ફેબ્રુઆરી ૨૦૧૦

કિંમત રૂ. ૧૨/-

દાદા ભગવાન પરિવારનું

અક્રમ એક્સપ્રેસ

અંતરાય

''મમ્મી, જમવાનું જરાય ભાવે એવું નથી, માટે નથી ખાવું. ઓહ! મને યાદ નહીં રહે તો?, તું સાવ ડફોળ છે, જવા દેને. એને મદદ કરવા જેવી જ નથી.'' આવાં કેટલાય વાક્યો આપણા મોઢામાંથી સહજપણે નીકળતા જ હોય છે. આવું બોલવામાં આપણને કંઈ અજુગતું પણ નથી લાગતું. પણ આનાથી જ આપણા અંતરાય કર્મો બંધાય છે.

આવાં વાક્યો બોલવાથી શું જોખમદારી આવે છે ? આ જોખમદારીમાંથી કઈ રીતે છૂટાય? જોખમદારી આવી જ પડી ત્યારે શું કરવું? વગેરેની અનોખી સમજણ પરમપૂજ્ય દાદાશ્રીના જ્ઞાન થકી આ અંકમાં પ્રાપ્ત થાય છે.

'અંતરાય' શબ્દ બહુ ભારે લાગે છે ને ? પરમ પૂજ્ય દાદાશ્રીએ ખૂબ સરળ ભાષામાં આ શબ્દને વિવિધ ઉદાહરણો દ્વારા સમજાવ્યો છે.

તો ચાલો, આપણે 'અંતરાય'ને સમજી હવેથી કોઈને આંતરતા અટકીએ.

- ડિમ્પલ મહેતા

અનુક્રમણિકા

દાદાજી કહે છે........................૧
બ્રુકલીન બ્રિજ........................૨
પોલી..................................૫
આ તો નવી જ વાત!..................૮
ઐતિહાસિક ગૌરવગાથાઓ..........૧૦
તમારી જાતને ચકાસી જુઓ........૧૨
બાળકો સાથે પૂજ્યશ્રી.............૧૪
મીઠી યાદેં........................૧૫
ચાલો રમીએ....................૧૬
મારી વાત........................૧૭
મારી સમજણ..................૧૮

અક્રમ એક્સપ્રેસ

તંત્રી તથા સંપાદક :
ડિમ્પલ મહેતા
વર્ષ : ૩, અંક : ૬
સળંગ અંક : ૩૦
ફેબ્રુઆરી 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

Printed, Published and Owned by :
Dimple Mehta on behalf of
Mahavideh Foundation
5, Mamtapark Society,
Bh. Navgujarat College,
Usmanpura, Ahmedabad-14.
Published at Mahavideh Foundation
5, Mamtapark Society,
Bh. Navgujarat College,
Usmanpura, Ahmedabad-14.

Printing Press:-
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.

દાદાજી કહે છે...

પ્રશ્નકર્તા : અંતરાય કર્મ શું છે, એ મારે વધારે સમજવું છે.

દાદાશ્રી : આંતર્યું (અટકાવ્યું) એનું નામ અંતરાય. લોકોને જે પ્રાપ્ત થતું હોય, તેમાં તમે બુદ્ધિથી આંતરો પાડો (અટકાવો) કે, 'આ આમાં શું આપવા જેવું છે?' એવી ડખલ કરો તેનાથી અંતરાય પડે. કોઈ દાન આપતો હોય ત્યાં તમે કહો કે, 'આને ક્યાં આપો છો ? આ તો વાપરી ખાય એવા છે.' એટલે પછી તમને જ્યારે જરૂર હોય ત્યારે કોઈ આપવાવાળું (મદદ કરવાવાળું) ન મળે. આ અંતરાય !

પ્રશ્નકર્તા : આ અંતરાયો કેવી રીતે પડે છે ?

દાદાશ્રી : તરછોડ તમામ પ્રકારના અંતરાય પાડે. એટલે વસ્તુઓ આપણને પ્રાપ્ત ના થવા દે. હેરાન-હેરાન કરી મૂકે. ખાવાનું સામે આવ્યું ત્યારે આપણે એને તરછોડ મારી હોય તેથી. ગયા અવતારે આપણે કેરીઓને જોઈને, 'આમાં શું ખાવા જેવું છે ? આ કોઈ ખાવા જેવી ચીજ નહોય !' એવું બોલ્યા હોય એટલે આ અવતારમાં આપણને મળે નહીં! આપણે ખોળીએ તોય મળે નહીં, એ અંતરાય છે.

ઘરમાં સાત જણ શ્રીખંડ જમતા હોય ને એક જણ બાજરીનો રોટલો ને છાશ ખાય, કારણ કે ડૉક્ટરે કહ્યું હોય કે, 'શ્રીખંડ ખાશો તો મરી જવાશે!' એ અંતરાય લાવ્યા છે.

પ્રશ્નકર્તા : એ અંતરાય તોડવા શું કરવું?

દાદાશ્રી : પ્રતિક્રમણ કરવું. કોઈને દાન આપતા રોક્યા હોય તો મનમાં ક્ષમા માગીએ કે આવું ફરી ના કરવું જોઈએ અને વિચારીએ કે દાન આપવામાં સારું છે એટલે પેલું આગળનું ભૂંસાઈ જાય.

કોઈને તમે 'નાલાયક' કહો તો તમારી લાયકાત ઉપર અંતરાય પડે છે. કોઈને 'અક્કલ વગરનો' કહો, એ તમારી અક્કલ પર અંતરાય પડ્યો ! તમે આના તરત જ પ્રતિક્રમણ કરો તો એ અંતરાય પડતાં પહેલાં ધોવાઈ જાય.

'મને આવડતું નથી' એમ થયું કે આવડત પર અંતરાય પડે ને 'મને કેમના આવડે?' એમ દૃઢપણે થાય ત્યાં અંતરાય તૂટે.

આપણને અંતરાય નડે ત્યારે પ્રાર્થના કરીએ કે હે ભગવાન ! મારા આવા અંતરાય દૂર કરો. પહેલા કંઈ ભૂલ કરી હશે તે અંતરાય આવ્યા. પણ હવે ભૂલ નથી કરવી એમ રોજ પ્રાર્થના કરવી.

બ્રુકલીન બ્રિજ

રિષભ લાઈબ્રેરીમાં દાખલ થયો. તે બહુ નારાજ હતો. તે અંકલ રામકૃષ્ણના ડેસ્ક પર ગયો અને ગુસ્સેથી બોલ્યો, "આજે સ્કુલમાં બહુ વિચિત્ર થયું !!! અમારા ટીચરે અમને રિસર્ચ પેપર તૈયાર કરવા આપ્યા છે. રિસર્ચ પેપર બનાવવા એ મારા માટે સાવ અશક્ય છે."

રામકૃષ્ણ અંકલે છાપું વાંચતા વાંચતા ઘડીક રિષભની સામું જોયું, પણ તેઓ કંઈ બોલ્યા નહીં. તેઓ રિષભના પાડોશી હતા અને ટાઉન લાઈબ્રેરીમાં લાઈબ્રેરીયન હતા. રિષભ સ્કૂલ છૂટ્યા પછી હંમેશા એમને મળવા લાઈબ્રેરીમાં આવતો અને એમને મદદ કરતો. "મને લાગતું નથી કે હું રિસર્ચ પેપર બનાવી શકું. મારું લખાણ તો ભયાનક છે અને રિસર્ચ કરવું એ મારા બસની વાત નથી." રિષભે એનું બોલવાનું ચાલું રાખ્યું.

હવે રામકૃષ્ણ અંકલે છાપાની ઘડી કરીને એને બાજુએ મૂક્યું. તેઓ રિષભની સામે આરામથી બેઠા અને બોલ્યા, "બેટા, જ્યારે આપણે બોલીએ કે 'મને કંઈ જ આવડતું નથી' કે 'હું કંઈ જ કરી શકતો નથી' ત્યારે આપણે પોતે જ આપણી કામ કરવાની શક્તિ પર અંતરાય નાખીએ છીએ. હું તને એક સાચી બનેલી ઘટના કહું. જે તને ખરેખર મદદરૂપ થશે."

ન્યુયોર્કમાં એક બ્રુકલીન બ્રિજ નામે એક વિશાળ બ્રિજ છે. સન ૧૮૮૩માં જ્હોન રોબ્લીંગ નામનો એન્જિનીયર હતો. તેને એક વિશાળ અને અદ્ભૂત બ્રિજ બનાવવાનો વિચાર સ્ફૂર્યો. તેનો પુત્ર વોશિંગ્ટન રોબ્લિંગ પણ પિતાના આ પ્રોજેક્ટમાં જોડાયો.

દુનિયાભરના તમામ ધુરંધર બિલ્ડર્સ વિચારતા કે આ એક અશક્ય બાબત છે અને તેઓ રોબ્લિંગને આવું બનાવવાનો તુક્કો ભૂલી જવાનું કહેતા હતા અને નેગેટિવ અભિપ્રાયો આપતા કે, ''આવું થઈ જ ના શકે, આ વસ્તુ શક્ય જ નથી, આવું પહેલા ક્યારેય થયું જ નથી.''

પરંતુ પિતા-પુત્રની જોડીએ તેઓની આટલી બધી નેગેટિવિટીની અસર અડવા જ ન દીધી. પ્રોજેક્ટ ચાલુ કરી દીધો. થોડા જ મહિના થયા ત્યાં તો એક ભયંકર એક્સિડન્ટ થયો, જેમાં જ્હોન રોબ્લિંગનું મૃત્યુ થયું અને વોશિંગ્ટન ખૂબ ખરાબ રીતે ઘાયલ થયો. તે ચાલવાની અને બોલવાની શક્તિ ગુમાવી બેઠો. લોકો ફરીથી કહેવા લાગ્યા, ''કેવા માણસ છે ! કેટલા મૂર્ખ છે કે અશક્ય બાબતને શક્ય બનાવવા મથ્યા હતા.''

આમ છતાં વોશિંગ્ટને હાર નહોતી સ્વીકારી. તે અપંગ બન્યો હતો. આવી મોટી અડચણમાં પણ તે હિંમત નહોતો હાર્યો. હું પ્રોજેક્ટ પૂરો કરી શકીશ જ એવો એને વિશ્વાસ હતો. વોશિંગ્ટનની સ્થિતિ એવી હતી કે તે

ખાલી એક આંગળી જ હલાવી શકતો હતો. તેની મદદથી એણે ધીમે ધીમે એની પત્ની સાથે વાતચીત કરવાનું ચાલુ કર્યું અને આમ આંગળીના ઈશારાથી તે બધું સમજાવવા લાગ્યો અને તેણે એક વખત ફરીથી બધા એન્જિનીયરોને બોલાવ્યા. તેણે પોતાના હાથ પર આંગળીની મદદથી બધાને સૂચનાઓ આપી અને પ્રોજેક્ટ ફરીથી ચાલુ કરવા જણાવ્યું. ૧૩ વર્ષ આ પ્રોજેક્ટ ચાલ્યો. આંગળીના ઈશારે સૂચનાઓ આપીઆપીને એણે આખરે એ કામ પૂરું કર્યું.

રિષભ ઘણી આતુરતાથી રામકૃષ્ણ અંકલની વાત સાંભળતો હતો. વોશિંગ્ટનના જોશની વાત સાંભળી એ ખુશ થઈ ગયો.

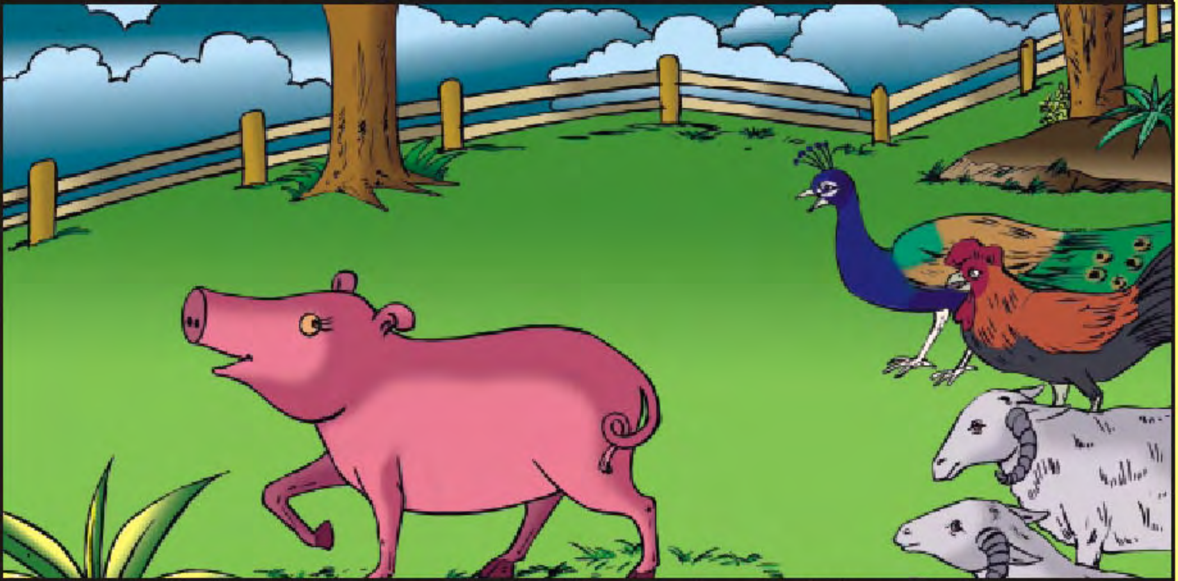
રામકૃષ્ણ અંકલે વાત પૂરી કરતા પૂછ્યું, ''બેટા, હવે તને સમજાયુંને કે જો આપણો નિશ્ચય પાકો હોય તો તે બધા જ અંતરાયો તોડી શકે છે. ખરેખર જોઈએ તો બીજાની કે આપણી ક્ષમતા ઉપર નેગેટિવ વિચારીને કે બોલીને આપણે પોતે જ આપણા માટે અંતરાયો નાખીએ છીએ. વોશિંગ્ટને લોકોના નેગેટિવ ગણકાર્યા નહીં અને પોતાના નિશ્ચય પર દૃઢ રહ્યો તો અપંગ હોવા છતા અશક્ય લાગતું કામપાર પાડી શક્યો. હવે તું જ નક્કી કર કે તારે તારું કામ પેલા બિલ્ડર્સની જેમ'અશક્ય છે, અશક્ય છે' એમ બોલ્યા રાખવું છે કે પછી વોશિંગ્ટનની જેમ હિંમતથી કામ કરવું છે.''

રિષભ ઉત્સાહ અને દૃઢ નિશ્ચય સાથે ઊભો થયો, બેગ હાથમાં લીધી અને તેના રિસર્ચ માટે બુક શોધવા લાઈબ્રેરીમાં ખોવાઈ ગયો. ત્યાર બાદ ઉત્સાહપૂર્વક સંશોધન કરી જોરદાર રિસર્ચ પેપર્સ તૈયાર કર્યા. જેના તેના ટીચરે ખૂબ વખાણ કર્યા.

જોયું મિત્રો, આપણે નેગેટિવ વિચારીને આપણા કામને બગાડીએ છીએ અને દૃઢ નિશ્ચય કરવાથી, પોઝિટિવ વિચારવાથી અશક્ય લાગતું કામ પણ સરળ અને શક્ય બને છે.

પોલી

બહુ પહેલા ડુક્કરો બુદ્ધિશાળી અને માનવંતા પ્રાણી તરીકે ગણાતા હતા. ધીમે ધીમે આ જાતિ અભિમાની થતી ગઈ. પણ આજે ડુક્કરોની જે હાલત છે એ શાથી થઈ એ આ વાર્તા પરથી જણાશે.



ફાર્મમાં રોજની જેમ આજે પણ બધા પ્રાણીઓ સવારે ચાલવા નીકળ્યા. 'પોલી' નામની એક માદા ડુક્કર, જે નવી નવી ફાર્મમાં આવી હતી, એ એકલી ચાલતી હતી. પોતે બીજા કરતા કંઈક વિશેષ છે, એવી એની ચાલ હતી. બધા પ્રાણીઓ આ સુંદર ડુક્કરને જોઈને ખુશ થઈ ગયા.

થોડી વાર પછી રખેવાળ બધા માટે ખાવાનું લાવ્યો. બધા ગોઠવાઈ ગયા. પોલીએ પહેલો કોળીયો ખાધો અને મોઢું બગાડતા બહાર ફેંક્યો.
આ કંઈ ખાવાનું છે ? આવું ખાઈને કેવી રીતે જીવાય?
બધા પ્રાણીઓ પોલીનું વર્તન જોઈને હેબતાઈ ગયા.
તને આ ના ભાવતું હોય તો બીજું ખા.
ના, મારે આવું નથી ખાવું.
બીજા દિવસે સવારે પોલી, 'કુકડે... કુક' અવાજ સાંભળીને જાગી ગઈ. એણે જોયું તો કૂકડો એના બચ્ચાને 'કુકડે... કુક' બોલતા શીખવી રહ્યો હતો. બચ્ચા ધીમે ધીમે 'કુ...કુ..' બોલતા હતા.
આ જોઈ પોલી હસવા લાગી.
એય, આ લોકોને શીખવાડવાનો કોઈ અર્થ નથી. મોટા થતા એ લોકો પણ તારા જેવું વિચિત્ર જ બોલશે.
પોલી, બીજાની કચાશો પર તારે હસવું ન જોઈએ.
એક દિવસ બે મરઘાં વાતો કરી રહ્યા હતા.
ના, બળદ સૌથી મોટું પ્રાણી છે.
ઘોડો આખી દુનિયામાં મોટામાં મોટું પ્રાણી છે.
પોલી ત્યાંથી પસાર થઈ રહી હતી. એણે આ સાંભળ્યું.
મૂરખ, આટલું ખબર નથી ? હાથી સૌથી મોટું પ્રાણી છે. તમે બધા સાવ અક્કલ વગરના છો.
આમ પોલીનું તરછોડવાળું વર્તન દિવસેને દિવસે વધતું જ ગયું. જેના પરિણામે એને પોતાને જ ઘણાં અંતરાયો પડ્યા.

ભોજનને તરછોડ મારવાના કારણે આજે ડુક્કરોને સાદું જમવાનું પણ નથી મળતું. એણે ફેંકાયેલો ગંદો કચરો અને એઠું ખાવાનું ખાઈને જીવવું પડે છે.

કૂકડાના અવાજની મશ્કરી કરીને એણે પોતાના અવાજ માટે અંતરાય નાખ્યા. આજે ડુક્કરોનો અવાજ કેટલો વિચિત્ર અને કોઈને સાંભળવો ન ગમે એવો છે.

મરઘાને 'મૂર્ખ' કહીને એણે પોતાની અક્કલ પર અંતરાય નાખ્યો. આજે 'બુદ્ધુ'ને 'ડુક્કર જેવું મગજ છે' એવું કહેવામાં આવે છે.

જોયું મિત્રો, તરછોડ મારવાના જોખમો ! તરછોડ મારેલી વસ્તુ આપણાથી કાયમ માટે દૂર થઈ જાય.

અંતરાય એટલે પોતાના ધાર્યા પ્રમાણે સફળ ન થાય. દા.ત. ભણવામાં કંઈ મજા નથી કહ્યું એટલે પછી ભણવાનો અંતરાય પડે. પછી ચોપડી હાથમાં લઈએ કે તરત ઊંઘ આવે.

આ તો નવી

જે ચીજની ઈચ્છા થાય એનો અંતરાય પડે. જેમ જેમ ઈચ્છા ઘટતી જાય તેમ તેમ અંતરાય તૂટતા જાય. આ હવાની ઈચ્છા થાય છે ? ના, તેથી એનો અંતરાય ઊભો થતો નથી. મળ્યા જ કરે.

નિશ્ચય બધા જ અંતરાય તોડી નાખે. દા.ત. લપસણી જગ્યા આવી હોય ત્યારે 'લપસી પડીશ તો ?' થયું તો લપસી જવાશે જ. પણ 'ન જ લપસું, કેમ લપસાય ?' એમ નિશ્ચય થાય તો એવી રીતે સાચવીને ચાલવાનું સૂઝે અને ના લપસાય.

જ વાત !

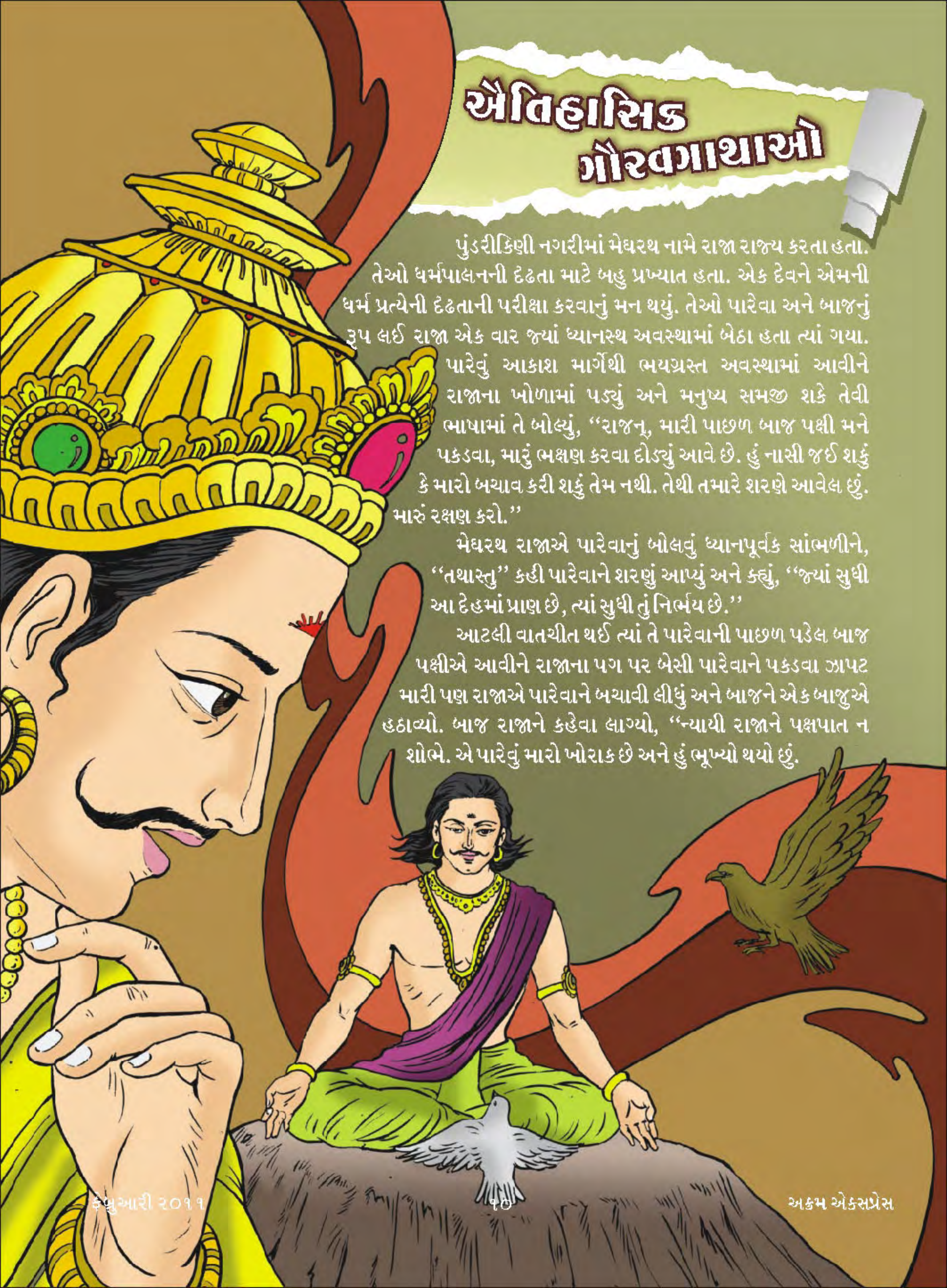
જે ભાણામાં આવે તે ખાજે. ના ભાવતી વસ્તુ મૂકી હોય તોય મહીંથી બે ચીજ ખાઈ લઈએ. ના ખાઈએ તો તરછોડ વાગી જાય અને બીજું, ખાવાની ચીજ કહે છે કે, 'મેં શું ગુનો કર્યો ? હું તારી પાસે આવી છું ને તું મારું અપમાન શું કામ કરે છે ?' તરછોડ મારીએ પછી જોઈએ ત્યારે મળે નહીં.

ઐતિહાસિક ગૌરવગાથાઓ

પુંડરીકિણી નગરીમાં મેઘરથ નામે રાજા રાજ્ય કરતા હતા. તેઓ ધર્મપાલનની દૃઢતા માટે બહુ પ્રખ્યાત હતા. એક દેવને એમની ધર્મ પ્રત્યેની દૃઢતાની પરીક્ષા કરવાનું મન થયું. તેઓ પારેવા અને બાજનું રૂપ લઈ રાજા એક વાર જ્યાં ધ્યાનસ્થ અવસ્થામાં બેઠા હતા ત્યાં ગયા. પારેવું આકાશ માર્ગેથી ભયગ્રસ્ત અવસ્થામાં આવીને રાજાના ખોળામાં પડ્યું અને મનુષ્ય સમજી શકે તેવી ભાષામાં તે બોલ્યું, ''રાજન્, મારી પાછળ બાજ પક્ષી મને પકડવા, મારું ભક્ષણ કરવા દોડ્યું આવે છે. હું નાસી જઈ શકું કે મારો બચાવ કરી શકું તેમ નથી. તેથી તમારે શરણે આવેલ છું. મારું રક્ષણ કરો.''

મેઘરથ રાજાએ પારેવાનું બોલવું ધ્યાનપૂર્વક સાંભળીને, ''તથાસ્તુ'' કહી પારેવાને શરણું આપ્યું અને કહ્યું, ''જ્યાં સુધી આ દેહમાં પ્રાણ છે, ત્યાં સુધી તું નિર્ભય છે.''

આટલી વાતચીત થઈ ત્યાં તે પારેવાની પાછળ પડેલ બાજ પક્ષીએ આવીને રાજાના પગ પર બેસી પારેવાને પકડવા ઝાપટ મારી પણ રાજાએ પારેવાને બચાવી લીધું અને બાજને એક બાજુએ હઠાવ્યો. બાજ રાજાને કહેવા લાગ્યો, ''ન્યાયી રાજાને પક્ષપાત ન શોભે. એ પારેવું મારો ખોરાક છે અને હું ભૂખ્યો થયો છું.



એકને બચાવી બીજાને ભૂખ્યે મારવો એ ન્યાય નથી. એ જીવદયા નથી. એ ધર્મ પણ નથી. માટે મારું ભક્ષ્ય લઈ જવામાં મને અટકાવો નહીં.'' મેઘરથ રાજાએ કહ્યું, ''હે બાજ પક્ષી, બળવાને તો નિર્બળનું રક્ષણ કરવું જોઈએ. તારા ભયથી તને જોઈને પારેવું કેવું ધ્રુજી રહ્યું છે ! તને પારેવાના બદલામાં મીઠાઈ, મેવો, ફળ, ફૂલ તું ઈચ્છે તે મંગાવી આપું.'' બાજ બોલ્યો, ''નહીં રાજન્, મને માંસ ભક્ષણ સિવાય બીજું કંઈ ન જોઈએ. ફળ-ફૂલ એ મારો ખોરાક નથી. માટે રાજન્, મને એ પારેવું લઈ જવા દો અને તમારે પારેવું બચાવવું જ હોય તો તમારા શરીરમાંથી એ પારેવાના વજન જેટલું માંસ કાપી આપો.''

મેઘરથ રાજાએ વિચાર્યુ કે પારેવાને મેં અભયવચન આપ્યું છે અને બાજને ભૂખે મરવા દેવો એ પણ મારો ધર્મ નથી. માટે રાજાએ મનથી નિશ્ચય કરી સેવકો પાસે ત્રાજવું મંગાવ્યું. એક પલ્લામાં પારેવું મૂક્યું અને બીજા પલ્લામાં પોતાના પગની જાંઘમાંથી છરી વડે કાપીને માંસના ટુકડા મૂકવા માંડ્યા. પણ આ શું? પારેવાનું પલ્લું હજી નમેલું જ હતુ. દેવે પારેવાનું વજન એટલું બધું વધારી દીધું કે રાજાના શરીરનું માંસ ઓછું જ પડે. અંતે રાજા પોતે ઊઠીને ત્રાજવાના પલ્લામાં બેસી ગયા અને બાજને કહ્યું, ''હવે તારી ઈચ્છા હોય ત્યાંથી શરીરના કોઈ પણ ભાગમાંથી તારો ખોરાક તું લઈ શકે છે.''

આ જોઈ રાજાના રાજકર્મચારીઓ અને રાણીઓ રાજાને વિનંતી કરવા લાગ્યા કે એક પારેવાને બચાવવા ખાતર આપ આ સાહસ કરવાનું રહેવા દો. રાજાએ જવાબ આપ્યો, ''મને ધર્મ ચૂકાવશો નહીં.'' રાજાએ બાજને કહ્યું, ''જેમ પારેવાનું રક્ષણ કરવું એ અમારો ધર્મ છે, તેમ તને ભૂખે ન મરવા દેવો એ પણ મારો ધર્મ છે.''

આ સાંભળી દેવે બાજ અને પારેવાના રૂપને સંકેલી, પોતોના મૂળ સ્વરૂપમાં આવી રાજાને ધર્મપાલનની દ્રઢતા માટે વારંવાર વંદન કર્યા અને રાજાની પરીક્ષા કરવાની ભૂલ માટે ક્ષમા માંગી.

ઘણાં વર્ષ સુધી મેઘરથ રાજાએ ન્યાયનીતિથી રાજ્ય કરી અંતે તીર્થંકર ભગવાન પાસે દીક્ષા લીધી. ત્યાંથી આયુષ્ય પૂર્ણ કરી તેઓ હસ્તીનાપુર નામના નગરમાં વિશ્વસેન રાજાને ત્યાં અચિરાદેવી રાણીના કૂખે શાંતિનાથ પ્રભુના રૂપે જન્મ્યા અને તીર્થંકર પદ પામી મોક્ષે ગયા.

તમારી જાતને ચકાસી જુઓ

સાંજના ૪ વાગ્યા હતા. બહાર ધમધોકાર વરસાદ પડી રહ્યો હતો. વિનીતા અને તનીશ્કા સત્સંગમાં નીકળવા માટે અનુની રાહ જોતા હતા. ત્યાં તો ફોનની ઘંટડી વાગી. "આટલા વરસાદમાં તો મારાથી સત્સંગમાં નહીં અવાય. ફરી ક્યારેક આવીશ. સત્સંગ તો થતો જ રહેશે ને." અનુ બોલી.

વિનીતા અને તનીશ્કા સત્સંગમાં પહોંચ્યા ત્યારે પદો ગવાતા હતા. કુસુમ આન્ટીએ તનીશ્કાને માઈક આપતા કહ્યું, "ચલ, આજે તું એક પદ ગા." એકદમ ધીમા અવાજે તનીશ્કા બોલી, "હું ? મને ગાતા નથી ફાવતું. મારાથી નહીં ગવાય." તનીશ્કાની વાતને ટેકો આપતા વિનીતા બોલી, "આન્ટી, આને ક્યાં આપો છો ? સાવ ભેંસાસુર જેવું ગાય છે આ તો. બધા ભાગી જશે."

સત્સંગ પૂરો થયો. પ્રસાદમાં સરસ મજાનો શ્રીખંડ, ખમણ, રીંગણને દાણાનું શાક, કઢી, ભાત વગેરે હતું. વિનીતાની પ્લેટ જોઈને તનીશ્કા બોલી, "આટલા બધા ભાત નહીં ખા. આટલું સરસ ખાવાનું છે. બીજું બધું ખા ને." વિનીતાએ ફટ દઈને જવાબ આપ્યો, "શ્રીખંડ તો મને દીઠો નથી ભાવતો અને રીંગણ તો કેવા પોચા પોચા છે. હું તો અડું પણ નહીં."

વિનીતા અને તનીશ્કા ઘરે જવા નીકળ્યા ત્યારે વરસાદ બંધ થઈ ગયો હતો. બન્ને બસમાં ઘરે પહોંચ્યા.

ઝાંપા આગળ એક નાનો છોકરો ફાટેલા કપડાંમાં બેઠો હતો. આવતા-જતા લોકો એની કટોરીમાં થોડા સિક્કા નાખતા હતા. વિનીતાએ એના પર્સમાંથી ૨૦ રૂ.ની નોટ કાઢીને એને આપી. આ જોઈને તનીશ્કા બોલી, "અરે, આટલા બધા રૂપિયા આને ક્યાં આપે છે ? આ લોકોને કશો કામધંધો કરવો નથી અને લોકોના પૈસા ખાવા છે ! એના કરતાં તો મંદિરમાં આપ્યા હોત તો તને પુણ્ય બંધાત."

ચાલો, હવે અંતરાયની સમજણ પરથી આપણે શોધી કાઢીએ કે અનુ, વિનીતા અને તનીશ્કાએ કઈ કઈ બાબતમાં અંતરાય પાડ્યા અને કેવી રીતે ? પછી આપણે એમને ગાઈડ કરીએ કે કઈ સમજણથી તેઓ એ અંતરાયમાંથી છૂટી શકે.

નીચેના પ્રસંગોમાં કોણે અંતરાય પાડ્યો એ લખો. અને આ અંતરાય નાચે આપેલી કઈ સમજણથી દૂર થાય તેનો નંબર લખો.

અંતરાય શાથી ?

૧) ભિખારીને જે પ્રાપ્ત થતું હતું, તેમાં આંતરો પાડ્યો. એટલે પોતાને જ્યારે જરૂર પડશે ત્યારે કોઈ આપનારું ભેગું નહીં થાય.
કોણે પાડ્યો ?.................., સમજણ નંબર........

૨) ખાવાનું સામે આવ્યું ત્યારે તરછોડ મારી, એટલે ફરી ભેગું ના થાય.
કોણે પાડ્યો ?.................., સમજણ નંબર........

૩) કોઈ કંઈ પણ ખાતું હોય અને એને ખાવા માટે ટોકે, તો ટોકનારને ખાવાની ચીજના અંતરાય પડે.
કોણે પાડ્યો ?.................., સમજણ નંબર........

૪) કશું કરવાનો નિશ્ચય અદબદ રહે તો અનિશ્ચયથી અંતરાય પડે.
કોણે પાડ્યો ?.................., સમજણ નંબર........

૫) 'મને આવડતું નથી' એમ થયું કે આવડત પર અંતરાય પડે.
કોણે પાડ્યો ?.................., સમજણ નંબર........

૬) કોઈની આવડત પર ખોટી ટકોર કરી, એટલે પોતાની આવડત પર અંતરાય પડે.
કોણે પાડ્યો ?.................., સમજણ નંબર........

સમજણ

૧) 'મને કેમ ના આવડે ?' એમ દૃઢપણે થાય ત્યાં અંતરાય તૂટે.
૨) જે ભાણામાં આવે તે ખાઈ લઈએ. ના ભાવતી વસ્તુ મૂકી હોય તોય મહીંથી બે ચીજ ખાઈ લઈએ.
૩) બોલ્યા પછી તરત પ્રતિક્રમણ કરીએ તો એ અંતરાય પડતાં પહેલા ધોવાઈ જાય. એટલે મનમાં પશ્ચાતાપ કરીએ, ક્ષમા માગીએ અને નક્કી કરીએ કે આવું ફરી ના બોલવું જોઈએ તો ભૂંસી શકાય.
૪) 'જવું જ છે, કેમ ના જવાય ?' એ નિશ્ચયથી અંતરાય તૂટે.
૫) 'દાન આપવું સારું છે' એવું વિચારે એટલે એ અંતરાય તૂટે.

જવાબો માટે જુઓ પેજ નંબર - ૧૭

બાળકો સાથે પૂજ્યશ્રી

પ્રશ્નકર્તા : હું નાની વાતોમાં ખીજાઈ જઉં છું અને પછી ગુસ્સે થઈ જઉં છું. મને ડર છે કે ગુસ્સામાં હું હિંસા ના કરી બેસું. મારાથી લોકોને દુઃખ ના થાય એ માટે મારે શું કરવું જોઈએ?

પૂજ્યશ્રી : તારે પ્રતિક્રમણ કરવાના. તું પ્રતિક્રમણ કરે છે?

પ્રશ્નકર્તા : ક્યારેક, ક્યારેક.

પૂજ્યશ્રી : કેમ ક્યારેક ? કાયમ કેમ નહીં ? દાદા ભગવાન કાયમકરવાનું કહે છે. તારે નક્કી કરવાનું કે મારા વિચાર,વાણી કે વર્તનથી કોઈને દુઃખ આપવું નથી અને જો આવું થાય તો હું પ્રતિક્રમણ કરીશ. રોજે રાત્રે સૂતા પહેલા ઓછામાં ઓછી ૧૫ મિનિટ કાઢવી અને પોતાની ભૂલો શોધવી. તારે તારું ધાર્યું કરાવવું છે માટે તું ગુસ્સે થાય છે. જો એનાથી કોઈને દુઃખ થતું હોય તો તારે એ ના કરવું જોઈએ. તારે એડજસ્ટમેન્ટ લેવું જોઈએ. માટે જો તારાથી કોઈને દુઃખ થાય તો તારે એના માટે પ્રતિક્રમણ કરવાના અને દાદા ભગવાન પાસે શક્તિ માંગવી કે 'મારે કોઈને દુઃખ નથી આપવું, હે દાદા ભગવાન ! મારાથી કોઈને દુઃખ ન અપાય એવી શક્તિ આપો.'

પ્રશ્નકર્તા : મારી મમ્મી ઘરે જમવાનું બનાવે તો ક્યારેક એ મને નથી ભાવતું અને હું નથી ખાતો.

પૂજ્યશ્રી : આ પણ તારો જ પ્રોબ્લેમછે. જે બનાવે તે ખાવું જોઈએ, આપણે એડજસ્ટ થવું જોઈએ. શું આપણે ટેસ્ટ(સ્વાદ) માટે ખાઈએ છીએ કે જીવવા માટે ?

પ્રશ્નકર્તા : જીવવા માટે.

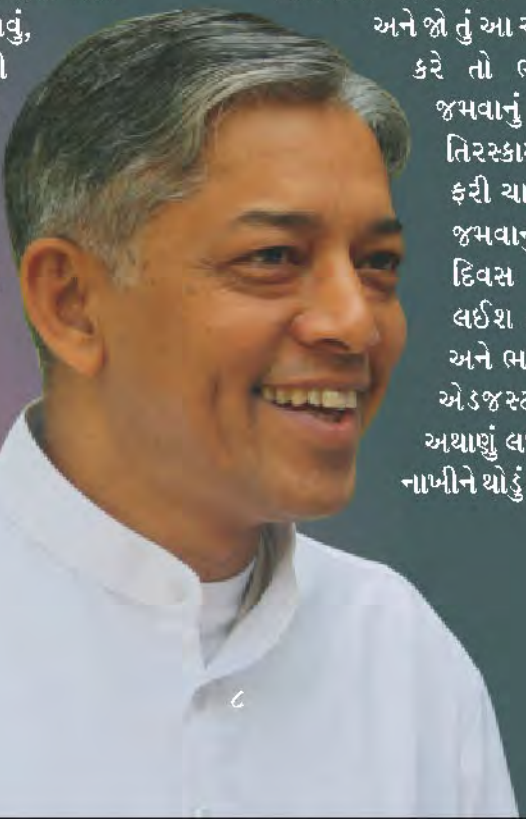
પૂજ્યશ્રી : તો પછી આપણે એડજસ્ટ થવું જોઈએ. તને જે ના ભાવે તે ઓછું લેવું અને જે ભાવતું હોય તે થોડું વધારે લેવું, પણ જમતી વખતે તિરસ્કાર ના કરવો જોઈએ. નહીં તો ભવિષ્યમાં તને ખાવાના અંતરાય આવશે. આપણને અંતરાય ના પડે એના માટે આપણે જમવાનો ક્યારેય તિરસ્કાર ના કરવો. જે હોય તે આપણે એડજસ્ટ થઈ જવું જોઈએ. દા.ત. ત્રીસ દિવસમાં(એક મહિનામાં) ત્રીસે ત્રીસ દિવસ ખરાબ જમવાનું મળે છે ?

પ્રશ્નકર્તા : ના.

પૂજ્યશ્રી : ક્યારેક બે દિવસ, ત્રણ દિવસ, ચાર દિવસ હોય બરાબરને?

પ્રશ્નકર્તા : હા.

પૂજ્યશ્રી : માટે આ કર્મનો નિયમછે કે, તારે મહિનામાં ચાર દિવસ ના ભાવતું જમવાનું હોય અને જો તું આ ચાર દિવસ સમતાથી પૂરા કરે તો ભવિષ્યમાં તને ભાવતું જમવાનું મળશે. પણ જો તું તેનો તિરસ્કાર કરીશ તો ભવિષ્યમાં ફરી ચાર દિવસ તને ના ભાવતું જમવાનું મળશે. અને જો તું ચાર દિવસ એડજસ્ટ થઈને જમી લઈશ તો ઘણી બધી વસ્તુઓ અને ભાવતી વાનગીઓ મળશે. એડજસ્ટમેન્ટ માટે તું સાથે અથાણું લઈ શકે છે કે પછી મસાલો નાખીને થોડું સ્વાદિષ્ટ બનાવી લેવાનું



એવા બધા એડજસ્ટમેન્ટ કરી લેવાના. આ રોટલી જો ચાવી ચાવીને ખાયને તો એટલી મીઠી લાગે, ગોળ કરતાંય મીઠી લાગે, બોલો. પણ થોડી વાર લગાડવી પડે. ૮૦ વખત ચાવીએને, ૮૦ નહીં આપણે ૪૦ વખત જ કરોને. એક જ રોટલીનો ટૂકડો મૂકવાનો પછી કોરું ચાવી જવાનું. બોલો, ચાવીએને તો આપણને એટલી મીઠી લાગે ! આ તો ખરેખર સ્વાદિષ્ટ છે. આપણને એડજસ્ટમેન્ટ કરતાં આવડતું નથી, નહીં તો આ ખોરાક તો બહુ મીઠો હોય છે. પણ આ તો કહેશે, ખીચડી ને ખીચડી જ બનાવે છે. બીજું કંઈ બનાવતા જ નથી. અરે ! ખીચડીથી તબિયત સારી થાય. એક દા'ડો મીઠાઈ ખાધી હોય તો બીજે દા'ડે ખીચડી ખાઈએ તો બેલેન્સ રહે આપણું.

પ્રશ્નકર્તા : પણ કારેલાનું શાક જ બનાવ્યા કરે.

પૂજ્યશ્રી : કડવું હંમેશા ગુણકારી કહેવાય. સૌથી વધારે ગુણકારી જો દુનિયામાં હોયને તો કડવી વસ્તુ. મીઠું હંમેશા ગરબડ કરે ને કડવું રીપેર કરે બધું. પણ આપણી વ્યાખ્યા જ ખોટીને એટલે કારેલાને વગોવીએ, મમ્મીને વગોવીએ અને પછી આજનું જમવાનું બગાડી નાખ્યું, મુડ ખલાસ કરી નાખ્યો કહે. બે ઈંચની જીભ હોય એની પરથી ગયા પછી બાપોય તપાસ કરતું નથી કે અંદર કેવું ગયું ? તપાસ કરી જોજે. અઢી ઈંચ પછી કારેલું કડવું લાગે ખરું ? ના લાગેને ?

પ્રશ્નકર્તા : ના લાગે.

પૂજ્યશ્રી : તો પછી રહેવા દેને. અને અંદરવાળા નહીં સ્વીકારેને તો બહાર ઊલટી કરીને કાઢી નાખશે. તો આપણને ખબર પડે કે અંદરવાળાએ સ્વીકાર્યું નહીં, કાઢી મૂક્યું. આ તો બધું અંદર જતું રહે છે. એટલે ના સમજણ પડે કે અંદરવાળાને કંઈ પ્રોબ્લેમ નથી, અહંકારને પ્રોબ્લેમ છે.

મીઠી યાદેં

એક વાર એક મહાત્મા બહેનને નીરુમા સાથે રહેતા બ્રહ્મચારી ભાઈઓ-બહેનોને જમાડવાના ભાવ થયા. એમણે તૈયારી કરી. ઘણી બધી વાનગીઓ બનાવી. બધું લઈને તેઓ નીરુમાના ઘરે ગયા. રસોડામાં જઈને એમણે બધી વાનગીઓ મૂકી. હજી એમને કેળા પણ ખવડાવવા હતા. તેથી એમણે કહ્યું, 'કેળા લઈ આવું.'

આ સાંભળી જે બ્રહ્મચારી બહેન રસોડામાં હતા એમણે કહ્યું, 'આટલું બધું તો ખાવાનું છે. કેળાની શું જરૂર છે?' તેથી પેલા બહેન કેળા લેવા જતા અટકી ગયા. ત્યાર બાદ તેઓ નીરુમા પાસે ગયા. વાતવાતમાં એમણે નીરુમાને જણાવ્યું કે મારી તો કેળા ખવડાવવાની પણ ઈચ્છા હતી પણ પેલા બહેને ના પાડી એટલે માંડી વાળ્યું.

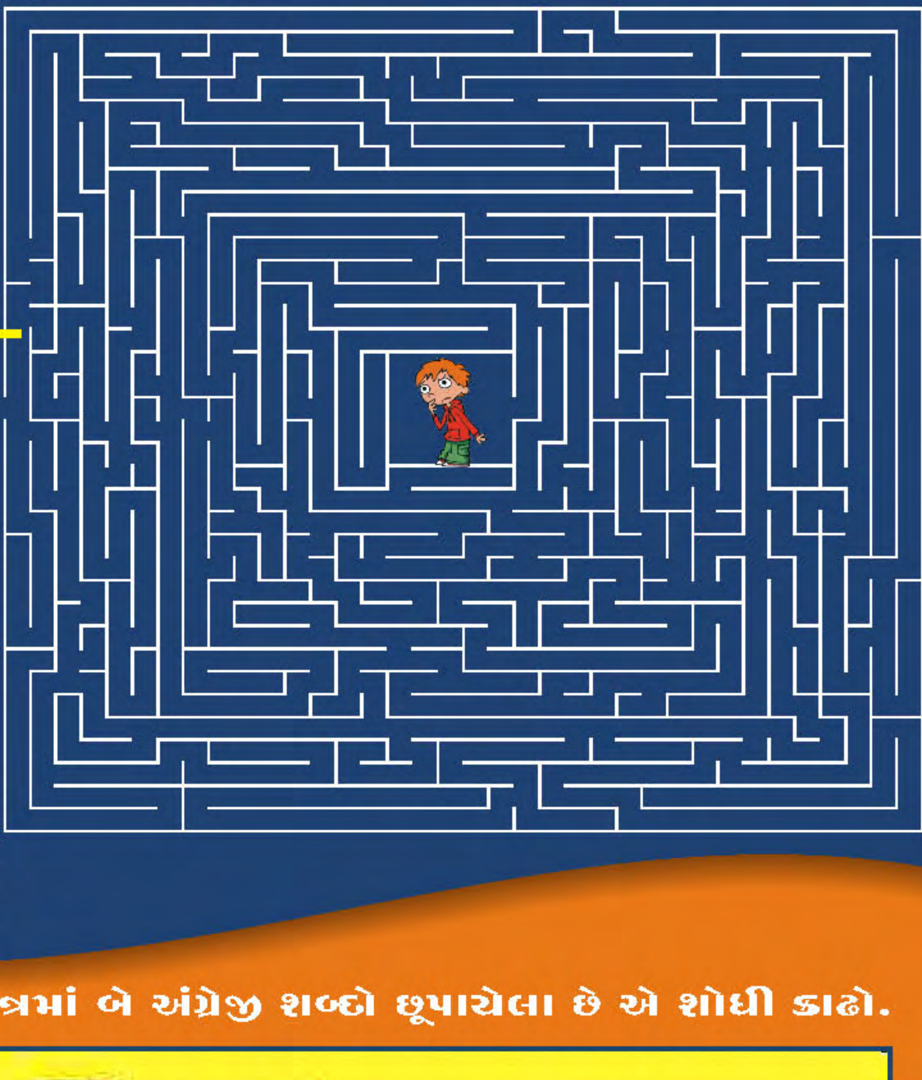
જ્યારે પેલા બહેન નીરુમા પાસે આવ્યા ત્યારે નીરુમાએ એમને ચેતવતા કહ્યું, 'તમે જૈન છો તોય તમને ખબર નથી કે આવા અંતરાય પાડો છે ? એમને ખવડાવવાના ભાવ છે અને આ લોકો ખાવાવાળા છે, એમાં તમે શું કરવા ના પાડો છો? એવું હોય તો તમે નહીં ખાતા.'

આ સાંભળીને પેલા બહેનને પોતાની ભૂલ સમજાઈ ગઈ. તે દિવસથી એમણે નક્કી કરી લીધું કે કોઈ ખવડાવતું હોય તો વચ્ચે હાથ ન ઘલાય.

જોયું મિત્રો, જ્ઞાનીઓ કેવી કરુણાથી બધાને ભૂલોમાંથી છોડાવતા.

ચાલો રમીએ

આ ચિન્ટુને બહાર નીકળવાનો રસ્તો બતાવો.



નીચેના ચિત્રમાં બે અંગ્રેજી શબ્દો છૂપાયેલા છે એ શોધી કાઢો.

જવાબ:- Victory, Defeat

મારી વાત

નાના મહાત્માઓએ રચેલી કવિતાઓ

મમ્મી મારી વ્હાલી વ્હાલી,
લાગે ખૂબ પ્યારી પ્યારી
ખૂબ રાખે કાળજી મારી,
વાર્તા કહે એ સારી સારી
રમવામાં, ભણવામાં, જમવામાં
બને એ મારી સહેલી,
વેકેશનમાં મોકલે મને એ, સમર કેમ્પમાં,
જ્યાં થાય મારું સંસ્કાર સિંચન,
ન ભૂલાય ઉપકાર કદી એનો.
મમ્મી મારી વ્હાલી વ્હાલી.

સાક્ષી ઠક્કર
ઉંમર :- ૮ વર્ષ,
કેલીયા વાસણા

O Dada! You have made me understand
The value of your rare diamond like Gnan
Dada you have made me pure by mind
Niruma by speech and
Deepakbhai by action
Doing Jagat Kalyan -
bringing salvation to the world
Is my priority now
For you Dada my love is infinite.

Name : Deepal Sanghrajka
Age: 15yrs
Place: Nairobi Kenya

Friends will come and go,
But Niruma will always
stay
and this I know,
If you need a hug
it is here for you,
If you need a hand
Niruma has two,
If you want to talk
Niruma will lend you her ear,
If you want to cry
Niruma will wipe your tears,
If you want to laugh
Niruma will tell you a joke,
If you want anything
count on Niruma
because Of Niruma's promise
to Dada for Jagat kalyan
Niruma
will always and always be there.

Name : Priya Modi
Age: 13, From: Nairobi, Kenya

માય ડીયર મમ્મી મને એમ
કેમ થાય ?
વિંગ્સ મળે બર્ડસના તો કરું
ફ્લાય ફ્લાય
આકાશમાં ઊંચે જાઊં હાય હાય હાય
ત્યાંથી હું તમને કહું ટાટા બાય બાય

માય ડીયર મમ્મી મને એમ કેમ થાય ?
તારા ઉપકારથી પાઈલેટ બની, ફોરન જવાય
પેરીસ જવાય મમ્મી લંડન પણ જવાય
રેની રેની થાય તો મારું પ્લેન પણ નહાય

માય ડીયર મમ્મી મને એમ કેમ થાય ?
સ્કુલની હું ટીચર બની વાર્તા ભણાવાય
આખો દિવસ વાર્તા ભણાવી ના બગાસુ ખાય
તમને કહે ક્લેવર ચીલ્ડ્રન ટાટા બાય બાય

પ્રિયલ શાહ
ઉંમર :- ૯ વર્ષ, મુંબઈ

જવાબ : (૧) તનીશ્કા ૩,૫; (૨) તનીશ્કા-૨; (૩) વિનીતા-૩; (૪) અનુ-૪; (૫) તનીશ્કા-૧; (૬) વિનીતા-૩

Akram Express

February 2010
Year : 3, Issue : 6
Conti. Issue No.: 30

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

મારી સમજણ

પુનિત અને સચિન રસ્તા પર જઈ રહ્યા હતા. એક જગ્યાએ લોકોનું ટોળું જામેલું જોયું. 'શું થયું હશે ?' વિચારી બન્ને ત્યાં જોવા ગયા. જોયું તો એક માણસ રસ્તા પર લોહીલુહાણ પડ્યો હતો. કોઈ ભારે વાહન સાથે અકસ્માત થયો હોય એવું લાગતું હતું. લોકો અંદર અંદર વાતો કરી રહ્યા હતા. પુનિતની નજર એ માણસના ખીસામાંની ટેલીફોન ડાયરી પર પડી. એણે સચિનને દેખાડતા કહ્યું, ''ચાલ, આપણે ડાયરીમાંથી કોઈને ફોન જોડી આના અકસ્માતના સમાચાર આપીએ.''સચિને કહ્યું, ''આવાં તો રોજ કેટલાય અકસ્માત થતા હોય છે. ચાલ,ચાલ. આપણે કંઈ આવું બધું કહેવું નથી. નકામું હોસ્પિટલ અને પોલીસના ચક્કરમાં ફસાઈ જઈશું.'' એમ કહી સચિન પુનિતને ખેંચીને લઈ ગયો.

ઉપરના પ્રસંગમાં કોણે કેવા પ્રકારનો અંતરાય નાખ્યો?

<u>અક્રમ એક્સપ્રેસના વાર્ષિક સભ્યો માટે સૂચના</u>

આપનું વાર્ષિક લવાજમ પુરું થાય છે તે શી રીતે જાણશો ? જો આપની આ મહિનાની આવેલ અક્રમ એક્સપ્રેસના કવરના લેબલ પર મેમ્બરશીપ નં.ની બાજુમાં # હોય તો જાણવું કે આ આપની છેલ્લી અક્રમ એક્સપ્રેસ છે. દા.ત. **AGIA4313 #** અને જો આ મહિનાના કવરના લેબલ પર મેમ્બરશીપ નં.ની બાજુમાં # # હોય તો જાણવું કે આ પછીના મહિનાની અક્રમ એક્સપ્રેસ છેલ્લી અક્રમ એક્સપ્રેસ રહેશે. દા.ત. **AGIA4313 # #.**

અક્રમ એક્સપ્રેસ રિન્યુઅલની વિગત (લવાજમ અને સંપર્કસૂત્ર) 'સંપાદકીય' પેજ પર આપેલ છે.

Printer, Publisher and Owner - Mr. Dimple Mehta on behalf of Mahavideh Foundation, Editor - Mr. Dimple Mehta, Printing Press **Amba offset**:- Parshwanath Chembers, Usmanpura, Ahmedabad-14 and published at Mahavideh Foundation, 5, Mamtapark Society, Bh. Navgujarat College,Usmanpura, Ahmedabad-14.