ઓગષ્ટ ૨૦૦૯ દાદા ભગવાન પરિવારનું કિંમત રૂ. ૧૨/-

અક્રમ એક્સપ્રેસ

હેપ્પી બર્થડે અક્રમ એક્સપ્રેસ

ક્રોધ

અક્રમ એક્સપ્રેસ

ક્રોધ

વ્હાલા બાળમિત્રો,

જય સચ્ચિદાનંદ.

શું તમને ક્યારેય ક્રોધ આવ્યો છે ? ક્રોધમાં આવીને ક્યારેય તમે બૂમાબૂમ કરી છે કે કોઈને મારી દીધું છે? કદાચ એવું બન્યું હોય કે તમારા નાના ભાઈએ તમારું રમકડું તમને પૂછ્યા વગર લઈ લીધું હોય અથવા તો તમારા સ્કૂલ ટીચરે ખૂબ લેશન આપ્યું હોય અથવા તમારા મિત્રે તમારી વિડીયો ગેમ રમવા લીધી હોય અને તોડી નાખી હોય. આવું કંઈ પણ બન્યું હોય અને તમને ક્રોધ આવ્યો હોય?

હવે ખરેખર ક્રોધ કોને કહેવાય છે ? શું ક્રોધ કરવો જરૂરી છે ? ક્રોધ થઈ જાય તો શું કરવું ? વગેરેની સુંદર સમજણો પરમ પૂજ્ય દાદાશ્રીએ આપી છે, જે પ્રસ્તુત અંકમાંથી મળશે.

તો ચાલો, આપણે આવતા અંક સુધી આમાંની દરેક સમજણને હોમવર્ક તરીકે લઈએ અને ક્રોધમાંથી મુક્ત થવામાં સફળ થઈએ.

- ડિમ્પલ મહેતા

અનુક્રમણિકા

દાદાજી કહે છે........ ૧
ક્રોધ કેટલો વસમો! ૨
આ તો નવી જ વાત!........ ૪
ફાયદો જ ફાયદો........ ૬
મીઠી યાદેં........ ૧૦
ઐતિહાસિક ગૌરવગાથા........ ૧૨
ચાલો રમીએ........ ૧૫
બાળકો સાથે નીરુમા........ ૧૬
'દાદા' રે! તારા મંદિરીયામાં, ગુરુપૂનમનો મેળો ભરાય........ ૧૭
હેપ્પી બર્થ ડે અક્રમ એક્સપ્રેસ........ ૧૮
તમારી પસંદ એ જ અમારી પસંદ........ ૧૯
ચિત્રકળા સ્પર્ધા અને મારી સમજણ........ ૨૧
મારી વાત........ ૨૨

તંત્રી તથા સંપાદક :
ડિમ્પલભાઈ મહેતા
વર્ષ : ૧, અંક : ૧૨
સળંગ અંક : ૧૨
ઓગષ્ટ ૨૦૦૯

સંપર્ક સૂત્ર :
બાળવિજ્ઞાન વિભાગ
ત્રિમંદિર સંકુલ, સીમંધર સીટી,
અમદાવાદ-કલોલ હાઈવે,
મુ.પો. - અડાલજ,
જી.ગાંધીનગર-૩૮૨૪૨૧,ગુજરાત.
ફોન : (૦૭૯) ૩૯૮૩૦૧૦૦
email:akramexpress@dadabhagwan.org

અમદાવાદઃ (૦૭૯)
૨૭૫૪૦૪૦૮,૨૭૫૪૩૯૭૯
રાજકોટ ત્રિમંદિર : ૯૨૭૪૧૧૧૩૯૩
વડોદરા : (૦૨૬૫) ૨૪૧૪૧૪૨
મુંબઈ : ૯૩૨૩૫૨૮૯૦૧-૦૩
U.S.A.: ૭૮૫-૨૭૧-૦૮૬૯
U.K.: ૦૭૯૫૬૪૭૬૨૫૩
Website: kids.dadabhagwan.org

Publisher,Editor & Printed, Published from Dimplebhai Mehta on behalf of Mahavideh Foundation
5, Mamtapark Society,
Bh. Navgujarat College,
Usmanpura, Ahmedabad-14.

Print at:-
Amba Offset
Basement, Parshvanath Chambers, Nr.RBI,
Usmanpura, Ahmedabad-14.

લવાજમ (ગુજરાતી)
વાર્ષિક સભ્ય
ભારત : ૧૦૦ રૂપિયા
યુ.એસ.એ. : ૧૫ ડોલર
યુ.કે. : ૧૦ પાઉન્ડ
પાંચ વર્ષ
ભારત : ૪૫૦ રૂપિયા
યુ.એસ.એ. : ૬૦ ડોલર
યુ.કે. : ૪૦ પાઉન્ડ
D.D. / M.O. 'મહાવિદેહ ફાઉન્ડેશન'ના નામે મોકલવો.

દાદા કહે છે...

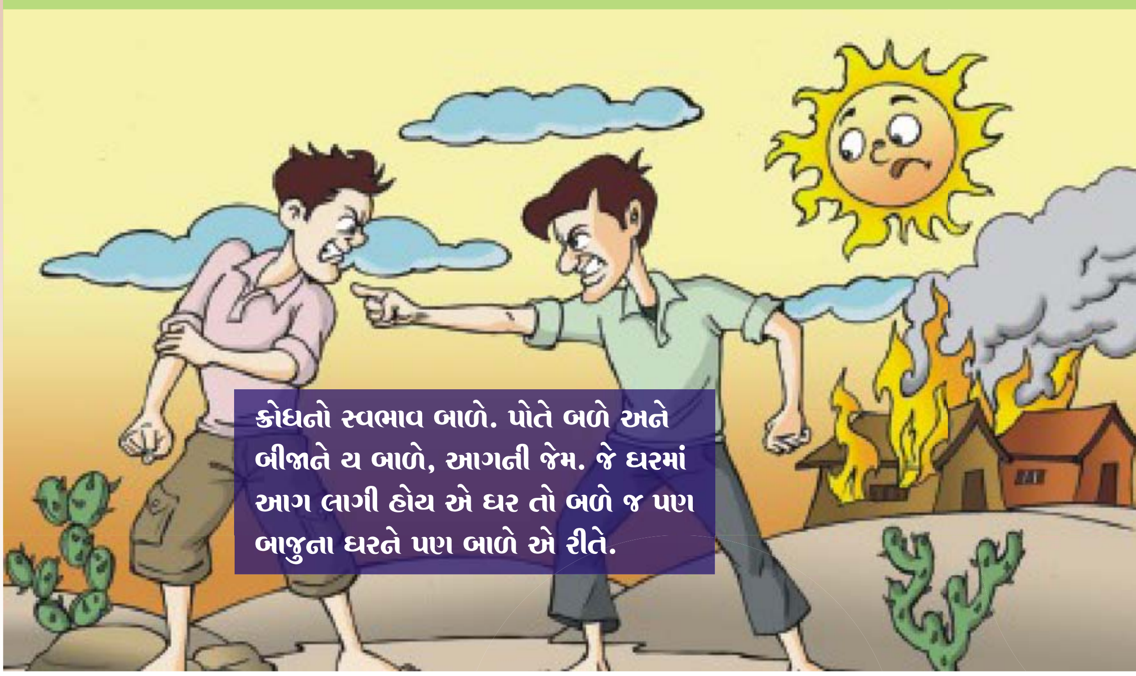
પ્રશ્નકર્તા : આપણાથી ક્રોધ કેમ થઈ જાય છે ?

દાદાશ્રી : સામાન્યપણે આપણું ધાર્યું ના થાય, આપણી વાત સામો સમજતો ના હોય, ડિફરન્સ ઓફ વ્યુ પોઈન્ટ થાય, ત્યારે ક્રોધ થઈ જાય. ઘણીવાર આપણે સાચા હોઈએ ને કોઈ આપણને ખોટા પાડે તો ક્રોધ થઈ જાય.અપમાન થાય ત્યાં ક્રોધ થાય, નુકસાન થાય ત્યાં ક્રોધ થાય. પોતાની જાત ઉપર કંટ્રોલ ન રહે એટલે ક્રોધ થઈ જાય. કંટ્રોલ રાખવા માટે પહેલા કંઈક સમજવું જોઈએ. કો'ક આપણી ઉપર ક્રોધ કરે તો સહન થાય છે કે નહીં, આપણને ગમે છે કે નથી ગમતું? એ જોવું જોઈએ. આપણને જેટલું ગમે એટલું જ વર્તન બીજા જોડે કરવું. પછી દેખાતું બંધ થઈ જાય એટલે ક્રોધ થાય. માણસ ભીંતને ક્યારે અથડાય? જ્યારે એને ભીંત દેખાતી ન હોય ત્યારે ને? એવું મહીં સૂઝ પડતી બંધ થઈ જાય એટલે આગળનો રસ્તો દેખાય નહીં, શું કરવું એ સમજાય નહીં ત્યારે માણસથી ક્રોધ થઈ જાય.

મનુષ્ય પોતાની શક્તિ હોવા છતાં સામાને દુઃખ આપે નહીં, પોતાના દુશ્મનને પણ દુઃખ આપે નહીં, એનું નામ બળવાનપણું કહેવાય છે. અત્યારે કોઈ તમારી ઉપર ક્રોધ કરતો હોય ને તમે તેના પર ક્રોધ કરો તો તે બાયલાપણું ના કહેવાય ? એટલે આ ક્રોધ-માન-માયા-લોભ એ બધી નિર્બળતાઓ છે. બળવાન હોય તેને ક્રોધ કરવાની જરૂર જ ક્યાં રહી ? પણ આ તો ક્રોધનો જેટલો તાપ છે એ તાપથી સામાને વશ કરવા જાય છે. ક્રોધ કરનાર કરતાં ક્રોધ ન કરનારનો તાપ કંઈ ઓર જ જાતનો હોય છે ! એનાથી જાનવરો પણ વશ થઈ જાય. વાઘ-સિંહ, દુશ્મનો બધાં, આખું લશ્કર વશ થઈ જાય !

ક્રોધ થઈ ગયો ત્યારે કો'ક કહે કે 'શું આટલો બધો ક્રોધ કરો છો?' ત્યારે કહેવું,' હા, ક્રોધ બહુ ખોટી વસ્તુ છે. મારી નબળાઈને લીધે થઈ જાય છે.' આમ ક્રોધનું રક્ષણ ન કરવાથી ક્રોધ જાય.

જ્યાં જ્યાં ને જ્યારે જ્યારે ક્રોધ આવે ત્યારે જેને આપણા ક્રોધથી દુઃખ થયું હોય તેનું તિક્રમણ કરવું, પસ્તાવો કરવો ને ફરી નહીં કરું એવો દૃઢ નિશ્ચય કરવો. કારણ કે જેની પ્રત્યે ક્રોધ થાય, તેને દુઃખ થાય, તે પછી વેર બાંધે. એટલે પછી આવતે ભવ પાછો ભટકાય.



ક્રોધ કેટલો વસમો!

એક મોટું જંગલ હતું. તેમાં એક તાપસે પોતાનો આશ્રમ બનાવ્યો હતો. તેમાં એ પોતાના શિષ્યો સાથે રહેતા હતા. આશ્રમની આજુબાજુએમણે સુંદર ઉદ્યાન રચ્યો હતો. ઉદ્યાનમાં રંગબેરંગી ફૂલો વાવ્યા હતા. એ સુગંધી ફૂલોથી આશ્રમ સદાય મહેંકતો હતો. વિવિધ ફળોના વૃક્ષો હતાં, સુંદર પક્ષીઓ પણ તેમાં આશ્રય લેતાં. ત્યાંનું વાતાવરણ ખૂબ રમણીય અને આનંદદાયક હતું. તાપસ ખૂબ તપ કરતાં. ઝાડના ફળો ખાઇ ત્યાં નિર્મળ ઝરણાનું પાણી પી સૌ સાથે મળી સુખેથી રહેતાં. તાપસ સાધુને પોતાના આશ્રમ અને તેની વનરાજી પર અપાર મમતા, એટલે ખૂબ કાળજી રાખતાં. તેથી તે હંમેશા સ્વચ્છ અને સુંદર હોય.

એકવાર તાપસ આશ્રમ બહાર ગયા હતાં. ત્યારે બાજુનાં ગામનાં છોકરાઓ ફરતાં ફરતાં એ ઉદ્યાનમાં આવી પહોંચ્યા. આશ્રમની સુંદરતા જોઇ તેઓ તો ખુશ થઇ ગયા. ખુશીમાં ને ખુશીમાં દોડધામ મચાવી રમવા લાગ્યા. ઝાડની ડાળીઓ પર લટકી ઝુલા ખાવા લાગ્યા. ઝાડ ઉપર ચડી વાંદરાની પેઠે કુદાકુદ કરવા લાગ્યા. સુંદર ફૂલો તોડી ભેગા કરવા લાગ્યા. આશ્રમમાં ધમાચકડી, શોર મચી ગયો. તાપસના શિષ્યોએ તેમ ન કરવા વિનંતી કરી પણ કોઇએ સાંભળ્યું જ નહીં.

એટલામાં તાપસ આવી ગયા. શિષ્યોએ તેમને છોકરાઓના તોફાનની જાણ કરી. આ સાંભળતા જ તાપસ ખૂબ ક્રોધે ભરાયા અને ક્રોધમાં ને ક્રોધમાં

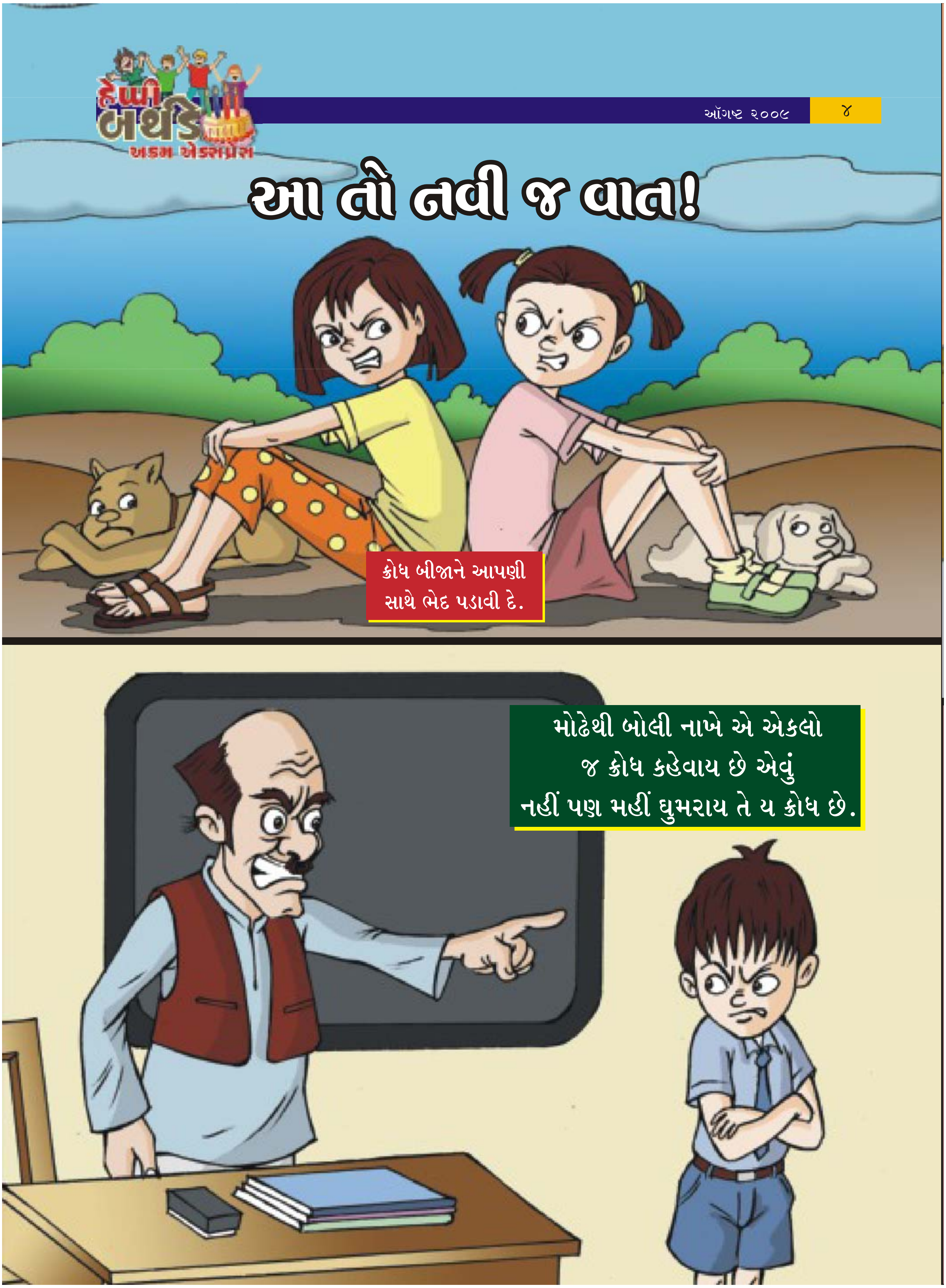
દોડતાં દોડતાં એમનો પગ એક ખાડામાં પડી ગયો અને તેઓ ગોથું ખાઇને પડી ગયા. જોરથી પડતાંની સાથે જ કુહાડી એમના હાથમાંથી ઉછળી અને...

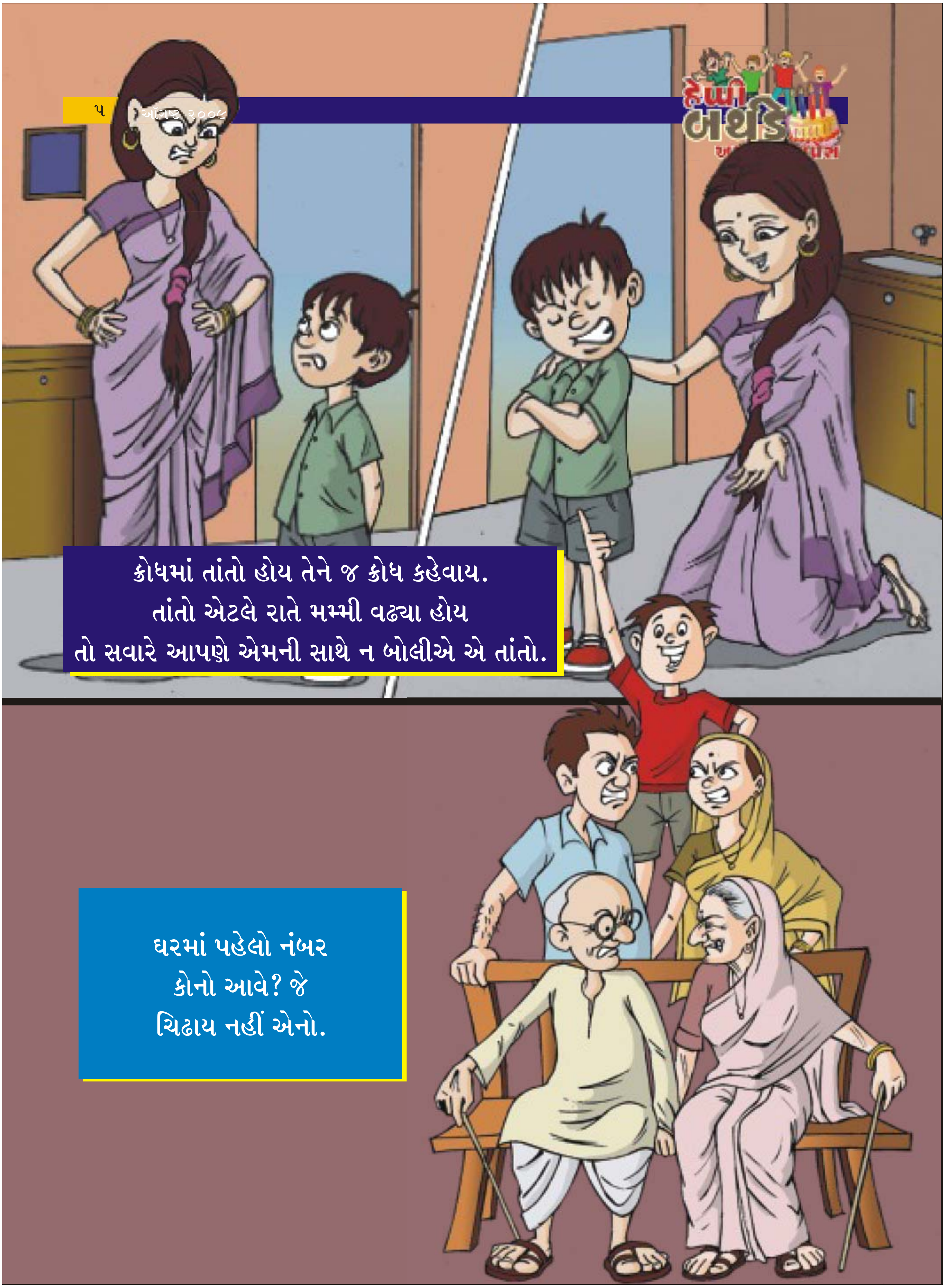
કુહાડી લઈ તેમને મારવા દોડ્યા. દોડતાં દોડતાં એમનો પગ એક ખાડામાં પડી ગયો અને તેઓ ગોથું ખાઈને પડી ગયા. જોરથી પડતાંની સાથે જ કુહાડી એમના હાથમાંથી ઉછળી અને જોરથી એમના જ ગળામાં વાગી. તેઓ ત્યાં ને ત્યાં જ મૃત્યુ પામ્યા. આમ ક્રોધમાં ને ક્રોધમાં એનું મૃત્યુ થયું. મૃત્યુ વખતે ભયંકર ક્રોધમાં હોવાને કારણે બીજા ભવમાં એ ભયંકર ઝેરી નાગ થાય છે.

આ નાગ એ જ ચંડકૌશિક નાગ, જેણે ભગવાન મહાવીરના પગમાં ડંખ માર્યો હતો. ભગવાનના બોધથી તેને આગલો ભવ યાદ આવ્યો. પોતાના ભયંકર ક્રોધના પરિણામે નાગ તરીકે જન્મ થયો એ ખ્યાલ આવ્યો. અંતે પ્રાયશ્ચિત કરીને એ દેવગતિને પામ્યા.

ક્રોધનું આવું ભયંકર પરિણામ આવે છે એવું ક્યારેય જાણ્યું છે?

આ તો નવી જ વાત!

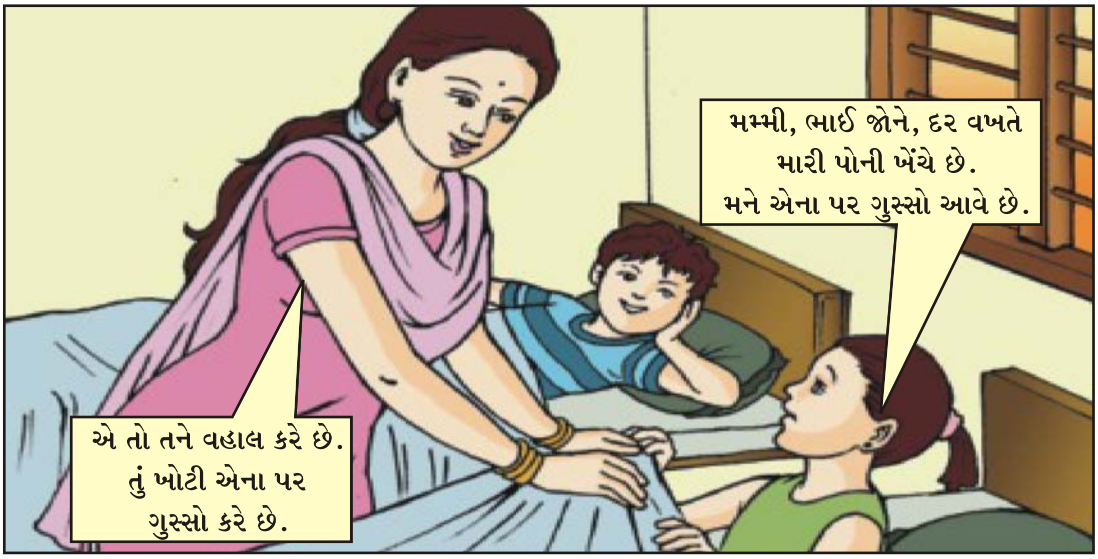

ક્રોધ બીજાને આપણી
સાથે ભેદ પડાવી દે.
મોઢેથી બોલી નાખે એ એકલો
જ ક્રોધ કહેવાય છે એવું
નહીં પણ મહીં ઘુમરાય તે ય ક્રોધ છે.


ક્રોધમાં તાંતો હોય તેને જ ક્રોધ કહેવાય.
તાંતો એટલે રાતે મમ્મી વઢ્યા હોય
તો સવારે આપણે એમની સાથે ન બોલીએ એ તાંતો.
ઘરમાં પહેલો નંબર
કોનો આવે? જે
ચિઢાય નહીં એનો.

ફાયદો જ ફાયદો

સાહિલ અને જેસલ બન્ને ભાઈ-બહેન હતા.
સાહિલ જ્યારે જ્યારે જેસલ પાસેથી પસાર થતો ત્યારે ત્યારે એ એની પોની (ચોટલી) અચૂક ખેંચતો.

રાતે સુતી વખતે



બીજા દિવસે જેસલ વાંચતી હોય છે. સાહિલ એની પોની ખેંચે છે.
હાય જેસલ, શું કરે છે ?
તારું માથું મુંડું છું.
અરે, અરે ! આ શું ધમાલ માંડી છે ! ચાલો, બન્ને પોતપોતાનું કામ કરો.
ત્યાં તો જેસલની ફ્રેન્ડ રૂપલ આવે છે. જેસલ પાસેથી એણે વાત જાણી.
કાલે આપણે નંદીની મીસને આનો ઉપાય પૂછી જોઈશું. એ ચોક્કસ આપણને મદદ કરશે.
ઓ. કે.
બીજા દિવસે સ્કૂલમાં
મીસ, મારો ભાઈ જેટલીવાર મારી પાસે આવે, મારી પોની ખેંચે છે. મને બહુ ક્રોધ આવે છે. મારે શું કરવું ?
તને શાંતિ જોઈએ છે કે ઝઘડો ?
શાંતિ...
તો જેટલી વાર એ તારી પોની ખેંચે એટલી વાર તારે એની સામે હસીને કહેવાનું, “ભાઈ, મને ખબર છે. હું તને બહુ વહાલી છું.”
એનાથી શું થશે ?

એ તું જાતે જ અનુભવ કરજે. પણ યાદ રાખજે, એક પણ વાર તારે ગુસ્સે નથી થવાનું.
બીજા દિવસે...
હાય જેસલ, શું કરે છે ?
વાંચુ છું. ભાઈ મને ખબર છે હું તને બહુ વહાલી છું.
હેં... આ જેસલને શું થઈ ગયું છે ?
શું વાત છે જેસલ, તું આજે કામ કરે છે ?
હા, હું તને બહુ વહાલી છું ને !
જેસલને ચીડવવાની હવે મજા નથી આવતી. એ ગુસ્સે થતી જ નથી.
જેસલ વાંચતી હોય છે...
જેસલ, તારી પરીક્ષા માટે, બેસ્ટ ઓફ લક.
થેન્ક યુ.

યાદ રાખજો, કોઈને આપણને હેરાન કરવાની ત્યાં સુધી જ મજા આવે છે જ્યાં સુધી આપણે સામા ગુસ્સે થઈએ.

મીઠી

૧૯૮૭માં દાદા અમેરીકા હતા. એમની તબિયત બહુ જ ખરાબ થતી જતી હતી. નીરુમા દાદાની સાથે હતા. દાદાને ખ્યાલ આવી ગયો હતો કે હવે જવાનું છે. તેથી એમણે નીરુમાને જ્ઞાનની ઘણી બધી ચાવીઓ આપવાનું ચાલુ કરી દીધું હતું. એક દિવસ દાદા કહે છે,' દીપકને આપણે અહીંયા બોલાવીએ.' બધા કહે,' દાદા, હવે તો તમારો ઈન્ડિયા જવાનો ટાઈમ થઈ ગયો છે.' છતાં દાદા કહે, ' વાંધો નહીં, દીપકને અહીંયા બોલાવીએ.' દીપકભાઈને વાત કરી કે દાદા બોલાવે છે. પાસપોર્ટ અને વીઝાની તૈયારી કરો. દાદા રોજ બપોરે જમીને દીપકભાઈને ફોન કરે અને કહે,'દાદા બહુ રાજી છે. દાદાના કાયમના આશીર્વાદ છે.' પછી બાકીની વાતો દીપકભાઈ સાથે નીરુમા કરે કે શું થયું પાસપોર્ટનું ? વગેરે. આમ કરતાં કરતાં ખાસ્સો મહિનો નીકળી ગયો. પાસપોર્ટ અને વીઝાનું ક્યાં સુધી પહોચ્યું છે એનો દીપકભાઈ કંઈ જવાબ આપી ન શકે. નીરુમાને દાદાની એટલી બધી ભક્તિ અને આ બાજુ દાદાની ભાવના પૂરી ના થાય એટલે એમણે એક દિવસ દીપકભાઈને બરોબર કડક થઈને કહ્યું કે,' દીપક, તું આ વાતને સીરીયસલી લે. દાદા તને રોજ ફોન કરે છે, તને બોલાવે છે અને તારી પાસે કોઈ જવાબ જ નથી કે તારો પાસપોર્ટ અને વિઝા ક્યાં સુધીમાં થશે. આવું ચાલતું હશે?' દીપકભાઈ કહે,' હા નીરુમા, ભૂલ કહેવાય. હું જોઉં છું, કંઈ કરું છું.' દાદાએ આ બધું જોયું. ફોન મૂક્યા બાદ દાદાએ નીરુમાને કહ્યું,' ઓહોહો ! નીરુબેન, હજી તમારામાં આટલી

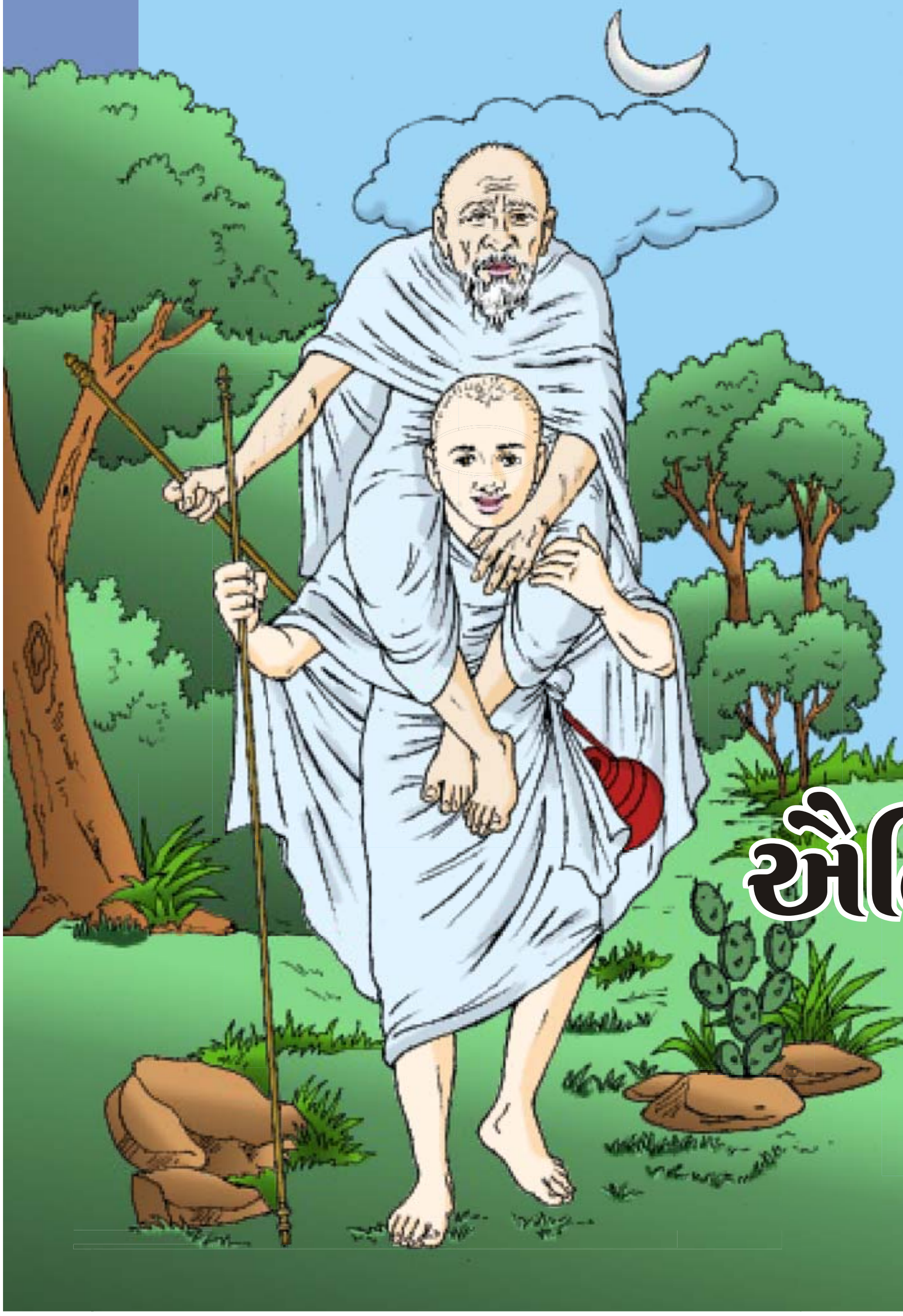
યાદેં

બધી કડકાઈ છે?' ત્યારે નીરુમાને રીયલાઈઝ થયું (સમજાયું) કે મારાથી જરા વધારે પડતું કડક બોલી જવાયું છે. દાદા પ્રત્યેની ભક્તિને કારણે નીરુમા દીપકભાઈ પર અકળાઈ ગયા. દાદાની ટકોરથી નીરુમાએ તરત દીપકભાઈને પાછો ફોન કર્યો કે,' દીપક, તને ખોટું નથી લાગ્યું ને ? મેં તને બહુ ગુસ્સો કર્યો.' દીપકભાઈ કહે,' ના, તમે ક્યાં મને ગુસ્સો કર્યો છે? તમે જ્યારે મને કહેતા'તા ત્યારે હું યે જાતે દીપકને વઢતો હતો કે દીપક, આવું ચાલતું હશે? દાદાને આટલી તકલીફ પડે, નીરુમાને આટલું કહેવું પડે છે, આવું કરાતું હશે ? મને તો કંઈ દુઃખ થયું જ નથી.'

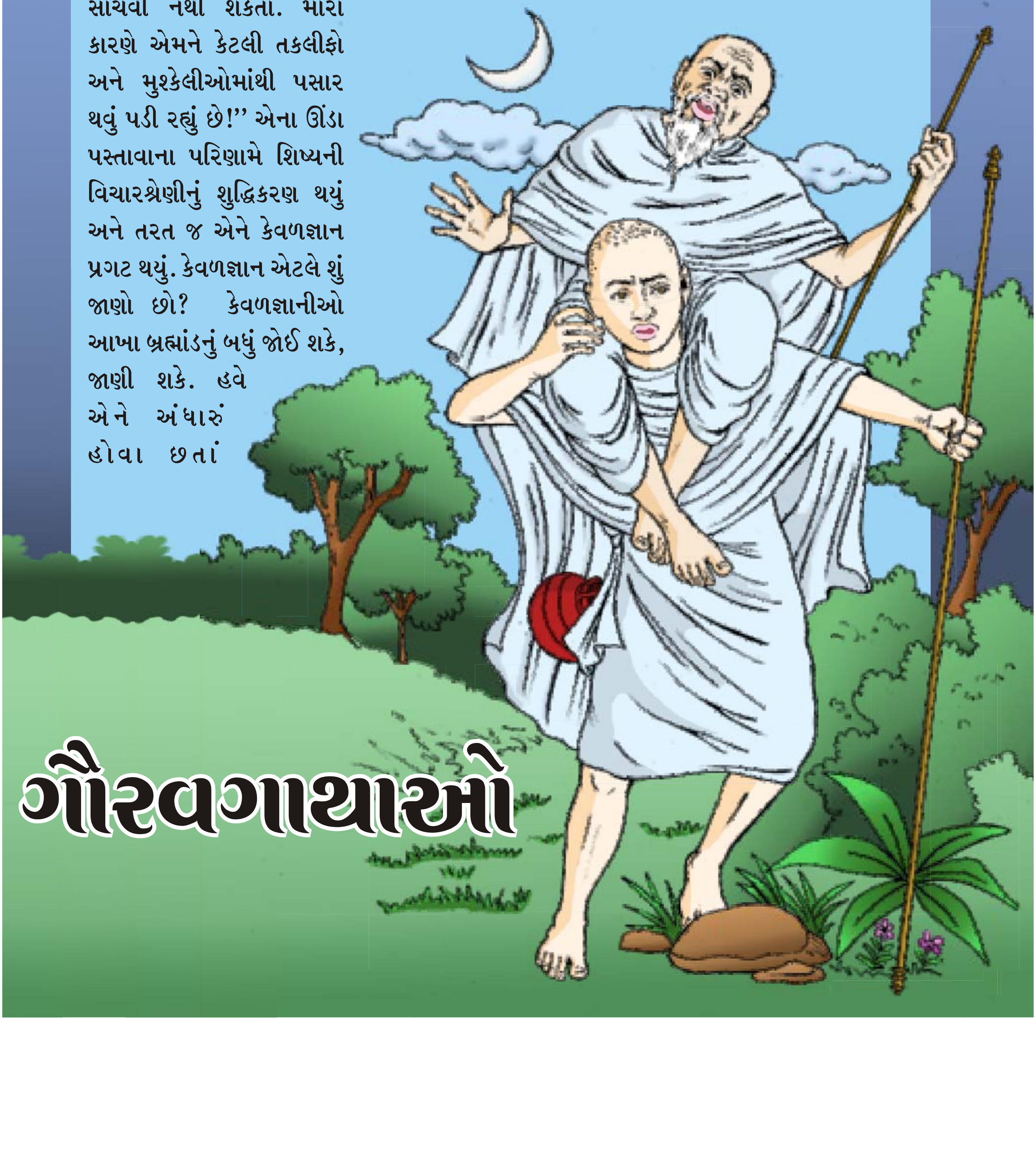
છતાં નીરુમા કહે,' ના છતાં, હું તારી માફી માંગું છું, મને માફ કરજે. હું તારા પર બહુ ગુસ્સે થઈ ગઈ. પણ તું જલ્દી કર, જલ્દી પતાવ.' પછી એક દિવસ દાદા નીરુમાને કહે છે કે તમે પદ્માવતી માતાને પ્રાર્થના કરો કે દીપકને વીઝા મળી જાય. નીરુમા કહે, દાદા હું તમારા માટે કરું, તમારી તબિયત માટે, જગત કલ્યાણ માટે કરું, વીઝા માટે તો હું કેવી રીતે પદમાવતી માતાને પ્રાર્થના કરું? આવી વસ્તુ માટે થોડી કરું? દાદા કહે,' ના નીરુબેન, અમે તમને જગત કલ્યાણ માટે જ કહીએ છીએ. પ્રાર્થના કરો કે દીપકને વીઝા મળી જાય.' દાદાએ કહ્યું એટલે પછી નીરુમાએ પ્રાર્થના કરી. માન્યામાં આવે કે ના આવે પણ જે કામનું એક મહિનાથી કંઈ ઠેકાણું જ પડતું નહોતું એ એક જ અઠવાડિયામાં થઈ ગયું. પાસપોર્ટ આવી ગયો, વીઝા થઈ ગયા અને અઠવાડિયાની અંદર દીપકભાઈ દાદા પાસે પહોંચી ગયા.

ઐતિહાસિક

ચંદ્રરૌદ્ર કરીને એક આચાર્ય મુનિ હતા. તેઓ સ્વભાવે બહુ ક્રોધી હતા. એમને એક શિષ્ય હતો. એ વિનયી અને આજ્ઞાંકિત હતો. એક વખત વિહાર કરતાં કરતાં રાત પડી ગઈ. ગામ સુધી નહીં પહોંચ્યા હોવાથી શિષ્યે ગુરુને ખભા પર ઊંચકી વિહાર કરવાનું ચાલુ રાખ્યું. રાતના અંધારામાં કાંટાથી ભરેલા અને ખાડા-ટેકરાવાળા રસ્તા પર વિહાર કરવો ખૂબ કઠિન હતો. અંધારામાં નહીં દેખાવાથી શિષ્યનો પગ વારે વારે ખાડા-ટેકરા પર પડતો. આથી મુનિને આંચકો આવતો. આંચકો સહન ન થતાં ઘરડા મુનિનો ગુસ્સો ભભૂકી ઉઠતો અને તેઓ શિષ્યને ધમકાવતા. શિષ્યનો પગ ઘસરકાથી અને લોહીથી ખરડાઈ ગયો હતો. એટલામાં શિષ્યને જોરથી ઠોકર વાગી. આથી ગુરુએ તેમનું સંતુલન ગુમાવ્યું. શિષ્યના આ અપકૃત્યથી (આવી ભૂલથી) ગુરુનો ગુસ્સારૂપી દાવાનળ ફાટ્યો. એમણે શિષ્યના માથા પર એમની જાડી લાકડીથી જોરદાર ફટકો માર્યો.



શિષ્ય અતિશય અઘરી અને દયાજનક સ્થિતિમાં મુકાઈ ગયો હતો. એણે વિચાર્યું, "અહોહો! મારું કેવું દુર્ભાગ્ય છે કે હું મારા ગુરુને સાચવી નથી શકતો. મારા કારણે એમને કેટલી તકલીફો અને મુશ્કેલીઓમાંથી પસાર થવું પડી રહ્યું છે!" એના ઊંડા પસ્તાવાના પરિણામે શિષ્યની વિચારશ્રેણીનું શુદ્ધિકરણ થયું અને તરત જ એને કેવળજ્ઞાન પ્રગટ થયું. કેવળજ્ઞાન એટલે શું જાણો છો? કેવળજ્ઞાનીઓ આખા બ્રહ્માંડનું બધું જોઈ શકે, જાણી શકે. હવે એને અંધારું હોવા છતાં રસ્તો બરાબર દેખાવા લાગ્યો. એ ઠોકર ખાધા વિના, ગુરુને જરા ય આંચ ન આવે એ રીતે ચાલવા લાગ્યો. આ જોઈ ગુરુને નવાઈ લાગી. એમણે શિષ્યને પૂછ્યું," પહેલા તું બરાબર ચાલતો ન હતો અને હવે તું સરળ અને સ્થિર ચાલે છે. આનું કારણ શું ? આવા અંધારામાં પણ તું કેવી રીતે

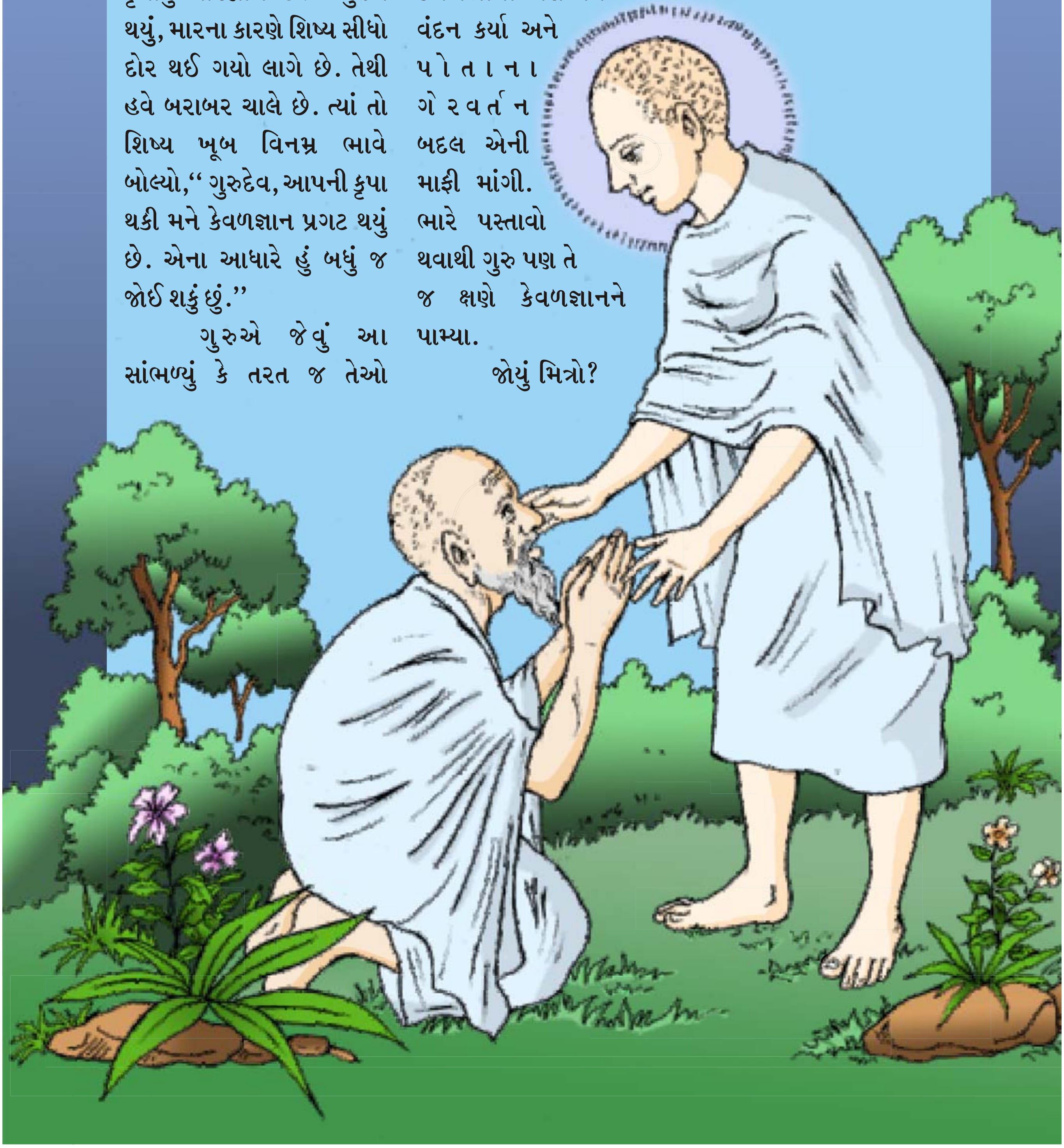


ગૌરવગાથાઓ

રસ્તો શોધી કાઢે છે ?'' શિષ્યએ કહ્યું, '' ગુરુદેવ, આ આપની જ કૃપાનું પરિણામ છે.'' ગુરુને થયું, મારના કારણે શિષ્ય સીધો દોર થઈ ગયો લાગે છે. તેથી હવે બરાબર ચાલે છે. ત્યાં તો શિષ્ય ખૂબ વિનમ્ર ભાવે બોલ્યો,'' ગુરુદેવ, આપની કૃપા થકી મને કેવળજ્ઞાન પ્રગટ થયું છે. એના આધારે હું બધું જ જોઈ શકું છું.''

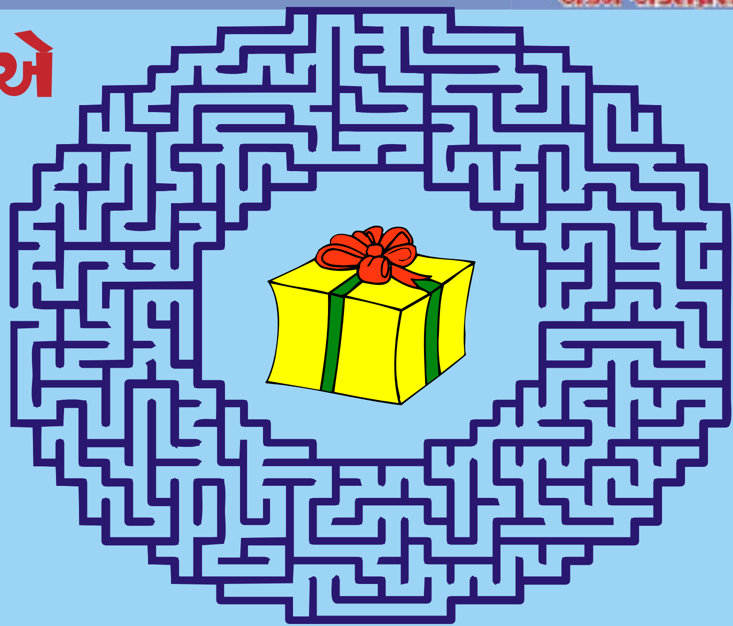
ગુરુએ જેવું આ સાંભળ્યું કે તરત જ તેઓ શિષ્યના ખભા પરથી કૂદકો મારીને નીચે ઊતર્યા. એમણે કેવળજ્ઞાની શિષ્યને વંદન કર્યા અને પોતાના ગેરવર્તન બદલ એની માફી માંગી. ભારે પસ્તાવો થવાથી ગુરુ પણ તે જ ક્ષણે કેવળજ્ઞાનને પામ્યા.

જોયું મિત્રો? હૃદયપૂર્વકના પ્રાયશ્ચિતનું પરિણામ કેટલું ઉંચુ આવે છે?

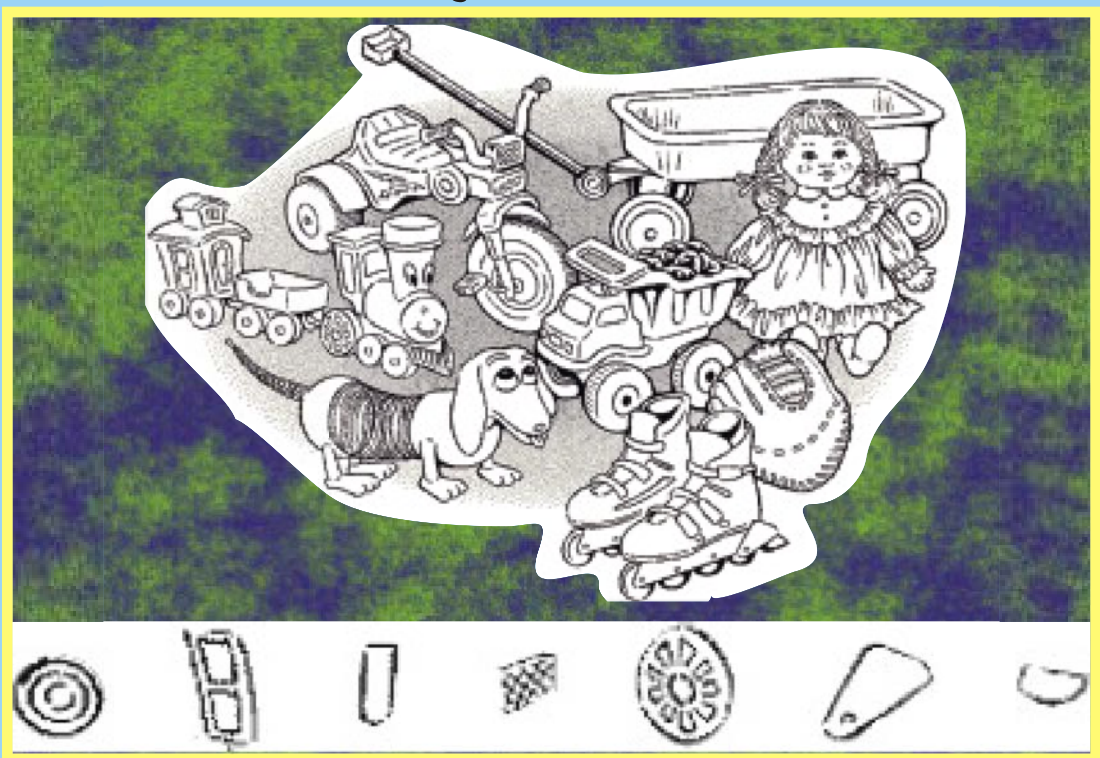


ચાલો રમીએ

અક્રમ એક્સપ્રેસની
બર્થ ડે ગિફ્ટ
વચ્ચે મૂકી છે,
એ ઝ઼લેવા
ક્યાંથી જઈશું?



નીચે આપેલી વસ્તુઓ આપેલ ચિત્રમાં શોધી કાઢો.



બાળકો સાથે નીરુમા

પ્રશ્નકર્તાઃ નવ કલમો શા માટે રોજ બોલવી જોઈએ?

નીરુમાઃ નવ કલમોમાં શું લખ્યું છે ? ખબર છે તને ? કોઈનો અહમ ન દુભાય એવી શક્તિ આપો. કોઈ પ્રત્યે અભાવ, તિરસ્કાર ના થાય એવી શક્તિ આપો. કોઈ પ્રત્યે કઠોર વાણી ના બોલાય એવી શક્તિ આપો. એવું બધું લખ્યું છે ને ? એનો અર્થ શું થાય છે કે આપણું અવળુ વર્તન જે થાય છે ને એ પહેલાના અવળા ભાવ થયેલા એટલે અવળું વર્તન થાય છે. તો હવે આપણે સવળા ભાવ કરીએ છીએ. કોઈને દુઃખ આપવું નથી એવી ભાવના કરે તો વર્તન એવું થશે. જેમ પહેલા બાજરાના દાણા નાખ્યા હોય તો બાજરાના ડુંડાં ઊગે પણ પછી જો ઘઉંના દાણા નાખો તો બાજરો ઊગે કે ઘઉં ઊગે?

પ્રશ્નકર્તાઃ ઘઉં.

નીરુમાઃ હં... તે આ નવ કલમો એવા બીજ છે કે જેનું ફળ ઘઉં ઊગશે. એટલે શું કે બીજાને સુખ થાય એવું વર્તન થશે. જે પોતાને સુખ આપીને જાય. આપણે કોઈને દુઃખ થાય એ સારું કહેવાય કે બીજાને સુખ થાય એ સારું કહેવાય ?

પ્રશ્નકર્તાઃ બીજાને સુખ થાય એ.

નીરુમાઃ નવ કલમોમાં 'આપણાથી કોઈને દુઃખ ના થાય' એવી ભાવના સાથે પ્રાર્થના કરીએ છીએ, શક્તિઓ માંગીએ છીએ.

* * *

પ્રશ્નકર્તાઃ આપણને ઝઘડા કેવી રીતે થતા હોય છે અને શેના માટે ?

નીરુમાઃ આપણી અંદર રાગ-દ્વેષ છે, કષાયો છે. મારું સાચું ને પેલાનું ખોટું, હું કહું એ જ બરાબર, એવું રહે છે ને અંદર ? એટલે જ ઝઘડા થાય. આપણે બીજાનું નથી જોતા. પોતાનું જ જોઈએ છીએ. પોતાની જ વાત ખરી કરાવવા જઈએ એટલે ઝઘડા થાય. બીજા બધાની ભૂલ ના જોવાય અને પોતાની જ ભૂલ જોઈએ તો કોઈ દહાડો ઝઘડો ના થાય. મારી ભૂલ કયાં થઈ એ તપાસ કરવાની.

'દાદા' રે! તારા મંદિરીયામાં, ગુરુપૂનમનો મેળો ભરાય...

મિત્રો, તમને ખબર છે ને, આ વખતે ગુરુપૂર્ણિમા અમેરિકાના 'લોસ એન્જલસ' શહેરમાં પૂજ્યશ્રીના સાનિધ્યમાં ખૂબ ઉલ્લાસભેર ઉજવાઈ હતી. ઉજવણીની શરૂઆત જ યુથ કેમ્પ (૧૩ વર્ષની ઉપરના બાળકો)થી થઈ હતી. એમાં પૂજ્યશ્રી સાથેના સત્સંગથી બાળકો ખૂબ ઉત્સાહમાં આવી ગયા હતા. બપોરે અને રાત્રે વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ થતી. 'ક્રોસ ધ લાઈન' નામની નવી ગેમ એમાં રમાડાઈ હતી. એ ગેમ દ્વારા બધા એકબીજાને ઓળખતા થયા, સમજતા થયા અને એકબીજાના ફ્રેન્ડસ બન્યા. એક દિવસ તેઓ નજીકમાં આવેલા દરિયા કિનારે ગયા હતા. ત્યાં તેઓ કબડ્ડી અને વોલીબોલ જેવી રમતો રમ્યા હતા. બાળકોએ 'હું શુદ્ધાત્મા છું' અને 'સેવા' ટોપીક પર બે મોટા પોસ્ટર્સ બનાવ્યા હતા.

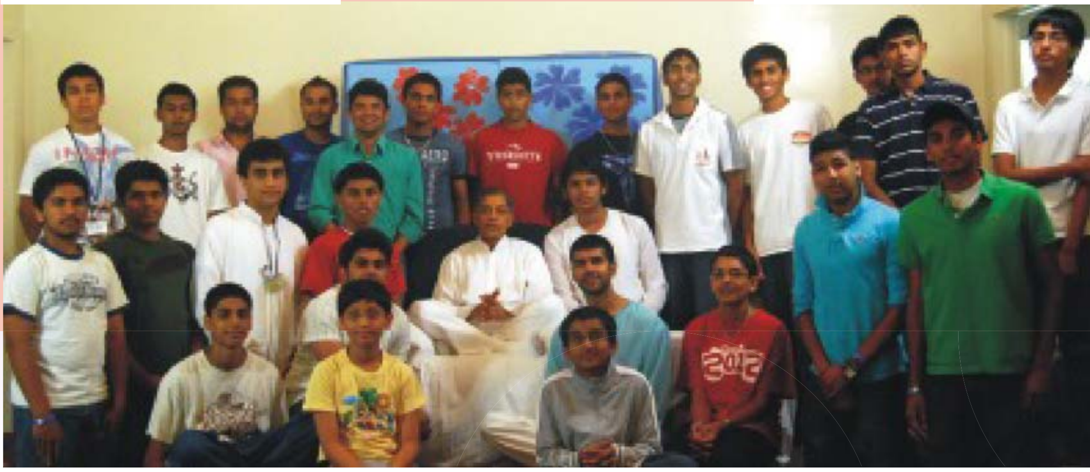
તમને ખબર છે, તમારી જેમ જ ત્યાંના બાળકો પાસે પણ પૂજ્યશ્રીને પૂછવાના ઘણા પ્રશ્નો હતા. સમાધાન પામ્યા બાદ ૧૮ વર્ષની ઉપરના બાળકોએ જ્ઞાન પણ લીધું.

ત્યાર બાદ ગુરુપૂર્ણિમાનો પાંચ દિવસનો ભવ્ય કાર્યક્રમ હતો. દેશ વિદેશથી મહાત્માઓ આ પ્રસંગે આવ્યા હતા. એક રાત્રે મહાત્માઓએ પૂજ્યશ્રીની હાજરીમાં ગરબાની રમઝટ બોલાવી હતી. અમેરિકન મહાત્માઓ પણ ઝટપટ ગરબા લેતા શીખી ગયા હતા.

ગુરુપૂર્ણિમાના આગલા દિવસે શોભાયાત્રા યોજાઈ હતી. શોભાયાત્રા ખૂબ ભવ્ય હતી. પૂજ્ય દાદાશ્રી અને નીરુમાની સૂક્ષ્મ હાજરી બધા મહાત્માઓને વર્તાઈ રહી હતી. દાદાશ્રી અને નીરુમાના મોટા મોટા ફોટા જીવંત લાગી રહ્યા હતા. જાણે હમણા જ દાદા અને નીરુમા એમાંથી બહાર આવશે! શોભાયાત્રામાં મહાત્માઓએ દાદાના પદો ગાતા ગાતા ઉલ્લાસભેર ગરબા લીધા હતા.

બીજા દિવસે ગુરુપૂર્ણિમા હતી. સૌ પ્રથમ પૂજ્યશ્રીએ જગત કલ્યાણની ભાવના કરાવડાવી. બધામાં પાવર પૂરાઈ જાય એવી પાવરફૂલ ભાવના હતી એ. ત્યાર બાદ પૂજ્યશ્રીએ સીમંધર સ્વામી અને દાદાની પૂજા અને આરતી કરી. ત્યાર બાદ એમણે મહાત્માઓને આ પ્રસંગે દાદા પાસે ખૂબ શક્તિ માંગવાનું કહ્યું. પછી મહાત્માઓએ વારાફરતી સીમંધર સ્વામી અને દાદાની પૂજા કરી અને પૂજ્યશ્રીની દૃષ્ટિમાં દૃષ્ટિ મેળવીને વીતરાગતાના દર્શન કર્યા. બીજા દિવસે નીરુમાનો જ્ઞાન દિવસ હોવાથી રાત્રે ભક્તિ રાખી હતી.

આમ લોસ એન્જલસની ગુરુપૂર્ણિમા ખૂબ હર્ષોલ્લાસથી ઉજવાઈ. મને વિશ્વાસ છે કે યુથ કેમ્પમાં જોડાયેલા સર્વે ભાઈ બહેનો આવતી યુથ કેમ્પમાં પણ ચોક્કસ જોડાશે. જોડાશો ને?



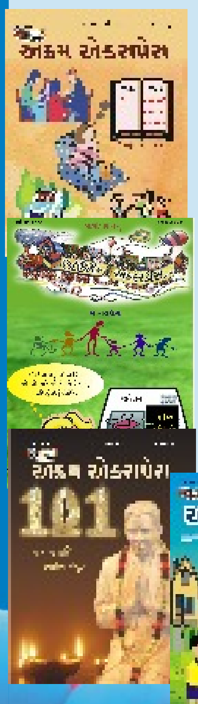
હેપ્પી બર્થ ડે અક્રમ એક્સપ્રેસ

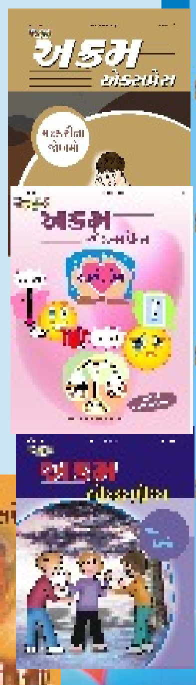
પૂજ્ય દીપકભાઈ (પૂજ્યશ્રી)ની ખૂબ ભાવના હતી કે જેમ મોટા માટે 'દાદાવાણી' મન્થલી મેગેઝિન બહાર પડે છે, એમ બાળકો માટે પણ એક મન્થલી મેગેઝિન બનાવીએ, જેમાં દાદાનું અદ્ભૂત વિજ્ઞાન એમને સમજાય અને તરત ફીટ થઈ જાય એ રીતે મળે. બાળકો દાદાના વિજ્ઞાનથી કેમ વંચિત રહી જાય ?

પૂજ્યશ્રીની આ ભાવનાને સાકાર કરવા બાળવિજ્ઞાન ટીમે બીડું ઝડપ્યું. બાળકોને શું ગમે ? કેવું ગમે ? કેવી રીતે આપીએ તો તરત સમજાય જાય ? વગેરે અંગે ઘણી ઘણી વિચારણાઓ ચાલી. પૂજ્યશ્રીના સતત માર્ગદર્શન હેઠળ આ વિચારણાઓ આકાર લેવા લાગી.

પૂજ્યશ્રી કહેતા કે બાળકો તો ચીફ ગેસ્ટ (મોટા મહેમાન) કહેવાય. એમનું મેગેઝિન એમને ગમે એવું કલરફૂલ (રંગીન) હોવું જોઈએ. ભાષા સાદી-સરળ હોવી જોઈએ. વિજ્ઞાન પહોંચાડતી સુંદર મજાની નાની-નાની વાર્તાઓ અને મોટા આકર્ષક ચિત્રો હોવા જોઈએ. ઉપરાંત બાળકો સાથેના જ સત્સંગો મૂકવા, જેમાંથી તેમને તેમની જ મૂંઝવણોના સમાધાન મળી રહે. સાથે સાથે દાદા-નીરુમાના જીવનનાં સુંદર પ્રેરક પ્રસંગો એમના જીવન ઘડતરમાં અમૂલ્ય ફાળો આપશે. અને હા, એમનો બૌધિક વિકાસ થાય એવી રમત-ગમતો પણ ચોક્કસ મૂકજો. આ બાળકોનું મેગેઝિન હોવાથી એમના અનુભવો, એમની બનાવેલી વાર્તાઓ, કવિતાઓ, ચિત્રો પણ મૂકજો. આમ મેગેઝિનનું બંધારણ નક્કી થયું.

પછી વારો આવ્યો મેગેઝિનના નામકરણનો. ઓહોહો ! કંઈ કેટલાયે નામોની યાદી આવી ગઈ. એમાંથી અક્રમ એક્સપ્રેસ, Little MHT અને બાળવિજ્ઞાન આ ત્રણ નામો પસંદ કર્યા. છેવટે 'અક્રમ એક્સપ્રેસ' નામ નક્કી થયું. આ નામની બીજી ખાસિયત એ છે કે નીરુમાની સૌથી પહેલી કાર જેમાં તેઓ સત્સંગ માટે જતા હતા, એનું નામ પણ 'અક્રમ એક્સપ્રેસ' જ રાખ્યું હતું.





પછી પૂજ્યશ્રી કહે કે આપણે તો ફક્ત ગામે-ગામનાં જ નહીં પણ દેશ-વિદેશના બાળકો સુધી આ વિજ્ઞાન પહોંચાડવાનું છે. માટે માત્ર ગુજરાતીમાં જ આ મેગેઝિન નહીં ચાલે, આપણે અંગ્રેજીમાં પણ બહાર પાડવું પડશે. આમ ગુજરાતી અને અંગ્રેજી બે ભાષામાં અક્રમ એક્સપ્રેસ ચાલુ કરવાનું નક્કી થયું.

સાથે સાથે એક ભાવના એવી પણ હતી કે આ મેગેઝિન ખાસ 'બાળકો માટે અને બાળકો દ્વારા' હોવું જોઈએ. ધીમે ધીમે ટીન એજર્સની ટીમ ઊભી થઈ રહી છે, જે મેગેઝિન બનાવવામાં મદદ કરે છે.

આ મહિનામાં 'અક્રમ એક્સપ્રેસ'ને એક વર્ષ પૂરું થયું છે. ચાલો આપણે એને બર્થ ડે વીશ કરીએ અને અક્રમ એક્સપ્રેસ દુનિયાના ખૂણે ખૂણે પહોંચી બાળજગત સુધી દાદાના વિજ્ઞાનને પહોંચાડે એ માટે દાદાને પ્રાર્થના કરીએ.

તમારી પસંદ એ જ અમારી પસંદ

મિત્રો, અક્રમ એક્સપ્રેસમાં તમને સૌથી વધારે શું ગમે છે?
એ નીચેના બોક્સમાં લખી જણાવો.
અક્રમ એક્સપ્રેસમાં ઘણું બધું અવનવું આવે છે. તમને જે સૌથી વધારે ગમતું હોય એની સામે ૧, એના પછી જે ગમતું હોય એની સામે ૨, પછી ૩, સૌથી ઓછું ગમતું હોય એની સામે ૧૧ એમ તમારી પસંદગી જણાવો. ભવિષ્યમાં તમને અક્રમ એક્સપ્રેસમાં બીજુ શું નવું વાંચવું ગમશે એ પણ નીચે આપેલી ખાલી લાઈનમાં લખી જણાવો.

- દાદાજી કહે છે
- વાર્તા
- ચિત્રકથા
- ઐતિહાસિક ગૌરવગાથાઓ
- ચાલો રમીએ (એક્ટીવીટીઝ)
- મીઠી યાદેં
- તમારી જાતને ચકાસી જૂઓ
- આ તો નવી જ વાત !
- મારી સમજણ
- બાળકો સાથે પૂજ્યશ્રી
- સીમંધર સીટીની ઝલક

તમારી ભવિષ્યની પસંદગી :

....
....
....
....
....

અક્રમ એક્સપ્રેસ આ મહિનામાં એક વર્ષનું થયું છે. એની પ્રથમ બર્થ ડે પર એને શુભેચ્છા આપવાનું ભૂલતા નહીં. તમારી શુભેચ્છા નીચે આપેલી ૧૦ લાઈનમાં કાવ્યરૂપમાં અથવા નિબંધરૂપમાં લખીને મોકલો, જેથી અમે એને પાછળના અંકમાં પ્રકાશિત કરી શકીએ અને તમારા મિત્રો એને વાંચી શકે. સાથે તમારું નામ, સરનામું અને ઉંમર લખવાનું ભૂલતા નહીં. કારણ અક્રમ એક્સપ્રેસ મૂંઝવણમાં પડી જશે કે એને કોની પાસેથી કઈ શુભેચ્છા મળી છે.

....
....

આ પ્રસંગે તમને તમારા મનપસંદ 'અક્રમ એક્સપ્રેસ' માટે સુંદર સ્લોગન લખીને મોકલવાનો ઉત્તમ અવસર છે. તમારું સ્લોગન ૧૦ શબ્દોથી વધવું ન જોઈએ.

આ ફોર્મ અમને
૧૦ સપ્ટેમ્બર,૨૦૦૯ સુધીમાં
બાજુના સરનામે
અથવા ઈમેલ પર
મોકલી આપશો.

અક્રમ એક્સપ્રેસ
બાળવિજ્ઞાન વિભાગ
સીમંધર સીટી, ત્રિમંદિર સંકુલ,
અમદાવાદ-કલોલ હાઈવે,
અડાલજ, જી.ગાંધીનગર-૩૮૨૪૨૧,
ઈ મેઈલ:akramexpress@dadabhagwan.org

અક્રમ એક્સપ્રેસ દીર્ઘાયુ હો !!!

ચિત્રકળા સ્પર્ધા

મિત્રો, અક્રમ એક્સપ્રેસની પ્રથમ વર્ષગાંઠ પર યોજેલ ચિત્રકળા સ્પર્ધામાં જોડાઓ.

ગ્રુપ

- ૭ થી ૯ વર્ષ
- ૧૦ થી ૧૨ વર્ષ
- ૧૩ થી ૧૫ વર્ષ

સ્પર્ધાના નિયમો

૧) નીચે આકાર આપ્યો છે. એનો ઉપયોગ કરી ચિત્ર પૂરુ કરવાનું રહેશે. સાથે તમારા ચિત્રને નામ આપીને મોકલશો.

૨) રંગ પૂરવા માટે પેન્સિલ કલર અથવા વોટર કલરનો જ ઉપયોગ કરવાનો રહેશે.

૩) ચિત્ર A-૪ સાઈઝના પેપર પર કરીને મોકલવું.

દરેક ગ્રુપમાંથી સૌથી સારા ચિત્રને ઈનામ આપવામાં આવશે. ઈનામ વિજેતાના ઘરે પહોંચતુ કરવામાં આવશે. આપના ચિત્રો અમને સપ્ટેમ્બરની ૧૦ તારીખ સુધીમાં મળી જવા જોઈએ. ઈનામ મળેલા ચિત્રો ઓક્ટોબર મહિનાના અંકમાં પ્રકાશિત કરવામાં આવશે. તમારા ચિત્રો તમારા પૂરા નામ, સરનામા અને ઉંમર સાથે બાજુના સરનામે અથવા ઈ-મેઈલ એડ્રેસ પર મોકલી આપશો.

અક્રમ એક્સપ્રેસ-ચિત્રકળા સ્પર્ધા
બાળવિજ્ઞાન વિભાગ, ત્રિમંદિર સંકુલ,
સીમંધર સીટી, અમદાવાદ-કલોલ હાઈવે, મુ.પો. - અડાલજ.
જી.ગાંધીનગર-૩૮૨૪૨૧, ગુજરાત.
e-mail: akramexpress@dadabhagwan.org

મારી સમજણ

તમે ક્લાસ મોનિટર છો. તમે જુઓ છો કે એક વિદ્યાર્થી રોજ ચાલુ ક્લાસે મસ્તી કરતો હોય છે. એક દિવસ તમે એની સાથે બેસી શાંતિથી અને પ્રેમથી આવું ન કરવા બાબત સમજાવો છો.

૧) તમે એને શું સમજણ આપશો?

૨) ચાલુ ક્લાસે મસ્તી કરતો હોવા છતાં તમે એના પર ગુસ્સે ન થયા તેમજ શાંતિ અને પ્રેમથી સમજાવવાનું પસંદ કર્યું. કેમ?

Akram Express
August 2009
Year : 1, Issue : 12
Conti. Issue No.: 12

RNI No. GUJGUJ/2008/26729
Reg. No. GAMC - 1690
LPWP Licence No. CPMG/GJ/27/2009-2011
valid up to 31-12-2011
Posted at AHD. P.S.O. Sorting Office Set-1
on 08th of every month

મારી વાત

અનુભવ

દરેક માસે આવતુ અક્રમ એકસપ્રેસ મેગેઝીન જાણે મને જ અનુલક્ષીને આવતુ હોય એવું લાગે છે. દરેક બાબતોમાં દાદા જાણે મને જ મેગેઝીન દ્વારા હેલ્પ કરવા આવતા હોય તેમ લાગે છે. ધીરે-ધીરે મારી સમજણ વધતી જઈ રહી હોય એમ લાગે છે. જે નીચે દ્વારા હું સમજાવી શકુ છું.

મારી મમ્મી મને બહુ ગમે છે કારણ કે તે મને બધુ સારું સારું બનાવીને રોજ પ્રેમથી જમાડે છે. હું જે કહું તે બધું જ મમ્મી બનાવે છે. મમ્મી ઘણીવાર મારી પર ખૂબ ગુસ્સે પણ થઈ જાય છે અને મને મારે પણ છે, ત્યારે પહેલા મને મમ્મીનો જ વાંક દેખાતો હતો. પરંતુ આ મેગેઝીનના બધા અંકો વાંચીને મને ધીરે-ધીરે સમજણ પડવા લાગી છે કે આમાં મમ્મીનો વાંક નથી કારણ કે હું જ ઘણીવાર ખોટું કરું છું અને મારા ભાઈ સાથે નાની-નાની બાબતોમાં ઝગડો કરી મમ્મી સામે ખોટી-ખોટી દલીલો કરું છું તો મમ્મી મને મારે જ ને! જે હવે મને સમજાય છે. પહેલા મને મારો વાંક દેખાતો જ નહોતો. મમ્મીનો જ વાંક દેખાતો હતો. હવે મને મમ્મી પર પહેલા કરતા પણ વધારે પ્રેમ આવતો થઈ ગયો.

જો મને આ પાંચ-સાત અંકો જ વાંચવાથી આટલી સમજણ પડતી હોય તો આવા વધારે ને વધારે અંકો વાંચવાથી મારી સમજણ ખૂબ વધશે જ એ ચોક્કસ છે. હવે મને દાદા અને નીરુમા પર ખૂબ જ વ્હાલ આવે છે અને દીપકદાદા તો ખૂબ જ ગમે છે.

પપ્પા મને નીરુમાના ફોટામાં એમનું વાક્ય બતાવે છે 'પ્રેમથી રહેજો, પ્રોમીસ?' હું પપ્પાને ઘણીવાર પ્રોમીસ આપી ચૂકી છું પરંતુ મારાથી પ્રોમીસ પળાતું નથી તો હું દાદા ભગવાન પાસે, નીરુમા પાસે, દીપકદાદા પાસે પ્રોમીસ પાળવાની ખૂબ શક્તિઓ માંગીશ.

આવી સમજણ અમારા જેવા નાના મગજને જો કોઈ મેગેઝીન દ્વારા પડતી હોય તો આ એક અક્રમ એકસપ્રેસ થકી જ. એટલે જ "અક્રમ એકસપ્રેસ ઈઝવન ઓફ ધ બેસ્ટ મેગેઝીન ઈન ઓલ મેગેઝીન."

"નોર્થ એન્ડ સાઉથ, ઈસ્ટ એન્ડ વેસ્ટ,
અક્રમ એકસપ્રેસ ઈઝધ બેસ્ટ."

હિનલ રાણા, વાસદ, ઉંમર વર્ષ : ૧૦

મારી સમજણનો પ્રતિભાવ

હું મમ્મીને કહીશ કે તું ગુસ્સો ના કરીશ. તું શાંતિથી બેસ. હું તને પાણી આપું. તું ખૂબ થાકી ગઈ છે. હવે તું મને કહે કે તને ઘેર આવતાં કેમ મોડું થયું ? આજે હું સ્કુલેથી આવી ત્યારથી તારી રાહ જોઉં છું. આપણે આજે શોપીંગ કરવા જવાના હતા. આજે તને આવતા મોડું થઈ ગયું. તેથી આપણે ફરી કોઈવાર શોપિંગ કરવા જઈશું. મને તારી ખૂબ ચિંતા થતી હતી. મારું મન કશામાં લાગતું જ ન હતું. એટલા માટે મારી બધી વસ્તુઓ વેરવિખેર પડી છે. હવે તું આવી ગઈ છું તો હું મારી વસ્તુઓ એની જગ્યાએ મૂકી દઉં છું. હવે હું કાયમ ધ્યાન રાખીશ કે મારી વસ્તુઓ વેરવિખેર ન પડી હોય. અને કાયમ હું ઘર પણ ચોખ્ખું રાખીશ.

નામઃ- ભક્તિ ચેતનભાઈ પારેખ,
ઉંમર :- ૭ વર્ષ

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