

અક્રમ યુથ

જાન્યુઆરી ૨૦૧૭ ગુજરાતી દાદા ભગવાન પરિવાર

₹ ૧૨



આડાઈ



Contents

04 આને કૈ'વાય આડાઈ

06 લોકો જેવું જુએ, તેવું શીખે

08 સરપ્રાઈઝ

10 અનુભવથી ઘડતર

12 બાહુબલી

14 દાદાશ્રીના પુસ્તકની ઝલક

16 એક પ્રયોગ

18 આડાઈની વ્યાખ્યા

20 ચાલો રમીએ...

22 પ્રસંગો

તંત્રી

ડિમ્પલ મહેતા

વર્ષ : ૪, અંક : ૯

સર્ગાં અંક : ૪૫

જાન્યુઆરી ૨૦૧૭

સંપર્ક સૂત્ર :

જ્ઞાનીની છાયામાં,

ત્રિમંદિર સંકુલ, સીમંધર સિટી,

અમદાવાદ-કલોલ હાઈવે,

મુ.પો. - અડાલજ,

જી.ગાંધીનગર-૩૮૨૪૨૧, ગુજરાત.

ફોન : (૦૭૯) ૩૯૯૩૦૧૦૦

email: akramyouth@dadabhagwan.org

website: youth.dadabhagwan.org

Printed & Published by

Dimple Mehta on behalf of
Mahavideh Foundation

Simandhar City, Adalaj -
382421. Dist- Gandhinagar

Owned by

Mahavideh Foundation

Simandhar City, Adalaj -
382421. Dist- Gandhinagar

Printed at

Amba Offset

Basement, Parshvanath

Chambers, Nr. RBI,

Usmanpura, Ahmedabad-14.

Published at

Mahavideh Foundation

Simandhar City, Adalaj -
382421. Dist- Gandhinagar

કુલ ૨૪ પેજ કવર પેજ સાથે

લવાજમ (ગુજરાતી)

વાર્ષિક સભ્ય

ભારત : ૧૨૫ રૂપિયા

યુ.એસ.એ. : ૧૫ ડોલર

યુ.કે. : ૧૦ પાઉન્ડ

પાંચ વર્ષ

ભારત : ૫૦૦ રૂપિયા

યુ.એસ.એ. : ૬૦ ડોલર

યુ.કે. : ૪૦ પાઉન્ડ

D.D/M.O. 'મહાવિદેહ ફાઉન્ડેશન' ના

નામે મોકલવો

ઓનલાઈન સબસ્ક્રાઈબ કરવા માટે...

store.dadabhagwan.org/akram-youth

Download free ebook / PDF versions of all Akram Youth issues by scanning this QR code

You need to download

QR Code Scanner App

from Play store

or iTunes Store



૦૨ | જાન્યુઆરી ૨૦૧૭

Visit <http://youth.dadabhagwan.org/Gallery/Akram-Youth>



સંપાદકીય

સીધો ને સરળ મોક્ષ તો સીધા ને સરળ હોય એને જ મળે. જ્ઞાની પુરુષ તો કહે છે કે મોક્ષે જતાં આડાઈઓ જ નડે છે ને પાંસરા થવાય તો પરમાત્મપદ પ્રાપ્ત થાય. લોકોના માર ખાઈને પાંસરા થવું એના કરતાં જાતે સમજીને પાંસરા થવું શું ખોટું ?

પોતાની આડાઈઓના સ્વીકારથી તે જાય ને અસ્વીકારથી વધારે મજબૂત બને. આમ આડાઈઓને જુએ-જાણે અને કબૂલે તો જ આડાઈ જીતાઈ જાય.

દિલ ઠરે એવી સાચી વાતનો ય સ્વીકાર ના કરે તે જ આડાઈનું સ્વરૂપ. એવાઓ પોતાને મતે જ વર્તે. જ્ઞાનીના મતે ચાલે તેની આડાઈઓ ખલાસ થાય.

પ્રકૃતિના ટોપમોસ્ટ ગુણો મોક્ષમાર્ગે વાટખર્ચામાં સાંપડે. અત્યંત નમ્રતા, અત્યંત સરળતા, સહજ ક્ષમા, આડાઈ તો નામમાત્રની પણ ના હોય એવાં ગુણો પ્રગતિનું પ્રમાણ કહી શકાય.

પોતાનું ધાર્યું બીજા પાશે કરાવવા જાય તો આડાઈ ઊભી થાય ને પારકાના ધાર્યા પ્રમાણે કરવા જતાં આડાઈઓ ખલાસ થતી જાય.

તો ચાલો, આ અંકમાં આડાઈનું સ્વરૂપ, કઈ કઈ જગ્યાએ આપણે આડાઈ કરીએ છીએ, કઈ રીતે આડાઈમાંથી છુટાય એ બધું સમજી સરળતા તરફનો રસ્તો પકડીએ.

- રિમ્પલ મહેતા

૧ દિલ ઠરે એવી વાત હોય તોય સ્વીકાર ના કરે. પોતાના મતે જ ચાલે.

“મમ્મી-પપ્પા તમે બધાને મારી બથડિ પાર્ટી માટે મારા ઘરે આવવાનું કેમ કહો છો? પાર્ટી તો રેસ્ટોરન્ટમાં રાખવાની.

“જો શશાંક, રેસ્ટોરન્ટમાં અમુક સમય સુધી જ બેસી શકીએ, જ્યારે ઘરે રાખીએ તો શાંતિથી વધારે સમય સુધી પાર્ટી થાય, ગેમ્સ રમાય. ઘરને સરસ સજાવીશું, ટીકરા.” શશાંકને પપ્પાની વાત તો સારી લાગી. “બધાં મિત્રો પાર્ટી બહાર જ રાખે છે તો પોતે ઘરે કેવી રીતે રાખે?” વિચાર સાથે પપ્પાને કહે છે, “એ ગમે તે હોય, પણ પાર્ટી ઘરે જ રાખવાની છે, નહીંતો પાર્ટી કેન્સલ.”

આને કે'વાય આડાઈ



૨ આડાઈ ખરી રીતે અહંકાર ગણાય છે. એ અહંકારનો ફણગો જ છે.

અહંકાર એટલે શું? ભગવાનથી દૂર ભાગે તે. અહંકાર જેમ-જેમ વધતો જાય તેમ-તેમ આડાઈ, માન, ગર્વ, ધમંડ શબ્દો વપરાય. "કમલના માતા-પિતા દિવસ-રાત મજૂરી કરીને કમલને શહેરની સારી કહેવાતી શાળામાં દાખલ કરે છે. સમય જતાં કમલ પોતાના માતા-પિતાને શાળાએ આવવાની ના પાડી દે છે. વાતે-વાતે તેમને ઉતારી પાડવા, ઠપકો આપવો, એની આદત બની જાય છે."



૩ રિસાવું એ આડાઈનો એક પ્રકાર કહેવાય. જરાક વાંકું પડયું એટલે આડો થઈને ઊભો રહે.

"અંબાલાલ (દાદાશ્રી) નાના હતા ત્યારે તેમણે જીદ કરી કે તેમના બા, ભાભીને અંબાલાલ કરતાં ઓછું દૂધ આપે અથવા અંબાલાલને ભાભી કરતાં વધારે દૂધ આપે, પણ બા માન્યા નહીં અને અંબાલાલ રિસાઈને રૂમમાં જતા રહ્યા. બા તેમને મનાવવા ગયા નહીં. થોડીવારમાં અંબાલાલને તો ચટપટી થવા માંડી. રિસાવામાં એમણે બધાં સાથે બોલવાનું-હસવાનું, રમવા જવાનું, નિશાળે જવાનું બધું જ ગુમાવ્યું."



૪ સામા પાસે ધાર્યું કરાવવું એમાં તો પોતાને ઉપાધિ થતી હોય ને સામાને ય ઉપાધિ કરે.

"વિનયની પરીક્ષા નજીક આવી રહી હતી તેણે સાયકલ લેવાની જીદ કરી અને વિનયે સાયકલ નહીં મળે ત્યાં સુધી વાંચીશ નહીં એવી જીદ પકડી. મમ્મી-પપ્પાને તેની આ વાતે-વાતે ધાર્યું કરવાની આદત ગમતી નહતી તે માટે આ વખતે તેમણે નમતું ન જોખ્યું અને સાયકલ ન અપાવી. વિનયે વાંચ્યું નહીં, પરીક્ષામાં નાપાસ થયો. મમ્મી-પપ્પાને ખૂબ દુઃખ થયું. વિનયને ન તો સાયકલ મળી ન તો પાસ થયો."



૫ ભૂલની ખબર હોય ને ઢાંકે એ મોટામાં મોટી આડાઈ.

"તપન અને ગૌતમને કૉલેજ જવામાં મોડું થતાં તપન વન-વે માં ગાડી ઘુસાડી દે છે. ટ્રાફિક પોલિસ પકડે છે તો એને પોતાના પોલિસ કમિશનર પિતાની ધાક આપી ચૂપ કરાવી દે છે. ત્યાં જ તેનો મિત્ર ગૌતમ કહે છે," અરે યાર, ભૂલ આપણી હતી અને તેં બિચારાને ધમકાવી નાખ્યો." તપન હસીને " હા ભાઈ, ભૂલ આપણી પણ કબૂલીએ તો સામેવાળો માથે ચઢી જાય. તેં સાંભળ્યું નથી, "ઝુકતી હૈ દુનિયા ઝુકાને વાલા ચાહિએ." હા... હા... હા..."





લોકો જેવું જુએ, તેવું શીખે

<http://tinyurl.com/peoplesee>

આ વીડિઓ એવું દર્શાવે છે કે, આપણે બીજાને જેવા ઉદાહરણ આપીશું તેવું આપણું ભવિષ્ય બનશે. જેવા ઉદાહરણ વડીલો આપે, બાળકો, એવું શીખે છે.

આ જ્ઞાન સાચી શક્તિ છે, પણ શું આપણે તેને સારા-ખરાબ માટે વાપરીએ છીએ?

“બાળકો, કંઈક નવું કરવાનો પ્રયાસ કરે છે, નિષ્ફળ જઈને કે કોઈના કહેવા મુજબ, કે કોઈ એવું નવું વર્તન જેનું પરિણામ સારું આવ્યું હોય, તેવા વર્તનની નકલ કરીને. આ સંદર્ભની સરળ પણ કેન્દ્રમાં રહેલી વાત એ છે કે બાળકો કંઈક જાણવાને બદલે કંઈક કરવા માંગતા હોય છે. અન્ય શબ્દોમાં, તેઓ કંઈક કરવાથી શીખે છે.” — ડો. રોજર સ્વેંક

‘આપણા રોલ મોડેલ્સનો આપણા વર્તન પર પડતો પ્રભાવ’ આ વિષય ખાસ કરીને મનોચિકિત્સકો માટે રસનો વિષય બની શકે છે.

વધારે વિગતે જોતાં ચાલો, આક્રમણની નકલ પર એક રીસર્ચ સો’શલ લર્નિંગ થીયરી (SLT) જોઈએ.

બાળકો તેમનું વર્તન, તેમની આસપાસ જે થાય તે જોઈ, તેની નકલ કરીને કરતાં હોય છે: ફોન પર વાત કરતાં, વડીલો સાથેના વર્તનમાં... ધુમ્રપાન, હિંસા, તેથી બાળકો પર સારી છાપ પડે તેવું વર્તન કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. આની પાછળ ઘણી બધી માનસિકતા હોય છે, અને તે આડાઈ સાથે સંલગ્ન હોઈ શકે.

SLT સ્પષ્ટ દર્શાવે છે કે વ્યક્તિ તેના રોલ મોડેલની નકલ કરે છે, અને જો તેના આવા વર્તનને પ્રોત્સાહન મળે તો તે એવું જ વર્તન ચાલુ રાખે છે.

SLT ના આ સંશોધનને ‘આડાઈ’ માટે જોઈએ તો, ગુનાખોરી એ અનુવાંશિકતા, જનીન, જ્ઞાનતંતુઓ કે એના જેવી બાબતો પર આધારિત છે, એવી ગૂંચવણ ભરી દલીલોને આપણે અવગણી

શકીએ. — આ પોતાના રોલ મોડેલ્સની નકલથી શીખીને કરેલું વર્તન છે. જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ, પોતાના રોલ મોડેલને કોઈ એવું વર્તન કરતાં જુએ કે જેનો પોઝીટીવ પ્રતિસાદ મળે, તેને તે વર્તન યાદ રહી જાય છે. જો તેને એવું જ વર્તન કરવાની તક મળશે તો તે એવું વર્તન કરશે જ. જો તેમને આવા વર્તન માટે પ્રોત્સાહન મળશે તો આવું જ વર્તન ફરી-ફરી કરવાની શક્યતાઓ વધશે.

ઉપરના પ્રયોગથી આપણે ચોક્કસપણે કહી

શકીએ કે આપણે બધાંએ આપણા વર્તન, આપણા રોલ મોડેલ્સ પાસેથી શીખ્યા છીએ. સામાન્ય રીતે, બાળક પોતાના માતા-પિતા અને શિક્ષકોને રોલ મોડેલ્સ માનતો હોય છે. આમ, જો આપણે આપણા બાળકોના વર્તનમાં સુધારો ઈચ્છતા હોઈએ તો સૌથી પહેલાં ચાલો, આપણે આપણું વર્તન સુધારીએ. જેમ દાદાશ્રી એ કહ્યું છે.... “મા મૂળો, બાપ ગાજર, છોકરાઓ સફરજન ક્યાંથી થાય?”

વધુમાં, ચાલો દાદાશ્રી સાથેનો આ સંવાદ જોઈએ...

**ધર્મ શીખવાડે, ધર્મ સ્વરૂપ જે થાય;
બાપનું જોઈને છોકરાંથી શિખાય!**

પ્રશ્નકર્તા: આ છોકરાઓ બધા મોટા થાય તો એ લોકોને આપણે ધર્મનું જ્ઞાન કેવી રીતે આપવું?

દાદાશ્રી : આપણે ધર્મ સ્વરૂપ થઈ જઈએ એટલે એ થઈ જાય. આપણા જેવા ગુણ હોય ને તેવા છોકરાં શીખે. એટલે આપણે જ ધર્મિષ્ઠ થઈ જવાનું. શીખે આપણું જોઈ જોઈને. જો આપણે સિગારેટ પીતાં હોય તો સિગારેટ પીતાં શીખે, આપણે દારૂ પીતાં હોય તો દારૂ પીતાં શીખે. માંસ ખાતાં હોય તો માંસ ખાતાં શીખે, જે કરતાં હોય એવું શીખે એ. એ જાણે કે એનાથી સવાયો થાઉં એવું કહે. છોકરાની ઈચ્છા શું હોય ?

પ્રશ્નકર્તા : બાપથી સવાયો થાઉં.

દાદાશ્રી : મારા ફાધરથી સવાયો થાઉં ત્યારે ખરો. એ દારૂમાં ય સવાયો થાય ને માંસાહારમાં ય સવાયો થાય. તો આપણે જે કરીએ છીએ એ કરશે. છોકરાઓને સુધારવાની ઈચ્છા બહુ છે, નહીં? તમે માંસાહાર કરો છો? દારૂ-બારૂ પીઓ છો ?

પ્રશ્નકર્તા : ના.

દાદાશ્રી : ત્યારે વાંધો નહીં, તો છોકરાઓ બગડે નહીં. છોકરાને એક જ કહેવાનું કે ભાઈ, મારાથી સવાયો થજે, હું કરું છું એમાં. છોકરાંની ઈચ્છા શું હોય કે મારા બાપથી સવાયું થવું છે. આપણને જોઈને શીખે એ કે ઓહોહો, મારા ફાધર તો કશું જો... બ્રાન્ડી નથી લેતા, સિગારેટ નથી પીતા, એ જોઈને શીખે અને પેલો ફાધર બ્રાન્ડી લેતો હોય ને, છોકરાને કહે, જો દારૂને અડીશ નહીં. એટલે છોકરો સમજે કે આમાં ટેસ્ટ છે ને મને લેવા નથી દેતા. છોકરાને શંકા પડે કે પોતે સુખ ભોગવે છે અને મને ભોગવવા નથી દેતાં. હું તો પીશ જ. તે ના પીતો હોય તો ય પીવે. એટલે આપણે સંસ્કારી થવું જોઈએ. આપણે ઈન્ડીયન બ્લડ, આપણે આર્યપ્રજા, અનાડી જેવા થઈએ, એ કેમ પોષાય ?

આમ, નિરીક્ષણ કરવાથી જો આડાઈ શીખી શકાતી હોય તો નિરીક્ષણથી સરળતા પણ શીખી શકાય. આપણે એક જ કરવાનું છે કે સરળ વ્યક્તિઓના સંગમાં રહેવું. સંતો, જ્ઞાની પુરુષ વગેરે...

સરપ્રાઈઝ

“સરપ્રાઈઝ”, રોનિત ઝબકી ગયો. સામે મમ્મી - પપ્પા, રોહિત, સુજય, વિરાજ અને માનવને જોઈને, કોલેજથી આવેલા રોનિતના ચેહરા પર પ્રસન્નતાની રેખાઓ ઉપસી આવી.

“સોરી મમ્મી-પપ્પા, આજે મારે પ્રોજેક્ટના કામથી સવારે વહેલાં કોલેજ જવું પડે એમ હતું, અને તમે ગઈ કાલે રાત્રે કાકાના ઘરેથી મોડા આવ્યા હતાં એટલે તમને ઉઠાડ્યા નહીં અને તમને મળ્યા વગર જ મારે જવું પડ્યું. અને અત્યારે આવવામાં પણ મોડું થઈ ગયું” કહેતાં રોનિતે મમ્મી-પપ્પાના ચરણસ્પર્શ કર્યા.

મમ્મીએ પ્રેમથી રોનિતના માથા પર હાથ

ફેરવતાં કહ્યું, “સવારથી કંઈ ખાધું, બેટા ?”
“આજે તો એનું પેટ ખાધા વગર જ ભરાઈ જશે” કહેતાં પપ્પાએ રોનિતનાં જીન્સનાં ખિસ્સામાં કંઈક સરકાવ્યું. રોનિતે આશ્ચર્ય સાથે ખિસ્સામાં હાથ નાખ્યો, જોયું તો... ચાવી... ત્યાં જ પપ્પાએ પાછળના દરવાજા તરફ ઈશારો કર્યો. રોનિત તરત દોડીને પાછળની તરફ ગયો. બારણું ખોલીને જુએ છે, ત્યાં તો, “ઓહ માય ગોડ... રોયલ એન્ફિલ્ડ... હું સપનું જોઉં છું કે શું?” રોનિતે ખૂબ ખુશ થતાં કહ્યું, “મમ્મી -પપ્પા, થેંક યુ વેરી મચ. રોહિત, જો... આપણું બાઈક,” રોનિતે તેના જોડિયા ભાઈ સામે જોતાં કહ્યું.



“આપણું નહીં તારું.” મારા માટે તો આ છે ને સ્પેલન્ડર. રોહિતે ગુસ્સા સાથે થોડા દૂર ઊભેલા બાઈક તરફ આંગળી ચીંધતા કહ્યું, “ભાઈ, તમે તો મમ્મી-પપ્પાના લાડકા છો એટલે તમારા માટે “રોયલ એન્ફિલ્ડ”, અમારા નસીબ તમારા જેવા ક્યાં? મમ્મી-પપ્પા આ સાંભળીને સ્તબ્ધ થઈ ગયા ખૂબ શાન્ત સ્વભાવે મમ્મીએ રોહિતને કહ્યું, “બેટા, મા-બાપને મન પોતાના બધાં સંતાન સમાન હોય છે ગયા મહિને તમારા જન્મ દિવસ પર તમને બંનેને એક સરખા બાઈક અમારે અપાવવા હતા. પણ મંદીના લીધે ધંધામાંથી પૈસાની છૂટ ના થઈ માટે થોડા સમય પછી આપવાનું વિચાર્યું પણ તને કદાચ એમ લાગ્યું હશે કે અમે વાત ટાળવા માટે આવું કરીએ છીએ.’બાઈક નહીં અપાવો ત્યાં સુધી પાણીનું ટીપું કે અન્નનો દાણો, કઈ મોઢામાં નહીં નાખું.- આ ધમકી તે આપી. અને તારી જીદ આગળ અમારે નમવું પડ્યું.”

બીજા બાઈકમાં રાહ જોવી પડે તેમ હતી. માટે જે મળ્યું તે, એમ વિચારીને તેં આ સ્પેલન્ડર પર પસંદગી ઉતારી. અને માંડ- માંડ જેમ તેમ સગવડ કરીને આ બાઈક તને અપાવ્યું. આ દરમિયાન રોનિતે તેના મોઢામાંથી હરફ સુદ્ધાં નહોતો ઉચ્ચાર્યો. અમે તેના તરફથી નિશ્ચિત હતા. ગયા અઠવાડિયે ધંધામાં સરસ ઓર્ડર આવ્યો અને પૈસાની ઘણી છૂટ થઈ ગઈ. અમારા બંનેના મનમાં રોનિત માટે બાઈક લેવાનું બાકી છે તે તો હતું જ. માટે અમે બાઈક જોવા ગયા, અમને બંનેને “રોયલ એન્ફિલ્ડ” બહુ ગમ્યું. હા, કિંમત થોડી વધારે હતી, પણ રોનિતે સમય અને સંજોગ બંને સાચવી લીધા અમને ખૂબ આનંદમાં હતો માટે તેને માટે આ બાઈક લીધું.”

રોહિતને આ સાંભળીને પોતાના પર ખૂબ ગુસ્સો આવી રહ્યો હતો. અંદરથી ભાર પણ લાગતો હતો, તે બંનેય બાઈકને વારાફરતી જોતો હતો અને મનોમન પસ્તાતો હતો.

“અરે, વાહ ! રોહિત... શું બાઈક છે તારું... શું ચોઈસ છે તારી... કેટલો સમજુ છે તું... ભાઈ કહેવું પડે.” કટાક્ષમાં હસતાં-હસતાં સુજીત બોલ્યો. બધાં રોહિતનો આડાઈવાળો સ્વભાવ જાણતા હતાં. દરેક વાતમાં આડો ચાલે, જ્યારે રોનિત તેનાથી એકદમ વિપરીત હતો. સાવ સરળ... કોઈ વસ્તુમાં વાંધો નહીં. બધાંને વહાલો લાગે. હંમેશાં પ્રસન્ન રહેતો. રોહિતનો મિત્ર બનવા કોઈ તૈયાર ના હોય. જ્યારે રોનિતનું ખૂબ મોટું મિત્ર-વર્તુળ હતું. પણ, રોનિત પોતાના ભાઈના સ્વભાવને નજર અંદાજ કરી બધે સાથે લઈ જાય. બધા મિત્રો મનોમન ખુશ થતાં હતાં.

“રોહિત સાથે આવું જ થવું જોઈએ.” રોહિતને અત્યારે અંદરખાને ખૂબ દુઃખ થતું હતું. પોતાને ગમતી વસ્તુ તેનાં ભાઈ પાસે જોઈને તેનો જીવ બળતો હતો. રોનિત બધું સમજી ગયો હતો. તેણે હસતાં કહ્યું, “સરસ બાઈક છે જ ને... અને સમજદાર પણ ખરો, હં ને ! કે મમ્મી-પપ્પાના કેટલા પૈસા બચાવ્યા. અને નથી સ્પેલન્ડર એનું કે નથી એન્ફિલ્ડ મારું, બંનેય અમારા બંનેના છે. એક સરખા બાઈક કરતાં અલગ-અલગ બાઈક હોય તો સારું ને, અમને બંને ચલાવવાનો લાભ મળશે, કેમ ભાઈ?” અને આ સાંભળતાં જ રોહિતનાં ચહેરા પર સ્મિત ફરકી ગયું, અને તે રોનિતને ભેટી પડ્યો. ફરી એકવાર રોનિતે પોતાની સરળતાની સુવાસથી બધાને મંત્રમુગ્ધ કરી દીધાં.

અનુભવથી ધડતર




ગયા મહિને હું ટ્રેકિંગ માટે લદાખ ગયો હતો અને મને ત્યાં બહુ મજા આવી. મેં ત્યાંના ફોટા ફેસબુક પર અપલોડ કર્યા હતાં. મારા બધાં મિત્રોએ ફોટાઓ માટે ઘણી સુંદર કોમેન્ટ્સ કરી અને લાઈક્સ મોકલી, સિવાય એક વ્યક્તિ, મલ્હાર. એણે ઘણાં ખરાબ અને અપમાનજનક વાક્યો લખ્યાં હતાં.

એ વાંચીને હું ગુસ્સે થઈ ગયો અને મને સામો જવાબ આપવાનું મન થયું. પણ મને વિચાર આવ્યો કે, મલ્હારે કેમ આવું વર્તન કર્યું હશે? થોડીકવાર ધ્યાનથી વિચારતાં મને યાદ આવ્યું કે, વર્ષો પહેલાં, દિવાળીના દિવસે, અમે બધાં મિત્રો ભેગાં મળીને પોતપોતાની ગીફ્ટ ખોલી રહ્યાં હતાં. મલ્હાર શરૂઆતમાં વિડિઓ ગેઈમ મળવાથી ખુશ હતો પણ મારી પ્લે સ્ટેશનની ગીફ્ટ જોતાં જ એનું મન ખાટું થઈ ગયું. પહેલીવાર એ મારા માટે, મારા કુટુંબ માટે, અમારી સંપત્તિ અને મોભા માટે ગમે તેમ બોલ્યો. એના બેફામ શબ્દો સાંભળીને જ મારી આંખમાં આંસુ આવી ગયાં.

લગભગ એક અઠવાડિયા પછી મલ્હારે મારી માફી માંગી, પણ હું એને માફ ન કરી શક્યો, કારણ કે એના કઠોર શબ્દો મને ત્યારે પણ સંભળાઈ રહ્યાં હતાં. પછી સંવત્સરીના દિવસે મલ્હારે ફરી માફી માંગી અને પશ્ચાતાપ સાથે, મેં એને માફ કરી દીધો. અમે પહેલાંની જેમ ફરી મિત્રો બની ગયાં.

આમ વિચારતા મને સમજાયું કે હું જે મજા કરું છું એવું બધું કરવાની મલ્હારની ક્ષમતા નથી, એટલે એ ક્યારેક ઉખાડેલું વર્તન કરે છે. મારે



એક મિત્ર ખોવો નો'તો. એટલે મેં તરત જ એને જવાબ મોકલ્યો, “ભાઈ, તું સાચું કહી રહ્યો છે. તારાથી વધારે સારી રીતે મને કોણ ઓળખી શકે? હવે પછીની મારી ટ્રીપમાં તારે મારી જોડે આવવાનું જ છે અને બધા ફોટામાં મારી સાથે રહેવાનું છે.” અડધા કલાક પછી, મલ્હાર મારી ઓફિસે આવ્યો અને કહ્યું, “સંવત્સરી તો હજુ બહુ દૂર છે. પણ તું આજે મને માફ કરી દઈશ?” હું તરત જ એને ભેટી પડ્યો.

- શૈશવ

બાહુબલી

બાહુબલી ભગવાન ઋષભદેવના પુત્ર હતા. તેમના ૯૮ ભાઈઓએ ઋષભદેવ ભગવાન પાસે દીક્ષા લીધેલી હતી. ચક્રવર્તી બનવા માટે તેમને તેમના ભાઈ રાજા ભારત સાથે ભયંકર લડાઈ કરી. જ્યારે બહુબલી જીતની નજીક હોય છે ત્યારે તેમને પોતાની ભૂલ સમજાય છે અને તેમનામાં

ત્યાગની તીવ્ર ભાવના ઉદભાવે છે. જે હાથ તે મારવા માટે ઉગામે છે તેના વડે પોતાના કેશનું લોચન કરે છે. ત્યારબાદ જંગલમાં સાધના કરવા ચાલ્યા જાય છે.

દીક્ષા લીધા પછી તેઓ પણ ઋષભદેવ ભગવાન સાથે રહી સાધના કરવાનું વિચારે છે. ત્યાં જ એમને એમના ૯૮ ભાઈઓ યાદ આવે છે. પિતા જોડે એમના ૯૮ નાના ભાઈઓએ પણ દીક્ષા લીધી હતી. હવે દીક્ષામાં કેવું હોય કે એમને જેમણે પહેલાં દીક્ષા લીધી હોય તેઓ ભલે ઉંમરમાં નાના હોય છતાં દીક્ષાના માર્ગમાં મોટા કહેવાય. આ યાદ આવતાં એમને થયું કે જો હું એમની પાસે જઈશ તો મારે રોજ મારા નાના ભાઈઓને પગે લાગવું પડશે, મોટા હોવા છતાં મારે એમના શિષ્ય તરીકે રહેવું પડશે. આ મારાથી નહીં થાય. હું મારી રીતે સાધના કરી મોક્ષ મેળવી લઈશ. આમ એમને અહંકાર નડે છે. મહીં માન ઊભું થાય છે અને તેથી તેઓ પોતાની રીતે જ કેવળજ્ઞાન પામવા પ્રયત્ન કરવાનું નક્કી કરે છે અને જંગલમાં સાધના માટે જાય છે.

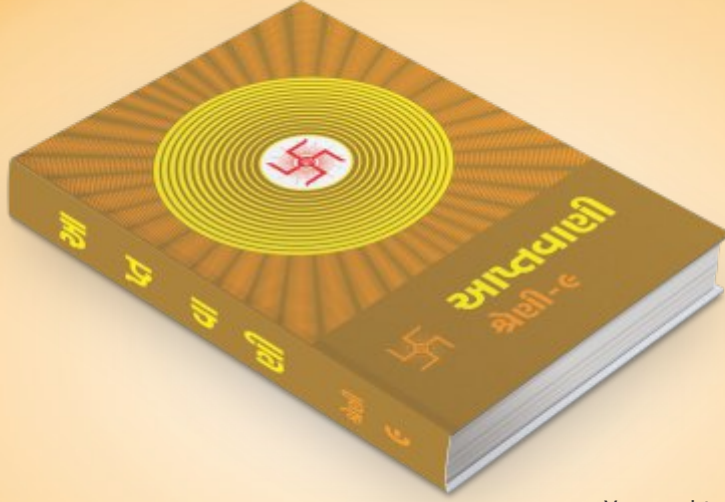
એક માત્ર મોક્ષ જ મેળવવાની ઈચ્છા સાથે બાહુબલી એક આસન પર ઊભા રહી ખૂબ કપરા તપ કરે છે. એમને ટાઢ, તડકો, ભૂખ, તરસ, વેદના, મચ્છર, જીવ-જંતુના ઊપદ્રવ આ કશાયની પડી નથી. વર્ષો વીતતા જાય છે. અડગ ઊભેલા બાહુબલીના પગ ઉપર આજુબાજુ ઉગેલા વેલા ચઢવા લાગ્યા. ધીમે ધીમે એમના મોઢા સિવાયના આખા શરીર પર વેલા ચઢી ગયા, સાપે રાફડા બાંધ્યા, પણ તોય બાહુબલીજી અડગ જ રહે છે. હજારો વર્ષોના આવા આકરા તપ પછી પણ એમને કેવળજ્ઞાન થતું નથી. આ બાજુ ઋષભદેવ ભગવાન

તો કેવળજ્ઞાની હતાં. એમને તો કેવળજ્ઞાનમાં બધું જ દેખાય. એમણે જોયું કે બાહુબલી પોતાના માન અને અહંકારને લઈને જ કેવળજ્ઞાનમાં અટક્યા છે. ભગવાન તો ખૂબ કડુણાવાળા હોય. એમણે બાહુબલીના કલ્યાણ માટે ખટખટ કરી. તેઓએ એમની શિષ્યા બ્રાહ્મી અને સુંદરી, જે બાહુબલીની બહેનો હતી એમને બોલાવી અને એમના દ્વારા બાહુબલી માટે એક સંદેશો મોકલાવ્યો.

બ્રાહ્મી અને સુંદરી બન્ને જંગલમાં પહોંચે છે. બાહુબલી એ જ અડગ અને સ્થિર મુદ્રામાં તપ કરી રહ્યાં હોય છે. બન્ને બહેનો ભાઈને કહે છે, “ગજ થકી હેઠાં ઊતરો રે વીરા, ગજ ચડે કેવળ ન હોય.”

ધ્યાનમાં ઊભેલા બાહુબલી પોતાની બહેનોની આ વાત સાંભળી નવાઈ પામે છે. એમને થાય છે કે આ બહેનો શું કહે છે? હું ક્યાં હાથી પર બેઠો છું? હું તો મુનિ અવસ્થામાં છું અને તપ કરી રહ્યો છું. પણ બહેનો એમ ને એમ કંઈ કહે નહીં. જરૂર એમના કહેવામાં કંઈક રહસ્ય છુપાયેલું છે. વિચાર કરતાં થોડી જ ક્ષણોમાં એમને સમજાય છે કે બહેનોની વાત સાચી છે. હું માનરૂપી ગજ એટલે કે હાથી પર બેઠો છું. ભાઈઓને નહીં નમું એ માન જ કહેવાય ને? જાતે મોક્ષ ખોળી લઈશ એ અહંકાર જ કહેવાય ને? માન સાથે ક્યારેય પણ મોક્ષ ન થાય. એમને પોતાની ભૂલ સમજાય છે અને ખૂબ પશ્ચાતાપ થાય છે. તેઓ તરત જ ઋષભદેવ ભગવાન પાસે જવાનું અને પોતાના નાના ભાઈઓને વંદન કરવાનું નક્કી કરે છે. નક્કી કરીને જ્યારે જવા માટે તેઓ પગ ઉપાડે છે કે ત્યારે જ એમને કેવળજ્ઞાન થાય છે.

દાદાશ્રીના પુસ્તકની ઝલક



Download free ebook version
of above book
by scanning this QR code

You need to download
QR Code Scanner App
from Play store
or iTunes Store



Visit

<https://goo.gl/w6tcj1>

પ્રશ્નકર્તા : આડાઈઓ કેમ જતી નથી ?

દાદાશ્રી : શી રીતે જાય તે ? ઘણા દહાડાનો મુકામ કરેલો અને પાછું ભાડાનો કાયદો, પેઠા પછી ખસે નહીં. અહીં રહેવા આવેલી એ આડાઈ ખસે કે પછી ?

મેં એક જણને કહ્યું, ‘આટલી બધી આડાઈ શું કરવા કરો છો ? થોડી આડાઈ ઓછી કરો ને ?’ ત્યારે એ કહે છે, ‘દુનિયામાં આડાઈ વગર તો ચાલે નહીં.’ ત્યારે મેં કહ્યું, ‘આ સાપનેય દરમાં પેસતી વખતે સીધું થવું પડે. જો મોક્ષે જવું હોય તો પાંસરા થાઓ ને ! નહીં તો લોક પાંસરા કરશે, ત્યાર પછી મોક્ષે જવાશે. એના કરતાં જાતે જ પાંસરા થઈ જાઓ ને !’ લોક તો મારી મારીને પાંસરા કરે, એના કરતાં જાતે પાંસરા થઈ જઈએ, એ શું ખોટું ?

માટે જાતે જ પાંસરા થઈ જાઓ. લોક મારી મારીને પાંસરા કરે કે ના કરે ?

પ્રશ્નકર્તા : દાદા, સામો માણસ આડો દેખાય એ પણ પોતાની જ આડાઈ ને ?

દાદાશ્રી : એ મોટામાં મોટી આડાઈ ને !

પ્રશ્નકર્તા : એટલે આડાઈઓ બધી પોતાની જ જોવાની છે ?

દાદાશ્રી : તો બીજા કોની ? બીજાને કહેવા જાઓ તો એ સામો થઈ જાય.

પ્રશ્નકર્તા : આડાઈઓની પણ કેટલીક વખત અમને ખબર નથી પડતી. એ અમને સરળતા લાગે.

દાદાશ્રી : એ ખબર ના પડે. એ તો મહીં ઊંડા ઊતરવું પડે. આડાઈઓ જોવા માટે નિષ્પક્ષપાતી વલણ લેવું પડે.

કોઈ આપણને કહે કે, ‘આડાઈ શું કરવા કરો છો?’ ત્યારે આપણે કહીએ, ‘જુઓ ને, મૂરખો છે ને ! હું આડાઈ કરું છું કે એ કરે છે?’ સામો ઊલટો આપણને તપાસ કરવાનું કહે, તો મહીં તપાસ કરો. આ તો આપણે આપણી આડાઈઓની તપાસ નથી કરતાં, પણ તેની આડાઈઓની આપણે તપાસ કરીએ છીએ. કેમ મને નથી કહેતા કે આડાઈઓ તમે કેમ કરો છો ?! હવે મારામાં આડાઈઓ દેખે, તો એ કહ્યા વગર રહે નહીં. જગત તો જેવું દેખે એવું કહે.

આડાઈનું સ્વરૂપ !

પ્રશ્નકર્તા : આડાઈનું સ્વરૂપ શું સમજવું ?

દાદાશ્રી : દિલ ઠરે એવી વાત હોય તો ય સ્વીકાર ના કરે, પોતાના મતે જ ચાલે. અમે કોઈને કશુંય કહીએ નહીં, દબાણ ના કરીએ. છતાં કોઈને કશું કહીએ અને જો કદી એ ના માને તો એને આડાઈ જ કહેવાય ને? પોતાના મતે જ ચાલવું છે ને? કે ‘જ્ઞાની’ની આજ્ઞાથી ચાલવાનું ?

પ્રશ્નકર્તા : ખરેખર ‘જ્ઞાની’ની આજ્ઞાથી જ ચાલવાનું છે.

દાદાશ્રી : બધી આડાઈ જ હોય. બધે જ્યાં હો ત્યાં આડાઈથી જ બધું ઊભું રહ્યું છે ને ! ફક્ત અમારામાં આડાઈ ના હોય. અમે આડાઈ શૂન્ય થઈ ગયેલા છીએ. કોઈ દબાણ કરે કે, ‘તમારે ફલાણું કામ કરવું જ પડશે. નહીં તો અમે બધા ઉપવાસ કરીશું.’ દુઃખમાં પડતાં હોય તો અમે કહીએ કે, ‘લે ભાઈ, કરીએ. પણ ઉપવાસ ના કરશો.’

પ્રશ્નકર્તા : એ આડાઈ ના કહેવાય ?

દાદાશ્રી : ના. આડાઈ આ કહેવાય કે ‘અમે ઉપવાસ કરીશું.’ અહીં જગત આખું અટક્યું છે.

પ્રશ્નકર્તા : અને જ્યારે આપ કહો તો એ

વખતે તેવું ના કરવું, એને આડાઈ કહેવાય ?

દાદાશ્રી : આડાઈ જ કહેવાય ને ! ત્યારે બીજું શું ? કંઈ ‘દાદાજી’ એવું કહે ખરાં કે આમ કરી લાવ ?! કંઈ આપણા હિતનું હોય તો જ કહે ને ?! માટે ત્યાં આડું ના થવું.

સમજણથી સરળતા !

તમે આડાઈ જોયેલી કે કોઈનામાં ? એ આડાઈ માણસોમાં હોય છે એવું જોયેલું ?

પ્રશ્નકર્તા : મારા પોતાનામાં જ હતી ને, દાદા. ભયંકર આડો હતો હું.

દાદાશ્રી : એમ ?! જે આડો હતો, તેને ય ‘પોતે’ જાણે ! કારણ કે જાણનાર જુદો ને ?! કે આડો થનાર તે જ જાણનાર હશે ? ના, આડો થનાર તે ન હોય જાણનાર. આમાં જાણનાર જુદો છે, જાણનાર ‘પોતે’ છે. પછી આડાઈ બધી તમારી જતી રહી, નહીં?

પ્રશ્નકર્તા : હજુ છે, દાદા.

દાદાશ્રી : તો પાંસરું થવું પડશે. આડાઈ તો ના ચાલે. અને જો આપણા આ ‘જ્ઞાન’થી પાંસરા નહીં થાઓ, તો લોક મારી-ઠોકીને પાંસરા કરશે. એના કરતાં સમજણથી જ પાંસરા થઈ જઈએ આપણે. એટલે ભાંજગડ મટી ગઈ ને ! હંમેશાં ય ડખોડખલ કરે ને, એટલે ધડ કરીને વાગે. એટલે એ એને પાંસરો જ કરતી જાય. ડખોડખલ જ પાંસરા કરે છે. એ આડાઈનાં શીંગડાં બધાં અહીં તૂટી જાય તો રાગે પડી જાય ! એ બધી આડાઈઓ પાશવતા જેવી હોય. સારા બે માણસ કહે કે, ‘અલ્યા ભાઈ, અમારી વાત માનને !’ ત્યારે એ શું કહેશે ? ‘ના, એ મારા માન્યામાં નથી આવતું.’ એ એની આડાઈ આપણી સામે ઉઘાડી પાડી. એ આડાઈ જશે ત્યારે મોક્ષ થશે.

એક પ્રયોગ

હવે આપણે એક પ્રયોગ કરીએ...

પ્રયોગ માટે વસ્તુઓ:

- ૨ બોટલ
- ૧ બરફની પાટ
- ૧ થોડું પાણી
- ૧ ગેસ (સ્ટવ)
- ૧ તપેલી
- ૧ હથોડી
- ૧ બરફ છીણવા માટેની છીણી.

પદ્ધતિ :

- ૧ : એક બોટલમાં બરફની પાટ ભરો.
- ૧.૧ : બરફની પાટને તપેલીમાં નાખી ગેસ પર ગરમ કરો, અને તે પાણી બોટલમાં ભરો.

અથવા

- ૧.૨ : બરફની પાટના હથોડીથી નાના-નાના ટુકડા કરો. અને તે ટુકડાને બોટલમાં ભરો.

અથવા

- ૧.૩ : બરફની પાટને છીણીની મદદથી છીણી, તેનું છીણ બોટલમાં ભરો.



અથવા

- ૧.૪ : બરફની પાટને તપેલીમાં કલાકો સુધી મૂકી રાખો અને તે પીગળે ત્યારે પાણીને બોટલમાં ભરો.
- ૨ : બીજી બોટલમાં પાણી ભરી દો.

નિરીક્ષણ :

પહેલી બોટલને બરફની પાટથી ભરવા માટે તેના પર ક્રિયાઓ કરવી પડી. જ્યારે બીજી બોટલને સરળતાથી પાણીથી ભરી શક્યા તેના પર કોઈ પણ વિશેષ ક્રિયા કરવાની જરૂર ન પડી.

તારણ :

બરફ “જડ” છે જ્યારે પાણી “સરળ” છે.

ભૌતિક વિજ્ઞાન:

જડ વસ્તુ અથવા વ્યક્તિઓના સ્વરૂપમાં પરિવર્તન લાવવા માટે તેમનાં પર અલગ-અલગ પ્રક્રિયાઓ થાય છે જ્યારે સરળ વસ્તુ અથવા વ્યક્તિને જેમ છે તેમ સ્વીકારાય છે.





કુદરતી સૌંદર્ય શબ્દ સાંભળતાં જ આંખોની સામે પર્વત, વાદળ, નદી, ઝાડ, ફૂલ, વગેરે આવી જાય અને જો કોઈ કુદરતી સૌંદર્ય ધરાવતા સ્થળે જવાનું થાય તો કાં તો કોઈ નદી કિનારા પર પસંદગી ઉતારશે અથવા તો કોઈ દરિયા કિનારા પર તો કોઈ પહાડોની વચ્ચે પસાર થતાં ઝરણાં અથવા ધોધ ને નિહાળવાનું વિચારશે. પણ આપણે ક્યારેય વિચાર્યું કે બધાંને પાણી જોવું કેમ ગમે છે? કારણકે દરેક આકારમાં ઢળી જવાનો અને ઝીણામાં ઝીણી તિરાડમાંથી પોતાનો માર્ગ કરીને આગળ નીકળવાનો તેનો ગુણધર્મ છે. પાણી સરળતાનું ઉત્કૃષ્ટ ઉદાહરણ છે. જેમ પાણીને અત્યારે માટલામાં ભર્યું છે, તેને બોટલ કે ગ્લાસમાં કે તપેલીમાં ભરવા માટે તેના પર કોઈ વિશેષ ક્રિયા કરવાની જરૂર નથી. તે સરળતાથી બીજા આકારમાં ઢળી પડે છે. તેવી જ રીતે સરળ વ્યક્તિ પણ આવેલી પરિસ્થિતિમાં સહેલાઈથી ભળી જાય છે વ્યક્તિનો દેખાવ નહીં પણ તેની સરળતા તેને સુંદર બનાવે છે.

આધ્યાત્મિક વિજ્ઞાન :

આપણે આપણા જીવનમાં ઘણીવાર બરફ જેવા બની જઈએ છીએ અને સરળતાની જગ્યાએ, આડાઈ આપણી અંદર આવી જતી હોય છે જો આપણે યાદ કરીએ તો ઘણીવાર આપણને તેના કારણે અપશબ્દ સાંભળવાનું આવ્યું હશે, માર ખાવાનું આવ્યું હશે, ભાર રહ્યો હશે, પશ્ચાતાપ કરવાનો વખત આવ્યો હશે. પણ આ આવ્યું જ કેમ ? તો તેનો જવાબ પાણી-બરફના ઉદાહરણમાં છે દાદાશ્રી કહે છે “જો જાતે પાંસરા નહીં થાઓ, તો દુનિયા માર મારી ને પાંસરા કરશે.”

તો ચાલો, આપણી અંદર સરળતાનો ગુણ ખીલવીએ અને સૌને વહાલા બની રહીએ.

આડાઈની વ્યાખ્યા

પ્રશ્નકર્તા : આડાઈ એટલે શું?

દાદાશ્રી : આડાઈ એટલે રાત્રે કોઈની જોડે આપણને ભાંજગડ પડી હોય અને સવારમાં વાત કરવા આવે તો આપણે વાત ના કરીએ. કહે, 'તારી જોડે નહીં બોલું' એ પાછો આડો થાય. અલ્યા, રાતની વાત રાતે ગઈ. ગઈ કાલે શનિવાર હતો, આજ તો રવિવાર છે. પણ શનિવારની વાત રવિવારે ખેંચી લાવે તે આડાઈ.

આ જગતમાં આડાઈ સાથે આડાઈ રાખશો તો ઉકેલ નહીં આવે. આડાઈ સામે સરળતાથી ઉકેલ આવશે.

પછી ભૂલની ખબર ના હોય ને એને ઢાંકીએ, એ વાત જુદી છે. પણ ભૂલની ખબર હોય ને ઢાંકીએ કે રક્ષણ કરીએ એ મોટામાં મોટી આડાઈ. દા.ત. તમારો તમારા મિત્ર સાથે ઝઘડો થયો અને એમાં તમે એને મારી દીધું. તમને મનમાં થાય તો ખરું કે આ ખોટું થઈ ગયું. પણ કોઈ કહે કે કેમ માર્યું, તો તમે કહો કે એને મારવા જેવો જ હતો, એ આડાઈ.

સામાની વાત સાચી હોય તો ય ના માને, અને પોતાના મતે જ ચાલે એને આડાઈ કહેવાય.

આડાઈની સામે આડાઈ કરવાના પરિણામે આફતો ઊભી થાય છે.

મહાત્મારતના અંશો :

૧) પાંડવોએ બનાવેલા નવા મહેલના એક ભુવનમાં પાણીની જગ્યાએ ચમકતી લાદી દેખાય એવી કારીગરી કરી હતી. આ ઓરડામાં પાણી નહીં જોઈ શકવાથી દુર્યોધન લપસી પડ્યો. આ જોઈ ઝરૂખામાં બેઠેલી



દ્રૌપદી એની ઠેકડી ઉડાવતા હસી અને બોલી, “આંધળાના (પુત્ર) આંધળા જ હોય.” આ દુર્યોધનને ઘણું અપમાનજનક લાગ્યું. - **દ્રૌપદીની આડાઈ.**

૨) દુર્યોધન આ અપમાનને ભૂલી ન શક્યો અને એણે દ્યુત ક્રીડા (શતરંજ/જુગારની રમત)નું આયોજન કર્યું, જે જીતી જવાય એવી ગોઠવણ કરાઈ હતી. પાંડવો આ રમત હારી જતાં, દ્રૌપદીને વાળ ખેંચીને કૌરવોની રાજસભામાં લાવવામાં આવી અને એનું ચીરહરણ કરવાનો પ્રયત્ન થયો. - **દુર્યોધનની આડાઈ.**

૩) આ ઘટના પછી, પાંડવોએ બદલો લેવાનો નિશ્ચય કર્યો. - **પાંડવોની આડાઈ.**

૪) દુર્યોધને પાંડવોને રહેવા માટે માત્ર પાંચ ગામ આપવાની પણ ના પાડી. - **દુર્યોધનની આડાઈ.**

આના પરિણામે મહાભારતનું યુદ્ધ થયું. **દુશ્મનોનો નાશ થયો, પણ દુશ્મની રહી.**

વાળીએ એમ વળી જાય એને સરળ કહેવાય. દા.ત. એકવાર કહ્યું હોય કે કોઈની વસ્તુ પૂછ્યા વગર ન લેવાય. તો કાયમ માટે પૂછીને જ લેતો થઈ જાય એનું નામ સરળ .

|| રામાયણ ||

રામાયણના અંશો :

૧) દશરથની ત્રણેય રાણીઓએ રામને પોતાના પુત્રની જેમ જ ઉછેર્યો હતો. રામ યુવાન થતાં, આખી અયોધ્યા નગરીએ એમને રાજા તરીકે સ્વીકાર્યા અને એમના રાજ્યાભિષેકનો દિવસ નક્કી થયો. પરંતુ, મંથરા નામની દાસીની ઉશ્કેરણીને લીધે, કૈકેયીએ રાજા દશરથ સામે શરતો મૂકી કે, રામનો રાજ્યાભિષેક ના થાય અને એ ચૌદ વર્ષ માટે વનમાં જાય. - **કૈકેયીની આડાઈ.**

૨) વર્ષો પહેલાં, દશરથે કૈકેયીને પોતાનું જીવન બચાવવા માટે વચન આપ્યું હતું. આ વચનના પાલન માટે કૈકેયીની શરતો માન્ય રાખવી આવશ્યક હતી, એટલે એમને પોતાને અતિપ્રિય એવા આજ્ઞાંકિત પુત્ર રામને વનમાં જવા કહ્યું. - **દશરથની સરળતા.**

૩) રામે વિનયપૂર્વક પિતાની આજ્ઞાનું પાલન કર્યું અને પોતાની પત્ની સીતા અને ભાઈ લક્ષ્મણ સાથે વનમાં ચાલ્યા ગયાં. આ ઉપરાંત, એમના મનમાં કૈકેયી પ્રત્યે જરા પણ દ્વેષ કે અણગમો ન હતો, પરંતુ આ ઘટના પહેલાં જેવો પ્રેમ અને વિનય હતો, એવો જ રહ્યો. - **રામની સરળતા.**

૪) સમય જતાં, કૈકેયીને પોતાની ભૂલ સમજાય છે અને એ હૃદયપૂર્વક ખૂબ પસ્તાવો કરે છે, જેથી વૈમનસ્યની કોઈ શક્યતા ના રહે. - **સરળ બનવાના કારણે કૈકેયીમાં થયેલો ફેરફાર.**

આડાઈ સામે સરળતા રાખવાથી આફત ટળી જાય છે.

ચાલો રમીએ... કષાય શુટર

- સ્ટેપ ૧ : ઘટકો
- ૪ દીવાસળી
- ૧ રબર બેન્ડ
- ૧ પીન /ટાંકણી
- ૧ ૩"×૩"નો કાગળ

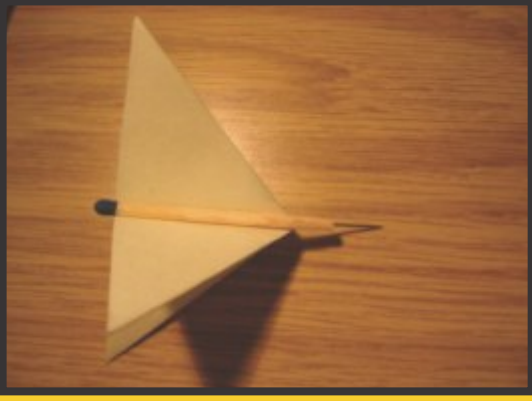


સ્ટેપ ૨ : કાગળને ચિત્રમાં બતાવ્યા પ્રમાણે તેને ફોલ્ડ કરો.

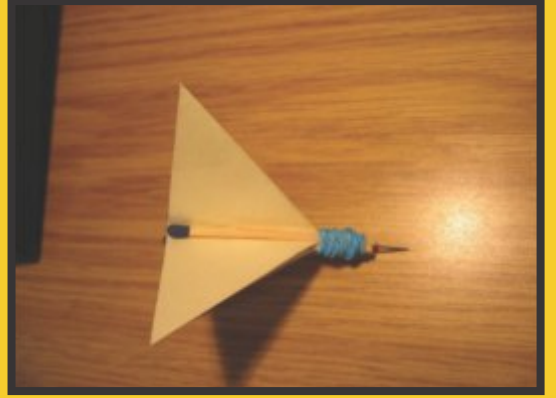


સ્ટેપ ૩ : પીન/ટાંકણી ચોટાડો

પીનને કાગળ પર ચોટાડો. પીન, તીરની ટોચ પર રાખો. પીનની લંબાઈ દીવાસળીની લંબાઈ મુજબ રાખવી. નીચેના ચિત્રમાં દર્શાવ્યા પ્રમાણે.

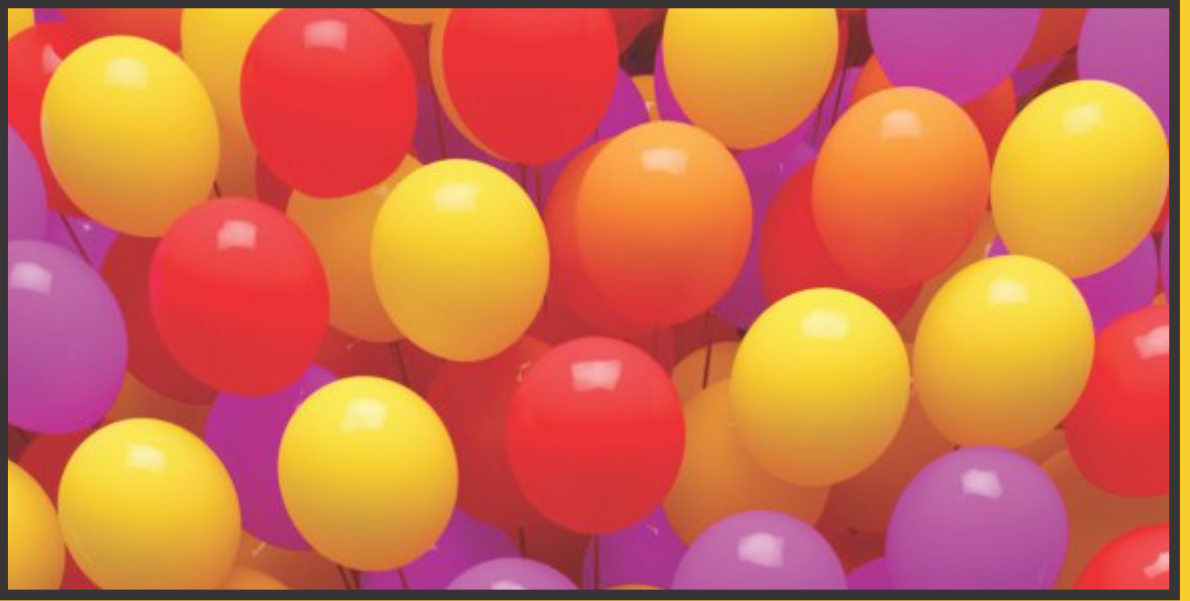


સ્ટેપ ૪ : કાગળના ચારેય ફોલ્ડ (ગડી) પર દીવાસળી મુકો. તેમને એક સાથે મુકવી.



સ્ટેપ ૫ : રબર બેન્ડ નો ઉપયોગ કરો

ચારે ય દીવાસળીને રબર બેન્ડ સાથે બાંધી દો. રબર બેન્ડ, દિવાસળીઓ સાથે મજબુતાઈથી બંધાવું જોઈએ.



કષાય – ક્રોધ – લોભ – કપટ... લખેલા કુગ્ગાઓ ફોડો – અને તેના માટે, આ તમારા ઘરે બનાવેલા તીર વાપરો.

પ્રસંગોપાત થતી આડાઈ

૧.હું નાની હતો ત્યારે મમ્મી ઘરનું કામ ચીંધીને જતાં અને પાછા આવે ત્યારે તેમના મરજી મુજબનું કામ ના થયું હોય ત્યારે તેઓ ગુસ્સો કરતાં અને હું “આટલું કામ કર્યું તેમ છતાં ગુસ્સો કરો છો” તેમ કહી ને રિસાઈ જતો અને જમવાની ના પાડીને તેમને વધુ હેરાન કરતો.



૨.જો હું મારી મિત્રને સલાહ આપુ, અને એ જો મારું ના માને અથવા કહે કે આવું ના હોય, આવું ના ચાલે, તો હું એમની સાથે બોલવાનું બંધ કરી દઉં.

૩.જ્યારે મને રજા જોઈતી હોય ત્યારે boss રજા ના આપે ત્યારે મારાથી નિષ્ઠાપૂર્વક કામ ના થાય



૪.આપણાથી નાના ભાઈ કે બહેન હોય અને આપણું બહુ કામ કરતાં હોય અને કોઈ વાર જો તેઓ ના પાડે તો તેના પર ગુસ્સો આવે અને બહુ વઢી નાખું અને તેમને મદદની જરૂર હોય તો તે પણ ના કરું.

આડાઈથી થતા નુકશાન

૧ આડાઈથી માનસિક તણાવ વધી જાય છે. અને આપણને અંદરથી જ અકળામણ અને દુઃખ ઉત્પન્ન થવા લાગે છે. સામે વાળી વ્યક્તિ પર આપણને અને તેને, બંને ને એક બીજા પર થોડી વાર અભાવ થઈ જાય. પછી વિશ્વાસ, પ્રેમ ઓછો થતો જાય.

૨ ક્યારેક સારી ચીજ હોય તો ય બારણા બંધ કરી નાખ્યા હોય તો જે પ્રાપ્ત કરવાનું હોય એ પણ ગુમાવે.



આડાઈથી માત્ર નુકસાન જ થાય, નફો નહીં.

તમે આડાઈની સામે કેવા ઉપાયો કરો છો ?

તમારા ઉપાયો અને તમારા આડાઈથી લઢવાના અનુભવો નીચેના કોઈપણ માધ્યમથી મોકલાવો...



Email - akramyouth@dadabhagwan.org



Facebook - <http://facebook.com/akramyouth.mag>



Twitter - @AkramYouth

જાન્યુઆરી ૨૦૧૭
વર્ષ-૪, અંક-૯
સળંગ અંક-૪૫

અક્રમ યુથ

Date of Publication: 22nd of Every Month
RNI No. GUJENG/2013/53112
Reg. No. G-GNR-311/2017-2019
Valid up to 31-12-2019
Posted at Adalaj Post Office
on 22th of every month

Monthly Youth Magazine
SUBSCRIPTION

40% One Year
OFFER

Price : ₹ ~~125~~
You pay : ₹ 75

Monthly Youth Magazine
SUBSCRIPTION

52% Five Year
OFFER

Price : ₹ ~~625~~
You pay : ₹ 300

Offer Valid till
28 February 2017

Akram Youth Subscription Form

Full Name : _____

Address : _____

City : _____ State : _____ Country : _____

Pincode : _____ Phone : _____

E-Mail : _____ Date of Birth : dd/mm/yyyy

Gujarati English

1 Year	₹ 125	₹ 75	<input type="checkbox"/>
5 Year	₹ 625	₹ 300	<input type="checkbox"/>

D.D/M.O. should be in favour of 'Mahavideh Foundation', payable at Ahmedabad.

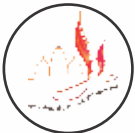
Please enclose payment or pay by credit card online at :
store.dadabhagwan.org/akram-youth

Send this form and enclosed payment to

Akram Youth

'Dada Darshan', 5, Mamta Park Society, B/h.
Navgujarat college, Usmanpura, Ahmedabad -
380 014, Gujarat, India.

We would love to hear from you.
Send us your feedback and suggestions.
Email: akramyouth@dadabhagwan.org



આપના પ્રતિભાવ કે સૂચન akramyouth@dadabhagwan.org પર જરૂર આપશો.

માલિક - મહાવિદેહ ફાઉન્ડેશન વતી પ્રકાશક, મુદ્રક અને તંત્રી - શ્રી ડિમ્પલ મહેતા દ્વારા
અંગા ઓફસેટ - પાર્શ્વનાથ ચેમ્બર્સ, ઉસ્માનપુરા, અમદાવાદ-૧૪ ખાતે છપાવી પ્રકાશિત કર્યું છે.

