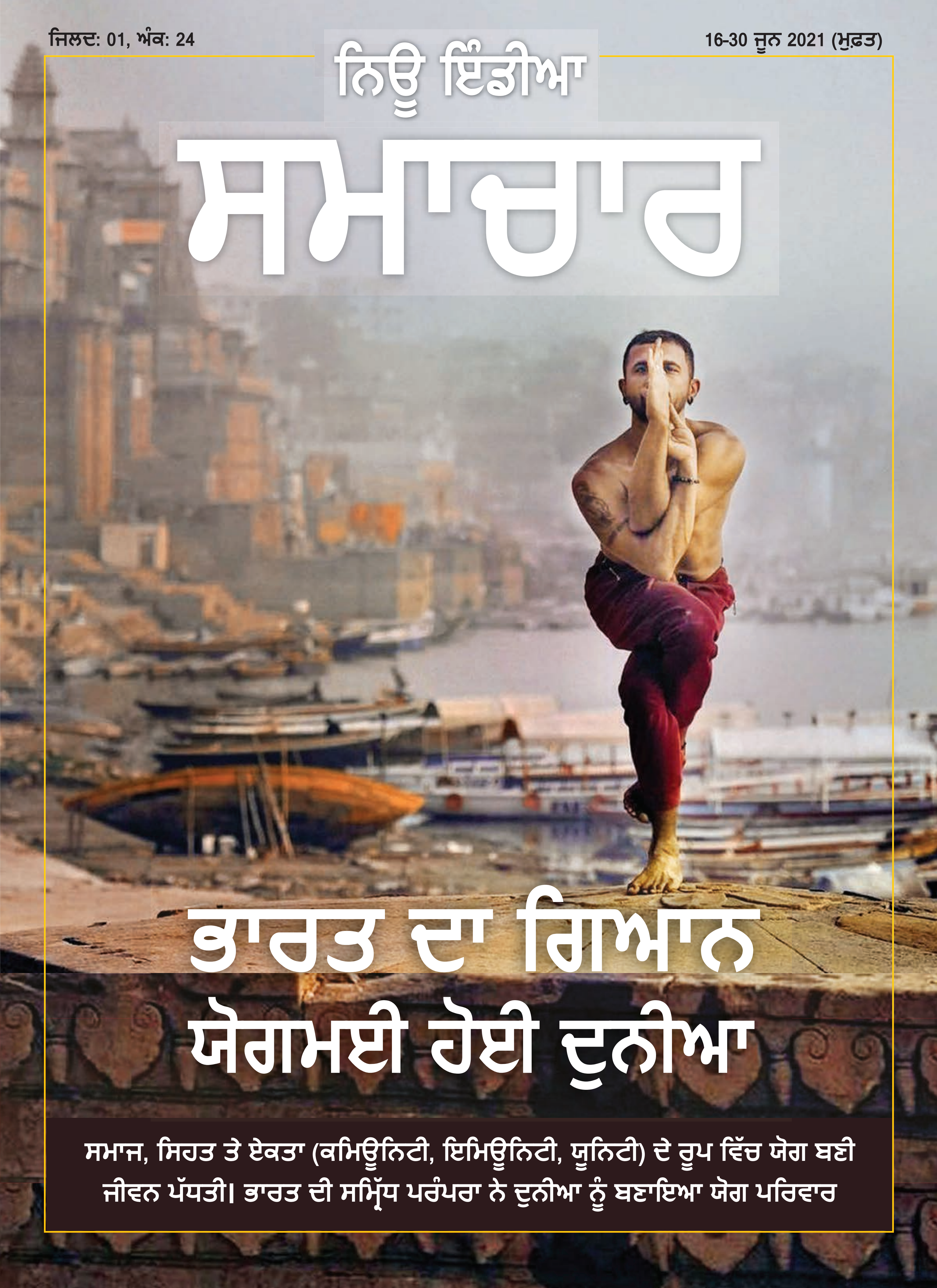
ਜਿਲਦ: 01, ਅੰਕ: 24

16-30 ਜੂਨ 2021 (ਮੁਫ਼ਤ)

ਨਿਊ ਇੰਡੀਆ ਸਮਾਚਾਰ



ਭਾਰਤ ਦਾ ਗਿਆਨ ਯੋਗਮਈ ਹੋਈ ਦੁਨੀਆ

ਸਮਾਜ, ਸਿਹਤ ਤੇ ਏਕਤਾ (ਕਮਿਊਨਿਟੀ, ਇਮਿਊਨਿਟੀ, ਯੂਨਿਟੀ) ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਬਣੀ ਜੀਵਨ ਪੱਧਤੀ। ਭਾਰਤ ਦੀ ਸਮ੍ਰਿੱਧ ਪਰੰਪਰਾ ਨੇ ਦੁਨੀਆ ਨੂੰ ਬਣਾਇਆ ਯੋਗ ਪਰਿਵਾਰ

ਅਦਿਤੀ: ਸਭ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਕੋਰੋਨਾ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਲੜਾਈ ਜ਼ਰੂਰ ਜਿੱਤਾਂਗੇ

ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ: ਬੇਟੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ 'ਚ ਸਰਸਵਤੀ ਬਿਰਾਜਮਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

ਕੋਵਿਡ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਲੜਾਈ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਜਨ ਸਰੋਕਾਰ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ, ਜਨ ਸੰਵਾਦ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ 'ਸਬਕਾ ਸਾਥ, ਸਬਕਾ ਵਿਕਾਸ, ਸਬਕਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ' ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਹਰ ਨੀਤੀ ਦਾ ਅਹਿਮ ਹਿੱਸਾ ਬਣੀ ਹੈ। ਬੀਤੇ 7 ਸਾਲਾਂ 'ਚ ਸਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਨੇ ਭਰੋਸਾ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹਰੇਕ ਆਪਦਾ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਦਾ ਹੌਸਲਾ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਸੰਵਾਦ ਦੀ ਕੜੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ 'ਮਨ ਕੀ ਬਾਤ' ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਕੋਵਿਡ ਰਾਹਤ ਵਿੱਚ ਜੁਟੇ ਆਕਸੀਜਨ ਟੈਂਕਰ ਚਾਲਕ ਦਿਨੇਸ਼ ਬਾਬੂਲਨਾਥ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੀ, ਤਾਂ ਆਕਸੀਜਨ ਐਕਸਪ੍ਰੈੱਸ ਦੀ ਲੋਕੋ-ਪਾਇਲਟ ਸ਼ਿਰਿਸ਼ਾ ਨੂੰ ਨਾਰੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕ ਦੱਸਿਆ। ਵਾਯੂ ਸੈਨਾ ਵਿੱਚ ਗਰੁੱਪ ਕੈਪਟਨ ਏ.ਕੇ. ਪਟਨਾਇਕ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬੇਟੀ ਅਦਿਤੀ ਨੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੋਰੋਨਾ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਲੜਾਈ ਜ਼ਰੂਰ ਜਿੱਤਾਂਗੇ, ਤਦ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਡੇ ਇੱਥੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਦੋਂ ਬੇਟੀ ਬੋਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਸਰਸਵਤੀ ਬਿਰਾਜਮਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪੇਸ਼ ਹਨ 'ਮਨ ਕੀ ਬਾਤ' ਦੇ ਅੰਸ਼:

- **ਸਮੂਹਿਕ ਸ਼ਕਤੀ ਤੇ ਸੇਵਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ:** ਪਿੱਛੇ ਜਿਹੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਦੋ ਵੱਡੇ ਸਾਈਕਲੋਨ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪਿਆ - ਪੱਛਮੀ ਕੰਢੇ ਉੱਤੇ 'ਤੌਕਤੇ' ਅਤੇ ਪੂਰਬੀ ਕੰਢੇ ਉੱਤੇ ਚੱਕਰਵਾਤ 'ਯਾਸ'। ਅਸੀਂ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਜਾਨੀ ਨੁਕਸਾਨ ਨੂੰ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਪੂਰੀ ਤਾਕਤ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕੀਤਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਸਾਈਕਲੋਨ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਰਾਜਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਹੌਸਲੇ ਦਾ ਸਬੂਤ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਧੀਰਜ-ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਨਾਲ ਲੜਾਈ ਲੜੀ ਹੈ।
- **ਨਵਾਂ ਵਿਸ਼ਵਾਸ:** ਕਈ ਪੁਰਾਣੇ ਵਿਵਾਦ ਵੀ ਪੂਰੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਸਦਭਾਵ ਨਾਲ ਸੁਲਝਾਏ ਗਏ ਹਨ। ਉੱਤਰ-ਪੂਰਬ ਤੋਂ ਕਸ਼ਮੀਰ ਤੱਕ ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਹੈ।
- **ਜਿੱਤਾਂਗੇ ਕੋਵਿਡ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਜੰਗ:** ਇਸ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ ਭਾਰਤ 'ਸੇਵਾ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ' ਦੇ ਸੰਕਲਪ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਵਧ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਵਾਇਰਸ ਵਿਰੁੱਧ ਜਾਰੀ ਜੰਗ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਜਿੱਤ ਹੋਵੇਗੀ।
  - ਆਕਸੀਜਨ ਦੀ ਆਵਾਜਾਈ ਨੂੰ ਸੌਖਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਭਾਰਤੀ ਰੇਲਵੇ ਨੇ ਕਦਮ ਅੱਗੇ ਵਧਾਇਆ ਹੈ। ਆਕਸੀਜਨ ਐਕਸਪ੍ਰੈੱਸ ਨੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਕੋਣੇ-ਕੋਣੇ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਆਕਸੀਜਨ ਪਹੁੰਚਾਈ ਹੈ।
  - ਸਾਡੀ ਜਲ ਸੈਨਾ, ਵਾਯੂ ਸੈਨਾ, ਥਲ ਸੈਨਾ ਵੀ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਆਕਸੀਜਨ ਕੰਸੰਟ੍ਰੇਟਰ ਅਤੇ ਕ੍ਰਾਇਓਜੈਨਿਕ ਟੈਂਕਰ ਲਿਆਉਣ ਵਿੱਚ ਲਗੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਦੇਸ਼ ਸਾਡੇ ਫ਼ੌਜੀਆਂ, ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਤੇ ਤਕਨੀਸ਼ੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਸਲਾਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਪਿੱਛੇ ਦੇਸ਼ ਲਈ ਸੇਵਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਤੇ ਸੰਕਲਪ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।
  - ਕੋਰੋਨਾ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ 'ਚ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਟੈਸਟਿੰਗ ਲੈਬ ਸੀ ਪਰ ਅੱਜ ਢਾਈ ਹਜ਼ਾਰ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੈਬਸ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਸ਼ੁਰੂਆਤ 'ਚ ਇੱਕ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਸੌ ਹੀ ਟੈਸਟ ਹੋ ਪਾਉਂਦੇ ਸਨ, ਹੁਣ ਇੱਕ ਦਿਨ ਵਿੱਚ 20 ਲੱਖ ਤੋਂ ਵੱਧ ਟੈਸਟ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ।
- **ਸਾਫ਼ ਪਾਣੀ ਦਾ ਹੱਕ:** ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੇ 7 ਦਹਾਕਿਆਂ 'ਚ ਕੇਵਲ 3.5 ਕਰੋੜ ਗ੍ਰਾਮੀਣ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦੇ ਕਨੈਕਸ਼ਨ ਸਨ, ਪਰ ਪਿਛਲੇ ਸਿਰਫ਼ 21 ਮਹੀਨਿਆਂ 'ਚ 4.5 ਕਰੋੜ ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਪਾਣੀ ਦੇ ਕਨੈਕਸ਼ਨ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ।
- **ਡਿਜੀਟਲ ਲੈਣ-ਦੇਣ:** ਇਨ੍ਹਾਂ 7 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਨੇ ਦੁਨੀਆ ਨੂੰ ਡਿਜੀਟਲ ਲੈਣ-ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਦਿਸ਼ਾ ਦਿਖਾਉਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਅੱਜ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਥਾਨ ਉੱਤੇ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਡਿਜੀਟਲ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜੋ ਕੋਵਿਡ ਦੇ ਸਮੇਂ ਬਹੁਤ ਉਪਯੋਗੀ ਸਿੱਧ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- **ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਤੇ ਕਿਸਾਨ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ:** ਇਸ ਮਹਾਮਾਰੀ 'ਚ ਵੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਰਿਕਾਰਡ ਉਤਪਾਦਨ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਨੇ ਨਿਊਨਤਮ ਸਮਰਥਨ ਮੁੱਲ (ਐੱਮਐੱਸਪੀ) ਉੱਤੇ ਰਿਕਾਰਡ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਫ਼ਸਲਾਂ ਦੀ ਖ਼ਰੀਦ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਸੰਕਟ ਦੀ ਘੜੀ ਵਿੱਚ 80 ਕਰੋੜ ਵੰਚਿਤਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਰਾਸ਼ਨ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਿਸਾਨ ਰੇਲ ਨੇ ਹੁਣ ਤੱਕ ਲਗਭਗ 2 ਲੱਖ ਟਨ ਉਪਜ ਦੀ ਢੋਆ-ਢੁਆਈ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦੱਖਣ ਤੋਂ ਉੱਤਰੀ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਭੇਜੇ ਗਏ ਸੈਂਕੜੇ ਟਨ ਵਿਜੈਨਗਰਮ ਅੰਬ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਅਗਰਤਲਾ ਦੇ ਕਿਸਾਨ ਕਟਹਲ ਦੀ ਬਹੁਤ ਅੱਛੀ ਫ਼ਸਲ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਾਰ ਕਟਹਲ ਲੰਦਨ ਭੇਜਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਬਿਹਾਰ ਦੀ 'ਸ਼ਾਹੀ ਲੀਚੀ' ਵੀ ਲੰਦਨ ਭੇਜੀ ਗਈ ਹੈ।

'ਮਨ ਕੀ ਬਾਤ ਪੂਰੀ ਸੁਣਨ ਦੇ ਲਈ QR ਕੋਡ Scan ਕਰੋ'

ਨਿਊ ਇੰਡੀਆ ਸਮਾਚਾਰ

ਜਿਲਦ: 01, ਅੰਕ: 24 | 16-30 ਜੂਨ 2021

ਸੰਪਾਦਕ:
ਜੈਦੀਪ ਭਟਨਾਗਰ
ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ,
ਪੱਤਰ ਸੂਚਨਾ ਦਫ਼ਤਰ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

ਸਲਾਹਕਾਰ ਸੰਪਾਦਕ:
ਸੰਤੋਸ਼ ਕੁਮਾਰ

ਸਹਾਇਕ ਸਲਾਹਕਾਰ ਸੰਪਾਦਕ:
ਵਿਭੋਰ ਸ਼ਰਮਾ

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿੰਟਰ:
ਸਤਯੇਂਦਰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼
ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ,
ਬੀਓਸੀ (ਬਿਊਰੋ ਆਵ੍ ਆਊਟਰੀਚ ਐਂਡ ਕਮਿਊਨੀਕੇਸ਼ਨ)

ਪ੍ਰਿੰਟਿੰਗ:
ਵਿਬਾ ਪ੍ਰੈੱਸ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਲਿਮਿਟਿਡ,
ਸੀ-66/3, ਓਖਲਾ ਫ਼ੇਜ਼-II,
ਓਖਲਾ ਇੰਡਸਟ੍ਰੀਅਲ ਏਰੀਆ,
ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

ਕਮਿਊਨੀਕੇਸ਼ਨ ਅਡਰੈੱਸ ਅਤੇ ਈ-ਮੇਲ:
ਕਮਰਾ ਨੰਬਰ - 278,
ਬਿਊਰੋ ਆਵ੍ ਆਊਟਰੀਚ ਐਂਡ ਕਮਿਊਨੀਕੇਸ਼ਨ, ਸੂਚਨਾ ਭਵਨ,
ਦੂਸਰੀ ਮੰਜ਼ਿਲ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ-110003
ਈ-ਮੇਲ-response-nis@pib.gov.in

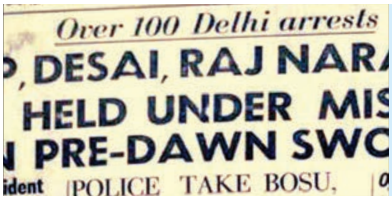
ਡਿਜ਼ਾਈਨਰ:
ਸ਼ਿਆਮ ਸ਼ੰਕਰ ਤਿਵਾਰੀ

ਆਰ.ਐੱਨ.ਆਈ. ਨੰਬਰ
DELPUN/2020/78808

ਅੰਦਰਲੇ ਪੰਨਿਆਂ ਉੱਤੇ...

ਵਿਸ਼ਵ ਬਣਿਆ ਇੱਕ ਯੋਗ ਪਰਿਵਾਰ

ਕਵਰ ਸਟੋਰੀ
21 ਜੂਨ ਨੂੰ 7ਵੇਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੇ ਅਵਸਰ 'ਤੇ ਜਾਣੋ ਭਾਰਤ ਦੇ ਵਿਸ਼ਵ ਯੋਗ ਗੁਰੂ ਬਣਨ ਦੀ ਗਾਥਾ ਨਾਲ ਯੋਗ ਦੇ ਫ਼ਾਇਦੇ | ਪੰਨਾ 14-27


Over 100 Delhi arrests
DESAI, RAJ NARA
HELD UNDER MIS
PRE-DAWN SWO
POLICE TAKE BOSU

ਜਦੋਂ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਹੋਇਆ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ
ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀ 46ਵੀਂ ਵਰ੍ਹੇਗੰਢ 'ਤੇ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੇ ਸੰਕਲਪ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਦੁਹਰਾਉਣ ਦਾ ਦਿਨ, ਨਾਲ ਹੀ ਏ. ਸੂਰਯਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲੇਖ ਪੰਨਾ 30-34

ਸਿਹਤ ਸੁਧਾਰ
ਕੋਵਿਡ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਜੰਗ 'ਚ ਅੱਗੇ ਵਧ ਰਿਹਾ ਭਾਰਤ

ਸਦੀ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਭਿਆਨਕ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੀ ਦੂਸਰੀ ਲਹਿਰ ਦੌਰਾਨ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਆਮ ਹੋ ਰਹੇ ਹਾਲਾਤ | ਪੰਨਾ 8-13

ਸਮਾਚਾਰ ਸਾਰ
ਪੰਨਾ 4-5

ਗੋਆ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦਾ ਸੱਤਿਆਗ੍ਰਹਿ ਅੰਦੋਲਨ
1947 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਗੁਲਾਮੀ ਦੀਆਂ ਬੇੜੀਆਂ 'ਚ ਜਕੜੇ ਗੋਆ ਵਿੱਚ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ। ਪੰਨਾ 6

ਮੇਰਾ ਸ਼ਹਿਰ, ਮੇਰਾ ਸੁਪਨਾ
ਭਾਰਤ 'ਚ ਆਧੁਨਿਕ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਦੀ ਨੀਂਹ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ | ਪੰਨਾ 28-29

'ਵੰਦੇ ਮਾਤਰਮ੍' ਗਾਉਣ ਦੇ ਲਈ ਜੋ ਨਿਜ਼ਾਮ ਨਾਲ ਵੀ ਭਿੜ ਗਏ
ਭਾਰਤ ਦੇ ਨੌਂਵੇਂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਪੀ.ਵੀ. ਨਰਸਿਮਹਾ ਰਾਓ ਦੀ ਜਯੰਤੀ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ | ਪੰਨਾ 35

ਸੇਵਾ ਦੇ 7 ਵਰ੍ਹੇ, ਵਿਕਾਸ ਦੇ 14 ਸੂਤਰ
ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ 'ਚ ਵਿਕਾਸ ਪਥ 'ਤੇ ਸੱਤ ਸਾਲ | ਪੰਨਾ 36-38

ਅੰਕੜੇ ਜੋ ਤੈਅ ਕਰਦੇ ਹਨ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਤੇ ਤਕਦੀਰ
ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅੰਕੜਾ ਦਿਵਸ 'ਤੇ ਜਾਣੋ ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਅਰਥਸ਼ਾਸਤਰ | ਪੰਨਾ 39-41

ਹੂਲ ਦਿਵਸ: ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੀ ਜਨ-ਕ੍ਰਾਂਤੀ
ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਮਹੋਤਸਵ ਦੀ ਕੜੀ ਵਿੱਚ ਸੰਥਾਲ ਆਦਿਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਕ੍ਰਾਂਤੀਗਾਥਾ | ਪੰਨਾ 42-43

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਜਨਸੇਵਾ ਬਣਿਆ 'ਪਰਮੋ ਧਰਮ:'
ਬਦਲਦੇ ਭਾਰਤ ਦੀ ਕਹਾਣੀ | ਪੰਨਾ 44

72 ਘੰਟੇ ਬਿਨਾ ਖਾਧੇ-ਸੌਂਏਂ ਦੁਸ਼ਮਣ ਨੂੰ ਖਦੇੜਨ ਵਾਲੇ ਪਰਮਵੀਰ
ਦੇਸ਼ ਦੇ ਤੀਸਰੇ ਪਰਮਵੀਰ ਚੱਕਰ ਸਨਮਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਮੇਜਰ ਰਾਮ ਰਾਘੋਬਾ ਰਾਣੇ ਦੀ ਸੂਰਬੀਰਤਾ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ 72 ਘੰਟਿਆਂ ਦੀ ਵੀਰਗਾਥਾ | ਪੰਨਾ 7

ਸੰਪਾਦਕ ਦੀ ਕਲਮ ਤੋਂ...

ਸਾਦਰ ਨਮਸਕਾਰ!

ਕੋਵਿਡ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਦੇਸ਼ ਪੂਰੀ ਤਾਕਤ ਨਾਲ ਲੜ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ ਸੌ ਸਾਲਾਂ 'ਚ ਇਹ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਮਹਾਮਾਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸੇ ਦੌਰਾਨ ਦੇਸ਼ ਨੇ ਅਨੇਕ ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤਾਂ ਦਾ ਵੀ ਡਟ ਕੇ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਚੁਣੌਤੀ ਕਿੰਨੀ ਵੀ ਵੱਡੀ ਹੋਵੇ, ਭਾਰਤ ਦਾ ਜੇਤੂ ਸੰਕਲਪ ਵੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਓਨਾ ਹੀ ਵੱਡਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੀ ਸਮੂਹਿਕ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਭਾਵ ਨੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਹਰ ਸੰਕਟ 'ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਿਆ ਹੈ। ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ, ਫ੍ਰੰਟਲਾਈਨ ਉੱਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਜੋਧੇ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਕੋਵਿਡ ਦੀ ਇਸ ਦੂਸਰੀ ਲਹਿਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਬਚਾਉਣ 'ਚ ਵੱਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਲੇਕਿਨ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਚੌਕਸੀ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣੀ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਮਹਾਮਾਰੀ ਨਾਲ ਲੜਨ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਹਰ ਸੰਭਵ ਉਪਾਅ ਨੂੰ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ।

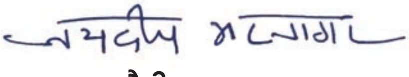
ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੇ ਇਸ ਤੱਥ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਕਿ ਅੱਜ ਇਸ ਮਹਾਮਾਰੀ ਵਿੱਚ 'ਯੋਗ' ਸਾਡੇ ਬਚਾਅ ਦਾ ਅਹਿਮ ਸਾਧਨ ਬਣਿਆ ਹੈ। ਯੋਗ ਭਾਰਤ ਦੀ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਸਮ੍ਰਿੱਧ ਪਰੰਪਰਾ ਦੀ ਅਮਿੱਟ ਪਹਿਚਾਣ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਹੁਣ ਦੁਨੀਆ ਨੇ ਬਹੁਤ ਨੇੜਿਓਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਦਾ ਯੋਗ ਹੁਣ ਦੁਨੀਆ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ ਹਰ ਸਾਲ 21 ਜੂਨ ਨੂੰ 'ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ' ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਿਸ਼ਵ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਹਿੰਦੁਸਤਾਨੀ ਲਈ ਸਿਰ ਉੱਚਾ ਕਰਕੇ ਮਾਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਜਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਯੋਗ ਨੂੰ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਨੇ ਵੀ 'ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ' ਐਲਾਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਸਤਾਵ ਵਿੱਚ ਆਖਿਆ ਸੀ, 'ਯੋਗ ਸਿਹਤ ਤੇ ਭਲਾਈ ਲਈ ਇੱਕ ਸਮੁੱਚਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜੀਵਨ ਦੇ ਸਾਰੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਤਾਲਮੇਲ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਵਿਸ਼ਵ ਦੀ ਆਬਾਦੀ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਲਈ ਯੋਗ-ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਫ਼ਾਇਦਿਆਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਵਿਆਪਕ ਪ੍ਰਸਾਰ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੋਵੇਗਾ।' ਸਹੀ ਅਰਥਾਂ 'ਚ ਯੋਗ ਵਿਸ਼ਵ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਮਿਊਨਿਟੀ, ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਤੇ ਯੂਨਿਟੀ ਦਾ ਅਧਾਰ ਹੈ।

ਜੇ ਅੱਜ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਇੰਨੀ ਵਧੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਤੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਦੇ 2014 ਤੋਂ ਕੀਤੀਆਂ ਅਣਥੱਕ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਸਰਬਉੱਚ ਹੈ। ਯੋਗ ਦੀ ਸਮ੍ਰਿੱਧ ਪਰੰਪਰਾ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵ-ਪੱਧਰੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਹੀ ਇਸ ਵਾਰ ਦੀ ਕਵਰ-ਸਟੋਰੀ ਬਣੀ ਹੈ।

ਨਾਲ ਹੀ, ਦੇਸ਼ ਦੇ ਤੀਸਰੇ ਪਰਮਵੀਰ ਚੱਕਰ ਪ੍ਰਾਪਤਕਰਤਾ ਮੇਜਰ ਰਾਮਾ ਰਾਘੋਬਾ ਰਾਣੇ ਦੀ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਨੂੰ ਧੂੜ ਚਟਾਉਣ ਵਾਲੀ ਅਦਭੁਤ ਵੀਰਤਾ ਦੀ ਕਹਾਣੀ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ 46 ਵਰ੍ਹੇ, ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਆਮ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵ, ਮੋਦੀ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਸੇਵਾ ਦੇ 7 ਵਰ੍ਹੇ ਅਤੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਮਹੋਤਸਵ ਵਿੱਚ ਸੰਥਾਲ ਵਿਦਰੋਹ ਵਿੱਚ ਮੁਰਮੂ ਭਰਾਵਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਕ ਕਹਾਣੀ ਇਸ ਅੰਕ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹੋ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹੋ ਤੇ ਆਪਣੇ ਸੁਝਾਅ ਸਾਨੂੰ ਲਿਖਦੇ ਰਹੋ।

ਪਤਾ- ਕਮਰਾ ਨੰਬਰ - 278,
ਬਿਊਰੋ ਆਵ੍ ਆਊਟਰੀਚ ਐਂਡ ਕਮਿਊਨੀਕੇਸ਼ਨ,
ਸੂਚਨਾ ਭਵਨ, ਦੂਸਰੀ ਮੰਜ਼ਿਲ,
ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ-110003
ਈਮੇਲ-response-nis@pib.gov.in



(ਜੈਦੀਪ ਭਟਨਾਗਰ)

ਆਪ ਕੀ ਬਾਤ...

'ਨਿਊ ਇੰਡੀਆ ਸਮਾਚਾਰ' ਦੇ ਇਸ ਅੰਕ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਭਾਰਤ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ, ਪੁਲਾੜ 'ਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਨਵੀਂ ਉਡਾਣ ਅਤੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਜਿੱਤਾਂਗੇ ਅਸੀਂ, ਜਿਹੇ ਲੇਖਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਰੋਨਾ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਜਿੱਤਣ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਆਕਸੀਜਨ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਕਹਾਣੀ ਤੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਫ਼ੌਜਾਂ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ, ਗ਼ਰੀਬਾਂ ਦਾ ਮੁਫ਼ਤ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਆਯੁਰਵੇਦ ਨਾਲ ਬਚਾਅ ਤੇ ਘਰੇਲੂ ਨੁਸਖੇ, ਔਸ਼ਧ-ਗੁਣਾਂ ਵਾਲੇ ਪੌਦਿਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਸਮੱਗਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਉੱਥੇ ਹੀ ਇਸ ਅੰਕ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ, ਅਟਲ ਸੁਰੰਗ ਜਿਹੇ ਲੋਕ-ਹਿਤੈਸ਼ੀ ਪੱਖਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਸਮੱਗਰੀ ਪੜ੍ਹਨਯੋਗ ਤੇ ਸੰਭਾਲਣਯੋਗ ਬਣੀ ਹੈ। ਸਰਬੋਤਮ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ।

- ਪ੍ਰਿਯਾਂਸ਼ੂ ਸ਼ਰਮਾ priyanshuhp2005@gmail.com

ਕੋਰੋਨਾ 'ਚ ਫ੍ਰੰਟਲਾਈਨ ਜੋਧਿਆਂ ਨੂੰ ਹਾਰਦਿਕ ਨਮਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ ਨੂੰ ਮਾਣਮੱਤੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਧੰਨਵਾਦ। ਆਕਸੀਜਨ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਸਹੀ ਉਪਯੋਗ ਬਾਰੇ ਵੀ ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ ਸਮੱਗਰੀ ਹੈ। ਆਤਮਨਿਰਭਰ ਭਾਰਤ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਟੈਕਨੋਲੋਜੀ ਦੀਆਂ ਵਿਲੱਖਣ ਉਪਲਬਧੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਸਲਾਹਿਆ ਹੈ। ਦੇਸ਼ ਦੇ ਸੰਸਾਧਨਾਂ ਦਾ ਸਮੁੱਚਾ ਸਦਉਪਯੋਗ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਹੀ ਆਤਮਨਿਰਭਰ ਭਾਰਤ ਦਾ ਸੁਪਨਾ ਸਾਕਾਰ ਕਰੇਗਾ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਾਵਧਾਨੀ ਨਾਲ ਚੁਣੀ ਸਮੱਗਰੀ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ। ਨੌਜਵਾਨ ਲੋਕ ਇਸ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਲੈਣਗੇ। ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਤੇ ਡਿਜ਼ਾਈਨਿੰਗ ਉੱਚ-ਪਾਏ ਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਹਿਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਵਧਾਈ।

ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਜਗਦੀਸ਼ ਸ਼ਰਮਾ
jagdishpushpa@gmail.com

'ਨਿਊ ਇੰਡੀਆ ਸਮਾਚਾਰ' ਦਾ ਨਵਾਂ ਅੰਕ ਕੋਰੋਨਾ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਦੇਸ਼ ਦੀਆਂ ਵਿਆਪਕ ਤਿਆਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਦੇ ਸੰਕਲਪ ਨੂੰ ਸਾਕਾਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਨਵੇਂ ਭਾਰਤ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਵਿਸਤਾਰ ਨਾਲ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਅੰਕ ਸੰਭਾਲਣਯੋਗ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਵਧਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਤੱਥਾਂ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਅਨਿਲ ਗੁਪਤਾ
mahakalbhramannews@gmail.com

'ਨਿਊ ਇੰਡੀਆ ਸਮਾਚਾਰ' ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਨਵੀਆਂ-ਨਵੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ, ਵਿਭਿੰਨ ਸਮਾਰੋਹਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਖ਼ਬਰਾਂ ਦੀ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਪਖਵਾੜੇ ਦੀ ਥਾਂ ਹਫ਼ਤਾਵਾਰੀ ਹੋਵੇ। ਤੁਸੀਂ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਣੀ ਕਲਮ ਨਾਲ ਮਾਂ-ਭਾਰਤੀ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਰਹੋ, ਇਹੀ ਕਾਮਨਾ ਹੈ।

ਮੁਕੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਰਿਸ਼ੀ ਵਰਮਾ
mukesh123idea@gmail.com

ਨਵਾਂ ਅੰਕ ਕਾਫ਼ੀ ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ ਹੈ। ਇਸ ਅੰਕ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਨਵੀਂ ਤਕਨੀਕ ਨਾਲ ਆ ਰਹੇ ਪਰਿਵਰਤਨ, ਡਿਜੀਟਲ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਸ਼ਕਤੀਕਰਣ ਜਿਹੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕਤਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਕੋਰੋਨਾ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਜਿੱਥੇ ਲੋਕ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਤੋਂ ਡਰ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਘਰ 'ਚ ਬੈਠੇ ਹਨ, ਉੱਥੇ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਸ ਅੰਕ ਵਿੱਚ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਮੁਰੈਨਾ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਸੁਮਿਤ ਦੁਬੇ ਦੀ ਖ਼ਬਰ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕਰਕੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮਨਾਂ 'ਚ ਬੈਠੇ ਡਰ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਅਰਵਿੰਦ ਮਿਸ਼ਰ
mishra979@gmail.com

ਆਪਣੇ ਸੁਝਾਅ ਭੇਜੋ

ਕਮਿਊਨੀਕੇਸ਼ਨ ਅਡਰੈੱਸ ਅਤੇ ਈ-ਮੇਲ:

ਕਮਰਾ ਨੰਬਰ - 278,
ਬਿਊਰੋ ਆਫ੍ ਆਊਟਰੀਚ ਐਂਡ ਕਮਿਊਨੀਕੇਸ਼ਨ
ਸੂਚਨਾ ਭਵਨ, ਦੂਸਰੀ ਮੰਜ਼ਿਲ
ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ - 110003

ਈਮੇਲ- response-nis@pib.gov.in

ਤੌਕਤੇ ਅਤੇ ਯਾਸ: ਸਹੀ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਨੇ ਬਚਾਈਆਂ ਜਾਨਾਂ

ਜਲ–ਜਲਵਾਯੂ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਕਾਰਨ ਭਾਰਤ ਰਵਾਇਤੀ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਹੜ੍ਹ, ਸੋਕਾ, ਚੱਕਰਵਾਤ, ਭੁਚਾਲ ਤੇ ਜ਼ਮੀਨ ਖਿਸਕਣ ਜਿਹੀਆਂ ਕਈ ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵੱਖੋ–ਵੱਖਰੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਢੇ ਸੱਤ ਹਜ਼ਾਰ ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਤੋਂ ਲੰਬੀ ਤਟ–ਰੇਖਾ ਵਿੱਚੋਂ 5,700 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਵਿੱਚ ਚੱਕਰਵਾਤ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵੀ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਪਿੱਛੇ ਜਿਹੇ ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ, ਗੁਜਰਾਤ ਨੂੰ 'ਤੌਕਤੇ' ਅਤੇ ਓਡੀਸ਼ਾ ਅਤੇ ਪੱਛਮ ਬੰਗਾਲ ਜਿਹੇ ਰਾਜਾਂ ਨੂੰ 'ਯਾਸ' ਤੁਫਾਨ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪਿਆ। ਲੇਕਿਨ ਇਹ ਸਮਾਂ ਰਹਿੰਦੇ ਉਚਿਤ ਆਪਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਦਾ ਹੀ ਕਮਾਲ ਸੀ ਕਿ ਭਾਰਤ ਸੈਂਕੜੇ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਫ਼ਲ ਰਿਹਾ। ਸੈਨਾ ਅਤੇ ਭਾਰਤੀ ਤਟ–ਰੱਖਿਅਕ ਦਾ ਸਮਾਂ ਰਹਿੰਦੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸੁਰੱਖਿਆਤਮਕ ਉਪਾਵਾਂ ਨਾਲ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜਾਨ ਬਚੀ। ਚੱਕਰਵਾਤੀ ਤੁਫਾਨ ਤੌਕਤੇ ਦੌਰਾਨ ਭਾਰਤੀ ਜਲ ਸੈਨਾ ਤੇ ਭਾਰਤੀ ਤਟ–ਰੱਖਿਅਕ ਦਲ ਨੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਮੁੰਬਈ ਤਟ ਤੋਂ ਚਾਰ ਕਿਸ਼ਤੀਆਂ ਰਾਹੀਂ 600 ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਨਾਲ ਹੀ ਭਾਰਤੀ ਜਲ ਸੈਨਾ ਦੇ ਜਹਾਜ਼ ਤੇ ਹਵਾਈ ਜਹਾਜ਼, ਅਕਾਮੋਡੇਸ਼ਨ ਬਾਰਜ ਪੀ–305 ਦੇ ਲਾਪਤਾ ਚਾਲਕ ਅਮਲੇ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਖੋਜਬੀਣ ਅਤੇ ਬਚਾਅ ਮੁਹਿੰਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਰਹੇ। ਉੱਧਰ ਚੱਕਰਵਾਤੀ ਤੁਫਾਨ 'ਯਾਸ' ਦੌਰਾਨ ਭਾਰਤੀ ਤਟ–ਰੱਖਿਅਕ ਦੇ ਏਅਰ ਕੁਸ਼ਨ ਜਹਾਜ਼ ਨੇ ਪੱਛਮ ਬੰਗਾਲ ਦੇ ਨਯਾਚਾਰ 'ਚ ਫਸੇ ਲਗਭਗ 100 ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਇਆ। ਨਾਲ ਹੀ ਭਾਰਤੀ ਤਟ–ਰੱਖਿਅਕ ਨੇ ਸਮੁੰਦਰ 'ਚ ਗਈਆਂ ਮੱਛੀਆਂ ਫੜਨ ਵਾਲੀਆਂ 265 ਕਿਸ਼ਤੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਾਪਸੀ ਵੀ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕੀਤੀ।

ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਨੇ ਕਿਹਾ - ਇਸ ਸਾਲ 7.5% ਦੀ ਆਰਥਿਕ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਵਧੇਗਾ ਭਾਰਤ

ਕੋਵਿਡ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਭਾਰਤ ਲਈ ਆਰਥਿਕ ਮੋਰਚੇ ਉੱਤੇ ਚੰਗੀ ਖ਼ਬਰ ਹੈ। ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਜਿੱਥੇ ਵਿੱਤ ਵਰ੍ਹੇ 2020–21 ਦੀ ਆਖ਼ਰੀ ਤਿਮਾਹੀ 'ਚ ਜੀਡੀਪੀ ਵਿਕਾਸ ਦਰ 1.6% ਉੱਤੇ ਪੁੱਜ ਗਈ, ਉੱਥੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਨੇ ਕੈਲੰਡਰ ਸਾਲ 2021 ਲਈ ਭਾਰਤ ਦੇ ਅਨੁਮਾਨ ਨੂੰ ਵਧਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਦੀ ਜੀਡੀਪੀ 7.5% ਦੀ ਦਰ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਵਧੇਗੀ। ਇਸ ਆਲਮੀ ਸੰਸਥਾ ਨੇ ਜਨਵਰੀ ਦੇ ਆਪਣੇ ਅਨੁਮਾਨ ਵਿੱਚ 0.2 ਫੀਸਦੀ ਦਾ ਵਾਧਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਵਿਸ਼ਵ ਦੀ ਆਰਥਿਕ ਸਥਿਤੀ ਤੇ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ (ਡਬਲਿਊਈਐੱਸਪੀ) ਬਾਰੇ ਜਾਰੀ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਸਾਲ 2022 ਲਈ ਭਾਰਤ ਦੀ ਜੀਡੀਪੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧੇ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ 10.1 ਫੀਸਦੀ ਤੱਕ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਰਿਪੋਰਟ 'ਚ ਚਾਲੂ ਵਿੱਤ ਵਰ੍ਹੇ ਲਈ ਅਨੁਮਾਨ ਵਿੱਚ 0.2 ਫੀਸਦੀ ਤੇ ਅਗਲੇ ਸਾਲ ਲਈ 4.2 ਫੀਸਦੀ ਦਾ ਵਾਧਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਰਿਪੋਰਟ 'ਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਕੋਵਿਡ ਦੀ ਦੂਸਰੀ ਲਹਿਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੈ ਅਤੇ ਅਜਿਹੇ ਹਾਲਾਤ ਵਿੱਚ ਟੀਕੇ ਦੀ ਪਾਤਰਤਾ ਦਾ ਘੇਰਾ ਵਧਾ ਕੇ ਸਪਲਾਈ ਦੇ ਹਰ ਸੰਭਵ ਪ੍ਰਯਤਨ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ।

ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਖਾਦ ਦੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ ਵਧੀਆਂ, ਪਰ ਦੇਸ਼ 'ਚ ਪੁਰਾਣੀ ਕੀਮਤ 'ਤੇ ਹੀ ਮਿਲੇਗੀ

ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਖਾਦ ਦੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ ਵਧੀਆਂ ਹਨ, ਲੇਕਿਨ ਭਾਰਤ ਦੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਲਈ ਇਸ ਦੀ ਕੀਮਤ ਨਹੀਂ ਵਧੇਗੀ। ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਹਿਤ ਵਿੱਚ ਅਕਸ਼ੈ ਤ੍ਰਿਤੀਯਾ (ਅਖੈ ਤੀਜ) ਦੇ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਸਨਮਾਨ ਨਿਧੀ ਦੀ 8ਵੀਂ ਕਿਸ਼ਤ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਸੀ, ਤਾਂ ਹੁਣ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਵਧਦੀਆਂ ਖਾਦ ਕੀਮਤਾਂ ਦਾ ਅਸਰ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਉੱਤੇ ਨਾ ਪਵੇ, ਇਸੇ ਲਈ ਖਾਦ ਉੱਤੇ ਸਬਸਿਡੀ ਵਧਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਦੀ ਇਸ ਸਪਸ਼ਟ ਹਦਾਇਤ ਉੱਤੇ ਕਿ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮੁੱਲ ਵਾਧੇ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਦਰਾਂ ਉੱਤੇ ਹੀ ਖਾਦ ਮਿਲੇ, ਖਾਦ ਉੱਤੇ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀ ਸਬਸਿਡੀ 140% ਤੱਕ ਵਧਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਯਾਨੀ ਹੁਣ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀ ਬੋਰੀ ਖਾਦ ਉੱਤੇ 500 ਰੁਪਏ ਦੀ ਥਾਂ 1,200 ਰੁਪਏ ਦੀ ਸਬਸਿਡੀ ਮਿਲੇਗੀ। ਇੰਝ ਹੁਣ 2,400 ਰੁਪਏ ਦੀ ਖਾਦ ਦੀ ਬੋਰੀ ਸਿਰਫ਼ 1,200 ਰੁਪਏ 'ਚ ਹੀ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਉੱਤੇ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਲਗਭਗ 15 ਹਜ਼ਾਰ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦਾ ਅਤਿਰਿਕਤ ਖ਼ਰਚ ਝੱਲੇਗੀ।

ਭਾਰਤੀ ਰੇਲਵੇ ਨੇ 6 ਹਜ਼ਾਰ ਰੇਲਵੇ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ 'ਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਵਾਈ-ਫਾਈ

ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਅੱਜ ਸਿਰਫ਼ ਸੁਵਿਧਾ ਨਹੀਂ, ਬਲਕਿ ਜ਼ਰੂਰਤ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਰੇਲਵੇ ਰਾਹੀਂ ਸਫ਼ਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵਾਈ-ਫਾਈ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਜਨਵਰੀ 2016 'ਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਤੇ ਪਿੰਡਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ ਡਿਜੀਟਲ ਦੂਰੀ ਖ਼ਤਮ ਕਰਨ ਦੀ ਇਸ ਮੁਹਿੰਮ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀ ਸਫ਼ਲਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਦਿਆਂ ਰੇਲਵੇ ਨੇ ਦੂਰ–ਦੁਰਾਡੇ ਦੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਦੇ 6 ਹਜ਼ਾਰ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਵਾਈ-ਫਾਈ ਨਾਲ ਲੈਸ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਲਾਭ ਸਿਰਫ਼ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਦੂਰ–ਦੁਰਾਡੇ ਦੇ ਗ੍ਰਾਮੀਣ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿੱਥੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਸਪੀਡ ਘੱਟ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਲਾਕਿਆਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ–ਆਈਟੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕੋਵਿਡ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀਆਂ ਕਈ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈਆਂ, ਜਦੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਰੇਲਵੇ ਦੀ ਵਾਈ-ਫਾਈ ਸੁਵਿਧਾ ਨਾਲ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨੂੰ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਨੂੰ ਰਫ਼ਤਾਰ ਦਿੱਤੀ। ਡਿਜੀਟਲ ਇੰਡੀਆ ਪਹਿਲ ਵਿੱਚ ਰੇਲਵੇ ਨੇ ਅਹਿਮ ਯੋਗਦਾਨ ਦਿੰਦਿਆਂ 15 ਮਈ ਨੂੰ ਹਜ਼ਾਰੀਬਾਗ਼, ਓਡੀਸ਼ਾ ਦੇ ਜਾਰਾਪਾੜਾ ਰੇਲਵੇ ਸਟੇਸ਼ਨ ਉੱਤੇ ਵਾਈ-ਫਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਕੇ ਇਸ ਦੀ ਸੰਖਿਆ 6 ਹਜ਼ਾਰ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਹਿਤ ਵਿੱਚ ਵੱਡਾ ਫ਼ੈਸਲਾ: ਦਸਵੀਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੀਬੀਐੱਸਈ ਦੀ 12ਵੀਂ ਦੀ ਬੋਰਡ ਪਰੀਖਿਆ ਵੀ ਰੱਦ

ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਹੇਠ ਹੋਈ ਬੈਠਕ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਹਿਤ 'ਚ ਅਹਿਮ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਂਦਿਆਂ 12ਵੀਂ ਕਲਾਸ ਦੀ ਬੋਰਡ ਪਰੀਖਿਆ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਕੋਰੋਨਾ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਰਾਹਤ ਦੇਣ ਲਈ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਖ਼ੁਦ ਇਸ ਬੈਠਕ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਬੈਠਕ ਵਿੱਚ ਸੀਬੀਐੱਸਈ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਦੇ ਨਾਲ–ਨਾਲ ਰੱਖਿਆ ਮੰਤਰੀ ਰਾਜਨਾਥ ਸਿੰਘ ਤੇ ਸੂਚਨਾ ਤੇ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਮੰਤਰੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਜਾਵਡੇਕਰ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਸਨ। ਕੋਰੋਨਾ ਕਾਲ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਾਫ਼ੀ ਅਹਿਮ ਮੰਨਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪਰੀਖਿਆ ਰੱਦ ਕੀਤੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਾਡੀ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕਤਾ ਹੈ। ਕੋਰੋਨਾ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ ਬੱਚਿਆਂ ਉੱਤੇ ਤਣਾਅ ਪਾਉਣਾ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉੱਧਰ ਪਰੀਖਿਆ ਰੱਦ ਕੀਤੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਸੀਬੀਐੱਸਈ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੋਰੋਨਾ ਕਾਰਨ ਪਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਅਨਿਸ਼ਚਿਤਤਾ ਨੂੰ ਦੇਖਦਿਆਂ ਅਤੇ ਸਬੰਧਿਤ ਧਿਰਾਂ ਤੋਂ ਫ਼ੀਡਬੈਕ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਸ ਵਰ੍ਹੇ 12ਵੀਂ ਕਲਾਸ ਲਈ ਪਰੀਖਿਆਵਾਂ ਆਯੋਜਿਤ ਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲਿਆ ਗਿਆ। ਦਰਅਸਲ, ਕੋਰੋਨਾ ਦੀ ਦੂਸਰੀ ਲਹਿਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵਿੱਚ 12ਵੀਂ ਦੀ ਪਰੀਖਿਆ ਕਰਵਾਏ ਜਾਣ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਡਰ ਸੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਈਸੀਐੱਸਈ ਬੋਰਡ ਨੇ ਵੀ 12ਵੀਂ ਦੀ ਬੋਰਡ ਪਰੀਖਿਆ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀ।

ਡੇਢ ਕਰੋੜ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਰਿਹਾ, ਇੱਕ ਰਾਸ਼ਟਰ, ਇੱਕ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਦਾ ਲਾਭ

ਇੱਕ ਦੇਸ਼ ਇੱਕ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਦੇ ਲਈ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੌਰਾਨ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਅਨਾਜ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਬਲਕਿ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਕਿਤੇ ਵੀ ਅਨਾਜ ਲੈਣ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਵਰਦਾਨ ਸਿੱਧ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਅਦ ਤੋਂ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਔਸਤਨ ਡੇਢ ਕਰੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਮੂਲ ਸਥਾਨ ਦੀ ਥਾਂ ਦੂਜੇ ਰਾਜਾਂ 'ਚ ਸਸਤੇ ਰਾਸ਼ਨ ਦੀ ਸਰਕਾਰੀ ਦੁਕਾਨ ਤੋਂ ਰਾਸ਼ਨ ਚੁੱਕ ਰਹੇ ਹਨ। ਜਦਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਸੁਵਿਧਾ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਦੀ ਜਨਤਕ ਵੰਡ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਦੁਕਾਨ ਉੱਤੇ ਹੀ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਦੇਸ਼ ਦੇ 32 ਰਾਜਾਂ–ਕੇਂਦਰ ਸ਼ਾਸਿਤ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਲਾਗੂ 'ਵੰਨ ਨੇਸ਼ਨ, ਵੰਨ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ' ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਨਾਲ 69 ਕਰੋੜ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲਾਭ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਅਗਸਤ 2019 'ਚ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦੇ ਬਾਅਦ ਤੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰਾਜਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁਣ ਤੱਕ 26 ਕਰੋੜ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੈਕਸ਼ਨਾਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਯਾਨੀ ਲਾਭਾਰਥੀਆਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮੂਲ ਰਾਜ ਦੇ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਤੋਂ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਹੋਰਨਾਂ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰੀ ਰਾਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਤੋਂ ਅਨਾਜ ਲਿਆ ਹੈ। ਜੇ ਕੋਵਿਡ ਕਾਲ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖੀਏ, ਤਾਂ ਅਪ੍ਰੈਲ 2020 ਤੋਂ ਅਪ੍ਰੈਲ 2021 ਦੌਰਾਨ ਹੀ ਲਗਭਗ 18.3 ਕਰੋੜ ਪੋਰਟਿਬਿਲਿਟੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੈਕਸ਼ਨਾਂ ਹੋਈਆਂ। ਇੰਨਾ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਸਾਰੇ ਰਾਜਾਂ ਨੂੰ ਹੁਣ ਰਾਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਦੇਰ ਤੱਕ ਅਤੇ ਸਾਰਾ ਹਫ਼ਤਾ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਰੱਖਣ ਦੇ ਵੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਕੇ ਗ਼ਰੀਬ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਰਾਹਤ ਦਿੱਤੀ ਹੈ।

ਗੋਆ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਦਿਵਸ

ਗੋਆ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦਾ ਸੱਤਿਆਗ੍ਰਹਿ ਅੰਦੋਲਨ

15 ਅਗਸਤ, 1947 ਨੂੰ ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਆਜ਼ਾਦੀ ਮਿਲ ਗਈ। ਲੇਕਿਨ ਆਜ਼ਾਦ ਹਿੰਦੁਸਤਾਨ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ ਅਜਿਹਾ ਵੀ ਸੀ, ਜੋ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਮਿਲੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਵਿਦੇਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਸ਼ਾਸਨ 'ਚ ਰਿਹਾ, ਉਸ ਨੂੰ ਆਜ਼ਾਦ ਹੋਣ ਵਿੱਚ 14 ਵਰ੍ਹੇ ਹੋਰ ਲਗੇ। ਅਜਿਹੇ 'ਚ ਉਸ ਸਮੇਂ ਪੁਰਤਗਾਲੀਆਂ ਦੇ ਸ਼ਾਸਨ ਵਾਲੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਤਟਵਰਤੀ ਖੇਤਰ ਗੋਆ ਨੂੰ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦਿਵਾਉਣ ਲਈ 18 ਜੂਨ, 1946 ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਸੀ ਗੋਆ ਕ੍ਰਾਂਤੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ 'ਗੋਆ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਦਿਵਸ' ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ...

ਵਾਸਕੋ ਡੀ ਗਾਮਾ 1498 'ਚ ਭਾਰਤ ਆਏ ਤੇ ਇਸ ਦੇ 12 ਸਾਲਾਂ ਅੰਦਰ 1510 ਵਿੱਚ ਪੁਰਤਗਾਲੀਆਂ ਨੇ ਗੋਆ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਬਸਤੀ ਬਣਾ ਲਿਆ। ਤਦ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 1961 ਤੱਕ ਗੋਆ ਉੱਤੇ ਪੁਰਤਗਾਲੀਆਂ ਦਾ ਹੀ ਸ਼ਾਸਨ ਰਿਹਾ। 1947 'ਚ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਆਜ਼ਾਦੀ ਮਿਲ ਗਈ। ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ 1954 'ਚ ਫ਼ਰਾਂਸੀਸੀ ਵੀ ਪਾਂਡੀਚੇਰੀ ਛੱਡ ਕੇ ਚਲੇ ਗਏ ਪਰ ਗੋਆ ਸੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਆਜ਼ਾਦੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ। ਸਾਲ 1946 'ਚ ਇਹ ਸਾਫ਼ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਹੁਣ ਬਹੁਤਾ ਸਮਾਂ ਭਾਰਤ 'ਚ ਆਪਣਾ ਸ਼ਾਸਨ ਨਹੀਂ ਚਲਾ ਸਕਣਗੇ ਲੇਕਿਨ ਪੁਰਤਗਾਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੀਮਤ ਉੱਤੇ ਗੋਆ ਨੂੰ ਆਜ਼ਾਦ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਉਸ ਵੇਲੇ ਗੋਆ ਨੂੰ ਆਜ਼ਾਦ ਕਰਵਾਉਣ 'ਚ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਮੁੱਖ ਆਗੂਆਂ ਦੀ ਕੋਈ ਡੂੰਘੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਲੇਕਿਨ ਆਜ਼ਾਦੀ ਘੁਲਾਟੀਏ ਤੇ ਸਮਾਜਵਾਦੀ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ 'ਚ ਯਕੀਨ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਰਾਮ ਮਨੋਹਰ ਲੋਹੀਆ ਨੂੰ ਗੋਆ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਚੈਨ ਕਿੱਥੇ ਸੀ? ਲੋਹੀਆ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤ ਡਾਕਟਰ ਜੂਲੀਆਓ ਮੈਨੇਜੇਸ ਦੇ ਸੱਦੇ ਉੱਤੇ ਗੋਆ ਗਏ ਸਨ ਅਤੇ ਅਸੋਲਨਾ 'ਚ ਰੁਕੇ ਸਨ। ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਪੁਰਤਗਾਲੀਆਂ ਦਾ ਜ਼ੁਲਮ ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਵਧ ਕੇ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਗਰਿਕ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਲਈ ਅੰਦੋਲਨ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲਿਆ। 18 ਜੂਨ, 1946 ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਗੋਆ 'ਚ ਪੁਰਤਗਾਲੀਆਂ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਅੰਦੋਲਨ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਅਤੇ 'ਗੋਆ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਦਿਵਸ' ਦਾ ਐਲਾਨ ਕਰ ਦਿੱਤਾ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਗਿਆ। ਇਹ ਗੋਆ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਸੱਤਿਆਗ੍ਰਹਿ ਅੰਦੋਲਨ ਸੀ। ਗੋਆ ਦੇ ਮੁੱਦੇ ਉੱਤੇ ਲੋਹੀਆ ਨੂੰ ਸਦਾ ਮਹਾਤਮਾ ਗਾਂਧੀ ਦਾ ਸਾਥ ਮਿਲਿਆ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਹਰੀਜਨ' ਵਿੱਚ ਪੁਰਤਗਾਲੀ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਜ਼ੁਲਮ ਦੀ ਸਖ਼ਤ ਆਲੋਚਨਾ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨਾਲ ਲੋਹੀਆ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਭਾਵੇਂ ਲੋਹੀਆ ਨੇ ਗੋਆ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਦੀ ਜੋ ਅਲਖ ਜਗਾਈ, ਉਸ ਕਾਰਨ ਗੋਆਵਾਸੀਆਂ ਵਿੱਚ ਚੇਤਨਾ ਆਈ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਸੰਗ੍ਰਾਮ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਲਈ ਤੇ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਸੰਗਠਿਤ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ। ਗੋਆ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਵਿੱਚ ਕ੍ਰਾਂਤੀਵੀਰਾਂ ਦਾ ਬਲੀਦਾਨ ਵੀ ਬੇਮਿਸਾਲ ਰਿਹਾ। ਗੋਆ ਨੂੰ ਪੁਰਤਗਾਲੀਆਂ ਦੇ ਸ਼ਿਕੰਜੇ 'ਚੋਂ ਆਜ਼ਾਦ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ 'ਆਜ਼ਾਦ ਗੋਮਾਂਤਕ ਦਲ' ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਕ੍ਰਾਂਤੀਕਾਰੀ ਦਲ ਵੀ ਸਰਗਰਮ ਸੀ। ਵਿਸ਼ਵਨਾਥ ਲਵਾਂਡੇ, ਨਾਰਾਇਣ ਹਰੀ ਨਾਇਕ, ਦੱਤਾਤਰੇਅ ਦੇਸ਼ਪਾਂਡੇ ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਕਰ ਸਿਨਾਰੀ ਨੇ ਇਸ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕੀਤੀ। ਪੁਰਤਗਾਲੀਆਂ ਨੇ ਅੰਦੋਲਨ ਨੂੰ ਕੁਚਲਣ ਲਈ ਕਈ ਅੰਦੋਲਨਕਾਰੀਆਂ ਤੇ ਕ੍ਰਾਂਤੀਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਤੇ ਲੰਬੀ ਸਜ਼ਾ ਸੁਣਾਈ। ਇਸ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਗੋਆ 'ਚ ਅੰਦੋਲਨ ਦੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਮੱਠੀ ਨਾ ਪਈ ਤੇ ਉੱਥੋਂ ਦੀਆਂ ਜੇਲ੍ਹਾਂ ਸੱਤਿਆਗ੍ਰਹੀਆਂ ਨਾਲ ਭਰ ਗਈਆਂ। ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਗੋਆ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਲਈ ਮਧੂ ਲਿਮਯੇ ਵੀ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਪੁਰਤਗਾਲੀਆਂ ਦੀ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਕੈਦ ਰਹੇ। ਪਰ ਪੁਰਤਗਾਲੀ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਮੰਨਣ ਵਾਲੇ ਕਿੱਥੇ ਸਨ? ਅਜਿਹੇ ਹਾਲਾਤ ਵਿੱਚ ਪੁਰਤਗਾਲੀਆਂ ਨਾਲ ਅਸਫ਼ਲ ਵਾਰਤਾ ਤੇ ਕੂਟਨੀਤਕ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਫ਼ੌਜੀ ਦਖ਼ਲ ਹੀ ਇੱਕੋ–ਇੱਕ ਵਿਕਲਪ ਬਾਕੀ ਰਹਿ ਗਿਆ ਸੀ। 18 ਦਸੰਬਰ, 1961 ਨੂੰ 36 ਘੰਟਿਆਂ ਦੀ ਫ਼ੌਜੀ ਮੁਹਿੰਮ ਦਾ ਨਾਮ 'ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਵਿਜੈ' ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤੀ ਜਲ ਸੈਨਾ, ਵਾਯੂ ਸੈਨਾ ਤੇ ਥਲ ਸੈਨਾ ਦੇ ਹਮਲੇ ਸ਼ਾਮਲ ਸਨ। ਭਾਰਤੀ ਸੈਨਿਕਾਂ ਨੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਵਿਰੋਧ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੋਆ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਸਫ਼ਲਤਾਪੂਰਬਕ ਆਜ਼ਾਦ ਕਰਵਾ ਲਿਆ। ਪੁਰਤਗਾਲ ਵੱਲੋਂ ਜਨਰਲ ਮੈਨੂਅਲ ਐਂਟੋਨੀਓ ਵਾਸਾਲੋ ਈ. ਸਿਲਵਾ ਨੇ ਆਤਮਸਮਰਪਣ ਦੇ ਸਰਟੀਫ਼ਿਕੇਟ ਉੱਤੇ ਹਸਤਾਖਰ ਕੀਤੇ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੋਆ ਨੂੰ 19 ਦਸੰਬਰ, 1961 ਨੂੰ ਆਜ਼ਾਦੀ ਮਿਲੀ ਸੀ। 18 ਜੂਨ, 2021 ਨੂੰ ਦੇਸ਼ 'ਗੋਆ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਦਿਵਸ' ਦੀ 75ਵੀਂ ਵਰ੍ਹੇਗੰਢ ਮਨਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ●

72 ਘੰਟੇ ਬਿਨਾ ਖਾਧੇ-ਸੌਂਏਂ ਦੁਸ਼ਮਣ ਨੂੰ ਖਦੇੜਨ ਵਾਲੇ ਪਰਮਵੀਰ

1948 'ਚ ਭਾਰਤੀ ਸੈਨਾ ਕਸ਼ਮੀਰ ਵਿੱਚ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਕਬਾਇਲੀਆਂ ਦੇ ਹਮਲੇ ਦਾ ਮੂੰਹ-ਤੋੜ ਜਵਾਬ ਦੇ ਰਹੀ ਸੀ। ਨੌਸ਼ੇਰਾ ਉੱਤੇ ਜਿੱਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਗਲੀ ਚੁਣੌਤੀ ਸੀ, ਰਾਜੌਰੀ ਨੂੰ ਮੁੜ ਤੋਂ ਜਿੱਤਣ ਦੀ। ਲੇਕਿਨ ਤੰਗ ਅਤੇ ਉੱਬੜ-ਖਾਬੜ ਪਹਾੜੀ ਰਸਤੇ ਦੇ ਨਾਲ ਇਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਚੁਣੌਤੀ ਹੋਰ ਸੀ, ਦੁਸ਼ਮਣ ਦੀਆਂ ਵਿਛਾਈਆਂ ਬਾਰੂਦੀ ਸੁਰੰਗਾਂ ਅਤੇ ਸਾਹਮਣੇ ਤੋਂ ਦੁਸ਼ਮਣ ਦੀ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਫ਼ਾਇਰਿੰਗ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਭਾਰਤੀ ਜਵਾਨ ਨੇ 72 ਘੰਟੇ ਬਿਨਾ ਖਾਧੇ, ਬਿਨੇ ਸੌਂਏਂ ਰਸਤਾ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਤੇ ਫ਼ਾਇਰਿੰਗ ਵਿੱਚ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤਿਆਰ ਰਸਤੇ ਉੱਤੇ ਅੱਗੇ ਵਧ ਕੇ ਭਾਰਤ ਨੇ ਰਾਜੌਰੀ ਨੂੰ ਫਿਰ ਤੋਂ ਫ਼ਤਿਹ ਕੀਤਾ

ਕਿਸੇ ਵਾਰ ਫ਼ਿਲਮ ਦੇ ਐਕਸ਼ਨ ਹੀਰੋ ਜਿਹੀ ਇਹ ਦਾਸਤਾਨ ਭਾਰਤ ਦੇ ਉਸ ਵੀਰ ਦੀ ਅਸਲ ਕਹਾਣੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆ ਅੱਜ ਮੇਜਰ ਰਾਮ ਰਾਘੋਬਾ ਰਾਣੇ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਜਾਣਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਘਟਨਾ ਹੈ 1948 ਦੀ, ਜਦੋਂ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੇ ਠੀਕ ਬਾਅਦ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੇ ਕਬਾਇਲੀ ਪਠਾਣਾਂ ਨੇ ਕਸ਼ਮੀਰ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਬਾਇਲੀਆਂ ਦੇ ਭੇਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਸੈਨਿਕ ਹੀ ਸਨ, ਜੋ 'ਧਰਤੀ ਦੀ ਜੰਨਤ' ਨੂੰ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਭਾਰਤ ਦੀ ਸੈਨਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਲੋਹਾ ਲੈ ਰਹੀ ਸੀ। ਹੌਲ਼ੀ–ਹੌਲ਼ੀ ਦੁਸ਼ਮਣ ਦੀ ਪਕੜ ਵਿੱਚ ਆਏ ਸਾਰੇ ਇਲਾਕੇ ਭਾਰਤ ਜਿੱਤਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਨੌਸ਼ੇਰਾ ਜਿੱਤਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੁਸ਼ਮਣ ਪਿੱਛੇ ਹਟਿਆ, ਤਾਂ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਰਾਜੌਰੀ–ਪੁੰਛ ਹਾਈਵੇਅ ਨੂੰ ਤਹਿਸ-ਨਹਿਸ ਕਰ ਗਿਆ। ਭਾਰਤ ਦੀ ਟੈਂਕ ਰੈਜੀਮੈਂਟ ਨੇ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਰਾਜੌਰੀ ਪੁੱਜਣਾ ਸੀ। ਜਿਸ ਰਸਤੇ ਨੂੰ ਭਾਰਤ ਨੇ ਚੁਣਿਆ, ਉੱਥੇ ਬਾਰੂਦੀ ਸੁਰੰਗਾਂ ਵਿਛੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਸਨ, ਉੱਬੜ-ਖਾਬੜ ਇਸ ਰਸਤੇ ਦੀਆਂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਹਟਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸੈਕੰਡ ਲੈਫ਼ਟੀਨੈਂਟ ਰਾਘੋਬਾ ਰਾਣੇ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ 37 ਅਸਾਲਟ ਫ਼ੀਲਡ ਕੰਪਨੀ ਦੇ ਨਾਲ ਚੌਥੀ ਡੋਗਰਾ ਰੈਜੀਮੈਂਟ ਦੀ ਟੁਕੜੀ ਨੂੰ ਸੌਂਪੀ ਗਈ। ਦੁਸ਼ਮਣ ਦੀ ਫ਼ਾਇਰਿੰਗ ਵਿੱਚ ਕਈ ਭਾਰਤੀ ਜਵਾਨ ਸ਼ਹੀਦ ਹੋਏ, ਕੁਝ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋਏ। ਜ਼ਖ਼ਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰਾਣੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਸਨ। ਰਾਣੇ ਫਿਰ ਵੀ ਅੱਗੇ ਵਧਦੇ ਰਹੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਪਣੇ ਕਮਾਂਡਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲੀਡਿੰਗ ਟੈਂਕ ਨਾਲ ਕਵਰ ਫ਼ਾਇਰ ਦੇਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਤੇ ਖ਼ੁਦ ਟੈਂਕ ਹੇਠਾਂ ਪੈ ਕੇ ਮਾਈਨਸ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਗੇ। ਨਾਲ ਹੀ ਦੋ ਰੱਸੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਟੈਂਕ ਦੇ ਡਰਾਇਵਰ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਸਤਾ ਵੀ ਦੱਸਦੇ ਰਹੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਬਾਰੂਦੀ ਸੁਰੰਗਾਂ ਸਾਫ਼ ਕੀਤੀਆਂ, ਬਲਕਿ ਦੁਸ਼ਮਣ ਦੀਆਂ ਕਈ ਟੁਕੜੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਬੰਬ ਨਾਲ ਉਡਾਇਆ। 72 ਘੰਟੇ ਬਿਨਾ ਸੌਂਏਂ–ਬਿਨਾ ਖਾਧੇ ਰਾਣੇ ਨੇ ਭਾਰਤੀ ਫ਼ੌਜ ਲਈ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਦਾ ਰਸਤਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ। ਅਥਾਹ ਬਹਾਦਰੀ ਲਈ 8 ਅਪ੍ਰੈਲ, 1948 ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਭਾਰਤ ਦਾ ਤੀਸਰਾ ਪਰਮਵੀਰ ਚੱਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ।

ਭਾਰਤੀ ਸੈਨਾ ਵਿੱਚ ਬਹਾਦਰੀ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਕਹੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਰਾਣੇ ਦਾ ਜਨਮ ਕਰਨਾਟਕ ਦੇ ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਪਿੰਡ ਹਾਵੇਰੀ ਵਿਖੇ 26 ਜੂਨ, 1918 ਨੂੰ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਪਿਤਾ ਰਾਜ ਪੁਲਿਸ ਵਿੱਚ ਸਨ, ਇਸੇ ਲਈ ਸ਼ਹਿਰ–ਦਰ–ਸ਼ਹਿਰ ਪੋਸਟਿੰਗ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਰਾਣੇ ਦਾ ਬਚਪਨ ਬੀਤ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਰਾਣੇ 12 ਸਾਲ ਦੇ ਹੋਣਗੇ, ਜਦੋਂ ਮਹਾਤਮਾ ਗਾਂਧੀ ਨੇ ਅਸਹਿਯੋਗ ਅੰਦੋਲਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ। ਰਾਣੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਰਹੇ ਸਨ, ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਚਿੰਤਾ ਹੋਈ, ਤਾਂ ਬੇਟੇ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਵਾਪਸ ਜੱਦੀ ਪਿੰਡ ਪਰਤ ਆਏ।

ਜਨਮ: 26 ਜੂਨ, 1918 | ਦੇਹਾਂਤ: 11 ਜੁਲਾਈ, 1994

ਰਾਣੇ ਪਿੰਡ ਤਾਂ ਪਰਤ ਆਏ, ਲੇਕਿਨ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਸਾਹਸ ਤੇ ਵੀਰਤਾ ਬੁਲੰਦ ਸਨ। 10 ਜੁਲਾਈ, 1940 ਨੂੰ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਭਾਰਤ ਦੀ ਸੈਨਾ ਦੀ ਇੰਜੀਨੀਅਰਸ ਰੈਜੀਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਬਤੌਰ ਸਿਪਾਹੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਗਏ। ਦੂਜੇ ਵਿਸ਼ਵ ਯੁੱਧ ਵਿੱਚ ਬਰਮਾ 'ਚ ਜਪਾਨੀ ਸਿਪਾਹੀਆਂ ਨਾਲ ਦੋ–ਦੋ ਹੱਥ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਭੇਜਿਆ ਗਿਆ। ਯੋਜਨਾ ਸੀ ਦੁਸ਼ਮਣ ਦੇ ਟਿਕਾਣੇ ਨੂੰ ਉਡਾ ਕੇ ਇੱਕ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਜਹਾਜ਼ ਰਾਹੀਂ ਵਾਪਸ ਦੇਸ਼ ਪਰਤਣ ਦੀ। ਜਹਾਜ਼ ਲੈਣ ਨਹੀਂ ਪੁੱਜਾ, ਤਾਂ ਖ਼ੁਦ ਹੀ ਨਿਕਲ ਤੁਰੇ। ਦੁਸ਼ਮਣ ਨਾਲ ਭਰੇ ਇਲਾਕੇ ਨੂੰ ਪੈਦਲ ਪਾਰ ਕਰਕੇ ਵਾਪਸ ਆਏ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਹਾਦਰੀ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 'ਜੂਨੀਅਰ ਕਮਿਸ਼ਨਡ ਅਫ਼ਸਰ' ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ।

ਰਾਣੇ 1967 'ਚ ਭਾਰਤੀ ਸੈਨਾ 'ਚੋਂ ਮੇਜਰ ਦੇ ਅਹੁਦੇ ਤੋਂ ਰਿਟਾਇਰ ਹੋਏ। 11 ਜੁਲਾਈ, 1994 ਨੂੰ ਪੁਣੇ 'ਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਦੇਹਾਂਤ ਹੋ ਗਿਆ। ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਸੰਗ੍ਰਾਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਹੁਣ ਤੱਕ ਭਾਰਤ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਅਜਿਹੇ ਵੀਰਾਂ ਦੀਆਂ ਗਾਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਸਮੋਈ ਬੈਠਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਬਹਾਦਰੀ, ਵੀਰਤਾ ਤੇ ਸਵੈਮਾਣ ਨਾਲ ਇਸ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਆਨ–ਬਾਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਨ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਮੇਜਰ ਰਾਮ ਰਾਘੋਬਾ ਰਾਣੇ ਦਾ ਨਾਮ ਅੱਜ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵੀਰਾਂ 'ਚ ਮਾਣ ਨਾਲ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ●

ਕੋਰੋਨਾ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਜੰਗ ’ਚ ਅੱਗੇ ਵਧ ਰਿਹਾ ਭਾਰਤ

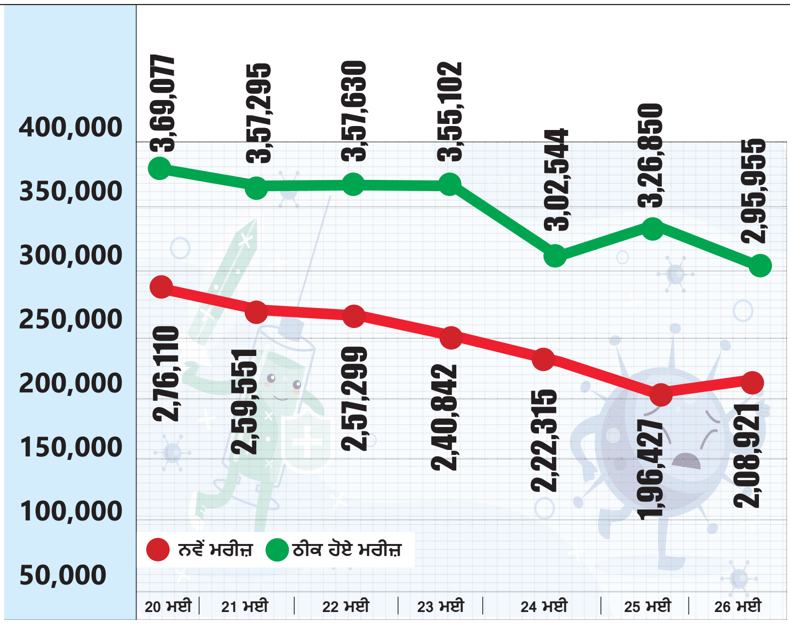
ਇੱਕ ਸਦੀ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਭਿਆਨਕ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਤੌਰ ’ਤੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਭਾਰਤ ਡਟ ਕੇ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਹੈ ਕਿ ਅਪ੍ਰੈਲ ’ਚ ਦੂਸਰੀ ਲਹਿਰ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਜੋ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਉਹ ਹੁਣ ਘੱਟ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਆਕਸੀਜਨ ਸਪਲਾਈ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਤੇ ਬੈੱਡਾਂ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ, ਹਾਲਾਤ ਫਿਰ ਆਮ ਹੁੰਦੇ ਦਿਖ ਰਹੇ ਹਨ।

ਝਾਰਖੰਡ ਦੇ ਦੇਵਗੜ੍ਹ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ’ਚ ਮਧੂਬਨ ਦੇ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਪਿੰਡ ’ਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ 7 ਸਾਲ ਦੇ ਛੋਟੂ ਰਾਣਾ ਇੱਕ ਵੀਡੀਓ ਸੰਦੇਸ਼ ਰਾਹੀਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦੀ ਚੇਨ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਇੱਕ ਕ੍ਰਮ ਨਾਲ ਲਗੀਆਂ ਇੱਟਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਇੱਟ ਨੂੰ ਵਿਚਕਾਰ ਤੋਂ ਹਟਾ ਕੇ ਛੋਟੂ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ – ‘ਅਸੀਂ ਬੱਸ ਇੰਨਾ ਹੀ ਤਾਂ ਕਰਨਾ ਹੈ।’ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਹ ਸੰਦੇਸ਼ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦੀ ਚੇਨ ਨੂੰ ਤੋੜਨਾ। ਠੀਕ ਉਂਝ ਹੀ, ਜਿਵੇਂ ਇੱਕ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਇੱਕ ਲਾਈਆਂ ਇੱਟਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇੱਟ ਨੂੰ ਧੱਕਾ ਦੇ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਧੜਾਧੜ ਡਿੱਗ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਲੇਕਿਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਨੂੰ ਵੀ ਜੇ ਹਟਾ ਲਿਆ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਇੱਟਾਂ ਦੇ ਡਿੱਗਣ ਦਾ ਕ੍ਰਮ ਰੁਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਹੈ। ਜੇ ਅਸੀਂ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦੀ ਚੇਨ ਤੋੜਨ ਵਿੱਚ ਸਫ਼ਲ ਹੋਏ, ਤਾਂ ਫਿਰ ਇਸ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਜਿੱਤਣ ਤੋਂ ਸਾਨੂੰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਰੋਕ ਸਕਦਾ।

ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਅਹਿਮਦਨਗਰ ਦਾ 1,500 ਦੀ ਆਬਾਦੀ ਵਾਲਾ ਭੋਯਾਰੇ ਖੁਰਦ ਪਿੰਡ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੋਰੋਨਾ ਮੁਕਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਸੋਕਾਗ੍ਰਸਤ ਖੇਤਰ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਇਸ ਪਿੰਡ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਦੀ ਭਾਲ ਵਿੱਚ ਦੂਸਰੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਚਲੇ ਗਏ। ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਲੌਕਡਾਊਨ ਲਗਾਉਣ ’ਤੇ ਇਹ ਲੋਕ ਪਿੰਡ ਪਰਤੇ, ਤਾਂ ਗ੍ਰਾਮ ਪੰਚਾਇਤ ਤੇ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਇਨ੍ਹਾਂ

ਘਟਣ ਲਗੇ ਮਰੀਜ਼, ਰਿਕਵਰੀ ਦਰ ਵਧੀ

- ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਇਸ ਮਹਾਮਾਰੀ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਲਈ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਟੈਸਟਿੰਗ–ਟ੍ਰੇਸਿੰਗ ਅਤੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਨਾਲ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਉੱਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।
- ਇਸੇ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਵਿਡ ਦੀ ਦੂਸਰੀ ਲਹਿਰ 'ਚ ਜਿੱਥੇ ਮਾਮਲੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧੇ ਸਨ, ਹੁਣ ਓਨੀ ਹੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਘੱਟ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ।
- 24 ਮਈ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਨਵੇਂ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ 1 ਲੱਖ 94 ਹਜ਼ਾਰ ਸੀ, ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 15 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ 2 ਲੱਖ ਤੋਂ ਘੱਟ ਕੇਸ ਦਰਜ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ।
- ਇਸ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਲਗਭਗ 3 ਲੱਖ ਮਰੀਜ਼ ਰੋਜ਼ ਠੀਕ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਦੁਨੀਆ ਦੇ 99 ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਆਬਾਦੀ ਵੀ ਇੰਨੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਉੱਧਰ 15 ਮਈ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲਗਾਤਾਰ ਰੋਜ਼ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰਹੀ ਹੈ।
- ਮਈ ਦੇ ਆਖ਼ਰੀ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਹਫ਼ਤਾਵਾਰੀ ਪਾਜ਼ਿਟੀਵਿਟੀ ਰੇਟ ਘਟ ਕੇ ਲਗਭਗ 11 ਫੀਸਦੀ 'ਤੇ ਆ ਗਿਆ ਹੈ; ਜਦਕਿ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਪਾਜ਼ਿਟੀਵਿਟੀ ਰੇਟ ਘਟ ਕੇ ਅੱਜ 9.42 ਫੀਸਦੀ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।
- ਇਹ ਲਗਾਤਾਰ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ 10% ਤੋਂ ਘੱਟ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਰਿਕਵਰੀ ਦਰ ਵਧ ਕੇ 89.66% ਹੋ ਗਈ ਹੈ।



> ਤੁਹਾਡੇ ਤਪ ਨਾਲ, ਅਤੇ ਸਾਡੀਆਂ ਸਭ ਦੀਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਨਾਲ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਇਸ ਹਮਲੇ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਕਾਫ਼ੀ ਹੱਦ ਤੱਕ ਸੰਭਾਲ਼ਿਆ ਹੈ। ਲੇਕਿਨ ਹਾਲੇ ਤਸੱਲੀ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਹਾਲੇ ਇੱਕ ਲੰਬੀ ਜੰਗ ਲੜਨੀ ਹੈ। ਨਵਾਂ ਮੰਤਰ ਇਹੀ ਹੈ - 'ਜਹਾਂ ਬਿਮਾਰ ਵਹੀਂ ਉਪਚਾਰ', ਇਹ ਅਸੀਂ ਭੁੱਲੀਏ ਨਾ। ਜਿੰਨਾ ਅਸੀਂ ਉਪਚਾਰ ਉਸ ਦੇ ਕੋਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਵਾਂਗੇ, ਓਨਾ ਸਾਡੀ ਸਿਹਤ ਵਿਵਸਥਾ ਉੱਤੇ ਦਬਾਅ ਘੱਟ ਹੋਵੇਗਾ।
> -ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ, ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ

ਵਿੱਚੋਂ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਐਂਟੀਜਨ ਟੈਸਟ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਹੀ ਕੀਤਾ, ਜੋ ਲੋਕ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਮਿਲੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ ਰੱਖ ਕੇ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਸਮੇਂ–ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਹੈ ਕਿ ਭੋਯਾਰੇ ਖੁਰਦ ਪਿੰਡ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਐਲਾਨ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਹ ਦੋ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਸਦੀ ਦੀ ਇਸ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਹਾਲਾਤ ਕਿੰਨੇ ਵੀ ਔਖੇ ਹੋਣ, ਸੰਯੁਕਤ ਪ੍ਰਯਤਨਾਂ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਇਸ ਵਾਇਰਸ ਉੱਤੇ ਜਿੱਤ ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਲੜਾਈ ਲੰਬੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਹੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹੁਲਾਰਾ ਦੇਣਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਰਾਜ ਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੱਧਰੀ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨਾਲ 20 ਮਈ ਨੂੰ ਹੋਈ ਗੱਲਬਾਤ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ ਕਿਹਾ– 'ਪਿਛਲੇ ਡੇਢ ਸਾਲ 'ਚ ਅਸੀਂ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਨਿਊਨਤਮ ਰੂਪ 'ਚ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਰਹੇਗਾ, ਤਦ ਤੱਕ ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਇਹ ਚੁਣੌਤੀ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਕੇਸ ਘੱਟ ਹੋਣ ਲਗਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੁਣ ਚਿੰਤਾ ਦੀ ਕੋਈ ਗੱਲ ਨਹੀਂ। ਲੇਕਿਨ ਅਨੁਭਵ ਦੂਸਰਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਟੈਸਟਿੰਗ ਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਦੂਰੀ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰਤਾ ਬਣੀ ਰਹਿਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦੀ ਚੇਨ ਤੋੜ ਕੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਦਾ ਰਾਹ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ।'

ਦੁਨੀਆ ਦੇ 233 ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਆਬਾਦੀ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਟੈਸਟ ਹੋਏ

ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਲਹਿਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਹੀ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਲਗਾਤਾਰ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਵਧਾਉਣ ਦੀ ਪਹਿਲ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਤਾਕਿ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਛੇਤੀ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਸੇ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਹੈ ਕਿ ਫ਼ਰਵਰੀ 2020 ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਟੈਸਟਿੰਗ ਲੈਬ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਏ ਟੈਸਟ ਹੁਣ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਦੀਆਂ 2586 ਲੈਬਸ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਸੈਂਪਲ ਦੀ ਹੋਮ ਕਲੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਆਈਸੀਐੱਮਆਰ ਦੁਆਰਾ ਮਾਨਤਾ-ਪ੍ਰਾਪਤ ਲੈਬੋਰੇਟਰੀ ਵਿੱਚ ਜਾਂਚ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਮੌਜੂਦ ਹੈ।

22.17

ਲੱਖ ਕੋਵਿਡ ਟੈਸਟ ਹੋਏ 25 ਮਈ ਨੂੰ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ। ਇਹ ਇੱਕ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੰਖਿਆ ਹੈ।

33.48

ਕਰੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਟੈਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾ ਚੁੱਕੇ ਹਨ 25 ਮਈ ਤੱਕ ਪੂਰੇ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ। ਇਹ ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਕੁੱਲ ਆਬਾਦੀ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਦੁਨੀਆ ਦੇ 233 ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਆਬਾਦੀ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਖਿਆ ਹੈ।

ਹੁਣ ਹਰ ਘਰ 'ਚ ਟੈਸਟ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ

- ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਜਦੋਂ 'ਕੋਵਿਸੈਲਫ਼' ਕਿੱਟ ਨੂੰ ਵੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਇਸ ਦੀ ਕਿੱਟ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਕੋਈ ਵੀ ਹੁਣ ਘਰ 'ਚ ਹੀ ਖ਼ੁਦ ਕੋਰੋਨਾ ਟੈਸਟ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਟੈਸਟ ਦੇ ਦੋ ਸਭ ਤੋਂ ਅਸਾਨ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਰੈਪਿਡ ਐਂਟੀਜਨ ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਆਰਟੀ-ਪੀਸੀਆਰ ਟੈਸਟ ਹੀ ਮੌਜੂਦ ਸਨ।
- ਇਹ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਪ੍ਰੈਗਨੈਂਸੀ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਵਾਂਗ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਔਨਲਾਈਨ ਜਾਂ ਮੈਡੀਕਲ ਸਟੋਰ ਤੋਂ ਖ਼ਰੀਦਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਖ਼ਰੀਦਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੋਬਾਈਲ ਵਿੱਚ ਕਿੱਟ ਨਾਲ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਐਪ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਨੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਜਿਸ ਕੰਪਨੀ ਦੀ ਕਿੱਟ ਖ਼ਰੀਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਐਪ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੂਗਲ ਪਲੇਅ ਸਟੋਰ ਜਾਂ ਐਪਲ ਸਟੋਰ ਤੋਂ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ।
- ਇਹ ਐਪ ਕੋਰੋਨਾ ਟੈਸਟਿੰਗ ਦੇ ਸੈਂਟਰਲ ਪੋਰਟਲ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੇ ਟੈਸਟ ਦਾ ਜੋ ਵੀ ਰਿਜ਼ਲਟ ਹੋਵੇਗਾ, ਉਹ ਸਿੱਧਾ ਪੋਰਟਲ ਵਿੱਚ ਅੱਪਡੇਟ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਪੂਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਦਾ ਪੂਰਾ ਖ਼ਿਆਲ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਇਹ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਲੇਟਰਲ ਫ਼ਲੋਅ ਟੈਸਟ ਉੱਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਨੱਕ 'ਚੋਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਸੈਂਪਲ ਨੂੰ ਟਿਊਬ 'ਚ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਟਿਊਬ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਇੱਕ ਲਿਕੁਇਡ ਭਰਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਟਿਊਬ ਨੂੰ ਕਿੱਟ ਅੰਦਰ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਲਿਕੁਇਡ ਨੂੰ ਜਜ਼ਬ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਪੈਡ ਲਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਪੈਡ ਤੋਂ ਹੋ ਕੇ ਇਹ ਲਿਕੁਇਡ ਇੱਕ ਪੱਟੀ ਉੱਤੇ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸਪਾਈਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣਨ ਵਾਲੀ ਐਂਟੀਬੌਡੀ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਐਂਟੀਬੌਡੀ ਐਕਟੀਵੇਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਕਿੱਟ ਤੁਹਾਡਾ ਟੈਸਟ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਦਿਖਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਰਿਜ਼ਲਟ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਆਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ ਪ੍ਰੋਟੋਕੋਲ ਦਾ ਪਾਲਨ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਜੇ ਨੈਗੇਟਿਵ ਆਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ RT-PCR ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਟੀਕਾਕਰਣ
ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰ

- ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੇ ਤੀਸਰੇ ਪੜਾਅ ਵਿੱਚ 18 ਤੋਂ 44 ਸਾਲ ਦੇ ਆਯੂ ਵਰਗ ਦੇ ਇੱਕ ਕਰੋੜ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਣ ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ। ਉੱਥੇ ਹੀ ਕੁੱਲ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਨੇ 25 ਮਈ ਤੋਂ 20 ਕਰੋੜ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦਾ ਅਹਿਮ ਪੜਾਅ ਪਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ। ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਭਾਰਤ ਸਿਰਫ਼ ਤੀਸਰਾ ਦੇਸ਼ ਹੈ।

- ਕੋਵਿਡ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਇਸ ਜੰਗ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੁਨੀਆ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਟੀਕਾਕਰਣ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਚਲਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਤੇਜ਼ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਹੀ ਹੈ। ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੇ ਤੀਸਰੇ ਪੜਾਅ ਵਿੱਚ 18 ਤੋਂ 44 ਸਾਲ ਦੇ ਆਯੂ ਵਰਗ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਲਈ 24 ਮਈ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਬੰਦਸ਼ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਕੇ ਸੈਂਟਰ 'ਤੇ ਔਨ ਸਪੌਟ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

22 ਕਰੋੜ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ੁਰਾਕਾਂ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ 25 ਮਈ ਤੱਕ ਰਾਜਾਂ ਨੂੰ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਈਆਂ। ਉਤਪਾਦਨ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਲਈ ਵੀ ਲਗਾਤਾਰ ਪ੍ਰਯਤਨ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ।

ਕੁੱਲ ਟੀਕਾਕਰਣ	ਹੈਲਥਵਰਕਰ
20,04,94,991	97,94,835

- ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਚੀਨ ਅਤੇ ਅਮਰੀਕਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭਾਰਤ ਦੁਨੀਆ ਦਾ ਅਜਿਹਾ ਤੀਸਰਾ ਦੇਸ਼ ਹੈ ਜਿੱਥੇ 20 ਕਰੋੜ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ।

- ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਜਲਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਪਹੁੰਚੇ, ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨਵੀਂ ਪਹਿਲ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਦੇ ਤਹਿਤ ਸਵਦੇਸ਼ੀ ਵੈਕਸੀਨ ਕੋਵੈਕਸਿਨ ਦਾ ਉਤਪਾਦਨ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਲਈ ਟੈਕਨੋਲੋਜੀ ਟਰਾਂਸਫ਼ਰ ਵਿਵਸਥਾ ਦੇ ਤਹਿਤ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਤਿੰਨ ਜਨਤਕ ਉੱਦਮਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇਸ ਦੇ ਉਤਪਾਦਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਹੈ।

- ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਦਾ ਹੈਫ਼ਕਾਇਨ ਬਾਇਓ ਫਾਰਮਾਸਿਊਟੀਕਲ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਲਿਮਿਟਿਡ, ਹੈਦਰਾਬਾਦ ਦਾ ਇੰਡੀਅਨ ਇਮਿਊਨੋਲੋਜਿਕਲ ਲਿਮਿਟਿਡ ਅਤੇ ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਬੁਲੰਦਸ਼ਹਿਰ ਦਾ ਸੰਸਥਾਨ ਭਾਰਤ ਇਮਿਊਨੋਲੋਜਿਕਲ ਐਂਡ ਬਾਇਓਲੋਜਿਕਲ ਲਿਮਿਟਿਡ ਕੋਵੈਕਸਿਨ ਦੀ ਡੋਜ਼ ਬਣਾਏਗਾ।

ਆਕਸੀਜਨ ਵਿੱਚ ਆਤਮਨਿਰਭਰ

ਦਵਾਈ-ਬੈੱਡ ਹਰ ਸੁਵਿਧਾ ਮੌਜੂਦ

ਕੋਵਿਡ ਦੀ ਦੂਸਰੀ ਲਹਿਰ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ ਜਦੋਂ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਆਕਸੀਜਨ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪਈ ਤਾਂ ਇਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ ਗਤੀ ਨਾਲ ਕਦਮ ਉਠਾਏ ਗਏ। ਮੈਡੀਕਲ ਆਕਸੀਜਨ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਦੇ ਲਈ 14 ਉਦਯੋਗਾਂ ਵਿੱਚ ਨਾਈਟ੍ਰੋਜਨ ਪਲਾਂਟਾਂ ਨੂੰ ਆਕਸੀਜਨ ਉਤਪਾਦਨ ਪਲਾਂਟਾਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣ ਦਾ ਕੰਮ ਚਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। 37 ਹੋਰ ਅਜਿਹੇ ਉਦਯੋਗਾਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰ ਲਈ ਗਈ ਹੈ।

17,775	19	12
ਆਕਸੀਜਨ ਕੰਸੰਟ੍ਰੇਟਰ, 16,331 ਆਕਸੀਜਨ ਸਿਲੰਡਰ 24 ਮਈ ਤੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਾਏ ਗਏ ਹਨ।	ਆਕਸੀਜਨ ਜਨਰੇਸ਼ਨ ਪਲਾਂਟਾਂ ਦੇ ਨਾਲ 13,449 ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ/ 22 ਪੀਏਪੀ ਰਾਜਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ।	ਲੱਖ ਫੇਵਿਪਿਰਾਵਿਰ ਅਤੇ 6.9 ਲੱਖ ਰੇਮਡੇਸਿਵਿਰ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ 24 ਮਈ ਤੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਾਏ ਗਏ ਹਨ।

- 247 ਆਕਸੀਜਨ ਐਕਸਪ੍ਰੈੱਸ ਟ੍ਰੇਨਾਂ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਰੇਲਵੇ ਨੇ 24 ਮਈ ਤੱਕ 30 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਦੇਸ਼ ਦੇ 14 ਰਾਜਾਂ ਵਿੱਚ 16000 ਮੀਟ੍ਰਿਕ ਟਨ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲਿਕੁਇਡ ਮੈਡੀਕਲ ਆਕਸੀਜਨ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਕੀਤੀ ਹੈ।
- 20 ਮਈ ਤੱਕ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਨ 9250 ਮੀਟ੍ਰਿਕ ਟਨ ਆਕਸੀਜਨ ਦਾ ਉਤਪਾਦਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। 2019 ਤੱਕ ਇਹ 900 ਮੀਟ੍ਰਿਕ ਟਨ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਨ ਸੀ।
- ਸਿੰਗਾਪੁਰ, ਬਰੂਨਈ ਸਮੇਤ ਦੂਸਰੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਮੈਡੀਕਲ ਸਮੱਗਰੀ ਵਾਯੂ ਸੈਨਾ ਅਤੇ ਜਲ ਸੈਨਾ ਦੁਆਰਾ ਲਿਆਂਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਡੀਆਰਡੀਓ ਨੇ ਦਿੱਲੀ ਵਿੱਚ 4 ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪੀਐੱਸਏ ਆਕਸੀਜਨ ਪਲਾਂਟ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕੀਤੀ ਹੈ।
- ਜਲਦੀ ਹੀ 150-175 ਹੋਰ ਪਲਾਂਟਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਵਾਯੂ ਸੈਨਾ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਕੋਵਿਡ ਰਿਲੀਫ ਦੇ ਤਹਿਤ 990 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਡਾਣਾਂ ਭਰ ਚੁੱਕੀ ਹੈ।
- ਤਿੰਨਾਂ ਸੈਨਾਵਾਂ ਦੇ 800 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਡਾਕਟਰ ਕੋਰੋਨਾ ਕੇਂਦਰਾਂ ਵਿੱਚ ਡਿਊਟੀ ’ਤੇ ਲਗਾਏ ਗਏ ਹਨ। ਹਿੰਦੁਸਤਾਨ ਐਰੋਨੌਟਿਕਸ ਲਿਮਿਟਿਡ ਨੇ ਲਖਨਊ ਅਤੇ ਬੰਗਲੁਰੂ ਵਿੱਚ 250 ਬਿਸਤਰਿਆਂ ਦੇ ਨਵੇਂ ਕੋਵਿਡ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਆਯੁਸ਼ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਨਵੀਂ ਪਹਿਲ..

- ਆਯੁਸ਼ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਇੱਕ ਸਮਰਪਿਤ ਸਮੁਦਾਇਕ ਸਹਾਇਤਾ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦੇ ਸਮਾਧਾਨ ਦੇ ਲਈ ਆਯੁਸ਼ ਅਧਾਰਿਤ ਉਪਾਅ ਦੱਸੇ ਜਾਣਗੇ।
- ਇਸ ਦਾ ਟੋਲ - ਫ੍ਰੀ ਨੰਬਰ 14443 ਹੈ। ਇਹ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਸਵੇਰੇ ਛੇ ਵਜੇ ਤੋਂ ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਬਾਰਾਂ ਵਜੇ ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰਹੇਗੀ।
- ਹੈਲਪਲਾਈਨ 14443 ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਆਯੁਸ਼ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਧੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਆਯੁਰਵੇਦ, ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ, ਯੋਗ, ਕੁਦਰਤੀ ਚਿਕਿਤਸਾ, ਯੂਨਾਨੀ ਅਤੇ ਸਿੱਧ ਦੇ ਮਾਹਿਰ, ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਮਾਧਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਰਹਿਣਗੇ।
- ਇਹ ਮਾਹਿਰ ਸਿਰਫ ਰੋਗੀ ਦੀ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਅਤੇ ਲੋੜੀਂਦਾ ਇਲਾਜ ਹੀ ਨਹੀਂ ਦੱਸਣਗੇ, ਬਲਕਿ ਉਹ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਆਯੁਸ਼ ਕੇਂਦਰਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੀ ਦੇਣਗੇ।

'ਪੀਐੱਮ ਕੇਅਰਸ ਫਾਰ ਚਿਲਡਰਨ' ਯੋਜਨਾ

ਆਪਣਿਆਂ ਨੂੰ ਖੋ ਚੁੱਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ ਸਰਕਾਰ

ਕੋਰੋਨਾ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਅਜਿਹੇ ਕਈ ਬੱਚੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਦੁਆਰਾ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਪਹਿਲ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਪਹਿਲ ਦੇ ਤਹਿਤ 'ਪੀਐੱਮ ਕੇਅਰਸ ਫਾਰ ਚਿਲਡਰਨ' ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਤਹਿਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਰਾਸ਼ੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੋਰੋਨਾ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਜਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਨੂੰ ਖੋ ਦਿੱਤਾ ਹੈ...

ਕੋਰੋਨਾ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਇੱਕ ਅਣਕਿਆਸੀ ਸਥਿਤੀ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਮਨੁੱਖੀ ਇਤਿਹਾਸ ਦਾ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਸੰਕਟ ਬਣ ਕੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਆ ਗਈ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜਾਨ ਗਵਾਉਣੀ ਪਈ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਖੋਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕਈ ਬੱਚੇ ਅਨਾਥ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖਭਾਲ਼ ਅਤੇ ਸਹਾਰੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਇਕੱਲਾ ਜਾਂ ਬੇਸਹਾਰਾ ਨਹੀਂ ਛੱਡਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਦੇਖਭਾਲ਼ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨੀ ਹੀ ਹੋਵੇਗੀ ਜਿਸ ਨਾਲ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਦੇਰੀ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੂਰੀ ਹੋ ਸਕੇ। ਅਜਿਹੇ ਕਠਿਨ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਮਾਜ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਾਡਾ ਇਹ ਫ਼ਰਜ਼ ਬਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ਼ ਕਰੀਏ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਉੱਜਵਲ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਆਸ਼ਾ ਜਗਾਈਏ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਮੋਦੀ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਕੋਰੋਨਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਖੋਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਦੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਅਤੇ ਕਲਿਆਣਕਾਰੀ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲਿਆ ਹੈ। ਕੋਰੋਨਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਖੋ ਚੁੱਕੇ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ, ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਉੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਦਾਰੀ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਪੀਐੱਮ ਕੇਅਰਸ ਫੰਡ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਉਠਾਉਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲਿਆ ਹੈ।

> **"ਬੱਚੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਲਈ ਹਰ ਸੰਭਵ ਪ੍ਰਯਤਨ ਕਰੇਗਾ ਤਾਕਿ ਉਹ ਮਜ਼ਬੂਤ ਨਾਗਰਿਕ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉੱਭਰਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਉੱਜਵਲ ਹੋਵੇ।" - ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ**

- ਅਜਿਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ 18 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਸਹਾਇਤਾ ਰਾਸ਼ੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 23 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਪੀਐੱਮ ਕੇਅਰਸ ਤੋਂ 10 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦਾ ਫੰਡ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਦਾ ਪ੍ਰਾਵਧਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।
- ਮੌਜੂਦਾ ਸਿੱਖਿਆ ਕਰਜ਼ੇ ਦੇ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਪਾਠਕ੍ਰਮਾਂ/ ਉੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ ਕਰਜ਼ੇ ਦਿਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਸ 'ਤੇ ਵਿਆਜ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਪੀਐੱਮ ਕੇਅਰਸ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।
- 10 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਕੇਂਦਰੀ ਵਿਦਿਆਲਾ ਜਾਂ ਨਿਜੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਡੇਅ ਸਕਾਲਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਬੱਚੇ ਦਾ ਦਾਖਲਾ ਕਿਸੇ ਨਿਜੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪੀਐੱਮ ਕੇਅਰਸ ਤੋਂ ਆਰਟੀਆਈ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਫ਼ੀਸ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਪੀਐੱਮ ਕੇਅਰਸ ਯੂਨੀਫਾਰਮ, ਪਾਠ ਪੁਸਤਕਾਂ ਅਤੇ ਨੋਟਬੁੱਕਸ 'ਤੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਖਰਚ ਦਾ ਵੀ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੇਗਾ।
- 11-18 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸਕੂਲ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੈਨਿਕ ਸਕੂਲ, ਨਵੋਦਯ ਸਕੂਲ ਆਦਿ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਰਪ੍ਰਸਤ/ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ/ ਵਿਸਤਾਰਿਤ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਦੇਖਰੇਖ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਨੇੜੇ ਦੇ ਕੇਂਦਰੀ ਵਿਦਿਆਲਾ ਜਾਂ ਨਿਜੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਡੇਅ ਸਕਾਲਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਾਖ਼ਲਾ ਦਿਵਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਬੱਚੇ ਦਾ ਦਾਖਲਾ ਕਿਸੇ ਨਿਜੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪੀਐੱਮ ਕੇਅਰਸ ਫੰਡ ਤੋਂ ਆਰਟੀਆਈ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਫ਼ੀਸ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਯੂਨੀਫਾਰਮ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਨੋਟਬੁੱਕਸ 'ਤੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਖਰਚ ਦਾ ਵੀ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।
- ਅਜਿਹੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਯੁਸ਼ਮਾਨ ਭਾਰਤ ਯੋਜਨਾ (ਪੀਐੱਮ–ਜੇਏਵਾਈ) ਦੇ ਤਹਿਤ ਲਾਭਾਰਥੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਨਾਮਜ਼ਦ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪੰਜ ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦਾ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਕਵਰ ਹੋਵੇਗਾ। 18 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਲਈ ਪ੍ਰੀਮੀਅਮ ਦੀ ਰਾਸ਼ੀ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਪੀਐੱਮ ਕੇਅਰਸ ਤੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਵਿਸ਼ਵ ਬਣਿਆ ਇੱਕ ਯੋਗ ਪਰਿਵਾਰ

"योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः" ਚਿੱਤ ਦੀਆਂ ਬਿਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਹੀ ਯੋਗ ਹੈ। 2014 ਵਿੱਚ ਅਲੱਗ ਤੋਂ ਆਯੁਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਬਣਾ ਕੇ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਆਯੁਰਵੇਦ ਦੇ ਨਾਲ ਯੋਗ ਅਤੇ ਹੋਰ ਰਵਾਇਤੀ ਚਿਕਿਤਸਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਨੂੰ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪਹਿਲ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਪ੍ਰਯਤਨਾਂ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਨਾਲ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ 21 ਜੂਨ 2015 ਤੋਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੋਈ। ਉਸੇ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਹੈ ਕਿ ਅਚਾਨਕ ਆਈ ਕੋਵਿਡ ਦੀ ਆਪਦਾ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰੋਕਥਾਮ 'ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਭਾਰਤ ਦੀ ਪ੍ਰਾਚੀਨਤਮ ਅਤੇ ਸਮ੍ਰਿੱਧ ਪਰੰਪਰਾ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਬਚਾਅ ਦਾ ਅਹਿਮ ਸਾਧਨ ਬਣਿਆ ਅਤੇ ਦੁਨੀਆ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਤਾਕਤ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਵਾਇਆ। ਸਮੁੱਚੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਅਹਿਮ ਯੋਗ ਦੀ ਇਸ ਆਪਣੀ ਸੱਭਿਅਤਾ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਦਾ ਪ੍ਰਣੇਤਾ ਬਣਿਆ ਭਾਰਤ....

ਆਮ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਖ਼ਾਸ, ਨੌਜਵਾਨ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗ, ਮਹਿਲਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਬੱਚੇ, ਆਸਤਿਕ ਹੋਣ ਜਾਂ ਨਾਸਤਿਕ, 'ਯੋਗ' ਅੱਜ ਸਾਰੇ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ, ਊਰਜਾ, ਮਸਤਕ ਅਤੇ ਮਨੋਭਾਵ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ। ਧਰਮ, ਸੰਪਰਦਾ, ਜਾਤ, ਅਮੀਰ – ਗ਼ਰੀਬ, ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਅਲੱਗ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸਰਹੱਦਾਂ ਤੋਂ ਪਾਰ ਸਮੁੱਚੇ ਵਿਸ਼ਵ ਦੀ ਇੱਕ ਭਾਸ਼ਾ ਬਣ ਗਈ ਹੈ। ਯੋਗ ਦੀ ਇਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ 'ਤੇ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦੇ ਮਹਾਨ ਕਵੀ ਭਰਤ੍ਰਿਹਰੀ ਨੇ ਸਦੀਆਂ ਪਹਿਲਾਂ ਲਿਖਿਆ ਸੀ –

धैर्यं यस्य पिता क्षमा च जननी शान्तिश्चिरं गेहिनी
सत्यं सूनुरयं दया च भगिनी भ्राता मनः संयमः।
शय्या भूमितलं दिशोऽपि वसनं ज्ञानामृतं भोजनं
एते यस्य कुटिम्बिनः वद सखे कस्माद् भयं योगिनः।।

> ਯੋਗ ਅੱਜ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਤਾਕਤ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉੱਭਰਿਆ ਹੈ। ਮੈਂ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਨਾਲ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਜੇਕਰ ਅੱਜ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਅੰਕੜੇ ਜੁਟਾਏ ਜਾਣ ਤਾਂ ਅਨੋਖੇ ਤੱਥ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਣਗੇ।
> - ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ

ਸਦੀਆਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਹੀ ਗਈ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਸਿੱਧਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਨਿਯਮਿਤ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ 'ਤੇ ਕੁਝ ਚੰਗੇ ਗੁਣ ਸਕੇ ਸਬੰਧੀਆਂ ਅਤੇ ਮਿੱਤਰਾਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਯੋਗ ਕਰਨ ਨਾਲ ਹੌਸਲਾ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਦਾ ਹੀ ਪਿਤਾ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਖਿਮਾ ਦਾ ਭਾਵ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਮਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸ਼ਾਂਤੀ ਸਾਡੀ ਸਥਾਈ ਮਿੱਤਰ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਭਰਤ੍ਰਿਹਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਨਿਯਮਿਤ ਯੋਗ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸੱਚ ਸਾਡੀ ਸੰਤਾਨ, ਦਇਆ ਸਾਡੀ ਭੈਣ, ਆਤਮ ਸੰਜਮ ਸਾਡਾ ਭਾਈ, ਖ਼ੁਦ ਧਰਤੀ ਸਾਡਾ ਬਿਸਤਰਾ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਸਾਡੀ ਭੁੱਖ ਮਿਟਾਉਣ ਵਾਲਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇੰਨੇ ਸਾਰੇ ਗੁਣ ਕਿਸੇ ਦੇ ਸਾਥੀ ਬਣ ਜਾਣ ਤਾਂ ਯੋਗੀ ਸਾਰੇ ਕਿਸਮ ਦੇ ਡਰ 'ਤੇ ਜਿੱਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਦਰਅਸਲ ਮੁਫ਼ਤ ਵਿੱਚ ਕਿਤੇ ਵੀ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਲੇਕਿਨ ਯੋਗ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੀ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਗਰੰਟੀ ਹੈ ਜੋ ਜ਼ੀਰੋ ਬਜਟ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਕੋਵਿਡ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਇਸ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ 'ਤੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਦੇ ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਇਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰਦੇ ਹਨ, "ਇਸ ਸਦੀ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਕਿ ਯੋਗ ਨੇ ਵਿਸ਼ਵ ਨੂੰ ਜੋੜ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਯੋਗ ਸਰੀਰ, ਮਨ, ਬੁੱਧੀ, ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਜੋੜਦਾ ਹੈ, ਉਵੇਂ ਹੀ ਯੋਗ ਅੱਜ ਵਿਸ਼ਵ ਨੂੰ ਵੀ ਜੋੜ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਹਰ ਕੋਈ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤਣਾਅ ਮੁਕਤ ਜੀਵਨ ਹੋਵੇ, ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਜੀਵਨ ਹੋਵੇ, ਖੁਸ਼ ਜੀਵਨ ਹੋਵੇ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਰਸਤੇ ਨਾਲ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਰਸਤਾ ਹੈ ਯੋਗ ਦਾ। ਇੱਕ ਸੰਪੂਰਨ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸੰਤੁਲਿਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਜੀਵਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤਨ ਤੋਂ, ਮਨ ਤੋਂ, ਵਿਚਾਰਾਂ ਤੋਂ, ਆਚਰਣਾਂ ਤੋਂ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੋਣ ਦੀ ਅੰਤਰਯਾਤਰਾ ਕਿਵੇਂ ਚਲੇ ਇਹ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਨਾ ਹੈ ਤਾਂ ਯੋਗ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।" ਯੋਗ ਗੁਰੂ ਕੇ. ਪਟਾਭੀ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਵੀ ਯੋਗ ਸੱਚਾ ਆਤਮਗਿਆਨ ਹੈ, ਇੱਕ ਅੰਤਰਿਕ ਸਫ਼ਾਈ ਹੈ। ਇਹ ਅਜਿਹਾ ਵਿਗਿਆਨ ਹੈ ਜੋ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਸਿਹਤ ਦੇ ਲਈ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ, ਬਲਕਿ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਇੱਕ ਧਾਗੇ ਵਿੱਚ ਬੰਨ੍ਹਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਹਾਇਕ ਸਾਬਤ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਯੋਗ ਦਾ ਵਧਦਾ ਬਜ਼ਾਰ

ਯੋਗ ਸਿਰਫ਼ ਕਸਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਬਲਕਿ ਖ਼ੁਦ ਦੇ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ਵ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਨਾਲ ਜੁੜਾਅ ਖੋਜਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਯੋਗ ਸਾਡੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਰਤਨ ਲਿਆ ਕੇ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਪਰਿਵਰਤਨਾਂ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਬਦਲਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਹਿਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਬਣਨ ਦੇ ਸਿਰਫ਼ ਚਾਰ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ 27 ਸਤੰਬਰ, 2014 ਨੂੰ ਯੋਗ ਨੂੰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮੰਚ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਪਹਿਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਜੋ ਸੰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ, ਉਸ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਕੋਵਿਡ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਇੰਨੀ ਵਧ ਜਾਵੇਗੀ ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕਿਸੇ ਨੇ ਕਲਪਨਾ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਹੀ ਵਜ੍ਹਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਨੇ ਦੁਨੀਆ ਨੂੰ ਯੋਗ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦਿੱਤੀ ਤਾਂ ਕੋਵਿਡ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਕੋਈ ਅਜਿਹੇ ਮੁਖੀ ਹੋਣਗੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਤੋਂ ਕੋਵਿਡ 'ਤੇ ਜਿੱਤ ਦੇ ਉਪਾਅ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਕਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਲਈ ਬੀਤੇ ਸਾਲ ਵਰਚੁਅਲ ਮਨਾਏ ਗਏ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੇ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਹਾ ਵੀ, "ਸਾਨੂੰ ਜੋੜੇ, ਨਾਲ ਲਿਆਵੇ ਅਤੇ ਦੂਰੀਆਂ ਨੂੰ ਖ਼ਤਮ ਕਰੇ ਉਹੀ ਤਾਂ ਯੋਗ ਹੈ।" ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਸੀ ਕਿ ਯੋਗ ਨਾ ਸਿਰਫ ਵਿਸ਼ਵ ਭਰਾਤਰੀ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਬਲਕਿ ਦੂਰੀਆਂ ਨੂੰ ਖ਼ਤਮ ਕਰਕੇ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਅਤੇ ਜੋੜਨ ਦਾ ਅਚੂਕ ਜ਼ਰੀਆ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਯੋਗ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਅੱਜ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਇੰਨੀ ਵਧੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਦੇ 2014 ਤੋਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਅਣਥੱਕ ਪ੍ਰਯਤਨਾਂ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਹੈ।

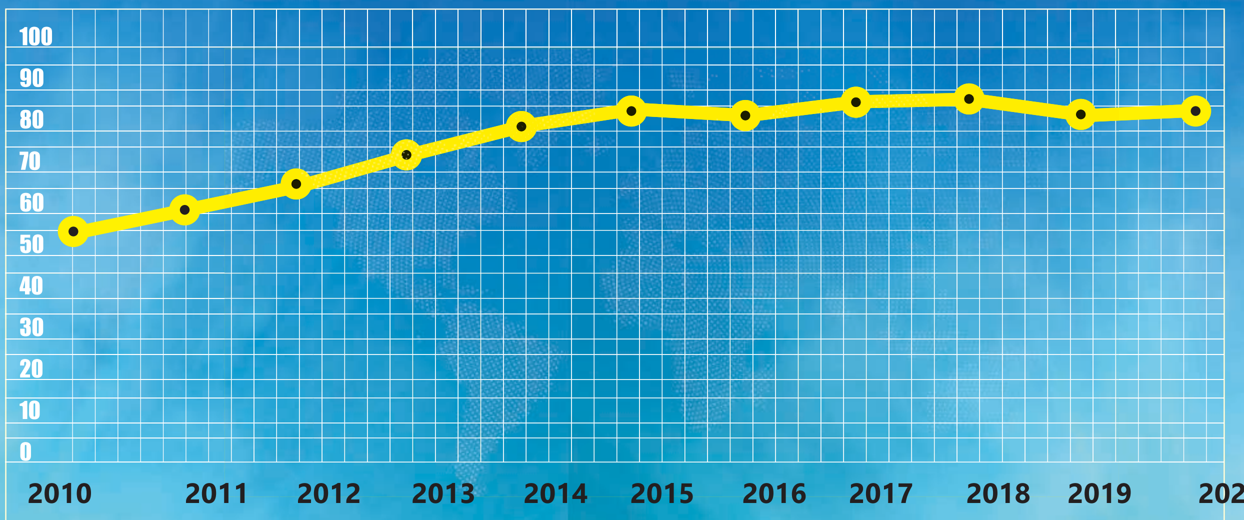
ਜਦੋਂ ਦੁਨੀਆ ਨੇ ਸਮਝੀ ਸਾਡੇ ਯੋਗ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ

ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਅਣਥੱਕ ਪ੍ਰਯਤਨਾਂ ਦਾ ਹੀ ਨਤੀਜਾ ਹੈ ਕਿ 21 ਜੂਨ ਨੂੰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਨਾਉਣ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। 193 ਮੈਂਬਰਾਂ ਵਾਲੀ ਸੰਸਥਾ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਮਹਾ ਸਭਾ ਵਿੱਚ 177 ਸਹਿ ਸਮਰਥਕ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਰਿਕਾਰਡ ਸਰਬ ਸਹਿਮਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ। ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਸਤਾਵ ਵਿੱਚ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਮਹਾ ਸਭਾ ਨੇ ਸਵੀਕਾਰ ਕੀਤਾ – "ਯੋਗ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਕਲਿਆਣ ਸਬੰਧੀ ਇੱਕ ਸਮੁੱਚਾ ਨਜ਼ਰੀਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਦੇ ਸਾਰੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਇਕਾਗਰਤਾ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਵਿਸ਼ਵ ਦੀ ਆਬਾਦੀ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਦੇ ਲਈ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸਾਂ ਦੇ ਲਾਭਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਵਿਆਪਕ ਪ੍ਰਸਾਰ ਫ਼ਾਇਦੇਮੰਦ ਹੋਵੇਗਾ।" ਇਸੇ ਦੇ ਨਾਲ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿਹਤ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਦੇ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਯੁਗ ਦਾ ਸੂਤਰਪਾਤ ਹੋਇਆ, ਜੋ ਇਲਾਜ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰੋਕਥਾਮ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਉੱਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੈ।

21 ਜੂਨ 2015 ਨੂੰ ਰਾਜਪਥ 'ਤੇ ਪਹਿਲੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਹੋਇਆ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਦੋ ਗਿਨੀਜ਼ ਵਰਲਡ ਰਿਕਾਰਡ ਬਣੇ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਯੋਗ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਇਕੱਠ ਸੀ ਜਿਸ ਵਿੱਚ 35,985 ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ ਸਨ। ਦੂਸਰਾ ਰਿਕਾਰਡ 84 ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਹੀ ਸੈਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣ ਦਾ ਸੀ। ਉਦੋਂ ਤੋਂ

ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਕਰੀਬ 5 ਹਜ਼ਾਰ ਸਾਲ ਪੁਰਾਣਾ ਹੈ।

ਯੋਗ ਨੂੰ ਆਲਮੀ ਮਾਨਤਾ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੂਗਲ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰੀਏ ਤਾਂ 2014 ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ 2020 ਵਿੱਚ 6 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਯੋਗ ਸਰਚ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਲਗਭਗ ਦੁੱਗਣੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ।



66.4

ਮਿਲੀਅਨ ਅਮਰੀਕੀ ਡਾਲਰ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਏਗਾ 2027 ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਦਾ ਆਲਮੀ ਬਜ਼ਾਰ। ਇਹ ਅਲਾਇਡ ਮਾਰਕਿਟ ਰਿਸਰਚ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ, 2019 ਵਿੱਚ 37.5 ਬਿਲੀਅਨ ਅਮਰੀਕੀ ਡਾਲਰ ਸੀ।

04 ਅਰਬ ਰੁਪਏ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਾ ਯੋਗ ਬਜ਼ਾਰ ਹੈ ਇਕੱਲੇ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਹੀ

- ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਦੀ ਇਸ ਪਹਿਲ ਨੇ ਦੁਨੀਆ ਨੂੰ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਯੋਗ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਵਾਇਆ, ਬਲਕਿ ਇਸ ਦਾ ਬਜ਼ਾਰ ਵੀ ਬੇਹੱਦ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧਿਆ ਜਿਸ ਨਾਲ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਨੂੰ ਵੀ ਹੁਲਾਰਾ ਮਿਲਿਆ। ਕੋਵਿਡ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਔਨਲਾਈਨ ਯੋਗ ਕਲਾਸਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰਹਿ ਕੇ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਪਹਿਲੂ ਬਣ ਕੇ ਉੱਭਰੀਆਂ ਹਨ।
- ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਯੋਗ ਟ੍ਰੇਨਰ, ਬਲਕਿ ਯੋਗ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਸਮਾਨ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਉਦਯੋਗ, ਨਵੇਂ ਯੋਗ ਸੰਸਥਾਨ ਅਤੇ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਕੇਂਦਰ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਨਵੇਂ ਸੈਕਟਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉੱਭਰੇ ਹਨ।
- ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਸਟੈਟਿਸਟਾ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਬੀਤੇ ਇੱਕ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਹੀ 11.7 ਮਿਲੀਅਨ ਡਾਲਰ ਦੇ ਯੋਗ ਮੈਟ ਵੇਚੇ ਗਏ ਹਨ।

ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਸਮਾਰੋਹ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵ ਭਰ ਵਿੱਚ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਉਤਸ਼ਾਹੀ ਲੋਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਇਸ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਵਰਦਾਨ ਨੂੰ ਸਾਲ ਦਰ ਸਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਖਿਆ ਵਿੱਚ ਅਪਣਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਸਾਲ 21 ਜੂਨ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਸੱਤਵਾਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮਨਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਦ ਕੋਵਿਡ ਮਹਾਮਾਰੀ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਹੈ। ਜਿਸ ਨੂੰ ਪਹਿਲੀ ਲਹਿਰ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਹਰਾਉਣ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਜਾਰੀ ਹਨ। ਲੇਕਿਨ ਇਸ ਲੜਾਈ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਯਤਨਾਂ ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨ-ਦਵਾਈ ਆਦਿ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਯੋਗ ਬਚਾਅ ਦਾ ਸਸ਼ਕਤ ਮਾਧਿਅਮ ਹੈ। ਜਿਸ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸਦੀਆਂ ਪੁਰਾਣੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਸੱਭਿਅਤਾ ਵਿੱਚ ਸਮੋਇਆ ਹੈ।

ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੇ ਦੋ ਦਹਾਕਿਆਂ ਬਾਅਦ 1970 ਵਿੱਚ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਆਯੁਰਵੇਦ, ਯੂਨਾਨੀ, ਸਿੱਧ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਿਲੀ। ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ 1995 ਵਿੱਚ ਇਸ ਨੂੰ ਅਲੱਗ ਵਿਭਾਗ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਅਤੇ 2003 ਵਿੱਚ ਅਟਲ ਬਿਹਾਰੀ ਵਾਜਪੇਈ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਇਸ ਨੂੰ ਆਯੁਸ਼ ਨਾਮ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਲੇਕਿਨ 2014 ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਬਣਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ ਆਯੁਸ਼ ਦਾ ਅਲੱਗ ਮੰਤਰਾਲਾ ਬਣਾ ਕੇ ਆਯੁਰਵੇਦ ਅਤੇ ਯੋਗ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਨਵੀਂ ਪਹਿਚਾਣ ਦਿਵਾਉਣ ਦਾ ਜ਼ਿੰਮਾ ਉਠਾਇਆ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਨੇ 27 ਸਤੰਬਰ, 2014 ਨੂੰ ਯੋਗ ਨੂੰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਦਿਵਾਉਣ ਦੀ ਪਹਿਲ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਮੰਚ ਤੋਂ ਕੀਤੀ ਅਤੇ 21 ਜੂਨ ਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮਨਾਉਣ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਸਰਬਸੰਮਤੀ ਨਾਲ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਗਿਆ।

ਯੋਗ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਚਿੱਤਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਿੰਧੂ - ਸਰਸਵਤੀ ਘਾਟੀ ਸੱਭਿਅਤਾ ਦੇ ਅਵਸ਼ੇਸ਼ ਅਤੇ ਮੋਹਰਾਂ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਭਾਰਤ ਦੀ ਅਮਿੱਟ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਵਿਰਾਸਤ

ਯੋਗ ਸਹੀ ਮਾਅਨੇ ਵਿੱਚ ਸੂਖ਼ਮ ਵਿਗਿਆਨ 'ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਅਧਿਐਨ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਹੈ ਜੋ ਮਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ ਇਕਾਗਰਤਾ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਯੋਗ ਕਲਾ ਅਤੇ ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਸੰਗਮ ਦਾ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਅਭਿਆਸ ਹੈ ਜੋ ਤੰਦਰੁਸਤ ਜੀਵਨ ਜਿਊਣ ਦੇ ਲਈ ਸਾਡਾ ਮਾਰਗ-ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਮੂਲ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਸ਼ਬਦ 'ਯੂਜਿਰ' ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਯੋਗ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਜੁੜਨਾ ਜਾਂ ਇਕਜੁੱਟ ਹੋਣਾ। ਇਹ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਸਾਡੀ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਆਲਮੀ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਹੈ। ਯੋਗ ਨੂੰ ਵਿਆਪਕ ਰੂਪ ਨਾਲ ਸਿੰਧੂ - ਸਰਸਵਤੀ ਘਾਟੀ ਸੱਭਿਅਤਾ ਦੇ ਕਾਲ ਖੰਡ 2700 ਈਸਵੀ ਪੂਰਵ ਦੀ ਅਮਿੱਟ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਉਤਪਤੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਵੈਦਿਕ ਕਾਲ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਯੋਗ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਰਵਪ੍ਰਥਮ ਮਹਾਰਿਸ਼ੀ ਪਤੰਜਲੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਯੋਗ ਸੈਸ਼ਨ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਤਤਕਾਲੀਨ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਅਭਿਆਸਾਂ ਨੂੰ ਵਿਵਸਥਿਤ ਅਤੇ ਸਹੀਬੱਧ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਇਸ ਪੱਧਤੀ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਮੁੱਲ ਯੋਗਦਾਨ ਦੇ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਯੋਗ ਦਾ ਜਨਕ ਵੀ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ ਯੋਗ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਅਸਾਧਾਰਣ ਯੋਗਦਾਨ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸਾਂ ਨੂੰ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਕੇ ਪੂਰੇ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ-ਪ੍ਰਸਾਰ ਕੀਤਾ। ਅੱਜ ਵਿਸ਼ਵ ਭਰ ਵਿੱਚ ਲੱਖਾਂ ਲੋਕ ਯੋਗ ਤੋਂ ਲਾਭ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ। ਹਾਲ ਹੀ ਦੇ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਈਆਂ ਮੈਡੀਕਲ ਖੋਜਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਯਮਿਤ ਯੋਗ ਦੇ ਅਭਿਆਸਾਂ ਦੇ ਕਈ ਸਰੀਰਕ

ਹੁਣ ਤਕ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨਾਏ ਗਏ ਛੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ

2015

21 ਜੂਨ 2015 ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਵਿੱਚ ਰਾਜਪਥ 'ਤੇ ਆਯੋਜਨ ਹੋਇਆ। 35,985 ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵੱਡਾ ਯੋਗ ਸੈਸ਼ਨ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ 84 ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਨਾਲ ਦੋ ਗਿੰਨੀਜ਼ ਵਰਲਡ ਰਿਕਾਰਡ ਬਣੇ।

ਥੀਮ - ਸਦਭਾਵ ਅਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦੇ ਲਈ ਯੋਗ

2016

21 ਜੂਨ 2016 ਨੂੰ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਵਿੱਚ ਰਸਮੀ ਆਯੋਜਨ ਹੋਇਆ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਿੱਚ 30 ਹਜ਼ਾਰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ 150 ਦਿੱਵਯਾਂਗਾਂ ਨੇ ਵੀ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ।

ਥੀਮ – ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜੋ

2017

21 ਜੂਨ 2017 ਨੂੰ ਲਖਨਊ ਵਿੱਚ 51 ਹਜ਼ਾਰ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਜਿੱਥੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਨੇ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਦੀ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ।

ਥੀਮ - ਸਿਹਤ ਦੇ ਲਈ ਯੋਗ

2018

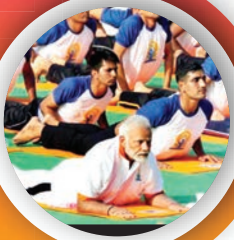
21 ਜੂਨ 2018 ਨੂੰ ਦੇਹਰਾਦੂਨ ਵਿੱਚ 50 ਹਜ਼ਾਰ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ।

ਥੀਮ - ਸ਼ਾਂਤੀ ਦੇ ਲਈ ਯੋਗ

2019

21 ਜੂਨ 2019 ਨੂੰ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਨੇ ਰਾਂਚੀ ਵਿੱਚ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ।

ਥੀਮ – ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਲਈ ਯੋਗ



2020

21 ਜੂਨ 2020 ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ ਦੀ ਆਲਮੀ ਆਪਦਾ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਨਾਲ ਵਰਚੁਅਲ ਹੀ ਇਸ ਦਾ ਸਫ਼ਲ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

ਥੀਮ – ਘਰ 'ਤੇ ਯੋਗ, ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਨਾਲ ਯੋਗ

ਮਾਨਸਿਕ ਲਾਭ ਦੱਸੇ ਗਏ ਹਨ। ਯੋਗ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੱਧਰਾਂ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਯੋਗ ਨੂੰ ਮੁੱਖਧਾਰਾ ਵਿੱਚ ਜੋੜਨ ਦਾ ਪ੍ਰਯਤਨ

ਆਜ਼ਾਦੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਜਨ ਸਿਹਤ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਨੂੰ ਜੋੜਨ ਦੇ ਪ੍ਰਯਤਨ ਤਾਂ ਹੋਏ ਪਰ ਇਹ ਇੰਨੇ ਹੌਲ਼ੀ ਸਨ ਕਿ ਯੋਗ ਨੂੰ ਉਸ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਉਹ ਪਹਿਚਾਣ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਪਾਈ ਜੋ ਮਿਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਸੀ। 1976 ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾ ਕੇਂਦਰੀ ਯੋਗ ਖੋਜ ਸੰਸਥਾਨ (ਹੁਣ ਮੋਰਾਰਜੀ ਦੇਸਾਈ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਸੰਸਥਾਨ) ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ। 1978 ਵਿੱਚ ਕੇਂਦਰੀ ਯੋਗ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਮੈਡੀਕਲ ਖੋਜ ਪਰਿਸ਼ਦ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਸਾਲ 2003 ਵਿੱਚ ਭਾਰਤੀ ਮੈਡੀਕਲ ਪੱਧਤੀ ਅਤੇ ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ ਦਾ ਨਾਮ ਬਦਲ ਕੇ ਆਯੁਸ਼ ਵਿਭਾਗ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਲੇਕਿਨ, ਅਸਲ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੋਈ 9 ਨਵੰਬਰ 2014 ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਆਯੁਸ਼ ਖੇਤਰ ਦੇ ਲਈ ਅਲੱਗ ਤੋਂ ਆਯੁਸ਼ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਇਹੀ ਨਹੀਂ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਦੇ ਸੰਬੋਧਨ ਦੇ ਨਾਲ ਯੋਗ ਨੂੰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਾਨਤਾ ਮਿਲੀ ਤਾਂ ਇਹ ਵਿਸ਼ਵ ਭਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਜਨ ਅੰਦੋਲਨ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉੱਭਰਿਆ। ਇਹੀ ਨਹੀਂ, ਫ਼ਰਵਰੀ 2016 ਵਿੱਚ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰਮੋਸ਼ਨ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਬੋਰਡ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕਰਕੇ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਉਪਲਬਧ ਯੋਗ ਟ੍ਰੇਨਰਾਂ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਦੇ ਲਈ ਏਮਸ ਅਤੇ ਆਈਆਈਟੀ ਜਿਹੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਨੂੰ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਹਰ ਸਾਲ ਵਿਸ਼ਵ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੇ ਆਯੋਜਨ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਨੋਡਲ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਯੁਸ਼ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਆਮ ਯੋਗ ਪ੍ਰੋਟੋਕੋਲ ਵੀ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਤਹਿਤ 45 ਮਿੰਟ ਦੇ ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਨੌਜਵਾਨ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਦੇ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਪੁਣੇ ਵਿੱਚ ਪਾਇਲਟ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਸ਼ਾ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਯੋਗ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਦੇ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਗ੍ਰਾਮੀਣ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਦੇ ਪ੍ਰਚਾਰ-ਪ੍ਰਸਾਰ ਦੇ ਲਈ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇ ਗਏ ਹਨ। ਯੋਗ ਨੂੰ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਮੁਕਾਬਲੇਬਾਜ਼ੀ ਵਾਲੀ ਖੇਡ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮਾਨਤਾ ਦੇਣ ਦੇ ਲਈ ਆਯੁਸ਼ ਮੰਤਰਾਲੇ ਅਤੇ ਖੇਡ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਮਿਲ ਕੇ ਪਹਿਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਯੋਗ ਨੂੰ 'ਫਿਟ ਇੰਡੀਆ ਮੂਵਮੈਂਟ' ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਨਾਲ ਹੀ 2021 ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ 30 ਰਾਜਾਂ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਨੂੰ ਖੇਡ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮੁਕਾਬਲੇਬਾਜ਼ੀ ਦਾ ਆਯੋਜਨ

ਯੋਗ ਪ੍ਰਤੀਕ ਚਿੰਨ੍ਹ ਦੇ ਸੂਤਰ

- ਪ੍ਰਤੀਕ ਚਿੰਨ੍ਹ ਵਿੱਚ ਦੋਨੋਂ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜਨਾ ਯੋਗ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਆਲਮੀ ਚੇਤਨਾ ਦੇ ਨਾਲ ਯੋਗ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ਇਹ ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਮਨ, ਮਨੁੱਖ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਪਰਸਪਰਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ। ਇਹ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਅਤੇ ਕਲਿਆਣ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਨਜ਼ਰੀਏ ਨੂੰ ਵੀ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਇਸ ਵਿੱਚ ਚਿਤ੍ਰਿਤ ਭੂਰੀਆਂ ਪੱਤੀਆਂ ਭੂਮੀ, ਹਰੀਆਂ ਪੱਤੀਆਂ ਕੁਦਰਤ ਅਤੇ ਨੀਲੀਆਂ ਪੱਤੀਆਂ ਅਗਨੀ ਤੱਤ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹਨ। ਦੂਸਰੇ ਪਾਸੇ ਸੂਰਜ ਊਰਜਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਦੇ ਸਰੋਤ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ।
- ਪ੍ਰਤੀਕ ਚਿੰਨ੍ਹ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੇ ਲਈ ਸ਼ਾਂਤੀ ਅਤੇ ਪਰਸਪਰਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਯੋਗ ਦਾ ਮੂਲ ਹੈ।

ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਨੂੰ ਮਿਲੇਗੀ ਹੋਰ ਰਫ਼ਤਾਰ

ਯੋਗ ਟ੍ਰੇਨਰਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦੇ ਬ੍ਰਾਂਡ ਅੰਬੈਸਡਰਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੁਲਾਰਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਆਯੁਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਇਸ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੰਮੇਲਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀਆਂ ਦਾ ਵੀ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਆਯੋਜਨ ਕਰਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਈ ਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਵਿੱਦਿਅਕ ਸੰਸਥਾਨਾਂ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤੀ ਪੱਤਰਾਂ(ਐੱਮਓਯੂ) 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ।

ਯੋਗ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ

ਲਾਈਫ਼ ਸਟਾਈਲ ਸਬੰਧੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਵਿੱਚ 30 ਤੋਂ 45 ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਨਾਲ ਹੀ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਨੂੰ ਪਿੰਡ ਦੇ ਪੱਧਰ ਤੱਕ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ ਜਿੱਥੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਅਗਲੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲ ਤੱਕ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਘਰ-ਘਰ ਅਤੇ ਪਿੰਡ-ਪਿੰਡ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦਾ ਇੱਕ ਅੰਦਰੂਨੀ ਹਿੱਸਾ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ।

ਯੋਗ ਸਿੱਖਿਆ

ਯੋਗ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਕਈ ਆਯਾਮ ਹਨ। ਸਕੂਲ, ਕਾਲਜ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਖੇਡ ਸਮਾਰੋਹ, ਕਾਰਜਸਥਲ, ਕਾਰਪੋਰੇਟ ਸੈਕਟਰ, ਹਥਿਆਰਬੰਦ ਬਲ, ਪੁਲਿਸ ਕਰਮਚਾਰੀ, ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ, ਨਰਸਿੰਗ ਸਟਾਫ਼, ਨੌਕਰਸ਼ਾਹੀ, ਲੋਕ ਸੇਵਕਾਂ ਆਦਿ ਵਿੱਚ ਹਰ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿਭਿੰਨ ਪੱਧਰਾਂ 'ਤੇ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਲਿਆਉਣ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਟ੍ਰੇਨਰ ਮੁੱਖ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਯੋਗ ਥੈਰੇਪੀ

ਯੋਗ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲਾਈਫ ਸਟਾਈਲ ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਗ਼ੈਰ-ਸੰਚਾਰੀ ਵਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ, ਦਿਲ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਸਟ੍ਰੋਕ ਆਦਿ ਜਿਹੀਆਂ ਆਧੁਨਿਕ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਪੁਨਰਵਾਸ ਵਿੱਚ ਆਲਮੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਇਸ ਦੀ ਸਵੀਕਾਰਤਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀ ਸੰਖਿਆ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਥੈਰੇਪਿਸਟ ਅਤੇ ਕੰਸਲਟੈਂਟਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਯੋਗ

ਆਪਣੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਕਾਰਨ ਯੋਗ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਯੋਗਿਕ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਲੱਖਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਲਈ ਬਿਹਤਰੀਨ ਸੁਅਵਸਰ ਹੈ।

ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਯੋਗ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਹੋਣਾ ਸਮੇਂ ਦੀ ਮੰਗ ਹੈ। ਇਸੇ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ ਐੱਨਸੀਆਈਆਰਟੀ ਨੇ ਪਹਿਲੀ ਤੋਂ ਦਸਵੀਂ ਕਲਾਸ ਤੱਕ ਦੇ ਸਿਲੇਬਸਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਨਾਲ ਯੋਗ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਆਯੁਸ਼ਮਾਨ ਭਾਰਤ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਤਹਿਤ 12,500 ਆਯੁਸ਼ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਕਲਿਆਣ ਕੇਂਦਰਾਂ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ 'ਤੇ ਫੋਕਸ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

8 ਪੜਾਵਾਂ ਦੀ ਰੂਪਰੇਖਾ ਨਾਲ ਬਦਲੇਗੀ ਤਸਵੀਰ

2014 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਯੋਗ ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਪਹਿਚਾਣ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਇਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਕਦਮ ਵਧਾਉਂਦੇ ਹੋਏ 8 ਪੜਾਵਾਂ ਦੀ ਰੂਪਰੇਖਾ ਵੀ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਰੂਪਰੇਖਾ ਨਾਲ ਯੋਗ ਨੂੰ ਪਿੰਡ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਸ਼ਹਿਰ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਹੈ। ਆਯੁਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਇਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਪ੍ਰਯਤਨ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਯੋਗ ਰਿਸਰਚ

ਮੌਲਿਕ, ਸ਼ਾਬਦਿਕ, ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ, ਨੈਦਾਨਿਕ, ਵਿਗਿਆਨਕ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਕੋਪ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ ਦਹਾਕੇ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਸਮੀਖਿਆ ਜਰਨਲਾਂ ਵਿੱਚ 10,000 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੇਪਰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਹੋਏ ਹਨ ਜੋ ਯੋਗ ਵਿੱਚ ਰਿਸਰਚ ਦੇ ਸਕੋਪ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਯੋਗ ਮਾਰਕਿਟਿੰਗ

ਖੋਜ ਨਾਲ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਖੇਡਣ, ਬੋਲਣ, ਅਭਿਨੈ, ਕੰਮ ਕਰਨ, ਫਿਟਨਸ, ਸੁੰਦਰਤਾ ਅਤੇ ਵੈੱਲਨੈੱਸ ਜਿਹੇ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਹੁਨਰ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁਧਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਕਿੱਲ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ

ਯੋਗ ਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਭਾਰੀ ਮੰਗ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕੱਪੜਾ, ਦਰੀ, ਉਪਕਰਣ, ਯੋਗ ਸਮੱਗਰੀ, ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕਈ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਭਾਰੀ ਮੰਗ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ 5-6 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਇੱਕ ਉਦਯੋਗ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉੱਭਰਿਆ ਹੈ।

ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਦੇ ਲਈ

ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਹਵਾਰੀ ਚੱਕਰ, ਗਰਭਧਾਰਨ ਜਿਹੀਆਂ ਕਈ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਗੁਜਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਚਿੰਤਾ, ਤਣਾਅ, ਅਵਸਾਦ, ਹਾਰਮੋਨਲ ਅਸੰਤੁਲਨ ਜਿਹੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਸਮਾਧਾਨ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਇੱਕ ਸਮਾਧਾਨ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉੱਭਰਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਟ੍ਰੇਨਰਾਂ ਦੀ ਭਾਰੀ ਸੰਖਿਆ ਵਿੱਚ ਮੰਗ ਹੈ।

ਯੋਗ ਨਾਲ ਸੁਧਾਰੋ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਆਕਸੀਜਨ ਦਾ ਪੱਧਰ

ਅਜਿਹੀਆਂ ਤਿੰਨ ਤਕਨੀਕਾਂ ਸਿੱਖੋ ਜਿਸ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਆਕਸੀਜਨ ਦਾ ਪੱਧਰ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਚਿੰਤਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤਣਾਅ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਸਾਹ 'ਤੇ ਅਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਾਂਤ ਮਨ ਨਾਲ ਬੈਠੋ, ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਗਿਆਨ ਮੁਦਰਾ ਵਿੱਚ ਲੈ ਕੇ ਸਾਹ ਲੈ ਕੇ ਓਮ ਦਾ ਹਲਕਾ ਉਚਾਰਣ ਕਰੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਫੇਫੜੇ, ਮਨ, ਮਸਤਕ ਸਹਿਜ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੇਟ ਦੇ ਭਾਰ ਲੇਟ ਜਾਓ, ਹੱਥ - ਪੈਰ 90 ਡਿਗਰੀ 'ਤੇ।

ਯੋਗ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਨਿਰੋਗੀ ਕਾਇਆ

ਤਿੰਨ ਯੋਗ ਸੂਤਰ ਕਈ ਯੋਗ ਆਸਣਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੁਨਿਆਦੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਠ ਯੋਗ ਇੱਕ ਤਿਆਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਸਰੀਰ,ਊਰਜਾ ਦੇ ਉੱਚ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਸਹਿਣ ਕਰ ਸਕੇ।ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਫਿਰ ਸਾਹ, ਮਨ ਅਤੇ ਅੰਤਰ-ਮਨ ਦੀ ਵਾਰੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

ਬਾਲ ਆਸਣ (ਸ਼ਿਸ਼ੂ ਆਸਣ)

ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ

ਜੇਕਰ ਪਿੱਠ ਦਰਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਗੋਡੇ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਹੋਈ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਆਸਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਨਾ ਕਰੋ। ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਦਸਤ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹੋ ਜਾਂ ਹੁਣੇ-ਹੁਣੇ ਠੀਕ ਹੋਏ ਹੋ, ਤਾਂ ਵੀ ਇਸ ਆਸਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਨਾ ਕਰੋ।

ਲਾਭ

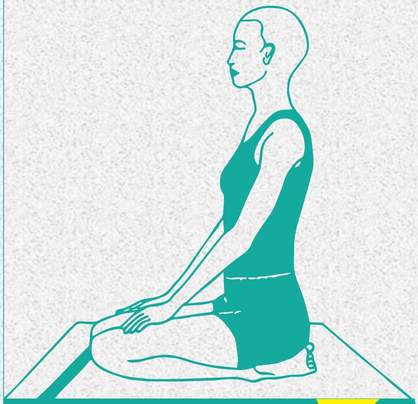
- ਪਿੱਠ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਹੀ ਰਾਹਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਕਬਜ਼ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ
- ਤੰਤ੍ਰਿਕਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਦਾ ਹੈ

- ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਡੀਆਂ 'ਤੇ ਬੈਠ ਜਾਉ। ਹਿਪਸ ਨੂੰ ਅੱਡੀਆਂ 'ਤੇ ਹੀ ਟਿਕਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਅੱਗੇ ਵੱਲ ਝੁਕੋ ਅਤੇ ਹੌਲ਼ੀ-ਹੌਲ਼ੀ ਮੱਥਾ ਜ਼ਮੀਨ ਨਾਲ ਲਗਾ ਦਿਉ।
- ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੋਵੇਂ ਪਾਸੇ ਜ਼ਮੀਨ ਉੱਤੇ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਹਥੇਲੀਆਂ ਦਾ ਰੁਖ ਅਸਮਾਨ ਵੱਲ ਕਰੋ (ਜੇਕਰ ਇਹ ਅਰਾਮਦਾਇਕ ਨਾ ਜਾਪੇ ਤਾਂ ਇੱਕ ਹਥੇਲੀ ਉੱਤੇ ਦੂਸਰੀ ਹਥੇਲੀ ਰੱਖ ਕੇ ਮੱਥੇ ਨੂੰ ਇਸ 'ਤੇ ਟਿਕਾ ਦਿਉ)
- ਹੌਲ਼ੀ-ਹੌਲ਼ੀ ਧੜ ਨਾਲ ਪੱਟਾਂ 'ਤੇ ਦਬਾਅ ਪਾਉ ਅਤੇ ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਕੁਝ ਦੇਰ ਲਈ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖੋ। ਫਿਰ ਹੌਲ਼ੀ-ਹੌਲ਼ੀ ਉੱਠ ਕੇ ਅੱਡੀਆਂ ਉੱਪਰ ਬੈਠ ਜਾਉ।

ਵਜਰ ਆਸਣ

ਲਾਭ

ਇਹ ਆਸਣ ਗਰਦਨ, ਸਿਰ ਅਤੇ ਮੋਢਿਆਂ ਦੇ ਤਣਾਅ ਨੂੰ ਖ਼ਤਮ ਕਰਦਾ ਹੈ
ਇਹ ਹਾਜ਼ਮਾ ਠੀਕ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ
ਇਹ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਹ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਨ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।



ਇਹ ਆਸਣ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ

- ਵਜਰ ਆਸਣ ਵਿੱਚ ਬੈਠੇ ਯਾਨੀ ਦੋਹਾਂ ਪੈਰਾਂ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਵੱਲ ਮੋੜ ਕੇ ਬੈਠ ਜਾਓ।ਸੱਜੇ ਹੱਥ ਨੂੰ ਜ਼ਮੀਨ 'ਤੇ ਰੱਖੋ।
- ਖੱਬੇ ਹੱਥ ਨੂੰ ਸਿਰ ਦੇ ਉੱਪਰ 'ਤੋਂ ਉਲਟ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾ ਕੇ ਹਲਕਾ ਸਟ੍ਰੈਚ ਕਰੋ।ਹੁਣ ਖੱਬੇ ਹੱਥ ਨੂੰ ਜ਼ਮੀਨ 'ਤੇ ਰੱਖੋ।
- ਸੱਜੇ ਹੱਥ ਨੂੰ ਸਿਰ ਦੇ ਉੱਪਰ ਤੋਂ ਉਲਟ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸਟ੍ਰੈਚ ਕਰੋ।ਇਹ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ10-15 ਵਾਰ ਦੁਹਰਾਓ।

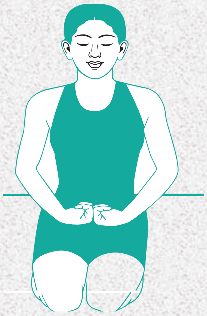
ਪਦਮ ਆਸਣ

ਇਹ ਆਸਣ ਤਣਾਅ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਨ ਇਕਾਗਰ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤਨ ਅਤੇ ਮਨ, ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਰਾਹਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਆਸਣ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ

ਪਦਮ ਆਸਣ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਖੱਬੇ ਪੈਰ ਨੂੰ ਸੱਜੇ ਪੱਟ ਉੱਤੇ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਸੱਜੇ ਪੈਰ ਨੂੰ ਖੱਬੇ ਪੱਟ ਉੱਤੇ ਰੱਖੋ। ਪਿੱਠ ਬਿਲਕੁਲ ਸਿੱਧੀ ਰੱਖੋ ਤਾਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਦਿਮਾਗ਼ ਸਚੇਤ ਰਹੇ।ਅੱਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਾਹ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।

ਕਪਾਲਭਾਤਿ



ਕਪਾਲਭਾਤਿ ਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਨਾਲ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਜੰਮੀ ਕਫ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅੰਦਰ ਸ਼ੁੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਕਾਰਜ ਸਮਰੱਥਾ ਵਧਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਮਸਤਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਅਤੇ ਪਾਚਣ-ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਹ ਕਿਰਿਆ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ

ਕਿਸੇ ਵੀ ਧਿਆਨ ਆਸਣ ਵਿੱਚ ਬੈਠੋ।ਅੱਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਅਰਾਮ ਦਿਓ।ਦੋਹਾਂ ਨਾਸਾਂ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਡੂੰਘਾ ਸਾਹ ਭਰੋ, ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਫੈਲਾਉ। ਹੁਣ ਨਾਸਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਸਾਹ ਨੂੰ ਜ਼ੋਰ ਦੇ ਨਾਲ ਕਿਸ਼ਤਾਂ ਵਿੱਚ ਬਾਹਰ ਕੱਢੋ। ਕੋਰੋਨਾ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਹ ਬਾਹਰ ਕੱਢਦੇ ਸਮੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਦਬਾਅ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਕੋਵਿਡ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਬਣਿਆ ਸਹਾਰਾ

ਕੋਵਿਡ-19 ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਯੋਗ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰੋਗ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਯੋਗ ਆਸਣ ਅਜਿਹੇ ਹਨ ਜੋ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਤੰਦਰੁਸਤ ਸਰੀਰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇਹ ਆਸਣ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਿੱਧ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਨੌਕਾ ਆਸਣ

(ਕਿਸ਼ਤੀ ਅਕਾਰ ਦਾ ਆਸਣ)

ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ

ਇਸ ਯੋਗ ਆਸਣ ਨੂੰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਿੱਠ ਭਾਰ ਸਿੱਧੇ ਲੇਟ ਜਾਉ।

ਦੋਵੇਂ ਪੈਰ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਹੱਥ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਲਗੇ ਹੋਏ, ਹਥੇਲੀਆਂ ਦਾ ਰੁਖ ਜ਼ਮੀਨ ਵੱਲ। ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਪੈਰਾਂ ਵੱਲ ਤਾਣ ਕੇ ਰੱਖੋ।

ਇਸ ਦੇ ਬਾਅਦ ਸਾਹ ਭਰਦੇ ਹੋਏ ਪੰਜਿਆਂ ਅਤੇ ਧੜ ਨੂੰ ਹੌਲ਼ੀ-ਹੌਲ਼ੀ ਉੱਪਰ ਉਠਾਉ। ਸਰੀਰ ਦਾ ਪੂਰਾ ਭਾਰ ਹਿਪਸ 'ਤੇ ਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਗਹਿਰੇ ਸਾਹ ਲੈਂਦਿਆਂ ਅਤੇ ਛੱਡਦਿਆਂ, ਆਸਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ। ਫਿਰ ਹੌਲ਼ੀ-ਹੌਲ਼ੀ ਸਾਹ ਬਾਹਰ ਕੱਢਦੇ ਹੋਏ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਵੋ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਕਰੋ।

ਸਮਕੋਣ ਆਸਣ

- ਸਮਕੋਣ ਆਸਣ ਦੇ ਸਿਹਤ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲਾਭ ਹਨ। ਇਹ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਇਹ ਆਸਣ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਖਿਚਾਅ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਤਣਾਅ ਘਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਹ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਲਚਕਦਾਰ ਬਣਦਾ ਹੈ।
- ਕੁੱਲ੍ਹਿਆਂ ਅਤੇ ਗ੍ਰੋਇਨ ਨੂੰ ਲਚਕੀਲੇ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਇਹ ਆਸਣ ਬਹੁਤ ਲਾਭਕਾਰੀ ਹੈ।

ਮਾਰਜਰੀ ਆਸਣ

(ਕੈਟ ਪੋਜ਼)

ਲਾਭ

ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਅਧਿਕ ਲਚਕੀਲਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪਾਚਣ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪੇਟ ਨੂੰ ਠੀਕ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਹ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

- ਇਸ ਆਸਣ ਨੂੰ ਕਰਨ ਲਈ, ਵਜਰ ਆਸਣ ਵਿੱਚ ਬੈਠਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦੋਵਾਂ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਫਰਸ਼ 'ਤੇ ਅੱਗੇ ਦੀ ਤਰਫ ਰੱਖੋ।
- ਦੋਹਾਂ ਹੱਥਾਂ ਉੱਤੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਭਾਰ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਹਿਪਸ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਉਠਾਉ। ਪੱਟਾਂ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਦੀ ਤਰਫ ਸਿੱਧੇ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਗੋਡਿਆਂ ਤੋਂ 90-ਡਿਗਰੀ ਕੋਣ ਬਣਾਓ।
- ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਛਾਤੀ ਫਰਸ਼ ਦੇ ਸਮਾਨਾਂਤਰ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਬਿੱਲੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਿਖਾਈ ਦੇਵੋਗੇ।
- ਇੱਕ ਲੰਬਾ ਸਾਹ ਲਓ ਅਤੇ ਸਿਰ ਨੂੰ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਝੁਕਾਉ, ਸਰੀਰ ਦੇ ਧੁੰਨੀ ਵਾਲੇ ਭਾਗ ਨੂੰ ਉਤਾਂਹ ਵੱਲ ਧੱਕੋ।

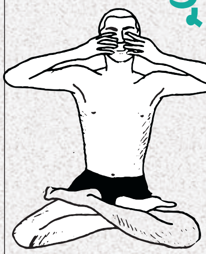
ਹਸਤਉੱਤਾਨ ਆਸਣ

ਇਹ ਆਸਣ ਊਰਜਾ ਪੱਧਰ ਵਧਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦਗਾਰ ਹੈ। ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਪਾਚਣ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਲਚਕੀਲਾਪਣ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।

ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ

ਖੜ੍ਹੇ ਹੋ ਕੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰ ਦੇ ਉੱਪਰ ਲਿਜਾਂਦੇ ਹੋਏ ਆਕਾਸ਼ ਦੀ ਤਰਫ ਤਾਣ ਦਿਉ। ਹੁਣ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਣਾਮ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਪਿੱਛੇ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਉ ਅਤੇ ਕਮਰ ਨੂੰ ਵੀ ਪਿੱਛੇ ਵੱਲ ਝੁਕਾਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਯਤਨ ਕਰੋ।

ਭ੍ਰਾਮਰੀ ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮ



ਇਸ ਨਾਲ ਤਣਾਅ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਨ ਸ਼ਾਂਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਭੰਵਰੇ ਦੀ ਗੂੰਜ, ਮਨ ਅਤੇ ਤੰਤ੍ਰਿਕਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਉੱਤੇ ਸ਼ਾਂਤ ਅਤੇ ਰਾਹਤ ਭਰਿਆ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ

ਕਿਸੇ ਵੀ ਧਿਆਨ ਆਸਣ ਵਿੱਚ ਬੈਠ ਕੇ ਅੱਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰ ਲਉ। ਦੋਹਾਂ ਹੱਥਾਂ ਦੇ ਅੰਗੂਠੇ ਦੋਹਾਂ ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਲਗਾ ਲਉ। ਪਹਿਲੀਆਂ ਦੋ ਉਂਗਲੀਆਂ ਨੂੰ ਅੱਖਾਂ ਉੱਤੇ ਅਤੇ ਛੋਟੀਆਂ ਦੋਹਾਂ ਉਂਗਲੀਆਂ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਉੱਤੇ ਕੋਮਲਤਾ ਨਾਲ ਰੱਖੋ। ਹੁਣ ਨੱਕ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਲੰਬਾ ਸਾਹ ਭਰੋ ਅਤੇ ਨੱਕ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਓਮ ਦੀ ਗੂੰਜਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਹੌਲ਼ੀ-ਹੌਲ਼ੀ ਸਾਹ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਛੱਡੋ।

ਯੋਗ ਹੁਣ ਇੱਕ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਹੈ!

- ਯੋਗ ਦੀ ਹਰ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਜਿਸ ਦਾ ਕਿ ਅਸੀਂ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਉਹ ਨਿਮਨ ਲਿਖਿਤ ਵਰਗਾਂ ਦੇ ਤਹਿਤ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਯੋਗ ਦੇ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵੀ ਵਰਗੀਕ੍ਰਿਤ ਅਤੇ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ:
- ਗਿਆਨ ਯੋਗ, ਭਗਤੀ ਯੋਗ, ਕਰਮ ਯੋਗ, ਪਤੰਜਲੀ ਯੋਗ, ਹਠ ਯੋਗ, ਕੁੰਡਲਿਨੀ ਯੋਗ, ਧਿਆਨ ਯੋਗ, ਮੰਤਰ ਯੋਗ, ਲੈਅ ਯੋਗ, ਰਾਜ ਯੋਗ, ਜੈਨ ਯੋਗ, ਬੁੱਧ ਯੋਗ ਆਦਿ।

ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਯੋਗ ਸਾਧਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ

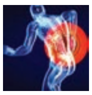
● ਯਮ ● ਨਿਯਮ ● ਆਸਣ ● ਪ੍ਰਣਾਯਾਮ, ਪ੍ਰਤਯਾਹਾਰ ● ਧਾਰਣਾ ● ਧਿਆਨ ● ਸਮਾਧੀ ● ਬੰਧ ● ਮੁਦਰਾ ● ਖਟਕਰਮ ● ਯੁਕਤ ਅਹਾਰ ● ਮੰਤਰ-ਜਾਪ ● ਯੁਕਤ-ਕਰਮ

ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਲਈ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼

ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਕ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਸ਼ਾਂਤ ਤਨ ਅਤੇ ਮਨ ਦੇ ਨਾਲ ਸ਼ਾਂਤ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਹੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਯੋਗ ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਜਾਂ ਹਲਕੇ ਪੇਟ ਹੀ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਕੋਸੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਸ਼ਹਿਦ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪੀਓ।

ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨੂੰ ਸਹਿਜ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹਲਕੇ ਅਤੇ ਅਰਾਮਦਾਇਕ ਸੂਤੀ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।


ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ / ਦਰਦ / ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚਿਕਿਤਸਕ ਜਾਂ ਯੋਗ ਚਿਕਿਤਸਕ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਅਭਿਆਸ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਨਾਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਮਨ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਅਨੁਕੂਲ ਵਾਤਾਵਰਣ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਸਾਹ ਦੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਅਰਾਮ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਜ਼ੋਰ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਨਾ ਕਰੋ। ਆਪਣੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਅਭਿਆਸ ਕਰੋ।

ਗਹਿਰੇ ਮੌਨ ਜਾਂ ਸ਼ਾਂਤੀ ਪਾਠ ਦੇ ਨਾਲ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਸੈਸ਼ਨ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਕਰੋ।

ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਇਸ਼ਨਾਨ, ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਤੋਂ 20-30 ਮਿੰਟ ਬਾਅਦ ਹੀ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਿਆਰ ਹੋ ਕੇ ਜਾਗਰੂਕ ਭਾਵ ਨਾਲ ਹੀ ਯੋਗ ਦੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਕਦਮ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਸਦੀਆਂ ਪੁਰਾਣੇ ਇਸ ਗਿਆਨ ਦਾ ਲਾਭ ਉਠਾਉ।

ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਦੇ ਯੋਗ ਸੂਤਰ

- ਯੋਗ ਨੂੰ ਵਿਵਾਦਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਯੋਗ ਅਮੀਰ ਅਤੇ ਗ਼ਰੀਬ ਵਿੱਚ ਵਿਤਕਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।
- ਯੋਗ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਯੋਗ, ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਏਕਤਾ ਦਾ ਇੱਕ ਸਾਧਨ ਹੈ।
- ਯੋਗ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਅਤੇ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ਟ੍ਰੇਂਡ ਯੋਗ ਇੰਸਟ੍ਰਕਟਰਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਵਧਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।
- ਯੋਗ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਅਰਬਾਂ-ਖਰਬਾਂ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਦੇ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਪ੍ਰਯਤਨਾਂ ਨੂੰ ਸਨਮਾਨ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਯੋਗ ਸੰਕਲਪ

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਮਨ ਦੀ ਸੰਤੁਲਿਤ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਕਰਦਾ ਹਾਂ।ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਹੀ ਮੇਰਾ ਵਿਕਾਸ ਆਪਣੀਆਂ ਪੂਰਨ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਪਰਿਵਾਰ, ਕਾਰਜ ਸਥਾਨ, ਸਮਾਜ, ਅਤੇ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਸ਼ਾਂਤੀ, ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਦਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣਾ ਫਰਜ਼ ਨਿਭਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰਤੀਬੱਧ ਹਾਂ।

ਕੋਵਿਡ-ਕਾਲ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਮਹੱਤਵ ਵਧਿਆ

ਕੋਵਿਡ ਕਾਲ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਯੋਗ ਦੀ ਪ੍ਰਾਸੰਗਿਕਤਾ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਯੋਗ ਸਰੀਰ ਦੇ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਰੋਜ਼ਮੱਰਾ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।ਇਹ ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮ ਜਾਂ ਸਾਹ ਸਬੰਧੀ ਕਸਰਤ ਸਾਡੀ ਸਾਹ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰਾਸੰਗਿਕ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸਾਹ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੀ ਹੈ ਜੋ ਕੋਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੋਵਿਡ- 19 ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਯੋਗ ਨੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਬੰਧਨ ਨੂੰ ਵੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਰਹਿਣ ਦੀ ਮਜਬੂਰੀ ਨੇ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਊਰਜਾ ਦਾ ਸੰਚਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਅਧਿਐਨ ਤੋਂ ਪਤਾ ਚਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਕੋਵਿਡ -19 ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਤੇ ਲੌਕਡਾਊਨ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤਣਾਅ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਦੀ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਸਿਰਫ ਇਹੀ ਨਹੀਂ, ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਲਈ ਮੈਡੀਕਲ ਸਾਇੰਸ ਵੀ ਯੋਗ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ।ਆਈਆਈਟੀ ਦਿੱਲੀ ਨੇ ਖੋਜ ਕਰਕੇ ਇਸ ਉੱਤੇ ਇੱਕ ਖੋਜ ਪੱਤਰ ਵੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਸੀ।ਏਮਸ, ਰਿਸ਼ੀਕੇਸ਼ ਵਿਖੇ ਹੋਏ ਇੱਕ ਅਧਿਐਨ ਵਿੱਚ ਪਤਾ ਚਲਿਆ ਕਿ ਯੌਗਿਕ ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮ ਅਤੇ ਡਾਇਆਫ੍ਰਾਮਿਕ ਬਰੀਦਿੰਗ ਨਾਲ ਗਲੂਕੋਮਾ ਦੇ ਰੋਗੀਆਂ ਨੂੰ 20 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਯੋਗ 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਗਈ ਗਹਿਨ ਅਤੇ ਗਲੋਬਲ ਖੋਜ ਤੋਂ ਮਨੋਚਿਕਿਤਸਾ ਅਤੇ ਲਾਈਫ ਸਟਾਈਲ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਆਸ਼ਾਜਨਕ ਨਤੀਜੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਏ ਹਨ।ਪਿੱਠ ਦੇ ਨੀਚੇ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਅਤੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਤਣਾਅ ਜਿਹੀ ਸਮੱਸਿਆ ਵਿੱਚ ਵੀ ਯੋਗ ਦੇ ਆਸ਼ਾਜਨਕ ਪਰਿਣਾਮ ਦਿਖੇ ਕੀਤੇ ਹਨ।

ਅਜਿਹਾ ਪੰਜ- ਸੱਤ ਵਾਰ ਕਰੋ। ਹੋਰ ਆਸਣ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੁਜੰਗ ਆਸਣ ਵੀ ਤਣਾਅ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਸੀਂ ਵਸੁਧੈਵ ਕੁਟੁੰਬਕਮ ਦੀ ਜਿਸ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਜਿਸ ਤੰਦਰੁਸਤ ਭਾਰਤ ਦਾ ਸੁਪਨਾ ਸੰਜੋ ਕੇ ਬੈਠੇ ਹਾਂ, ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਕਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਤਾਂ ਉਹ ਦਿਨ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਜਦੋਂ ਦੁਨੀਆ ਤੰਦਰੁਸਤ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਮਾਨਵਤਾ ਦੀ ਸਫ਼ਲਤਾ ਦੀ ਗਵਾਹ ਬਣੇਗੀ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਨਿਰਸੰਦੇਹ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ●

ਕੀ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੋਕ ਯੋਗ ਵੱਲ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਹਨ?

ਡਾ. ਐੱਚ ਆਰ ਨਾਗੇਂਦਰ

ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਐਲਾਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਮਨਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਿਸ਼ਵ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਡਾ. ਐੱਚ ਆਰ ਨਾਗੇਂਦਰ ਦਾ ਨਾਮ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਪਦਮਸ਼੍ਰੀ ਨਾਲ ਸਨਮਾਨਿਤ ਡਾ. ਨਾਗੇਂਦਰ ਇਸ ਸਮੇਂ ਬੰਗਲੁਰੂ ਸਥਿਤ ਸੁਆਮੀ ਵਿਵੇਕਾਨੰਦ ਯੋਗ ਖੋਜ ਸੰਸਥਾਨ (ਐੱਸ-ਵਿਆਸਾ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ) ਦੇ ਚਾਂਸਲਰ ਹਨ।

ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ ਬੇਜਾਨ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਆਪਣੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਬਦਲਾਅ ਲਿਆਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਅਸਾਨ, ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ, ਜ਼ੀਰੋ ਖਰਚ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕਾ ਯੋਗ ਹੈ। ਵਿਗਿਆਨ ਵੀ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਲਚਕੀਲੇਪਣ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ, ਸਾਹ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਅਤੇ ਹਿਰਦੇ ਸਬੰਧੀ ਬਿਹਤਰ ਗਤੀਵਿਧੀ, ਨਸ਼ਾ ਮੁਕਤੀ, ਤਣਾਅ, ਚਿੰਤਾ, ਉਦਾਸੀ ਅਤੇ ਪੁਰਾਣੇ ਗੰਭੀਰ ਦਰਦ ਵਿੱਚ ਕਮੀ,ਨੀਂਦ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਮੁੱਚੇ ਸਿਹਤ ਲਾਭ ਲਈ ਯੋਗ, ਇੱਕ ਬਿਹਤਰੀਨ ਉਪਾਅ ਹੈ। ਯੋਗ ਦੀ ਇਸੇ ਸਮਰੱਥਾ ਦਾ ਅਸਰ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਇਸ ਦੀ ਮਕਬੂਲੀਅਤ ਭਾਰਤ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਕੇ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਚੁੱਕੀ ਹੈ।ਨੈਸ਼ਨਲ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਕੰਪਲੀਮੈਂਟਰੀ ਐਂਡ ਇੰਟੀਗ੍ਰੇਟਿਡ ਹੈਲਥ (ਐੱਨਸੀਸੀਆਈਐੱਚ) ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਅੱਜ 13 ਮਿਲੀਅਨ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਾਲਗ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੇ ਲਈ ਯੋਗ ਨੂੰ ਪਸੰਦੀਦਾ ਮਾਧਿਅਮ ਮੰਨਦੇ ਹਨ।

ਯੋਗ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ (ਯੂਐੱਨ) ਦੀ ਜਨਰਲ ਅਸੈਂਬਲੀ ਨੇ 11 ਦਸੰਬਰ, 2014 ਨੂੰ ਯੋਗ ਨੂੰ ਅਧਿਕਾਰਿਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਦਰਜਾ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਇਸੇ ਦਿਨ ਇਹ ਵੀ ਤੈਅ ਹੋਇਆ ਸੀ ਕਿ ਹਰ ਸਾਲ 21 ਜੂਨ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ (ਆਈਡੀਵਾਈ)ਵਜੋਂ ਮਨਾਏਗੀ। ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰ ਉੱਤੇ ਭਾਰਤ ਦੀ ਵਧਦੀ ਤਾਕਤ ਦੇ ਨਾਲ ਉਸ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੇ ਸਨਮਾਨ ਲਈ ਇਹ ਸਭ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰੀਨ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ।ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਯੋਗ ਕਾਫੀ ਮਕਬੂਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਲੇਕਿਨ ਸਮਾਰੋਹ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਇਕੱਠੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨੇ ਇਸ ਦੀ ਮਕਬੂਲੀਅਤ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਵਾਧਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਅੱਜ ਦੀ ਭੱਜ-ਦੌੜ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ ਜਿਹੇ ਖਤਰਿਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।ਇਸੇ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ 2016 ਵਿੱਚ ਦੂਜੇ ਵਿਸ਼ਵ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮੌਕੇ, ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ ਸਾਰੀਆਂ ਯੋਗ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ ਖ਼ਤਮ ਕਰਨ ਲਈ ਯੋਗ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਥਾਨਕ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਨੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਲੜੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ, ਜਿਸ ਸਦਕਾ ਪੂਰੇ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਮਧੁਮੇਹ ਭਾਰਤ ਅਭਿਯਾਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੋਈ। ਇਸ ਦੇ ਬਿਹਤਰੀਨ ਪਰਿਣਾਮ ਵੀ ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏ। ਇਸ ਅਭਿਯਾਨ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਜਿਨ੍ਹਾਂ 4000 ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਨਿਜੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ, 3 ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦਾ ਜੋਖਮ 64% ਤੱਕ ਘਟ ਗਿਆ। ਯਾਨੀ ਵਿਗਿਆਨਿਕ ਕਸੌਟੀ ਉੱਤੇ ਵੀ ਇਹ ਗੱਲ 100 ਫੀਸਦੀ ਖਰੀ

ਸਾਬਤ ਹੋਈ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਡਾਇਬਟੀਜ਼ ਦੇ ਵਧਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਨੂੰ ਯੋਗ ਅਧਾਰਿਤ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਸਾਲ ਹੋਏ ਇੱਕ ਹੋਰ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ 92,6% ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਇਹ ਮੰਨਿਆ ਕਿ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਦੇ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਲਿਆ ਹੈ। ਯੋਗ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵਧ ਰਹੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕਤਾ ਅਤੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਦਾ ਪਰਿਣਾਮ ਵਿਸ਼ਵ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਵਜੋਂ ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਹੈ।

ਕਈ ਹੋਰ ਸਰਵੇਖਣਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕਿ ਆਖਰ ਅਜਿਹੀ ਕਿਹੜੀ ਗੱਲ ਹੈ ਜੋ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਯੋਗ ਵੱਲ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ? ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਕਿ ਬਿਹਤਰ ਸਿਹਤ, ਫਿਟਨਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਊਰਜਾ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਅਤੇ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋਕ ਯੋਗ ਨੂੰ ਅਪਣਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਲਿਖੇ ਗਏ ਕਈ ਲੇਖਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਚਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਮਰੀਕਾ, ਜਰਮਨੀ, ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ, ਬ੍ਰਿਟੇਨ ਦੇ ਨਾਲ ਪੱਛਮੀ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ 2015 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਯੋਗ ਦੀ ਮਕਬੂਲੀਅਤ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਤਿਸ਼ਠਿਤ ਰਸਾਲਿਆਂ (ਜਰਨਲਸ) ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ- ਲੈਂਸੇਟ ਨੇ ਸਾਲ 2018 ਵਿੱਚ ਇਹ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਕਿ ਯੁਵਾ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਕੀ ਲਾਭ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਆਪਣੀ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਲੈਂਸੇਟ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਯੋਗ ਮਾਨਸਿਕ ਸਰਗਰਮੀ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਇਕਾਗਰਤਾ ਵਧਦੀ ਹੈ। ਤਣਾਅ ਘੱਟ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਉੱਤੇ ਵੀ ਇਸ ਦਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਲ 2019 ਵਿੱਚ ਗੋਥੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗੀਆਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਬਾਲਗ ਆਪਣੀ ਬਿਹਤਰ ਸਿਹਤ ਦੇ ਲਈ ਯੋਗ ਨੂੰ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮਾਧਿਅਮ ਮੰਨਦੇ ਹਨ। ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਸਾਲ 2012 ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਗਏ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਿਹਤ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਇਹ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਸੀ ਕਿ 13.2% ਯਾਨੀ ਲਗਭਗ 31 ਮਿਲੀਅਨ ਬਾਲਗ ਯੋਗ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਲਾਭ ਦੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਆਯਾਮ ਵਜੋਂ ਸਵੀਕਾਰਦੇ ਹਨ। ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ (ਸਾਲ 2020) ਵਿੱਚ ਯੂਨਾਈਟਿਡ ਕਿੰਗਡਮ ਵਿੱਚ 2434 ਯੋਗ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰਸ ਉੱਤੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਰਵੇਖਣ ਦਾ ਪਰਿਣਾਮ ਵੀ ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਮੰਨਿਆ ਕਿ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਮਹਿੰਗੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਅਗਰ ਬਚਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਯੋਗ ਇਸ ਵਿੱਚ ਬਿਹਤਰੀਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਲ 2018 ਦੀ ਜਰਮਨੀ ਦੀ ਇੱਕ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਡਾ. ਹੋਲਗਰ ਕ੍ਰੈਮਰ ਨੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਚਿਕਿਤਸਾ ਦੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਪਰੀਖਣਾਂ ਦੀ ਵਧਦੀ ਸੰਖਿਆ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਜਰਮਨ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਚੋਣਵੀਆਂ ਚਿਕਿਤਸਾ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਹਾਇਕ ਉਪਚਾਰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਚਿਕਿਤਸਾ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਵੀ ਉਜਾਗਰ ਕੀਤਾ। ਸਾਲ 2017 ਵਿੱਚ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਅਨ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਉੱਤੇ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਸਰਵੇਖਣ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਯੋਗ/ਧਿਆਨ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਇਸ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਕਈ ਲੋਕ ਮਾਨਸਿਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਭਾਰਤ, ਬ੍ਰਿਟੇਨ, ਨਾਈਜੀਰੀਆ,

ਯੋਗ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਮਕਬੂਲ ਸੀ ਲੇਕਿਨ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੁਆਰਾ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਾਨਤਾ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਧੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਘਰ- ਘਰ ਪਹੁੰਚਾ ਦਿੱਤਾ।

ਇਟਲੀ, ਬ੍ਰਾਜ਼ੀਲ, ਤੁਰਕੀ ਅਤੇ ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ ਦੇ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਦੇ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਨੇ ਇਸ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਹੱਲ ਲਈ ਯੋਗ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰੀਨ ਮਾਧਿਅਮ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਮੈਸਾਚੂਸੈਟਸ ਇੰਸਟੀਟਿਊਟ ਆਵ੍ ਟੈਕਨੋਲੋਜੀ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਆਵ੍ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ-ਸੈਨ ਡਿਏਗੋ, ਚੋਪੜਾ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਫਾਰ ਇੰਟੀਗ੍ਰੇਟਿਡ ਸਟਡੀਜ਼, ਅਤੇ ਹਾਰਵਰਡ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਖੋਜਕਾਰਾਂ ਨੇ ਵੀ ਇਸ ਉੱਤੇ ਖੋਜ ਕੀਤੀ ਜਿਸ ਦਾ ਇਹ ਪਰਿਣਾਮ ਨਿਕਲਿਆ ਕਿ ਕੁਝ ਧਿਆਨ, ਯੋਗ, ਆਸਣ (ਮੁਦਰਾਵਾਂ), ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮ ਅਭਿਆਸ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ, ਉਪਚਾਰ ਜਾਂ ਰੋਕਥਾਮ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸਹਾਇਕ ਸਾਧਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਚਲਦੇ ਲੌਕਡਾਊਨ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਲਾਭ ਬਾਰੇ ਕਈ ਵਿਗਿਆਨਕ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ। ਭਾਰਤੀ ਲੇਖਿਕਾ, ਪੂਜਾ ਐੱਸ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗੀਆਂ ਨੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੌਰਾਨ ਤਣਾਅ, ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਲਈ ਯੋਗ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸਵੈ-ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਰਣਨੀਤੀ ਦੱਸਿਆ ਹੈ।

ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਇਸ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਸਾਨੂੰ ਬੀਤੇ ਸਾਲ 2020 ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਵਿਸ਼ਵ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਨੂੰ ਵੀ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇਸ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਕਾਰਨ ਲੌਕਡਾਊਨ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਦ ਸਨ ਅਤੇ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਵਰਚੁਅਲੀ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਲੇਕਿਨ ਇਸ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਭਾਰੀ ਸੰਖਿਆ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਔਨਲਾਈਨ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ। ਇਹ ਯੋਗ ਦੀ ਵਧਦੀ ਮਕਬੂਲੀਅਤ ਦੀ ਹੀ ਇੱਕ ਮਿਸਾਲ ਹੈ। ●

ਮੇਰਾ ਸ਼ਹਿਰ, ਮੇਰਾ ਸੁਪਨਾ

"ਜਦੋਂ ਸ਼ਹਿਰ ਬਦਲਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਦੇਸ਼ ਬਦਲਦਾ ਹੈ", ਇਸੇ ਸੋਚ ਦੇ ਨਾਲ 25 ਜੂਨ, 2016 ਨੂੰ ਪੁਣੇ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਭਾਰਤ ਦੇ ਇੱਕ ਸੁਪਨੇ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਰੱਖੀ ਗਈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਮਿਸ਼ਨ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਦਾ ਮਕਸਦ ਹੈ ਈਜ਼ ਆਵ੍ ਲਿਵਿੰਗ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਆਮ ਆਦਮੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸੁਗਮ ਬਣਾਉਣਾ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਨਵੀਂ ਇਬਾਰਤ ਲਿਖਣਾ...

ਰਾਂਚੀ ਦੇ ਧੁਰਵਾ ਵਿੱਚ 656 ਏਕੜ ਜ਼ਮੀਨ 'ਤੇ ਕੰਮ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਚਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੜਕਾਂ, ਪੀਣ ਵਾਲਾ ਪਾਣੀ, ਬਿਜਲੀ, ਡ੍ਰੇਨੇਜ, ਸੀਵਰੇਜ, ਸਾਈਕਲ ਲੇਨ, ਫੁੱਟਪਾਥ ਆਦਿ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਅੰਤਿਮ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਗੁਜਰਾਤ ਵਿੱਚ ਅਹਿਮਦਾਬਾਦ ਦੇ ਕੋਲ 920 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਵਿੱਚ ਧੋਲੇਰਾ ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਦਾ ਕੰਮ ਕਈ ਪੜਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਚਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰੀ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕਈ ਵੱਡੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੇ ਇੱਥੇ ਨਿਵੇਸ਼ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਪੁਣੇ ਅਤੇ ਵਾਰਾਣਸੀ ਸਮੇਤ 100 ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ 5,151 ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਾਂ ਦੇ ਲਈ 1 ਲੱਖ 41 ਹਜ਼ਾਰ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੇ ਵਰਕ ਆਰਡਰ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। 1 ਲੱਖ 74 ਹਜ਼ਾਰ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੇ ਟੈਂਡਰ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਪੂਰੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਹਨ, ਜਦਕਿ ਕਈਆਂ ਉੱਤੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਕੰਮ ਚਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਮਾਰਟ ਭਾਰਤ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਮਾਰਟ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਨੀਂਹ 25 ਜੂਨ, 2016 ਨੂੰ ਪੁਣੇ ਵਿੱਚ ਖ਼ੁਦ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ ਰੱਖੀ ਸੀ।

ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਯਾਨੀ ਆਪ ਦੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦਾ ਸ਼ਹਿਰ...

ਊਰਜਾ ਦੇ ਅਖੁੱਟ ਸੰਸਾਧਨ, ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰ ਇੰਟਰਨੈੱਟ, ਚਮਕਦੀਆਂ ਇਮਾਰਤਾਂ, ਤੇਜ਼ ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਜਿੱਥੇ ਅਸਾਨ ਹੋਵੇ, ਸਸਤਾ ਹੋਵੇ, ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ...ਆਪਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਸ਼ਾਇਦ ਅਜਿਹੇ ਹੀ ਕੁਝ ਵਿਚਾਰ ਹੋਣਗੇ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਅੱਜ ਲੋਕ ਜਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਸਮਾਰਟ ਫੋਨ, ਸਮਾਰਟ ਟੀਵੀ, ਸਮਾਰਟ ਕਾਰਾਂ, ਆਦਿ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੁਣ ਉਹ ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਵੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਵੈਸੇ ਇਸ ਦੀ ਸਪਸ਼ਟ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ

> "ਇਹ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਮੇਦਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸ਼ਹਿਰ ਨੂੰ ਉਹ ਤਾਕਤ ਦੇਈਏ, ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਉਹ ਸਮਰੱਥਾ ਦੇਈਏ ਕਿ ਉਹ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗ਼ਰੀਬੀ ਨੂੰ ਪਚਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਉਸੇ ਗ਼ਰੀਬੀ ਨੂੰ ਪਚਾ ਕੇ ਜੋ ਤਾਕਤ, ਊਰਜਾ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇ ਉਸ ਨਾਲ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਨਵੇਂ ਆਯਾਮ ਪੈਦਾ ਕਰੇ; ਇਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਸੋਚਿਆ ਹੈ।"
>
> — ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ, ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ

ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਵਿੱਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ

- ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਲਈ ਬਿਹਤਰੀਨ ਇਨਫ੍ਰਾਸਟ੍ਰਕਚਰ
- ਉਚਿਤ ਜਲ ਸਪਲਾਈ, 24 ਘੰਟੇ ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ
- ਬੱਚਿਆਂ, ਮਹਿਲਾਵਾਂ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਹਰਾ-ਭਰਾ ਵਾਤਾਵਰਣ
- ਸੁਸ਼ਾਸਨ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਈ-ਗਵਰਨੈਂਸ ਅਤੇ ਨਾਗਰਿਕ ਹਿੱਸੇਦਾਰੀ
- ਆਈਟੀ ਕਨੈਕਟੀਵਿਟੀ ਅਤੇ ਡਿਜਟਲੀਕਰਨ
- ਠੀਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਚਰੇ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ
- ਬਿਹਤਰੀਨ ਸ਼ਹਿਰੀ ਜਨਤਕ ਟਰਾਂਸਪੋਰਟ
- ਕਿਫਾਇਤੀ ਆਵਾਸ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਗ਼ਰੀਬਾਂ ਦੇ ਲਈ

ਕੋਵਿਡ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਕੰਮ ਆਇਆ ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਦਾ ਇਨਫ੍ਰਾਸਟ੍ਰਕਚਰ

50 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀਜ਼ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਕਮਾਂਡ ਸੈਂਟਰਸ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਵਾਰ ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਬਦਲਿਆ ਗਿਆ, ਬੰਗਲੁਰੂ ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਵਿੱਚ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਾਡਲ ਕੋਵਿਡ ਵਾਰ ਰੂਮ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

- ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀਜ਼ ਵਿੱਚ ਵਾਇਰਸ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ, ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਦੇ ਲਈ ਵੈੱਬ ਅਧਾਰਿਤ ਮੋਬਾਈਲ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤੀ ਗਈ।
- ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਮਿਸ਼ਨ ਨੇ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਸਮਾਰਟ ਸ਼ਹਿਰ ਕੋਵਿਡ ਸੰਕਟ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਟੈਕਨੋਲੋਜੀ ਦਾ ਲਾਭ ਉਠਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਰਹੇ।

ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਮਿਸ਼ਨ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਉਪਰਾਲੇ

- ਈਜ਼ ਆਵ੍ ਲਿਵਿੰਗ ਇੰਡੈਕਸ ਅਤੇ ਮਿਊਂਸਪਲ ਪ੍ਰਫਾਰਮੈਂਸ ਇੰਡੈਕਸ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਗੁਣਵੱਤਾ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਦਾ ਮੁੱਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਲਈ 114 ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪਰਿਣਾਮ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਮੁੱਲਾਂਕਣ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ
- ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਫੈਲੋਸ਼ਿਪ ਅਤੇ ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਇੰਟਰਨਸ਼ਿਪ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ 9 ਜੁਲਾਈ 2018 ਨੂੰ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਹੁਣ ਤੱਕ, 280 ਤੋਂ ਅਧਿਕ ਸ਼ਹਿਰੀ ਸਥਾਨਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੇ 14,240 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇੰਟਰਨਸ਼ਿਪ ਪੋਸਟ ਕੀਤੇ ਹਨ, 932 ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਇੰਟਰਨਸ਼ਿਪ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਅਤੇ 195 ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇੰਟਰਨਸ਼ਿਪ ਪੂਰੀ ਕਰ ਚੁੱਕੇ ਹਨ।
- ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਤੋਂ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜੋ ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਪਹਿਲੂਆਂ ਦੇ ਲਈ ਸਿੰਗਲ ਸਟੌਪ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਨਹੀਂ ਹੈ ਲੇਕਿਨ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਦਾ ਮਤਲਬ, ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਸ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਹੈ ਜੋ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ, ਨਵੀਂ ਟੈਕਨੋਲੋਜੀ ਅਤੇ ਹਰਿਆਲੀ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੋਵੇ। ਜਿੱਥੇ ਆਧੁਨਿਕ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਅਤੇ ਬਿਹਤਰ ਜੀਵਨ ਹੋਵੇ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਸਮਾਰਟ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਨੂੰ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਨਾਲ ਲੈਸ ਕਰਕੇ ਟੈਕਨੋਲੋਜੀ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਤਮਨਿਰਭਰ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਆਪਕ ਵਿਕਾਸ ਨਾਲ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਪੈਦਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ, "ਅਜਿਹਾ ਸ਼ਹਿਰ ਜੋ ਨਾਗਰਿਕ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਤੋਂ ਦੋ ਕਦਮ ਅੱਗੇ ਹੋਵੇ।" ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਮਿਸ਼ਨ ਦਾ ਟੀਚਾ ਉਸ ਸ਼ਹਿਰ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵਧਾਉਣਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਮਾਰਟ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ 'ਸਮਾਰਟ' ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਵੇਸ਼ ਨੂੰ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰਨ, ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਪ੍ਰਗਤੀ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਦਮ ਹੈ। ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਇਮਾਰਤਾਂ ਦੀ ਖੇਡ ਨਹੀਂ ਹੈ ਬਲਕਿ ਇਹ ਬਦਲੀ ਹੋਈ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਗਤੀ ਚਾਹੁਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦਿਸ਼ਾ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਆਯਾਮ ਦੇਣ ਦਾ ਯਤਨ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਅੰਤਿਮ ਟੀਚਾ ਸਾਰੇ ਭਾਰਤੀ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਨੂੰ ਸਮਾਰਟ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ...

ਭਾਰਤ ਦੀ ਵਰਤਮਾਨ ਜਨਸੰਖਿਆ ਦਾ ਲਗਭਗ 31% ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵਸਦਾ ਹੈ ਅਤੇ 2011 ਦੀ ਜਨਗਣਨਾ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਜੀਡੀਪੀ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ ਲਗਭਗ 63% ਹੈ। ਅਨੁਮਾਨ ਹੈ ਕਿ ਸਾਲ 2030 ਤੱਕ ਸ਼ਹਿਰੀ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਆਬਾਦੀ ਦੇ ਕੁੱਲ 40% ਲੋਕ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ ਜੀਡੀਪੀ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ ਵਧਕੇ 75% ਪਹੁੰਚ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਭੌਤਿਕ, ਸੰਸਥਾਗਤ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚੇ ਦੇ ਵਿਆਪਕ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਇਹ ਸਭ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਲਿਆਉਣ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਨਿਵੇਸ਼ ਨੂੰ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰਨ, ਵਿਕਾਸ ਤੇ ਪ੍ਰਗਤੀ ਦੇ ਇੱਕ ਗੁਣੀ ਚੱਕਰ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਪੂਰਨ ਹੈ। ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਇਸੇ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਕਦਮ ਹੈ। ਈਜ਼ ਆਵ੍ ਲਿਵਿੰਗ ਦੇ ਤਹਿਤ ਸਥਾਨਕ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਟੈਕਨੋਲੋਜੀ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਦੇ ਨਾਲ ਆਰਥਿਕ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਗਤੀ ਮਿਲੇਗੀ।

ਗੁਜਰਾਤ ਨੇ 2007 ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ...

ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ 2007 ਵਿੱਚ ਗੁਜਰਾਤ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਏ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣਾ ਵਿਜ਼ਨ ਸਭ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਰੱਖਿਆ ਸੀ। 2011 ਵਿੱਚ ਗਾਂਧੀ ਨਗਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਸਾਬਰਮਤੀ ਨਦੀ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਗੁਜਰਾਤ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਫਾਈਨੈਂਸ਼ੀਅਲ ਟੈੱਕ (ਗਿਫਟ) ਸਿਟੀ ਦੀ ਨੀਂਹ ਰੱਖੀ ਗਈ ਸੀ। ਇਹ ਭਾਰਤ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਸਮਾਰਟ ਸਿਟੀ ਅਤੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿੱਤੀ ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ ਹੈ ਜੋ 4 ਅਤੇ 6 ਲੇਨ ਸਟੇਟ ਹਾਈਵੇਜ਼ (SH) ਅਤੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਹਾਈਵੇਜ਼ (NH) ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਗਿਫਟ ਸਿਟੀ ਨੂੰ ਅਹਿਮਦਾਬਾਦ ਅਤੇ ਗਾਂਧੀਨਗਰ ਦੇ ਕਈ ਹਿੱਸਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਦੇ ਲਈ ਇੱਕ ਡਬਲ ਕੋਰੀਡੋਰ ਮੈਟ੍ਰੋ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ●

ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਪੰਨੇ ਤੋਂ

ਜਦੋਂ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਹੋਇਆ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ

25-26 ਜੂਨ 1975 ਦੀ ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਲਗੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ, ਅਤੀਤ ਦਾ ਅਜਿਹਾ ਪੰਨਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਸਾਨੂੰ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਸਮਰਪਣ, ਸੰਕਲਪ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਕਿ ਅਸੀਂ ਜਿਸ ਭਾਰਤੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਵਿਰਾਸਤ ਨੂੰ ਲੈ ਅੱਗੇ ਵਧੇ ਸਾਂ, ਉਹ ਸਦਾ ਜੀਵੰਤ ਰਹੇ। 46 ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਈ ਇਸ ਦਿਨ ਦੀ ਘਟਨਾ ਨੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਵਾਇਆ ਸੀ ਕਿ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਆਸਥਾ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਕੀ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦੀ ਇਸ ਘਟਨਾ ਦੀ ਯਾਦ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਬੁਰਾ-ਭਲਾ ਕਹਿਣ ਦੇ ਲਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਬਲਕਿ ਇਹ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਅਤੇ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਯਾਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਭੁੱਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਕਿ ਭਾਰਤ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਤਾਕਤ ਉਸ ਦਾ ਲੋਕਤੰਤਰ ਹੈ। ਲੋਕ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ। ਦੇਸ਼ ਦਾ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਨਾਗਰਿਕ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਵੀ ਇਸ 'ਤੇ ਕੋਈ ਆਂਚ ਆਈ ਹੈ ਇਸ ਸ੍ਰੇਸ਼ਠ ਜਨਸਮੂਹ ਨੇ ਆਪਣੀ ਇਸੇ ਤਾਕਤ ਨਾਲ ਲੋਕਤੰਤਰ ਨੂੰ ਜੀਵੰਤ ਕਰਕੇ ਦਿਖਾਇਆ ਵੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਗਾਈ ਗਈ ਤਦ ਉਸ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਸਿਰਫ ਰਾਜਨੀਤਕ ਦਾਇਰੇ ਜਾਂ ਰਾਜਨੇਤਾਵਾਂ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਜੇਲ੍ਹ ਦੀਆਂ ਸਲਾਖਾਂ ਤੱਕ ਹੀ ਅੰਦੋਲਨ ਸਿਮਟ ਨਹੀਂ ਗਿਆ ਸੀ। ਬਲਕਿ ਜਨ-ਜਨ ਦੇ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਗੁੱਸਾ ਸੀ। ਖੋਏ ਹੋਏ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੀ ਇੱਕ ਤੜਪ ਸੀ। ਜਿਵੇਂ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਖਾਣਾ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਭੁੱਖ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਇਸ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਲੇਕਿਨ ਜਦੋਂ ਨਾ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਭੁੱਖਾ ਵਿਅਕਤੀ ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਵੇਂ ਹੀ ਆਮ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਅਨੁਭੂਤੀ ਵੀ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਲੋਕਤਾਂਤਰਿਕ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਖੋਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਹਰ ਨਾਗਰਿਕ ਨੂੰ ਲਗਣ ਲਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਕੁਝ ਖੋਹ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇੱਕ ਦਰਦ ਉਸ ਦੇ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਸੀ। ਕਿਸੇ ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਵਸਥਾ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਦੇ ਲਈ ਵੀ ਸੰਵਿਧਾਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਾਇਦੇ, ਕਾਨੂੰਨ, ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਕਰਤੱਵ ਦੀ ਵੀ ਗੱਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਲੇਕਿਨ ਭਾਰਤ ਦੀ ਇਹ ਖੂਬਸੂਰਤੀ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਨਾਗਰਿਕ ਮਾਣ ਦੇ ਨਾਲ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨ ਅਤੇ

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀ ਇੱਕ ਝਲਕ

- 25 ਜੂਨ 1975 ਦੀ ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੋਈ। 26 ਜੂਨ ਨੂੰ ਸਵੇਰੇ ਸਮੁੱਚੇ ਦੇਸ਼ ਨੇ ਰੇਡੀਓ ‘ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਬਾਰੇ ਵਿੱਚ ਸੁਣਿਆ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਅਸ਼ਾਂਤੀ ਨੂੰ ਵਜ੍ਹਾ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ।
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਬਾਅਦ ਸੰਵਿਧਾਨ ਵਿੱਚ 22 ਜੁਲਾਈ 1975 ਨੂੰ 38ਵਾਂ ਸੰਸ਼ੋਧਨ ਕਰਕੇ ਨਿਆਇਕ ਸਮੀਖਿਆ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਕੋਰਟ ਤੋਂ ਖੋਹ ਲਿਆ। ਇਸ ਦੇ 2 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਸੰਵਿਧਾਨ ਵਿੱਚ 39ਵੀਂ ਸੋਧ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਇਸ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਕੋਰਟ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਦੇ ਪਦ ‘ਤੇ ਨਿਯੁਕਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਚੋਣ ਦੀ ਜਾਂਚ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਸੀ।
- ਸੰਵਿਧਾਨ ਵਿੱਚ 40ਵੀਂ ਅਤੇ 41ਵੀਂ ਸੋਧ ਦੇ ਬਾਅਦ 42ਵੀਂ ਸੋਧ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਸਭ ਤੋਂ ਵਿਵਾਦਿਤ ਪ੍ਰਾਵਧਾਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਸੀ ਮੌਲਿਕ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਵਿੱਚ ਰਾਜ ਦੇ ਨੀਤੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਸਿਧਾਤਾਂ ਨੂੰ ਅਹਿਮੀਅਤ ਦੇਣਾ। ਇਸ ਪ੍ਰਾਵਧਾਨ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਮੌਲਿਕ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਤੱਕ ਤੋਂ ਵੰਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਸੀ।
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਅਦ ਸੰਸਦ ਦੇ ਹਰੇਕ ਸਦਨ ਵਿੱਚ ਇਸ ਨੂੰ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ, ਜੇਕਰ ਉੱਥੇ ਇਸ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ 6 ਮਹੀਨੇ ਲਈ ਹੋਰ ਵਧਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ। 1975 ਵਿੱਚ ਲਗੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ 21 ਮਹੀਨੇ ਤੱਕ ਚਲੀ ਸੀ। ਯਾਨੀ ਲਗਭਗ 4 ਵਾਰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੂੰ ਵਧਾਏ ਜਾਣ ਦੀ ਮਨਜੂਰੀ ਮਿਲਦੀ ਰਹੀ।
- ਕਰੀਬ 21 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ 21 ਮਾਰਚ, 1977 ਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਹਟਾਉਣ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਦੇਸ਼ ਭਰ ਵਿੱਚ ਚੋਣਾਂ ਹੋਈਆਂ। ਨਵੀਂ ਸਰਕਾਰ ਬਣੀ। ਮੋਰਾਰਜੀ ਦੇਸਾਈ ਨੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਨਵੇਂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਵਜੋਂ ਸਹੁੰ ਲਈ।
- ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਫਿਰ ਸੰਵਿਧਾਨ ਵਿੱਚ ਸੋਧ ਕਰਕੇ ਕੋਰਟ ਦੇ ਉਹ ਅਧਿਕਾਰ ਵਾਪਸ ਦਿਵਾਏ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਵਕਤ ਸੰਵਿਧਾਨ ਵਿੱਚ ਸੋਧ ਕਰਕੇ ਖੋਹ ਲਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਦੇ ਬਾਅਦ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਪ੍ਰਾਵਧਾਨ ਵਿੱਚ ਸੋਧ ਕਰਕੇ ‘ਅੰਦਰੂਨੀ ਅਸ਼ਾਂਤੀ’ ਦੇ ਨਾਲ ‘ਹਥਿਆਰਬੰਦ ਵਿਦਰੋਹ’ ਸ਼ਬਦ ਵੀ ਜੋੜ ਦਿੱਤਾ। ਤਾਕਿ ਫਿਰ ਕਦੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸਰਕਾਰ ਇਸ ਦਾ ਦੁਰਉਪਯੋਗ ਨਾ ਕਰ ਸਕੇ।

25 ਜੂਨ ਦੀ ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਤੋਂ ਹੀ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਵਿੱਚ ਨੇਤਾਵਾਂ ਦੀ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰੀ ਦੀ ਸਿਲਸਿਲਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ। ਜੈ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਨਾਰਾਇਣ, ਅਟਲ ਬਿਹਾਰੀ ਵਾਜਪੇਈ, ਲਾਲ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਅਡਵਾਨੀ, ਜਾਰਜ ਫਰਨਾਂਡੀਸ, ਚੌਧਰੀ ਚਰਨ ਸਿੰਘ, ਮੋਰਾਰਜੀ ਦੇਸਾਈ, ਨਾਨਾਜੀ ਦੇਸ਼ਮੁਖ, ਮਧੂ ਦੰਡਵਤੇ, ਰਾਮਕ੍ਰਿਸ਼ਣ ਹੈਗੜੇ, ਸਿਕੰਦਰ ਬਖ਼ਤ, ਐੱਚਜੀ ਦੇਵੇਗੌੜਾ, ਅਰੁਣ ਜੇਟਲੀ, ਰਵੀ ਸ਼ੰਕਰ ਪ੍ਰਸਾਦ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਜਾਵਡੇਕਰ, ਰਾਮ ਵਿਲਾਸ ਪਾਸਵਾਨ ਸਮੇਤ ਕਈ ਵੱਡੇ ਨੇਤਾ ਅਤੇ ਪੱਤਰਕਾਰ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਕਰੀਬ 11 ਲੱਖ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ।

ਨਿਯਮ ਅਧਾਰਿਤ ਲੋਕਤੰਤਰ ਸਾਡੇ ਸੰਸਕਾਰ ਹਨ, ਸਾਡਾ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਹੈ, ਸਾਡੀ ਵਿਰਾਸਤ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਵਿਰਾਸਤ ਨੂੰ ਲੈ ਅਸੀਂ ਪਲੇ-ਵਧੇ ਹਾਂ। ਇਹੀ ਵਜ੍ਹਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਕਮੀ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ਵਾਸੀਆਂ ਨੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ ਕਰੀਬ ਤੋਂ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਇਸੇ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਸੀ ਕਿ 1977 ਦੀਆਂ ਆਮ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਹਿਤ ਦੇ ਲਈ ਨਹੀਂ, ਬਲਕਿ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਦੇ ਲਈ ਆਹੂਤੀ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਅਮੀਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਗ਼ਰੀਬ ਤੱਕ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਇਕਜੁੱਟਤਾ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਫੈਸਲਾ ਸੁਣਾਇਆ ਸੀ।1

ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ, “ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਆਸਥਾ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਕੀ ਹੈ, ਇਹ ਸਮਝਾਉਣ ਦੇ ਲਈ ਵੀ ਇਹ ਯਾਦ ਕਰਵਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕਤੰਤਰ ‘ਤੇ ਕਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਨਾਲ ਹਮਲਾ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਇਹ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਬੁਰਾ-ਭਲਾ ਕਹਿਣ ਦੇ ਲਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਮੀਡੀਆ ‘ਤੇ ਤਾਲੇ ਲਗ ਚੁੱਕੇ ਸਨ, ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਲਗਦਾ ਸੀ ਕਿ ਅੱਜ ਪੁਲਿਸ ਪਕੜ ਲਵੇਗੀ, ਅਜਿਹੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇਖੋ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤਾਕਤ ਦੇਖੋ- ਜਾਤਿ, ਪੰਥ, ਸੰਪ੍ਰਦਾਇ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਦੇਸ਼ ਨੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਚੋਣ ਵਿੱਚ ਨਤੀਜਾ ਦਿੱਤਾ ਸੀ ਅਤੇ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੇ ਲਈ ਵੋਟਾਂ ਪਾਈਆਂ ਸਨ ਅਤੇ ਲੋਕਤੰਤਰ ਨੂੰ ਮੁੜ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਇਹ ਮੇਰੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵੋਟਰਾਂ ਦੀ ਤਾਕਤ ਹੈ।”

ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਨਿਰੰਤਰ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਜ਼ਰੂਰੀ

ਲੋਕਤੰਤਰ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਵਿਵਸਥਾ ਨਹੀਂ, ਬਲਕਿ ਇੱਕ ਸੰਸਕਾਰ ਵੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਨਿਰੰਤਰ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹੀ ਵਜ੍ਹਾ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕਤੰਤਰ ਉੱਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਕਿ ਦੇਸ਼ ਚੰਗੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਵਧ ਸਕੇ। 1975 ਦੀ 25 ਜੂਨ ਦੀ ਉਸ ਰਾਤ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵੀ ਲੋਕਤੰਤਰ ਪ੍ਰੇਮੀ ਭਾਰਤਵਾਸੀ ਭੁਲਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਜਦੋਂ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਨਾਲ ਜੇਲ੍ਹਖਾਨੇ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ, ਵਿਰੋਧੀ ਆਵਾਜ਼ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਹੋਈ ਸੀ। ਜੈ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਨਾਰਾਇਣ ਸਹਿਤ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਮਾਣਯੋਗ ਨੇਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਜੇਲ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਨਿਆਂ ਵਿਵਸਥਾ ਵੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਉਸ ਭੈਭੀਤ ਰੂਪ ਦੀ ਛਾਇਆ ਤੋਂ ਬਚ ਨਹੀਂ ਸਕੀ ਸੀ। ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਵੀ ਅੰਕੁਸ਼ ਲਗਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਲਈ ਮੀਡੀਆ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਹੋਰ ਖੇਤਰ, ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਸਮੇਂ **ਅਟਲ ਬਿਹਾਰੀ ਵਾਜਪੇਈ ਜੀ ਵੀ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਸਨ ਅਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਾਲ ਹੋਣ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਮਨੋਸਥਿਤੀ ਦਾ ਵਰਣਨ ਇਸ ਕਵਿਤਾ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਸੀ**

ਝੁਲਸਾਤਾ ਜੇਠ ਮਾਸ,
ਸ਼ਰਦ ਚਾਂਦਨੀ ਉਦਾਸ,
ਝੁਲਸਾਤਾ ਜੇਠ ਮਾਸ,
ਸ਼ਰਦ ਚਾਂਦਨੀ ਉਦਾਸ,
ਸਿਸਕੀ ਭਰਤੇ ਸਾਵਨ ਕਾ,
ਅੰਤਰਘਟ ਰੀਤ ਗਯਾ,
ਏਕ ਬਰਸ ਬੀਤ ਗਯਾ,
ਏਕ ਬਰਸ ਬੀਤ ਗਯਾ।।

ਸੀਖਚੋਂ ਮੇਂ ਸਿਮਟਾ ਜਗ,
ਕਿੰਤੁ ਵਿਕਲ ਪ੍ਰਾਣ ਵਿਹਗ,
ਸੀਖਚੋਂ ਮੇਂ ਸਿਮਟਾ ਜਗ,
ਕਿੰਤੁ ਵਿਕਲ ਪ੍ਰਾਣ ਵਿਹਗ,
ਧਰਤੀ ਸੇ ਅੰਬਰ ਤੱਕ,
ਧਰਤੀ ਸੇ ਅੰਬਰ ਤੱਕ,
ਗੂੰਜ ਮੁਕਤੀ ਗੀਤ ਗਯਾ,
ਏਕ ਬਰਸ ਬੀਤ ਗਯਾ,
ਏਕ ਬਰਸ ਬੀਤ ਗਯਾ।।

ਪਥ ਨਿਹਾਰਤੇ ਨਯਨ,
ਗਿਨਤੇ ਦਿਨ ਪਲ-ਛਿਨ,
ਪਥ ਨਿਹਾਰਤੇ ਨਯਨ,
ਗਿਨਤੇ ਦਿਨ ਪਲ-ਛਿਨ,
ਲੌਟ ਕਭੀ ਆਏਗਾ,
ਲੌਟ ਕਭੀ ਆਏਗਾ,
ਮਨ ਕਾ ਜੋ ਮੀਤ ਗਯਾ,
ਏਕ ਬਰਸ ਬੀਤ ਗਯਾ।।

ਸੰਵਿਧਾਨ ਸੰਸ਼ੋਧਨ ਨਾਲ ਹੁਣ ਅਸੰਭਵ ਹੈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਗਾਉਣਾ

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ ਸੰਵਿਧਾਨ ਦੇ ਕਈ ਪ੍ਰਾਵਧਾਨਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਮੋਰਾਰਜੀ ਦੇਸਾਈ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਠੀਕ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਜੋ 42ਵੀਂ ਸੋਧ ਲਿਆਂਦੀ ਗਈ ਸੀ, ਉਸ ਵਿੱਚ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਦੀਆਂ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰਾਵਧਾਨ ਸਨ, ਜੋ ਸਾਡੀਆਂ ਲੋਕਤਾਂਤਰਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਦਾ ਹਨਨ ਕਰਦੇ ਸਨ- ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 44ਵੀਂ ਸੋਧ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਬਹਾਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸੇ ਸੋਧ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਪ੍ਰਾਵਧਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਕਿ ਸੰਵਿਧਾਨ ਦੀ ਧਾਰਾ 20 ਅਤੇ 21 ਦੇ ਤਹਿਤ ਮਿਲੇ ਮੌਲਿਕ-ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਵੀ ਹਨਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਅਜਿਹੀ ਵਿਵਸਥਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕਿ ਕੈਬਨਿਟ ਦੀ ਲਿਖਤੀ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ 'ਤੇ ਹੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕਰਨਗੇ, ਨਾਲ ਹੀ ਇਹ ਵੀ ਤੈਅ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਕਿ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀ ਅਵਧੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਾਰ ਵਿੱਚ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਅਧਿਕ ਨਹੀਂ ਵਧਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਕਿ 1975 ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੂੰ ਕਦੇ ਦੁਹਰਾਇਆ ਨਾ ਜਾ ਸਕੇ।

ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਭਾਰਤ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਇਹ ਤਾਕਤ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਲੋਕਤੰਤਰ ਨੂੰ ਜੀ ਕੇ ਦਿਖਾਇਆ ਹੈ। ਦੇਸ਼ ਦੀ ਜਨਤਾ ਨੇ ਮੌਕਾ ਮਿਲਦੇ ਹੀ ਲੋਕਤਾਂਤਰਿਕ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਵਾਈ ਸੀ। ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਕਿਸੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਰੂਪ ਹਨ। ਭਾਰਤ ਦੇ ਆਮ ਮਾਨਵ ਦੀ ਲੋਕਤੰਤਰੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਉੱਤਮ ਉਦਹਾਰਣ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋਕਤਾਂਤਰਿਕ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਉਹ ਪਰਿਚੈ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਲੋਕਤੰਤਰ ਪ੍ਰੇਮੀਆਂ ਨੇ ਕਿਵੇਂ ਇੰਨੀ ਵੱਡੀ ਲੜਾਈ ਲੜੀ ਅਤੇ ਜਨ-ਜਨ ਦੀ ਰਗ-ਰਗ ਵਿੱਚ ਲੋਕਤੰਤਰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਚੋਣਾਂ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਉਸ ਤਾਕਤ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਜਨ-ਜਨ ਦੀ ਰਗ-ਰਗ ਵਿੱਚ ਫੈਲਿਆ ਹੋਇਆ ਇਹ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦਾ ਭਾਵ ਹੀ ਭਾਰਤ ਦੀ ਅਮਰ ਵਿਰਾਸਤ ਹੈ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀ ਬਰਸੀ ਸਾਨੂੰ ਇਸੇ ਵਿਰਾਸਤ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸਸ਼ਕਤ ਕਰਨ ਦੀ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦੀ ਹੈ। ●

ਐਮਰਜੈਂਸੀ
ਪਹਿਰਾ ਬਨਾਮ ਪਹਿਰੇਦਾਰ

ਏ. ਸੂਰਯਪ੍ਰਕਾਸ਼

ਉੱਘੇ ਪੱਤਰਕਾਰ ਅਤੇ ਲੇਖਕ ਏ. ਸੂਰਯਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਬੰਗਲੁਰੂ ਵਿੱਚ ਇੰਡੀਅਨ ਐਕਸਪ੍ਰੈੱਸ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ 'ਤੇ ਹਿੰਦੀ, ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਗੁਜਰਾਤੀ, ਕੰਨੜ, ਤੇਲੁਗੂ ਸਮੇਤ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੁਸਤਕ "ਐਮਰਜੈਂਸੀ: ਲੋਕਤੰਤਰ ਦਾ ਕਾਲਾ ਅਧਿਆਇ" ਕਾਫੀ ਚਰਚਿਤ ਰਹੀ ਹੈ। ਸੂਰਯਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪ੍ਰਸਾਰ ਭਾਰਤੀ ਬੋਰਡ ਦੇ ਚੈਅਰਮੇਨ ਵੀ ਰਹਿ ਚੁੱਕੇ ਹਨ।

ਬੀਤੇ ਸਾਲ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ ਅਸੀਂ ਲੰਬੇ ਲੌਕਡਾਊਨ ਵਿੱਚ ਗੁਜਾਰਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਲੌਕਡਾਊਨ ਕੋਵਿਡ ਜਿਹੀ ਇੱਕ ਭਿਅੰਕਰ ਮਹਾਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸੀ। ਲੇਕਿਨ ਭਾਰਤੀ ਲੋਕਤੰਤਰ ਨੇ ਵੀ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਇੱਕ ਲੌਕਡਾਊਨ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕੀਤਾ ਹੈ- 25 ਜੂਨ 1975 ਤੋਂ 21 ਮਾਰਚ 1977 ਤੱਕ। ਪੂਰੇ 21 ਮਹੀਨੇ, ਜਦੋਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਥੋਪ ਕੇ ਇਸ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਜੇਲ੍ਹ ਦੀ ਕੋਠੜੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮੌਲਿਕ ਅਧਿਕਾਰ ਤੱਕ ਖੋਹ ਲਏ ਗਏ, ਨਿਆਂਪਾਲਿਕਾ 'ਤੇ ਚੋਟ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਉਹ 21 ਮਹੀਨੇ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੇ ਲੋਕਤਾਂਤ੍ਰਿਕ ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਉਹ ਕਾਲੇ ਪੰਨੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਜਿੰਨੀ ਵਾਰ ਵੀ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਦੇਖਾਂਗੇ, ਕਾਲੇ ਹੀ ਪਾਵਾਂਗੇ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹਨ ਉਹ ਢੇਰਾਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕਾਰਨਾਮੇ ਕਹਿਣਾ ਠੀਕ ਹੋਵੇਗਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਨਾ ਇਸ ਦੇ ਬਾਅਦ ਅਜਿਹਾ ਕਦੇ ਹੋਇਆ, ਨਾ ਕਦੇ ਸੁਣਿਆ ਜਾਂ ਦੇਖਿਆ ਹੀ ਗਿਆ।

'ਅੰਦਰੂਨੀ ਅਸ਼ਾਂਤੀ' ਦੇ ਨਾਮ 'ਤੇ ਬਹਾਨਾ ਬਣਾ ਕੇ ਲਿਆਂਦਾ ਗਿਆ ਇੱਕ ਆਦੇਸ਼, ਜੋ ਸਿਰਫ ਖੁਦ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਦੇ ਲਈ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਇਹ ਇੱਕ ਮਾਤਰ ਅਜਿਹਾ ਉਦਾਹਰਣ ਵੀ ਬਣਿਆ ਜੋ ਕੈਬਨਿਟ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦੇ ਬਿਨਾ ਹੀ ਲਾਗੂ ਵੀ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਹ ਸਰਾਸਰ ਨਿਯਮਾਂ ਦਾ ਉਲੰਘਣ ਸੀ। ਲੇਕਿਨ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕਿਸ ਨੂੰ ਸੀ? 25 ਜੂਨ ਦੀ ਰਾਤ ਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦਾ ਪੰਨਾ ਲਿਖਿਆ ਜਾਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਚੁੱਕਿਆ ਸੀ। ਮੰਤਰੀਆਂ ਤੱਕ ਨੂੰ ਕੁਝ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰ ਕੋਈ ਵੀ ਨਿਰਣਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਉਹ ਨਿਯਮਾਂ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਲੈਂਦੀ ਹੈ, ਜਦਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। 26 ਜੂਨ ਨੂੰ ਸਵੇਰੇ ਛੇ ਵਜੇ ਕੈਬਨਿਟ ਦੀ ਬੈਠਕ ਬੁਲਾਈ ਗਈ। ਕੈਬਨਿਟ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਨਹੀਂ, ਬਲਕਿ ਮੰਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕਿ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਲੈ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

26 ਜੂਨ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੋਰ ਆਦੇਸ਼ ਜਾਰੀ ਹੋਇਆ, ਪ੍ਰੈੱਸ 'ਤੇ ਸੈਂਸਰਸ਼ਿਪ ਦਾ। ਇਹ ਪ੍ਰਿੰਟ ਮੀਡੀਆ ਦਾ ਦੌਰ ਸੀ। ਸ਼ਾਇਦ ਅਜਿਹਾ ਵਿਰਲਾ ਹੀ ਉਦਾਹਰਣ ਹੋਵੇਗਾ, ਇੱਥੇ ਤੱਕ ਕੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀ ਖ਼ਬਰ ਨਾ ਛਪੇ ਇਸ ਦੇ ਲਈ 25 ਜੂਨ ਦੀ ਰਾਤ ਹੀ ਦਿੱਲੀ ਵਿੱਚ ਬਹਾਦੁਰਸ਼ਾਹ ਜਫਰ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਪ੍ਰੈੱਸ ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਦੀ ਬਿਜਲੀ ਤੱਕ ਕੱਟ ਦਿੱਤੀ ਗਈ।

ਤਾਨਾਸ਼ਾਹੀ ਰਵੱਈਆ ਅਤੇ ਅਜ਼ੀਬੋ-ਗ਼ਰੀਬ ਫੈਸਲਿਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਉਦਾਹਰਣ ਬੰਗਲੁਰੂ ਦਾ ਵੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਉਸ ਵਕਤ ਬੰਗਲੁਰੂ ਦੇ ਇੰਡੀਅਨ ਐਕਸਪ੍ਰੈੱਸ ਵਿੱਚ ਹੀ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਪ੍ਰੀ-ਸੈਂਸਰਸ਼ਿਪ ਲਾਗੂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਚੁੱਕੀ ਸੀ। ਇਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਦਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ, ਬੰਗਲੁਰੂ ਦੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਨੂੰ। ਯਾਨੀ ਇੱਕ ਵਰਦੀ ਵਾਲੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੂੰ

ਇੱਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਸੰਪਾਦਕ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਉਹ ਤੈਅ ਕਰਦੇ ਸਨ, ਕੀ ਛਪੇਗਾ, ਕੀ ਨਹੀਂ। ਕਿਹੜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਜਾਂ ਫੋਟੋਆਂ ਨੂੰ ਰੱਖਣਾ ਹੈ ਜਾਂ ਹਟਾਉਣਾ ਹੈ। ਪ੍ਰੈੱਸ ਕੌਂਸਲ ਐਕਟ ਵੀ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪੱਤਰਕਾਰ ਜੇਲ੍ਹ ਭੇਜ ਦਿੱਤੇ ਗਏ।

ਮੈਨੂੰ ਇੱਕ ਹੋਰ ਕਿੱਸਾ ਯਾਦ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤਤਕਾਲੀ ਸੂਚਨਾ ਤੇ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਮੰਤਰੀ ਦੇ ਕਹਿਣ 'ਤੇ ਡੀਏਵੀਪੀ ਅਤੇ ਆਲ ਇੰਡੀਆ ਰੇਡੀਓ ਵਿੱਚ ਸਵੇਰੇ-ਸਵੇਰੇ ਫੋਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਜੋ ਵੀ ਅਨੁਵਾਦਕ ਸਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਭਵਨ ਬੁਲਾਇਆ ਗਿਆ। ਕਰੀਬ 10-15 ਅਨੁਵਾਦਕ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਵੀ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਨੂੰ ਵਰਲਡ ਯੂਥ ਸੈਂਟਰ ਲਿਜਾਇਆ ਗਿਆ ਅਤੇ ਦੁਪਹਿਰ ਦੋ ਵਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਛਪਿਆ ਕਾਂਗਰਸ ਦਾ ਮੈਨੀਫੈਸਟੋ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਦਾ 15 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨਾ ਸੀ। ਰਾਤ 10-12 ਵਜੇ ਦੇ ਬਾਅਦ ਕੰਮ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਹੀ ਉਹ ਲੋਕ ਘਰ ਜਾ ਸਕੇ।

ਮਸ਼ਹੂਰ ਗਾਇਕ ਕਿਸ਼ੋਰ ਕੁਮਾਰ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਇੱਕ ਕਿੱਸਾ ਬੜਾ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਗਾਇਕ ਕਿਸ਼ੋਰ ਕੁਮਾਰ ਨੂੰ ਬੁਲਾਵਾ ਭੇਜਿਆ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਸਮਰਥਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਜਿੰਗਲ ਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਕਿਸ਼ੋਰ ਕੁਮਾਰ ਨੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਨਾਲ ਨਰਾਜ਼ ਤਤਕਾਲੀ ਸੂਚਨਾ ਤੇ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਆਲ ਇੰਡੀਆ ਰੇਡੀਓ ਅਤੇ ਦੂਰਦਰਸ਼ਨ ਤੋਂ ਕਿਸ਼ੋਰ ਕੁਮਾਰ ਦੇ ਗਾਣਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਜਾਰੀ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।

ਤਿਹਾੜ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ 1273 ਕੈਦੀਆਂ ਨੂੰ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਸੀ। ਜਦੋਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਾਗੂ ਹੋਈ ਤਾਂ ਦਿੱਲੀ ਵਿੱਚ ਕਰੀਬ 4,000 ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਕੇ ਤਿਹਾੜ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਹ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਜੇਲ੍ਹ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਕਮੀ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਐਸਬੈਸਟੋਜ਼ ਸ਼ੀਟ ਨਾਲ ਨਵਾਂ ਸੈੱਲ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਪਾਗਲ ਕੈਦੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਵੇਂ ਕੈਦੀਆਂ ਨੂੰ ਰੱਖਣ ਦੇ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ। ਬਿਊਰੋਕ੍ਰੈਟਸ ਤੱਕ ਨੂੰ ਮੀਸਾ ਵਿੱਚ ਜੇਲ੍ਹ ਭੇਜਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ ਜਬਰਨ ਨਸਬੰਦੀ ਦੇ ਕਈ ਕਿੱਸੇ ਆਪ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਸੁਣੇ ਹੀ ਹੋਣਗੇ। ਜਦੋਂ ਅਵਿਆਹਿਆਂ ਦੀ ਵੀ ਨਸਬੰਦੀ ਟੀਚਾ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੇ ਲਈ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਸੱਤਾਧਾਰੀ ਸਰਕਾਰ ਵਿੱਚ ਕਈ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਹਨ ਜੋ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਰਹੇ। ਵਰਤਮਾਨ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ 21 ਮਹੀਨੇ ਭੂਮੀਗਤ ਹੋ ਕੇ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਮੀਸਾ ਤਹਿਤ ਜੇਲ੍ਹ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ਼ ਕੀਤੀ। ਸੂਚਨਾ ਤੇ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਮੰਤਰੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਜਾਵਡੇਕਰ 17 ਮਹੀਨੇ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਰਹੇ ਸਨ। ਦੱਤਾਤ੍ਰੇਯ ਹੋਸਬਾਲੇ, ਰਵੀ ਸ਼ੰਕਰ ਪ੍ਰਸਾਦ ਜਿਹੇ ਲੋਕ ਵੀ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਸਨ। ਸਵਰਗੀ ਅਰੁਣ ਜੇਟਲੀ ਅਤੇ ਰਾਮ ਵਿਲਾਸ ਪਾਸਵਾਨ ਨੂੰ ਵੀ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਸੰਵਿਧਾਨ ਵਿੱਚ ਸੋਧ ਕਰਕੇ ਨਿਆਂਪਾਲਿਕਾ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਖੋਹ ਲਏ ਗਏ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀ ਪੀੜਾ ਉਹੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਝੱਲਿਆ ਹੋਵੇ, ਅੱਜ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕਾਲਮ ਲਿਖ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਟਵਿੱਟਰ ਜਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਜੋ ਚਾਹੇ ਲਿਖ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਬੋਲ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸੋਚੋ ਇੰਨੀ ਊਰਜਾ ਸਾਨੂੰ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲੀ? ਦਰਅਸਲ, ਜੋ ਲੋਕ ਹੁਣ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਸ਼ਾਸਨ ਚਲਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਹੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੂੰ ਭੁਗਤਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਸੰਵਿਧਾਨ, ਸਾਡੀ ਵਿਵਸਥਾ ਨੂੰ ਪਟੜੀ 'ਤੇ ਲੈ ਕੇ ਆਏ ਤਾਕਿ ਕਦੇ ਦੇਸ਼ 'ਤੇ ਕੋਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨਾ ਥੋਪ ਸਕੇ।

1977 ਵਿੱਚ ਆਈਬੀ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਇੰਦਰਾ ਗਾਂਧੀ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਕਾਫ਼ੀ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਟ੍ਰੇਨਾਂ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਚਲਣ ਲਗੀਆਂ ਹਨ, ਕਰਮਚਾਰੀ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਦਫ਼ਤਰ ਆਉਣ ਲਗੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਬਾਅਦ ਇੰਦਰਾ ਗਾਂਧੀ ਨੇ ਚੋਣਾਂ ਕਰਵਾਈਆਂ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਕਰਾਰੀ ਹਾਰ ਮਿਲੀ। ਉੱਤਰ ਭਾਰਤ ਅਤੇ ਮੱਧ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ 350 ਲੋਕਾ ਸਭਾ ਸੀਟਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਾਂਗਰਸ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਦੋ ਸੀਟਾਂ ਮਿਲੀਆਂ। ਇੱਕ ਰਾਜਸਥਾਨ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਹੋਰ ਦੂਸਰੀ ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ। ਜਦੋਂ ਮੋਰਾਰਜੀ ਦੇਸਾਈ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਬਣੇ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਸੰਵਿਧਾਨ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਗੜਬੜੀਆਂ ਨੂੰ ਫਿਰ ਤੋਂ ਠੀਕ ਕੀਤਾ। ਨਿਆਂਪਾਲਿਕਾ, ਸੰਸਦ ਅਤੇ ਪ੍ਰੈੱਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਫਿਰ ਤੋਂ ਬਹਾਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਉਸ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਜੋ ਦੇਖਿਆ, ਜੋ ਝੱਲਿਆ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਜੋ ਲੜਾਈ ਲੜੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਦੀ ਦੂਸਰੀ ਲੜਾਈ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਅੱਜ ਦੇ ਵਕਤ ਵਿੱਚ ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਅੱਜ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਲੇਖ ਲਿਖ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਟਵਿੱਟਰ ਜਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਜੋ ਚਾਹੇ ਲਿਖ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਬੋਲ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸੋਚੋ ਇੰਨੀ ਊਰਜਾ ਸਾਨੂੰ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲੀ? ਦਰਅਸਲ, ਜੋ ਲੋਕ ਹੁਣ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਸ਼ਾਸਨ ਚਲਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਹੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਬਾਅਦ ਸਾਡੇ ਸੰਵਿਧਾਨ, ਸਾਡੀ ਵਿਵਸਥਾ ਨੂੰ ਪਟੜੀ 'ਤੇ ਲਿਆਏ ਹਨ। ਇਹ ਊਰਜਾ ਉਸ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀਆਂ ਬੰਦਸ਼ਾਂ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ ਵਿਰੋਧ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੁਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲੀ ਹੈ। ●

(ਇਹ ਏ ਸੂਰਯਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦੇ ਨਿਜੀ ਵਿਚਾਰ ਹਨ, ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਨਿਊ ਇੰਡੀਆ ਸਮਾਚਾਰ ਦੇ ਸਲਾਹਕਾਰ ਸੰਪਾਦਕ ਸੰਤੋਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਦੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ।)

‘ਵੰਦੇ ਮਾਤਰਮ੍’ ਗਾਉਣ ਦੇ ਲਈ ਜੋ ਨਿਜ਼ਾਮ ਨਾਲ ਵੀ ਭਿੜ ਗਏ

1935 ਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਹੈਦਰਾਬਾਦ ਵਿੱਚ ਨਿਜ਼ਾਮ ਨੇ ਕਾਲਜਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਦੇ ਮਾਤਰਮ ਗਾਉਣ ’ਤੇ ਰੋਕ ਲਗਾ ਦਿੱਤੀ। ਇਸ ਦੇ ਬਦਲੇ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ। ਜਿਸ ਨੂੰ ਨਿਜ਼ਾਮ ਲਈ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਇਸ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ ‘ਵੰਦੇ ਮਾਤਰਮ ਅੰਦੋਲਨ।’ਵਿਰੋਧ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਇਸ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਉਦੋਂ ਸ਼ਾਮਲ ਰਹੇ ਇੱਕ 17 ਸਾਲਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਅੱਜ ਭਾਰਤ ਦੇ ਨੌਵੇਂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਪੀ. ਵੀ. ਨਰਸਿਮਹਾ ਰਾਓ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ।

ਜਨਮ: 28 ਜੂਨ 1921, ਦੇਹਾਂਤ: 23 ਦਸੰਬਰ 2004

28 ਜੂਨ 1921 ਨੂੰ ਹੈਦਰਾਬਾਦ ਦੇ ਕਰੀਮਨਗਰ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਨਰਸਿਮਹਾ ਰਾਓ ਨੂੰ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਯਾਦ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਭਾਰਤ ਦੀ ਕਮਾਨ ਉਦੋਂ ਸੰਭਾਲ਼ੀ, ਜਦੋਂ ਦੇਸ਼ ਗਹਿਰੇ ਆਰਥਿਕ ਸੰਕਟ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਰਿਜ਼ਰਵ ਬੈਂਕ ਦੇ ਗਵਰਨਰ ਰਹੇ ਮਨਮੋਹਨ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਵਿੱਤ ਮੰਤਰੀ ਬਣਾ ਕੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਪਿਛਲੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦੇ ਲਗਭਗ ਸਾਰੇ ਫੈਸਲਿਆਂ ਨੂੰ ਉਲਟਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਆਰਥਿਕ ਉਦਾਰੀਕਰਣ ਦਾ ਰਸਤਾ ਅਪਣਾਇਆ। ਦੇਸ਼ ਜਦੋਂ ਗਹਿਰੇ ਵਿੱਤੀ ਸੰਕਟ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆਇਆ ਦਾ ਰਾਓ ਨੂੰ ‘ਫਾਦਰ ਆਵ੍ ਇੰਡੀਅਨ ਇਕਨੌਮਿਕ ਰਿਫਾਰਮਸ’ ਕਿਹਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਲਈ 1994 ਵਿੱਚ ਜਦੋਂ ਮਨਮੋਹਨ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ‘ਯੂਰੋ ਮਨੀ’ਨੇ ਸਰਬਸ੍ਰੇਸ਼ਠ ਵਿੱਤ ਮੰਤਰੀ ਦਾ ਪੁਰਸਕਾਰ ਦਿੱਤਾ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਭਾਸ਼ਣ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਨਰਸਿਮਹਾ ਰਾਓ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

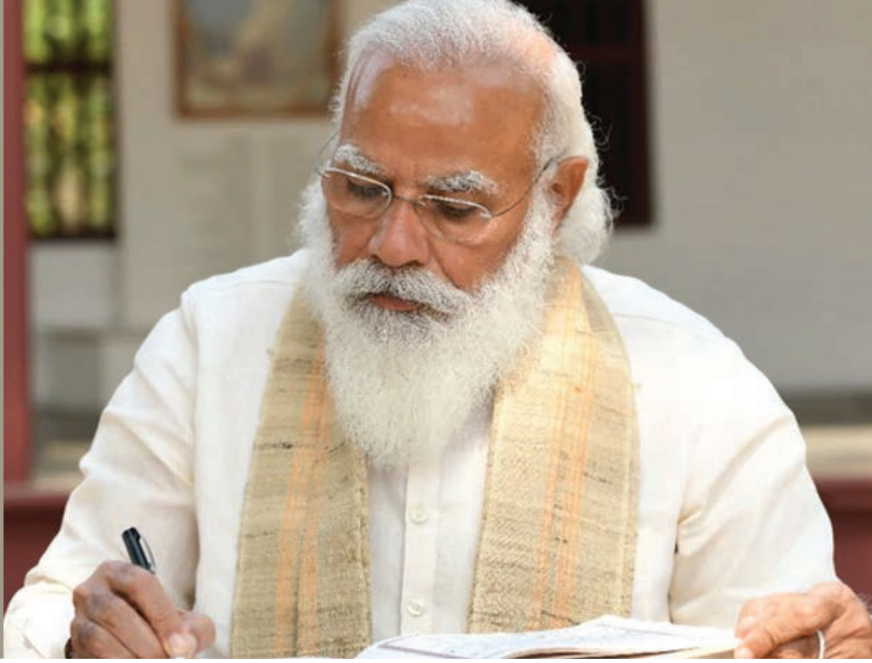
ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ 1991 ਵਿੱਚ ਜਿਸ ਵਕਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਕਮਾਨ ਦੇਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਹੋਇਆ, ਉਹ ਰਾਜਨੀਤੀ ਤੋਂ ਸੰਨਿਆਸ ਦਾ ਮੂਡ ਬਣਾ ਚੁੱਕੇ ਸਨ। ਰੋਜਰਸ ਰਿਮੂਵਲ ਕੰਪਨੀ ਦਾ ਟਰੱਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੇ 45 ਕਾਰਟਨ ਲੈ ਕੇ ਹੈਦਰਾਬਾਦ ਰਵਾਨਾ ਹੋ ਚੁੱਕਿਆ ਸੀ। ਉਹ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਉਤਰੇ ਸਨ, ਲੇਕਿਨ ਜ਼ਿੰਮੇਦਾਰੀ ਮਿਲੀ ਤਾਂ ਰਾਓ ਪਰਤੇ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਦਲਾਂ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹਾਲਾਤ ਵਿੱਚ ਫਸੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਸਹੀ ਰਸਤੇ ’ਤੇ ਵਾਪਸ ਲਿਆਉਣ ਵਿੱਚ ਜੀਅ-ਜਾਨ ਨਾਲ ਜੁਟ ਗਏ। ਉਹ ਦੱਖਣ ਭਾਰਤ ਤੋਂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਪਹਿਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਸਨ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਬਣਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਂਧਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ 9 ਸਾਲ ਚਾਰ ਵਿਭਾਗਾਂ ਦੇ ਮੰਤਰੀ, ਇਸ ਦੇ ਬਾਅਦ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਅਤੇ ਫਿਰ ਲੋਕ ਸਭਾ ਸਾਂਸਦ ਦੇ ਨਾਲ ਕੇਂਦਰੀ ਮੰਤਰੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਲੰਬਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨਿਕ ਅਨੁਭਵ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਲੇਕਿਨ ਇਹ 10 ਭਾਰਤੀ ਅਤੇ 6 ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦੇ ਜਾਣਕਾਰ ਰਾਓ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਇੱਕਲੌਤਾ ਪਹਿਲੂ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਰਹਿੰਦੇ ਆਂਧਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਭੂਮੀ ਸੁਧਾਰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਰਾਜ ਬਣਿਆ ਤਾਂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਬਣਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਲਾਇਸੈਂਸ ਰਾਜ ਨੂੰ ਖ਼ਤਮ ਕਰਕੇ ਉਦਯੋਗੀਕਰਣ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦਾ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਵੀ ਰਾਓ ਨੂੰ ਹੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਘਾਟੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਲਈ ਨਿਜੀਕਰਣ ਦੀ ਪਹਿਲ ਰਾਓ ਨੇ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਸਕਿਓਰਿਟੀ ਐਕਸਚੇਂਜ ਬੋਰਡ ਆਵ੍ ਇੰਡੀਆ (ਸੇਬੀ), ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਟਾਕ ਐਕਸਚੇਂਜ ਦੀ ਵੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਹੀ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਆਤੰਕਵਾਦ ਨੂੰ ਕੁਚਲਣ ਅਤੇ ਵੱਖਵਾਦੀ ਅੰਦੋਲਨ ਦੀ ਧਾਰ ਖੁੰਢੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਰਾਓ ਨੇ ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਸੰਕਲਪ ਦਿਖਾਇਆ। ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਗਤੀ ਦੇਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਹੀ ਸਾਂਸਦ ਨਿਧੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਸੀ।

ਰਾਓ ਕਹਿੰਦੇ ਸਨ, ‘ਦੁਨੀਆ ਬਦਲ ਚੁੱਕੀ ਹੈ, ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।’ ਆਪਣੇ ਇਸੇ ਸਿਧਾਂਤ ਨਾਲ ਭਾਰਤ ਦੀ ਵਿਦੇਸ਼ ਨੀਤੀ ਨੂੰ ਨਵਾਂ ਅਕਾਰ ਦੇ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਦੱਖਣ ਪੂਰਬ ਦੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨਾਲ ਮਿੱਤਰਤਾ ਦੀ ਨਵੀਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ‘ਲੁੱਕ ਈਸਟ’ਨੀਤੀ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਸੀ।

ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਕਾਰਜਕਾਲ ਵਿੱਚ ਰਾਓ ਦੀ ‘ਲੁੱਕ ਈਸਟ’ਨੀਤੀ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ‘ਐਕਟ ਈਸਟ’ਨੀਤੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਪੀ.ਵੀ. ਨਰਸਿਮਹਾ ਰਾਓ ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਦਿਸ਼ਾ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਬਾਵਜੂਦ ਇਸ ਦੇ ਉਹ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਇਕੱਲੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਰਹੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਅੰਤਿਮ ਸੰਸਕਾਰ ਦਿੱਲੀ ਦੀ ਬਜਾਏ ਹੈਦਰਾਬਾਦ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

ਹੈਦਰਾਬਾਦ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜੀਵਨ ਦੌਰਾਨ ਨਿਜ਼ਾਮ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਆਵਾਜ਼ ਉਠਾਉਣ ਦਾ ਨਰਸਿਮਹਾ ਰਾਓ ਦਾ ਕਿੱਸਾ ਯਾਦ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ 99ਵੀਂ ਜਯੰਤੀ ’ਤੇ ‘ਮਨ ਕੀ ਬਾਤ’ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਸੀ, ‘ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਰਸਿਮਹਾ ਰਾਓ ਅਨਿਆਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਆਵਾਜ਼ ਉਠਾਉਣ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਸਨ। ਆਪਣੀ ਆਵਾਜ਼ ਬੁਲੰਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਕਸਰ ਬਾਕੀ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦੇ ਸਨ। ਬਹੁਤ ਹੀ ਸਾਧਾਰਣ ਪਿਛੋਕੜ ਤੋਂ ਉੱਠ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਅੱਗੇ ਵਧਣਾ, ਸਿੱਖਿਆ ’ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜ਼ੋਰ, ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਦੇ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ-ਸਭ ਕੁਝ ਯਾਦ ਰੱਖਣਯੋਗ ਹੈ।’’ ●

ਸੇਵਾ ਦੇ 7 ਵਰ੍ਹੇ, ਵਿਕਾਸ ਦੇ 14 ਸੂਤਰ



ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ 30 ਮਈ ਨੂੰ 7 ਸਾਲ ਪੂਰੇ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ 7 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ 'ਸਬਕਾ ਸਾਥ, ਸਬਕਾ ਵਿਕਾਸ, ਸਬਕਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ' ਦੇ ਮੰਤਰ ਨਾਲ ਭਾਰਤ ਨਿਰੰਤਰ ਪ੍ਰਗਤੀ ਦੇ ਪਥ 'ਤੇ ਅੱਗੇ ਵਧ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮਾਜ-ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਕ੍ਰਾਂਤੀਕਾਰੀ ਬਦਲਾਅ ਹੁੰਦਾ ਦੇਖ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪਰਿਵਰਤਨਕਾਰੀ ਸੁਧਾਰਾਂ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਦੀ ਉਹ ਸੋਚ ਹੈ ਜਿਸ ਲਈ ਉਹ ਸਿਰਫ਼ ਦੌਰਾ ਜਾਂ ਬੈਠਕ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਬਲਕਿ ਰਾਹਤ ਅਤੇ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮੁਕਾਮ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਤੱਕ ਕੰਮ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਵੀ ਖੁਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਸੇਵਾ ਦੇ ਸੰਕਲਪ ਦੇ ਰਸਤੇ ਲਿਖੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਨਵੇਂ ਭਾਰਤ ਦੀ ਇਬਾਰਤ...

ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੇ ਬਾਅਦ 7 ਦਹਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਾਢੇ ਤਿੰਨ ਕਰੋੜ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦਾ ਕਨੈਕਸ਼ਨ ਸੀ। 21 ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਸਾਢੇ ਚਾਰ ਕਰੋੜ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦਾ ਕਨੈਕਸ਼ਨ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। 7 ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਨੇ ਡਿਜੀਟਲ ਲੈਣ-ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਨਵੀਂ ਦਿਸ਼ਾ ਦਿਖਾਈ ਹੈ। 7 ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਰਿਕਾਰਡ ਸੈਟੇਲਾਈਟ ਭੇਜ ਰਹੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਰਿਕਾਰਡ ਸੜਕਾਂ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਉੱਤਰ ਪੂਰਬ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਕਸ਼ਮੀਰ ਤੱਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦਾ ਨਵਾਂ ਮਾਹੌਲ ਬਣਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਸਾਲਾਂ ਪੁਰਾਣੇ ਵਿਵਾਦ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਲ ਸੁਲਝਾਏ ਹਨ। ਚਾਹੇ ਆਪਣੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਤੋੜ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਗ਼ਰੀਬ ਦੀ ਥਾਲ਼ੀ ਤੱਕ ਅੰਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ। ਸੇਵਾ ਹੀ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਮੂਲ ਮੰਤਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਪਿੰਡ, ਗ਼ਰੀਬ, ਕਿਸਾਨ, ਦਲਿਤ, ਪੀੜਤ ਨੂੰ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਇਹ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਸਰਕਾਰ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ 7 ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਜਿੱਥੇ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਦੇਸ਼ ਹਿਤ ਨੂੰ ਸਰਬਉੱਚ ਰੱਖ ਕੇ ਆਪਣੇ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਸੰਕਲਪ ਅਤੇ ਸਰਬਪੱਖੀ ਅਤੇ ਕਲਿਆਣਕਾਰੀ ਨੀਤੀਆਂ ਨਾਲ ਗ਼ਰੀਬ, ਕਿਸਾਨ ਅਤੇ ਵੰਚਿਤ ਵਰਗ ਨੂੰ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਮੁੱਖਧਾਰਾ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਉੱਥੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਆਪਣੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅਗਵਾਈ ਨਾਲ ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਸ਼ਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਬਣਾਇਆ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਮੂਲ ਮੰਤਰ 'ਤੇ ਚਲਦੇ ਹੋਏ ਸਫ਼ਲਤਾ ਦੀ ਨਵੀਂ ਇਬਾਰਤ ਲਿਖ ਰਹੀ ਹੈ।

ਈਜ਼ ਆਫ੍ ਡੂਇੰਗ ਬਿਜ਼ਨਸ

ਉਦਯੋਗ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਦੀ ਰੀੜ੍ਹ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਇਸ ਨੂੰ ਬਾਖੂਬੀ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਈਜ਼ ਆਫ੍ ਡੂਇੰਗ ਬਿਜ਼ਨਸ ਨੂੰ ਭਾਰਤ ਦੀ ਇਤਿਹਾਸਿਕ ਸਫ਼ਲਤਾ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਦੁਨੀਆ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਵਧਿਆ ਹੈ। ਈਜ਼ ਆਫ੍ ਡੂਇੰਗ ਬਿਜ਼ਨਸ ਸਮੇਤ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਨਿਵੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਵਾਧਾ ਇਸ ਦੇ ਸਬੂਤ ਹਨ।

ਭਾਰਤ ਵਿਸ਼ਵ ਬੈਂਕ ਦੇ 'ਕਾਰੋਬਾਰ ਵਿੱਚ ਸੁਗਮਤਾ'2020 ਸੂਚਕ ਅੰਕ ਵਿੱਚ ਸਾਲ 2018 ਦੇ 77ਵੇਂ ਸਥਾਨ ਤੋਂ 14 ਸਥਾਨਾਂ ਦੀ ਉੱਚੀ ਛਾਲ ਮਾਰ ਕੇ 63ਵੇਂ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਹੈ।

02 ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ 'ਤੇ ਅੰਕੁਸ਼

ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਨਿਰਣਾਇਕ ਲੜਾਈ ਛੇੜੀ ਗਈ ਹੈ। ਸਰਕਾਰੀ ਖਰੀਦ ਲਈ GEM ਪੋਰਟਲ, ਡੀਬੀਟੀ ਜ਼ਰੀਏ ਸਿੱਧੀ ਖਾਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰਾਹਤ, ਲੋਕਪਾਲ ਜਿਹੀਆਂ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਨੇ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ 'ਤੇ ਚੋਟ ਦਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਕਾਲ਼ੇਧਨ 'ਤੇ ਚੋਟ ਨਾਲ ਬੇਈਮਾਨੀ ਲੈਣ-ਦੇਣ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ। ਇਮਾਨਦਾਰ ਆਮਦਨ ਕਰ ਦਾਤਿਆਂ ਲਈ ਫੇਸਲੈੱਸ ਅਸੈੱਸਮੈਂਟ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

03 ਮੱਧ ਵਰਗ 'ਤੇ ਧਿਆਨ

ਜੀਵੰਤ, ਖਾਹਿਸ਼ੀ ਮੱਧ ਵਰਗ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਇੰਜਣ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਖਾਹਿਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਗਤੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਆਵਾਸ ਯੋਜਨਾ ਤਹਿਤ ਹੋਮ ਲੋਨ 'ਤੇ 2.67 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਤੱਕ ਦੀ ਸਬਸਿਡੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਮੈਟਰੋ ਨਾਲ ਹੁਣ ਆਰਆਰਟੀਐੱਸ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ, ਮੈਟਰੋ-ਨਿਓ ਅਤੇ ਮੈਟਰੋ ਲਾਈਟ ਤਕਨੀਕ ਟਿਅਰ 2 ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਲਈ ਲਿਆਂਦੀ ਗਈ ਹੈ। 2021-22 ਦੇ ਬਜਟ ਵਿੱਚ 18 ਹਜ਼ਾਰ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦਾ ਪਬਲਿਕ ਟਰਾਂਸਪੋਰਟ ਦੇ ਵਿਸਤਾਰ ਦੇ ਤਹਿਤ ਬੱਸਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਾਵਧਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਟਰਾਂਸਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਸੁਵਿਧਾ ਨਾਲ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਅਵਸਰ ਵਧਣਗੇ। ਘਰ ਦੇ ਹੱਕ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ 'ਰੇਰਾ'ਕਾਨੂੰਨ ਲਿਆਂਦਾ ਗਿਆ।

04 ਸਿਹਤ

ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇਤਿਹਾਸਿਕ ਕਦਮ ਉਠਾਏ ਗਏ ਹਨ। 2021-22 ਦੇ ਬਜਟ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਖੇਤਰ ਦੇ ਲਈ 137% ਦੇ ਬਜਟ ਵਾਧੇ ਨਾਲ 2.23 ਲੱਖ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਕਰਨਾ ਅਹਿਮ ਹੈ। ਕੋਵਿਡ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਲਈ 35 ਹਜ਼ਾਰ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਨੈਸ਼ਨਲ ਡਿਜੀਟਲ ਹੈਲਥ ਮਿਸ਼ਨ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਹੁਣ ਬਲਾਕ ਤੋਂ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਤੱਕ ਸਿਹਤ ਢਾਂਚੇ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਆਯੁਸ਼ਮਾਨ ਭਾਰਤ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ 50 ਕਰੋੜ ਗ਼ਰੀਬਾਂ ਨੂੰ 5 ਲੱਖ ਦੇ ਮੁਫ਼ਤ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। 7752 ਜਨ ਔਸ਼ਧੀ ਕੇਂਦਰਾਂ ਤੋਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ 90% ਤੱਕ ਸਸਤੀ ਦਵਾਈ ਮਿਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਟੀਬੀ ਮੁਕਤ ਭਾਰਤ ਅਭਿਯਾਨ , ਮਿਸ਼ਨ ਇੰਦਰਧਨੁਸ਼, ਮਾਤ੍ਰਤਵ ਵੰਦਨਾ ਯੋਜਨਾ ਜਿਹੀਆਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲ ਸਿਹਤ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਗਤੀ ਮਿਲੀ ਹੈ।

05 ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਇਨਫ੍ਰਾਸਟ੍ਰਕਚਰ

'ਨਿਊ ਇੰਡੀਆ' ਵਿੱਚ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਗਤੀ ਨੂੰ ਰਫ਼ਤਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਰੇਲਵੇ, ਰੋਡਵੇਜ਼, ਹਾਈਵੇਜ਼ ਅਤੇ ਆਈ-ਵੇਜ਼ ਦਾ ਨਵਾਂ ਇਨਫ੍ਰਾਸਟ੍ਰਕਚਰ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਮੋਦੀ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਲਈ ਇਨਫ੍ਰਾਸਟ੍ਰਕਚਰ ਵਿੱਚ ਵੱਡਾ ਬੁਨਿਆਦੀ ਪਰਿਵਰਤਨ ਆਇਆ ਹੈ।

06 ਈਜ਼ ਆਵ੍ ਲਿਵਿੰਗ

ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਉੱਜਵਲਾ ਯੋਜਨਾ, ਜਨ-ਧਨ, ਜੀਵਨ ਬੀਮਾ, ਜਲ ਜੀਵਨ ਮਿਸ਼ਨ, ਸਭ ਲਈ ਆਵਾਸ, ਆਵਾਸ ਲਈ ਕਰਜ਼ੇ ਵਿੱਚ ਛੂਟ, ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਗ੍ਰਾਮੀਣ ਡਿਜੀਟਲ ਸਾਖਰਤਾ ਅਭਿਯਾਨ, ਬਿਜਲੀ ਅਤੇ ਸੜਕ ਨਾਲ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਸੁਚਾਰੂ ਹੋਇਆ ਹੈ।

07 ਰਾਸ਼ਟਰ ਪ੍ਰਥਮ

ਵਿਦੇਸ਼ ਨੀਤੀ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਰਾਸ਼ਟਰ ਪ੍ਰਥਮ ਦੀ ਨੀਤੀ 'ਤੇ ਚਲਣ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਆਤੰਕਵਾਦ ਪ੍ਰਤੀ ਜ਼ੀਰੋ ਟੌਲਰੈਂਸ, ਧਾਰਾ-370 ਨੂੰ ਖ਼ਤਮ ਕਰਕੇ ਬਣਿਆ ਇੱਕ ਦੇਸ਼, ਇੱਕ ਵਿਧਾਨ, ਇੱਕ ਨਿਸ਼ਾਨ ਦਾ ਸੁਪਨਾ ਸਾਕਾਰ ਕੀਤਾ।

08 ਨਾਰੀ ਸ਼ਕਤੀ

- ਸਟੈਂਡ ਅੱਪ ਮਹਿਲਾ, ਸਟੈਂਡ ਅੱਪ ਇੰਡੀਆ, ਸੁਕੰਨਿਆ ਸਮ੍ਰਿਧੀ, ਤੀਹਰੇ ਤਲਾਕ, ਬੇਟੀ ਬਚਾਓ, ਬੇਟੀ ਪੜ੍ਹਾਓ ਜਿਹੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਅੱਜ ਮਹਿਲਾ ਸ਼ਕਤੀ ਸਿੱਖਿਆ, ਵਿਗਿਆਨ, ਰਾਜਨੀਤੀ, ਉੱਦਮ, ਖੇਡਾਂ ਸਮੇਤ ਹਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਅਸਮਾਨ ਛੂਹ ਰਹੀ ਹੈ। ਉੱਜਵਲਾ ਤਹਿਤ 8 ਕਰੋੜ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਨੂੰ ਐੱਲਪੀਜੀ ਕਨੈਕਸ਼ਨ ਦਿੱਤੇ ਗਏ, ਸਾਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਇੱਕ ਜਗ੍ਹਾ ਮਿਲੇ ਇਸ ਲਈ ਵੰਨ ਸਟੌਪ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਗਈ।

ਜਣੇਪਾ ਛੁੱਟੀ ਨੂੰ 12 ਤੋਂ ਵਧਾ ਕੇ 26 ਹਫ਼ਤੇ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਨਾਰੀ ਪੋਰਟਲ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਤਾਂ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਅਪਰਾਧ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਨੈਸ਼ਨਲ ਡੇਟਾ ਬੇਸ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ। ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਗਰਭਪਾਤ ਦੀ ਸੀਮਾ 24 ਹਫ਼ਤੇ ਕੀਤੀ ਗਈ। 12 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੀਆਂ ਬੱਚੀਆਂ ਨਾਲ ਬਲਾਤਕਾਰ 'ਤੇ ਫਾਂਸੀ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਦੇ ਨਾਲ ਬਲਾਤਕਾਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ 2 ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਸੁਣਵਾਈ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਦਾ ਪ੍ਰਾਵਧਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

09 ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਅਵਸਰ

ਭਾਰਤ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਪੂੰਜੀ ਉਸ ਦੀ ਯੁਵਾ ਆਬਾਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਨਵੀਂ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨੀਤੀ- 2020, ਉੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਮਲਟੀਲੇਅਰ ਡਿਗਰੀ ਨਾਲ ਖੋਜ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ, ਸਕਿੱਲ ਇੰਡੀਆ, ਸਕਿੱਲ, ਰੀ-ਸਕਿੱਲ ਅਤੇ ਅੱਪ-ਸਕਿੱਲ, ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਕੌਸ਼ਲ ਵਿਕਾਸ ਯੋਜਨਾ ਅਤੇ ਪੀਐੱਮ ਯੁਵਾ, ਸਟਾਰਟ ਅੱਪ ਇੰਡੀਆ ਨਾਲ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਅਵਸਰ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ।

65% ਆਬਾਦੀ 35 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੀ ਹੈ।

ਗ਼ਰੀਬ ਤੱਕ ਵਿਕਾਸ

10

ਸੱਚਾ ਵਿਕਾਸ ਉਹੀ ਹੈ ਜੋ ਗ਼ਰੀਬ ਤੋਂ ਗ਼ਰੀਬ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚੇ। ਗ਼ਰੀਬਾਂ ਤੱਕ ਵਿਕਾਸ ਪਹੁੰਚੇ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮੋਦੀ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਸਵਾਧਰ ਗ੍ਰਿਹ, ਜਨਜਾਤੀ ਆਬਾਦੀ ਨੂੰ ਸੁਵਿਧਾ, ਕੋਵਿਡ ਕਾਲ ਵਿੱਚ 80 ਕਰੋੜ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਅਨਾਜ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਤਾਂ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਗ਼ਰੀਬ ਕਲਿਆਣ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਅਭਿਯਾਨ ਨਾਲ ਮਦਦ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਦੇਸ਼-ਇੱਕ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਜ਼ਰੀਏ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਕਿਧਰੇ ਵੀ ਰਾਸ਼ਨ ਲੈਣ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਹੈ। ਸਟ੍ਰੀਟ ਵੈਂਡਰਸ ਨੂੰ 10 ਹਜ਼ਾਰ ਤੱਕ ਲੋਨ ਪੀਐੱਮ ਸਵਨਿਧੀ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਤਹਿਤ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਪਰਿਵਰਤਨਕਾਰੀ ਆਰਥਿਕ ਵਿਕਾਸ

11

ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਨੇ ਭਾਰਤ ਨੂੰ 5 ਟ੍ਰਿਲੀਅਨ ਡਾਲਰ ਦੀ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਟੀਚਾ ਤੈਅ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਰਾਸ਼ਟਰ-ਇੱਕ ਟੈਕਸ ਨਾਲ ਹੋਈ ਸ਼ੁਰੂਆਤ। 13 ਸੈਕਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਰਮਾਣ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਦੇਣ ਲਈ ਪੀਐੱਲਆਈ ਯੋਜਨਾ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਸੂਖਮ, ਲਘੂ ਅਤੇ ਦਰਮਿਆਨੇ ਉੱਦਮਾਂ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਕਟ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਕਰੀਬ 6 ਲੱਖ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ। ਕੋਵਿਡ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਜਦੋਂ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਸੰਕਟ ਵਿੱਚ ਫਸੀ ਜੀਡੀਪੀ ਦਾ 15% ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਆਰਥਿਕ ਪੈਕੇਜ ਦੇ ਕੇ ਸਹਾਰਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸੇ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਰੋਨਾ ਕਾਲ ਦੌਰਾਨ ਪਹਿਲੀ ਤਿਮਾਹੀ ਵਿੱਚ ਜੋ ਜੀਡੀਪੀ ਵਿਕਾਸ ਦਰ -23.9% ਤੱਕ ਡਿੱਗ ਗਈ ਸੀ, ਉਹ ਤੀਸਰੀ ਤਿਮਾਹੀ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਅੰਕੜੇ 'ਤੇ ਪਰਤ ਆਈ। ਪ੍ਰਤੱਖ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਨਿਵੇਸ਼ ਹੁਣ ਤੱਕ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਹੈ ਤਾਂ ਆਤਮਨਿਰਭਰ ਭਾਰਤ ਦੇ ਰਸਤੇ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਨਵੀਂ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਵਧ ਰਹੀ ਹੈ।

ਸਮ੍ਰਿੱਧ ਭਾਰਤ ਦੇ ਲਈ ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲ ਕਿਸਾਨ

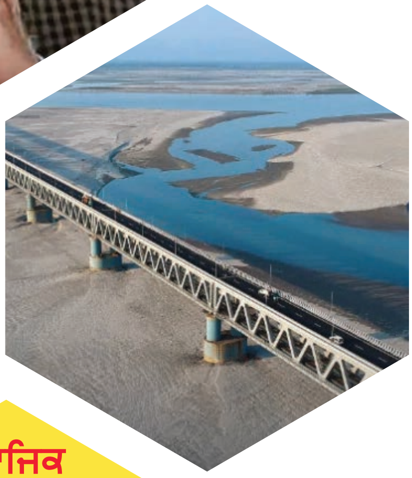
12

ਲਾਗਤ ਤੋਂ ਡੇਢ ਗੁਣੀ ਕੀਮਤ ਦਿਵਾਉਣ ਲਈ ਨਿਊਨਤਮ ਸਮਰਥਨ ਮੁੱਲ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਫਿਰ 2022 ਤੱਕ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਨੂੰ ਦੁੱਗਣਾ ਕਰਨ ਦਾ ਟੀਚਾ ਜਾਂ ਸਨਮਾਨ ਨਿਧੀ ਦੇ ਤਹਿਤ 10 ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚ ਸਿੱਧੇ 7 ਲੱਖ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੇਣਾ, ਕਿਸਾਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਸਿਰਫ਼ ਸੋਚ ਨਹੀਂ, ਸੰਕਲਪ ਹੈ। ਮੱਛੀ ਪਾਲਣ, ਪਸ਼ੂਪਾਲਣ ਅਤੇ ਡੇਅਰੀ ਲਈ ਅਲੱਗ ਤੋਂ ਮੰਤਰਾਲਾ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮਤਸਯ ਸੰਪਦਾ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੇ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਮੱਛੀ ਪਾਲਣ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਨ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਸਫ਼ੈਦ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ।

13

ਉੱਤਰ-ਪੂਰਬ ਦੇ ਵਿਕਾਸ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ

ਬੇਮਿਸਾਲ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਕਾਰਨ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਮ੍ਰਿੱਧ ਅਤੇ ਵਿਵਿਧਤਾ ਨਾਲ ਭਰੇ ਉੱਤਰ-ਪੂਰਬ ਵਿੱਚ ਅੱਜ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਬਦਲਾਅ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਬੋਗੀਬੀਲ ਬ੍ਰਿਜ, ਸੜਕ ਇਨਫ੍ਰਾਸਟ੍ਰਕਚਰ , ਬੋਡੋ ਸਮਝੌਤੇ 'ਤੇ ਹਸਤਾਖਰ, ਬ੍ਰੂ (ਰਿਆਂਗ) ਸ਼ਰਣਾਰਥੀ ਸੰਕਟ ਦਾ ਹੱਲ, ਐੱਨਐੱਲਐੱਫਟੀ (ਤ੍ਰਿਪੁਰਾ) ਸਮਝੌਤੇ ਨਾਲ ਉੱਤਰ-ਪੂਰਬ ਵਿੱਚ ਕਾਫ਼ੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਬਦਲਾਅ ਆਇਆ ਹੈ।



14

ਸਮਾਜਿਕ ਸਸ਼ਕਤੀਕਰਣ

ਸਮਾਜਿਕ ਨਿਆਂ ਅਤੇ ਸਸ਼ਕਤੀਕਰਣ ਪ੍ਰਤੀ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਮੋਦੀ ਸਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਪਰਿਵਰਤਨਕਾਰੀ ਨੀਤੀਆਂ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਹਿਲਾਵਾਂ , ਵੰਚਿਤਾਂ, ਅਨੁਸੂਚਿਤ ਜਾਤੀ, ਜਨਜਾਤੀ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ, ਪਿਛੜੇ ਵਰਗ, ਘੱਟਗਿਣਤੀਆਂ ਨੂੰ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਬਰਾਬਰ ਅਵਸਰ ਦੇਣਾ, ਦਿੱਵਯਾਂਗਜਨਾਂ ਲਈ ਅਨੁਕੂਲ ਮਾਹੌਲ, ਅਸੰਗਠਿਤ ਖੇਤਰ ਦੇ ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂੰਜੀਗਤ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣਾ, ਟਰਾਂਸਜੈਂਡਰਸ ਨੂੰ ਆਤਮ-ਸਨਮਾਨ ਦਿਵਾਉਣ ਜਿਹੀਆਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਸਹੀ ਅੰਕੜੇ, ਸਹੀ ਵਿਕਾਸ

ਅੰਕੜੇ ਜੋ ਤੈਅ ਕਰਦੇ ਹਨ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਤੇ ਤਕਦੀਰ

ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕੀ ਮਹੱਤਵ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਇਸ 'ਤੇ ਕਦੇ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ, ਲੇਕਿਨ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਨੀਤੀ ਨਿਰਧਾਰਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਜਨਤਾ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਦਾ ਅਧਾਰ ਇਹੀ ਅੰਕੜੇ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਖੋਜ ਅਤੇ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਘੜਨ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਾਰ 29 ਜੂਨ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਜਦੋਂ 15ਵਾਂ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅੰਕੜਾ ਦਿਵਸ ਮਨਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਰੋਚਕ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਕੌਣ, ਕਿਉਂ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਕਠਿਨ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਦੁਰਗਮ ਤੋਂ ਦੁਰਗਮ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਅੰਕੜੇ ਇਕੱਤਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸੁਚਾਰੂ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।

"ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸਪਸ਼ਟ ਰੂਪ ਨਾਲ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਇੱਕ ਪਹਿਲੂ ਵਿਗਿਆਨਕ ਪ੍ਰਗਤੀ ਹੈ ਤਾਂ ਦੂਜਾ ਮਨੁੱਖੀ ਕਲਿਆਣ ਅਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਕਾਸ।" ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਭਾਰਤੀ ਅੰਕੜਾ ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਜਨਕ ਮੰਨੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪੀ. ਸੀ. ਮਹਾਲਨੋਬਿਸ ਦਾ ਜੋ ਅੰਕੜਾ ਵਿਗਿਆਨ ਨੂੰ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਤਕਨੀਕ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੇਖਦੇ ਸਨ ਜਿਸ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖੀ ਕਲਿਆਣ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸੁਝਾਅ ਦਿੱਤਾ ਸੀ ਕਿ ਅੰਕੜਿਆਂ ਨੂੰ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਢੰਗ ਨਾਲ ਉਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਸੁਨਿਯੋਜਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਸੇ ਸੋਚ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਹੈ ਕਿ

ਦੇਸ਼ ਦੇ ਕਿਸੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਕੋਲਡ ਸਟੋਰੇਜ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਜਾਂ ਫਿਰ ਜਨ ਜੀਵਨ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਬੁਨਿਆਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ, ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਲੇਕਿਨ ਕਿਸੇ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਸਵਾਲ ਉੱਠ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਖਿਰ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ? ਦਰਅਸਲ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ-ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅੰਕੜਾ ਦਫ਼ਤਰ, ਅੰਕੜਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਾਗੂਕਰਨ ਮੰਤਰਾਲਾ। ਇਸ ਨਾਲ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸਿੱਧਾ ਸਰੋਕਾਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਲੇਕਿਨ ਇਹ ਵਿਭਾਗ ਜਨ ਸਰੋਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਵਿੱਚ ਖਾਮੋਸ਼ੀ ਨਾਲ ਸਭ ਤੋਂ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਦਰਅਸਲ, ਉਦਯੋਗ, ਬਜ਼ਾਰ ਦੇ ਅੰਕੜੇ, ਸਿੱਖਿਆ, ਸਿਹਤ, ਖਾਣ-ਪੀਣ, ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਹਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਗ੍ਰਾਮੀਣ-ਸ਼ਹਿਰੀ ਆਬਾਦੀ ਕਿੰਨਾ ਖਰਚ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਲਈ ਡੇਟਾ ਅਹਿਮ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸੇ ਨੂੰ ਅਧਾਰ ਬਣਾ ਕੇ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੀਤੀ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਅੰਕੜੇ ਸਹੀ ਹੋਣਗੇ, ਤਾਂ ਹੀ ਵਿਕਾਸ ਵੀ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਡੇਟਾ ਦੇ ਇਸੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਡੇਟਾ ਦੇ ਬਿਨਾ ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਰਾਇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਹੀ ਹੋ। ਯਾਨੀ ਡੇਟਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਚਾਰ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਖੇਤੀਬਾੜੀ, ਉਪਭੋਗਤਾ ਮੁੱਲ, ਸੂਚਕ ਅੰਕ , ਘਰੇਲੂ ਆਮਦਨ, ਬਜ਼ਾਰ ਮੁੱਲ, ਉਤਪਾਦਨ, ਮਹਿੰਗਾਈ, ਸਿਹਤ ਆਦਿ ਵਿਸ਼ਿਆਂ 'ਤੇ ਸਰਵੇਖਣ ਕਰਵਾਉਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਲਈ ਕੇਂਦਰੀ ਅੰਕੜਾ ਵਿਗਿਆਨ ਮੰਤਰਾਲਾ ਹੀ ਅੰਕੜੇ ਜੁਟਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅੰਕੜਾ ਦਫ਼ਤਰ (ਐੱਨਐੱਸਓ) ਦਾ ਭਾਰਤੀ ਅੰਕੜਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਨਮੂਨਾ ਸਰਵੇਖਣ ਦਾ ਇੱਕ ਗੌਰਵਸ਼ਾਲੀ ਇਤਿਹਾਸ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਨੀਤੀ ਨਿਰਧਾਰਣ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਯੋਗਦਾਨ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਸੈਂਪਲ ਸਰਵੇ ਆਰਗੇਨਾਈਜੇਸ਼ਨ (ਐੱਨਐੱਸਐੱਸਓ) ਨੇ ਹੁਣ ਤੱਕ ਵਿਭਿੰਨ ਸਮਾਜਿਕ-ਆਰਥਿਕ ਵਿਸ਼ਿਆਂ 'ਤੇ ਸੈਂਪਲ ਸਰਵੇਖਣ ਦੇ 78 ਰਾਊਂਡ ਪੂਰੇ ਕਰ ਲਏ ਹਨ।

ਅੰਕੜਾ ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਜਨਕ ਮਹਾਲਨੋਬਿਸ

ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਜਿਹੇ ਵਿਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਰੁਚੀ ਨਾ ਰੱਖਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਵੀ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਤ ਚੰਦਰ ਮਹਾਲਨੋਬਿਸ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਅਜਿਹੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਸਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਦੂਰਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨਾਲ ਭਾਰਤੀ ਉਪ ਮਹਾਦੀਪ ਨੂੰ ਅੰਕੜਿਆਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਇਆ ਸੀ। ਅੰਕੜਿਆਂ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ, ਧਿਆਨ ਅਤੇ ਅਪਲਾਇਡ ਰਿਸਰਚ ਅੱਜ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਚਲ ਰਹੀ ਆਧੁਨਿਕ ਸਰਕਾਰੀ ਅੰਕੜਾ ਵਿਵਸਥਾ ਦਾ ਅਧਾਰ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਜਨਕ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪ੍ਰੋ. ਮਹਾਲਨੋਬਿਸ। ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਟੀਚਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜਨਮ ਦਿਨ 'ਤੇ ਹਰ ਸਾਲ ਮਨਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅੰਕੜਾ ਵਿਗਿਆਨ ਦਿਵਸ ਦੇ ਆਯੋਜਨਾਂ ਨਾਲ ਸਮਾਜਿਕ-ਆਰਥਿਕ ਯੋਜਨਾ ਨਿਰਮਾਣ ਅਤੇ ਨੀਤੀ ਨਿਰਮਾਣ ਵਿੱਚ ਅੰਕੜਿਆਂ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਬਾਰੇ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਪੀੜ੍ਹੀ ਵਿੱਚ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਧਾਉਣਾ ਹੈ।

ਸਰਕਾਰ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਨੀਤੀਆਂ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਇੱਕ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਅਧਿਐਨ ਅਤੇ ਅਧਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਰਵੇਖਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਉਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਅੰਕੜੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅੰਕੜਾ ਵਿਧੀਆਂ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅੰਕੜਿਆਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਕੇ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਕੋਲਡ ਸਟੋਰੇਜ ਦੀ

ਮਹਾਲਨੋਬਿਸ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿੱਚ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅੰਕੜਾ ਵਿਗਿਆਨ ਦਿਵਸ

- **ਉੱਘੇ ਅੰਕੜਾ ਵਿਗਿਆਨੀ ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਤ ਚੰਦਰ ਮਹਾਲਨੋਬਿਸ ਦੇ ਜਨਮ ਦਿਨ 'ਤੇ 2007 ਤੋਂ ਹਰ ਵਰ੍ਹੇ 29 ਜੂਨ ਦਾ ਦਿਨ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅੰਕੜਾ ਵਿਗਿਆਨ ਦਿਵਸ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮਨਾਉਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।**

- **ਪੀ ਸੀ ਮਹਾਲਨੋਬਿਸ ਦਾ ਜਨਮ 29 ਜੂਨ, 1893 ਨੂੰ ਕੋਲਕਾਤਾ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੋਲਕਾਤਾ ਦੇ ਪ੍ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸੀ ਕਾਲਜ ਤੋਂ ਫਿਜ਼ਿਕਸ ਵਿੱਚ ਆਨਰਸ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਉਚੇਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਲਈ ਲੰਦਨ ਚਲੇ ਗਏ।**
- **ਮਹਾਲਨੋਬਿਸ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਵਿਕਸਿਤ ਸੈਂਪਲ ਸਰਵੇ ਦੇ ਲਈ ਯਾਦ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਧੀ ਦੇ ਤਹਿਤ ਕਿਸੇ ਵੱਡੇ ਜਨਸਮੂਹ ਤੋਂ ਲਏ ਗਏ ਨਮੂਨੇ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਸ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਅਕਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।**
- **ਮਹਾਲਨੋਬਿਸ ਨੇ ਇਸ ਵਿਧੀ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਇੱਕ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਭੂ-ਭਾਗ 'ਤੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਜੂਟ ਦੀ ਫਸਲ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਨਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਦੱਸਿਆ ਸੀ ਕਿ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਤਪਾਦਨ ਨੂੰ ਵਧਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।**

ਲਗਾਤਾਰ ਚਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਡੇਟਾ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਦਾ ਚੱਕਰ...

ਪਹਿਲਾਂ 10 ਸਾਲ ਦਾ ਚੱਕਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੁੰਦਾ ਸੀ-

1. ਉਪਭੋਗਤਾ ਖਰਚ, ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਅਤੇ ਬੇਰੋਜ਼ਗਾਰੀ-ਦੋ ਵਾਰ
2. ਸਮਾਜਿਕ ਉਪਭੋਗ (ਸਿਹਤ, ਸਿੱਖਿਆ ਆਦਿ)- ਦੋ ਵਾਰ
3. ਅਸੰਗਠਿਤ ਨਿਰਮਾਣ- ਦੋ ਵਾਰ
4. ਅਸੰਗਠਿਤ ਸੇਵਾਵਾਂ- ਦੋ ਵਾਰ
5. ਜ਼ਮੀਨ ਅਤੇ ਪਸ਼ੂਧਨ-ਇੱਕ ਵਾਰ
6. ਓਪਨ ਰਾਊਂਡ- ਇੱਕ ਵਾਰ
7. ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਰਵੇ
8. ਸਲਾਨਾ ਉਪਭੋਗਤਾ ਖਰਚ, ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਅਤੇ ਬੇਰੋਜ਼ਗਾਰੀ ਸਰਵੇ

ਹੁਣ ਤਕਨੀਕ ਅਧਾਰਿਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਉਪਯੋਗ...

ਹੁਣ ਐੱਨਐੱਸਓ ਸਲਾਨਾ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਸਰਵੇਖਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਪ੍ਰੈਲ 2017 ਤੋਂ ਇਸ ਲਈ ਐੱਨਐੱਸਐੱਸਓ ਨੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਅਸਿਸਟੇਡ ਪਰਸਨਲ ਇੰਟਰਵਿਊ (ਸੀਏਪੀਆਈ) ਤਕਨੀਕ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਇਲਾਵਾ, ਅਨਿਗਮਿਤ ਖੇਤਰ ਦੇ ਉੱਦਮਾਂ ਦੇ ਸਲਾਨਾ ਸਰਵੇਖਣ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਉਪਯੋਗ ਸਰਵੇ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਖੇਤਰ ਦਾ ਸਲਾਨਾ ਸਰਵੇਖਣ ਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਰਵੇਖਣਾਂ ਲਈ ਹੁਣ ਤਕਨੀਕ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਜਾਂ ਫਿਰ ਗ਼ਰੀਬਾਂ ਨੂੰ ਪੱਕੇ ਆਵਾਸ, ਸੜਕ, ਸਿਹਤ, ਸਿੱਖਿਆ ਜਿਹੀਆਂ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਪਹੁੰਚਾਉਣੀਆਂ ਹਨ। ਸਹੀ ਅੰਕੜੇ ਮਿਲਣਗੇ ਤਾਂ ਬਿਹਤਰ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਈ ਜਾ ਸਕੇਗੀ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਪੂਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਜ਼ਮੀਨੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਅੰਕੜੇ ਜੁਟਾਉਣ ਵਾਲੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਜੋਧਿਆਂ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਸਭ ਤੋਂ ਅਹਿਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਡੇਟਾ ਵਾਰੀਅਰਸ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਮਾਜਿਕ-ਆਰਥਿਕ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਅਤੇ ਨੀਤੀ ਨਿਰਮਾਣ ਵਿੱਚ ਅੰਕੜਿਆਂ ਦੀ ਕਾਫ਼ੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਡੇਟਾ ਉਪਲਬਧ ਕਰਨਾ ਬੇਹੱਦ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਜੇਕਰ ਡੇਟਾ ਗਲਤ ਮਿਲੇਗਾ ਤਾਂ ਨਤੀਜੇ ਭਰਮਾਉਣ ਵਾਲੇ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਉਸ ਖੇਤਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲਈ ਨੀਤੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਉਲਝਣ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਲਈ ਡੇਟਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਦੇ ਲਈ ਖੇਤਰੀ ਜਾਂਚਕਰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਥਾਨਕ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਅਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਡੇਟਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨਾ

ਅੰਕੜੇ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨਾ ਸਹਿਜ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਹਰ ਮੌਸਮ ਵਿੱਚ ਡੇਟਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਦੂਰ-ਦਰਾਡੇ ਆਦਿਵਾਸੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪਗਡੰਡੀਆਂ ਦੇ ਸਹਾਰੇ ਪਿੰਡ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹਰ ਮੌਸਮ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਫਿਰ ਉੱਥੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਭਰੋਸੇ ਵਿੱਚ ਲੈ ਕੇ ਸਹੀ ਅੰਕੜੇ ਲਿਆਉਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਇੱਕ ਅਧਿਕਾਰੀ ਆਪਣਾ ਅਨੁਭਵ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਦੱਸਦੇ ਹਨ, ''ਮੈਨੂੰ ਯਾਦ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਅੰਡੇਮਾਨ ਨਿਕੋਬਾਰ ਵਿੱਚ ਸੀ, ਉੱਥੇ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਛੋਟੇ ਦ੍ਵੀਪ ਚੁਣੇ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਅਜਿਹੇ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਸਰਵੇਖਣ ਕਰਨਾ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਸੀ। ਸਾਡੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਜਹਾਜ਼ 'ਚ ਜਾਂਦੇ ਸਨ, ਲੇਕਿਨ ਇਹ ਜਹਾਜ਼ ਇੱਕ ਕਿਨਾਰੇ 'ਤੇ ਰੁਕ ਜਾਂਦੇ ਸਨ ਅਤੇ ਫਿਰ ਪੌੜੀ ਜ਼ਰੀਏ ਛੋਟੀ ਕਿਸ਼ਤੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਦ੍ਵੀਪ ਤੱਕ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਫਿਰ ਉੱਥੇ ਕੁਝ ਦਿਨ ਰਹਿ ਕੇ ਡੇਟਾ ਲੈ ਕੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਡੇਟਾ ਵਾਰੀਅਰ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਆਪਣੀ ਜਾਨ ਜੋਖ਼ਿਮ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਲਈ।''

ਕਈ ਵਾਰ ਲੋਕ ਅਜਿਹੇ ਸਰਵੇਖਣ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਵਿਵਹਾਰ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਇੱਕ ਡੇਟਾ ਵਾਰੀਅਰ ਦੱਸਦੇ ਹਨ, ''ਕਈ ਵਾਰ ਸੂਚਨਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਕਠੋਰ ਰੁਖ਼ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਲੇਕਿਨ ਇਸ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਆਤਮਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਮਜ਼ੋਰ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਲਈ ਅਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਸਾਡੇ ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਰੋੜਾ ਨਹੀਂ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ।''

ਆਰਥਿਕ ਗਣਨਾ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾਲ ਸਰਕਾਰ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਆਰਥਿਕ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਫੈਸਲੇ ਲੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਮੇਦਾਰੀ ਨਿਭਾਓ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਗਣਨਾ ਵਿੱਚ ਸਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਓ। ●

ਹੂਲ ਦਿਵਸ

ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੀ ਜਨਕ੍ਰਾਂਤੀ

200 ਸਾਲ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸ਼ਾਸਨ ਦੀ ਹਕੂਮਤ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੱਤਿਆਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਇਹ ਆਜ਼ਾਦੀ ਸਾਨੂੰ ਸੌਖੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ। ਇਸ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਇੱਕ ਲੰਬਾ ਇਤਿਹਾਸ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਣਗਿਣਤ ਬਲੀਦਾਨਾਂ ਦਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ ਪਾਣੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਹਾਇਆ ਗਿਆ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਈ ਬਲੀਦਾਨੀ ਅਜਿਹੇ ਵੀ ਸਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨਾਮ ਸੁਨਹਿਰੇ ਅੱਖਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਕਈ ਅਜਿਹੇ ਕਿੱਸੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਪੰਨਿਆਂ ਦੇ ਹੇਠ ਦਫ਼ਨ ਹੋ ਗਏ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਕੇ ਲੋਕ ਦੰਦਾਂ ਹੇਠ ਉਂਗਲੀਆਂ ਦਬਾ ਲੈਣਗੇ...

ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਲੜਾਈ 1857 ਵਿੱਚ ਲੜੀ ਗਈ, ਲੇਕਿਨ ਇਸ ਤੋਂ ਦੋ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ 30 ਜੂਨ 1855 ਵਿੱਚ ਵੀ ਇੱਕ ਲੜਾਈ ਲੜੀ ਗਈ ਸੀ। ਆਪਣੇ ਹੱਕ ਲਈ ਇਹ ਲੜਾਈ ਲੜੀ ਸੀ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੰਥਾਲ ਆਦਿਵਾਸੀਆਂ ਨੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਹੀ ਹੁਣ ਝਾਰਖੰਡ ਦਾ ਇਹ ਇਲਾਕਾ ਸੰਥਾਲ ਪਰਗਨਾ ਕਹਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਸੰਥਾਲ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਹੂਲ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ 'ਵਿਦਰੋਹ' ਅਤੇ ਇਸ ਲਈ ਉਦੋਂ ਤੋਂ ਹਰ ਸਾਲ 30 ਜੂਨ ਨੂੰ ਹੂਲ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਇੱਕ ਵਿਡੰਬਨਾ ਹੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਸੰਥਾਲ ਵਿਦਰੋਹ ਨੂੰ ਕਾਰਲ ਮਾਰਕਸ ਨੇ ਆਪਣੀ ਕਿਤਾਬ 'ਨੋਟਸ ਔਨ ਇੰਡੀਅਨ ਹਿਸਟਰੀ' ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਸੰਗਠਿਤ 'ਜਨਕ੍ਰਾਂਤੀ'ਕਿਹਾ, ਉਸ ਨੂੰ ਭਾਰਤ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਨੇ ਲਗਭਗ ਭੁਲਾ ਹੀ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਇਸ ਲਈ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਮਹੋਤਸਵ ਦੀ ਇਸ ਸੀਰੀਜ਼ ਵਿੱਚ ਅੱਜ ਗੱਲ ਸੰਥਾਲ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਨਾਇਕ ਚਾਰ ਭਰਾਵਾਂ ਸਿੱਧੋ-ਕਾਨਹੂ, ਚਾਂਦ-ਭੈਰਵ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆ ਦੋ ਭੈਣਾਂ ਫੂਲੋ ਅਤੇ ਝਾਨੋ ਦੀ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰੇਂਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ, ''ਹੂਲ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਜਿਸ ਸਾਹਸ ਅਤੇ ਪਰਾਕ੍ਰਮ ਨਾਲ ਸਿੱਧੋ-ਕਾਨਹੂ, ਚਾਂਦ-ਭੈਰਵ ਅਤੇ ਫੂਲੋ-ਝਾਨੋ ਸਮੇਤ ਤਮਾਮ ਵੀਰ-ਵੀਰਾਂਗਣਾਂ ਨੇ ਕੀਤੀ, ਉਸ ਨਾਲ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਹਕੂਮਤ ਵਿੱਚ ਖਲਬਲੀ ਮਚ ਗਈ ਸੀ। ਇਸ ਵਿਦਰੋਹ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਆਦਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜਾਨ ਗਵਾਉਣੀ ਪਈ ਸੀ, ਲੇਕਿਨ ਉਹ ਅਨਿਆਂ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਝੁਕੇ।"

ਸਿੱਧੋ-ਕਾਨਹੂ, ਚਾਂਦ ਅਤੇ ਭੈਰਵ

ਭਾਈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵੀਰ ਗਾਥਾ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਇਤਿਹਾਸਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਕਰਨਾ ਪਿਆ

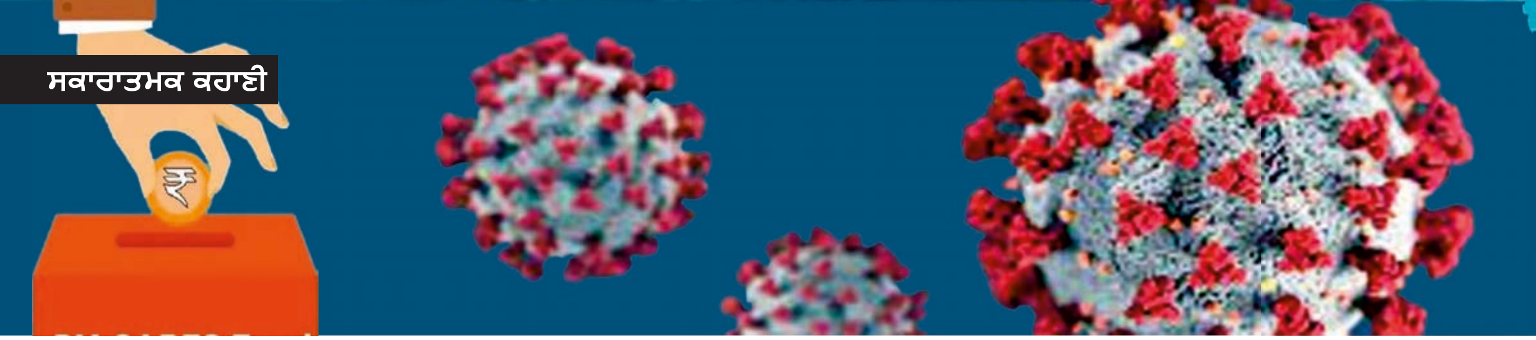
ਝਾਰਖੰਡ ਦਾ ਇਲਾਕਾ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਖਣਿਜ ਅਤੇ ਵਣ ਸੰਪਦਾ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਵਾਕਿਆ ਹੈ 1855 ਦਾ, ਉਦੋਂ ਇਹ ਇਲਾਕਾ ਬੰਗਾਲ ਪ੍ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸੀ ਤਹਿਤ ਆਉਂਦਾ ਸੀ। ਝਾਰਖੰਡ ਦੇ ਇਸ ਦੂਰਗਾਮੀ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਆਦਿਵਾਸੀ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਪੂਰੀ ਵਿਵਸਥਾ ਵਸਤੂ ਲੈਣ-ਦੇਣ 'ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਸੀ। ਈਸਟ ਇੰਡੀਆ ਕੰਪਨੀ ਇੱਥੇ ਆਈ ਤਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ ਨਕਦ ਪੈਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਗਾਨ ਵਸੂਲਣਾ। ਪੈਸਿਆਂ ਲਈ ਮਹਾਜਨਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੋਏ ਭੋਲੇ-ਭਾਲੇ ਆਦਿਵਾਸੀ ਕਰਜ਼ਾ ਨਹੀਂ ਮੋੜ ਪਾਉਂਦੇ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜ਼ਮੀਨ ਖੋਹ ਕੇ ਜ਼ਿਮੀਂਦਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਲਾਮ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਚਾਰੇ ਭਾਈ ਸਿੱਧੋ-ਕਾਨਹੂ-ਚਾਂਦ ਅਤੇ ਭੈਰਵ ਨੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਦੇ ਇਸ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਆਵਾਜ਼ ਉਠਾਈ। ਨਗਾਰੇ ਅਤੇ ਮਾਂਦਰ ਦੀ ਥਾਪ 'ਤੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਸੂਚਨਾ ਪਹੁੰਚਾਈ ਗਈ। ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੰਚਕਠੀਆ ਵਿੱਚ 30 ਜੂਨ ਦੀ ਰਾਤ ਕਰੀਬ 60,000 ਆਦਿਵਾਸੀ ਨੌਜਵਾਨ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਤੀਰ ਕਮਾਨ, ਦਾਤੀਆਂ, ਭਾਲੇ ਅਤੇ ਫਰਸੇ ਜਿਹੇ ਰਵਾਇਤੀ ਹਥਿਆਰ ਲੈ ਕੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਗਏ। ਸਾਰਿਆਂ

ਫੂਲੋ ਅਤੇ ਝਾਨੋ ਭੈਣਾਂ

ਸੰਥਾਲ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਵਿੱਚ ਦੋ ਭੈਣਾਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਸਨ - ਫੂਲੋ ਅਤੇ ਝਾਨੋ। ਸੰਥਾਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਗੀਤ ਦੀਆਂ ਪੰਕਤੀਆਂ ਹਨ- 'ਫੂਲੋ ਝਾਨੋ ਆਮ ਦੋ ਤੀਰ ਰੇ ਤਲਰਾਰ ਰੇਮ ਸਾਅਕਿਦਾ' ਯਾਨੀ ਫੂਲੋ-ਝਾਨੋ ਤੁਸੀਂ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਤਲਵਾਰ ਉਠਾ ਲਈ।

ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਾਕੁੜ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਸੰਗ੍ਰਾਮਪੁਰ ਵਿੱਚ ਹਨੇਰੇ ਦਾ ਫਾਇਦਾ ਉਠਾ ਕੇ ਦੋਵੇਂ ਭੈਣਾਂ ਨੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਦੇ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਘੁਸ ਕੇ ਕੁਹਾੜੀ ਨਾਲ 21 ਅੰਗਰੇਜ਼ ਸੈਨਿਕਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਇਸ ਸੰਘਰਸ਼ ਦੌਰਾਨ ਲੜਦੇ-ਲੜਦੇ ਦੋਵੇਂ ਭੈਣਾਂ ਸ਼ਹੀਦ ਹੋ ਗਈਆਂ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਵੀਰਤਾ ਦੀ ਅਮਰ ਗਾਥਾ ਲਿਖ ਗਈਆਂ। ਫੂਲੋ ਅਤੇ ਝਾਨੋ ਨੇ ਸੰਥਾਲ ਹੂਲ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਆਪਣੇ ਭਰਾਵਾਂ ਸਿੱਧੋ, ਕਾਨਹੂ, ਚਾਂਦ ਅਤੇ ਭੈਰਵ ਦੇ ਕਦਮ ਨਾਲ ਕਦਮ ਮਿਲਾ ਕੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਲੜਾਈ ਲੜੀ ਸੀ। ਜਿੱਥੇ ਭਰਾਵਾਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਨੇ ਵਿਦਰੋਹ ਨੂੰ ਹੌਸਲਾ ਦਿੱਤਾ, ਉੱਥੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਵੇਂ ਭੈਣਾਂ ਨੇ ਹੂਲ ਦੇ ਮੂਲ ਉਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਜਨ-ਜਨ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਹੂਲ ਦੇ ਸੰਦੇਸ਼ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਖੁਆ ਦੀ ਟਾਹਣੀ ਲੈ ਕੇ ਜੰਗਲ-ਪਹਾੜਾਂ ਵਿੱਚ ਨਦੀ-ਨਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਰ ਕੀਤਾ, ਹੂਲ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰਤ ਤੋਂ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵਾਕਿਫ਼ ਕਰਵਾਇਆ। ਦੋਵੇਂ ਬਹਾਦਰ ਭੈਣਾਂ ਨੇ ਹੂਲ ਦੀ ਅੱਗ ਨੂੰ ਭੋਗਨਾਡੀਹ ਪਿੰਡ ਤੋਂ ਸਮੁੱਚੇ ਰਾਜਮਹਲ ਦੀਆਂ ਪਹਾੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲਾ ਦਿੱਤਾ ਜਿਸ ਦੀ ਆਂਚ ਈਸਟ ਇੰਡੀਆ ਕੰਪਨੀ ਦੇ ਹੈੱਡਕੁਆਰਟਰ ਕਲਕੱਤਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਗਈ ਸੀ। ਸੰਥਾਲੀ ਲੋਕ ਗੀਤਾਂ ਅਤੇ ਕਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅੱਜ ਵੀ ਫੂਲੋ ਅਤੇ ਝਾਨੋ ਨੂੰ ਸਨਮਾਨ ਨਾਲ ਯਾਦ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, 'ਆਮ ਦੋ ਲੱਟੂ ਬੋਧਯਾ ਖੋਅਲਹਾਰੇ ਬਹਾਦੁਰੀ ਉਦੁਕੇਦਾ'ਯਾਨੀ ਤੁਸੀਂ ਵੱਡੇ ਭਰਾਵਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਵਧ ਕੇ ਬਹਾਦਰ ਨਿਕਲੀਆਂ।

ਨੇ ਆਪਣੀ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਲਿਆ। ਇਸ ਵਿਦਰੋਹ ਦੀ ਖ਼ਬਰ ਅੱਗ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਗਈ ਅਤੇ ਯੁੱਧ ਵਿਆਪਕ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਫੈਲ ਗਿਆ। ਝਾਰਖੰਡ ਦੇ ਪਾਕੁੜ ਪ੍ਰਮੰਡਲ ਦੇ ਇਲਾਵਾ ਬੰਗਾਲ ਦਾ ਮੁਰਸ਼ਿਦਾਬਾਦ ਅਤੇ ਪੁਰੂਲਿਆ ਇਲਾਕਾ ਵੀ ਇਸ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵਿੱਚ ਆ ਗਿਆ। ਹਾਲਾਂਕਿ 9 ਜੁਲਾਈ ਨੂੰ ਚਾਂਦ ਅਤੇ ਭੈਰਵ ਮਾਰੇ ਗਏ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਦੀ ਰਣਨੀਤੀ 'ਤੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ 26 ਜੁਲਾਈ 1855 ਦੀ ਰਾਤ ਜਦੋਂ ਸਿੱਧੋ-ਕਾਨਹੂ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਆਏ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਮੁਖ਼ਬਰੀ 'ਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਸਿਪਾਹੀਆਂ ਨੇ ਅਚਾਨਕ ਹਮਲਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਦੋਵੇਂ ਭਰਾਵਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰ ਲਿਆ। ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾ ਨੂੰ ਘੋੜੇ ਨਾਲ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਘਸੀਟਦੇ ਹੋਏ ਪੰਚਕਠੀਆ ਲਿਜਾਇਆ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉੱਥੇ ਬਰਗਦ ਦੇ ਇੱਕ ਰੁੱਖ ਨਾਲ ਲਟਕਾ ਕੇ ਫਾਂਸੀ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਗਈ। ਸੰਥਾਲ ਹੂਲ ਦਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਨੇ ਨਿਰਦਈ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦਮਨ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ 20 ਹਜ਼ਾਰ ਆਦਿਵਾਸੀ ਮਾਰੇ ਗਏ। 'ਅਬੂਆ ਰਾਜ', 'ਕਰੋ ਜਾਂ ਮਰੋ', 'ਅੰਗਰੇਜ਼ੋ ਸਾਡੀ ਮਿੱਟੀ ਛੱਡੋ', 'ਅਸੀਂ ਖੇਤ ਬਣਾਏ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਸਾਡੇ ਹਨ...' ਜਿਹੇ ਨਾਅਰੇ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਆਦਿਵਾਸੀਆਂ ਨੇ ਆਪਣਾ ਬਲੀਦਾਨ ਦਿੱਤਾ। ਅੰਗਰੇਜ਼ ਇਤਿਹਾਸਕਾਰ ਹੰਟਰ ਨੇ ਲਿਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਆਦਿਵਾਸੀਆਂ ਦੇ ਇਸ ਬਲੀਦਾਨ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਕੋਈ ਵੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਸਿਪਾਹੀ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਜੋ ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਨਾ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ। ●



ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਜਨਸੇਵਾ ਬਣਿਆ 'ਪਰਮੋ ਧਰਮ:'

ਕੋਵਿਡ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਨੌਜਵਾਨ ਹੋਣ ਜਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗ, ਜੀਵਨ ਦੀ ਇਸ ਜੰਗ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਬਣ ਰਹੇ ਹਨ। ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ 85% ਦਿੱਵਯਾਂਗ ਸੰਤ ਸਿੰਘ ਚੌਹਾਨ ਆਪਣੀ ਤਨਖ਼ਾਹ ਦਾ 30% ਹਿੱਸਾ ਪੀਐੱਮ ਕੇਅਰਸ ਫੰਡ ਵਿੱਚ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਰਨਾਟਕ ਦੇ ਕਲਬੁਰਗੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਡਾ. ਮਲਹਾਰ ਰਾਓ ਮੱਲੇ 20 ਰੁਪਏ ਵਿੱਚ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਗ਼ਰੀਬਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ...

ਦਿੱਵਯਾਂਗ ਕਰਮਚਾਰੀ ਚੌਹਾਨ ਜੋ ਦਿੰਦੇ ਹਨ 30% ਸੈਲਰੀ ਕੋਵਿਡ ਦੀ ਲੜਾਈ ਵਿੱਚ

ਜਦੋਂ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਕੋਵਿਡ ਦੀ ਆਪਦਾ ਆਈ ਤਾਂ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਸਿਖਰਲੇ ਪੱਧਰ ਤੋਂ ਸਾਂਸਦਾਂ-ਵਿਧਾਇਕਾਂ ਦੀ ਤਨਖ਼ਾਹ ਵਿੱਚ 30 ਫੀਸਦੀ ਕਟੌਤੀ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ, ਲੇਕਿਨ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਇਸ ਪ੍ਰਯਤਨ ਵਿੱਚ

ਜਨਤਾ ਵੀ ਨਾਲ ਖੜ੍ਹੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਦੇ ਨਜ਼ੀਰ ਬਣੇ ਹਨ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਏਮਸ ਵਿੱਚ ਤੈਨਾਤ ਸੰਤ ਦੇਵ ਸਿੰਘ ਚੌਹਾਨ। ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ 85% ਦਿੱਵਯਾਂਗ ਚੌਹਾਨ ਦਾ ਕੋਵਿਡ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਸਵੈਇੱਛੁਕ ਯੋਗਦਾਨ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾਯੋਗ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਤਨਖ਼ਾਹ ਦਾ 30% ਹਿੱਸਾ ਪੀਐੱਮ ਕੇਅਰਸ ਫੰਡ ਵਿੱਚ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਮੂਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਮਊ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਬਹਾਦੁਰਪੁਰ ਪਿੰਡ ਦੇ ਨਿਵਾਸੀ ਚੌਹਾਨ ਕਰੀਬ 25 ਸਾਲ ਤੋਂ ਏਮਸ ਵਿੱਚ ਤੈਨਾਤ ਹਨ ਅਤੇ ਗਰੁੱਪ ਸੀ ਵਰਗ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹਨ। ਕੋਰੋਨਾ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਲਹਿਰ ਦੌਰਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਮਾਰਚ 2020 ਤੋਂ ਫਰਵਰੀ 2021 ਤੱਕ ਆਪਣੀ ਤਨਖ਼ਾਹ ਦਾ 30% ਹਿੱਸਾ ਪੀਐੱਮ ਕੇਅਰਸ ਫੰਡ ਵਿੱਚ ਦੇ ਦਿੱਤਾ। ਹੁਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਫਿਰ ਤੋਂ ਅਪ੍ਰੈਲ 2021 ਤੋਂ ਮਾਰਚ 2022 ਤੱਕ ਆਪਣੀ ਤਨਖ਼ਾਹ ਦਾ 30% ਹਿੱਸਾ ਪੀਐੱਮ ਕੇਅਰਸ ਫੰਡ ਨੂੰ ਦੇਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਲਿਆ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਘੱਟ ਪੈਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਕਰਨ ਦੇ ਸਵਾਲ 'ਤੇ ਚੌਹਾਨ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, "ਅਸੀਂ ਸਾਦਾ ਜੀਵਨ ਜਿਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਪੈਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਾਡਾ ਗੁਜਾਰਾ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੋਵਿਡ ਪੀੜਤਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕੇ ਅਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੀ ਸੇਵਾ ਹੋ ਸਕੇ ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਤਨਖ਼ਾਹ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ ਪੀਐੱਮ ਕੇਅਰਸ ਫੰਡ ਵਿੱਚ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹਾਂ।" ●

ਗ਼ਰੀਬਾਂ ਦੇ ਮਸੀਹਾ 75 ਸਾਲਾ ਡਾ. ਮਲਹਾਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ '20 ਰੁਪਏ ਵਾਲਾ ਡਾਕਟਰ'

ਭਗਵਦ ਗੀਤਾ ਦਾ ਸਲੋਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮੂਲ ਮੰਤਰ ਹੈ। ਦਰਅਸਲ, ਮਹਿੰਗਾ ਇਲਾਜ ਗ਼ਰੀਬਾਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦੂਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਵਿੱਚ ਡਾਕਟਰ ਕਿਸੇ ਮਸੀਹਾ ਤੋਂ ਘਟ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਜੋ ਘੱਟ ਫੀਸ ਵਿੱਚ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹਨ। ਕਰਨਾਟਕ ਦੇ ਕਲਬੁਰਗੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਡਾ. ਮਲਹਾਰ ਰਾਓ ਮੱਲੇ ਅਜਿਹੇ ਹੀ ਇੱਕ 'ਮਸੀਹਾ' ਹਨ ਜੋ ਸਿਰਫ਼ 20 ਰੁਪਏ ਵਿੱਚ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਅਕਤੂਬਰ ਤੱਕ ਉਹ ਆਪਣੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਸਿਰਫ਼ 10 ਰੁਪਏ ਹੀ ਫੀਸ ਲੈਂਦੇ ਸਨ। ਡਾ. ਮਲਹਾਰ ਨੇ 1974 ਵਿੱਚ ਐੱਮਬੀਬੀਐੱਸ ਦੀ ਡਿਗਰੀ ਲੈ ਕੇ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ, ਉਦੋਂ ਭਗਵਦ ਗੀਤਾ ਦੇ ਇੱਕ ਸਲੋਕ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮੂਲ ਮੰਤਰ ਬਣਾ ਲਿਆ। ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਉਹ ਆਪਣੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਸਿਰਫ਼ 3 ਰੁਪਏ ਹੀ ਫੀਸ ਲੈਂਦੇ ਸਨ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਜਦੋਂ ਮਹਿੰਗਾਈ ਵਧ ਗਈ ਤਾਂ ਮਜਬੂਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੀ ਫੀਸ ਵਧਾਉਣੀ ਪਈ ਅਤੇ ਉਹ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ 10 ਰੁਪਏ ਫੀਸ ਲੈਣ ਲਗ ਗਏ। ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਪੂਰਾ ਦਿਨ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਸਨ, ਲੇਕਿਨ ਵਧਦੀ ਉਮਰ ਅਤੇ 75 ਸਾਲ ਦੇ ਹੋਣ ਜਾਣ ਕਾਰਨ ਹੁਣ ਉਹ ਕੁਝ ਘੰਟੇ ਹੀ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਹੁਣ ਤੱਕ 142 ਖ਼ੂਨ ਦਾਨ ਕੈਂਪ ਅਤੇ 62 ਹੈਲਥ ਕੈਂਪ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੇ ਹਨ। ●

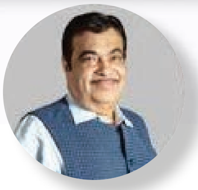
Narendra Modi
हमें अभी एक लंबी लड़ाई लड़नी है। बनारस और पूर्वांचल के ग्रामीण इलाकों पर भी बहुत ध्यान देना है।

'जहां बीमार वहीं उपचार', इस सिद्धांत पर माइक्रो-कंटेनमेंट जोन बनाकर जिस तरह शहर एवं गांवों में घर-घर दवाएं बांटी जा रही हैं, यह बहुत अच्छी पहल है। इस अभियान को और व्यापक करना है।

Rajnath Singh @rajnathsingh ·
सबका साथ, सबका विकास और सबका विश्वास के मंत्र के साथ काम करने के लिए प्रधानमंत्रीजी को अत्यंत साधुवाद।

कोरोना संकट के दौरान भी वे संयम, संवेदनशीलता और समर्पण के साथ काम कर रहे हैं। हम सब मिल कर सेवाभाव के साथ प्रधानमंत्रीजी के 'नए भारत' के संकल्प को पूरा करेंगे।
#7YearsOfSeva

Amit Shah
विगत 7 साल से देश की जनता ने मोदी जी की सेवा और समर्पण पर निरंतर अपना अटूट विश्वास जताया है, जिसके लिए मैं देशवासियों को नमन करता हूँ। मुझे पूर्ण विश्वास है कि मोदी जी के दूरदर्शी नेतृत्व में हम हर चुनौती पर विजय प्राप्त कर भारत की विकासयात्रा को अविरल जारी रखेंगे।
#7YearsOfSeva
890 3,174 15.7K



Nitin Gadkari @nitin_gadkari · 3d
पिछले 7 सालों में देश ने सुरक्षा, स्वास्थ्य, शिक्षा, इन्फ्रास्ट्रक्चर, बिजली, स्वच्छता से लेकर अन्यान्य क्षेत्रों में तेज़ विकास देखा है। गरीब, किसान और वंचित के सशक्तिकरण का हर संभव प्रयास किया गया है।
#7YearsOfSeva

Mukhtar Abbas Naqvi
लाखों दस्तकारों, शिल्पकारों, कलाकारों को रोजगार-रोजगार के अवसर मुहैया कराने वाले #हुनरहाट का अगस्त के अंतिम सप्ताह से देश भर में आयोजन होगा। आजादी की 75वी वर्षगांठ "अमृत महोत्सव" के अवसर पर #हुनरहाट की थीम "स्वदेशी एवं स्वावलम्बन" होगी। @hunarhaat

Pralhad Joshi @JoshiPralhad ·
PM @narendramodi ji has always emphasised on unleashing the business potential of the nation. Upon becoming the PM of the country, he has led several changes in policies to boost #EaseOfDoingBusiness. As a result, the country received billions $ investments even during Covid.

प्रधानमंत्री ने कहा, चिकित्सकीय ऑक्सीजन का उत्पादन 10 गुना बढ़ा

पहली लहर में जीता, दूसरी में भी जीतेगा भारत : मोदी

मन की बात की 77वी कड़ी
1- केंद्र, राज्य सरकारें और स्थानीय प्रशासन सभी एक साथ मिलकर कोविड आपदा का सामना करने में जुटे।
2- महामारी की शुरुआत मे भारत में मात्र एक जांच प्रयोगशाला, अब ढाई हजार से ज्यादा प्रयोगशालाएं।
3- अबतक देश में 33 करोड़ से ज्यादा लोगों की जांच हो चुकी है।
4- सरकार के सात साल पूरे, कई कठिन परीक्षाओं मे मजबूत होकर निकले।
5- देश के अनेक पुराने विवाद पूरी शांति ...

जनसत्ता ब्यूरो
नई दिल्ली, 30 मई।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने रविवार को कहा कि देश ने कोविड-19 की पहली लहर के खिलाफ पूरे हौसले से लड़ाई लड़ी थी और अब दूसरी लहर में भी वह मजबूती से उसका मुकाबला कर रहा है। मास्क, उचित दूरी का पालन और टीकाकरण को बचाव का सही उपाय बताते हुए उन्होंने विश्वास जताया कि भारत इस बार भी महामारी पर विजय हासिल करेगा।

केंद्र में भाजपा नीत सरकार की सातवीं वर्षगांठ पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने रविवार को राष्ट्रीय सुरक्षा और विकास से संबंधित विभिन्न पहलुओं पर उठाए गए कदमों का उल्लेख किया और कहा कि सात साल में भारत ने किसी के दबाव में आए बगैर अपने ... और देश के खिलाफ ...

दिया। आकाशवाणी पर अपने मासिक रेडियो कार्यक्रम 'मन की बात' की 77वीं कड़ी में प्रधानमंत्री ने कहा कि भारत जहां कोरोना के खिलाफ जंग लड़ रहा है वहीं हाल के दिनों में उसे विभिन्न प्राकृतिक आपदाओं का भी सामना

बाकी पेज 8 पर

पीएम ने की तैयारियों की समीक्षा

नई दिल्ली (एसएनबी)। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने चक्रवात 'यास' से निपटने के लिए रविवार को एक उच्चस्तरीय बैठक में राज्यों एवं केंद्र सरकार की एजेंसियों की तैयारियों की समीक्षा की। इस दौरान उन्होंने समुद्री गतिविधियों में शामिल लोगों को समय से सुरक्षित स्थानों पर पहुंचाने के निर्देश दिए।

पीएमओ ने एक बयान में बताया कि मोदी ने अधिकारियों से राज्यों के साथ करीबी समन्वय स्थापित कर काम करने को कहा ताकि अत्यधिक जोखिम वाले इलाकों से लोगों को सुरक्षित बाहर निकाला जा सके। उन्होंने यह सुनिश्चित करने पर जोर दिया कि विद्युत आपूर्ति या संचार नेटवर्क बाधित होने पर उसे तेजी से दुरुस्त किया जाए।

मोदी ने अधिकारियों को निर्देश दिया कि वे यह सुनिश्चित करने के लिए राज्य सरकारों के साथ उचित समन्वय स्थापित करें और योजना बनाएं कि अस्पतालों में कोविड-19 उपचार एवं टीकाकरण बाधित नहीं हो। पीएमओ ने बताया कि मोदी ने तटीय समुदायों एवं उद्योगों जैसे विभिन्न हितधारकों को बचाव प्रयासों में शामिल करने का आह्वान किया। पीएमओ ने बताया कि मौसम विभाग सभी

यास चक्रवात

- समुद्री गतिविधियों में शामिल लोगों को समय से सुरक्षित स्थानों पर पहुंचाने के दिए निर्देश
- अधिकारियों से राज्यों के साथ करीबी समन्वय स्थापित कर काम करने को कहा

चक्रवाती तूफान की आशंका
भारत मौसम विज्ञान विभाग ने कहा है कि बंगाल की खाड़ी में बने कम दबाव के क्षेत्र के चक्रवाती तूफान 'यास' में बदल... की संभावना है। इसके 26 मई ... पश्चिम बंगाल तथा ओडिशा तट ... पहुंचने एवं इस दौरान हवा की गति 15... से 165 किमी. प्रति घंटा रहने, मूसला... बारिश होने और तटवर्ती जिलों ... तूफान/आंधी आने का अनुमान है।

राज्यों के लिए ताजा जारी पूर्वानुमान के ... नियमित बुलेटिन जारी कर रहा है। इस... कि गृह मंत्रालय हालात की समीक्षा कर... और राज्य सरकारों, केंद्रशासित प्रदे... संबंधित केंद्रीय एजेंसियों के संपर्क ... बैठक में केंद्रीय गृह मंत्री अमित शा... मंत्री एवं वरिष्ठ अधिकारी शामिल हु...

मोदी ने साझा किया सरकार के जनहित कदमों का संकलन

नई दिल्ली, प्रेट्र: अपनी सरकार के सात साल पूरे होने पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने रविवार को इन वर्षों में उठाए गए जन हितैषी कदमों का संकलन साझा किया।

'विकास यात्रा' शीर्षक से इस संकलन में कहा गया है कि सरकार द्वारा उठाए गए हर कदम के पीछे सेवा की भावना रही है। कोरोना वायरस महामारी के दौरान संसाधनों के मोबिलाइजेशन ...

'विकास यात्रा' शीर्षक से इस संकलन में कहा गया है कि मोदी सरकार के हर कदम के पीछे सेवा की भावना रही ● फाइल फोटो

प्रधानमंत्री ने कहा, कोरोना को हराने के लिए टीका बेहद जरूरी

सौ साल में दुनिया ने नहीं देखी ऐसी त्रासदी : मोदी

अमर उजाला ब्यूरो

नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कोरोना महामारी को पिछली एक सदी में मानवता पर सबसे बुरा संकट बताया है। बुद्ध पूर्णिमा के अवसर पर संस्कृति मंत्रालय के वेसाक वैश्विक समारोह को संबोधित करते हुए मोदी ने कहा, लोगों ने शताब्दी में ऐसी त्रासदी नहीं देखी। इसने कई लोगों को आघात पहुंचाया है

कहा, वैज्ञानिकों पर गर्व

ब्लैक फंगस रोकें राज्य जल्द दवा मिलेगी: केंद्र

■ विशेष संवाददाता, नई दिल्ली

ब्लैक फंगस (म्यूकर माइकोसिस) के बढ़ते मामलों को देखते हुए केंद्र सरकार ने सभी राज्यों को निर्देश दिया है कि वे इस बीमारी को रोकने के लिए कदम उठाएं। स्वास्थ्य मंत्रालय ने शुक्रवार को कहा, 'सभी राज्य इंफेक्शन रोकने और इससे ...

PTI

यह बात बोलते हुए भावुक हो गए PM
" इस वायरस ने हमारे कई अपनों को हमसे छीना है। मैं उन सभी लोगों को ...

केंद्र का कंट्रोल... कोटे के हिसाब... मिल रही दवा:...
■ विस, नई दिल्ली : ... स्वास्थ्य मंत्री सत्येंद्र जैन ने ...

RNI No.
DELPUN/2020/78808
June: 16-30, 2021

NEW INDIA
SAMACHAR
FORTNIGHTLY

RNI Registered No DELPUN/2020/78808, Delhi
Postal License No DL (S)-1/3544/2020-22
WPP No. U (S)-92/2020-22, posting at BPC, Meghdoot Bhawan,
New Delhi-110001 on 13-17 advance Fortnightly
(Publishing Date-06 June, 2021, Pages-48)

ਵੰਦੇ ਮਾਤਰਮ

ਰਾਸ਼ਟਰਵਾਦ ਦੇ ਰਿਸ਼ੀ

ਜਨਮ: 27 ਜੂਨ 1838
ਦੇਹਾਂਤ: 8 ਅਪ੍ਰੈਲ 1894

ਭਾਰਤ ਦੇ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਸੰਗ੍ਰਾਮ ਵਿੱਚ ਕ੍ਰਾਂਤੀਕਾਰੀਆਂ, ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਸੰਗ੍ਰਾਮ ਸੈਨਾਨੀਆਂ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਹਿਤਕਾਰਾਂ, ਲੇਖਕਾਂ ਅਤੇ ਕਵੀਆਂ ਦਾ ਵੀ ਯੋਗਦਾਨ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਲੇਖਣੀ ਜ਼ਰੀਏ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਦੀ ਇਸ ਲੋਅ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਜਲਾ ਕੇ ਰੱਖਿਆ। ਮਹਾਨ ਸਾਹਿਤਕਾਰ ਬੰਕਿਮ ਚੰਦਰ ਚਟੋਪਾਧਿਆਏ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਲਿਖਿਆ 'ਵੰਦੇ ਮਾਤਰਮ'ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਵਿੱਚ ਗਾਇਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਫਾਂਸੀ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਖ਼ੁਦੀਰਾਮ ਬੋਸ, ਭਗਤ ਸਿੰਘ, ਰਾਜਗੁਰੂ ਅਤੇ ਸੁਖਦੇਵ ਜਿਹੇ ਮਹਾਨ ਬਲੀਦਾਨੀਆਂ ਦੀ ਜ਼ੁਬਾਨ 'ਤੇ ਆਇਆ। ਬੰਕਿਮ ਚੰਦਰ ਚਟੋਪਾਧਿਆਏ ਨੂੰ ਰਾਸ਼ਟਰਵਾਦ ਦੇ ਰਿਸ਼ੀ ਦੀ ਉਪਮਾ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਮਹਾਨ ਸਾਹਿਤਕਾਰ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ 184ਵੇਂ ਜਨਮ ਦਿਨ 'ਤੇ ਸ਼ਤ-ਸ਼ਤ ਨਮਨ...

वन्दे मातरम्!
सुजलाम्, सुफलाम् मलयज-
शीतलाम्
शस्यश्यामलाम् मातरम्
वन्दे मातरम्
शुभ्र ज्योत्स्ना पुलकितयामिनीम्
फुल्लकुसुमित द्रुमदल शोभिनीम्
सुहासिनीम् सुमधुरभाषिणीम्
सुखदाम्, वरदाम्, मातरम्!
वन्दे मातरम्
वन्दे मातरम्।।

ਖੁਦ ਕਵੀ ਗੁਰੂਦੇਵ ਰਬਿੰਦਰਨਾਥ ਟੈਗੋਰ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਵਰਬੱਧ ਕੀਤਾ ਸੀ। 1896 ਦੇ ਕਾਂਗਰਸ ਸੈਸ਼ਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਇਸੇ ਗੀਤ ਨਾਲ ਹੋਈ ਸੀ। ਵੰਦੇ ਮਾਤਰਮ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਕੇ ਮਹਾਤਮਾ ਗਾਂਧੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ, "ਕਵੀ ਨੇ ਮਾਂ-ਭੂਮੀ ਦੀ ਉਪਮਾ ਲਈ ਹਰ ਸੰਭਵ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਣਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਹੁਣ ਇਹ ਸਾਡੇ-ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਹੈ ਕਿ ਕਵੀ ਨੇ ਮਾਂ-ਭੂਮੀ ਬਾਰੇ ਜੋ ਕਿਹਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਕਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੀਏ।'

Punjabi

Editor
Jaideep Bhatnagar,
Principal Director General,
Press Information Bureau, New Delhi

Published & Printed by:
Satyendra Prakash, Principal Director General, BOC on behalf of Bureau of Outreach and Communication

Published from
Room No-278, Bureau of Outreach and Communication, 2nd Floor, Soochna Bhawan, New Delhi -110003

Printed at VIBA Press (P) Ltd.
C-66/3, Okhla Industrial Area, Phase-II, New Delhi 110020