪੁਰਬ ਸ਼੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ	6 ਮਈ
ਛੋਟਾ ਪੰਚੂਘਾਰਾ	16 ਮਈ
ਸ਼ਹਾਦਤੋਂ ਹਜ਼ਰਤ ਅਲੀ ਜੀ	15 ਮਈ
ਮੇਲਾ ਭਦਰਕਾਲੀ (ਪੰਜਾਬ)	18 ਮਈ
ਸ਼ਹੀਦੀ ਸਾਕਾ ਸ਼੍ਰੀ ਪਾਉਂਟਾ ਸਾਹਿਬ, ਹਿਮਾਚਲ ਪ੍ਰਦੇਸ਼	22 ਮਈ
ਪੰਚਮੀ	27 ਮਈ
ਸੰਗਰਾਂਦ	14 ਮਈ
ਪੂਰਨਮਾਸੀ	7 ਮਈ
ਮੰਸਿਆ	22 ਮਈ

ਇਸ ਅੰਕ ਦਾ ਸਵਾਲ
ਕੀ ਟਰੰਪ ਵਲੋਂ ਚੀਨ ਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਨਤੀਜੇ ਭੁਗਤਣ ਬਾਰੇ ਕਹਿਣ ਨਾਲ ਜੰਗ ਵਰਗੇ ਹਾਲਾਤ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ ?
ਜਵਾਬ :-
ਹਾਂ ਜਾਂ ਨਾਂਹ ਵਿੱਚ ਦੱਸੋ
ਤੁਸੀਂ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੁਆਬ ਈਮੇਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ preetnamausa@gmail.com

ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਇਲਾਜ: ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਮਿਲੇਗੀ ਰੈਮਡੇਸੋਵੀਅਰ ਤੇ ਇਸ ਨੇ ਕਿੰਨੀ ਉਮੀਦ ਜਗਾਈ



ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, ਅਮਰੀਕਾ ਨੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਰੈਮਡੇਸੋਵੀਅਰ ਨਾਂਅ ਦੀ ਦਵਾਈ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਗੱਲ ਦੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਸਬੂਤ ਮਿਲੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਦਵਾਈ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਖ਼ਬਰ ਦੇ ਨਸ਼ਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀਰਵਾਰ ਨੂੰ ਭਾਰਤੀ ਸਿਹਤ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦੀ ਪ੍ਰੈਸ ਕਾਨਫਰੰਸ 'ਚ ਵੀ ਇਸ ਦਵਾਈ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਰੈਮਡੇਸੋਵੀਅਰ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਆਸ ਦੀ ਕਿਰਨ ਤਾਂ ਖੋਲੀ ਹੈ ਪਰ ਸਿਹਤ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦੇ ਸੰਯੁਕਤ ਸਕੱਤਰ ਲਵ ਅਗਰਵਾਲ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ 'ਤੇ ਅੱਗੇ ਹੋਰ ਕੁਝ ਵੀ ਕਹਿਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫਿਲਹਾਲ ਬੌਝਾ ਰੁਕਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ, “ਰੈਮਡੇਸੋਵੀਅਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤਮਾਮ ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰੋਟੋਕੋਲ 'ਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿੱਚ ਪਰਖਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਅਜੇ ਤੱਕ ਕੋਈ ਤੈਅ ਇਲਾਜ ਜਾਂ ਪ੍ਰੋਟੋਕੋਲ ਨਹੀਂ ਅਪਣਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ।”

ਰੈਮਡੇਸੋਵੀਅਰ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਧਿਐਨਾਂ 'ਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਹਾਲ ਵਿੱਚ ਹੀ ਛਪਿਆ ਹਨ। ਅਧਿਐਨ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਾਬਿਤ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਕਿ ਦਵਾਈ 100 ਫੀਸਦ ਮਦਦਗਾਰ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਸੀਂ ਹੋਰ ਸਬੂਤਾਂ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮਿਲੇਗੀ ਇਹ ਦਵਾਈ ਜੇਕਰ ਰੈਮਡੇਸੋਵੀਅਰ ਦਵਾਈ ਜਾਂਚ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਅੱਗੇ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਇਹ ਦਵਾਈ ਕਿਵੇਂ ਪਹੁੰਚੇਗੀ? ਆਈਸੀਐਮਆਰ ਦੇ ਜਾਣਕਾਰਾਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਭਾਰਤੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਉੱਤੇ ਇਸ ਦਵਾਈ ਦਾ ਅਸਰ ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਕਿਤੇ ਕੋਈ ਨੇਗੇਟਿਵ ਪ੍ਰਭਾਵ

ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਪੈ ਰਿਹਾ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਦੇਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਵੀਂ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਡਰੱਗਸ ਕੰਟਰੋਲਰ ਜਨਰਲ ਆਫ ਇੰਡੀਆ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਉਹ ਆਈਸੀਐਮਆਰ ਨਾਲ ਤਕਨੀਕੀ ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਤੈਅ ਕਾਨੂੰਨ ਤਹਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਈਸੀਐਮਆਰ ਮੁਤਾਬਕ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਭਾਲ ਲਈ 300 ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਸਟੱਡੀਜ਼ ਚੱਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕਈ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟ੍ਰਾਇਲ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਦਵਾਈ ਦੀ ਟ੍ਰਾਇਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਅਮਰੀਕੀ ਕੰਪਨੀ ਰੈਮਡੇਸੋਵੀਅਰ ਇੱਕ ਐਂਟੀਵਾਇਰਲ ਦਵਾਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਥੋਲਾ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦਵਾਈ ਦਾ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਇਲਾਜ ਵੱਜੋਂ ਪ੍ਰੀਖਣ ਗਿਲਿਏਡ ਨਾਂਅ ਦੀ ਕੰਪਨੀ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਖੋਜ ਸੰਸਥਾ ਸੀਐਸਆਈਆਰ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਡਾ. ਸ਼ੋਖਰ ਮਾਂਡੇ ਨੇ ਦੱਸਿਆ, “ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਇਹ ਦਵਾਈ ਕਿਵੇਂ ਆਵੇਗੀ, ਇਹ ਸਭ ਕੰਪਨੀ ਦੀ ਵਪਾਰਕ ਰਣਨੀਤੀ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।” “ਕੰਪਨੀ ਕੋਲ 2-3 ਬਦਲ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਉਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਲੈਣੀ ਪਵੇਗੀ। ਪਰ ਇਹ ਮੁੱਕਮਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗਿਲਿਏਡ ਕੰਪਨੀ ਦਾ ਅੰਦਰੂਨੀ ਮਾਮਲਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਿਆਵੇਗੀ।” ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਹਾਈਡਰੋਕਲੋਰੋਕਵਿਨ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਅਮਰੀਕੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਡੋਨਲਡ ਟਰੰਪ ਨੇ ਸਿੱਧਾ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਸੀ ਤੇ ਦਵਾਈ ਮੰਗਵਾ ਲਈ ਸੀ। ਤਾਂ ਕੀ ਭਾਰਤ ਵੀ ਅਮਰੀਕਾ ਵਾਂਗ ਸਿੱਧਾ ਸੰਪਰਕ ਸਾਧ ਕੇ ਦਵਾਈ ਨਹੀਂ

ਮੰਗਵਾ ਸਕਦਾ? ਇਸ ਬਾਰੇ ਡਾ. ਸ਼ੋਖਰ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਵੱਖਰੇ ਮਾਮਲੇ ਹਨ। “ਹਾਈਡਰੋਕਲੋਰੋਕਵਿਨ ਬਹੁਤ ਪੁਰਾਣੀ ਦਵਾਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਕੋਈ ਪੇਟੇਂਟ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪਰ ਰੈਮਡੇਸੋਵੀਅਰ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਦਵਾਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਪੇਟੇਂਟ ਵੀ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਹਾਈਡਰੋਕਲੋਰੋਕਵਿਨ ਜੈਨੇਰਿਕ ਕੰਪਨੀ ਬਣਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਵੇਚ ਸਕਦੀ ਹੈ।” “ਪਰ ਇਹ ਦਵਾਈ ਗਿਲਿਏਡ ਕੰਪਨੀ ਦੀ ਮਾਲਕੀਅਤ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਕੰਪਨੀ ਹੀ ਤੈਅ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਕੌਣ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੌਣ ਵੇਚ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਦੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਰੈਮਡੇਸੋਵੀਅਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਮਰੱਥ ਜੇਕਰ ਰੈਮਡੇਸੋਵੀਅਰ ਜਾਂਚ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜ਼ਾਹਰ ਹੈ ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੇ ਦੇਸ ਇਸ ਨੂੰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁਣਗੇ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਇਹ ਕੰਪਨੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਥਾਨਕ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੂੰ ਪੇਟੇਂਟ ਦੇ ਕੇ, ਉੱਥੇ ਦਵਾਈ ਬਣਵਾ ਸਕੇ। ਡਾ. ਸ਼ੋਖਰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੰਪਨੀ ਦੀ ਇਹ ਰਣਨੀਤੀ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਵੇਗੀ ਕਿ ਉਹ ਭਾਰਤੀ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਭਾਰਤੀ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਬਹੁਤ ਚੰਗੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅਮਰੀਕੀ ਕੰਪਨੀ ਕੁਝ ਭਾਰਤੀ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੂੰ ਪੇਟੇਂਟ ਦੇਣਾ ਚਾਵੇ ਤਾਂ ਵੱਡੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਦਵਾਈ ਬਣਾ ਲੈਣਗੀਆਂ। ਇਸ ਲਈ ਗਿਲਿਏਡ ਕੰਪਨੀ ਦੀ ਰਣਨੀਤੀ 'ਤੇ ਹੀ ਸਭ ਕੁਝ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤੀ ਡਰੱਗ ਨਿਰਮਾਤਾ ਐੱਸਸੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਸਕੱਤਰ ਜਨਰਲ ਧਾਰਾ ਪਟੇਲ ਅਨੁਸਾਰ, ਰੈਮਡੇਸੋਵੀਅਰ ਦਵਾਈ ਦਾ ਪੇਟੇਂਟ 2035 ਤੱਕ ਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਭਾਰਤ ਦੀਆਂ ਤਿੰਨ ਦਵਾਈ ਨਿਰਮਾਤਾ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਇਸ 'ਤੇ ਟਿਕੀ ਹੋਈ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਰੈਮਡੇਸੋਵੀਅਰ ਦਵਾਈ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਭਾਰਤੀ ਕੰਪਨੀਆਂ ਗਿਲਿਏਡ ਕੰਪਨੀ ਨਾਲ ਸਮਝੌਤਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਧਾਰਾ ਪਟੇਲ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਸਰਕਾਰ ਦੇਖੇਗੀ ਕਿ, ਕੀ ਇਹ ਕੰਪਨੀਆਂ ਕਿਫਾਇਤੀ ਮੁੱਲ 'ਤੇ ਇਹ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹਨ, ਤਾਂ ਹੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਲਾਈਸੈਂਸ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਉਤਪਾਦ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਰਾਸ਼ਟਰ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੇਸ ਕੋਲ ਲਾਜ਼ਮੀ ਲਾਈਸੈਂਸ ਦੇਣ ਦਾ ਪੂਰਾ ਹੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੀਬੀਸੀ ਦੇ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਪੱਤਰਕਾਰ ਜੇਮਸ ਗੋਲਾਘਰ ਦੀ

ਕਿਥੇ ਆਈ ਹੈ ਇਹ ਦਵਾਈ?

ਦਰਅਸਲ ਇਹ ਦਵਾਈ ਇਥੋਲਾ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਇਹ ਇੱਕ ਐਂਟੀਵਾਇਰਲ ਦਵਾਈ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਵਾਇਰਸ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਵਰਗੇ ਹੋਰ ਵਾਇਰਸ ਯਾਨਿ ਕਿ ਆਪਣੇ ਰੇਪਲੀਕੇਟ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਲਈ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਇੱਕ ਐਂਜਾਇਮ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਵਾਈ ਐਂਜਾਇਮ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਕੇ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਦੇ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਰੋੜਾ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦਵਾਈ ਦਾ ਪ੍ਰੀਖਣ ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਐਲਰਜੀ ਅਤੇ ਲਾਗ ਵਾਲੀ ਰੋਗ ਸੰਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਟ੍ਰਾਇਲ ਵਿੱਚ 1063 ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦਵਾਈ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਤੇ ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਪੈਲੇਸਿਬੋ ਦਿੱਤੀ ਗਈ। ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਪੈਲੇਸਿਬੋ ਤੋਂ ਭਾਵ ਮੈਡੀਕਲ ਗੁਣਾਂ ਰਹਿਤ ਦਵਾਈ ਤੋਂ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਚੀਨੀ ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੂਝ ਰਹੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮੌਤ ਦਰ 11.6% ਸੀ। ਪਰ ਇਹ ਨਤੀਜੇ ਮਦਦਗਾਰ ਸਾਬਤ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਦਵਾਈ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਬਲੋਕ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਦੱਸ ਰਹੇ ਸੀ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਹੁਣ ਇਹ ਰਸਤਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਅਸੀਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਸ ਦਵਾਈ ਦਾ ਕੋਵਿਡ-19 ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮੌਤਾਂ 'ਤੇ ਕੋਈ ਸਪੱਸ਼ਟ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ ਹੈ। ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦਵਾਈ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮੌਤ ਦਰ 8% ਸੀ ਅਤੇ ਉੱਥੇ ਹੀ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪੈਲੇਸਿਬੋ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮੌਤ ਦਰ 11.6% ਸੀ। ਪਰ ਇਹ ਨਤੀਜੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਅਹਿਮ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਵਿਗਿਆਨੀ ਇਹ ਦੱਸਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰਥ ਹਨ ਕਿ ਮੌਤ ਦਰ ਵਿੱਚ ਜੋ ਅੰਤਰ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਮੁਲਕਣ ਸਹੀ ਵੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਵੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸ ਨੂੰ ਲਾਭ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕੀ ਇਹ ਦਵਾਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਬਿਨਾਂ ਦਵਾਈ ਦੇ ਵੀ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ? ਇਹ ਦਵਾਈ ਕਿਸ ਉਮਰ ਵਰਗ ਦੇ ਲੋਕਾਂ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ?

ਕੀ ਇਹ ਦਵਾਈ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਆਈਸੀਯੂ ਤੋਂ ਬਚਾ ਰਹੀ ਹੈ?

ਇਹ ਦਵਾਈ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਜਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ 'ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ? ਜਾਂ ਫਿਰ ਇਹ ਬਿਮਾਰ ਜਾਂ ਸਿਹਤਯਾਬ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸ 'ਤੇ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ? ਕੀ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਹੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਹੋਵੇਗਾ ਜਦੋਂ ਵਿਰਸ ਆਪਣੇ ਸਿਖਰ 'ਤੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ਜਦੋਂ ਇਸ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਮੁੱਕਮਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਤਾਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਣਗੇ ਜਿੱਥੇ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੀ ਮਾਰ ਝੱਲ ਰਹੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਬਚਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਲੋਕਡਾਊਨ ਹਟਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਫਾਇਦੇ ਵੀ ਹੋਣਗੇ। ਲੰਡਨ ਦੇ ਯੂਸੀਐਲ ਕਾਲਜ ਵਿੱਚ ਐਮਆਰਸੀ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟ੍ਰਾਇਲ ਯੂਨਿਟ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਪ੍ਰੋ ਮਹੇਸ਼ ਪਰਮਾਰ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ, “ਇਸ ਦਵਾਈ ਦੇ ਵਿਆਪਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਈ ਤੱਥਾਂ ਦਾ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।” “ਇਸ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਡਾਟਾ ਅਤੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਸ ਡਰੱਗ ਲਈ ਲਾਈਸੈਂਸ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਸਿਹਤ ਮਹਿਕਮਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਵੀ ਇਸ ਦਵਾਈ ਸਬੰਧੀ ਮੁਲਕਣ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜਿਸ ਸਮੇਂ ਇਹ ਅਧਿਐਨ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਟ੍ਰਾਇਲ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਟ੍ਰਾਇਲਜ਼ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਡਾਟਾ ਹਾਸਲ ਹੋਵੇਗਾ। ਜਿਸ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਇਹ ਤੈਅ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇਗਾ ਕਿ ਇਹ ਦਵਾਈ ਕੋਵਿਡ-19 ਨੂੰ ਵੀ ਰੋਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।” ਜੇਕਰ ਇੱਕ ਦਵਾਈ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਆਈਸੀਯੂ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਦਾ ਬੋਝ ਘੱਟ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਲਾਕਡਾਊਨ ਦੌਰਾਨ ਭਾਰਤ 'ਚ ਫਸੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਪਹੁੰਚੇ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ : ਦੁਨੀਆ ਭਰ 'ਚ ਅਜਿਹੇ ਕਈ ਲੋਕ ਹਨ ਜੋ ਕੋਰੋਨਾ ਕਰਕੇ ਲੋਕਡਾਊਨ ਦੇ ਚਲਦਿਆਂ ਘਰਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋਰਨਾਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਫਸੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੇ ਵੀ ਕਈ ਨਾਗਰਿਕ ਭਾਰਤ 'ਚ ਹਨ। ਅੱਜ ਇਹ ਲੋਕ ਅਟਾਰੀ ਵਾਹਗਾ ਸਰਹੱਦ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਪਰਤ ਗਏ ਹਨ। 193 ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਨਾਗਰਿਕ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਵਾਪਿਸ ਗਏ ਹਨ। ਏਬੀਪੀ ਸਾਂਝਾ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਿਆਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹ ਭਾਰਤ 'ਚ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਉਤਪਾਦ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਰਾਸ਼ਟਰ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੇਸ ਕੋਲ ਲਾਜ਼ਮੀ ਲਾਈਸੈਂਸ ਦੇਣ ਦਾ ਪੂਰਾ ਹੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੀਬੀਸੀ ਦੇ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਪੱਤਰਕਾਰ ਜੇਮਸ ਗੋਲਾਘਰ ਦੀ

ਸਕਦਾ। ਅੱਜ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਪਰਤਣ ਵਾਲੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਹਿੰਦੂ ਸ਼ਰਧਾਲੂ ਵੀ ਸੀ ਜੋ ਆਪਣੇ ਪਾਰਮਿਕ ਸਥਾਨਾਂ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਦੇ ਲਈ ਭਾਰਤ ਪਹੁੰਚੇ ਸੀ। ਅੱਜ ਅਟਾਰੀ ਵਿਖੇ ਪਹੁੰਚੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਮੁੰਬਈ, ਅਹਿਮਦਾਬਾਦ, ਰਾਜਸਥਾਨ, ਦਿੱਲੀ, ਆਗਰਾ ਆਦਿ ਸਥਾਨਾਂ ਤੋਂ ਆਏ ਸਨ ਇਹ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਨਾਗਰਿਕ ਲਗਾਤਾਰ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਅੰਬੈਸੀ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ 'ਚ ਸੀ। ਅੰਬੈਸੀ ਵੱਲੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜ ਮਈ ਨੂੰ ਅਟਾਰੀ ਵਾਹਗਾ ਸਰਹੱਦ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਸੀ ਤਾਂ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਵਾਪਿਸ ਭੇਜਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੇ ਕੋਲ ਵੀਜ਼ਾ ਵੀ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਨਲਾਈਨ ਵੀਜ਼ੇ ਦੀ ਮਿਆਦ ਵੀ ਵਧਾਉਣੀ ਪਈ। ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਭਾਰਤ 'ਚ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਆਈ ਤੇ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਸਹੂਲਤ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਭਾਰਤੀ ਹਕੂਮਤ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰਗੁਜ਼ਾਰ ਹਨ।



ਨਾਮਧਾਰੀ ਸਿੱਖ ਸੰਗਤ ਨਿਊਯਾਰਕ (ਅਮਰੀਕਾ) ਵੱਲੋਂ ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਵਾਸਤੇ ਲੰਗਰ ਦਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਪ੍ਰਬੰਧ



ਨਿਊਯਾਰਕ : ਨਾਮਧਾਰੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਉਦੇ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਪਾਠ ਕਰੋ ਨਾਮ ਜਪੋ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰਤਮੰਦਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ ਜੋ ਇਸ ਵਕਤ ਦੇ ਭਿਆਨਕ ਸਮੇਂ ਦੀ ਅਹਿਮ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ । ਨਾਮਧਾਰੀ ਸਿੱਖ ਸੰਗਤ ਨਿਊਯਾਰਕ (ਅਮਰੀਕਾ) ਵੱਲੋਂ ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਵਾਸਤੇ ਲੰਗਰ ਨਾਸ਼ਤੇ ਅਤੇ ਡਿਨਰ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਪਹਿਲੀ ਕਤਾਰ ਦੇ ਜੋ ਕਰੋਨਾ ਦੀ ਲੜਾਈ ਲੜ ਰਹੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਖਾਣਾ ਫਲ ਅਤੇ ਜਿਵੇ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਕਹਿਣ ਜਿਵੇ ਕਿ ਬਿਰਧ ਆਸ਼ਰਮ , ਪੁਲਿਸ ਸਟੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਚ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਟਿਫਨ ਲੰਚ ਅਤੇ ਡਿਨਰ ਦੀ ਸੇਵਾ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ । ਨਾਮਧਾਰੀ ਸਿੱਖ ਸੰਗਤ ਨਿਊਯਾਰਕ ਨੇ ਕਿਉਨਿੰਜ ਹਸਪਤਾਲ (ਕਿਉਨਿੰਜ), ਜਮਾਇਕਾ ਹਸਪਤਾਲ (ਕਿਉਨਿੰਜ) ਮਉਟ ਸਨਾਈ ਹਸਪਤਾਲ (ਕਿਉਨਿੰਜ) ਸੇਂਟ ਪੈਟਰਿਕਸ ਚਰਚ(ਲੰਗਆਇਸਲੈਂਡ) ਅਤੇ ਹੋਰ ਵੀ ਥਾਂਵਾਂ ਜਿਵੇ ਜਿਵੇ ਮਦਦ ਦੀ ਜਾ ਫੂਡ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਚਰਚ ਜਾ ਬਿਰਧ ਆਸ਼ਰਮ ਵਗੈਰਾ ਚ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪਹੁੰਚਾਏ ਹਨ । ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਸਵਰਨ ਸਿੰਘ ਸਲੈਚ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਮੈਂ ਸ਼ੁਕਰ ਗੁਜ਼ਾਰ ਹਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਉਦੇ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦਾ ਜਿਨਾ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਰਾਹ ਚੱਲਕੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਨਾਲ ਹੀ ਪੰਨਵਾਦ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਸਾਡੇ ਸੇਵਾਦਾਰਾਂ ਦਾ ਜਸਬੀਰ ਸਿੰਘ , ਸੁਦਰਸ਼ਨ ਸਿੰਘ , ਸਰਮੁਖ ਸਿੰਘ , ਰਤਨ ਬਾਂਸਲ , ਰਤਨਸਿੰਘ ਗਗਨ ਸਿੰਘ , ਬੰਤਾ ਸਿੰਘ ,ਵਿਜੇਪਾਲ ਸਿੰਘ . ਜੋ ਜੋ ਸਜਣਾ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਉਪਰਾਲੇ ਦੇ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਭੇਜੀ ਹੈ , ਲੰਗਰ ਬਣਾਨ ਚ ਸੇਵਾ ਨਿਭਾਈ ਹੈ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸਭ ਦਾ ਭਲਾ ਕਰੋ !

ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ: ਲੋਕਡਾਊਨ ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਮਗਰੋਂ ਵੁਹਾਨ ਸਮੇਤ ਸਾਰਾ ਚੀਨ ਮੁੜ ਕੰਮ 'ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਪਰਤਿਆ



ਇਸ ਸਮੇਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਲੋਕ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਕਰਕੇ ਇਕਾਤਵਾਸ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹਨ। ਪਰ ਚੀਨ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਲੋਕਡਾਊਨ ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਮਗਰੋਂ ਵਾਪਸ ਕੰਮ 'ਤੇ ਜਾਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਕਿਵੇਂ ਲੱਗ ਰਹੀ ਹੈ ਇੱਥੇ ਮੁੜ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਆਮ ਜ਼ਿੰਦਗੀ? ਜਦੋਂ ਗਾਓ ਟਿੰਗ ਨਵਾਂ ਸਾਲ ਮਨਾਉਣ ਲਈ ਵੁਹਾਨ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਜੱਦੀ ਸ਼ਹਿਰ ਗਈ ਸੀ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਤੇ ਵਧੀਆ ਪਕਵਾਨ ਖਾਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਉਤੇਜਿਤ ਸੀ। ਉਹ ਯਾਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਵੇਲੇ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਮਾਸਕ ਨਹੀਂ ਸੀ ਪਾਉਂਦੇ। ਉਹ ਵੀ ਮਾਸਕ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦੀ ਸੀ। ਵੁਹਾਨ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਗਾਓ ਲੋਕਡਾਊਨ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਆਪਣੇ ਘਰ ਲਈ ਨਿਕਲੀ ਸੀ। ਇਹ ਲੋਕਡਾਊਨ 23 ਜਨਵਰੀ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਹੋਇਆ ਸੀ ਤਾਂ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਨਾਂ ਦੇ ਖਤਰਨਾਕ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। 34 ਸਾਲਾ ਗਾਓ ਨੂੰ 68 ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਪਿਆ। ਉਹ ਵੁਹਾਨ ਤੋਂ 300 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦੂਰ ਪੱਛਮੀ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਪੈਂਦੇ ਇਚਾਂਗ ਨਾਂ ਦੇ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਕੁਲ ਆਬਾਦੀ 40 ਲੱਖ ਹੈ। ਗਾਓ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਨੋ ਦਿਨ ਘਰ ਅੰਦਰ ਹੀ ਰਹਿਣਾ ਪਿਆ। "ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਿਹਤ ਕਰਮੀ ਸਾਡਾ ਤਾਪਮਾਨ ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਆਉਂਦੇ। ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਇਕੱਠਿਆਂ ਰਹਿਣ ਤੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਾ ਆਇਆ। ਅਸੀਂ ਕੁਲ 8 ਲੋਕ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿ ਰਹੇ ਸੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਭੈਣ ਤੇ ਉਸਦੇ ਸੁਹਰੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਸਨ।" ਦੋ ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ, 29 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਗਾਓ ਕੰਮ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਗਈ। ਗਾਓ ਨੇ ਦੱਸਿਆ, "ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਸਬਵੇਅ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਲੋਕ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਸੀ ਜਿਵੇਂ ਸਭ ਠੀਕ ਹੋਵੇ। ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਫੋਨਾਂ ਵਿੱਚ ਲਗੇ ਹੋਏ ਸਨ।" ਪਰ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਹੋਰ

ਮਾਹੌਲ ਸੀ। ਪੈਸੇ ਦੀ ਕਮੀ ਗਾਓ ਵੁਹਾਨ ਦੀ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਕੰਪਨੀ ਵਿੱਚ ਓਪੇਰੇਸ਼ਨ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਸਦਾ ਦਫ਼ਤਰ ਚੀਨ ਦੇ ਇੱਕ ਮਸ਼ਹੂਰ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਚੁਹੇਨਜੀ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਮਸ਼ਹੂਰ ਬਾਜ਼ਾਰ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਤੇ ਸਥਾਨਕ, ਦੋਵੇਂ ਬ੍ਰੈਂਡ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਪਰ ਇੱਥੇ ਵਪਾਰ ਅਜੇ ਠੰਢਾ ਹੀ ਹੈ। ਗਾਓ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਲਈ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਹਿਸਾਬ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। "2019 ਵਿੱਚ ਇੱਥੇ, ਹਰ ਰੋਜ਼ ਔਸਤ 60,000 ਲੋਕ ਆਉਂਦੇ ਸਨ। ਹੁਣ ਇਹ ਅੰਕੜਾ 10,000 ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ।" ਇਸ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਗਾਓ ਦੀ ਨੌਕਰੀ ਬਹੁਤ ਅੱਖੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ 9 ਵਜੇ ਤੱਕ ਦਫ਼ਤਰ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਲਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਛੁੱਟੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਉਹ ਪੁਰਾਣਾ ਕੰਮ ਮੁਕਾਉਣ ਲਈ ਘਰੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਸਥਾਨਕ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਖ਼ਾਲੀ ਪਈਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। "ਵਪਾਰ ਬਹੁਤ ਵਧਿਆ ਨਹੀਂ ਚਲ ਰਿਹਾ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਪੈਸਿਆਂ ਦੀ ਕਮੀ ਕਰਕੇ ਕਈ ਕੰਪਨੀਆਂ ਕਿਰਾਇਆ ਨਹੀਂ ਦੇ ਪਾ ਰਹੀਆਂ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਦੁਕਾਨਾਂ ਛੱਡ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।" ਉਹ ਵਪਾਰ ਜੋ ਬੰਦ ਨਹੀਂ ਹੋਏ ਸੀ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਫੈਲਣ ਦੇ ਡਰ ਕਰਕੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਰਤਣੀ ਪੈ ਰਹੀ ਹੈ। ਵੁਹਾਨ ਦੇ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਅੰਦਰ ਬੈਠ ਕੇ ਖਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ਤੇ ਇਹ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ 7 ਵਜੇ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਗਾਓ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਦੁਪਹਿਰ ਤੇ ਰਾਤ ਦਾ ਭੋਜਨ ਪੈਕ ਹੋ ਕੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਦਫ਼ਤਰ ਦੇ ਨਵੇਂ ਨਿਯਮ ਫਰਵਰੀ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮੇਂ ਲਈ, ਚੀਨ ਵਿੱਚ ਲੱਖਾਂ ਕਰਮਚਾਰੀ ਘਰੋਂ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ, ਜੋ ਕਿ ਬਹੁਤਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਤਜਰਬਾ ਸੀ। ਹੁਣ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਲੋਕ ਦਫ਼ਤਰ ਵਾਪਸ ਆ ਗਏ ਹਨ। ਘੱਟ ਆਰਥਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਕੇ ਆਰਥਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਕੁਝ ਕੰਪਨੀਆਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਤਨਖ਼ਾਹ ਘਟਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਗਾਓ ਟਿੰਗ ਵਰਗੇ ਲੋਕ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮੇਂ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਵਾਪਸ ਪੱਟੜੀ 'ਤੇ ਆ ਜਾਵੇ। ਚੀਨ ਦੇ ਸਥਾਨਕ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ 2.5 ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਛੁੱਟੀ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਪੁਰਬੀ ਚੀਨ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੂਬੇ ਨੇ ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਨਵੇਂ ਉਪਾਅ ਸਵੈਇੱਛੁਕ ਹਨ ਅਤੇ ਕੰਪਨੀਆਂ ਚੁਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਹੋਰ ਸੂਬਿਆਂ ਜਿਵੇਂ ਹੇਬੇਈ, ਗਾਨਸੂ ਅਤੇ ਝੇਂਜਿਆਂਗ ਨੇ ਵੀ 2.5 ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਛੁੱਟੀ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਆਰਥਿਕਤਾ ਠੀਕ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਦੂਜੀ ਵਾਰ ਲਾਗੂ ਫੈਲਣ ਦਾ ਡਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਅਜੇ ਵੀ ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੇ ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਅਧਿਕਾਰੀ ਲਾਗੂ ਦੇ ਦੂਜੀ ਵਾਰ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਚਿੰਤਤ ਹਨ। ਅਜੇ ਵੀ ਕਈ ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਅਤੇ ਆਪਾਰਟਮੈਂਟਾਂ ਵਿੱਚ ਦਾਖ਼ਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਚੈੱਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। 26 ਸਾਲਾ ਅਮਲ ਲਿਉ ਦੱਖਣੀ ਸ਼ੇਨਜ਼ੇਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਸਰਕਾਰੀ ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਸਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਨੂੰ ਮਾਸਕ ਪਾਉਣਾ ਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਸਟੈਂਸਿੰਗ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਹ ਦੱਸਦੀ ਹੈ, "ਕੰਟੀਨ ਵਿੱਚ, ਸਾਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਬੈਠਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।" ਲਿਉ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕੁਝ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਲੋਕ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਉਹ ਕੰਮ ਲਈ ਗੱਲ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਹੁਣ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਲੱਗੇ ਲੋਕਡਾਊਨ ਕਰਕੇ ਕੰਮ 'ਤੇ ਪੈ ਰਹੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਲਿਉ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ, "ਮੈਨੂੰ ਘਰ ਤੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਮੈਂ ਘਰੋਂ ਓਨੀ ਕੁਸ਼ਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਪਾਉਂਦੀ, ਜਿੰਨੀ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀ ਹਾਂ।" 25 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਏਰੀਅਲ ਜ਼ੋਂਗ ਗੁਆਂਗਜ਼ੂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਚੀਨੀ ਵੀਡੀਓ ਗੇਮ ਕੰਪਨੀ, ਹੂ ਯੇ, ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ੋਂਗ ਮੈਕਸੀਕੋ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਸੀ। ਉਹ ਏਸ਼ੀਆ ਅਤੇ ਲਾਤੀਨੀ ਅਮਰੀਕਾ ਦਰਮਿਆਨ ਨਿਯਮਤ ਯਾਤਰਾ ਵੀ ਕਰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ। ਪਰ ਮਾਰਚ ਦੇ ਅਖੀਰ ਵਿੱਚ ਉਹ ਚੀਨ ਵਾਪਸ ਘਰ ਆ ਗਈ। ਉਸਦੀ ਵਾਪਸੀ ਤੇ ਉਸਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕ ਹੋਟਲ ਵਿੱਚ ਕੁਆਰੰਟੀਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਅਤੇ ਫਿਰ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਲਈ ਉਸ ਨੇ ਘਰ ਤੋਂ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। 15 ਅਪ੍ਰੈਲ ਤੋਂ ਉਹ ਦਫ਼ਤਰ ਵਾਪਸ ਆ ਗਈ।



ਕੋਵਿਡ -19 ਨਾਲ ਬਦਲ ਜਾਵੇਗੀ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ

ਕੋਵਿਡ ਇਹ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਸ਼ਬਦ ਹੈ ਜੋ ਹਰ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਆਮ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅੱਜ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਨੇ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਡਰ ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਫੈਲਣ ਨਾਲ ਹਰ ਇਨਸਾਨ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਆ ਸਕਦਾ। ਲੋਕ ਏਨਾ ਡਰ ਗਏ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਡਰ ਕੇ ਘਰਾਂ ਅੰਦਰ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਨੇ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਹਿਲਾ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮ-ਪੌਦੇ ਬੰਦ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਸਕੂਲ, ਕਾਲਜ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ, ਟਿਊਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ, ਬਿਊਟੀ ਪਾਰਲਰ, ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਹਰ ਪੰਦਾ ਆਪਣੀ-ਆਪਣੀ ਜਗਾ ਤੇ ਖੜਾ ਹੋ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਨਾਲ ਅਮੀਰ, ਗਰੀਬ ਨੂੰ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਠਾ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਹਰ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਖਰੀਦਣ ਵਿੱਚ ਭਾਵੇਂ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਆਈਆਂ ਪਰ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਤੇ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਜ਼ਰੂਰਤ ਦੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਘਰਾਂ ਤੱਕ ਪੁੱਜੇਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਦੁਕਾਨਦਾਰਾਂ, ਸ਼ਬਜੀ, ਫਲ, ਮੈਡੀਕਲ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਲਈ ਪਾਸ ਜਾਰੀ ਕਰਕੇ ਇਹਨਾਂ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਨਿਰੰਤਰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਦੇਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਇਸ ਸਮੇਂ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਨੇ ਬਦਲ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਫਾਲਤੂ ਵਸਤੂਆਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਲੱਗੀ ਦੋੜ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਸਬੂਤ ਸੀ ਕਿ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਉਸ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਮਹੱਤਤਾ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੀਆਂ। ਮਹੱਤਤਾ ਤਾਂ ਸਿਰਫ ਦੋ ਰੋਟੀਆਂ ਤੇ ਇੱਕ ਬਿਸਤਰ ਸੈਂਟ ਲਈ ਚਾਹੀਦਾ ਸੀ। ਪਰ ਉਹ ਤਾਂ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਉਹਨਾਂ ਵਸਤੂਆਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਦੌੜ ਕੇ ਆਪਣੀ ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਵਿੱਚ ਖਤਮ ਕਰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਨੇ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਸਬਕ ਸਿਖਾਇਆ ਹੈ। ਇਨਸਾਨ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ, ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਤੇ ਉਸਦੇ ਜਿੰਦਗੀ ਜਿਊਣ ਦਾ ਢੰਗ ਹੀ ਬਦਲ ਗਿਆ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਆਪਣੇ ਸਾਧੂ, ਸੰਤਾਂ, ਮਹਾਤਮਾ, ਪੀਰਾਂ, ਫਕੀਰਾਂ

ਗੁਰੂਆਂ ਦੀ ਜਿੰਨਾਂ ਨੇ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਲਿਆ ਤੇ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਏਕਤਾ, ਸ਼ਾਂਤੀ, ਪਿਆਰ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ। ਸੋਚਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਗੁਰੂ ਨੇ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਨਹੀਂ ਲਿਆ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਤਰਾਂ ਦੀ ਆਪਣੇ ਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਨਾਂ ਤੇ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਦੀ ਰਜਿਸਟਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰਾਈ ਉਹਨਾਂ ਆਤਮਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਉਸ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਮਿਲੇ ਹੋਏ ਸਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਓਟ ਸਦੇਵ ਉਸ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਲੱਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਸੀ। ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਇਸ ਸਮਾਜ ਨਾਲੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਅੱਜ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਬੰਬ, ਮਿਜ਼ਾਇਲਾਂ, ਗੋਲਾ ਬਾਰੂਦ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ ਤੇ ਪੈਸਾ ਇਸ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ਟ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਆਤਮਿਕ ਸ਼ਾਂਤੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ ਪਰ ਹਰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲੋਂ ਅੱਗੇ ਲੰਘਣ ਦੀ ਹੋੜ ਨੇ ਧਰਤੀ ਤੇ ਗੋਲਾ ਬਾਰੂਦ ਦਾ ਢੇਰ ਇੱਕਠਾ ਕਰਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਜਨਤਾ ਦਾ ਭਲਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਪਰ ਉਸ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਦਾ ਪੈਸਾ ਇਸ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ

ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਨਸਾਨ ਨੇ ਜੰਗਲੀ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਜਿਸ ਨਾਲ ਕਈ-ਕਈ ਜੰਗਲੀ ਜੀਵਾਂ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਜਾਤੀਆਂ ਨਸ਼ਟ ਹੋਣ ਤੇ ਆ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਇੰਨਟਰਨੈਟ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੇ ਕਈ ਪੰਛੀਆਂ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਜਾਤੀਆਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਕਈ ਪੰਛੀ ਲੋਪ ਹੋ ਕੇ ਰਹਿ ਗਏ ਹਨ। ਜਿੰਨਾਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਅੱਜ ਆਪਣੀ ਨੌਜਵਾਨ ਪੀੜ੍ਹੀ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਤੇ ਸਿਰਫ ਤਸ਼ਵੀਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਪੰਛੀਆਂ ਦੀਆਂ ਯਾਦਾਂ ਦਿਖਾ ਕੇ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਡੇ ਗੁਰੂਆਂ ਪੀਰਾਂ ਨੇ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਸਾਦਾ ਖਾਣਾ, ਸਾਦਾ ਜੀਵਨ ਜਿਓਣ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਪਰ ਇਨਸਾਨ ਨੇ ਇਸ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮੁੱਠੀ ਵਿੱਚ ਕੈਦ ਕਰਨ ਦੀ ਖਾਤਿਰ ਬਿਨਾਂ ਆਰਾਮ ਕੀਤੇ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ ਬਿਨਾਂ ਮਤਲਬ ਬੇਕਾਰ ਵਸਤੂਆਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਦੋੜਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਭਾਵੇਂ ਅੱਜ ਭਾਰਤ ਅੰਦਰ ਲੋਕਡਾਊਨ ਨੂੰ ਕਰੀਬ 50 ਦਿਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਾਰੀ ਸ਼ਿਸ਼ਟੀ ਤੇ ਹਰ ਵਸਤੂ ਆਪਣੀ ਆਪਣੀ ਜਗਾਂ ਤੇ ਖੜੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਸ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੀ

ਵੱਡੀ ਰਜ਼ਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਦੀ ਸੋਟੀ ਅੰਦਰ ਆਵਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਪਰ ਉਸ ਦੀ ਸੋਟੀ ਅੰਦਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਗੁਰੂਆਂ ਤੇ ਪ੍ਰੇਰਨਾਂ ਲੈ ਕੇ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਮਨਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਕਰ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਆ ਕੇ ਸਿਰਫ ਰੱਬ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਕਰਕੇ ਉਸ ਦੀ ਓਟ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਆਪ ਸੁਆਰਿਆ ਹੈ। ਫਿਰ ਮੋਹ ਮਾਇਆ ਦੇ ਜਾਲ ਅੰਦਰ ਫਸਿਆਂ ਇਹ ਇਨਸਾਨ ਆਪਣੇ ਗੁਰੂਆਂ ਪੀਰਾਂ, ਫਕੀਰਾਂ ਦੇ ਦਿਖਾਏ ਮਾਰਗ ਤੇ ਚੱਲ ਕੇ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਸਫਲ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਦੇਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਸਾਡੇ ਗੁਰੂਆਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਕਾਲ ਅੰਦਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਕੂਲ ਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਤੇ ਇਸ ਧਰਤੀ ਦਾ ਟੁਕੜਾ ਆਪਣੇ ਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਨਾਮ ਤੇ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਾਇਆ। ਲੇਕਿਨ ਅੱਜ ਦਾ ਇਨਸਾਨ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਇਨਸਾਨ ਬਣਨ ਦੀ ਖਾਤਿਰ ਦੂਸਰੇ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਦਾ ਹਰ ਸਮਾਨ ਲੈ ਕੇ ਹਰ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਹੀ ਸਰਕਾਰਾਂ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਬੰਬ, ਐਟਮ

ਬੰਬ, ਮਿਜ਼ਾਇਲ, ਗੋਲਾ ਬਾਰੂਦ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਖਾਤਿਰ ਉਹ ਅਰਬਾਂ-ਖਰਬਾਂ ਦਾ ਪੈਸਾ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਖੁਸਹਾਲੀ ਵਿੱਚ ਲਗਾਉਣ ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਹਰ ਇਨਸਾਨ ਕੋਲ ਚੰਗਾ ਘਰ, ਚੰਗਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰ, ਚੰਗੇ ਸਕੂਲ, ਕਾਲਜ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਆਦਿ ਹੋਣਗੀਆਂ ਜਿਸ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦੇਸ਼ ਅੰਦਰ ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਦਾ ਆਲਮ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਫਿਰ ਇਹ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਨਵੀਂ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਜਾਵੇਗਾ। ਹਰ ਧਰਮ ਨੇ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਸਾਦਾ ਖਾਣਾ, ਸਾਦਾ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਨ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਧਰਤੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੇ ਧਰਤੀ ਉੱਪਰ ਦਰਖਤਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਕੇ ਧਰਤੀ ਦੀ ਓਜੈਨ ਪਰਤ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਵੱਡੇ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰੇ। ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਡੀ ਇਹ ਧਰਤੀ ਠੰਢੀ ਅਤੇ ਤਪਿਸ਼ ਰਹਿਤ ਰਹੇਗੀ। ਪਰ ਇਨਸਾਨ ਦਿਨ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਨ ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਦਰਖਤਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ ਤੇ ਕਰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਧਰਤੀ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਕਈ ਗੁਣਾਂ ਵੱਧ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ। ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਪਾਣੀ ਵੀ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ ਤੇ ਖਤਮ ਹੁੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ



ਮੁਸਕਾਨ ਮਲਹੋਤਰਾ
8872197350

ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਸਾਨੂੰ ਪਾਣੀ ਲਈ ਵੀ ਤਰਸਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਅੱਜ ਪਾਣੀ ਦੇ ਘਟਨ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਬੋਤਲਾਂ ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਪ੍ਰਤੀ ਸੁਚੇਤ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਨਦੀਆਂ, ਨਾਲਿਆਂ, ਸਮੁੰਦਰ ਦਾ ਪਾਣੀ ਅਸੀਂ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਗੰਦਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਗੰਗਾ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਘਰ ਨੂੰ ਪਵਿੱਤਰ ਕਰਦੇ ਸੀ। ਉਹ ਗੰਗਾ ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਪਾਣੀ ਹੀ ਇਨਸਾਨ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸੁਆਰਥ ਕਰਕੇ ਗੰਦਾ ਕਰਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਜੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਬਦਲਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਇਹ ਸਬਕ ਲੈਣਾ ਪਵੇਗਾ ਕਿ ਹੁਣ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਸੈਲੀ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸ਼ਿਮਰਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਤੇ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਬਤੀਤ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਘਰਾਂ ਅੰਦਰ ਰਹਿ ਕੇ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਵੱਧ ਤੇ ਵੱਧ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤਣੀਆਂ ਪੈਣਗੀਆਂ। ਆਉਂਦੀ ਇਸ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਸਾਰੇ ਇੱਕ ਜੁੱਟ ਹੋਈਏ ਅਤੇ ਇਹ ਹੰਭਲਾ ਮਾਰੀਏ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਆਪਣੀ ਵਿਅਸਥ ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਸੁਖੀ ਤੇ ਸੁਖਾਲਾ ਬਣਾਈਏ ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚ ਕੇ ਘਰਾਂ ਅੰਦਰ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਸਾਦਾ ਤੇ ਚੰਗਾ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰੀਏ। ਇਹ ਜ਼ਰੂਰ ਹੈ ਕਿ ਕੋਵਿਡ ਨੇ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਨਵੀਂ ਦਿਸ਼ਾ



Is it finally working?



Britain's daily coronavirus death toll today rose by 288 - the lowest 24-hour jump since the end of March, as figures show the UK's crisis is continuing to slow down after peaking in mid-April. Health Secretary Matt Hancock tonight announced the total number of victims had reached 28,734, meaning Britain's official toll is Europe's second worst - behind only Italy (28,884). But top statisticians say thousands of British care home victims are still being missed in the official count because the figures only include patients who have tested positive in a laboratory.

Mr Hancock acknowledged that the daily rise was lower 'than at any point since the end of March' but pointed out that the 'reported figures tend to be lower over the weekend so we do expect that number to rise'. During the darkest days of Britain's crisis in mid-April, more than

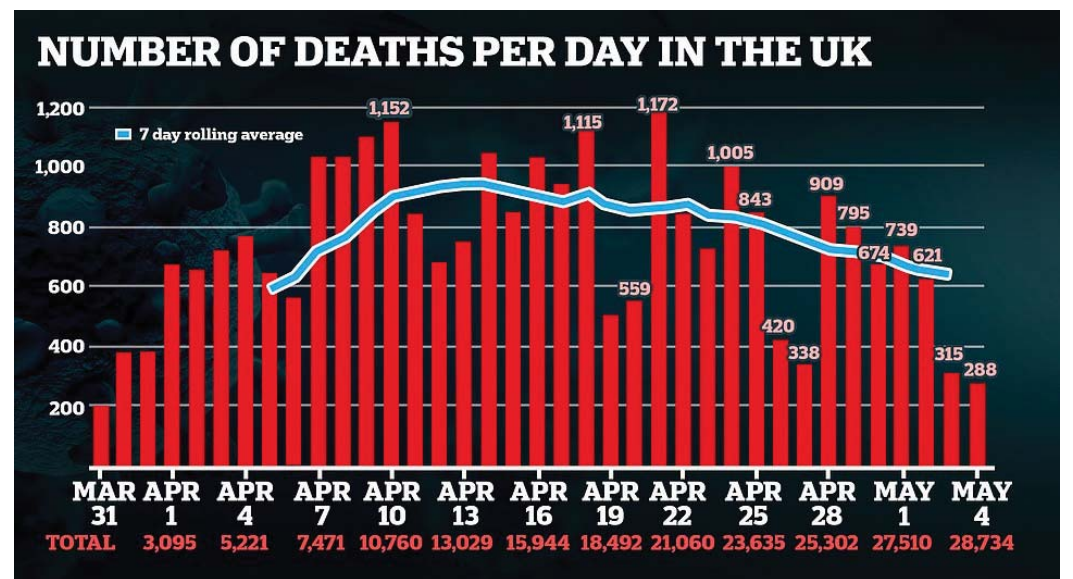
UK announces its LOWEST number of coronavirus daily deaths since March 29 with 288 more fatalities - taking Britain's official count to 28,734 as the path towards claiming the worst rate in Europe slows

1,000 deaths were being announced by the Department of Health each day. The UK has not recorded fewer than 200 deaths a day since March 26, three days after Prime Minister Boris Johnson imposed the draconian lockdown. Britain today announced a further 3,985 cases of the coronavirus, meaning officially 190,000 Britons have been infected since the crisis began. But the true size of the outbreak

is likely to be in the millions because of the controversial decision to abandon a widespread testing regime early on in the outbreak. Setting out Britain's new test, track and trace programme to curb the outbreak even further, Mr Hancock said it would 'hunt down and isolate the virus so it is unable to reproduce'.

It would involve an 'army' of 18,000 human contact tracers and the new

app which is being launched tomorrow as part of a trial in the Isle of Wight. The developments come after it was revealed that England's excess death rate amid the pandemic is the worst in Europe, higher than Italy, Spain and France. Data compiled by officials on the continent shows England's spike in excess deaths has also lasted longer than any of its coronavirus-ravaged neighbours.



New York Times leads the way at 2020 Pulitzers



The New York Times picked up the most awards as the 2020 Pulitzer Prize winners were announced virtually on Monday owing to the coronavirus outbreak. Prize board administrator Dana Canedy declared the winners from her living room via a livestream on YouTube rather than at a ceremony at New York's Columbia University. The Times collected three awards, including for Brian M. Rosenthal's investigative report into New York City's taxi industry that revealed predatory loans that took advantage of vulnerable drivers.

It also won the international reporting prize for a series of stories on Russian President Vladimir Putin's regime. The paper's Nikole Hannah-Jones won best commentary for a personal essay that viewed America's origins through the lens of enslaved Africans. The Pulitzers are generally regarded as the highest honor that US-based journalists and organizations

can receive.

Reuters won the breaking news photography award for pictures of the Hong Kong protests. The Courier-Journal in Lexington, Kentucky won the breaking news reporting prize for its coverage of hundreds of last-minute pardons from Kentucky Governor Matt Bevin. The explanatory reporting prize was awarded to the staff of The Washington Post for a series that showed the effects of extreme temperatures on the planet. The Baltimore Sun took home the local reporting accolade for reporting on a financial relationship between the city's mayor and a public hospital system that her office oversaw. Two organizations won the national reporting award: ProPublica for an investigation into a series of accidents in the US Navy and The Seattle Times for coverage that exposed design flaws in Boeing's 737 Max.

Indian-American attorney Saritha Komatireddy nominated by Trump as US federal court judge

On February 12 this year, US President Trump had announced his intent to nominate Saritha Komatireddy to serve as a United States District Judge for the United States District Court for the Eastern District of New York.

US President Donald Trump on Monday nominated an Indian-American attorney to a federal court in New York. Nominated as the judge of the US District Court for the Eastern District of New York, Saritha Komatireddy, is a prosecutor and teaches law at the Columbia Law School. Trump sent her nomination to the US Senate on Monday, the White House said.

Earlier, she has clerked under the former judge of the same district, Brett Kavanaugh. Komatireddy is currently Deputy Chief of General Crimes in the



United States Attorney's Office for the Eastern District of New York.

Previously she was Acting Deputy Chief, International Narcotics and Money Laundering (June, 2018 - January, 2019) and Computer Hacking and Intellectual Property Coordinator (2016-2019). Upon

graduating from the prestigious Harvard Law School, Komatireddy served as a law clerk to then-Judge Brett Kavanaugh of the United States Court of Appeals for the District of Columbia Circuit.

She also served as counsel to the National Commission on the BP Deepwater Horizon Oil Spill and Offshore Drilling. On February 12 this year, Trump had announced his intent to nominate Komatireddy to serve as a United States District Judge for the United States District Court for the Eastern District of New York.

Trump dismisses report claiming US Covid-19 daily toll could reach 3,000 in June

President Donald Trump and the White House on Tuesday rejected a report suggesting the daily US death toll due to the coronavirus could reach 3,000 in June. The US death toll from the coronavirus was nearing 70,000 on Tuesday, and there were more than 1.2 million confirmed cases. However, several states have started reporting flattening of the curve decline in new cases and death rates. As a result, several states have announced plans to open up their

economy in a phased manner. In its report, Johns Hopkins University projected new coronavirus cases in the US reaching 200,000 daily by June 1 and fatalities around 3,000. "Those projections are with no mitigation. We are doing mitigation," Trump told reporters before boarding Air Force One at Joint Base Andrews on his way to Arizona. In a statement, White House Press Secretary Kayleigh McEnany said that the Johns Hopkins' study being pushed

around by the media as factual is based on faulty assumptions and is in no way representative of any federal government projections. John Hopkins University in a separate statement said that the research conducted by it for Federal Emergency Management Agency (FEMA) was to assist in planning for various scenarios and was not to be used for the official forecast. The New York Times was the first newspaper to report about it on Monday.

Chinese state media labels Pompeo 'evil' for suggesting virus leaked from Wuhan lab



by the Chinese Communist Party ran vicious attacks on Pompeo on Monday, with the Xinhua agency calling him 'one of the worst secretaries of the state in American history'. The attacks came after Pompeo doubled down on his allegations that the COVID-19 virus originated at the Wuhan Institute of Virology during an ABC News interview on Sunday, saying: 'I can tell you that there is a significant amount of evidence that this came from that laboratory in Wuhan.'

China's Global Times penned an editorial which said Pompeo had 'stunned the world with groundless accusations', charging: 'The truth is that Pompeo does not have any evidence, and during Sunday's interview, he was

bluffing.' Since Pompeo said his claims are supported by "enormous evidence", then he should present this so-called evidence to the world, and especially to the American public who he continually tries to fool,' the editorial said. 'Pompeo is indulging in a solo performance that has failed to adhere to the professional standards expected of a chief diplomat. His claims are not supported by scientists or reliable intelligence.' The editorial also accused the US of engaging in 'unprecedented propaganda warfare' and blamed President Donald Trump for 'trying to impede global efforts in fighting the COVID-19 pandemic'. China's state broadcaster

CCTV took aim at Trump's top diplomat in a commentary segment entitled 'Evil Pompeo is wantonly spewing poison and spreading lies'. 'The so-called "virus leaked from a Wuhan lab" hype is a complete and utter lie,' CCTV stated, according to a translation by Al Jazeera. 'American politicians are rushing to shift the blame, cheat votes and suppress China when their own domestic anti-epidemic efforts are a mess.' China has faced broad criticism over its handling of the virus amid a growing consensus that the government suppressed the scale of its early outbreak, thereby limiting the amount of time other nations had to

prepare for their own. A Department of Homeland Security report shared on Sunday revealed US officials believe China 'intentionally concealed the severity' of the outbreak in early January in order to hoard medical supplies. Trump continued to point the finger at Beijing during a virtual town hall meeting hosted by Fox News on Sunday, saying there was enough evidence to prove that President Xi Jinping's regime misled the global community. 'Well, I don't think there's any question about it. We wanted to go in, they didn't want us to go in. Things are coming out that are pretty compelling. I don't think there's any question,' Trump said.

Chinese state media branded US Secretary of State Mike Pompeo 'evil' over his repeated claims that the coronavirus accidentally

leaked from a government lab amid an escalating war of words between Washington and Beijing. News reports from several outlets operated

What's keeping NYC closed for business?

Deaths and infections keep dropping but shortage of hospital beds and tracers will stop city from reopening after May 15th, Cuomo says

New York City is being held up from reopening after the May 15 lockdown by a shortage in hospital and ICU beds, along with a lack in contract tracers to find people infected with the virus, despite steadily declining death and hospitalization rates and Mayor Bill de Blasio heralding the turnaround as 'the day we've been waiting for'.

Governor Andrew Cuomo on Monday revealed a seven point checklist that every region in the state must meet before reopening after the lockdown ends on May 15, and a lack of contact tracers is what holds every area back. Cuomo's statewide shut down order is in place until May 15 but after then, different regions across the state will be able to reopen so long as they have met certain criteria. It includes having 14 day declines in hospitalizations and deaths, having 30 percent of hospital beds and ICU beds free, doing sufficient testing and having enough tracers to track down anyone who may have come into contact with the virus.

New York City meets three of the seven requirements and is held up by the lack of free hospital beds (it has 26 percent rather than 30 percent free), its persistent hospitalization rate, lack of free ICU beds (21 percent as

opposed to 30 percent) and the fact there are not enough tracers. New York City alone needs 2,520 but the hiring portal only launched on Friday and officials will not say whether any have been hired yet. 'The interview process is underway,' a State Department of Health employee told DailyMail.com on Monday afternoon. The tracing program will be overseen by former mayor Mike Bloomberg and his Bloomberg Philanthropies but a spokesman would not comment on it on Monday. On Monday, Mayor Bill de Blasio said that for the first time in weeks, hospitals have enough supplies to get through the next seven days and that the new figures represented 'the kind of day we've been waiting for'. But no non-essential

business is allowed to reopen for another 10 days at least. They will only then be able to resume normal practice once they meet Cuomo's checklist. Some say it is an 'impossible' benchmark and that the city needs to get back to work to revive the economy. Some Republican lawmakers have already called on Cuomo to allow some people to get back to work safely. Assemblywoman Nicole Malliotakis, for example, has written to the state legislature to allow roofers to resume operations, saying that outdoor work - if masks are worn and social distancing applies - is safe. There is growing impatience among residents too.

Some accused Cuomo of 'shackling' the economy and holding the

state 'hostage'. In six parts of the state, the only thing holding them up from reopening is not having sufficient testing and not having sufficient tracing. Those areas - Central New York, Finger Lakes, Mohawk Valley, Northern County and Southern Tier - meet every other requirement.

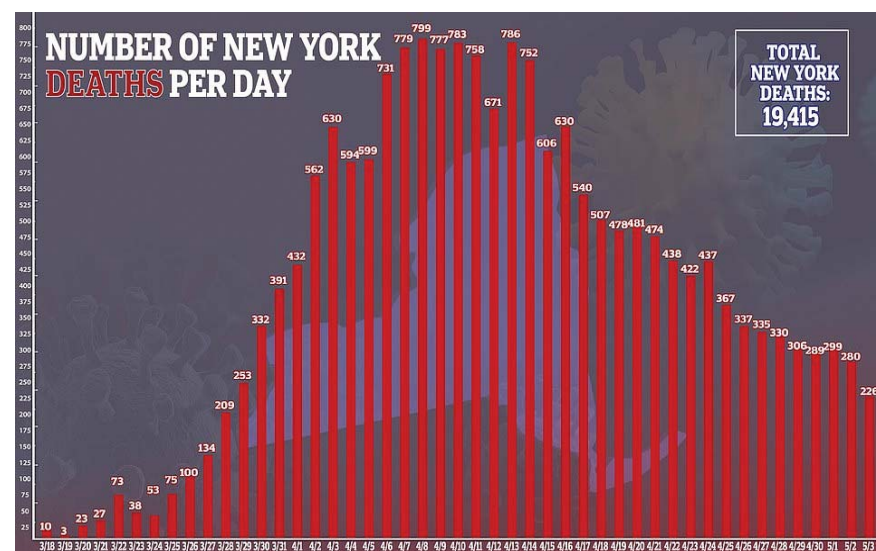
It came as the number of deaths continued to decline. There were 226 deaths on Sunday, bringing the total to 19,415, and 717 new hospitalizations. The total number of infections across the state is now 318,953, 31 percent of the 1,007,310 tested. Six percent of all those who have been diagnosed have died. There were 2, 538 new positive cases found on Sunday which marks a significant decrease

from last week, when more than 4,600 were diagnosed in a single day. The first businesses to reopen will be manufacturing, construction and curbside retail.

The second phase will include professional services, real estate, more retailers, finance and administrative support. The third phase will allow restaurants, accommodation and other food services to reopen. Last to reopen will be arts, education, recreation and entertainment. Cuomo said it was not fair to force some parts of the state that do not have a severe problem to wait for the entire state to be ready, saying: 'If upstate has to wait for downstate to be ready, they're going to be waiting a long time.' The numbers are encouraging but

Cuomo warned they could be a sign of flawed reporting over the weekend and should be treated cautiously.

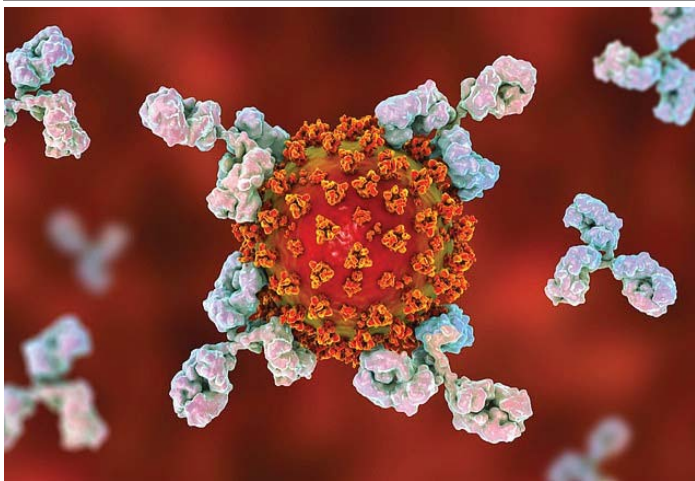
The reopening criteria includes a steady 14 day decline in new cases, deaths and having fewer than two people per 100,000 hospitalized with the virus on a daily basis. Hospitals must keep 30 percent of their beds and 30 percent of their ICU beds clear for COVID-patients and 30 per 1,000 residents must be being tested monthly. The final criteria is to have at least 30 contact tracers per 100,000 residents to trace and isolate new cases. Of the seven requirements, some parts of the state like the Finger Lakes, Central New York and North Country, are already meeting five.



REOPENING REQUIREMENTS

- 14 Day Decline in hospitalizations
- 14 Day Decline in hospital
- 30 tests per 1,000 residents
- 30% hospital beds available (28%)
- 30% of ICU beds available (21%)
- New hospitalizations (under 2 per 100k residents) (5.4)
- 30 tracers per 100k residents (2,520 needed)

Antibody that prevents the COVID-19 virus from infecting living cells is identified by scientists



Scientists say they've discovered an antibody that blocks infection by SARS-CoV-2, the coronavirus behind the current global health crisis. The antibody, known as 47D11, targets the deadly virus's infamous 'spike protein', which it uses to hook onto cells and insert its genetic material. Tests in mice cells showed that 47D11 binds to this protein and prevents it from hooking on – effectively neutralising it. The breakthrough offers hope of a treatment for the

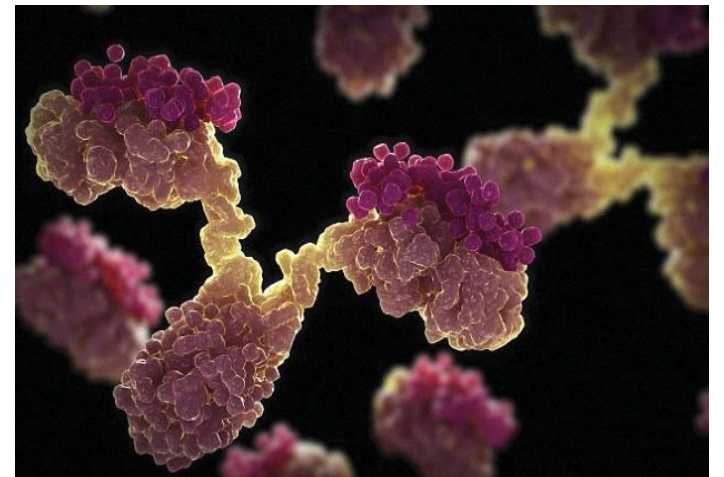
respiratory disease COVID-19, which has killed more than 235,000 people to date. The European research team identified the antibody from 51 cell lines from mice that had been engineered to carry human genes. The antibody targets the novel coronavirus that caused the 2003 SARS outbreak, known as SARS-CoV-1. However, scientists claim that it can also neutralise SARS-CoV-2, which is from the same family of coronaviruses as SARS-CoV-1. 'This research builds on the

work our groups have done in the past on antibodies targeting the SARS-CoV that emerged in 2002/2003,' said co-lead author Professor Berend-Jan Bosch at Utrecht University. 'Using this collection of SARS-CoV antibodies, we identified an antibody that also neutralises infection of SARS-CoV-2 in cultured cells. Such a neutralising antibody has potential to alter the course of infection in the infected host, support virus clearance or protect an uninfected individual that is exposed to the virus.' Dr Bosch added that the antibody's ability to neutralise both strains of SARS-CoV suggests that it may have potential in mitigation of diseases caused by future emerging coronaviruses. SARS-CoV-2, which is responsible for the illness known as COVID-19, is spread through small respiratory droplets from sneezing or coughing. The virus hooks onto a locking

point on human cells to insert its genetic material, makes multiples copies of itself and spreads throughout the body. In the lab, researchers injected mouse cells with a variety of 'spike proteins' of various coronaviruses, including SARS and MERS. The team then isolated 51 neutralising antibodies produced by the mouse cells that target the spike protein – one of which, 47D11, could prevent infection of cells with SARS-CoV-1. The successful antibody, 47D11, binds to an enzyme called ACE2 – which is also present in SARS-CoV-2 – and acts as the virus's 'doorway' to human cells. 'The researchers in this study have developed an antibody that binds to the spike and blocks virus entry into cells,' said Dr Simon Clarke, professor of Cellular Microbiology at University of Reading, who wasn't involved in the study. 'Antibodies like this can be made in the lab instead of purified from people's blood

and could conceivably be used as a treatment for disease, but this has not yet been demonstrated. 'While it's an interesting development, injecting people with antibodies is not without risk and it would need to undergo proper clinical trials.' Although researchers injected mice cells with spike proteins of coronaviruses that cause SARS, MERS and the common cold, they were not injected with SARS-CoV2, the cause of COVID-19. The research was also conducted

in cells outside the animal – known as 'in vitro' – rather than in a live organism – known as 'in vivo'. 'There are several animal models of COVID-19 infection and without having results from any in vivo studies, it is not possible to conclude that the product will be effective in vivo in humans,' said Dr Penny Ward, Visiting Professor in Pharmaceutical Medicine at Kings College London. 'This potential would be greatly enhanced if antiviral effect was observed in an animal model.'



Sleep your way to beating corona

It's a crucial way to boost your immunity and could be a vital weapon in fighting off the virus, says this leading expert



At this time of Covid-19 and the heightened stress that most of us are experiencing, our internal body clocks and ability to sleep may be disrupted just when we most need them to stay healthy. New research has shown that our response to infection changes over the course of each day, and – even more importantly – that sleep disruption can leave our immune system compromised.

In January, before any of us were paying much attention to Covid-19, the National Institutes of Health in the U.S. sponsored a major international meeting on this topic, highlighting the potential clinical use of sleep in regulating our

immunity. The immune system is the body's defence against infections, providing us with multiple layers of protection. The skin's topmost layer consists of dead cells that form a dense physical barrier to resist any invasion. In addition, on the skin's surface are secretions called antimicrobial peptides that can inhibit the growth, and even kill, some bugs that could otherwise cause disease. But bacteria and viruses can remain alive on the skin and can be transferred to less well-protected areas – such as the eyes, nose and lungs, where they can gain entry. Normally, antiseptic tears



kill bugs getting into the eyes, and the mucus membranes that line the nose and lungs produce mucus that traps invaders. In the lungs, tiny hair-like structures move the mucus/bug cocktail up to the upper airway, where it is then swallowed and destroyed by stomach acids. Alternatively, the mucus can be coughed up or sneezed out with the trapped bugs.

However, if pathogens do succeed in entering the body, then the second layer of defence in the bloodstream works to recognise and kill invaders. A key group of white blood cells, called B-lymphocytes, is triggered to make antibodies, which lock onto

specific parts of the bug. Then another group of white blood cells, called T-Cells, which are called into action through chemical signals, destroy the bugs. After they have been activated, some B-lymphocytes become 'memory B-cells' and can stay in the body for years. They 'remember' how to fight a particular bug and can make antibodies very quickly should the immune system see that pathogen again. Meanwhile, other groups of white blood cells can activate inflammation to attack the bug. They detect the invasion and trigger plasma (the clear fluid part of blood) to move from blood vessels into the site of invasion. This fluid contains

antibodies and other agents that will attack invading bugs.

Some of this fluid is also swept into the lymph nodes, where bacteria and viruses are destroyed by white blood cells; the plasma is effectively cleaned in the lymph nodes and returned to the blood. So what is the link between the immune system and the body clock? Every tissue and organ in your body operates according to biological rhythms. The so-called 24-hour body clock – or circadian rhythm – instructs us when it is the best time to sleep, eat, think and undertake myriad essential biological tasks.

This daily adjustment allows us to perform at our best in a dynamic world, 'fine-tuning' our biology to the varied demands imposed by the 24-hour day/night cycle. Without this precise regulation by our circadian rhythms, we would be in a mess. And we now know that the body clock has a big influence over our immune responses – starting with

the skin. The skin becomes more 'leaky' in the evening, meaning there is more water loss then, which is part of the reason we experience increased itchiness at night.

This increased permeability of skin, combined with scratching (which breaks down the skin barrier), increases the chance of pathogens entering the body. Interestingly, blood flow to the skin increases at night, giving immune cells a better chance of attacking invaders as soon as they get in. These are not the only changes seen in the skin across the day. If you cut or burn yourself, the damaged skin will heal more than twice as fast if the injury was done during the day compared to at night. This all makes sense from an evolutionary perspective: it's more likely that we will damage our skin or encounter an invading virus by day, when we are moving around our environment, compared to the middle of the night.



Life
Style



Mixing dieting, exercise may not be good for bone health

The study, published in the **Journal of Bone and Mineral Research**, looked at what happens to bone marrow fat and overall bone health when restricting calories.



Combining exercise and dieting may not be a good idea as it may impact your bone health, according to a new study.

"This is important for women because as we age our bone health starts to decline. Your calorie intake and exercise routine can have an impact on the strength of your bones and your risk for fracture," said senior author of the study Maya Styner, Associate Professor at University of North Carolina School of Medicine in the US. The study, published in the *Journal of Bone and Mineral*

Research, looked at what happens to bone marrow fat and overall bone health when restricting calories.

The research involved four groups of mice in all - a group on a regular diet (RD), a group on a calorie-restricted (CR) diet, a regular diet group that exercised, and a calorie-restricted group that exercised. Mice in the calorie-restricted group ate 30 per cent less than what regular diet mice ate.

For context in humans, according to the United States Department of Agriculture, a

'moderately active' woman around the age of 30 should consume 2,000 calories per day.

A 30 per cent reduction would equal a diet of 1,400 calories per day, which is around the amount suggested to most women trying to lose weight at a rate of one pound a week. Styner found mice in the calorie-restricted group lost weight, but also had an increase in bone marrow fat.

"This was mild caloric restriction, and we found a significant increase of fat in the bone marrow," Styner said.

"This group also had a decrease in bone quantity - they had less bone overall due to cut in calories."

Although fat in the bone is poorly understood, to date it is thought to be harmful to bones of mammals, including humans, because it makes bone weaker. Less fat is usually an indication of better bone health.

"Looking at this from a human perspective, even a lower calorie diet that's nutritionally sound can have negative effects on bone health, especially paired with exercise," said Styner.

Sustainable eating: Forget synthetic meat, lab grown dairy is here

The search for sustainable, healthy alternatives to meat currently has two paths: the meat-mimicking veggie burger and lab-grown proteins. But in the land of dairy, there's only plant-based alternatives like cashew "butter" and almond milk.



lovers. Ryan Pandya saw an opportunity in this consumer conundrum. He wants to be the first to market a non-animal whey protein through his San Francisco area-based company, Perfect Day. Like other food startup founders, Pandya and partner Perumal Gandhi are both vegan.

Rather than forego the taste of real cheese and dairy for poor vegan substitutes, the pair decided to invent their own version of the real thing. The startup focused on the well-worn food path of microbial fermentation—harnessing custom yeast and bacteria to grow the proteins that make

milk taste like milk. But first, the company and others like it face some big hurdles: consumer squeamishness and regulatory reviews that may end up focusing more on the genetically modified organisms [GMO] used to make lab-grown whey. Five years ago, Perfect Day joined the synthetic biology accelerator

IndieBio as it searched for microbes that could be engineered to make functional milk proteins. Today, it has more than 60 employees, \$60 million in funding and says that it's produced one metric ton of lab-grown whey (for scale, the U.S. uses more than 200,000 metric tons of all types of whey annually).

The search for sustainable, healthy alternatives to meat currently has two paths: the meat-mimicking veggie burger and lab-grown proteins. But in the land of dairy, there's only plant-based alternatives like cashew "butter" and almond milk. Whether you're milking them or slaughtering them, industrial cattle husbandry is bad for the planet. Studies show it to be a key culprit in the climate crisis and a source of localized environmental damage. The refrigerator aisle has been full of plant-based dairy for some time, but now there are a few startups who, like the purveyors of cultured meat, want to take dairy one step further. Already under siege by falling milk sales, Big Dairy lobbyists have been lashing out at makers of plant-based rivals as they grow market-share. But their next enemy may be coming from the laboratory, in the form of synthetic

whey, and investors are already lining up. While fewer people are drinking cow's milk, they're still eating yogurt and cheese, and a crucial protein that comes from making those products is whey. It's relatively flavorless and incorporates well into a range of food formulations for everyone from infants to adults. There's already a huge market for it, as demand for whey protein and whey-based products is on the rise thanks to consumer demand for protein in everything, from bars to shakes. The U.S. is the single largest exporter of whey products, with estimated sales of \$10 billion last year. BCC Research said the category will grow by 6% annually through 2023. But for all its popularity, all that whey still comes from cows, a fact increasingly seen as a liability for climate- and health-conscious dairy and protein

New drug to treat deadliest TB approved by US drug regulator

Pretomanid, a novel compound developed by the non-profit organization TB Alliance, was approved by the US Food & Drug Administration (FDA) on August 14.

The US drug regulator has approved a new tuberculosis (TB) drug for treating hard-to-treat drug-resistant TB that makes the treatment regimen shorter and simpler.

Pretomanid, a novel compound developed by the non-profit organization TB Alliance, was approved by the US Food & Drug Administration (FDA) on August 14.

TB is the leading infectious cause of death worldwide, killing at least 1.6 million people annually. There are more than half a million cases of multi drug-resistant TB (MDR-TB) annually, with about 6% of those cases being extensively drug-resistant TB (XDR-TB) cases. India accounts for nearly a quarter of the global TB cases. The new drug was



approved under the Limited Population Pathway for Antibacterial and Antifungal Drugs (LPAD pathway) as part of a three-drug, six-month, all-oral regimen for the treatment of people with XDR-TB or MDR-TB, who are treatment-intolerant or non-responsive. The LPAD pathway was established by FDA as a tool to en-

courage further development of antibacterial and antifungal drugs to treat serious, life-threatening infections that affect a limited population of patients with unmet needs. "FDA approval of this treatment represents a victory for the people suffering from these highly drug-resistant forms of the world's deadliest infectious dis-

ease," said Mel Spigelman, MD, president and CEO of TB Alliance. "The associated novel regimen will hopefully provide a shorter, more easily manageable and highly efficacious treatment for those in need."

The three-drug regimen consisting of bedaquiline, pretomanid and linezolid—collectively referred to as the BPaL regimen—was studied in the pivotal Nix-TB trial across three sites in South Africa. The trial enrolled 109 people with XDR-TB and also MDR-TB. Nix-TB data demonstrated a successful outcome in 95 of the first 107 patients after six months of treatment with BPaL and six months of post-treatment follow-up. For two patients, treatment was extended to nine months.



Health & Fitness



Why we get less sleep than our ancestors did



Access to artificial light and electricity has shortened the hours of sleep humans get each night, says a study that compared traditional hunter-gatherer living conditions to a more modern setting. "Everything we found feeds what we had predicted from laboratory or intervention studies, where researchers manipulate certain aspects of light exposure. But this is the first time we have seen this hold true in a natural setting," said lead author Horacio de la Iglesia, biology professor at the University of Washington.

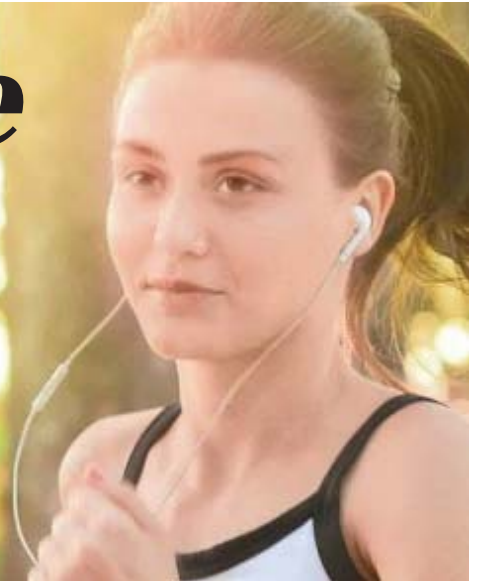
The researchers compared two traditionally hunter-gatherer communities that have almost identical ethnic and sociocultural backgrounds, but differ in one key aspect - access to electricity.

They wanted to see if, all other factors aside, electricity would impact people's sleep during an average week in both the summer and winter.

They found this rare scenario in northeastern Argentina, with two Toba/Qom indigenous communities living about 50 km apart.

The first has 24-hour free access to electricity and can turn on lights at any time, while the second has no electricity, relying only on natural light. In their usual daily routines, the community with electricity slept about an hour less than their counterparts with no electricity.

The dark side of being a fitness freak



Fitness trackers and devices such as heart rate monitors were earlier reserved for elite sportspersons and athletes.

This was also due to their high price points, which put them out of reach for the average person. However, over the past few years, the surge in fitness trackers launched in different price bands has led to their quick adoption by regular consumers.

A report from Counterpoint Research states that global smartwatch shipments grew at a rate of 48 per cent year-on-year in the first quarter of 2019, driven by brands such as Apple, Samsung, Fitbit, and Huawei. Now, the ubiquitous fitness tracker occupies prime real estate on almost everyone's wrists; it is popular from pre-teens to the elderly. Health apps and fitness trackers provide a span of metrics, the most popular being step and calorie counts, heart rate, water consumption and sleep tracking. Using these devices to keep a tab on your overall state of health is a good thing, but many users move from casually checking these stats to obsessing over them.

IS THAT FANCY FITNESS TRACKER CONTROLLING YOU?

According to the Daily Mail, a recent report by Glasgow-based general practitioner Dr. Des Spence that was also published in the British Medical Journal claimed that all

health-tracking devices were contributing to an 'unhealthily health-obsessed generation'.

Dr. Ritika S. Aggarwal, a consultant psychologist, Jaslok Hospital & Research Centre agrees that while fitness trackers have helped motivate some people, it is also slowly turning into an obsession with keeping track of said data by others.

Aggarwal says, "Some people are now relying on these devices to let them know if they are healthy rather than listening to their bodies for the answers. Most devices encourage you to set goals and reinforce your attainment of the goal by beeping and showing you a medal. This reward system can lead to compulsive behaviour, which needs to be fulfilled."

A 2016 survey conducted with female Fitbit users showcased that about 60 per cent felt 'controlled' by the output of their device. One-third of these respondents also viewed this device as an 'enemy' and experienced feelings of guilt when their daily step goals were not achieved. Aggarwal also thinks that these devices allow people to compare their daily progress with friends and family, turning the simple joy of exercise into a constant competition with others. This, she adds, can be harmful, as it leads them to exercise in their resting period. We spoke to a 26-year-old photographer from Delhi, who, due to his erratic

work schedule would experience disturbed sleep on a regular basis. A friend recommended him to use a sleep tracker and he downloaded an app onto his Apple watch to enable him to monitor his sleep.

He says, "Initially, it was fun to see how well I slept, view my sleep graph over time, and so on. It later ruined the little sleep I got because I started comparing my sleep patterns frequently. I even started worrying when there were tiny fluctuations. I realised I was dependent on my wearable in order to get good sleep." This is a classic case of a new condition called orthosomnia, which is "a quest to achieve perfect sleep". People affected with this condition are on the rise globally.

Dr. Samir Parikh, director of mental health and behavioural sciences at Fortis Healthcare observes, "While being mindful of health and fitness is definitely important for us, an obsession could definitely be detrimental to one's overall well-being. Health includes both physical as well as mental health; therefore striking a balance is the key." When asked on how to tackle such an obsession, Parikh remarked that one should not be obsessed with information about their bodily functioning. It is important to shift focus to actual wellness and fitness. He adds, "Health needs to be understood as a comprehensive aspect of functioning, and therefore needs to be balanced out."

Age Gracefully

Too old to exercise? No, you are never! Age never comes in the way of exercising. You can hit the gym, join yoga class or do any form of exercise at any age in order to remain fit. And this is a must in today's stressful life.

Today, everybody wants to be physically fit in order to lead a healthy and happy life. A healthy life not only helps in fighting fatal diseases but also relieves stress.

We talk to fitness experts to know how the elderly can stay fit. "Senior citizens can join gym without worrying about any side effects,"

says Sunil Kumar, a fitness trainer at a gym in Chandigarh. "Before they hit the machines, we always ask them to consult doctors as their bodies undergo changes, such as loss of stamina, energy and muscle mass.

"People with type 2 diabetes can improve their health by making little changes in their exercise regime," he adds.

Yoga too is an excellent form of exercise and is often preferred over other forms of fitness. This is true especially with the elderly who face problems like loneliness, retire-

A healthy life not only helps in fighting fatal diseases but also relieves stress. daily life talks to fitness experts to know how the elderly can stay fit

ment, fear, neglect, slow metabolic rate, memory loss, and yoga works as a blessing for senior citizens. However, proper guidance is a must.

"Yoga aims to put together the body and the mind. It brings along with it many blessings as it helps in managing stress, removing toxins from the body, makes the immune system strong, lowers blood pressure, regulates sugar levels, manages cholesterol and reduces



the risk of diabetes and stroke," says Sheojee Singh, a yoga instructor in Chandigarh.

"With regular practice of yoga, we help the elderly not only in fighting diseases but also finding peace with themselves," she adds.

Sunaina Lamba, a city

resident, who practices yoga regularly, says, "Ever since I started practicing yoga my outlook towards life has changed. I have not only lost weight but also become more calm and patient. I shall continue practicing it for the rest of my life."



ways you can make your **MOM** feel special



By: Dr. Dimpy Gupta
Manager Indus Hospital
Mohali

"Mother's love is bliss, is peace, it need not be acquired, it need not be deserved. If it is there, it is like a blessing; if it is not there it is as if all the beauty had gone out of life." It's rightly said that, "God could not be everywhere, so he created mothers." Relation of mother is one such relationship in this mortal life which effortlessly scores above all other known relationships on this Earth and is truly priceless in terms of her countless love, dedication and devotion towards her family. To acknowledge the presence of all mothers around the globe, "Mother's Day" is celebrated across the world. This is truly a special day for the mothers who are mostly under rated in this male dominant society.

Despite the fact that we ought to show adoration to our mother each and every day, Mother's Day is that one day when we demonstrate the most love for her, and make her feel like a Queen. So, if you're looking to show the woman who carried you around for nine months that she's extra special, we've got some helpful ideas.

- 1) Renew your vows as child and mother: Remind your mom how much you care by inviting your friends and family to watch you retake your familial vows in a private Mother's Day ceremony. Treat her with the utmost dignity and honor. Express to her the reasons why you feel she is special. Thank her for being such a wonderful person and parent. It will mean the world to her.
- 2) Donate To Moms In Need : On your mom's behalf, make a donation to an organization serving the needs of moms in trouble like at ,teen pregnancy centers, battered women's shelters, single moms on welfare. Talk to your mom about it and find out which one she would most like to help.
- 3) Scrapbook : Put together a scrapbook of some of your favorite memories of her. Dig

- deep in those old photo boxes and albums. Get creative and make it fun. Moms love taking a trip down memory lane.
- 4) Prepare her a special meal : Whether you can manage a breakfast, lunch or dinner but a hand-cooked meal is going to make her feel special. Prepare her favorite meal..
- 5) Create a gift basket : You know what she likes and what she needs. Prepare a personalized gift basket for her with her favorite things that she uses in a day. Also, add things that she will never buy for herself even if she needs it. Give it to her as she wakes up and ask her to use stuff from the basket.
- 6) Take her out : Take her out – either for a day or for a small vacation. All she wants is to spend quality time with you. So leave your phone at home. Social media can take a break for one day. It doesn't matter where you take her but what's important is that you give her the attention that she deserves.
- 7) Projects And Chores : Your mom always has something that needs to be done— a shelving unit to be constructed; a leaky roof that



needs to be repaired; grass that needs cutting. Just like when you lived at home, there's a long list of things to do. Help her out, just like she helped you as a child. Whatever you choose to do for her, remember that the biggest gift is going to be the gift of your time. So, spend time with her. Don't let anything distract you that day. It's a day she deserves all your attention. It is the least

you can do to make mother's day special for your mom. Make sure she knows you and your family still need her. Include her in your life, and always make her feel welcome. One of the most precious gifts you can give your mother is your unquestioned loyalty. "Blood runs thicker than water "as they say. Never forget where you came from!! Mothers:

"Believe in us more than we believe in ourselves, Do for us more than they do for themselves, Worry about us more than we realize, Pray for us more than we'll ever know, Give us more than they can afford, Love us more than anyone else can, Matter more than words can express."

Mother's Day 2020: When is Mother's Day in 2020?

The day is celebrated at different places on different dates. In UK, it is celebrated on the fourth Sunday of March commemorating the memory of Mother Church on Christian Mothering Sunday.

The importance of mothers needs no retelling. Our lives are stitched with their presence, both visible and invisible. In an attempt to honour and celebrate them, every year a day is dedicated just for them. Celebrated as Mother's Day, it is observed on the second Sunday of May every year. This year it will be observed on May 10.

Roots of the origin of the day lies in the time a woman called Anna Jarvis had held a memorial for her mother when she passed away in 1905. She did that at St Andrew's Methodist Church in Grafton, West Virginia, the same place where the International Day shrine is held. It was also her who had started a campaign to recognise Mother's Day as

a holiday in the United States. Even though her efforts were defeated and the request to observe the day as a holiday was denied, she persisted. In 1941, Woodrow Wilson signed a proclamation after which the second Sunday in the month of May was declared as a national holiday to honour mothers. The day is celebrated at dif-

ferent places on different dates. In UK, it is celebrated on the fourth Sunday of March commemorating the memory of Mother Church on Christian Mothering Sunday. In Greece, however, it is celebrated on February 2, linking the day with Eastern Orthodox celebration of the presentation of Jesus Christ at the temple.

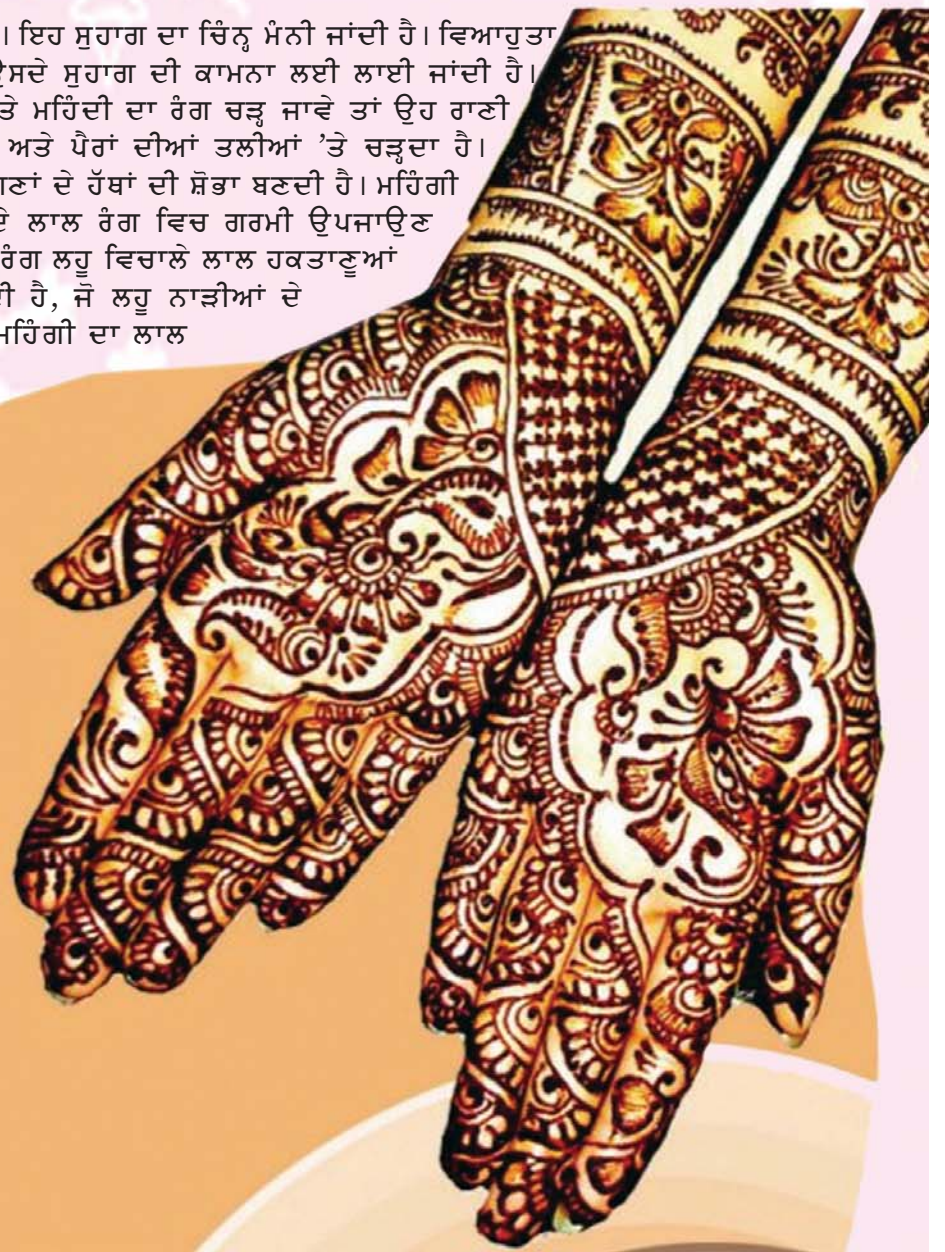




ਲੈਂਦੇ ਮਾਏ ਕਾਲਿਆਂ ਬਾਗਾਂ ਦੀ ਮਹਿੰਦੀ



ਪੰਜਾਬੀ ਸਭਿਅਤਾ ਦਾ ਅਨਿਖੜਵਾਂ ਅੰਗ ਹੈ ਮਹਿੰਗੀ। ਇਹ ਸੁਹਾਗ ਦਾ ਚਿੰਨ੍ਹ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵਿਆਹੁਤਾ ਕੁੜੀ ਦੇ ਹੱਥਾਂ 'ਤੇ ਲਾਲ ਰੰਗ ਦੀ ਇਹ ਮਹਿੰਗੀ ਉਸਦੇ ਸੁਹਾਗ ਦੀ ਕਾਮਨਾ ਲਈ ਲਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪੁਰਾਤਨ ਮਿੱਥ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਕਿਸੇ ਮੁਟਿਆਰ ਦੇ ਮੱਥੇ 'ਤੇ ਮਹਿੰਦੀ ਦਾ ਰੰਗ ਚੜ੍ਹ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਰਾਣੀ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਾਹਿਰ ਹੈ ਕਿ ਮਹਿੰਦੀ ਦਾ ਰੰਗ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਲੀਆਂ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਦਾ ਹੈ। ਮਹਿੰਗੀ ਹਰ ਸ਼ਗਨ ਅਤੇ ਦਿਨ ਤਿਉਹਾਰ 'ਤੇ ਸੁਹਾਗਣਾਂ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਸ਼ੋਭਾ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਮਹਿੰਗੀ ਦੇ ਪੱਤਿਆਂ ਦੀ ਤਸੀਰ ਠੰਡੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਸਦੇ ਲਾਲ ਰੰਗ ਵਿਚ ਗਰਮੀ ਉਪਜਾਉਣ ਵਾਲੀ ਸ਼ਕਤੀ ਚਮੜੀ ਰਾਹੀਂ ਜਦ ਮਹਿੰਦੀ ਦਾ ਲਾਲ ਰੰਗ ਲਹੂ ਵਿਚਾਲੇ ਲਾਲ ਹਕਤਾਣੂਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵਿਕੀਰਣ ਸ਼ਕਤੀ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਲਹੂ ਨਾੜੀਆਂ ਦੇ ਸਿਰਿਆਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਮਹਿੰਗੀ ਦਾ ਲਾਲ ਰੰਗ ਮੁਟਿਆਰ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਰਸ ਉਤਪਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਵਿਆਹ ਦੇ ਲਾੜੀ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਉਪਰ ਉਚੇਚੇ ਮਹਿੰਗੀ ਲਗਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੀ ਤਾਂ ਮੁਟਿਆਰ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਕੋਲੋਂ ਮੰਗ ਕਰਦੀ ਹੈ, 'ਨੀ ਲੈ ਦੇ ਮਾਏ ਕਾਲਿਆਂ ਬਾਗਾਂ ਦੀ ਮਹਿੰਗੀ'।



ਮਹਿੰਗੀ ਦਾ ਰੰਗ ਲਾੜੀ ਦੇ ਮਨ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰੀਤਮ ਦੇ ਮਿਲਾਪ ਲਈ ਅਜੀਬ ਚਾਅ ਤੋਂ ਉਮਾਹ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮਹਿੰਗੀ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਮੁਟਿਆਰ ਵਹੁਟੀ ਨਹੀਂ ਬਣਦੀ, 'ਘੋਲ ਮਹਿੰਦੀ ਮੈਂ ਹੱਥਾਂ 'ਤੇ ਲਾਨੀ ਆਂ। ਬਹੁਤੜੀ ਬਣ ਬਣ ਮਹਿੰਗੀ ਨੀ ਲੈ ਦੇ ਮਾਏ ਕਾਲਿਆਂ ਬਾਗਾਂ ਦੀ ਮਹਿੰਦੀ। ਵਿਆਹ ਵਿਚ ਸਹੁਰਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਆਏ ਸ਼ਗਨ ਵਿਚ ਮਹਿੰਗੀ ਵੀ ਭੇਜੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਹੀ ਤਾਂ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਕਹਿੰਦੀਆਂ ਸਨ ਕਿ ਜੇ ਵਹੁਟੀ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਮਹਿੰਗੀ ਦਾ ਰੰਗ ਬਹੁਤ ਗੂੜਾ ਚੜ੍ਹੇ ਤਾਂ ਉਸਦੀ ਸੱਸ ਉਸਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਲੀਆਂ 'ਤੇ ਵੀ ਮਹਿੰਦੀ ਲਗਾਉਣ ਦਾ ਰਿਵਾਜ ਹੈ। ਵੈਦਿਕ ਮਤ ਅਨੁਸਾਰ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਲੀਆਂ 'ਤੇ ਲੱਗੀ ਮਹਿੰਦੀ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਲਹੂ ਦੀ ਉਤੇਜਨਾ ਮਨ ਨੂੰ ਇਕਾਗਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਗਰਮੀ ਵਿਚ ਔਰਤਾਂ ਮਰਦ ਦੋਵੇਂ ਹੀ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਲੀਆਂ 'ਤੇ ਮਹਿੰਦੀ ਲਗਾਉਂਦੇ ਸਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਲਹੂ ਦਾ ਦਬਾਅ ਇਕਸਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਠੰਡਕ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਕੱਲ੍ਹ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਲੀਆਂ ਨੂੰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਡਿਜ਼ਾਇਨ ਵਿਚ ਮਹਿੰਦੀ ਨਾਲ ਸ਼ਿੰਗਾਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪੁਰਾਤਨ ਸ਼ਿੰਗਾਰਿਆਂ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪੁਰਾਤਨ ਕਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਮਹਿੰਦੀ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। 'ਨਾਜ਼ੁਕ ਪੈਰ ਮਲੂਕ ਸੱਸੀ ਦੇ, ਮਹਿੰਗੀ ਨਾਲ ਸ਼ਿੰਗਾਰੇ।' ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕਈ ਪੁਰਾਤਨ ਸ਼ਗਨਾਂ ਦਾ ਚਲਨ ਭਾਵੇਂ ਘਟਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਮਹਿੰਦੀ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਵਧਿਆ ਹੈ



ਹਰ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਰਵਾਇਤ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਈ ਹੈ ਪਰ ਮਹਿੰਦੀ ਪ੍ਰਤੀ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਰੁਝਾਨ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤੇ ਅੱਜ ਮਹਿੰਦੀ ਲਗਾਉਣਾ ਇੱਕ ਕਲਾ ਬਣ



ਕਿਹੋ ਜਿਹੀ ਸੋਚ ਦੇ ਮਾਲਕ ਬਣੀਏ??



ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸੱਚਾਈ ਦੇ ਪੰਪ ਉੱਪਰ ਚੱਲਣ ਦਾ ਬਲ ਬਖਸ਼ਦੀ ਹੈ। ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਦੀ ਹੋਂਦ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਮਨੁੱਖੀ ਦਿਮਾਗ ਤਾਂ ਹੀ ਕਾਰਗਰ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਖੁਦ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮੱਕਾਰੀ ਅਤੇ ਵਿਕਾਰੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ ਵਾਲੇ ਇਨਸਾਨਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਾਂਗੇ। ਇਨਸਾਨੀ ਮਨੋਬਿਰਤੀ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗੀ ਸੁਹਜ ਜਦੋਂ ਗਿਆਨਗੀਣ ਅਤੇ ਸੰਸਾਰਕ ਭੋਗ-ਵਿਲਾਸਾਂ ਵਿੱਚ ਗੁਸਤ ਇਨਸਾਨਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਦੇ ਅਸਰ ਹੇਠ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਪਰਿਮਾਣ ਸਵਰੂਪ ਆਪਣੇ ਅਕਸ ਨੂੰ ਬਦਲ ਕੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਪੱਧਰ ਤੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਣਾ ਸੁਭਾਵਿਕ ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਸਿਆਣਿਆਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਚੰਗੀ ਤੇ ਉੱਚੀ-ਸੁੱਚੀ ਸੋਚ ਦੇ ਮਾਲਕ ਇਨਸਾਨਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਹਰ ਵੇਲੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਅਤੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਦੀਆਂ ਤਰੰਗਾਂ ਪ੍ਰਵਾਹ ਚੱਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਫਲਸਰੂਪ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੀ ਰੋਜ਼ਮਰਾ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਚੰਗੇ ਅਤੇ ਮਾੜੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਰੁਚੀ ਪ੍ਰਤੀ ਸੁਚੇਤ ਹੁੰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਨਸਾਨੀ ਦਿਮਾਗ ਵਿਸ਼ਵ-ਵਿਆਪੀ ਵਰਤਾਰੇ ਨੂੰ ਚਲਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਹਰ ਦਿਮਾਗ ਦਾ ਕੰਮ ਪ੍ਰਤੀ ਨਜ਼ਰੀਆ ਵੱਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਕਸਰ ਹੀ ਇਹ ਕਹਿ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੁਝਵਾਨ ਇਨਸਾਨ ਚੰਗੀ ਸੋਚ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮੁਰਖ ਲੋਕ ਮਾੜੀ ਸੋਚ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਫਿਰ ਇਉਂ ਕਹਿ ਲਵੇ ਕਿ ਆਦਰਸ਼ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਦੇ ਮਨੁੱਖ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਦੇ ਧਨੀ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਵਿਕਾਰੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਦੇ ਪਿਤਾਮਾ ਕਰੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇੱਥੇ ਇਹ ਵੇਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਸਾਡੀ ਚੰਗੀ ਤੇ ਮਾੜੀ ਸੋਚ ਸਾਡੇ ਕਿਰਦਾਰ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇੱਥੇ ਸਾਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਸੰਕੋਚ ਦੇ ਹਾਂ ਕਹਿਣ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਝਿਜਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਮੁਨਕਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਕਿ ਸਾਡੀ ਸੋਚ ਸਾਡੇ ਆਦਰਸ਼ਾਂ, ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਕਿਰਦਾਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਅਹਿਮ ਸਵਾਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਸੋਚ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸ ਦੀ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਹੈ ਇਸ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਕਿਵੇਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਇਸ ਸਵਾਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਹਾਂ, ਪਰ ਇੱਕ ਸੂਝਵਾਨ, ਵਿਵੇਕਸ਼ੀਲ ਅਤੇ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਇਨਸਾਨ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਆਚਾਰ-ਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਉਸ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਕੰਮਾਂ-ਕਾਜਾਂ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਨਿਰਖ-ਪਰਖ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਸੋਚ ਦੀ ਦਸ਼ਾ ਦਾ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਪਹਿਲੂ ਵੀ ਅਹਿਮ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜਾ ਇਨਸਾਨ ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ ਮੋਹ, ਹੰਕਾਰ, ਈਰਖਾ ਅਤੇ ਦਵੈਤ ਆਦਿ ਨਾਲ ਹਰ ਵਕਤ ਆਪਣੇ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਲਬਰੇਜ਼ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਦੇ ਬਿੰਦੂ ਦੀ ਉਪਜ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਜੇਕਰ ਇਨਸਾਨ ਧਰਤੀ ਤੇ ਰਹਿ ਰਹੇ ਜੀਵ-ਜੰਤੂਆਂ ਦੇ ਮਨੋਭਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਮਝ ਪਾ ਰਿਹਾ ਤਾਂ ਉਹ ਇੱਥੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ ਨਾ ਦੇਵੇ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਿਰਫ ਉਸ ਦੀ ਦਿਮਾਗੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪੜ੍ਹਾਈ, ਲਿਖਾਈ, ਤਜਰਬਾ ਅਤੇ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਤੁਹਾਡੀ ਸੋਚ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਬਦਲਣ ਵਿੱਚ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਹਾਇਕ ਸਿੱਧ ਹੁੰਦੀ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਗਾਂਹ ਵੀ ਇਹ ਸੂਤ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਨਿਰੰਤਰ ਪ੍ਰਵਾਹ ਵਿੱਚ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਗੇ।

ਆਧੁਨਿਕ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਨੌਜਵਾਨ ਪੀੜ੍ਹੀ ਜਿੱਥੇ ਸੂਝਵਾਨ ਅਤੇ ਵਿਦਵਾਨ ਸਾਬਤ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਉੱਥੇ ਹੀ ਇਸ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਾਲੀ ਗੈਰ-ਸੰਵਿਧਾਨਿਕ ਅਤੇ ਅਤਿਆਚਾਰੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ ਦਾ ਧਾਰਨੀ ਹੋ ਨਿਬੜਿਆ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਅਤੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਦੋਵੇਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੋਚ ਦੇ ਤੱਤ ਸਰੂਪ ਵਰਗ ਦੇ ਲੋਕ ਵਾਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਕਿਸ ਮੌਜ ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਸੋਚ ਦਾ ਮਾਲਕ ਇਨਸਾਨ ਟੱਕਰਦਾ ਹੈ ਇਸ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਵੇਕ ਤੋਂ ਕੰਮ ਲੈਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਫੈਲੀਆਂ

ਬੁਰਾਈਆਂ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਸ਼ਰਾਰਤੀ ਅਨਸਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੋਚ ਕਦੇ ਵੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਵਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਕਿਉਂਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਾਹ-ਵਾਸਤਾ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਵਿਕਾਰੀ ਅਤੇ ਗਿਆਨਗੀਣ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪ੍ਰੰਤੂ ਕਿਤੇ ਨਾ ਕਿਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਅਜਿਹੀ ਉਦਾਹਰਣ ਵੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲੀ ਹੈ ਕਿ ਤੀਬਰ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਭਲੇ ਪੁਰਸ਼ ਦੀ ਸੰਗਤ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਪਲਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਦੇ ਆਦੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਦੇ ਫਲਸਰੂਪ ਉਹ ਮਾੜੇ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸੰਵਾਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਅਜੋਕਾ ਬੁੱਧੀਜੀਵੀ ਵਰਗ ਇਸ ਗੱਲ ਉੱਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ੋਰ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਦੇ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸੋਚ ਨੂੰ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕੀ ਉਪਰਾਲੇ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਇਨਸਾਨੀ ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਦੀ ਉਪਜ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਨੇ ਹਰ ਇੱਕ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਹੋਣ ਦਾ ਹੰਕਾਰ ਕਰਵਾਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਦਿਨ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਜਦੋਂ ਇਸੇ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਨਾਲ ਦੁਨੀਆ ਦਾ ਅੰਤ ਹੁੰਦਾ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਵੇਖਾਂਗੇ। ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਨੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਹਰ ਵਰਗ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਸਮਾਜਿਕ, ਧਾਰਮਿਕ, ਰਾਜਨੀਤਕ ਸਾਰੇ

ਵਰਗ ਹੀ ਇਸ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਤੋਂ ਅਛੂਤੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕੇ। ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਮਨੁੱਖ ਹੰਕਾਰੀ, ਵਿਹਲੜ ਅਤੇ ਆਲਸੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਮਾੜੀ ਸੰਗਤ ਅਖਵਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਮਨੁੱਖ ਨਾਸਤਿਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਹੋਂਦ ਉੱਪਰ ਵੀ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੇ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਜੇਕਰ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਦੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਿਹਨਤੀ, ਇਮਾਨਦਾਰ ਅਤੇ ਦਿਆਨਤਦਾਰੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਭਰੇ ਪਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਉੱਪਰ ਪੂਰਨ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਰਗ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਕਰਮਚਾਰੀ ਵਰਗ ਹਰ ਥਾਂ ਈਰਖਾ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲ ਰਹੀ ਹੈ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਇਸ ਈਰਖਾ ਦਾ ਸ੍ਰੋਤ ਸਾਡੇ ਮਨਾਂ ਅੰਦਰ ਘਰ ਕਰਕੇ ਬੈਠੀ ਮਾੜੀ ਸੋਚ ਜਾਂ ਫਿਰ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਹੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਮਨ ਪੜ੍ਹਾਈ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੁਰੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਲੱਗੇ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦਾ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਵੈਰ-ਭਾਵ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਵੇਖੀਏ ਤਾਂ ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਆਸਾਨ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਭ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਕਾਰਨ ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਸੋਚਣ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਦਾਇਰਾ ਵਿਸ਼ਾਲ ਹੋਣ ਦੀ ਥਾਂ ਸੰਗੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ ਵਿੱਚ ਵਿਵੇਕ ਅਤੇ ਤਰਕ ਦੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਤੋਂ ਕੰਮ ਲੈਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਹਰ ਸਮੇਂ



ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਚੰਬਲ
ਸਿੱਖਿਆਰਥੀ ਸਟੈਨੋਗ੍ਰਾਫੀ, ਪਟਿਆਲਾ
gurman0052@gmail.com

ਆਪਣੇ ਅਸਲੀ ਮਾਨਵੀ ਸਰੋਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਨਾ ਭੁੱਲ ਬੈਠੀਏ।



ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਰੁਚੀਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇਗਾ “ਅੰਬੈਸਡਰ ਆਫ ਹੋਪ”

ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦਾ ਸੰਕਟ ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਹੁੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਿਆਰੀ ਵਜੋਂ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਇਜ਼ਾਜ਼ਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਜਿੰਦਗੀ ਦੀ ਲੀਹ ਲੱਥੀ ਰੇਲ ਨੂੰ ਮੁੜ ਪਟੜੀ ਤੇ ਪਰਤਣ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਲੱਗਣ ਦੇ ਕਿਆਸ ਲਗਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ਅਜਿਹੀਆਂ ਪ੍ਰਸਥਿਤੀਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਤਰਸਯੋਗ ਹਾਲਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਮਨ ਚੰਚਲ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਉਹ ਵੱਡਿਆਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਹੀ ਗਲਤ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਹਾਣੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ ਕੱਢਣਾ ਖਤਮ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਕੂਲਾਂ ਨੇ

ਆਪਣੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਬਟੋਰਨ ਖਾਂਤਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਨਲਾਈਨ ਪੜ੍ਹਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਵਾ ਰੱਖੀ ਹੈ। ਇਹ ਹਾਲ ਕੋਚਿੰਗ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦਾ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦਾ ਦਬਾਅ ਵੱਖਰੇ ਤੌਰ ਤੇ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸੁਭਾਅ ਵਿੱਚ ਚਿੜਚਿੜਾਪਣ ਭਾਰੂ ਹੋ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜੇਲ ਦੀ ਕੋਠੜੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਦਕਿ ਬਾਕੀ ਮਨੁੱਖ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਬਜ਼ਰ ਕਰੀ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੋ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਹੈ। ਪੈਰ, ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਚੱਲਦਿਆਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਉੱਪਰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਲਈ ਪਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਬੋਲੋਲੇ

ਦਬਾਅ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਈ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਨਾਮ “ਅੰਬੈਸਡਰ ਆਫ ਹੋਪ” ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮੰਤਵ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅੰਦਰ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਰੁਚੀਆਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਅੰਦਰ ਛੁਪੇ ਹੋਏ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸੂਬੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਤੋਂ ਬਾਰਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਤੱਕ ਪੜ੍ਹਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਭਾਗ ਲੈਣਗੇ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਵਿਸ਼ਾ “ਲੋਕਭਾਉਣ ਦੀ ਘੜੀ ਵਿੱਚ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਉਮੀਦ” ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਕਵਿਤਾ, ਐਕਟਿੰਗ, ਗੀਤ, ਡਾਂਸ, ਨਾਚ

ਜਾਂ ਫਿਰ ਖੇਡ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਦੀ ਕ੍ਰਿਏਟਿਵ ਵੀਡੀਓ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਉਪਰੰਤ ਵੀਡੀਓ ਨੂੰ ਹੋਸ਼ਟਿੰਗ “ਅੰਬੈਸਡਰ ਆਫ ਹੋਪ” ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦੀਦਾ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਤੇ ਅਪਲੋਡ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਪਲੇਟਫਾਰਮ ਦੇ ਲਿੰਕ ਨੂੰ ਵਿਭਾਗੀ ਮੇਲ ਤੇ ਭੇਜਣਾ ਹੈ। “ਅੰਬੈਸਡਰ ਆਫ ਹੋਪ” ਨਾਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਮੁੜ ਰੌਣਕ ਪਰਤੀ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਦਿਲਚਸਪੀ ਭਰਿਆ ਕੰਮ ਮਿਲਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਹਨ। ਇਸ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦੇ

ਜਰਿਅੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅੰਦਰ ਆਤਮਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਬੋਲਣ ਦੀ ਕਲਾ, ਕਵਿਤਾ, ਗੀਤ ਲਿਖਣ ਦਾ ਜਜਬਾ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਾਸ ਹੋਣਾ ਤਹਿ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਉਰਜਾ ਸਾਕਾਰਤਮਕ ਕੰਮ ਲੱਗਣ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਫਸਟ, ਸੈਕਿੰਡ ਅਤੇ ਥਰਡ ਸਥਾਨ ਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆਈ ਪੈਡ, ਲੈਪਟਾਪ, ਟੇਬਲੈਟ ਇਨਾਮਾਂ ਦੀ ਤਕਸੀਮ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਨਾਲ ਇਸ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਜਾਨ ਆਈ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਕਾਬਲਿਆਂ ਨੂੰ ਜਿੱਤਣ ਦੀ ਕਲਾ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੋਵੇਗਾ। ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਵੀ



ਚਮਨਦੀਪ ਸ਼ਰਮਾ,
ਸੰਪਰਕ- 95010 33005

ਅਮਰੀਕੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਡੋਨਾਲਡ ਟਰੰਪ ਨੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਵਾਅਦਾ ਕੀਤਾ ਸੀ ਕਿ ਜੇਕਰ ਉਹ ਜਿਤਕੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਗੈਰਕਾਨੂੰਨੀ ਪ੍ਰਵਾਸ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਅਮਰੀਕਾ-ਮੈਕਸੀਕੋ ਬਾਰਡਰ ਉੱਪਰ ਕੰਧ ਹੀ ਉਸਾਰ ਦੇਣਗੇ। ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦੇ ਲੋਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਇਸ ਬਿਆਨ ਉੱਪਰ ਹੈਰਾਨੀ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੇ ਰਹੇ ਤੇ ਕਰ ਵੀ ਰਹੇ ਹਨ। ਅਮਰੀਕਾ-ਮੈਕਸੀਕੋ ਦੇ ਬਾਰਡਰ ਉੱਪਰ ਇਹ ਉੱਚੀ ਲੰਬੀ ਕੰਧ ਕੋਈ ਹਜ਼ਾਰਾਂ-ਲੱਖਾਂ ਡਾਲਰਾਂ ਨਾਲ ਤਾਂ ਬਣਨੇ ਰਹੀ। ਇਸ ਉੱਪਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਅੰਦਾਜ਼ਨ ਸਾਢੇ ਪੰਜ ਬਿਲੀਅਨ ਡਾਲਰ ਦੀ ਮੰਗ ਅਮਰੀਕੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਜਿਹੜੀ ਕਿ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਜੇਬਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਉਹ ਇਨੀ ਵੱਡੀ ਰਕਮ ਲੈਣ ਲਈ ਲੋੜੋਂ ਵੱਧ ਬਜ਼ਿੱਦ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਹ ਕੰਧ ਉਸਾਰੀ ਲਈ, ਤੇ ਵੱਡੀ ਵੱਡੀ ਰਕਮ ਦੀ ਮੰਗ ਲਈ ਟਸ ਤੋਂ ਮਸ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਹੇ। ਇਸ ਲੰਬੀ-ਚੌੜੀ

ਅਮਰੀਕੀ ਸਦਰ ਦੀ ਮੈਕਸੀਕੋ ਬਾਰਡਰ ਤੇ ਕੰਧ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਿੱਦ

ਹੱਦ ਉੱਪਰ ਕੰਧ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਖਰਚਾ ਘੱਟ ਦੀ ਬਜਾਏ ਹੋਰ ਵੀ ਵੱਧ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਡੈਮੋਕ੍ਰੇਟਿਕ ਅਮਰੀਕੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਦੀ ਇਹ ਮੰਗ ਨਾਂ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਤੇ ਅੜੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਜੋ ਕਿ ਸਾਫ਼ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਮਰੀਕੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਦੀ ਡੈਮੋਕ੍ਰੇਟਿਕਾਂ ਨਾਲ ਹੋਈ ਗਲਬਾਤ ਵੀ ਕਿਸੇ ਤਣ ਪਤਣ ਨਹੀਂ ਲੱਗੀ। ਜਿਸ ਬਾਅਦ ਸਦਰ-ਏ-ਅਮਰੀਕਾ ਹੋਰ ਵੀ ਡਾਢੇ ਚਿੱਤਰ ਤੇ ਤਲਖੀ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਏ ਹਨ। ਅਮਰੀਕੀ ਸਦਰ ਨੇ ਫੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰੀ ਲੈਣ ਦੇਣ ਵੀ ਬੰਦ ਕਰ ਰੱਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਫੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮ ਅਤੀ ਸੰਕਟ ਵਾਲੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰ ਰਹੇ ਹਨ। 8 ਲੱਖ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਤੇ ਇਸ ਸ਼ਟ ਡਾਊਨ ਦਾ ਅਸਰ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। 1995 ਵਿੱਚ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਸ਼ਟ ਡਾਊਨ ਹੋਇਆ ਸੀ ਜੋ ਕਿ 3 ਹਫ਼ਤੇ ਚੱਲਿਆ ਸੀ।

ਏਅਰਪੋਰਟ ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਮਰੀਕੀ ਕਾਮੇ, ਬਾਰਡਰ ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਏਜੰਸੀਆਂ ਦੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮ ਇਸ ਸ਼ਟ ਡਾਊਨ ਦੀ ਮਾਰ ਤੋਂ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ਾਨ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਘਬਰਾਏ ਵੀ ਜਾਪ ਰਹੇ ਹਨ। ਸਰਕਾਰ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਖਾਣ ਪੀਣ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਠੱਪ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਉਹ ਵੀ ਭੁਖਮਰੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਕਈ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵੀ ਕਰ ਰੱਖਿਆ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਇਸ ਹਾਲਤ ਨੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਬਣੀ ‘ਸਰਦਾਰੀ’ ਨੂੰ ਵੀ ਠੇਸ ਪਹੁੰਚਾਈ ਹੈ। ਸਾਬਕਾ ਅਮਰੀਕੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਮਿ. ਬਰਾਕ ਓਬਾਮਾ ਨੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਅਕਸ ਵਿੱਚ ਕਾਫੀ ਸੁਧਾਰ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਜਾਰਜ ਬੁਸ਼ ਸਾਬਕਾ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਦੇ ਕਾਰਨਾਮੇ ਵੀ ਕੋਈ ਲੁੱਕੇ ਛਿਪੇ ਨਹੀਂ। ਸਭ ਜੱਗ ਜ਼ਾਹਰ ਹਨ। ਉਝ

ਵੀ ਦੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਮਿ. ਪ੍ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟ ਵਲੋਂ ਵਾਈਟ ਹਾਊਸ ਦੇ ਸਟਾਫ਼ ਦੀਆਂ ਹਟ-ਹਟਾ ਦੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਨੇ ਵੀ ਜਨਾਬ ਦੇ ਅਕਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਬਹੁਤਾ ਸੁਧਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਸਗੋਂ ਨਤੀਜੇ ਅਗਾਂਹ ਜਾਕੇ ਕਿਹੋ ਜਿਹੇ ਆਉਣਗੇ। ਉਹ ਸਮਾਂ ਵੀ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਕੇ ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਧ ਕਰ ਦੇਵੇਗਾ। ਟਰੰਪ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਤਾਂ ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਤੱਕ ਡੈਮੋਕ੍ਰੇਟਿਕ ਫੰਡ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜ਼ਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਜਿਉਂ ਦੀਆਂ ਤਿਉਂ ਹੀ ਰੱਖਣਗੇ। ਸੋ ਹੁਣ ਡੈਮੋਕ੍ਰੇਟਿਕਾਂ ਤੇ ਮਿ. ਟਰੰਪ ਵਿਚਕਾਰ ਦੂਰੀਆਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਹੋਰ ਵੀ ਵੱਧ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਦੋਵੇਂ ਆਪੋ ਆਪਣੇ ਵਿਕਾਰ ਦਾ ਸੁਆਲ ਬਣਾਕੇ ਆਪੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਹਨ। ਟਰੰਪ ਸਾਹਿਬ ਤਾਂ ਇਥੇ ਤੱਕ ਵੀ ਕਹਿ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਤਾਂ ਕੰਧ ਬਣਾਉਣ

ਲਈ ਫੰਡ ਜਾਰੀ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਵੀ ਨਹੀਂ ਰੋਕ ਸਕਣਗੇ। ਉੱਥੇ ਬਾਰਡਰ ਤੇ ਇਹ ਕੰਧ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਟਰੰਪ ਸਾਹਿਬ ਕੌਮੀ ਹਮਾਇਤ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਵੀ ਕਾਫੀ ਹੱਥ ਪੈਰ ਮਾਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਤੇ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਯੂ.ਐਸ. ਵਿੱਚ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਸੁਧਾਰ ਲਈ ਵੱਡੇ ਯਤਨਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਹ ਸੁਧਾਰ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਦ੍ਰਿੜ ਹਨ। ਟਰੰਪ ਸਾਹਿਬ ਬੀਤੇ ਦਿਨੀਂ ਸੈਨੇਟ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ ਨੇਤਾ ਚੱਕ ਸ਼ੁਮਰ, ਪ੍ਰਤੀਨਿਧ ਸਭਾ ਦੀ ਸਪੀਕਰ ਨੈਨਸੀ ਪੇਲੋਸੀ ਤੇ ਡੈਮੋਕ੍ਰੇਟਿਕ ਲੀਡਰਾਂ ਨਾਲ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ-ਵਿਚਾਲੇ ਹੀ ਛੱਡਕੇ ਆ ਗਏ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਮੁਲਕ ‘ਚ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਾਗੂ ਕਰਾਉਣਾ ਹੀ ਆਖਰੀ ਵਿਕਲਪ ਹੋਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੈਕਸੀਕੋ ਬਾਰਡਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਫੰਡ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੇ।

ਕਾਫੀ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਐਟਰੀਆਂ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਲਈ ਵੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਇਨਾਮ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣੇ ਹਨ। ਇੱਥੇ ਆਯੋਜਕਾਂ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਹਰ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਡਿਜ਼ੀਟਲ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਜ਼ਰੂਰ ਦੇਣ ਤਾਂ ਜੋ ਇਨਾਮ ਨਾ ਜਿੱਤਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮਨੋਬਲ ਨਾ ਗਿਰੇ। ਅਖੀਰ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿੱਥੇ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਨਲਾਈਨ ਪੜ੍ਹਾਈ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਸੂਚਨਾ ਤਕਨੀਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਸੁਰਖੀਆਂ ਬਟੋਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉੱਥੇ ਸਿੱਖਿਆ ਮੰਤਰੀ ਸ੍ਰੀ ਵਿਜੈ ਇੰਦਰ ਸਿੰਗਲਾ ਦਾ “ਅੰਬੈਸਡਰ ਆਫ ਹੋਪ” ਮੁਕਾਬਲਾ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਲਈ ਵਰਦਾਨ ਸਿੱਧ ਹੋਵੇਗਾ। ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੇ ਹੋਰ ਮੁਕਾਬਲਿਆਂ ਦੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਰਵਪੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਹੋ ਸਕੇ।

ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਚ 14 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨੇ ਪਰ ਲਿਖਤ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀ ਹੈ ਹੁਣ ਆਈ ਸਮਝ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀ ਕਿ ਨਹੀਂ

ਪੰਜਾਬੀ ਜਿੰਦਬਾਦ

ੳ ਅ ਏ ਸ ਹ
ਕ ਖ ਗ ਘ ਙ
ਚ ਛ ਜ ਝ ਵ
ਟ ਠ ਡ ਢ ਣ
ਤ ਥ ਦ ਧ ਨ
ਪ ਫ ਬ ਭ ਮ
ਯ ਰ ਲ ਵ ਝ
ਸ ਖ ਗ ਜ ਙ ਲ

ਮੈ ਪੰਜਾਬੀ ਹਾਂ
ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਪੰਜਾਬੀ ਹੈ।

Anmol Hi-Tech Shoes

Near Civil Hospital, Tanda

97796-64581, 62806-22259

CLASSIFIED & MATRIMONIAL



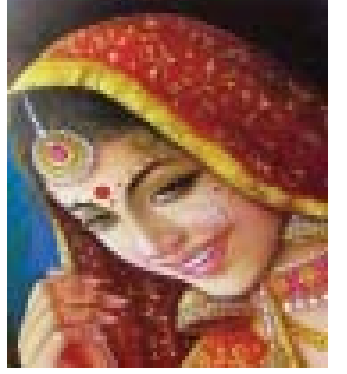
ਲੜਕੇ/ਲੜਕੀ ਦੀ ਲੋੜ
ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਜੱਟ ਸਿੱਖ ਲੜਕਾ 5'-9" 27 ਵਾਸਤੇ ਲੜਕੀ ਦੀ ਲੋੜ .ਉਹੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਜਿਹੜੇ ਲੜਕੇ ਦੇ ਭਰਾ 5'-7" 29 ਨੂੰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਲੜਕੀ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਕਰਵਾਉਣ .780-807-8861, ਇੰਡੀਆ 98555-97890
ਜੱਟ ਸਿੱਖ ਧਾਲੀਵਾਲ, ਉਮਰ 25 ਸਾਲ, ਕੱਦ 5'-10" ਲੁਧਿਆਣੇ ਜਿਲੇ ਵਿੱਚ 25 ਏਕੜ ਜਮੀਨ ਵਿਜਟਰ ਵੀਜੇ 'ਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਆਏ ਲੜਕੇ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪੀ.ਆਰ. ਜਾਂ ਸਿਟੀਜਨ ਲੜਕੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸੰਪਰਕ: 780-953-6167
ਜੱਟ ਸਿੱਖ ਪੁੰਨੀਆ, ਉਮਰ 25 ਸਾਲ, ਕੱਦ 5'-8" MSC-IT ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਲੜਕੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸੰਪਰਕ 780-904-5608, 780-710-5571

ਮੇਲ: bdhillon@carillion.ca
ਇੰਗਲੈਂਡ ਤੋਂ ਪੜ੍ਹਿਆ ਉਮਰ 28 ਸਾਲ, ਕੱਦ 6 ਫੁੱਟ, ਵਧੀਆ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ 20 ਏਕੜ ਜਮੀਨ, ਇੰਡੀਆ ਵਿੱਚ ਵਧੀਆ ਨੌਕਰੀ ਕਰਦੇ ਲੜਕੇ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪੀ.ਆਰ ਜਾਂ ਸਿਟੀਜਨ ਲੜਕੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸੰਪਰਕ 780-716-5859
ਸਿੱਖ ਬੀ ਟੈੱਕ, ਉਮਰ 30 ਸਾਲ, ਕੱਦ 5'-7: ਬਿਜਨਸ ਕਰਦੇ ਲੜਕੇ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਲੜਕੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸੰਪਰਕ 778-838-5989 ਇੰਡੀਆ-9872719621
ਜੱਟ ਸਿੱਖ, ਮਕੈਨੀਕਲ ਇੰਜਨੀਅਰ, ਉਮਰ 27 ਸਾਲ, ਕੱਦ 5'-11 ਲੜਕੇ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਲੜਕੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸੰਪਰਕ 514-609-0617
ਜੱਟ ਸਿੱਖ, ਧਾਲੀਵਾਲ ਉਮਰ 25 ਸਾਲ, ਕੱਦ 5'-10 ਲੁਧਿਆਣੇ ਜਿਲੇ ਵਿੱਚ 25 ਏਕੜ ਜਮੀਨ, ਵਿਜਟਰ ਵੀਜੇ, 'ਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਆਏ ਲੜਕੇ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪੀ.ਆਰ ਜਾਂ ਸਿਟੀਜਨ ਲੜਕੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸੰਪਰਕ : 780-953-6167
ਜੱਟ ਸਿੱਖ ਲੜਕੀ ਉਮਰ 25 ਸਾਲ

ਕੱਦ ਸਾਢੇ 5' ਫੁੱਟ M.A ਲਈ ਜੱਟ Canadian ਜੱਟ ਸਿੱਖ ਲੜਕੇ ਦੀ ਲੋੜ। 780-932-0612, 94172-00545
ਜੱਟ ਸਿੱਖ ਗਰੇਵਾਲ ਉਮਰ 28 ਸਾਲ ਕੱਦ 5'-3", ਬੀ. ਟੈਕ, ਐਮ. ਟੈਕ, ਅਸਿਸਟੈਂਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਦੀ ਜੋਰ ਕਰ ਰਹੀ ਲੜਕੀ ਨੂੰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਲੜਕੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਲੜਕੀ ਦਾ ਵੱਡਾ ਭਰਾ ਐਡਮਿਟਨ ਵਿਚ ਰਹਿ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੰਪਰਕ : ਕੈਨੇਡਾ 587-501-3604, ਇੰਡੀਆ : +91 94634-10985
ਸੰਯੁ ਜੱਟ ਸਿੱਖ, ਉਮਰ 25 ਸਾਲ, ਕੱਦ 5'4 ਐਮ ਏ, ਬੀ ਐੱਡ, ਐੱਮ ਫਿਲ ਲੜਕੀ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਲੜਕੇ ਦੀ ਤਲਾਸ਼। ਲੜਕੀ ਦਾ ਬਾਕੀ ਪਰਿਵਾਰ ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਵਸਨੀਕ ਹੈ। ਸੰਪਰਕ 780-707-3837, 7809036232
ਜੱਟ ਸਿੱਖ ਲੜਕਾ Canada ਵਿੱਚ Student 24 ਸਾਲ, ਕੱਦ 5'-9 ਲਈ Canada P.R ਲੜਕੀ ਦੀ ਲੋੜ। 1780-932-0612 94172-00545
ਜੱਟ ਸਿੱਖ 24 ਸਾਲ ਕੱਦ 6' ਫੁੱਟ ਲੜਕੇ ਲਈ Canada ਦੀ P.R ਲੜਕੀ ਦੀ ਲੋੜ All Family well

settled in Canada. 780-913-1179
ਇੰਡੀਆ +91-90200-00019
ਰਾਮਗੜੀਆ ਸਿੱਖ, ਵਿਜਟਰ ਵੀਜੇ 'ਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਆਏ ਲੜਕੇ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਲੜਕੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਉਮਰ 27 ਸਾਲ ਕੱਦ 5'-10 ਸੰਪਰਕ 780-782-3313
ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਇਮੀਗ੍ਰਾਂਟ ਰਾਮਗੜੀਆ ਸਿੱਖ ਲੜਕੀ July 87 Born E'GT(B.Tech), ਮੈਨੇਜਰ ਦੀ ਜੋਬ ਕਰਦੀ ਹੋਈ ਪਰਿਵਾਰਕ ਲੜਕੀ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਯੋਗ ਵਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਸਟੂਡੈਂਟ/ਵਰਕ ਪਰਮਿਟ ਉੱਤੇ ਆਏ ਹੋਏ ਲੜਕੇ ਤੇ ਵੀ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ,ਮਾਲਵੇ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਲੜਕੀ ਦਾ ਸਾਰਾ ਪਰਿਵਾਰ ਐਡਮਿਟਨ ਵਿੱਚ well settled ਹੈ। ਆਪਣਾ Biodata / Picture e-mail : deepedmonton9@gmail.com. (whatsapp) or Call ' 780-628-7089
ਢੰਡ ਖਤਰੀ ਲੜਕਾ ਉਮਰ 36 ਸਾਲ ਕੱਦ 5'-8" ਖੁਦ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ, ਭੈਣ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ Well Seattled ਮੁੰਡੇ ਦੀ ਫਾਈਲ Already Apply ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੀ, ਵਾਸਤੇ ਲੜਕੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਮੁੰਡੇ ਦੀ ਭੈਣ ਇੰਡੀਆ ਆਈ ਹੋਈ ਹੈ। ਕੋਈ ਜਾਤੀ ਬੰਧਨ ਨਹੀਂ। ਸੰਪਰਕ : 9855813008, +1 646-287-9887
ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਇਮੀਗ੍ਰਾਂਟ, ਜੱਟ ਸਿੱਖ ਚੀਮਾ ਉਮਰ 30 ਸਾਲ, ਕੱਦ 5'-5" ਲਈ ਲੜਕੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਹੀ ਪਰਿਵਾਰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਜੋ ਲੜਕੇ ਦੀ ਇੰਡੀਆ ਰਹਿਦੀ ਭੈਣ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਲੜਕੇ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਕਰਵਾ ਸਕਣ। ਸੰਪਰਕ:-780-238-1020 bluewhaleelectrical@yahoo.com
ਰਾਮਦਾਸੀਆ ਸਿੱਖ ਜੁਲਾਹਾ, ਉਮਰ 27 ਸਾਲ ਕੱਦ 5 ਫੁੱਟ 9 ਇੰਚ, BSC IT ਲੜਕੇ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪੀ ਆਰ ਜਾਂ ਸਿਟੀਜਨ ਲੜਕੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸੰਪਰਕ: 639-470-2491
Jatt sikh dhanoa 27/5,7 Dentist girl in India looking for a suitable match doctor/engineer boy India or abroad. Contact 780 236 0671 India 70872 64520
31 year old Sikh Khatri/



arora boy 5feet6 Canadian university graduate with business degree and working in medical science field looking for a well educated girl from Khatri/arora/ramgharia family. Please contact 780 264 9616 or yoursps@yahoo.com
A Sikh boy residing in Edmonton working as a Engineer, Height 5'-9" Age 33 Years old Looking qualified girl from Alberta. Contact : 780-489-7925

LADOO MATRIMONIAL
ਰਿਸ਼ਤੇ ਹੀ ਰਿਸ਼ਤੇ RISTHE HI RISTHE
We Provide Worldwide Services
Jetander Sapra
212-470-7175, 516-309-0236
ladooatrimonial@gmail.com
jetandersapra@gmail.com
261-03 Hillside Ave
Floral Park 11004
www.ladooatrimonial.com

Chohan Boutique
Specialized in
Ladies Designer Suits
Anarkali Suit
Embroidery Suit
Bridal Lahnga
Classical Embroidery
Machine Embroidery
Readymade dresses, Indian Punjabi Jutti, and Jewellery
Instagram & Facebook
Chohanboutique.nj
Whatsapp numbers
(732) 421-5460,
(973) 810-6498
chohanboutique@gmail.com

PREETNAMA ਪ੍ਰੀਤਨਾਮਾ ਖਰਾ ਸੱਚ

ਪਿਛਲੇ ਇੱਕ ਸਾਲ ਤੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਪਾਠਕਾਂ ਦੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਤੇ ਖਰਾ



Online and Print media

24 ਘੰਟੇ ਆਨਲਾਈਨ ਪੜ੍ਹੋ
www.preetnama.com
ਲੇਖ ਅਤੇ ਚਲੰਤ ਮਾਮਲੇ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਆਪਣੇ ਵਪਾਰ
ਨੂੰ ਵਧਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ
ਅੱਜ ਹੀ ਜੁੜੋ ਸਾਡੇ ਨਾਲ

It's Time to Grow. Your Business Advertise with us....

ਪ੍ਰੀਤਨਾਮਾ

preetnamausa@gmail.com
Contact: 201-312-4180

ਅਦਾਰਾ ਪ੍ਰੀਤਨਾਮਾ ਵੱਲੋਂ ਅਪੀਲ

ਅਜਿਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਵਰਤੋਂ ਵਿਚ ਲਿਆਂਦਾ ਜਾ ਸਕੇ
ਆਪਣਾ ਆਲਾ ਦੁਆਲਾ ਸਾਫ ਰੱਖੋ, ਲੰਗਰ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਬਰਤਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਨਾ ਛੁਕੋ,
ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਸਾਫ ਰੱਖਣ ਲਈ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿਓ।

If You Cant REUSE IT REUSE IT