ਵਿੱਦਿਆ ਵੀਚਾਰੀ ਤਾਂ ਪਰਉਪਕਾਰੀ॥

# THE KALGIDHAR TRUST

*Creating Educational Revolution in Northern India*
*under the divine guidance of Hon'ble Baba Iqbal Singh Ji*
*P.O. BARU SAHIB (VIA RAJGARH), DISTT. SIRMORE, HIMACHAL PRADESH – 173101*
Tele: 9816400629, 9805098710, 9816400538, 9816400621, Fax –01799-276041,

Dr. Davinder Singh
(MBBS, MD (Med.)
(Secretary, The Kalgidhar Trust)
e-mail: secretarykts@barusahib.org

Dr. Neelam Kaur
(MBBS MS)
(Advisor, Health & Education)
e-mail: admin@akalacademy.ac.in

*Ref. Gen/KT/PO/20/26* *18.03.2020*

## ਸਨਿਮਰ ਬੇਨਤੀ

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ॥
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫ਼ਤਿਹ॥

ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਫ਼ੁਰਮਾਨ ਹੈ ਕਿ

ਅਉਖੀ ਘੜੀ ਨ ਦੇਖਣ ਦੇਈ ਅਪਨਾ ਬਿਰਦੁ ਸਮਾਲੇ॥
ਹਾਥ ਦੇਇ ਰਾਖੈ ਅਪਨੇ ਕਉ ਸਾਸਿ ਸਾਸਿ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲੇ॥

(He does not let His devotees see the difficult times; this is His innate nature.
Giving His devotee; with each and every breath, He cherishes him.)

ਆਪ ਜੀ ਸਾਰੇ ਜਾਣੂ ਹੋ ਕਿ ਇਸ ਸਮੇਂ ਵਾਇਰਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ (ਕਰੋਨਾ ਵਾਇਰਸ) ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਡਰਨ ਨਾਲੋਂ ਇਸਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਉੱਪਰ ਜ਼ੋਰ ਦੇਣਾ ਹੈ।ਅਸੀਂ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ ਤੇ ਆਪ ਜੀ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪ ਜੀ ਹੋਰ ਵੀ ਸੁਚੇਤ ਹੋ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਣਾ ਹੈ।

ਸਨਿਮਰ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੀਆਂ ਅਕੈਡਮੀਆਂ ਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹ ਰਹੇ ਬੱਚੇ, ਸਾਰੇ ਸਟਾਫ ਮੈਂਬਰ, ਮਾਪੇ ਤੇ ਹੋਰ ਵੀ ਸਮੂਹ ਸਾਧ-ਸੰਗਤ ਦਾ ਫਰਜ਼ ਬਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਨਾਜ਼ੁਕ ਘੜੀ ਵਿੱਚ ਨਾਮ ਜਪ ਕੇ ਸਰਬੱਤ ਦੇ ਭਲੇ ਲਈ ਅਤੇ ਲੋਕਾਈ ਦਾ ਦੁੱਖ ਹਰਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਹਿੱਸਾ ਪਾਇਆ ਜਾਵੇ।ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਮਿਲ ਕੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਨਿੱਤਨੇਮ ਦੇ ਨਾਲ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਇੱਕ ਜਪੁਜੀ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦਾ ਪਾਠ ਕਰਨ ਦਾ ਉੱਦਮ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰੀਏ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਹਿਰਦੇ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੇਮ, ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦੀ ਅਦੁੱਤੀ ਤੇ ਇਲਾਹੀ ਝਲਕ ਉੱਠਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਆਤਮਕ ਅਵਸਥਾ ਉੱਚੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਗੁਰੁ ਮੇਰੈ ਸੰਗਿ ਸਦਾ ਹੈ ਨਾਲੇ॥
ਸਿਮਰਿ ਸਿਮਰਿ ਤਿਸੁ ਸਦਾ ਸਮ੍ਹਾਲੇ॥
(ਆਸਾ ਘਰ ੭ ਮਹਲਾ ੫)

ਦੁਕਾਲੰ ਪ੍ਰਣਾਸੀ ਦਿਆਲੰ ਸਰੂਪੇ॥
ਸਦਾ ਅੰਗ ਸੰਗੇ ਅਭੰਗੰ ਬਿਭੂਤੇ॥
(ਜਾਪ ਸਾਹਿਬ)

ਵੱਲੋਂ:
ਸਤਿਕਾਰਯੋਗ ਬਾਬਾ ਇਕਬਾਲ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਅਮੋਲਕ ਬਚਨ ਤੇ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚਾਰ

ਇੱਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਆਪ ਜੀ ਨੂੰ ਰੋਕਥਾਮ ਉਪਾਅ ਦੁਹਰਾਉਂਦੇ ਹਾਂ।

1. Hand Hygiene
   - ✓ Wash hands every 2 hours.
   - ✓ Do not touch your face/nose/eyes or mouth.
   - ✓ Social Distancing 1mtr minimum
2. Respiratory Hygiene
   - ✓ Cover your face while coughing or else when anyone else is coughing cover your face and maintain distance of more than 1mtr.

With Prayers
Dr. Davinder Singh

HEALTH · EDUCATION · PROSPERITY · PEACE · BLISS · ONE WORLD · ONE FAMILY