Weekly

CANADA SIKH TIMES

1 - 7 June 2024

ਕੈਨੇਡਾ ਸਿੱਖ ਟਾਈਮਜ਼

Volume 2 Issue 22

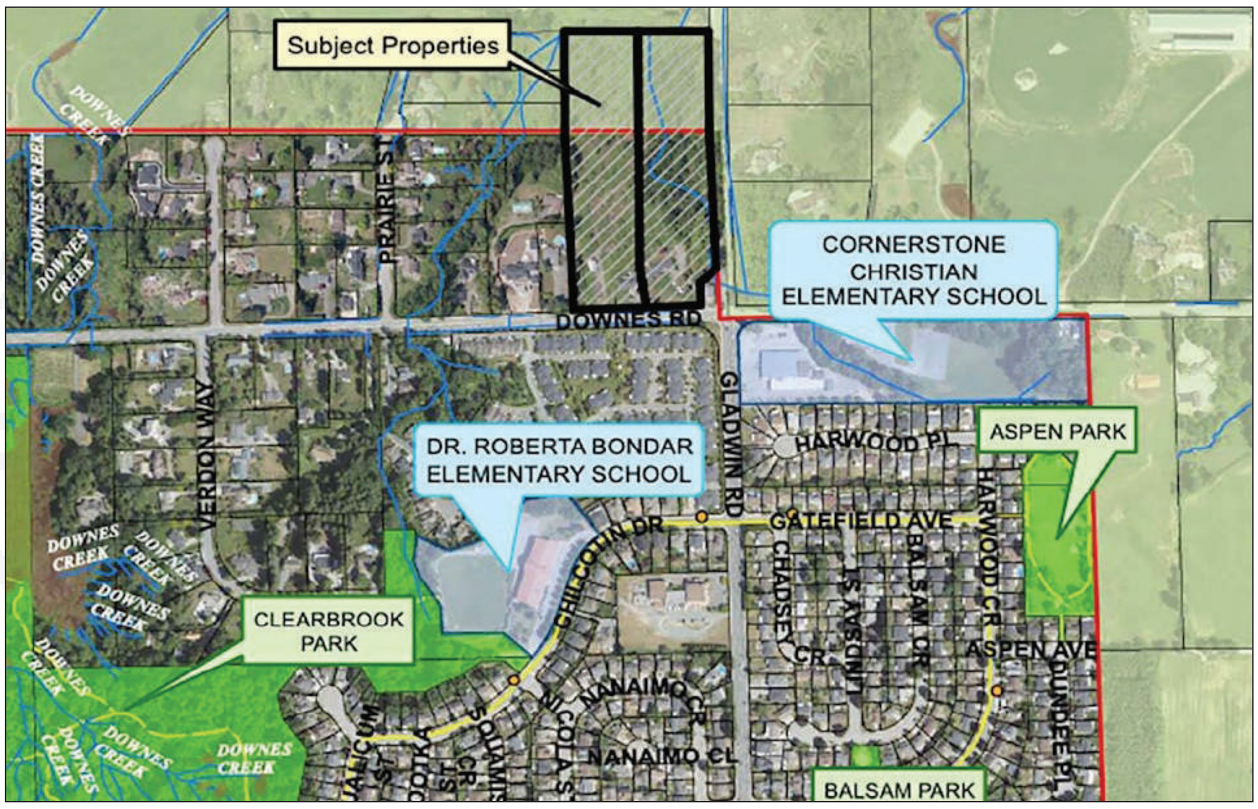
• RELIGION • CULTURE • HERITAGE • BUSINESS

New Regional Sikh Elementary School & Daycare Planned in Abbotsford

A new Khalsa elementary school, post-secondary institution and daycare is one step closer to final approval in Abbotsford.

Council on Tuesday (May 28) gave initial approval to an amendment to the Official Community Plan and to a rezoning and development variance permit for the project at Downes and Gladwin roads.

The matter now proceeds to a public hearing at a later date before coming back to council for final approval.



A staff report to council indicates that the privately run Sikh-based elementary school will have a capacity of 500 students. The proposal also calls for a childcare centre for 94 kids and a post-secondary facility that is 1,253 square metres (13,494 square feet).

The owners, the Satnam Education Society of B.C., are proposing to close down the current – and smaller – Khalsa School of the Fraser Valley on 62nd Avenue near Aldergrove.

"The owners have chosen to relocate to Abbotsford as the majority of the students who currently attend the Aldergrove Khalsa School live n Abbotsford," the staff report says.

The proposed development is located on the northwest corner of Downes and Gladwin roads near Cornerstone Christian School and Dr. Roberta Bondar elementary and east of Mennonite Educational Institute.

Mixed feedback on the proposal was obtained at a public information meeting on Nov. 1, 2023 and from an online survey that ran Oct. 25 to Nov. 15. The staff report states that 129 comments sheets were submitted at the meeting, and 75 of those expressed objections to the development.

Of the 323 online surveys that were submitted, 234 (72.4 per cent) were in favour of the project. Those responses were included in the staff report to council at its May 28 meeting. Those in favour said they are looking forward to having the campus in Abbotsford.

"Khalsa Schools is one of a kind, where my kids not only learn cultural activities but also so many different ways of learning something new every day. I love the entire staff at this school and can't wait for the new school to open in Abbotsford," one respondent wrote.

Another said their child "is getting good quality education and Sikh religious values" at the school.

The predominant concern among those opposed to the project is an increase in traffic congestion in the area of Downes and Gladwin roads.

Speaking at the council meeting, Blake Collins, director of development planning, said 70 per cent of the students are expected to be bused to the school, which should alleviate traffic congestion.

As well, he said traffic improvements are planned, including new left-hand turn lanes on Downes Road in both directions. A date for the public hearing has not yet been set. ◆◆

DESH VIDESH

ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਤੇ ਸੰਗਰਾਂਦ ਦੇ ਭੁਲੇਖੇ

- ਮਮਤਾ ਕੌਰ, ਹਾਜ਼ੀਬਰਗ

ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਪੰਜਾਬੀ ਦਾ ਇੱਕ ਪੁਰਾਣਾ ਲੋਕ-ਕਾਵਿ ਰੂਪ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਦਾ ਸੁਮੇਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਿਯੋਗ ਅਤੇ ਬਿਰਹਾ ਦੀਆਂ ਪੀੜਾਂ ਦਾ ਬੜਾ ਭਾਵਪੂਰਤ ਤੇ ਹਿਰਦੇ -ਵੇਧਕ ਵਰਨਣ ਕਰਨ ਮਗਰੋਂ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੀਤਮ-ਮਿਲਾਪ ਤੇ ਉਸ ਵਿੱਚੋਂ ਉਪਜੇ ਸੁੱਖ-ਅਨੰਦ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕੀਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਦਾ ਆਧਾਰ ਦੇਸੀ ਸੰਮਤ ਦੇ ਬਾਰਾਂ ਮਹੀਨੇ ਹਨ। ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਸਾਹਿਬ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਨੇ ਰਚਿਆ, ਜੋ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਤੁਖਾਰੀ ਰਾਗ (ਅੰਗ 1107-1110) ਦੇ ਅਰੰਭ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਇਹ ਪਹਿਲਾ ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਅੱਜ ਤੱਕ ਆਪਣੀ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟਤਾ ਦੀ ਅਨੁਪਮ ਮਿਸਾਲ ਹੈ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਨੇ ਵੀ ਇੱਕ ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਰਚਿਆ ਜੋ ਮਾਝ ਰਾਗ (ਅੰਗ 133-136) ਵਿੱਚ ਹੈ ।

'ਆਦਿ ਗ੍ਰੰਥ' ਵਿੱਚ ਦੋ ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦਾ ਰਚਿਆ ਤੁਖਾਰੀ ਰਾਗ ਵਿੱਚ ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਬਿਆਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਤਮ ਨਮੂਨਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੀ ਰਚਿਤ ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਮਾਝ, ਜੀਵ ਨੂੰ ਉਪਦੇਸ਼ਾਤਮਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖੀ ਜਨਮ ਨੂੰ ਸਫਲਾ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਦੋਹਾਂ ਹੀ ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਵਿੱਚ ਜੀਵ-ਆਤਮਾ ਆਪਣੇ ਅਸਲੇ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਵਿਲਕਦੀ ਅਤੇ ਲਿਲੜੀਆਂ ਭਰਦੀ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਅੰਤਿਮ ਸ੍ਹਾਤੀ ਪ੍ਰਭੂ-ਮਿਲਾਪ ਵਿਚੋਂ ਦੱਸੀ। ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ ਦਾ ਉਚਤਮ ਸਰੂਪ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਦੀ ਧਾਰਨਾ ਹੈ।

"ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਤੁਖਾਰੀ" ਵਿੱਚ ਬਾਰ੍ਹਾਂ ਮਹੀਨਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਜੀਵ-ਇਸਤਰੀ ਦੀ ਮਨ ਦੀ ਵਿਆਕੁਲਤਾ ਨੂੰ ਬਿਆਨਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਪ੍ਰਭੂ -ਵਿਛੋੜੇ ਵਿੱਚ ਜੀਵ-ਆਤਮਾ ਬਿਹਬਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਸੁਹਾਵਣਾ ਮੌਸਮ ਉਸ ਨੂੰ ਦੁਖਦਾਈ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ । ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਵਿੱਚੋਂ ਗੁਰਮਤਿ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤਕ ਪੱਖ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੀਵ ਰਾਮ ਦੀ ਅੰਸ਼ ਹੈ, ਪ੍ਰੰਤੂ ਕੁਝ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਮੂਲ ਤੋਂ ਵੱਖ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਇਸ ਵਿਛੋੜੇ ਦਾ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਹਉਮੈ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਅਤੇ ਦੈਵ੍ਤ-ਭਾਵ ਕਾਰਨ ਹੀ ਜੀਵ ਭਟਕ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਹ ਦੁਖੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਭੂ ਮਿਲਾਪ ਦੇ ਸੁੱਖ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਪ੍ਰਭੂ-ਕਿਰਪਾ ਦੀ ਅਤਿਅੰਤ ਲੋੜ ਹੈ।

ਸੰਗਰਾਂਦ ਸ਼ਬਦ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦੇ 'ਸੰਕ੍ਰਾਂਤਿ' ਦਾ ਵਿਗੜਿਆ ਹੋਇਆ ਰੂਪ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ, "ਸੂਰਜ ਦਾ ਇੱਕ ਰਾਸ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਵਿੱਚ ਲੰਘਣਾ।"

ਸੂਰਜ ਦੇਵਤਾ ਦੇ ਉਪਾਸ਼ਕ ਐਸ ਦਿਨ ਨੂੰ ਪਵਿੱਤਰ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਬਾਰ੍ਹਾਂ ਮਹੀਨੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਾਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਰਾਸ਼ੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਦਿਨ ਸੂਰਜ ਦੇਵਤਾ ਨਵੀਂ 'ਰਾਸ' ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਪੁਜਾਰੀਆਂ ਲਈ ਸਾਰਾ ਮਹੀਨਾ ਚੰਗਾ ਚੰਗਾ ਲੰਘਾਏ।ਪਰ, ਅਸੀਂ ਗੁਰਸਿੱਖ, ਸੂਰਜ ਦੇ ਪੁਜਾਰੀ ਨਹੀਂ, ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਪੁਜਾਰੀ ਹਾਂ, ਫਿਰ ਸੰਗਰਾਂਦ ਨਾਲ ਕੀ ਸਬੰਧ ਰਹਿ ਗਿਆ? ਅਸੀਂ ਕਿਉਂ ਇਸ ਦਿਨ ਨੂੰ ਪਵਿੱਤਰ ਦਿਹਾੜਾ ਮੰਨਦੇ ਹਾਂ? ਸੰਗਰਾਂਦ ਦਾ ਦਿਨ ਸਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਕਿਵੇਂ ਪਵਿੱਤਰ ਹੋ ਗਿਆ ਤੇ ਬਾਕੀ ਦਿਨ ਕਿਵੇਂ ਅਪਵਿੱਤਰ ਹੋ ਗਏ? ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਇਹ ਮਨਮਤਿ ਕਿਉਂ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਆ ਗਈ ?

(ਬਾਕੀ ਅਗਲੀ ਵਾਰੀ)

World Sikh Chamber of Commerce Honours Sikh Student Achievers

The World Sikh Chamber of Commerce Foundation, in collaboration with the Satsang Guru Nanak Darbar Trust, Lajpat Nagar-3, proudly organized an award ceremony to honor Sikh students of Class 10th and 12th who achieved outstanding academic performance, scoring 90% and above in their Board Exams. This event saw the participation of over 250 students who received their certificates online. Additionally, more than 40 students, accompanied by their parents, attended in person to collect their certificates and gifts.

The event was graced by the esteemed presence of Prof. Charanjit Singh Shah, Gurpreet Singh Rummy and Charanjit Singh of Lajpat Nagar, whose invaluable support made this initiative possible. Their encouragement and dedication to fostering academic excellence within the community were deeply appreciated.

The ceremony underscored the importance of education at the community level, aiming to inspire and motivate young Sikh students to pursue academic excellence. The WSCC Foundation and the Satsang Guru Nanak Darbar Trust are committed to recognizing and celebrating the hard work and achievements of these students, encouraging them to continue their educational journey with vigor and dedication.

As we move forward, the focus will remain on providing resources and support to uplift the educational standards within the Sikh community. This event is a testament to the collective efforts of the community in valuing and prioritizing education, ensuring a brighter future for the next generation. ◆◆

HERITAGE

ਆਓ ਬਣੀਏ ਗੁਰਸਿੱਖ ਪਿਆਰਾ ਸ਼ੋਅ ਦੇ ਅਗਲੇ ਸੀਜ਼ਨ ਲਈ ਹੋਇਆ ਸਿਲੈਕਸ਼ਨ ਟੈਸਟ

ਆਓ ਬਣੀਏ ਗੁਰਸਿੱਖ ਪਿਆਰਾ ਸ਼ੋਅ ਦੇ ਅਗਲੇ ਸੀਜ਼ਨ ਲਈ ਸਿਲੈਕਸ਼ਨ ਟੈਸਟ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਟੈਸਟ ਲੈਣ ਲਈ ਦਿੱਲੀ ਤੋਂ ਵੀਰ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਤੇ ਤਰਨਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ, ਪ੍ਰਤਾਪਗੜ੍ਹ ਤੋਂ ਵੀਰ ਮਨਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਰਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਤੇ ਵਿਜੇਂਦਰ ਜੀ, ਬਾਲਾਘਾਟ ਤੋਂ ਸੌਰਭ ਸਿੰਘ, ਗੋਦਿਆ ਤੋਂ ਸਤਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਤੇ ਜਸਵੰਤ ਕੌਰ ਆਦਿ ਜਬਲਪੁਰ ਵਿੱਖੇ ਪੁੱਜੇ। ਇਹਨਾਂ ਸੱਜਣ-ਭੈਣਾਂ ਨੇ ਬੜੇ ਹੀ ਸੁਚੱਜੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਤਿਭਾਗੀਆਂ ਨੂੰ ਸਰਲ ਅਤੇ ਸਹਿਜ ਲਹਿਜੇ ਵਿਚ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਇਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਟੈਸਟ ਲਿਆ। ਇਸ ਟੈਸਟ ਦਾ ਨਤੀਜਾ 15 ਦਿਨ ਬਾਅਦ ਸਭਨਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਸਾਰੇ ਸਮਾਗਮ ਦੌਰਾਨ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਦੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਅਤੇ ਲੰਗਰ ਆਦਿ ਦੀ ਸੇਵਾ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦਰਬਾਰ, ਗੋਰਖਪੁਰ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਵੀਰ ਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਗੁਰਮਤਿ ਗਿਆਨ ਕਲਾਸਾਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਟੀਚਰਜ਼ ਦੁਆਰਾ ਨਿਭਾਈ ਗਈ।

ਰਾਜਸਥਾਨ ਦੇ ਹਨੂੰਮਾਨਗੜ੍ਹ ਵਿਖੇ 'ਮਿਸਾਲ ਦ ਪ੍ਰਾਈਡ ਆਫ ਸੁਸਾਇਟੀ' ਨੂੰ ਨੈਸ਼ਨਲ ਐਵਾਰਡ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਸਨਮਾਨਿਤ

ਸਮਾਜਸੇਵੀ ਸੰਸਥਾ 'ਭਾਈਚਾਰਾ ਵੈਲਫੇਅਰ ਸੁਸਾਇਟੀ' ਵੱਲੋਂ ਰਾਜਸਥਾਨ ਦੇ ਹਨੂੰਮਾਨਗੜ੍ਹ ਵਿਖੇ ਦੇਸ਼ ਵਿਦੇਸ਼ ਦੀਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਾਜ ਭਲਾਈ ਦਾ ਕਾਰਜ ਕਰਨ ਲਈ ਸਨਮਾਨ ਸਮਾਰੋਹ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਸਮਾਰੋਹ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਸੰਸਥਾ 'ਮਿਸਾਲ ਦਾ ਪ੍ਰਾਈਡ ਆਫ ਸੁਸਾਇਟੀ' ਨੂੰ ਵੀ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਹ ਸੰਸਥਾ ਕਾਫੀ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਖ਼ੂਨਦਾਨ ਮਹਾਂਦਾਨ, ਐਨੀਮਲ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਸੈਲ, ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਨੈਤਿਕ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਸਮਰ ਕੈਂਪ ਲਗਾ ਕੇ ਸਮਾਜ ਭਲਾਈ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਸੰਸਥਾ ਨੂੰ ਇਹ ਸਨਮਾਨ ਖ਼ੂਨਦਾਨ ਸਬੰਧੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਣ ਲਈ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਸੇਵਾਦਾਰ ਮਹਿਕਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਖ਼ੂਨ ਦਾਨ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹਾਨ ਦਾਨ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਜਰੀਏ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਇੱਕ ਵਾਰ ਖ਼ੂਨਦਾਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤਿੰਨ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਮਾਜ ਭਲਾਈ ਦੇ ਕਾਰਜ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਸਾਡਾ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰੋਗੇ।

Sikh Wonder Kid
Ranvir Singh with an Asian Record

At just 6 years of age, Ranvir Singh Sachdeva from Noida, Uttar Pradesh has left us amazed with his achievement.

He recently made history as the youngest TEDx speaker in Asia. His talk on 'Where innovation meets inspiration' touched on crucial topics like conversational AI, generative AI, and responsible AI, showcasing his profound understanding of technology and innovation.

At the age of 5 he met Tim Cook, CEO of Apple who was so impressed by his talent that he invited him to the Apple headquarters in America for the World Wide Developers Conference (WWDC). Even at the tender age of 4, NASA featured his picture on their website.

◆◆ ਰੋਸੁ ਨ ਕੀਜੈ ਉਤਰੁ ਦੀਜੈ ◆◆

1. ਗੁਰੂ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਗੁਰਗੱਦੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਕਿਹੜੇ ਸੰਨ ਤੋਂ ਕਿਹੜੇ ਸੰਨ ਤਕ ਨਿਭਾਈ ਸੀ?
   a. 1604–1632 b. 1595–1640
   c. 1606–1630 d. 1606–1644
2. ਗੁਰੂ ਹਰਰਾਇ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਗੁਰਗੱਦੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਕਿਹੜੇ ਸੰਨ ਤੋਂ ਕਿਹੜੇ ਸੰਨ ਤਕ ਨਿਭਾਈ ਸੀ?
   a. 1648–1662 b. 1644–1660
   c. 1644–1661 d. 1646–1664
3. ਗੁਰੂ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਗੁਰਗੱਦੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਕਿਹੜੇ ਸੰਨ ਤੋਂ ਕਿਹੜੇ ਸੰਨ ਤਕ ਨਿਭਾਈ ਸੀ?
   a. 1661–1662 b. 1660–1661
   c. 1661–1664 d. 1646–1664
4. ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਜੀ ਨੇ ਗੁਰਗੱਦੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਕਿਹੜੇ ਸੰਨ ਤੋਂ ਕਿਹੜੇ ਸੰਨ ਤਕ ਨਿਭਾਈ ਸੀ?
   a. 1661–1675 b. 1664–1670
   c. 1664–1670 d. 1664–1675
5. ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਗੁਰਗੱਦੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਕਿਹੜੇ ਸੰਨ ਤੋਂ ਕਿਹੜੇ ਸੰਨ ਤਕ ਨਿਭਾਈ ਸੀ?
   a. 1674–1704 b. 1675–1708
   c. 1675–1701 d. 1666–1704

(ਦੇਖੋ ਉੱਤਰ ਪੰਨਾ 4 'ਤੇ)

ਧਰਮ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਮੇਟੀ ਵਲੋਂ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਸੰਭਾਲ ਲਹਿਰ ਦੀ ਆਰੰਭਤਾ

ਚੀਫ਼ ਖ਼ਾਲਸਾ ਦੀਵਾਨ ਧਰਮ-ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਮੇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਬਾਬਾ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਫੈਂਡਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ ਮਜੀਠਾ ਰੋਡ ਬਾਈਪਾਸ ’ਤੇ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਸੰਭਾਲ ਲਹਿਰ ਦਾ ਆਰੰਭਤਾ ਸਮਾਗਮ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਮਾਗਮ ਦਾ ਆਗਾਜ਼ ਕਰਦਿਆਂ ਡਾ. ਸਤੀਸ਼ ਵਰਮਾ ਨੇ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀ ਚੜ੍ਹਤ ਬਾਬਤ ਚਾਨਣਾ ਪਾਇਆ। ਡਾ. ਜਸਬੀਰ ਸਿੰਘ ਸਾਬਰ ਨੇ ਪੰਜਾਬੀ ਦੇ ਅਲੋਪ ਹੋ ਰਹੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਬਾਬਤ ਆਪਣੀ ਚਿੰਤਾ ਜਤਾਈ। ਡਾ. ਮਨਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਆਰਟੀਫੀਸ਼ੀਅਲ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ ਦੇ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ’ਤੇ ਪੈ ਰਹੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦੀ ਗੱਲ ਕਹੀ। ਸਕੂਲੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ‘ਮੈਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦੀ ਹਾਂ’ ਨਾਟਕ ਰਾਹੀਂ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਗੀਤਕਾਰ ਬੀਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਗੀਤ ਗਾ ਕੇ ਦਰਸ਼ਕਾਂ ਨੂੰ ਮੰਤਰ ਮੁਗਧ ਕੀਤਾ। ਪੰਜਾਬੀ ਫਿਲਮਕਾਰ ਜਰਨੈਲ ਸਿੰਘ ਨੇ ਪੰਜਾਬੀ ਫਿਲਮਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਮੁਹਾਰਤ ਦੇਣ ਲਈ ਟਰੇਨਿੰਗ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕੀਤੀ। ਧਰਮ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਮੇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀ ਸੁੰਦਰ ਲਿਖਾਈ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਨਾਮ ਵੰਡੇ ਗਏ। ਮੰਚ ਸੰਚਾਲਨ ਧਰਮ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਮੇਟੀ ਮੈਂਬਰ ਹਰਮਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕੀਤਾ। ਦੀਵਾਨ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਡਾ. ਇੰਦਰਬੀਰ ਸਿੰਘ ਨਿੱਜਰ ਨੇ ਯਕੀਨ ਦਿਵਾਇਆ ਕਿ ਚੀਫ਼ ਖ਼ਾਲਸਾ ਦੀਵਾਨ ਦੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਪ੍ਰਤੀ ਅਦਬ, ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਪ੍ਰਚਾਰ-ਪ੍ਰਸਾਰ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਯਤਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਐਡੀਸ਼ਨਲ ਆਨਰੇਰੀ ਜੁਆਇੰਟ ਸਕੱਤਰ ਸੁਖਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪ੍ਰਿੰਸ ਨੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਰੱਖੇ।

HEALTH

Ayurved and Infertility – 2

Dr. Bhupinder Singh Arora MD (Ayurved)

5. Specific Ayurvedic Practices:
- Abhyanga (Oil Massage): Daily self-massage with warm herbal oils to balance doshas and improve circulation.
- Basti (Medicated Enemas): To balance vata dosha, which is crucial for reproductive health.

Ayurvedic Perspective on Male and Female Infertility

- Female Infertility: Often linked to issues such as irregular menstruation, PCOS, or endometriosis. Treatments may focus on regulating menstrual cycles, balancing hormones, and enhancing egg quality.
- Male Infertility: Associated with low sperm count, poor sperm motility, or erectile dysfunction. Ayurveda emphasizes improving semen quality and addressing underlying health issues. ⇨

⇨

Conclusion

Ayurveda offers a holistic approach to managing infertility by focusing on balancing the body's doshas, improving the health of reproductive tissues, and promoting overall physical and mental well-being.

For contact: www.svasthvida.com, 91-9914321828

SIKH MATRIMONIALS

Gursikh girl 26/5'2"/ Zoology Hons./ BEd. University of Windsor/Teacher in Ontario/Parents in Govt. Service/ Contact +91 9910229922

Gursikh Boy /27/175 cms / M.Sc. Data Scientist Annual Income 85000 CHF/ Switzerland/ Contact +41 79 134 96 22

Gursikh Boy 27/6ft.B.Com (DU) USA Green Card holder / ND,NT/ Family Business/ Sister Pursuing Masters in USA/ Contact +91 9810064036

ਪੰਨਾ 3 ’ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ: 1. D 2. C 3. C 4. D 5. B

Chief Editor: Dr. Harjinder Singh Editor: Dr. Davinder Singh Designer: Pavit Singh
Advisory Board: Gujinder Singh (USA), Harpreet Kaur (Belgium), Harmohinder Singh (USA), Mamta Kaur (India), Taranpreet Singh (India), Harman Singh (Canada)

email: canadasikhtimes@gmail.com, M: +1 437 673 7555