સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૩

કિંમત ₹ ૧૨/-

દાદા ભગવાન પરિવારનું

અક્રમ એક્સપ્રેસ

અનુક્રમણિકા

જ્ઞાનીઓ કહે છે... ૦૩
આ તો નવી જ વાત! ૦૪
મ્યૂઝીક કોમ્પિટિશન ૦૬
મોસ્ટ વેલ્યુએબલ પ્લેયર ૧૧
તમારી જાતને ચકાસી જુઓ ! ૧૫
ઐતિહાસિક ગૌરવગાથાઓ ૧૭
મીઠી યાદેં ૧૯
રક્ષાબંધનના ફોટો ૨૦

અક્રમ એક્સપ્રેસ

હું રહી ગઈ !

સંપાદકીય

બાળમિત્રો,

ઘણું બધું હોવા છતાં, એનો સંતોષ માનવાને બદલે જે નથી એના માટે રડ્યા કરવું, ફરિયાદો કરવી એ માનવ સહજ સ્વભાવ છે. પોતાને ન મળે અથવા બીજા કરતાં ઓછું મળે એ આપણાથી ખમી શકાતું નથી અને પરિણામે 'હું રહી ગઈ'ની લાગણી ઊભી થઈ જાય છે. અને પછી રહે છે દુઃખ, દુઃખ ને દુઃખ જ.

એવી કોઈ સમજણ તો હશે ને જેના દ્વારા આપણે સરખામણી કરીને વહોરી લીધેલા દુઃખોમાંથી મુક્ત થઈ શકીએ?

હા, પરમ પૂજ્ય દાદાશ્રીએ આ બાબતે સુંદર છણાવટ કરી છે. કઈ પોઝિટિવ સમજણ દ્વારા આપણે કમ્પેરિઝનમાં ન પડતાં, જે છે એમાં આનંદમાં રહીએ અને બીજાને મળે ત્યારે દુઃખી ન થઈએ એની સમજણો પ્રેક્ટિકલ ઉદાહરણો દ્વારા આપી છે.

તો આવો, આપણે પણ આ સમજણો કેળવીએ અને દુઃખ મુક્ત બનીએ.

-ડિમ્પલ મહેતા

તંત્રી તથા સંપાદકઃ
ડિમ્પલ મહેતા
વર્ષ : ૬, અંક : ૧
સળંગ અંક : ૬૧
સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૩

....

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
Website: kids.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.

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.

જ્ઞાનીઓ કહે છે...

દીપકભાઈ : 'હું રહી ગઈ', 'એને લાભ મળ્યો' નાનપણથી આ બધા તોફાન હોય જ, ભાઈ-બહેન વચ્ચે, બે બહેનો વચ્ચે.

'આને સારા રમકડાં, મને કેમ નહીં, 'મારા કરતાં બીજાને વધારે ને મને ઓછું' આ બધું કમ્પેરિઝન કરીને દુ:ખી થઈએ છીએ. એની પાછળ એવો અહંકાર છે કે હું કંઈક જુદો છું, વિશેષ છું, મને જુદો ગણો, મોટો ગણો. બધાં કરતાં મારી પાસે સારું હોવું જોઈએ. કમ્પેરિઝન સારી વસ્તુની કેમ કરતા નથી !! દુનિયામાં કેટલા લોકો દુ:ખી હશે, એના કરતાં તો સુખી છીએ ને આપણે.

પ્રશ્નકર્તા : એવું કમ્પેર કરીએ તો આગળ જ ના વધી શકીએ ને ?

દીપકભાઈ : ના, આ જ કમ્પેર કરવાનું છે. જ્યારે અજંપો થાય ને ત્યારે આ જોવાનું ઓહોહા ! દુનિયામાં અબજો લોકો દુ:ખી છે, હું કેટલો ભાગ્યશાળી છું ! પોઝિટિવ થાઓ.

પ્રશ્નકર્તા : પણ મને ના મળ્યું એનો ભોગવટો રહે. ખબર પડે કે આ લોકોને જવાનું છે ને મારે નહીં, તો તરત થાય કે મારું નામ કેમ નહીં ? એટલે મારી સાથે અન્યાય કર્યો એવું જ લાગે.

દીપકભાઈ : એમ થઈ જાય કે હું રહી ગઈ, હું રહી ગઈ. આમાં ભૂલ ક્યાં થાય છે, કમ્પેરિઝન ઊભી થાય છે, એ લોકોને લીધા ને મને ના લીધો, આને મળ્યું ને મને ના મળ્યું. તમને કેટલી બધી વાર અમુક ચાન્સ મળ્યા હશે ત્યારે કેમ નથી થયું કે આ લોકોને નથી મળ્યું, તો આ લોકો તો રહી ગયા માટે આ લોકોને આપો, ને મને ઓછું ચાલશે. નોબિલિટિ તો હોવી જોઈએને આપણી ! કેટલી બધી સંકુચિતતા કે મને જ મળો, બધા કરતાં સારું મને મળો. પછી સ્પર્ધા ઊભી થાય, એમાંથી જેલસિ ઊભી થાય, પછી નેગેટિવિટિ ઊભી થાય ને વેરભાવ સુધી થાય.

આપણા જ પોતાના પાપ-પુણ્યના હિસાબે વ્યવહાર આવે છે, કોઈ મોકલતું નથી પણ બીજાને આપણે દુ:ખ ન અપાય. આ સંકુચિતતાથી તો પોતે પોતાનું ગુમાવે છે. આપણે કહીએ ને કે "હું જાઉં અને તને ના જવા દઉં", તો કુદરત કહેશે "પહેલા હું જાઉં ને તને ના જવા દઉં" આપણને જે કંઈ પણ મળે છે તે આપણા હિસાબ પ્રમાણે મળે છે. નોબિલિટિ તો હોવી જોઈએને આપણી કે આપણને નથી મળ્યું પણ કોઈકને તો મળ્યું અને એને મળ્યું તો આનંદ થાય કે, ભાઈ એ લોકોને લાભ મળ્યો ને, સારું થયું, બહુ સારું છે. એ લોકો આગળ વધશે, એ હું જ આગળ વધ્યા બરાબર છે.

આ તો નવી

'હું રહી ગઈ' એ સંકુચિતતા છે અને 'સારું થયું આ લોકોને મળ્યું' એ નોબિલિટિ છે.

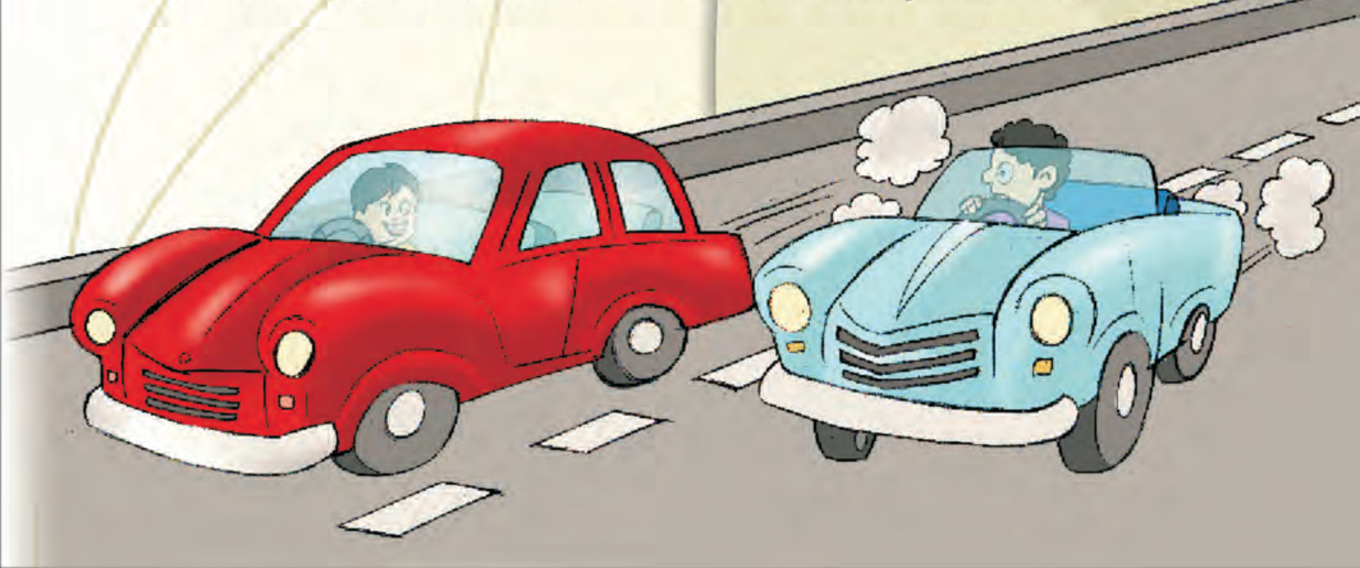
'હું રહી ગઈ' ની પાછળ ઈર્ષા, સ્પર્ધા, આક્ષેપો, અહંકાર, બુદ્ધિ- બધા જ દોષો ઊભા થઈ જાય છે.

'હું રહી ગઈ' થયું કે તરત જ જેને મળ્યું હોય અને જેણે આપ્યું હોય એના દોષો જોવાનું શરૂ થઈ જાય કે ચોર છે, લુચ્ચો છે, પક્ષપાતી છે વગેરે અને આપણને મળ્યું હોય ત્યારે ?!!!!

જ વાત !

જેમ જેમ ઈચ્છાઓ ઓછી થતી જાય છે એમ એમ બધું સામેથી આવીને મળે છે. જેને કંઈ જોઈતું જ નથી, એને બધું જ મળે છે એવો નિયમ છે.

સરખી લેવલવાળી વ્યક્તિ સાથે કમ્પેરિઝન શરૂ થાય. દાદા સાથે થાય ? ના, એ તો બહુ આગળ, પહોંચી જ ના વળીએને ! દા.ત. કાર ચલાવનારને કાર ચલાવનાર જોડે જ સ્પર્ધા થાય, ખટારા સાથે નહીં.



મ્યૂઝીક કોમ્પિટિશન

"જુઓ, વ્યોમાની કેક મારા કરતાં મોટી છે !" શૈલીએ મમ્મી સામે ફૂટપટ્ટી ધરતા કહ્યું.

"હું નહીં ચલાવી લઉં" બન્ને હાથ ડાઈનીંગ ટેબલ પર પછાડતા, શૈલી બોલી.

"હવે, પાછું શું થયું ?" પપ્પાએ ચિડાઈને પૂછ્યું.

આંખો ઝીણી કરીને શૈલીએ એના કંપાસમાંથી ફૂટપટ્ટી કાઢી વ્યોમાની કેકનો પીસ માપ્યો અને પછી પોતાની કેક માપી.

"જુઓ, વ્યોમાની કેક મારા કરતાં મોટી છે !" શૈલીએ મમ્મી સામે ફૂટપટ્ટી ધરતા કહ્યું.

"તું ક્યારેય નહીં સુધરે!" કહી પપ્પા જમવા લાગ્યા પણ શૈલીની દરેક વાતમાં કમ્પેરિઝનની ટેવથી એના મમ્મી ખૂબ પરેશાન થઈ ગયા હતા.

"શૈલી, જો તેં ફક્ત તારી જ પ્લેટમાં આટલો કેકનો પીસ જોયો હોત, તો તેં મને શું કહ્યું હોત, ખબર છે ?" મમ્મીએ સમજાવતા પૂછ્યું.

"શું ?"

"તેં મને 'થેંક યુ' કહ્યું હોત પણ તું બીજી જગ્યાએ જોઈને કમ્પેર કરે છે, એટલે તને આ પીસ નાનો લાગે છે. તને જે મળ્યું છે એમાં આનંદ માણતાં શીખ. સમજાય છે તને ?"

મમ્મીની વાતનો જવાબ આપ્યા વગર ચૂપચાપ જમવાનું પૂરું કરી શૈલી એના રૂમમાં ચાલી ગઈ. બીજા દિવસે મ્યૂઝીક શોના સિલેક્શન માટે સ્કૂલમાં વહેલા પહોંચવાનું હતું, એટલે જલદી જલદી બેગ પેક કરી, હોમવર્ક પતાવીને

સૂઈ ગઈ.

શોની સિલેક્શન ટેસ્ટ માટે બીજે દિવસે સ્કૂલમાં બધી છોકરીઓ ભેગી થઈ હતી. ચંદના મેડમ બધાને એક પછી એક બોલાવી રહ્યા હતા. શૈલીનું નામ બોલાયું એટલે એ વિશ્વાસભેર ઊભી થઈ રૂમમાં ગઈ. જેવા વિશ્વાસ સાથે એ અંદર ગઈ હતી એનાથી બમણા વિશ્વાસ સાથે એ ટેસ્ટ પૂરી કરી રૂમમાંથી બહાર નીકળી.

"કેવી રહી ટેસ્ટ શૈલી ?" નૂપુરે આતુરતાથી પૂછ્યું.

"બહુ જ સરસ" હસીને શૈલી બોલી.

આમ તો શૈલીના ફ્રેન્ડસ એના આ ઓવર કોન્ફિડન્સથી પરિચિત હતા. એટલે એનો જવાબ સાંભળીને કોઈને નવાઈ ના લાગી. અને આમ પણ શૈલી પાસે ઓવર કોન્ફિડન્સ થવા માટે પુરાવાઓ પણ ઘણા બધા હતા. એવું તો ક્યારેય બન્યું જ નહોતું કે કોઈ પણ ઈવેન્ટમાં શૈલીનું સિલેક્શન ના થયું હોય. સ્પોર્ટસ હોય કે ડ્રામા, મ્યૂઝીક હોય કે ક્વીઝ, શૈલી બધામાં જ સિલેક્ટ થતી.

બધાની ટેસ્ટ પૂરી થતાં ચંદના મેડમે બહાર આવી જાહેરાત કરી, "મ્યૂઝીક શો માટે કોની કોની પસંદગી થઈ છે, તે એક અઠવાડિયા પછી જાહેર કરવામાં આવશે, ત્યાર બાદ રિહર્સલ શરુ થશે." પણ શૈલી અને એની ફ્રેન્ડસને એક અઠવાડિયા સુધી રાહ જોવાની જરૂર જ ક્યાં હતી!

ગુરુવારે રિસેસમાં બધા કેન્ટીનમાં બેઠા હતા ત્યારે નૂપુર દોડતી દોડતી ત્યાં આવી અને એલાન કર્યું, "સાંભળો, મારી પાસે એક ગુપ્ત સમાચાર છે ! હું સ્ટાફ રૂમમાં ચંદના મેડમને બુક્સ આપવા ગઈ હતી, ત્યાં મેં મ્યૂઝીક શોના સિલેક્શનનુ લિસ્ટ જોયું,"

"સાચે ?! કોણ કોણ સિલેક્ટ થયું ? ત્રિશાએ આતુરતાથી પૂછ્યું.

"એક મિનિટ. મને યાદ કરવા દે." ખુરશી ખેંચીને એ બેઠી અને ધીમે ધીમે એક પછી એક નામ બોલવા લાગી, "ત્રિશા, નંદિની, નીતિ, રાધિકા અને... અને... અને..." સસ્પેન્સ વધારતા એ બોલી રહી હતી, "અને ... ઉત્સવી. આ બધાનું કોરસ માટે સિલેક્શન થયું છે."

લિસ્ટ સાંભળીને શૈલીની સેન્ડવિચ ગળામાં જ અટકી ગઈ, એક ઘૂંટડો પાણી પીને એ બોલી, "શું ??! મારું નામ નથી ?"

નૂપુરે ઉદાસ ચહેરે માથું હલાવી 'ના' પાડી. ધૂંઆપૂંઆ થઈને શૈલીએ પોતાની બેગ લીધી અને ક્લાસ તરફ ચાલવા લાગી. એ ક્લાસમાં માથું પકડીને બેઠી હતી ત્યાં તો નૂપુર એની બાજુમાં આવીને બેઠી. ટીચરને ક્લાસમાં આવવાની હજી થોડી વાર હતી.

શૈલીની પીઠ પર હાથ મૂકી નૂપુર બોલી, "એમાં આટલી બધી અપસેટ કેમ થાય છે ? તને તો કેટલી બધી વાર આવા શોમાં ભાગ લેવાના ચાન્સ મળ્યા છે, જે બીજાને ક્યારેય નથી મળ્યા. આ વખતે કોઈ બીજાને ચાન્સ મળ્યો, તો એમના માટે ખુશ થાને!"

નૂપુરનો હાથ હટાવતાં શૈલી બોલી, "એ બધા સ્કોપ મને મારી લાયકાતના કારણે મળ્યા હતા. ચંદના મેડમનું સિલેક્શન કેટલું બેહુદું છે. એવા લોકોને સિલેક્ટ કર્યા છે જેમને કોઈ સુર તાલનું ભાન જ નથી."

આમ રિસેસ પછી એક પણ ક્લાસમાં શૈલીનું ધ્યાન ભણવામાં રહ્યું જ નહીં. ક્યારેક એને ચંદના મેડમ પર ગુસ્સો આવતો તો ક્યારેક બીજી છોકરીઓની ઈર્ષ્યા થતી.

"આ લોકોને ચાન્સ મળ્યો અને મને ના મળ્યો, એમને લીધા અને મને ના લીધી, હું રહી ગઈ !" બસ આજ વિચારોની બળતરા એને પજવી રહી હતી.

ઘરે પહોંચીને બેગ સોફા પર ફેંકતા એણે વ્યોમાને બૂમ પાડી, "વ્યોમા, હું લેક પાસે જાઉં છું. મમ્મી આવે તો કહી દેજે."

"અરે, પણ હમણાં જ તો ...," હજી વ્યોમા એનું વાક્ય પૂરું કરે એ પહેલાં તો શૈલીએ ધડ દઈને બારણું બંધ કરી દીધું અને લેક પાસે ભાગી ગઈ.

વિચારોમાં ખોવાયેલી શૈલીની પાછળથી આવીને નૂપુરે આંખો દાબી. "પ્લીઝ નૂપુર, હું અત્યારે મજાકના મૂડમાં નથી," શૈલી અકળાઈને બોલી.

"ઓ.કે, ઓ.કે, રિલેક્સ. આ તો તારા ઘરે ગઈ, તો વ્યોમાએ કહ્યું કે તું અહીંયા બેઠી છે. તો મને લાગ્યું કે આંટો મારતી જાઉં. હજી અપ્સેટ છે, સિલેક્શનને લઈને ?" નૂપુરે ધીમે રહીને પૂછ્યું.

"અફકોર્સ !" શૈલી તોછડાઈથી બોલી અને પછી પોતાના મનના વિચારો રજૂ કરતાં બોલી, "કોરસ ગ્રુપના બધા જ માંદા પડી જાય અને કોઈ ગીત જ ગાય ના શકે એવું થવું જોઈએ."

આ સાંભળી નૂપુર બોલી, "શૈલી, તું જેવો ભાવ કરીશ એવું તને જ પાછું મળશે. માટે આવા અવળા ભાવ ન કર."

થોડું વિચારીને નૂપુરે શૈલીને પૂછ્યું, " તને આપણી સ્કૂલનો પહેલો ડ્રામા યાદ છે ? તને ખેડૂતનો રોલ મળ્યો હતો અને ત્રિશા ડોક્ટર બની હતી ?"

શૈલીએ જબાવ આપ્યો, "હા, યાદ છે. એમાં મારી એક્ટિંગ બધાએ ખૂબ વખાણી હતી."

"હા, તેં ખૂબ સારી એક્ટિંગ કરી હતી પણ તું મને એ કહે કે એ ડ્રામામાં તું એવી કમ્પેરિઝન કરીને દુઃખી થઈ હતી કે ત્રિશા પાસે સ્ટેથોસ્કોપ છે અને તારી પાસે નથી ?" નૂપુરે ગંભીરતાથી પૂછ્યું.

"કેવી ફાલતુ વાતો કરે છે તું ! એવી કમ્પેરિઝન હું શું કામ કરું ? મારા રોલમાં સ્ટેથોસ્કોપની જરૂર જ ક્યાં હતી ? એ તો રોલના હિસાબે વસ્તુઓ મળે ને !." નૂપુરના પ્રશ્નોના જવાબ આપતાં શૈલી બોલી.

"હા, ખરું કહે છે, રોલના હિસાબે વસ્તુઓ મળે. જેમ એ ડ્રામામાં રોલના હિસાબે વસ્તુઓ મળી હતી, એમ આપણી લાઈફમાં પણ આપણને હિસાબસર જ બધું મળે છે. એમાં કમ્પેરિઝન કરીને દુઃખી થવાનો સવાલ જ ક્યાં આવે છે ? ઉલટું તારે તો જેને ચાન્સ મળ્યો છે એમના માટે રાજી થવું જઈએ."

જાણે નૂપુરની વાતમાં શૈલીને બિલકુલ રસ ના હોય એ રીતે એકીટસે એ લેક સામે જોઈ રહી હતી. થોડી વાર રહીને નૂપુરે કહ્યું , "ચાલ શૈલી, હું નીકળું. રાત પડી ગઈ છે. કાલે સ્કૂલે મળીએ."

સવારના પહોરમાં શૈલીની ખાંસીથી વ્યોમા ઊઠી ગઈ. "આટલી ઠંડીમાં લેક પાસે બેસી રહે તો ખાંસી ના થાય તો શું થાય !" આંખો ચોળતાં ચોળતાં વ્યોમા બોલી.

મમ્મીએ શૈલીને સીરપ આપી સ્કૂલે મોકલી પણ સીરપની અસર શૈલી પર દેખાતી નહોતી. ક્લાસીસ દરમિયાન એની ખાંસી ચાલુ જ રહી. રિસેસ પછી નૂપુર અને શૈલી સ્ટાફ રૂમમાં ચંદના મેડમના ડેસ્ક પર બધી બુક્સ મૂકવા ગયા. ત્યાં શૈલીની નજર લીસ્ટ પર પડી. ત્યાં એક નહીં, બે પેપર હતા.

એક પેપર પર લખ્યું હતું 'કોરસ' (ગ્રુપમાં) અને બીજા પર લખ્યું હતું 'સોલો' (એક જ જણે રજૂ કરવાનું).

આંચકો તો શૈલીને ત્યારે લાગ્યો જ્યારે એણે જોયું કે મેડમે 'સોલો' વાળા પેપરમાં શૈલીનું નામ ચેકીને ત્રિશા દવે લખ્યું હતું. શૈલી કંઈ પૂછે એ પહેલાં જ મેડમ બોલ્યા, ''આઈ એમ સોરી શૈલી કે તું ભાગ નહીં લઈ શકે. તને આટલી બધી ખાંસી થઈ ગઈ છે, એટલે મેં ત્રિશાને 'સોલો' આપવાનું નક્કી કર્યું છે.''

સ્ટાફ રૂમમાંથી નીકળી ત્યારે શૈલી એકદમ સૂનમૂન થઈ ગઈ હતી. નૂપુરને સમજાતું નહોતું કે એ શૈલીને શું કહે. હિંમત ભેગી કરીને એ બોલી, ''આઈ એમ સોરી શૈલી. એ દિવસે મેં 'સોલો' વાળું પેપર જોયું જ નહોતું.''

''ના નૂપુર, તારે સોરી કહેવાની જરૂર નથી. મને મારી ભૂલ સમજાઈ ગઈ. 'હું રહી ગઈ' એમ વિચારીને મેં કેટલું બધું કાલ્પનિક દુઃખ ઊભું કરી નાખ્યું હતું.'' અને પછી ખાંસી ખાતા એ હસતાં હસતાં બોલી, ''અને તું સાચું જ તો કહેતી હતી, કે હું જેવો ભાવ કરીશ એવું જ મને પાછું મળશે.''

ત્યાં તો એમણે સામેથી ત્રિશાને આવતા જોઈ. જરાય મોડું કર્યા વગર, શૈલી ત્રિશા પાસે દોડી ગઈ અને દિલથી એણે ત્રિશાને અભિનંદન આપ્યા.

મોસ્ટ વેલ્યુએબલ પ્લેયર
અભય ! અભય ! અભય !
અને ફરી અભયે ગોલ કર્યો ! સુપર્બ ગોલ બાય અભય !
અભય ખરો ફૂટબોલ ચેમ્પિયન છે. એની ટક્કર કોઈ ના કરી શકે.
સાચે જ !
ગેમ પછી,
કોન્ગ્રેચ્યુલેશન 'મોસ્ટ વેલ્યુએબલ (કીમતી) પ્લેયર !' એકવાર ફરી ટ્રોફી જીતીને તેં પૂરવાર કરી દીધું છે કે આ ખિતાબનો ખરો હકદાર ફક્ત તું જ છે.
થેન્ક્સ
ગ્રેટ ગેમ, અભય ! આજે ફરી તેં આપણી સ્કૂલનું નામ રોશન કર્યું. હવે આપણે શનિવારે સાંજે ૪ વાગે પ્રેક્ટિસ માટે ફરી મળશું.
ઓ.કે સર. થેંક યુ.
શનિવારે સાંજે તરંગ અને રોનક પણ અભયની પ્રેક્ટિસ ગેમ જોવા આવ્યા. ફિલ્ડમાં એન્ટર થતાં જ એમને તાળીઓનો ગડગડાટ સંભળાયો.
અભયે ગોલ કર્યો લાગે છે.

પાસે જઈને જોયું તો અભય નહીં પણ કોઈ બીજું જ હતું.
સુપર્બ આરુષ. તું બહુ સરસ રમ્યો !
આ કોણ છે ?
અમારી ટીમનો નવો પ્લેયર, આરુષ. આજે જ ટીમમાં જોડાયો છે. નવો વિદ્યાર્થી છે. પણ અત્યારથી જ કોચનું અને અમારા બધાનું દિલ જીતી લીધું છે.
ઓહ રિઅલી ?
હા, ખરેખર, જોરદાર રમે છે.
થોડી વાર રહીને,
હાય, આજે પ્રેક્ટિસ માટે લેટ થઈ ગયો છું. ગેમ પછી તમને લોકોને મળું.
શ્યોર!
યાર, અભયને એના આ નવા હરીફ વિષે ખબર પડશે તો એને કેટલું દુઃખ થશે ને !
હા, મને તો એની ચિંતા થાય છે.

પ્રેક્ટિસ ગેમ પછી,
અભય, પેલા નવા પ્લેયર આરુષના કારણે તું બહુ અપ્સેટ તો નથી ને ?
અપ્સેટ ? હું શું કામ અપ્સેટ થાઉં ?
કેમ ? હવે ટીમમાં અને લોકોમાં તારું સ્થાન જતું રહેશે એવા ભયથી તને અસુરક્ષિતતા નથી લાગતી ?
અસુરક્ષિતતા ? મને તો ઊલટી સુરક્ષિતતા લાગે છે કે આરુષના કારણે અમે આવતી ગેમ ચોક્કસ જીતી જ જઈશું. દર ગેમમાં ટીમ જીતે એ જ ટીમનું લક્ષ્ય હોય અને હવે એ લક્ષ્ય પામવા માટે મને પાર્ટનર મળી ગયો છે. હું તો વધારે રાજી છું.
પછી તો દરેક પ્રેક્ટિસ સેશનમાં કોચ આરુષને ખૂબ પ્રોત્સાહન આપતા. અભય પણ આરુષને પ્રોત્સાહન આપવામાં જોડાઈ જતો. એને ક્યારેય એવું લાગ્યું નહીં કે આરુષ કોચનો માનીતો થઈ ગયો અને એ રહી ગયો.
ફાઈનલ ગેમનો દિવસ હતો, આજે આરુષના નામની બોલબાલા હતી.
આરુષ, આરુષ, આરુષ...
અને આરુષે છેલ્લો ગોલ કર્યો, અને ટીમ જીતી ગઈ.

એવોર્ડ સમારંભ શરુ થયો.
ગેમના 'મોસ્ટ વેલ્યુએબલ પ્લેયર'ની ટ્રોફી જાય છે...... આરુષને.
તાળીઓના ગડગડાટ વચ્ચે આરુષે, એ ટ્રોફી સ્વીકારી.
થેંક યુ. પણ આ એવોર્ડનો ખરો હકદાર અભય છે, એ અમારી ટીમનો વેલ્યુએબલ (કીમતી) જ નહીં પણ મોસ્ટ નોબલ પ્લેયર છે. ટીમનો બેસ્ટ પ્લેયર હોવા છતાં અભયે ક્યારેય પોતાનું સ્થાન જાળવી રાખવા મારી સાથે સ્પર્ધા નથી કરી. હું ટીમમાં જોડાયો ત્યારથી જ એણે મને ખૂબ પુષ્ટિ આપી અને સારી ગેમ રમવા માટે ટીપ્સ પણ આપી. અભય, સ્ટેજ પર આવી તારો એવોર્ડ સ્વીકાર કર.
સ્ટેજ પર અભયે અને આરુષે મળીને પ્રેક્ષકો સામે ટ્રોફી ઊંચી કરી અને એકબીજાને ભેટી પડ્યા.

તમારી જાતને ચકાસી જુઓ!

આ અંકમાં આપણે 'હું રહી ગઈ !'ની સમજણ મેળવી. ચાલો, હવે નીચે આપેલી વાર્તામાંથી શોધી કાઢીએ કે ડોલીને 'હું રહી ગઈ' ના કારણે કયા કયા નેગેટિવ વિચારો આવ્યા ? અને કઈ સમજણથી એ એવા નકારાત્મક વિચારોમાંથી બહાર નીકળી ?

ચોકલેટ્સ એ ડોલીની સૌથી ફેવરીટ વસ્તુ અને એ પણ ખાસ અમેરિકાની ચોકલેટ્સ. હવે તો ડોલી મોટી થઈ ગઈ હતી. તો પણ ચોકલેટ મળવાની હોય એટલે એ હજી દોડે. એટલે માસી અમેરિકાથી આવવાના છે એ ખબર સાંભળીને એ માસી કરતાં વધારે ચોકલેટ્સની રાહ જોવા લાગી.

(a) માસી તો આવી ગયા પણ રાત્રે સૂતા ત્યાં સુધી એમણે બેગ ખોલી નહીં. ડોલીના મનમાં વિચારો આવવા લાગ્યા, ''મારી ચોકલેટ્સનું શું થયું આ વખતે ? કેમ માસીએ આપી નહીં હજી સુધી ?''

(b) સવારે ઊઠીને જોયું તો મોન્ટુ (ડોલીનો નાનો ભાઈ) સોફા પર બેઠો બેઠો ચોકલેટ્સ ખાઈ રહ્યો હતો, ડોલી તો સીધી રસોડામાં દોડી અને મમ્મીને પૂછ્યું, ''મારી ચોકલેટ્સ ક્યાં, મમ્મી ?''

(c) ''મને શું ખબર ? માસી આવે એટલે એમને પૂછજે'' મમ્મીએ કહ્યું.

(d)ડોલી તો ખૂબ અપ્સેટ થઈ ગઈ. એને અંદર ખૂબ અકળામણ થવા લાગી. એને થયું, ''અરરર! આ વખતે મને ચોકલેટ્સ ના મળી. હું રહી ગઈ ને આ મોન્ટુડો ફાવી ગયો. મોન્ટુ કરતાં તો હું કેટલી ડાહી છું, છતાંય હું રહી ગઈ ને ચોકલેટ એને મળી ગઈ.''

(e) થોડીવાર રહીને એણે મોન્ટુ પાસે ચોકલેટ્સ માંગી પણ મોન્ટુએ ચોકલેટ્સ આપવાની ચોખ્ખી ના પાડી દીધી. એટલે એ વધારે અપ્સેટ થઈ ગઈ. એ ફરી વિચારોમાં ખોવાઈ ગઈ, ''હવે હું શું કરું ? કેવી રીતે મોન્ટુ પાસેથી ચોકલેટ્સ પડાવી લઉં ? માસીને મોન્ટુ માટે લાવવી હતી તો બે બોક્સ ના લવાય ? એક જ કેમ લાવ્યા ?''

(f)પછી તો એને માસી માટે નેગેટિવ વિચાર આવવા લાગ્યાઃ કેટલા પક્ષપાતી છે માસી. દર વખતે મોન્ટુનો જ પક્ષ લે છે, મારી તો એમને પડી જ નથી. મારો તો વિચાર જ નથી કરતા. માસી મને જરાય નથી ગમતા.'

(g)આવા વિચારોમાં એનું મોઢું ઢીલું પડતું ગયું. એવામાં માસી ત્યાં આવ્યા. ડોલીને જોઈને તરત જ બોલ્યા, ''ઓ ડોલી, તું ઊઠી ગઈ બેટા ? અહીંયા આવ, જો હું તારા માટે શું લાવી છું ? આ વખતે સરપ્રાઈઝ છે.''

(h)ડોલીએ જોયું તો માસી એના માટે એના ફેવરિટ રેડ કલરનું પાર્ટી પર્સ, મેચિંગ શુઝ અને જેકેટ લાવ્યા હતા. માસી બોલ્યા, ''બેટા હવે તું મોટી થઈ ગઈને, એટલે હું તારા માટે આ ગિફ્ટ્સ લાવી છું. આમાંની કોઈ વસ્તુમાંથી મોન્ટુ ભાગ નહીં પડાવી શકે. તને ગમી ?''

(i)ગિફ્ટ્સ જોઈને ડોલી સાવ ભોંઠી પડી ગઈ. માસીને ભેટીને બોલી, ''હા માસી, ખૂબ ગમી. થેંક યુ!'' અને પછી એ રૂમમાં ભાગી.

(j) ડોલીને પસ્તાવો થવા લાગ્યો, ''મેં માસી માટે કેવું નેગેટિવ વિચાર્યું ! જો માસીને ખબર પડે કે મેં એમના માટે આવું નેગેટિવ વિચાર્યું તો એમને કેટલું દુઃખ થાય ! દર વખતે માસી મારા માટે આટલી બધી વસ્તુઓ લાવે છે, છતાંય હું કેવી અધીરી થઈ ગઈ ''હું રહી ગઈ !'હું રહી ગઈ !'' એવું વિચારીને મેં માસી માટે આવું અવળું વિચાર્યું. કેવું શરમજનક કહેવાય...!''

(k) ડોલી તરત માસી પાસે ગઈ અને બધું સાચે સાચું કબૂલ કરી માસીની માફી માંગી.

(l) અને નક્કી કર્યું કે ફરી ક્યારેય, ''હું રહી ગઈ'' એમ વિચારીને નિરાશ નહીં થાઉં અને કોઈના દોષ નહીં જોઉં. મને જે મળ્યું છે, એમાં જ ખુશ રહીશ.

નેગેટિવ વિચારોઃ ______________________

પાછા વળવાની સમજણોઃ ______________________

જવાબઃ નેગેટિવ વિચારોઃ d, e, f
પાછા વળવાની સમજણોઃ j, k, l

ઐતિહાસિક ગૌરવગાથા

બારસો તેરસો વર્ષ પહેલાંનો એ સમય, ચિત્રકૂટ નગરમાં એક બ્રાહ્મણ રહે. એમનું નામ પંડિત હરિભદ્ર. હરિભદ્ર વિદ્યામાં એવા પારંગત કે એમની જોડ શોધી ન જડે. રાજા જિતારીના એ બહુ માનીતા. રાજા અને પ્રજા બન્નેમાં એમની વિદ્યાની ભારે છાપ. સૌ કોઈ એમનો આદર કરે, એમની વિદ્યાના વખાણ કરે અને શાસ્ત્રનું કામ પડે તો એમને જ પૂછવા આવે.

કોઈ મહાપંડિત બનીને સામે આવે તો એને તો એ પરાજિત કરીને જ છોડે. એકેય વિદ્યા એવી નહીં હોય કે જેમાં એમને કોઈ હરાવી શકે કે એમની સામે કોઈ થઈ શકે!

ધીમે ધીમે એમને જ્ઞાનના ગુમાનનો રંગ ચડવા માંડ્યો. એ બધાને કહેવા લાગ્યા, "ત્રણ લોકમાં જે કોઈ પોતાને પંડિત માનતો હોય તે આવી જાય મારી સામે શાસ્ત્રાર્થ કરવા! જોઉં તો ખરો કે મને હરાવવાની કોના મગજમાં રાઈ ભરી છે! એની એ રાઈને વેરી ન નાખું તો મારું નામ હરિભદ્ર નહીં!"

જ્ઞાનના આ ગુમાનમાં ને ગુમાનમાં એમણે માની લીધું કે દુનિયામાં બધાય શાસ્ત્રો અને વિદ્યાઓના એ જાણકાર છે. એ લોકોને કહેવા લાગ્યા, "હું આ કાળમાં સર્વજ્ઞ છું. એકે વાત મારાથી અજાણી નથી!"

એ સર્વજ્ઞાતાના ગર્વમાં એમણે એક વાત નક્કી કરી : આ દુનિયામાં એવી એક પણ વાણી નથી કે મારે આધીન ન હોય. એટલે જે કોઈનું પણ વચન હું ન સમજી શકું તો એનો હું શિષ્ય બની જાઉં!

એક દિવસની વાત છે મધરાત થવા આવી હતી. પંડિતરાજ હરિભદ્ર મંત્રવિધિ પૂરી કરીને રાજભવનથી પોતાના ઘેર પાછા આવી રહ્યા હતા, એમનું મન શાસ્ત્રચિંતનમાં મગ્ન હતું. તેઓ એક ધર્મસ્થાન પાસેથી પસાર થઈ રહ્યા હતા, એટલામાં એક કવિતાની એક કડી એમના કાને પડી.

ગાથાની પંક્તિ સાંભળીને પંડિતરાજ થોડા હલી ગયા. પંક્તિનો અર્થ એમને સમજમાં ન આવ્યો. પંડિત હરિભદ્ર એનો અર્થ ઉકેલવાના વિચારમાં મગ્ન બની ગયા, તેઓ ઊંડા ને ઊંડા ઊતરતા ગયા પણ એમનું શાસ્ત્રજ્ઞાન આ નાની સરખી ગાથાનો અર્થ ઉકેલવામાં નિષ્ફળ ગયું. એમનું મન અશાંત થઈ ગયું અને ચિત્ત ચગડોળે ચડી ગયું! ધીરે ધીરે એ ગાથાનો અર્થ સમજવાની તાલાવેલીમાં એમનો પોતાના જ્ઞાન પરનો ગર્વ ઓગળવા માંડ્યો. જે જ્ઞાનનું આટલું ગુમાન એ જ્ઞાન આટલો સરખો અર્થેય નથી બતાવી શકતું તો પછી એ જ્ઞાનના ગુમાનનું શું કરવાનું?

અને પોતે જ કહેલી જૂની વાત એમને યાદ આવી, "જે કોઈનું પણ વચન હું ન સમજી શકું એનો તો હું શિષ્ય બની જાઉં!" અંદરનો અવાજ એમને સંભળાયો, "પંડિતરાજ! જ્ઞાનનું ગુમાન તો

"ત્રણ લોકમાં જે કોઈ પોતાને પંડિત માનતો હોય તે આવી જાય મારી સામે શાસ્ત્રાર્થ કરવા!"

બહુ કર્યું, પણ હવે એ ગુમાનને અળગું કરીને શિષ્ય બનવાનો વખત આવી ગયો છે !''

એ અવાજથી પ્રેરાઈને પંડિતરાજ વિનમ્ર જિજ્ઞાસુ બનીને પેલી ગાથાનો પાઠ કરનાર સાધ્વી પાસે જઈ પહોંચ્યા. એ સાધ્વીના મુખ ઉપર અનેરું તેજ હતું. હરિભદ્રે વિનમ્ર બનીને સાધ્વીને વિનંતી કરી, ''માતા ! તમે જે ગાથા થોડા વખત પહેલાં બોલતા હતા, એનો અર્થ અને મર્મ મને સમજાવો !''

સાધ્વીએ કહ્યું, ''મહાનુભાવ ! આવી શાસ્ત્રવાણીનો અર્થ સમજવા માટે તો તમારે અમારા ગુરુની પાસે જવું પડે. શાસ્ત્ર વચનનો અર્થ કરવાના એ જ સાચા અધિકારી છે.''

પંડિત હરિભદ્રની જિજ્ઞાસા એવી તીવ્ર બની ગઈ હતી કે રોકી રોકાય એમ ન હતી. એટલે તરત જ એ ગુરુ જિનદત્તસૂરજી પાસે પહોંચી ગયા અને સૂરજીને ગાથાનો મર્મ આપવા વિનંતી કરી.

સૂરજીએ કહ્યું : ''મહાનુભાવ ! આવું શાસ્ત્રજ્ઞાન તો સાધુજીવન સ્વીકારી ધર્મની સાધના કર્યા વગર ન મળી શકે.''

હરિભદ્રે વિના વિલંબે વિનમ્રભાવે કહ્યુ, ''તો મને એ ધર્મની સાધનાનો માર્ગ બતાવો.'' ગુરુ પણ શિષ્યની આવી જિજ્ઞાસાથી પ્રસન્ન થયા. તેમણે સાધ્વીજીને હરિભદ્રને પોતાના ધર્મપુત્ર તરીકે સ્વીકારવા માટેની આજ્ઞા આપી અને તે દિવસે સાચું જ્ઞાન મેળવવા માટે હરિભદ્ર, મુની હરિભદ્ર બન્યા અને હરિભદ્રને ધર્મપુત્ર તરીકે સ્વીકાર કરનાર એ માતાનું નામ હતું યાકીની. હરિભદ્રે મનોમન ધર્મમાતાનો ઉપકાર માન્યો.

ત્યાર બાદ મુનિ હરિભદ્ર એમના અભ્યાસમાં લીન બની ગયા, થોડા જ વખતમાં મુનિ હરિભદ્ર મહાજ્ઞાની બનીને આચાર્ય હરિભદ્ર બની ગયા પણ હવે હરિભદ્રમાં જ્ઞાનનું ગુમાન કે વિદ્યાનું અભિમાન નહોતું રહ્યું. એ તો જેમ જેમ જ્ઞાનના માર્ગે આગળ વધતા ગયા તેમ તેમ નમ્ર, અતિનમ્ર અને વિનમ્ર બનતા ગયા. પોતાની જાતને ઓળખાવવા માટે બીજા કોઈ વિશેષણો હવે એમને રુચતા નહોતા. એક સમયે પોતાની જાતને 'સર્વજ્ઞ' તરીકે ઓળખાવનારને હવે એમની એ વૃત્તિ તરફ હસવું આવતું હતું.

પોતાની ઊંડી જ્ઞાન - સાધના અને જીવન સાધના વચ્ચે પણ તેઓ પોતાના ધર્મમાતા અને ગુરુ, સાધ્વી યાકીનીનો ઊપકાર કદીએ ના ભૂલ્યા. તેઓ પોતાની જાતને યાકીનીના ધર્મપુત્ર તરીકે ઓળખાવતા અને પોતે રચેલા શાસ્ત્રોનો શ્રેય પણ એમની ધર્મમાતાને આપતા.

ધન્ય છે આવા ધર્મમાતાને, ધન્ય છે એમના ધર્મપુત્રને, અને ધન્ય છે એમની કૃતજ્ઞતાને !

મીઠી યાદેં

એક વાર પૂજ્ય નીરુમાએ એક બ્રહ્મચારી ભાઈને કોઈ કામ અંગે લંડન મોકલ્યા. એ ભાઈ લંડન હતા એ દરમ્યાન એમનો બ્રહ્મચર્ય દિવસ આવ્યો. એમણે આશીર્વાદ માટે પૂજ્ય નીરુમાને ફોન કરી કહ્યું, ''નીરુમા, આજે મારો બ્રહ્મચર્ય દિવસ છે, મને આશીર્વાદ આપો.''

પહેલાં તો પૂજ્ય નીરુમાએ એમને પૂછ્યું, ''પહેલી વાર લંડન એકલો ગયો છે તો દૃષ્ટિ કે વિચાર બગડે છે કંઈ ? કોઈ છોકરી માટે આકર્ષણ થાય છે ?''

ભાઈએ જવાબ આપ્યો, ''ના, નથી થતું. અત્યારે તો મને જે કામ માટે મોકલ્યો છે એનો થનગનાટ બહુ રહે છે, એટલે હું એ કામમાં પડ્યો છું અને મહાત્માઓ સાથે સત્સંગની વાતો કરવામાં મારો ટાઈમ જતો રહે છે.''

પૂજ્ય નીરુમા કહે, ''ચાલ, આજે તારી વિધિ હું હનુમાનજી પાસે કરું.''

આવું કોઈ દિવસ પૂજ્ય નીરુમા નહોતા બોલ્યા એટલે એ ભાઈ તો ખૂબ ખુશ થઈ ગયા અને બોલ્યા, ''હા નીરુમા, બહુ જ સારું.''

પછી પૂજ્ય નીરુમાએ એ ભાઈને પૂછ્યું, ''તારે હનુમાનજી પાસે શું માગવું છે ?''

એ ભાઈ કહે, ''બ્રહ્મચર્ય''

પૂજ્ય નીરુમા કહે, ''બ્રહ્મચર્ય તો માંગજે જ પણ આજે તું હનુમાનજી પાસે સ્વામી ભક્તિ ખાસ માંગજે.''

આ સાંભળી એ ભાઈની આંખોમાંથી આંસુ સરી પડ્યા. પછી પૂજ્ય નીરુમાએ પ્રેમથી કહ્યું, ''તારામાં એ ખૂટે છે ને, હનુમાનજીને રામ ભગવાન માટે જેવી ભક્તિ હતી એવી ભક્તિ તને જ્ઞાની માટે થવી જોઈએ.''

પેલા ભાઈને નીરુમા માટે અહો ! અહો ! થઈ ગયું. ખૂટતું સામેથી દેખાડી, પૂરું કરી આપવાની જ્ઞાનીની કરુણા સામે એમનું મસ્તક પરમ વિનય સાથે ઝૂકી ગયું !

Akram Express

September 2013
Year : 6, Issue : 1
Conti. Issue No.: 61

Date of Publication on 08th of every month
RNI No. GUJGUJ/2008/26729
Reg. No. GAMC - 1690/2012-2014
valid up to 31-12-2014
LPWP Licence No. CPMG/GJ/27/2012
valid up to 30-6-2014
Posted at AHD. P.S.O. Sorting Office Set-1
on 08th of every month

પૂજયશ્રીના સાનિધ્યમાં સીમંધર સીટીમાં રક્ષાબંધનની ઉજવણી

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

આપનું વાર્ષિક લવાજમ પૂરું 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.