જુલાઈ ૨૦૧૦ | દાદા ભગવાન પરિવારનું | કિંમત રૂ. ૧૨/-

અક્રમ એક્સપ્રેસ

અક્રમ એક્સપ્રેસ

નોબિલિટિ

બાળમિત્રો,

'નોબિલિટી' અંગ્રેજી શબ્દ છે. એનો અર્થ જાણો છો ? 'નોબિલિટી' એટલે વિશાળતા, 'વિશાળ મનવાળું'. પોતાની પાસે જે કંઈ હોય એને બીજા માટે વાપરી નાખતા જરાય વિચાર ન આવે એ નોબિલિટી કહેવાય. ત્યાં પછી એ ન જુએ કે દર વખતે હું જ કેમ વાપરું ? સામો તો ક્યારેય વાપરતો જ નથી. એવું કશું ન હોય, કોઈ ગણતરી નહીં. ફક્ત એટલું જ હોય કે મને જે મળ્યું તે બધાને મળો. કેવું સુંદર ! તમને પણ ગમ્યું ને ?

નોબિલિટી એટલે શું ? એ કેવી રીતે કેળવાય ? વગેરેની સુંદર સમજણ પરમ પૂજ્ય દાદાશ્રીએ આ અંકમાં આપી છે.

તો ચાલો, આપણે નોબિલિટીને વિગતવાર સમજીએ અને આપણામાં પણ આ ગુણ કેળવાય એવી પ્રાર્થના કરીએ.

- ડિમ્પલ મહેતા

અનુક્રમણિકા

જ્ઞાનીઓ કહે છે.................................... ૧
બ્લુ જેકેટ.. ૨
ગ્રુપ પ્રોજેક્ટ.. ૫
આ તો નવી જ વાત !............................ ૧૦
ઐતિહાસિક ગૌરવગાથાઓ....................... ૧૨
તમારી જાતને ચકાસી જૂઓ !..................... ૧૩
મીઠી યાદેં.. ૧૫
બાળકો સાથે નીરુમા.............................. ૧૬
મારી સમજણ...................................... ૧૭

તંત્રી તથા સંપાદક :
ડિમ્પલ મહેતા
વર્ષ : ૨, અંક : ૧૧
સળંગ અંક : ૨૩
જુલાઈ ૨૦૧૦

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

અમદાવાદ:
(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 Dimple 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.

જ્ઞાનીઓ કહે છે...

નોબિલિટી એટલે વિશાળતા, વિશાળ મનવાળું. વિશાળ મન એટલે કોઈ ગણતરી નહીં કે આ વધારે ચોકલેટ ખાઈ જશે તો મારી માટે ઓછી બચશે કે મને નહીં મળે એવું કંઈ ના હોય. ભલે એ ખાય, એવું રહે. આપણી પાસે કોઈ સારી વસ્તુ હોય, આપણને બહુ ગમતી પણ હોય અને કોઈ આપણને કહે કે તમારી વસ્તુ બહુ સરસ છે, મારે જોઈએ છે ત્યારે આપણને એ વસ્તુ એને આપી દેતા આવડી એને નોબિલિટી કહેવાય. બીજાની સારી વાતને હૃદયથી સ્વીકારીએ, પોતાનું જ નહીં પણ બધાના હિતનું વિચારે, આ બધી નોબિલિટી કહેવાય.

એનું વિરોધી સંકુચિત મનવાળું (સાંકડા મનવાળું) કહેવાય. સંકુચિત મનવાળું એટલે જ્યાં જુએ ત્યાં ગણતરીમાં જ પડેલું હોય. વાપરતી વખતે અને મેળવતી વખતે, બન્નેમાં સાંકડું. વાપરતી વખતે એટલે ખાવા-પીવાની બાબતમાં, પહેરવા-ઓઢવાની બાબતમાં, હરવા-ફરવાની બાબતમાં બધે ગણતરી જ ચાલતી હોય કે વધારે વપરાઈ જશે, વધારે ખર્ચો થઈ જશે, ખૂટી પડશે. અને મેળવતી વખતે એટલે કે મને જ મળે એવું થઈ જાય. મને મળે તો સારું પણ જોડે જોડે એવું ના હોવું જોઈએ કે મને એકલાને જ મળે, બીજા કોઈને ના મળે. બસ એટલી જ વસ્તુ નોબિલિટીમાં આવે છે કે મને જે મળ્યું એ બધાને મળો. આપણે નોબલ થવાની જરૂર છે કે ભઈ, બધાને લાભ મળો, બધા આગળ વધો. એ લોકો આગળ વધશે એ હું જ આગળ વધ્યા બરાબર છું. આ નોબિલિટી છે.

નોબલ કોને કહેવો? નોબલ માણસ જ્યારે બીજાને કંઈ આપવાનો વારો આવે ત્યારે આપવાનું હોય એના કરતાં વધુ આપે અને બીજા પાસેથી કંઈ લેવાનો વારો આવે ત્યારે લેવાનું હોય એના કરતાં ઓછું લે, જેથી સામાને દુઃખ ન થાય. દા.ત. તમારો મિત્ર ટિફિન લાવવાનું ભૂલી ગયો હોય અને એ તમારી સાથે જમવા બેસે ત્યારે તમે એને વધુ ખાવા દો. ખાઈ લીધા પછી જ્યારે એ તમને ચોકલેટ આપે ત્યારે તમે બધી ન લેતાં ફક્ત એક જ લો, આને નોબિલિટી કહેવાય.

જેમ જેમ બીજાનું નોબલ મન જોતા જઈએ, એનો એપ્રીશિએટ (કદર) કરતાં જઈએ કે મારું પણ આવું હોવું જોઈએ, પછી આપણું સંકુચિત મન આપણને ખૂંચવા લાગે કે મારું આવું ન હોજો. એમ કરતાં કરતાં આપણામાંથી સંકુચિતતા નીકળી જાય અને નોબિલિટી આવતી જાય. આ જ ઉપાય છે.

> વિશાળ મન એટલે કોઈ ગણતરી નહીં કે આ વધારે ચોકલેટ ખાઈ જશે તો મારી માટે ઓછી બચશે કે મને નહીં મળે એવું કંઈ ના હોય. ભલે એ ખાય, એવું રહે.

બ્લૂ જેકેટ

"મમ્મી, મને પેલું જેકેટ અપાવને !" રસ્તામાં ચાલતી સ્તુતિએ એની મમ્મીને બતાવતા કહ્યું. એની મમ્મીએ દુકાનના શોકેસ તરફ નજર કરી. બારીક ભરતકામવાળું બ્લુ જેકેટ ખરેખર સુંદર લાગી રહ્યું હતું. નજર ફેરવતાં એમણે સ્તુતિને કહ્યું, "હમણાં ખોટા ખર્ચા નથી કરવા. અત્યારે તને જેકેટની કંઈ જરૂર નથી." સ્તુતિએ મમ્મીને આજીજી કરતાં કહ્યું, "પ્લીઝ મમ્મી, અપાવને. મારી બર્થ ડે પર હું કંઈ નહીં માંગું, બસ !"

"સારું, ચાલ જોઈએ." કહી બન્ને દુકાનમાં ગયા. જેકેટ બહુ મોંઘું ન હતું. મમ્મીએ તરત એ ખરીદી લીધું. સ્તુતિ બહુ ખુશ હતી.

સ્કૂલના વાર્ષિક દિનની ઉજવણીના દિવસે સ્તુતિએ એ જેકેટ પહેર્યું. બધાએ જેકેટના ખૂબ વખાણ કર્યા.

"તું તો આ જેકેટમાં રાજકુમારી જેવી લાગે છે." એની ખાસ ફ્રેન્ડ પૂજાએ કહ્યું.

"થેન્ક યુ પૂજા. મને પણ આ જેકેટ બહુ જ ગમે છે." સ્તુતિએ હરખાતા જવાબ આપ્યો.

થોડા દિવસ પછી પૂજા સ્તુતિના ઘરે ગઈ. વાતો કરતા કરતા એની નજર બ્લુ જેકેટ પર પડી. એણે ઊઠીને જેકેટને અડી જોયું. એ ખૂબ સુંવાળુ અને હૂંફાળું લાગ્યું.

"હું આ પહેરી જોઉં ?" પૂજાએ પૂછ્યું.

"હા, હા. એમાં પૂછે છે શું ?" સ્તુતિએ તરત જવાબ આપ્યો. પૂજાએ જેકેટ પહેર્યું. એ પણ જેકેટમાં

ખૂબ સુંદર દેખાતી હતી. એને પણ એવું જ જેકેટ ખરીદવાનું મન થઈ ગયું. જેકેટ એને ગમી ગયું છે એ સ્તુતિના ધ્યાનની બહાર ન ગયું.

એણે પૂજાને કહ્યું, “તને ગમી ગયું છે તો તું રાખ. મને જ્યારે મન થશે ત્યારે હું તારી પાસેથી લઈને પહેરી લઈશ.”

પૂજાએ કહ્યું, “ના, ના, મારે પહેરવું હશે ત્યારે હું લઈ જઈશ.” અને વાત ત્યાં અટકી ગઈ.

બીજા દિવસે સ્તુતિને સમાચાર મળ્યા કે એના પપ્પાની બીજા શહેરમાં બદલી થઈ ગઈ છે અને અઠવાડિયામાં એમણે ત્યાં પહોંચી જવાનું છે.

સ્તુતિને અહીંથી જવાનું ગમતું ન હતું. ખાસ કરીને પૂજાને છોડવાનું. પૂજા એની ખાસ ફ્રેન્ડ હતી. નાનપણથી બન્ને સાથે રમતા, સાથે ભણતા, સાથે જ સ્કૂલે જતા આવતા. હવેથી એ એકલી પડી જશે એમ વિચારી એ નારાજ થઈ ગઈ. નાનપણથી એણે પૂજા સાથે કેટલી મજા કરી હતી, કેટલું રમ્યા હતા, હસ્યા હતા, બહાર ફર્યા હતા બધું યાદ આવવા લાગ્યું. પૂજા પણ આ સાંભળીને ઢીલી થઈ ગઈ. છેલ્લું અઠવાડિયું હતું. પૂજા સ્તુતિના ઘરે રોકાવા ચાલી ગઈ. આખું અઠવાડિયું બન્નેએ સાથે ખાધું-પીધું અને જલસા કર્યા.

આખરે જવાનો દિવસ આવી ગયો. સ્તુતિએ પૂજાને કાગળની નાની ચીઠ્ઠી આપતા કહ્યું, “આ મારું નવું એડ્રેસ છે. મને પત્ર લખજે. હું પણ તને લખીશ.”

પૂજા સ્તુતિ સાથે હાથ મિલાવતા બોલી, “સ્તુતિ, તું મને બહુ યાદ આવીશ.”

આ સાંભળી સ્તુતિએ કહ્યું, “એક મિનિટ ઊભી રહે” એમ કહી એ અંદરથી એક પ્લાસ્ટિક બેગ લઈ આવી અને પૂજાને હાથમાં આપી કહ્યું, “લે, આ તારા માટે છે.”

પૂજાએ ખોલીને જોયું તો એનું મનપસંદ બ્લુ જેકેટ હતું. એણે સ્તુતિ સામે જોઈને કહ્યું, “પણ... આ તો તનેય બહુ ગમે છે.”

સ્તુતિએ કહ્યું, “તું પહેરે કે હું પહેરું, એક જ છેને. જ્યારે તને હું યાદ

તું પહેરે કે હું પહેરું, એક જ છેને. જ્યારે તને હું યાદ આવું ત્યારે તું આ જેકેટ પહેરજે. તને બહુ સારું લાગશે.

આવું ત્યારે તું આ જેકેટ પહેરજે. તને બહુ સારું લાગશે.''

આ સાંભળી પૂજા સ્તુતિને ભેટી પડી. એટલામાં તો એના પપ્પાએ સ્તુતિને બૂમ પાડી, ''સ્તુતિ, ચલો બેટા, મોડું થાય છે.''

''હા, પપ્પા'' કહી સ્તુતિ, પૂજાને 'બાય' કહી ગાડીમાં બેસી ગઈ.

પૂજા બ્લુ જેકેટવાળી થેલી લઈને ત્યાં ઊભી જ રહી ગઈ. જે સ્તુતિને સૌથી વધારે ગમતું હતું એ પોતાને ખુશી ખુશી આપી દેતાં સ્તુતિ જરા પણ અચકાઈ ન હતી. પૂજાને એની આ દિલની વિશાળતા ગમી ગઈ. એણે ઘરે જઈને તરત એનો નવો પેન સેટ એની બહેનને આપી દીધો, જે એ ઘણા વખતથી એની પાસે માંગ્યા કરતી હતી. પણ પૂજાથી એ અપાતો ન હતો. આજે એ સેટ આપીને પૂજાએ પણ ઘણો આનંદ અનુભવ્યો.

થોડા દિવસ પછી સ્તુતિને પૂજાનો પત્ર મળ્યો. પત્ર સાથે એક ફોટો પણ હતો. બ્લુ જેકેટ પહેરેલો ખુશખુશાલ દેખાતી પૂજાનો એ ફોટો હતો.

ફોટો જોઈ સ્તુતિ ખુશ થઈ. બીજાને આનંદ થાય એવું કરવામાં પોતાને પણ કેટલો આનંદ થાય છે એનો એ અનુભવ કરી રહી હતી.

આ આનંદ એના માટે જેકેટ પહેર્યા કરતા પણ વિશેષ હતો.

બાળમિત્રો, તમે પણ તમારા જીવનમાં આવો ક્યારેક પ્રસંગ બને ત્યારે બીજાને આપી આનંદનો અનુભવ કરી જોજો.

ગ્રુપ પ્રોજેક્ટ
બે અઠવાડિયાની અંદર બધાએ પાંચ-પાંચના ગ્રુપમાં ‘શક્તિના જુદા જુદા પ્રકારો’ પર પ્રોજેક્ટ રિપોર્ટ તૈયાર કરવાનો છે. તમારા રોલ નંબર પ્રમાણે પાંચની ટીમ બનાવવાની છે.
અમોલ, હર્ષ, ગગન, સોમ અને તનય એક ટીમમાં આવ્યા
આજે સ્કૂલ છૂટે પછી આપણે પ્રોજેક્ટ વિશે ચર્ચા કરીશું.
આજે હું નહીં મળી શકું. મારે મારા કઝિનની બર્થ ડે પાર્ટીમાં જવાનું છે. કાલે મળીશું. હજુ તો આપણી પાસે બે અઠવાડિયાનો સમય છે, ઉતાવળ શું છે ?
બીજા દિવસે, સ્કૂલ પછી અમોલ અને હર્ષે લગભગ કલાકથી લાયબ્રેરીમાં ટીમના બીજા સભ્યોની રાહ જોઈ
સોરી, અમારે મોડું થયું. ભૂખ લાગી હતી એટલે અમે કેન્ટીન ગયા હતા.

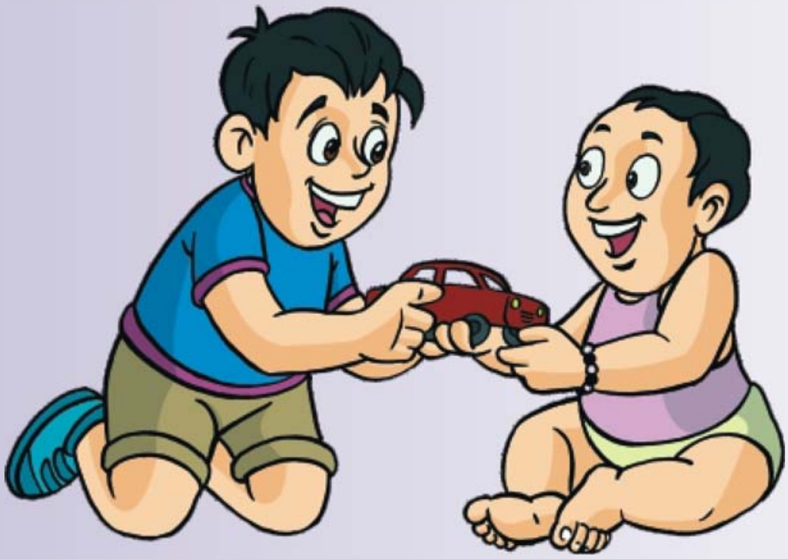
મીટીંગમાં બધાએ કોઈ ને કોઈ કામની જવાબદારી લીધી
અમે ત્રણેય મળીને આકૃતિઓ અને ચાર્ટ બનાવશું.
અમે ટોપીક માટે રિસર્ચ કરી બધાની વ્યાખ્યા તૈયાર કરીશું.
અમોલ અને હર્ષ લેબોરેટરીમાં પ્રયોગ કરી રહ્યાં હતા. તનયે માપ લેવાના હતા પણ તે તેના મિત્ર સાથે ગપ્પા મારી રહ્યો હતો.
આ ગ્રુપ પ્રોજેક્ટ છે, શું બધાએ કામ ન કરવું જોઈએ ? હું તનયનું કામ નહીં કરું.
લાવ, હું માપ લઈ લઉં. આપણે એના વતી થોડું કામ વધારે કરીશું તો કંઈ ઘસાઈ જવાના નથી.
પ્રોજેક્ટ આપવાનો છેલ્લો દિવસ બાકી હતો. અમોલ અને હર્ષે તેમના ભાગે આવેલું કામ જવાબદારીપૂર્વક પૂરું કર્યું. પણ સોમ અને ગગને હજુ સુધી વ્યાખ્યાઓ તૈયાર કરી ન હતી અને તનયના ચાર્ટ પણ બાકી હતા.

બન્નેએ આખી રાત જાગીને પ્રોજેક્ટ પૂરો કર્યો.
બસ બહુ થયું ! હું ટીચરને ફરિયાદ કરવા જઉં છું કે આ લોકો કામ નથી કરતા.
ફરિયાદ કરવાની જવા દે ને. ચાલ આપણે બન્ને મળીને બાકીનું કામ પૂરું કરી નાખીએ.
હું ટીચરને હકીકત કહી દેવાનો છું. અરે ! જે મહેનત આપણે કરી છે, તેના માર્ક એ લોકોને કેમ મળે ?
તમે ખૂબ જ સરસ કામ કર્યું છે. તમારા પ્રોજેક્ટને 'એ' ગ્રેડ મળ્યો છે. સરસ, આવી જ પ્રગતિ કરતા રહો.
આપણે મોટા મનના રહેવાનું. સોમ અને તનયને આમેય ઓછા માર્કસ મળ્યા છે. જો તું મેડમને કહી દઈશ તો એમના ગ્રેડ વધારે ઘટી જશે અને એમને વધારે દુઃખ થશે. આપણે જતું કરવાનું.
અમોલને હર્ષની વાત ગળે ઊતરી ગઈ.

થોડા દિવસો પછી,
બધાને ટીમ દીઠ એક ફોર્મ આપું છું. પ્રોજેક્ટમાં કોણે શું કામ કર્યું હતું એ ભરીને બધાએ સહી કરી પાછું આપવાનું છે.
ચાલો આપણે ફોર્મ ભરી લઈએ.
લાવ, હું ભરું.
બધા બેઠા.
પણ અમે તો....
રીસર્ચ અને વ્યાખ્યાઓ ગગન અને સોમમાં લખ.
હર્ષ અને અમોલનું તો પત્યું. હવે મારામાં શું લખું?
ચાર્ટ બનાવવાના અને આકૃતિઓ દોરવાની એ તારામાં લખ.
ફોર્મ ભરાઈ ગયા બાદ બધાએ સહી કરી.

થોડા દિવસ પછી પ્રોગ્રેસ રિપોર્ટ બધાને મળ્યો. સોમ, ગગન અને તનય પોતપોતાનો રિપોર્ટ જોઈને ડઘાઈ જ ગયા. ત્રણે પ્રોજેક્ટના માર્કસના કારણે વિજ્ઞાનમાં પાસ થયા હતા.
શરમથી એમનું મોઢું ઝૂકી ગયું. તેઓ અમોલ અને હર્ષ પાસે ગયા.
તમે અમારા માટે નોબલ રહ્યા એ માટે થેન્ક યુ. અમને અમારી ભૂલ સમજાઈ છે. અમને તમારી પાસેથી ઘણું બધું શીખવા મળ્યું. શું તમે ફરીથી અમારા ટીમમાં રહેશો ?
ચોક્કસ, હવેના પ્રોજેક્ટમાં બધા સાથે મળીને આનાથી પણ સારો પ્રોજેક્ટ બનાવશું.
અને બધાએ એક સાથે હાથ મિલાવ્યા.

આ તો નવી જ વાત !



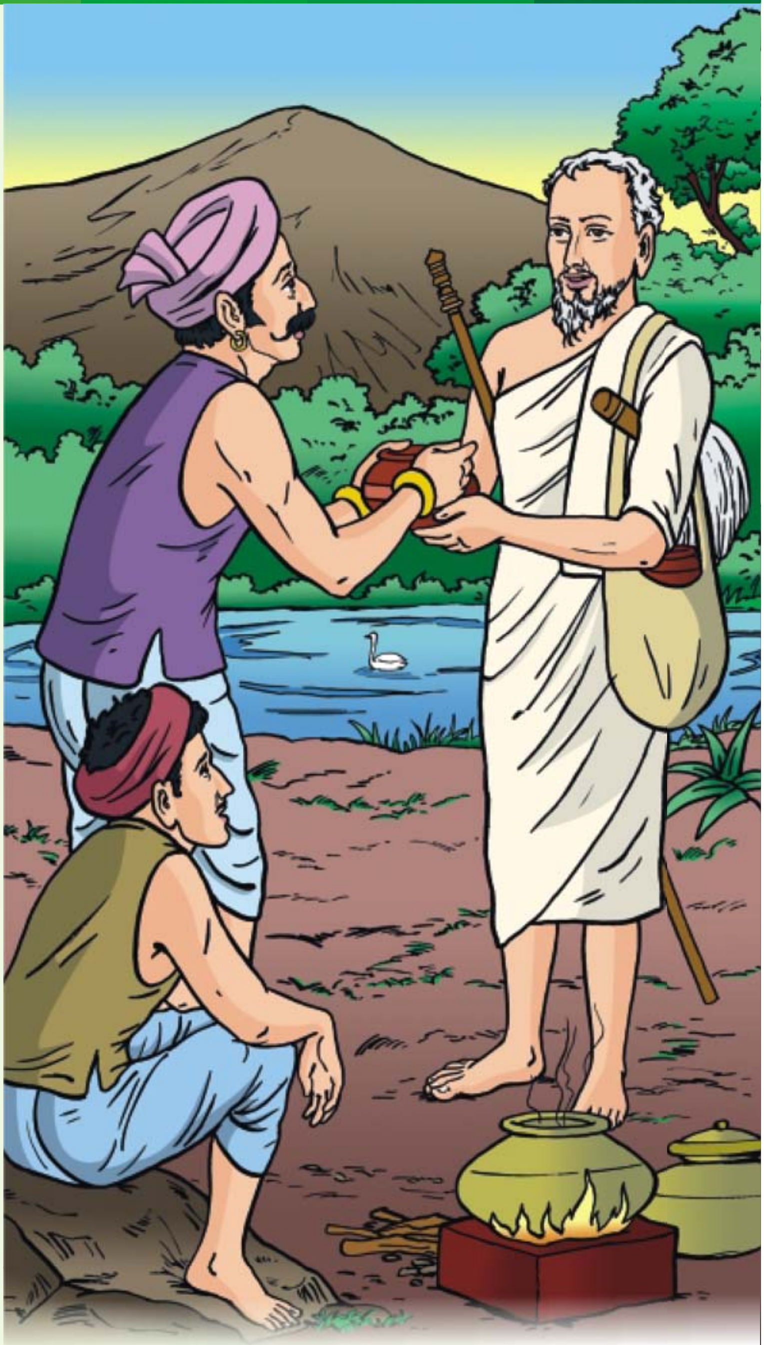
કુદરતનો નિયમ છે કે જેટલું મન મોટું હશે એટલું આવ્યા જ કરશે અને જેટલું સંકુચિત (સાંકડું) મન થશે એટલું આવવાનું બંધ થઈ જશે. દા.ત. આપણી પાસે જે હોય તે બીજા માટે વાપરવાથી આપણે ત્યાં ક્યારેય ખૂટે નહીં.

દરેકમાં કંઈક ને કંઈક સારું હોય જ છે. સામાના સદ્‌ગુણને હાર્દિલી એપ્રીશિએટ(કદર) કરીએ એને નોબલ મન કહેવાય. દા.ત. રંગોળી સ્પર્ધામાં ગ્રીષ્માની રંગોળી ક્રીષ્મા કરતાં વધુ સારી હોય. ક્રીષ્મા એની રંગોળી જોઈને ખુશ થાય કે,“વાહ, તારી રંગોળી તો બહુ જ સરસ છે. તું ઈનામ માટે લાયક છે”. અહીં ક્રીષ્મા નોબલ કહેવાય.

નોબિલિટી કેળવવી હોય તો પોતાની જાતથી જ શરૂ કરો. પોતાની જાતને પારકા માટે વાપરતા જાવ. દા.ત. મમ્મીએ આપણને શાક લઈ આવવાનું કહ્યું હોય તો આપણે આજુબાજુવાળાને પૂછતા જઈએ કે હું બજાર જાઉં છું. તમારે કંઈ જોઈએ છે? આમ બીજાનું કામ કરતા આવીએ એ જાતને પારકા માટે વાપરી કહેવાય.

નોબિલિટી હોય ત્યાં આપણનેય આનંદ હોય અને સામાનેય આનંદ હોય. દા.ત. કોઈ બહારગામથી આવ્યું હોય તો આપણે એને પ્રેમથી, ભાવ બગાડ્યા વગર ખવડાવીએ-પીવડાવીએ ત્યારે આપણનેય આનંદ થાય અને સામાનેય આનંદ થાય.

ઐતિહાસિક ગૌરવગાથાઓ



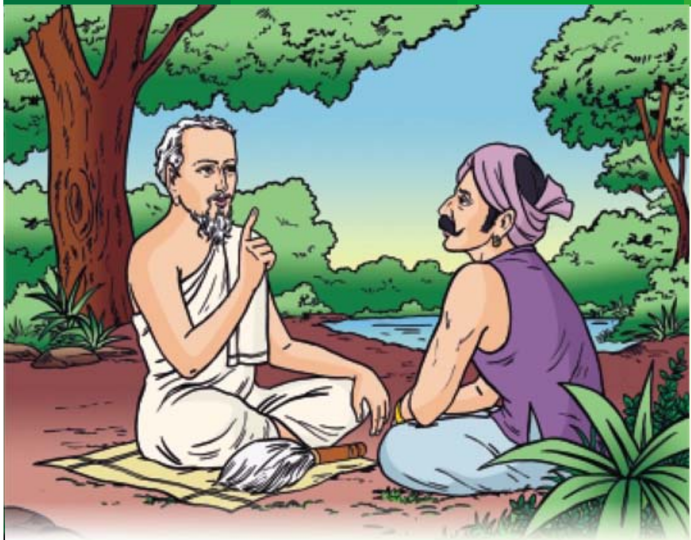
મહાવિદેહ ક્ષેત્રમાં નયસાર નામે એક કઠિયારો રહેતો હતો. તેનો વ્યવસાય જંગલમાંથી લાકડાં કાપી લાવવાનો હતો. એક વખતે પોતાના માણસોને સાથે લઈ તે જંગલમાં લાકડાં કાપવા ગયો. પોતે એક સ્થળે બેઠો અને એના નોકરો લાકડાં કાપી રહ્યા હતા. આમ કરતાં બપોર થઈ. જમવાનો સમય થયો એટલે એક નોકરે આવીને નયસારને કહ્યું, ''રસોઈ તૈયાર થઈ ગઈ છે, જમવા પધારો.''

નયસાર સંસ્કારી હતો. એને કોઈ અતિથિને જમાડ્યા પછી જ જમવાનો નિયમ હતો. તેથી એ ત્યાં રહેલા તળાવની પાળ પર ચડીને કોઈ અતિથિ આવે છે કે કેમ તેની તપાસ કરવા લાગ્યો. પુણ્યના યોગથી, નયસારની અતિથિને જમાડ્યા પછી જ જમવાની પ્રબળ ભાવના સફળ થઈ.

જંગલની બહારના રસ્તે પવિત્ર મુનિવરોનો સમૂહ એક ગામથી બીજે ગામ વિહાર (ચાલીને જવું) કરી રહ્યો હશે, તેમાં એક મુનિ કે જેમને મહિનાના ઉપવાસનું તપ હતું, તે ચાલતાં ચાલતાં પાછળ રહી ગયા અને રસ્તો ભૂલી ગયા અને જંગલમાં અવળે માર્ગે ચડી ગયા. બપોરના સમયે જ્યાં નયસારનો પડાવ હતો, ત્યાં તેઓ આવી ચડ્યા. તપસ્વી મુનિને જોઈને નયસારને જાણે રત્નનો ખજાનો મળ્યો હોય એથી એ અધિક આનંદ થયો. એણે હર્ષભેર મુનિની સામે જઈ, વંદન કરી, સત્કાર સન્માન દઈ, આહાર વહોરવાની (લેવાની) વિનંતી કરી.

નયસારે તપસ્વી મુનિને આદર-સત્કાર સહિત, ઉચ્ચ ભાવનાથી આહાર વહોરાવ્યો.

મુનિના આહાર ગ્રહણ કર્યા બાદ નયસારે



ભોજન ગ્રહણ કર્યું. ભોજન પતાવી એ મુનિને જે ગામ જવું હતું તે ગામે જવાનો માર્ગ બતાવવા સાથે ગયો. રસ્તામાં ચાલતાં ચાલતાં મુનિને વિચાર આવ્યો, ''આ મનુષ્યે મને જંગલની ભટકામણમાંથી બહાર કાઢી રસ્તો બતાવ્યો છે. હું એને સંસારની ભટકામણમાંથી નીકળવાનો આત્મહિતનો માર્ગ બતાવું.'' એમ વિચારી મુનિએ નયસાર કઠિયારાને દેવ, ગુરુ અને ધર્મ વિશે સમજણ આપી આત્મસ્વરૂપની દૃષ્ટિ આપી.

આમ નયસાર કઠિયારાએ તપસ્વી મુનિ પાસેથી આધ્યાત્મિક ધન પ્રાપ્ત કર્યું. શુદ્ધભાવથી મુનિના કથનોનું આરાધન કરતાં કરતાં એણે આયુષ્ય પૂર્ણ કર્યું અને બીજા ભવમાં દેવલોકમાં દેવરૂપે જન્મ થયો.

જોયું મિત્રો, ઊચ્ચ ભાવનાથી કરેલાં આહાર દાનનું પરિણામ કેવું ઊંચું આવ્યું ! આત્મદૃષ્ટિ પ્રાપ્ત થઈ જે મોક્ષે પહોંચાડીને રહે અને બીજા ભવમાં દેવલોકનો વૈભવ ભોગવવાનો આવ્યો.

તમારી જાતને ચકાસી જુઓ

'નોબિલિટી'ની સમજણનો ઉપયોગ કરી નીચેની વાર્તા પૂરી કરો.

અંગ્રેજીનો ક્લાસ શરૂ થયો. બધાએ પોતપોતાનો નિબંધ વાંચવાનો હતો. રુચી નિબંધ લેખનમાં હોશિયાર હતી. દર વખતે એ પહેલો નંબર લેતી. પણ આ વખતે સાહિલનો નિબંધ સૌથી સારો નીકળ્યો અને એને પહેલો નંબર મળ્યો.

રુચીને થયું, ''અ''

હવે એ રિશેષ પડવાની રાહ જોતી હતી, કારણ કે એ એની મનપસંદ ચીઝ સેન્ડવીચ નાસ્તામાં લાવી હતી. એણે વિચાર્યું, ''બ''

ત્યાર બાદ વિજ્ઞાનનો ક્લાસ હતો. શિક્ષકે બધાના પ્રોજેક્ટ વર્કના ગ્રેડ જાહેર કર્યા. એમણે દરેક પ્રોજેક્ટના ટીમ લીડરને બોલાવી ગ્રેડ કહી પ્રોજેક્ટ પરત કર્યા. રુચીનો વારો આવ્યો. એમણે રુચીને કહ્યું, ''રુચી, તારી ટીમને 'એ' ગ્રેડ મળે છે. ખુબ સુંદર કામ કર્યું છે. અભિનંદન.''

રુચી ખુશ થઈ ગઈ. એણે કહ્યું, ''ક''

સાંજે રુચીના ઘરે એના માસી અને એનો કઝીન ભાઈ જમવા આવ્યા. જમવાને હજી વાર હતી. બધાએ ત્યાં સુધી રમવાનું નક્કી કર્યું. રુચીએ વિચાર્યુ, ''ડ''

માસી રુચી અને એની બહેન માટે ડ્રેસીસ લઈ આવ્યા હતા. એક ડ્રેસ ગુલાબી રંગનો હતો અને બીજો લીલા રંગનો. માસીએ બન્નેને ડ્રેસ પસંદ કરવા કહ્યું. બન્નેને ગુલાબી ડ્રેસ જ પસંદ પડ્યો. રુચીએ એની બહેનને કહ્યું, ''ઈ''

માસીના ગયા પછી રુચી સૂવા ગઈ. સૂતા પહેલા એણે પ્રાર્થના કરી, ''જગતના સર્વ જીવો સુખ અને શાંતિને પામો.'' અને એ સૂઈ ગઈ.

અ

૧. આ વખતે એ પહેલો નંબર લઈ ગયો. બીજી વખત હું વધારે મહેનત કરીશ અને પાછો પહેલો નંબર મેળવી લઈશ.
૨. વાહ ! સાહિલ ખરેખર સરસ નિબંધ લખે છે. મારે એની પાસેથી નિબંધ લખતા શીખવું જોઈએ.
૩. એનો નિબંધ કંઈ એટલો સારો ન હતો. એના કરતા તો મારો નિબંધ સારો છે. એ ટીચરનો માનીતો છે એટલે ટીચરે એને પહેલો નંબર આપ્યો છે.

બ

૧. બધા ફ્રેન્ડ્સને આ ટેસ્ટી સેન્ડવીચ ખાવાની મજા પડશે.
૨. હું કોઈને મારામાંથી સેન્ડવીચ ખાવાનું કહીશ નહીં. બહુ ત્યારે એક ટુકડો ચાખવા માટે આપી દઈશ.
૩. હું બધાને કહી દઈશ કે મારું હોમવર્ક બાકી છે માટે હું ક્લાસમાં બેસીને જ ખાઈ લઉં છું. જેથી મારે કોઈને સેન્ડવીચ આપવી ન પડે.

ક

૧. વિજ્ઞાન મારો ગમતો વિષય છે અને આ પ્રોજેક્ટ માટે મેં મહેનત પણ ખૂબ કરી હતી. તેથી મને ‘એ’ ગ્રેડ મળે એ સ્વાભાવિક છે.
૨. અમારી આખી ટીમે આ પ્રોજેક્ટ માટે ખૂબ મહેનત કરી હતી. ટીમની મહેનત અને આવડતનું આ પરિણામ છે.
૩. જો પ્રીતિએ એનું કામ સારી રીતે કર્યુ હોત તો અમે આના કરતા પણ સારું કામ કરી શક્યા હોત. પ્લીઝ, બીજીવાર તમે પ્રીતિને મારી ટીમમાં નહીં રાખતા.

ડ

૧. આની સાથે મારી નવી વિડીયો ગેમ રમવાની બહુ મજા આવશે.
૨. આપણે પાના રમીએ. વિડીયો ગેમ તો આ તોડી નાખશે.
૩. આ જલ્દી જાય તો સારું.

ઈ

૧. તું ગુલાબી ડ્રેસ રાખ. મારી પાસે ઘણા ગુલાબી ડ્રેસ છે. તારી ખુશીમાં જ મારી ખુશી છે.
૨. હું ગુલાબી ડ્રેસ લઈશ. ગયા વખતે પહેલા તને પસંદ કરવા આપ્યું હતું. આ વખતે મારો વારો છે.
૩. ગુલાબી કરતા લીલો ડ્રેસ તને વધારે સારો લાગશે. મારા હિસાબે તારે લીલો ડ્રેસ રાખવો જોઈએ.

મીઠી યાદેં

અમેરિકાનો પ્રસંગ છે. દાદા ત્યાંના ભારતીય વૈજ્ઞાનિકો સાથે સત્સંગ કરી રહ્યા હતા. એમણે કહ્યું, ''મારી બહુ ઈચ્છા છે કે મારે આ અક્રમ વિજ્ઞાન અહીંના સાયન્ટિસ્ટો (વૈજ્ઞાનિકો)ને આપવું છે. કારણ કે અમે જો અહીંના લોકોને વાત કરીશુંને તો અમારી વાત એમને સમજવામાં બહુ અઘરી પડશે. ત્યાંના સાયન્ટિસ્ટ લોકોની વાત એ લોકો સાંભળશે અને સ્વીકારશે. મારી ઈચ્છા છે કે આ અક્રમ વિજ્ઞાન આખા જગતના લોકોને મળવું જોઈએ, જેથી લોકોને સુખ-શાંતિ મળે, જીવન જીવવાની કળા મળે અને મોક્ષને પામે.''

આ સાંભળી એક ઈન્ડિયન સાયન્ટિસ્ટ બોલ્યા, ''દાદા, આવી ભૂલ ના કરતા. અહીંના સાયન્ટિસ્ટોને ના અપાય, કારણ કે તમે એ લોકોને આપશોને તો એ લોકો એવું કહેશે કે આ અમારું વિજ્ઞાન છે અને અમે લોકોને આપીએ છીએ. તમારું નામ બહાર પાડશે જ નહીં.''

દાદા ખૂબ કરુણાથી બોલ્યા, ''મારું નામ આપે કે ના આપે, મને એનો વાંધો જ નથી પણ લોકોને આ વિજ્ઞાન મળવું જોઈએ. લોકોને મળે એની સાથે જ અમને મતલબ છે. ભલે એ લોકો પોતાનું નામ આપે.''

આ સાંભળતાની સાથે જ પેલા સાયન્ટિસ્ટ તો લાંબા થઈને દાદાના પગમાં પડી ગયા અને બોલ્યા, ''દાદા, કેટલાયે વર્ષોથી અમને ફ્રસ્ટ્રેશન (અકળામણ) રહેતું હતું કે આ અમેરિકાવાળા કોઈ દિવસ ઈન્ડિયનને ઉપર જ નથી આવવા દેતા. અહીંની જેટલી શોધખોળો બહાર આવે છે, એમાં મુખ્ય ફાળો ઈન્ડિયનોનો જ હોય છે. પણ આ લોકો એમના નામ બહાર નથી પાડતા. પણ આજે તમારી નોબિલિટી જોઈને અમારું બધું ફ્રસ્ટ્રેશન જતું રહ્યું કારણ કે અમારી તો નાની નાની શોધખોળો હોય અને એય પાછું બધાએ ભેગા થઈને કર્યું હોય, જ્યારે તમારું તો આટલું મોટું આધ્યાત્મ વિજ્ઞાન છે, તમારું એકલાનું, સ્વતંત્ર છે અને તોય જો તમે આટલી બધી નોબિલિટી રાખો તો પછી અમારી તો વાત જ ક્યાં?'' દાદાએ કહ્યું, ''હું કોની સાથે ભેદ પાડું ? ઈન્ડિયન હોય કે અમેરિકન, એ મારું જ સ્વરૂપ છે. એટલે પછી અમને ભેદ લાગતો જ નથી. અમને તો અનંત અવતારથી એક જ ભાવના છે કે જગતના દુઃખ દૂર થવા જોઈએ. પછી એ કોઈના પણ નિમિત્તે થાય. એમાં તમારું નામ આવે કે આનું નામ આવે, એનાથી અમને ફરક જ નથી પડતો. '' આ સાંભળી પેલા ભાઈનું કાયમ માટેનું સમાધાન થઈ ગયું.

આવી હતી દાદાની નોબિલિટી. આપણે કોઈ સારું કામ કર્યું હોય તો આપણે એનો જશ કોઈ બીજાને આપીએ ખરા?

બાળકો સાથે નીરુમા

પ્રશ્નકર્તા : નીરુમા, હું એક વસ્તુ ઉપર ધ્યાન રાખુ તો બીજી વસ્તુ ઉપર ધ્યાન નથી રહેતું. ઘણી કોશીષ કરું તો પણ નથી રહેતું, એનું શું કારણ?

નીરુમા : એક સાથે બે વસ્તુ કરવામાં કે એક પછી એક કરે તો ધ્યાન નથી રહેતું?

પ્રશ્નકર્તા : એક વસ્તુ વિચારીને કરું પછી બીજી વસ્તુ વિચારું ત્યારે એની ઉપર ધ્યાન જ નથી રહેતું અને પહેલા ઉપર જ ધ્યાન જતું રહે છે.

નીરુમા : એક સમયે એક જ કામ કરવાનું હોય. તું જે કોઈ પણ વસ્તુ કરવા બેસેને તો એ વખતે એ જ વસ્તુ કરવાની. પછી એ પૂરું થાય એટલે બીજુ વિચારવાનું. જે સમયે જે વિચારે તે સમયે તે જ કરવાનું. તો જ તારો પ્રોગ્રેસ થશે.

પ્રશ્નકર્તા : હા, એવી રીતે કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો પણ જે પહેલા કર્યું'તુ એની ઉપર જ ધ્યાન જતુ રહે છે.

નીરુમા : પહેલું કામ પૂરું થઈ ગયા પછી?

પ્રશ્નકર્તા : હા.

નીરુમા : લે. તું કેવી વાત કરે છે. પૂરુ થઈ ગયું એટલે પછી એને ભૂલી જવાનું હોય અને પછી નવું કામ ચાલુ કરવાનું હોય. ભૂતકાળ ગયો એટલે કાયમનો ગયો. એ ફરી પાછો ના આવે. એનું નામ ભૂતકાળ. એક કામ પૂરું થઈ ગયું પછી એ વિચારવાનું નહીં. પછી નવું જે સામે આવે એ જ પૂરું કરવાનું હોય. એટલે તું જ્યારે ભણવા બેસે ત્યારે ભણવામાં જ ધ્યાન આપવાનું પછી ત્યારે રમવાના વિચાર નહીં કરવાના. અને રમવા જાય ત્યાં ભણવાનું નહીં લાવવાનું કે હવે હોમવર્ક નહીં કર્યુ હોય તો માસ્તર મારશે તો... એવા બધા વિચારો નહીં કરવાના. પછી એ વખતે રમી લેવાનું. પછી પાછું ઘરે આવીને વાંચી લેવાનું. જમવા બેસે ત્યારે જમવામાં જ ધ્યાન રાખવાનું. જમતી વખતે પછી વિચારથી રમવા નહીં જતુ રહેવાનું. એવું નક્કી કર અને દાદા ભગવાન પાસે શક્તિ માંગવાની અને જે કાંઈ કરવા બેસેને એ પહેલા પ્રાર્થના કરવાની કે 'હે દાદા ભગવાન મને શક્તિ આપો કે અત્યારે હું જે કરુ છું એમાં જ મારું ચિત્ત રહે. અને એ પૂરું થાય પછી એમાંથી બહાર નીકળી જાઉં.' એવી શક્તિઓ માંગવાની.

પ્રશ્નકર્તા : નીરુમા આપણે મહાવીદેહ ક્ષેત્રથી આ ભરતક્ષેત્રમાં પાછા આવી શકીએ ખરા ?

નીરુમા : હા, ત્યાં પછી આપણે સખણાં ના, રહીએ તો અવાય. આપણે સખણું રહેવું પડેને. પછી ભગવાન સીમંધર સ્વામીને શું કામ છોડીએ?

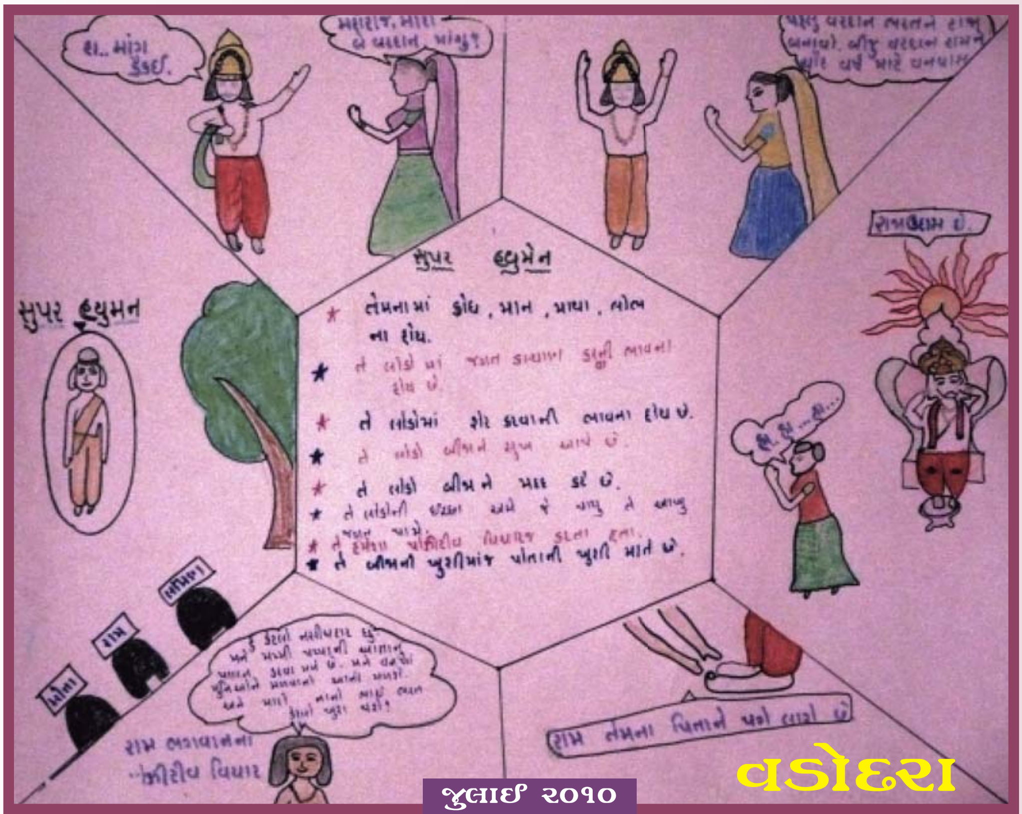
મારી સમજણ

ડ્રોઈંગના પિરિયડ હતો. તમારી બાજુમાં બેઠેલો વિદ્યાર્થી કલરબોક્સ લાવવાનું ભૂલી ગયો હતો. તમે એને તમારા કલર વાપરવાની રજા આપી. ત્યાર બાદ એ ક્યારેય કલરબોક્સ લાવતો જ નહીં અને દર વખતે તમારા જ કલર વાપરતો થઈ ગયો. આવા વખતે તમે શું કરશો?

આપના જવાબો અમને આ મહિનાની ૨૫ તારીખ સુધીમાં મોકલી આપશો. તમારા અનુભવો, તમારી બનાવેલી કવિતાઓ, વાર્તાઓ, ચિત્રો અમને નીચેના સરનામે અથવા ઈ મેઈલ પર મોકલી શકો છો. એમાંથી જે સારા લાગશે એને અમે આ મેગેઝિનમાં ચોક્કસ પ્રકાશિત કરીશું. એમાં તમારું નામ, સરનામું અને ઉંમર લખવાનું ભૂલતા નહીં.

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

કીડ્સ કેમ્પમાં બાળકો દ્વારા વિવિધ વિષયો પર તૈયાર કરાયેલા ચાર્ટ

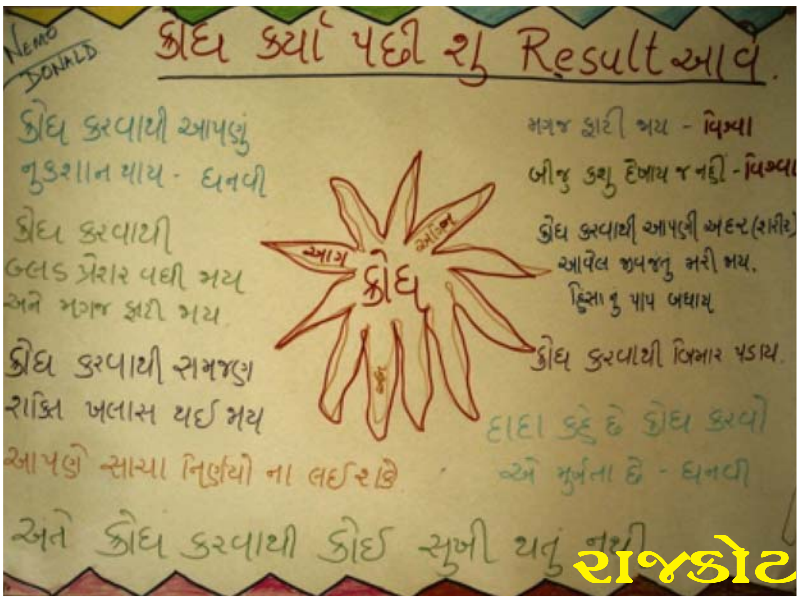


Akram Express

July 2010
Year : 2, Issue : 11
Conti. Issue No.: 23

BALVIGNAN
Fun 'n' Gnan with Dada

RNI No. GUJGUJ/2008/26729
Reg. No. GAMC - 1690/09-11
valid up to 31-12-2011
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



હા...હા... હી...હી...

ગામડીયાલાલ: ડોક્ટર, મને વહેમ રહ્યા કરે છે કે કોઈ મારો પીછો કરી રહ્યું છે. મને એવી દવા આપો કે મારો આ વહેમ દૂર થાય.

ડોક્ટર: ના એ વહેમ નથી. તમારું પહેલાનું બિલ બાકી છે એટલે મારો કમ્પાઉન્ડર તમારો પીછો કરી રહ્યો છે

જજ: તને શરમ નથી આવતી, તુ આજે ત્રીજી વાર કોર્ટમાં આવ્યો છું.

કેદી: તમને શરમ નથી આવતી તમે તો રોજ કોર્ટમાં આવો છો.

છગનકાકા: ડોક્ટર ડોક્ટર મારો દીકરો ચાવી ગળી ગયો છે.

ડોક્ટર: ક્યારે?

છગનકાકા: ૩ મહિના પહેલા.

ડોક્ટર: તો અત્યાર સુધી તમે ક્યાં હતા?

છગનકાકા: અમે ડુપ્લીકેટ ચાવીથી તાળું ખોલતા હતા.

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