મે ૨૦૧૪

કિંમત ₹ ૧૨/-

દાદા ભગવાન પરિવારનું

અક્રમ એક્સપ્રેસ

ર
જાઁ...
એ...
મ
જા!!!

કવર પેજ
સ્પર્ધાના વિજેતા

સંપાદકિય

બાળમિત્રો,

હસતા રમતા શીખવાની મજા જ કંઈ ઓર હોય છે. વાતો હૃદયમાં ઊતરતી જાય અને ખબર પણ ન પડે એ રીતે આપણમાં ફેરફાર થતો જાય. ન કોઈ બોજો લાગે કે ન કંટાળો આવે. ઊલટું, સાચી સમજણ પ્રાપ્ત થયા પછી આનંદ અનુભવાય.

આ અંક પણ હળવાશ સાથે ઘણી ઘણી મૌન પ્રેરણાઓ આપી જાય છે. તમને જરૂર ગમશે. વાંચશોને....

–ડિમ્પલ મહેતા

અનુક્રમણિકા

૨ મીઠી યાદેં
૪ આ તો નવી જ વાત !
૬ પશ્ચાતાપના આંસુ
૮ દાદાજી કહે છે...
૯ અભિપ્રાયથી છેટા સારા !
૧૩ ફન કોર્નર
૧૪ ચાલો રમીએ...
૧૬ ઐતિહાસિક ગૌરવગાથાઓ
૧૮ દ્રષ્ટિ એવી સૃષ્ટિ !
૧૯ પઝલના જવાબ

રજા એ... મજા!!! અક્રમ એક્સપ્રેસ

તંત્રી તથા સંપાદક:
ડિમ્પલ મહેતા
વર્ષ : ૬, અંક : ૯
સળંગ અંક : ૬૯
મે ૨૦૧૪

....

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.

મીઠી યાદેં

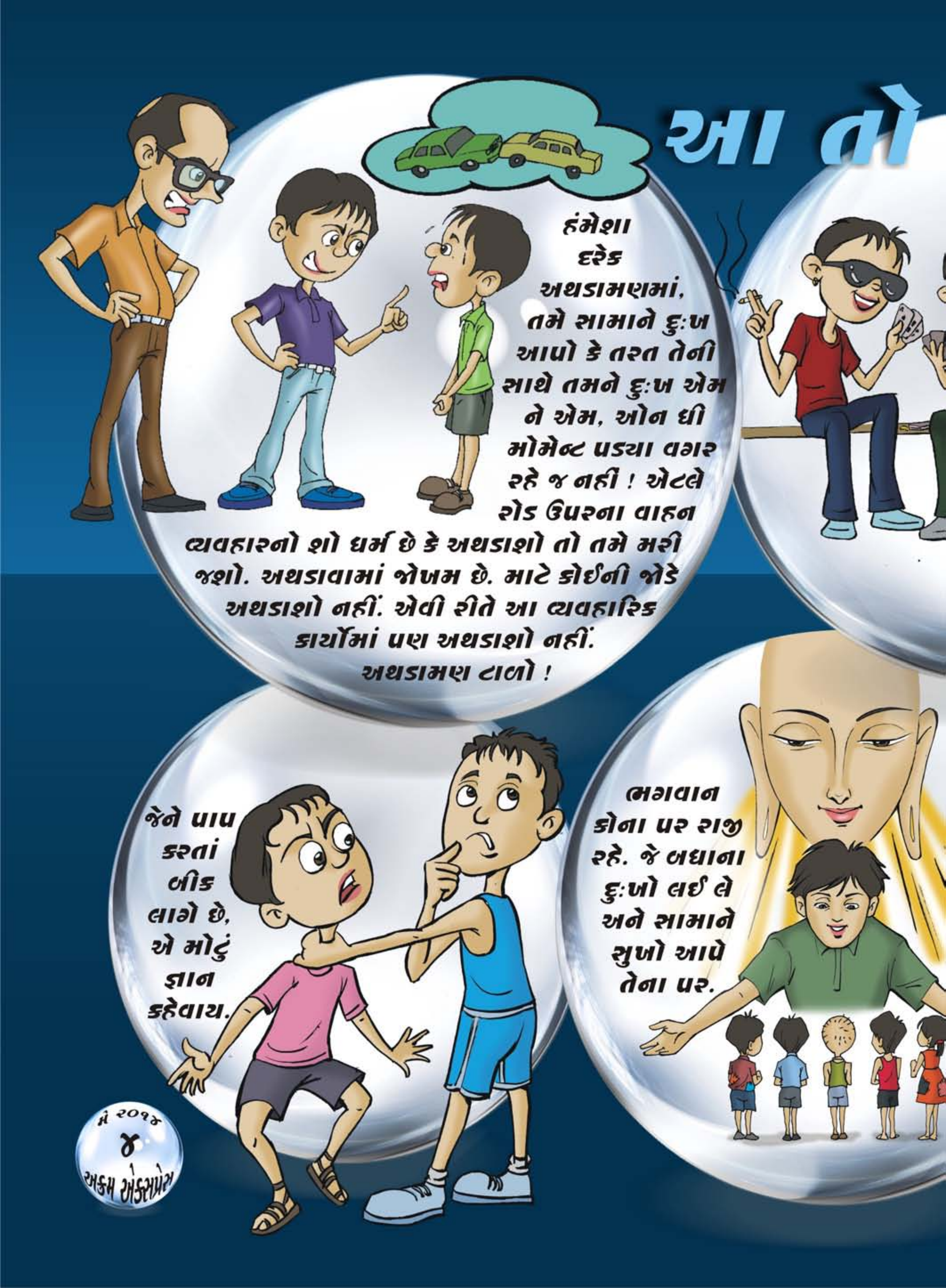
દાદાના દેહવિલય પછી નીરુમા, દાદાનું અક્રમ વિજ્ઞાન લોકો સુધી પહોંચાડવા માટે શહેરોમાં તો જતા જ પણ ગામડાઓમાંય જતા. નીરુમાને અંદર ખૂબ જ રહેતું કે જ્યાં જ્યાં હજી લોકોને દાદાની ઓળખાણ નથી થઈ ત્યાં, દાદાનું વિજ્ઞાન પહોંચાડવું છે. આમ નીરુમાએ સૌથી પહેલી શરૂઆત ગામડાઓથી કરી.

તે વખતે કંઈ ગાડી ન હતી ! તેથી તેઓ ગામે ગામ છકડામાં, જીપમાં, અરે ! ગાડામાંય બેસીને જતા. છકડામાં ને જીપમાં તો કેટલા ખીચોખીચ લોકોને બેસાડે. ઉનાળાની ભારેખમ ગરમીમાંય નીરુમા એવા છકડામાં બેસીને જતા. એમને મન તો એર કંડિશન ગાડી હોય કે છકડો હોય, એમાં કોઈ ફેર નહીં. બસ, દાદાનું જ્ઞાન પહોંચાડવા નીકળી જ પડેલા. એમાં નથી જોયા ટાઢ-તડકો કે નથી જોયા સુખ-આરામ. છતાં જ્યારે જુઓ ત્યારે નીરુમા આનંદમાં જ દેખાય.

એકવાર નીરુમા એક નાના ગામડામાં ગયા. પહેલાના જમાનામાં તો આવા નાના ગામડાઓમાં ઘરમાં બાથરૂમ કે ટોયલેટની સગવડ ન હતી. બહાર મોટો હોલ હોય અને અંદર નાનો રૂમ હોય. એ નાના રૂમમાં પાછી નાની ચોકડી હોય, ત્યાં જ નહાવા-ધોવાનું હોય અને ચોકડી ના હોય તો ત્યાંના લોકો તો કુવા પાસે ગમે ત્યાં નાહી લે. નીરુમા પહેલી વાર ત્યાં ગયા હતા. એક બ્રહ્મચારી બહેન એમની સાથે હતા. નીરુમાને જ્યારે નહાવું હતું ત્યારે બધા રૂમમાંથી બહાર નીકળી ગયા. નીરુમાના નાહી લીધા બાદ જ્યારે બ્રહ્મચારી બહેન અંદર ગયા ત્યારે નીરુમાએ એમને કહ્યું, ‘‘આ તો કેટલો મોટો રૂમ જેવડો બાથરૂમ છે. બોમ્બેમાં આટલા મોટા બાથરૂમ હોય? અહીં જલસા જ છેને જોને !’’

ટોઈલેટ જવું હોય તો, એ બહાર ખુલ્લામાં જવું પડે. બે-ત્રણ જણ સાથે જાય. ત્યાંય નીરુમા કહે કે જો કેટલી વિશાળ જગ્યા છે ! આપણે ત્યાં તો નાના ટોઈલેટ હોય.

જોયું મિત્રો, જ્ઞાનીને ક્યાંય ગમતું - ના ગમતું હોય જ નહીં. એ બધી જ જગ્યાએ એડજસ્ટમેન્ટ લઈ પોઝિટિવમાં જ હોય.


આ તો
હંમેશા દરેક અથડામણમાં, તમે સામાને દુ:ખ આપો કે તરત તેની સાથે તમને દુ:ખ એમ ને એમ, ઓન ધી મોમેન્ટ પડ્યા વગર રહે જ નહીં ! એટલે રોડ ઉપરના વાહન વ્યવહારનો શો ધર્મ છે કે અથડાશો તો તમે મરી જશો. અથડાવામાં જોખમ છે. માટે કોઈની જોડે અથડાશો નહીં. એવી રીતે આ વ્યવહારિક કાર્યોમાં પણ અથડાશો નહીં. અથડામણ ટાળો !
જેને પાપ કરતાં બીક લાગે છે, એ મોટું જ્ઞાન કહેવાય.
ભગવાન કોના પર રાજી રહે. જે બધાના દુ:ખો લઈ લે અને સામાને સુખો આપે તેના પર.

નવી જ વાત

આ દુનિયામાં મોટામાં મોટો પુણ્યશાળી કોણ... જેને કુસંગ ના અડે.
એક ફેર ઝઘડો કરવો, એ પાંચ હજાર રૂપિયાનું નુકસાન કર્યાં બરાબર છે.
સુખ એનું નામ કહેવાય કે જે આવ્યા પછી દુ:ખ ના આવે. દા.ત. આઈસક્રીમ ખાવામાં સુખ લાગતું હોય પણ એક સાથે જો પચાસ આઈસક્રીમ ખવડાવે તો... એ જ સુખ દુ:ખ થઈ પડે.

પશ્ચાતાપના આંસુ

કમ્પ્યૂટર ચાલુ કરી, એકતા એના ઈ-મેઈલ ચેક કરવા બેઠી, ત્યાં તો બીજી રૂમમાંથી એને ડૂસકો સંભળાયો. રૂમમાં નજર કરી તો ટેબલ પર માથું મૂકીને મીરા ધીમા અવાજે રડી રહી હતી. એકતા, મીરા પાસે જઈને બેઠી. એના માથે હાથ મૂકી પ્રેમથી પૂછ્યું, ''શું થયું બેટા? કેમ રડે છે?''

અચાનક મમ્મીને પોતાની બાજુમાં બેઠેલી જોઈ, મીરાએ ફટાફટ આંસુ લૂછ્યા અને કહ્યું, ''કશું નહીં મમ્મી, કશું નથી થયું.''

એકતા, મીરાના આંસુ લૂછતા બોલી, ''અરે આટલું બધું રડી છું અને કહે છે કે કશું નથી થયું. મમ્મીને કહેવામાં શું સંકોચ બેટા? સ્કૂલમાં કોઈએ કંઈ કહ્યું?''

સ્કૂલનું નામ સાંભળી મીરાના ગળામાં ડૂમો ભરાઈ ગયો. એને ફરી બધું યાદ આવ્યું અને એ રડી પડી. મમ્મીએ મીરાને પાણી આપ્યું. પાણી પીને મીરાએ કહ્યું, ''મમ્મી, મારે સ્કૂલે નથી જવું, મને સ્કૂલમાં નથી ગમતું, સ્કૂલમાં મારા કોઈ ફ્રેન્ડસ નથી. રિસેસમાં પણ હું રોજ એકલી લંચ લઉં છું. બધી છોકરીઓ મારી બહુ મજાક ઉડાવે છે અને બધા ભેગા મળી મને એકલી પાડી દે છે. પ્લીઝ મમ્મી, મારે સ્કૂલે નથી જવું.''

''બેટા, સ્કૂલમાં તો આપણે ભણવા જઈએ છીએ અને તું ભણવામાં તો કેટલી હોશિયાર છે. ફ્રેન્ડસ તો બની જશે. કાલે ટીચર સાથે વાલીઓની મીટિંગ છે. એમાં હું તારા ક્લાસ ટીચર સાથે વાત કરીશ.'' એકતા, મીરાને સમજાવતી હતી, ત્યાં તો ડોરબેલ વાગી. પાડોશમાંથી નિયતિ, મીરાને એના ઘરે બોલાવવા આવી હતી.

મીરા ગઈ એટલે એકતા ફરી કમ્પ્યૂટર આગળ જઈને બેઠી. મીરાની વાત સાંભળી એકતાનું દિલ ખૂબ ભારે થઈ ગયું હતું. આંખો બંધ કરી તો ભૂતકાળના એ સ્મરણો એની આંખ આગળ તાજા થઈ ગયા....

નવમાં ધોરણનો પોતાનો પહેલો દિવસ.....

એકતાએ આજુબાજુ નજર ફેરવી તો બધા જ બાળકો સારામાં સારા કપડામાં સજ્જ હતા. સિવાય એક છોકરી. એને જોઈને એકતાને મનમાં થયું, ''આ કેવા વિચિત્ર કપડાં પહેરીને આવી છે. બિલકુલ ડ્રેસિંગ સેન્સ નથી.''

ટીચરે હાજરી લેવાનું શરૂ કર્યું. ''ધારા શાહ,'' ટીચરે પૂછ્યું.

ક્લાસમાં ચુપકીદી છવાઈ ગઈ....

''ધારા શાહ છે?'' ટીચરે ફરી પૂછ્યું.

એક ધીમો અવાજ આવ્યો અને સાથે સાથે કંઈક ફાટવાનો અવાજ પણ આવ્યો.

''બીક્કણ ધારાનું શર્ટ ફાટ્યું,'' એક છોકરાએ મોટેથી કમેન્ટ કરી. ત્યાં તો બીજી છોકરી બોલી, ''સો વર્ષ જૂનું શર્ટ હશે!'' ધારાની મજાક ઉડાવીને પોતાની હિંમત વધતી હોય એવું એને લાગ્યું.

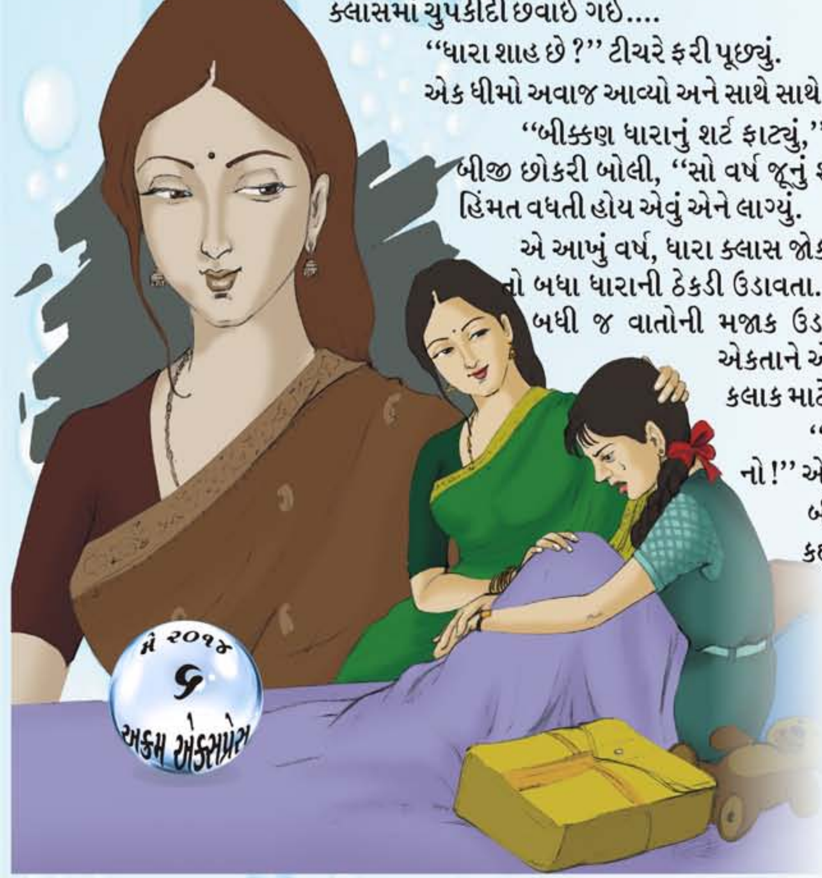
એ આખું વર્ષ, ધારા ક્લાસ જોકર બની ગઈ. કોઈની પાસે કંઈ વાત ના હોય તો બધા ધારાની ઠેકડી ઉડાવતા. એના દાદીમાં જેવા કપડાથી માંડીને, એની બધી જ વાતોની મજાક ઉડાવતા. એક દિવસ એક ગેમમાં હારવાથી એકતાને એવી સજા મળી કે એણે ધારાને પાતાના ઘરે બે કલાક માટે બોલાવવી.

''બે કલાક ધારા શાહ સાથે ગાળવાના! ઓહ નો!'' એકતા એકદમ અપ્સેટ થઈ ગઈ.

બીજા દિવસે એકતા, ધારા પાસે ગઈ અને કહ્યું, ''આ શુક્રવારે મારા ઘરે બે કલાક માટે આવીશ?''

આ સાંભળી ધારા એકદમ ખુશ થઈ ગઈ. પણ ધારાનો ખુશ ચહેરો એકતા જોઈ ન શકી કારણ કે એની ફ્રેન્ડસ એને જોઈને હસી રહી હતી.

આ જોઈ ધારા રડવા લાગી.



"અરે, એમાં રડવાનું શું ? હું તો તને મારા ઘરે બોલાવું છું." એકતાએ કડકાઈથી કહ્યું.

"ખરેખર ?" એક દયામણા અને ધીમા અવાજે ધારા બોલી અને રડતાં રડતાં ત્યાંથી ચાલી ગઈ.

નવમાં ધોરણ પછી ધારા ગાયબ થઈ ગઈ. કોઈને નથી ખબર કે ક્યાં ગઈ. કદાચ કોઈ બીજી સ્કૂલમાં દાખલ થઈ ગઈ હશે.

.....એકતાની આંખમાંથી ટપ ટપ આંસુ પડવા લાગ્યા. આજે પોતાની દીકરી પર જ્યારે વીત્યું, ત્યારે એને ખરેખર ધારાનું દર્દ સમજાયું. આમ, તો એને ઘણીવાર પોતાના કર્યા પર થોડો થોડો પસ્તાવો થયો હતો. પણ આજે તો એણે હૃદયથી ખૂબ પશ્ચાતાપ કરી ધારાની માફી માંગી. સ્કૂલના દિવસોમાં ધારાને નીચી દેખાડીને પોતે મોટી છે એવું એને મહેસૂસ થતું હતું. પણ આજે એને સમજાયું, કે કોઈનું સ્વમાન તોડીને પોતાનો અહમ્ પોષવો એ કેટલી મોટી હીનતા છે. "હે ભગવાન, મને માફ કરો. પ્રભુ, હવે હું આવું ક્યારેય નહીં કરું," એમ બોલી એકતાની આંખ ભીની થઈ ગઈ.

બીજા દિવસે મીટિંગમાં એકતા, મીરાના ક્લાસ ટીચરને મળવા ગઈ. માથું નીચું રાખીને ટીચર કંઈક વાંચી રહ્યા હતા. એકતાના પગલાના અવાજથી ટીચરે ચશ્માં કાઢી માથું ઊંચું કર્યું.

"ધારા ???" એકતા એકદમ અચંબાથી બોલી, "આઈ મીન, મિસ ધારા, આપ મીરાના ક્લાસ ટીચર છો ?"

ધારાને પણ એકતાને જોઈને ખૂબ નવાઈ લાગી, "વ્હોટ એ પ્લેઝન્ટ સરપ્રાઈઝ! એકતા! યુ આર મીરા'સ મોમ ?"

ધારાએ એકતા સાથે ખૂબ સારી રીતે મીરાના પ્રોગ્રેસની બધી વાતો કરી. જાણે એ વીતેલા દિવસોની ધારાના મન પર કોઈ છાપ જ ન હોય એવું એકતાને લાગ્યું. પણ છતાંય, એકતાએ હિંમત કરી રૂબરૂમાં ધારાની માફી માંગી. અને મીરાને ક્લાસની છોકરીઓ ચીડવે છે અને એની સાથે કોઈ લંચ કરવા બેસતું નથી. એ વાત પણ જણાવી.

આ સાંભળી, એકતાને ખાતરી આપતા ધારા બોલી, "મને આ વાતનો ખ્યાલ નહોતો. હું ધ્યાન રાખીશ કે મીરાને કોઈ હેરાન ના કરે. હું પૂરી કાળજી રાખીશ કે મારા ક્લાસમાં હેલ્ધી વાતાવરણ રહે."

અને પછી એકતાના ખભા પર હાથ મૂકી, મોઢા પર સ્માઈલ સાથે ધારાએ કહ્યું, "અને આજથી હું મીરાની ક્લાસ ટીચર સાથે ફ્રેન્ડ પણ બની જઈશ. એની સાથે તારું બનાવેલું ટેસ્ટી લંચ કરવા હું બેસીશ!"

આ સાંભળી એકતાની આંખોમાં ઝળઝળિયાં આવી ગયા. ગળામાં ડૂમો ભરાઈ ગયો. આંસુ લૂછતાં બોલી, "થેંક યુ ધારા, તે મને માફ કરી દીધી. આજે મારા હૃદય પરનો બહુ મોટો ભાર હલકો થઈ ગયો."

અને બન્ને એકબીજાને ભેટી પડ્યા.

દાદાજી કહે છે...

વેર ખપે ને આનંદ પણ રહે !

દાદાશ્રી : આ જગતમાં કોઈપણ જીવને કિંચિત્માત્ર દુઃખ ન દેવાની ભાવના હોય તો જ કમાણી કહેવાય. એવી ભાવના રોજ સવારે કરવી. કોઈ ગાળ આપે તો આપણને ના ગમતી હોય તો તેને જમે જ કરવી, તપાસ ના કરવી કે મેં એમને ક્યારે ગાળ આપી હતી. આપણે તો તરત જ જમા કરી લેવી કે હિસાબ પતી ગયો ને ચાર પાછી આપી તો ચોપડો ચાલુ રહે, એને ઋણાનુબંધ કહે છે. ચોપડો બંધ કર્યો એટલે ખાતું બંધ. આ લોકો તો શું કરે કે પેલાએ એક આપી હોય, તો આ ઉપરથી ચાર આપે ! ભગવાને શું કહ્યું છે કે જે રકમ તને ગમતી હોય તે ધીર (આપ) અને ના ગમતી હોય તો ના ધીરીશ.

કોઈ માણસ કહે કે 'તમે બહુ સારા છો', તો આપણેય કહીએ કે 'ભઈ, તમેય બહુ સારા છો.' આવી ગમતી વાત ધીરો તો ચાલે.

આ સંસાર બધો હિસાબ ચૂકવવાનું કારખાનું છે. વેર બાંધશો તો કોઈપણ ભોગે ચૂકવવું પડશે, એવું છે આ જગત !! અનંત અવતાર વેરમાં ને વેરમાં ગયા છે ! આ જગત વેરથી ખડું રહ્યું છે ! ઘરના જોડે વેર ના બંધાય. જેની જોડે રહેવાનું છે, ત્યાં ઝઘડો કર્યે કેમ પાલવે ? જીવન જીવવાની કળા શું છે કે સંસારમાં વેર ના બંધાય ને છૂટી જવાય. માટે ઘરનાં બધાં જોડે, આજુબાજુ, ઓફિસમાં બધાં જોડે 'સમભાવે નિકાલ' (કોઈને દુઃખ ના થાય એ રીતે) કરજો.

ઘરમાં ના ભાવતું થાળીમાં આવ્યું ત્યાં 'સમભાવે નિકાલ' કરજો. કોઈને છંછેડશો નહીં. આ ખાવાની ચીજ આપી ને તેની તમે ખોડ કાઢી, તો પહેલું આમાં સુખ ઘટે કે વધે ?

પ્રશ્નકર્તા : ઘટે.

દાદાશ્રી : તો જેનાથી સુખ ઘટે એવો વેપાર ન જ કરાયને ? મને તો ઘણા ફેર ના ભાવતું શાક હોય, તે ખઈ લઉં ને પાછો કહું કે આજનું શાક બહુ સરસ છે.

પ્રશ્નકર્તા : ના ભાવતું હોય ને આપણે કહીએ કે 'ભાવે છે', તો એ ખોટું મનને મનાવવાનું ના થયું ?

દાદાશ્રી : ખોટું મનને મનાવવાનું નહીં. એક તો 'ભાવે છે' એવું કહીએ તો આપણા ગળે ઊતરશે. 'નથી ભાવતું' કહ્યું એટલે શાકને રીસ ચઢશે અને બનાવનારને રીસ ચઢશે. અમારે ઘરમાંય કોઈ જાણે નહીં કે 'દાદા'ને ભાવતું નથી કે આ ભાવે છે. આ રસોઈ બનાવવી તે શું બનાવનારના હાથનો ખેલ છે ? એ તો ખાનારના 'વ્યવસ્થિત'ના હિસાબે ભાણામાં આવે છે, તેમાં ડખો ના કરવો જોઈએ.

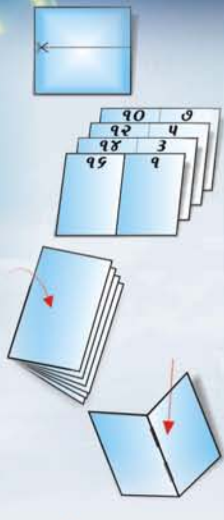
૧૬

તમારી નાનપડી વાર્તાની ચોપડી કેવી રીતે બનાવશો?

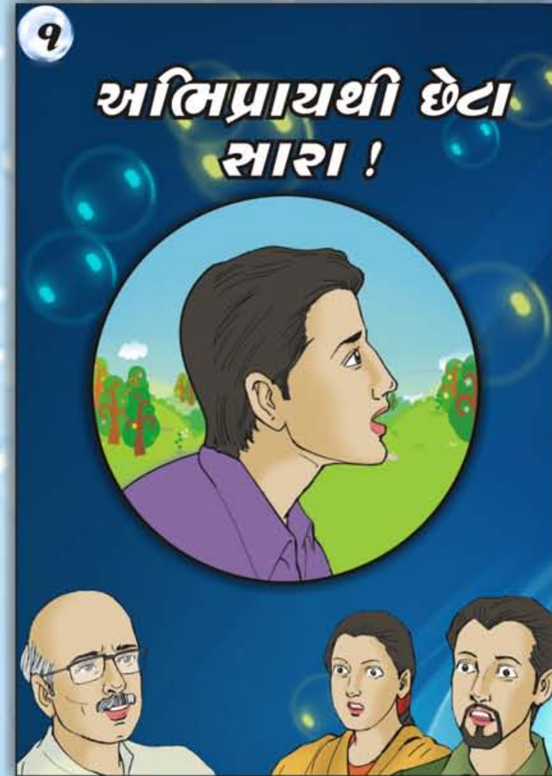
૧. પીન પતુ ફાડી લો, જ્યાં કાતર દેખાડી છે, એ લાઇન પર કાતરથી કાગળ કાપો.

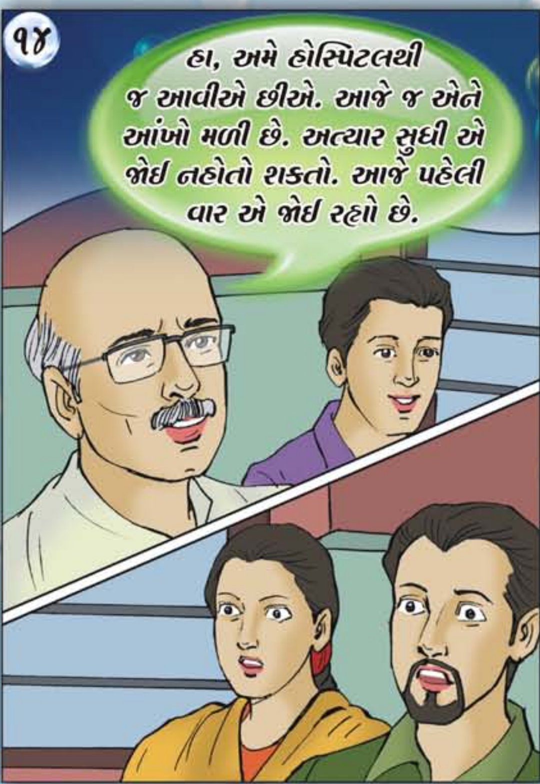
૨. બાજુમાં દેખાડયા પ્રમાણે પાના નંબર જોઈ એકની નીચે એક એમ ગોઠવો.

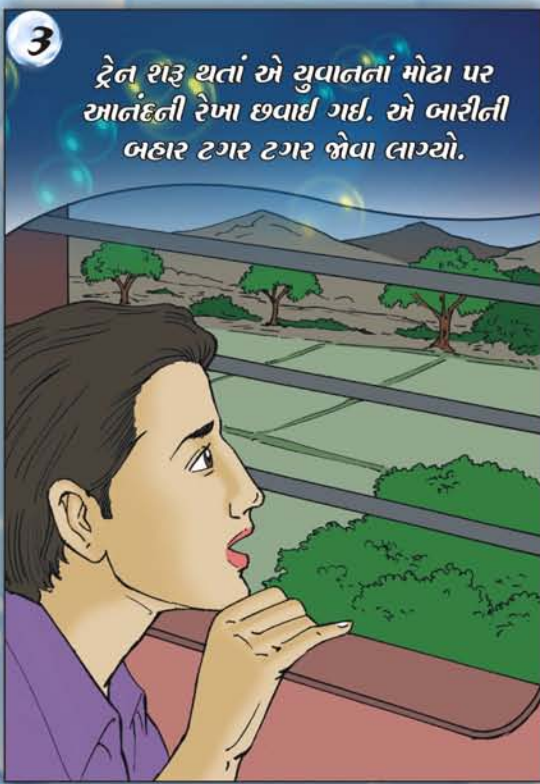
૩. ગોઠવ્યા બાદ પાનાની થપ્પીને વચ્ચેથી વાળો અને ત્યાં સ્ટેપલર મારો.

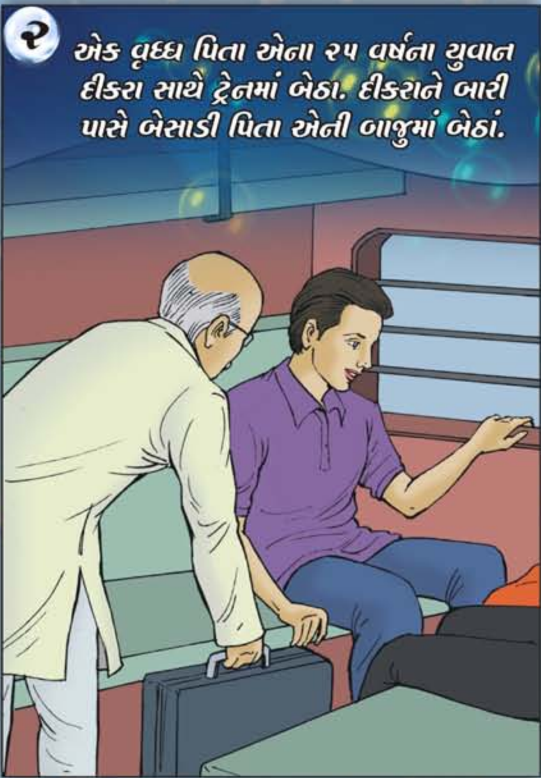


તમારી પોકેટ સ્ટોરી બુક તૈયાર!!!





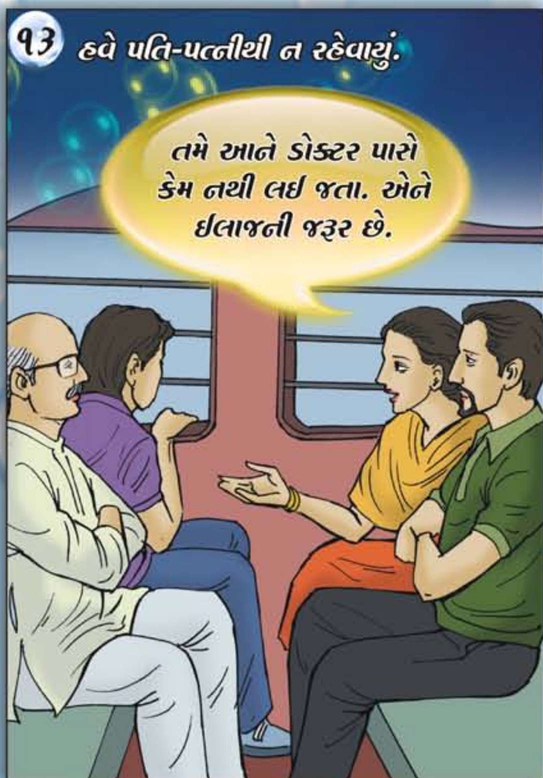


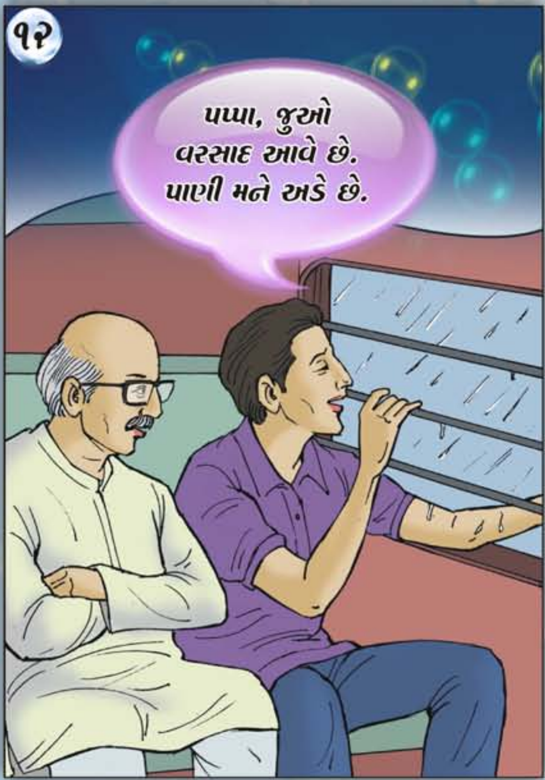


૧૫

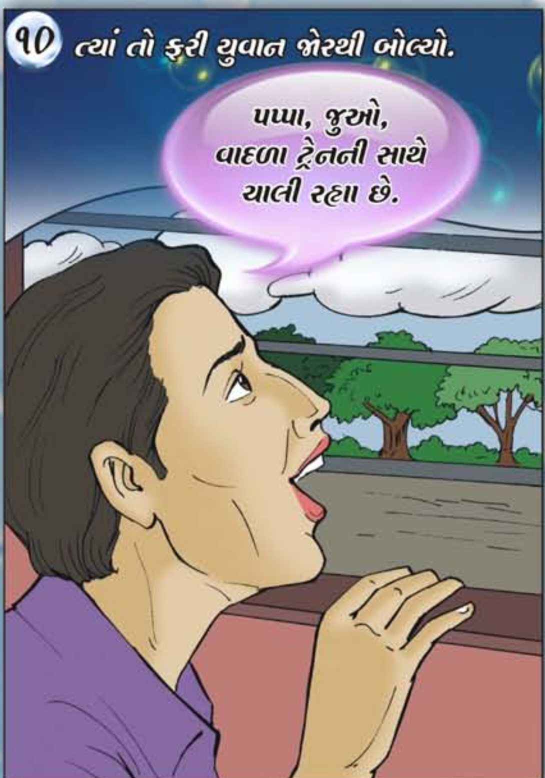
બોધ

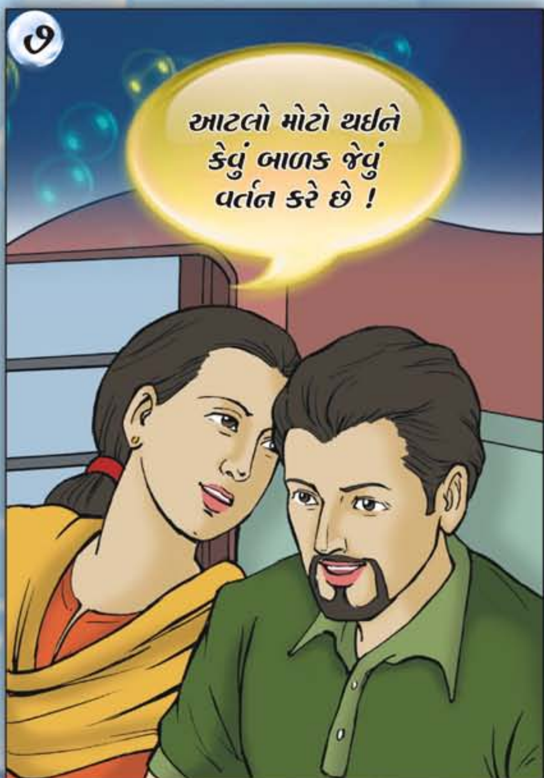
હકીકત જાણ્યા વગર કોઈના માટે અભિપ્રાય ન બાંધવો.

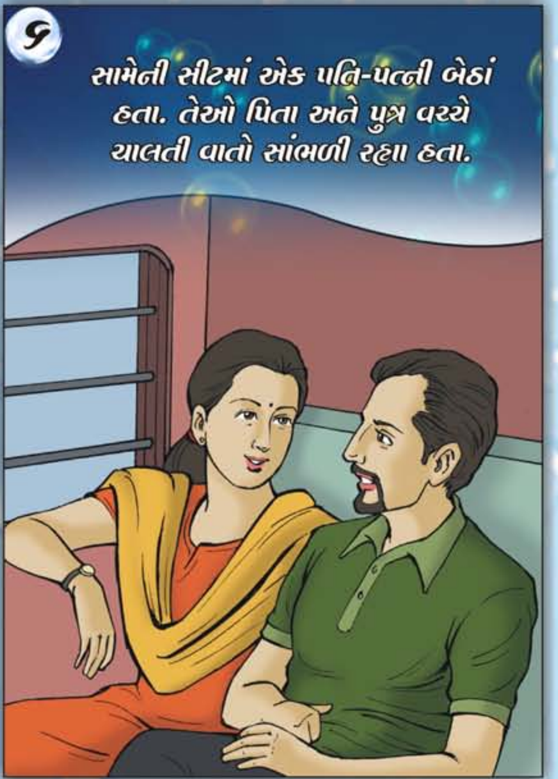


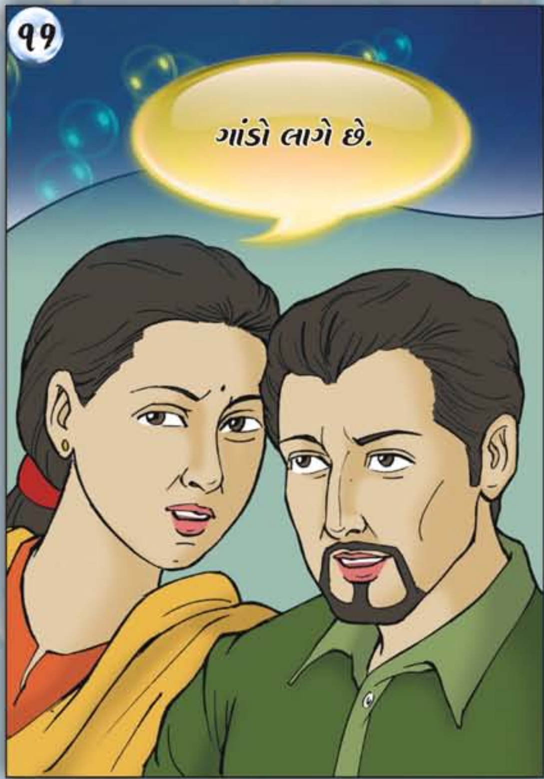

૧૨
પપ્પા, જુઓ
વરસાદ આવે છે.
પાણી મને અડે છે.

૫
હમમ...

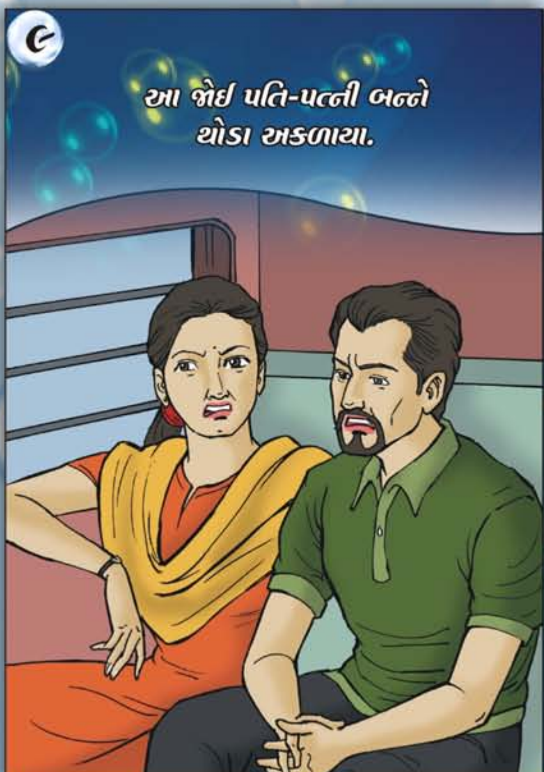

૧૦ ત્યાં તો ફરી યુવાન જોરથી બોલ્યો.
પપ્પા, જુઓ,
વાદળા ટ્રેનની સાથે
ચાલી રહ્યા છે.


૭
આટલો મોટો થઈને
કેવું બાળક જેવું
વર્તન કરે છે !


૭
સામેની સીટમાં એક પતિ-પત્ની બેઠાં હતા. તેઓ પિતા અને પુત્ર વચ્ચે ચાલતી વાતો સાંભળી રહ્યા હતા.


૧૧
ગાંડો લાગે છે.

૮ ત્યાં તો ફરી યુવાન જોરથી બોલ્યો.
પપ્પા, આટલું બધું પાણી !
એ તળાવ છે બેટા.


૯
આ જોઈ પતિ-પત્ની બન્ને થોડા અકળાયા.

ફૂડ કોર્નર

ઠંડું (વાસી) ખાવાથી નુકસાન

પ્રશ્નકર્તા : ઠંડું કેમ ના ખવાય, એ અમને સમજાવો.

દાદાશ્રી : પાચનમાં ભારે પડી જાય અને વધુ કાળ જાય તો પાચન શક્તિને બગાડે. એટલે ત્રણ-ચાર કલાક પછી ખાયને એ બધી વસ્તુઓ પાચન શક્તિ ઓછી કરે. જલદી પચે નહીં અને દોઢ દહાડા પછી ખાય તો એ પાચન શક્તિને બગાડે ઊલટું. દા.ત. સવારે બનાવેલી પાઉંભાજી સાંજે કે બીજા દિવસે ના ખવાય.

રોગોનું કારણ

શાસ્ત્રકારોએ કહ્યું છે કે ષડ્રસ ભોજન લેજો. ષડ્રસ એટલે છ રસનું ભોજન. છ રસ. એટલે તીખો, ખારો, ખાટો, તૂરો, કડવો અને ગળ્યો. બધા રસ પ્રમાણસર લેવા. કોઈ રસ ઓછો લઈએ અને કોઈ વધારે લઈએ તેનાથી રોગ ઉત્પન્ન થાય. આપણા લોકોનું કેવું હોય છે કે ગળપણ હોય અને થોડુંક તીખું હોય તો ચાલ્યું કહેશે.

હવે આપણા લોકો કયો રસ નથી લેતા બહું ? કડવો અને તૂરો રસ નથી લેતા. આટલું કડવું જવું જ જોઈએ અને જો આ કડવું ઓછું લે અગર તો કડવું નથી લેતો તો તેનું ફળ શું આવે ? આ શરીરમાં રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. પછી પેલી ગોળીઓ ખાવાનો વારો આવે. કઈ ગોળીઓ ?

પ્રશ્નકર્તા : ક્વિનાઈન.

દાદાશ્રી : હા, ક્વિનાઈન. એ કેટલી બધી કડવી આવે છે ! કોઈ કહે 'મારાથી તો કડવી દવા પીવાતી જ નથી.' પણ શું થાય ? ખૂટતું તો લેવું જ પડેને ? એટલો ભાગ કડવો જવો જ જોઈએ.

કેટલાક લોકો ગળ્યા પર તૂટી પડ્યા હોય છે અને તીખો ઓછો ખાય છે, કેટલાક તીખા ઉપર તૂટી પડ્યા હોય અને ખાટો ઓછો ખાય. એનું પ્રમાણ ઓછું-વત્તું થઈ ગયું તેના આ બધા રોગો છે.

એટલે અમે શું કહ્યું, કે તુ નોર્માલિટીમાં રહે. નોર્માલિટીમાં કોઈ ચીજ નડે નહીં. નોર્માલિટી એટલે શું ? ષડ્રસનું ભોજન. એટલે છ રસનું ભોજન. આ દાળ-ભાત-કઢી-શાક-રોટલી એમાં છયે રસ આવી જાય છે. છયે રસનું સરખું પ્રમાણ લેવું જોઈએ. સરખું પ્રમાણ એટલે તોલીને નહીં પણ સમાંતર ! તો પછી શરીરની ભાંજગડ ના આવે.

ષડ્રસનું ભોજન

ચાલો રમીએ...

૧. આપેલા ચિત્રો કઈ ઋતુના છે એ નીચે આપેલી ઋતુઓ માંથી પસંદ પરો. વસંતઋતુ, શીયાળો, ઉનાળો, શરદઋતુ અને ચોમાસું.

A-

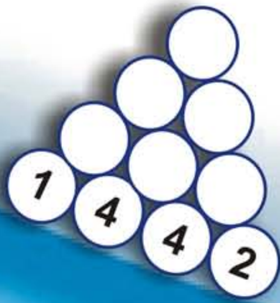
B-

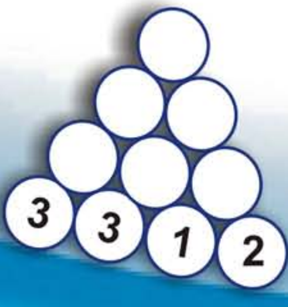
C-

D-

E-

૨. અહીં દરેક વર્તુળમાં આપેલ નંબર તે તેની નીચે આપેલા બે વર્તુળના નંબરનો સરવાળો છે. તો તમારે એ શોધવાનું છે કે સૌથી ઉપરના વર્તુળમાં કયો નંબર આવશે ?



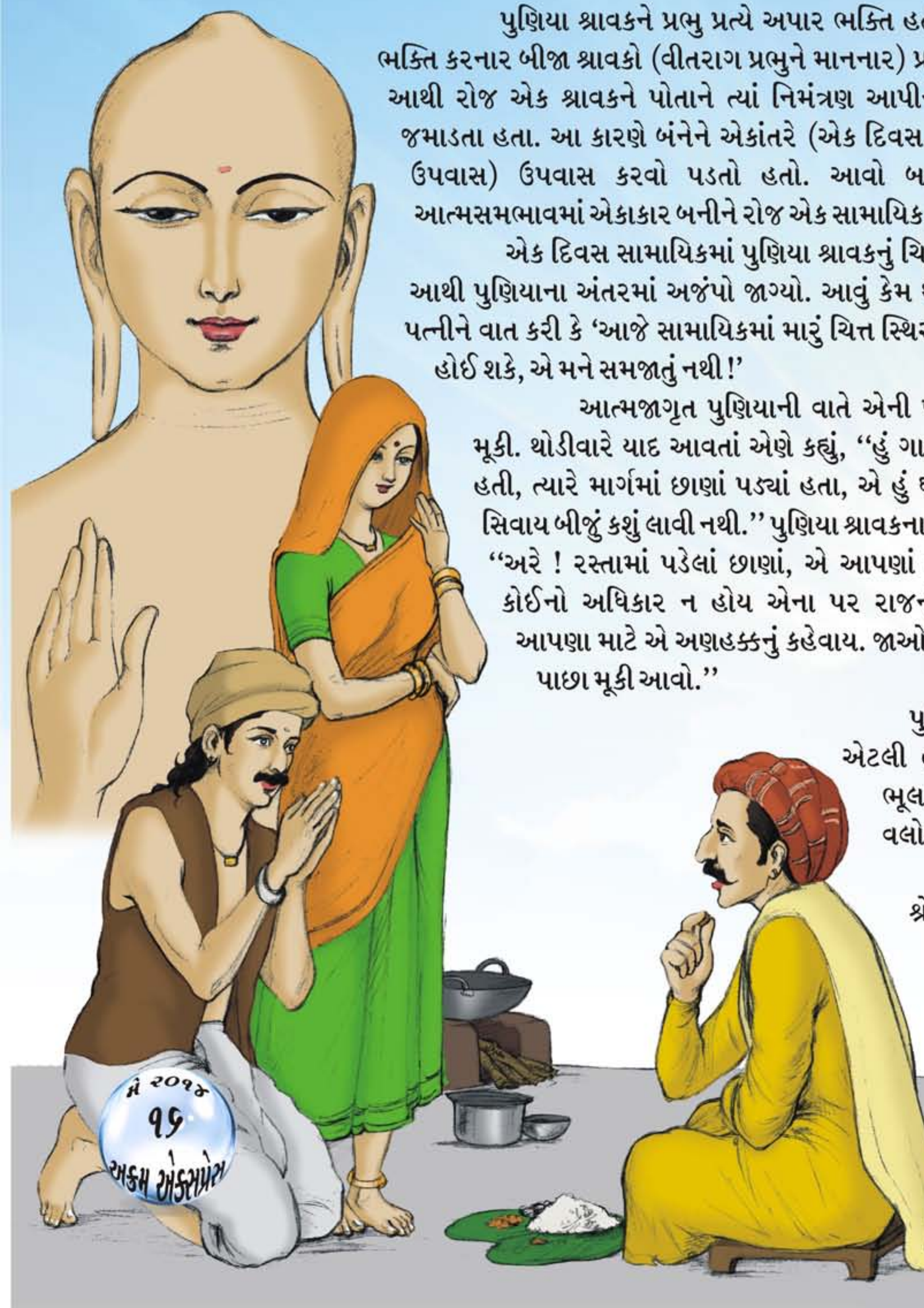


૩. નીચે આપેલ ચિત્રોમાંથી ૧૦ તફાવત શોધી કાઢો.

૪. નીચે આપેલ ચિત્રમાં છુપાયેલા બીજા ચિત્રો શોધી કાઢો.

ઐતિહાસિક ગૌરવગાથાઓ

સામાયિક અને આદર્શ ભક્તિનું ઉદાહરણ એટલે પુણિયો શ્રાવક. આ એક એવો શ્રાવક હતો કે જેની ધર્મભાવના ખુદ ભગવાન મહાવીરે વખાણી હતી. હસતે મુખે ગરીબી સ્વીકારનાર પુણિયાએ વારસામાં મળેલી મિલકતનું દાન કર્યું હતું અને જાતે રૂની પૂણીઓ બનાવીને મળતી બે આના જેટલી રકમમાં સંતોષભેર જીવતો હતો.



પુણિયા શ્રાવકને પ્રભુ પ્રત્યે અપાર ભક્તિ હતી. એ જ રીતે પ્રભુની ભક્તિ કરનાર બીજા શ્રાવકો (વીતરાગ પ્રભુને માનનાર) પ્રત્યે અપાર સ્નેહ હતો. આથી રોજ એક શ્રાવકને પોતાને ત્યાં નિમંત્રણ આપીને પતિ-પત્ની ભાવથી જમાડતા હતા. આ કારણે બંનેને એકાંતરે (એક દિવસ છોડીને, બીજા દિવસે ઉપવાસ) ઉપવાસ કરવો પડતો હતો. આવો બાર વ્રતધારી પુણિયો આત્મસમભાવમાં એકાકાર બનીને રોજ એક સામાયિક કરતો હતો.

એક દિવસ સામાયિકમાં પુણિયા શ્રાવકનું ચિત્ત સ્થિર રહેતું નહોતું. આથી પુણિયાના અંતરમાં અજંપો જાગ્યો. આવું કેમ થતું હશે ? એણે એની પત્નીને વાત કરી કે 'આજે સામાયિકમાં મારું ચિત્ત સ્થિર રહેતું નથી, શું કારણ હોઈ શકે, એ મને સમજાતું નથી !'

આત્મજાગૃત પુણિયાની વાતે એની પત્નીને વિચારતી કરી મૂકી. થોડીવારે યાદ આવતાં એણે કહ્યું, "હું ગામમાંથી પાછી આવતી હતી, ત્યારે માર્ગમાં છાણાં પડ્યાં હતા, એ હું ઘરે લઈ આવી છું. એ સિવાય બીજું કશું લાવી નથી." પુણિયા શ્રાવકના જાગૃત આત્માએ કહ્યું, "અરે ! રસ્તામાં પડેલાં છાણાં, એ આપણાં ન કહેવાય. જેના પર કોઈનો અધિકાર ન હોય એના પર રાજનો અધિકાર કહેવાય. આપણા માટે એ અણહક્કનું કહેવાય. જાઓ, છાણાં જ્યાં હતાં ત્યાં પાછા મૂકી આવો."

પુણિયાની આત્મજાગૃતિ એટલી હતી કે એક નાનીશી ભૂલ પણ એના અંતરને વલોવી નાખતી હતી.

એકવાર મહારાજા શ્રેણિકે, મૃત્યુ બાદ પોતાની કઈ ગતિ થશે, એમ ભગવાન મહાવીરને પૂછ્યું,

ત્યારે ભગવાન મહાવીરે, 'નરકગતિ થશે' તેમ કહ્યું. પોતાના પરમ ભક્તને પણ પ્રભુ સાચી વાત કહેતા સહેજે અચકાતા નહીં. રાજા શ્રેણિકે આમાંથી ઊગરવાનો ઉપાય પૂછ્યો ત્યારે ભગવાને કહ્યું, ''પુણિયા શ્રાવકની માત્ર એક સામાયિકનું પુણ્ય મળે, તો તારી નરકગતિ ટળશે.''

નરકગતિ ટાળવાનો ઉપાય મળતાં રાજા ખુશ થઈ ગયા. કોઈની પાસેથી કોઈપણ વસ્તુ ખરીદવી એ રાજા માટે શું મોટી વાત હતી ! અને એ પણ પુણીયા જેવા દીન પાસેથી !!! રાજા તો પુણિયા શ્રાવકની સામાયિક ખરીદવા ગયા.

વાત સાંભળીને પુણિયાએ રાજાને કહ્યું, ''મારી સામાયિકનું મૂલ્ય તો ભગવાન જ કહી શકે. મને તો શું ખબર પડે ? માટે આપ કૃપા કરી એમને જ પૂછી આવો.''

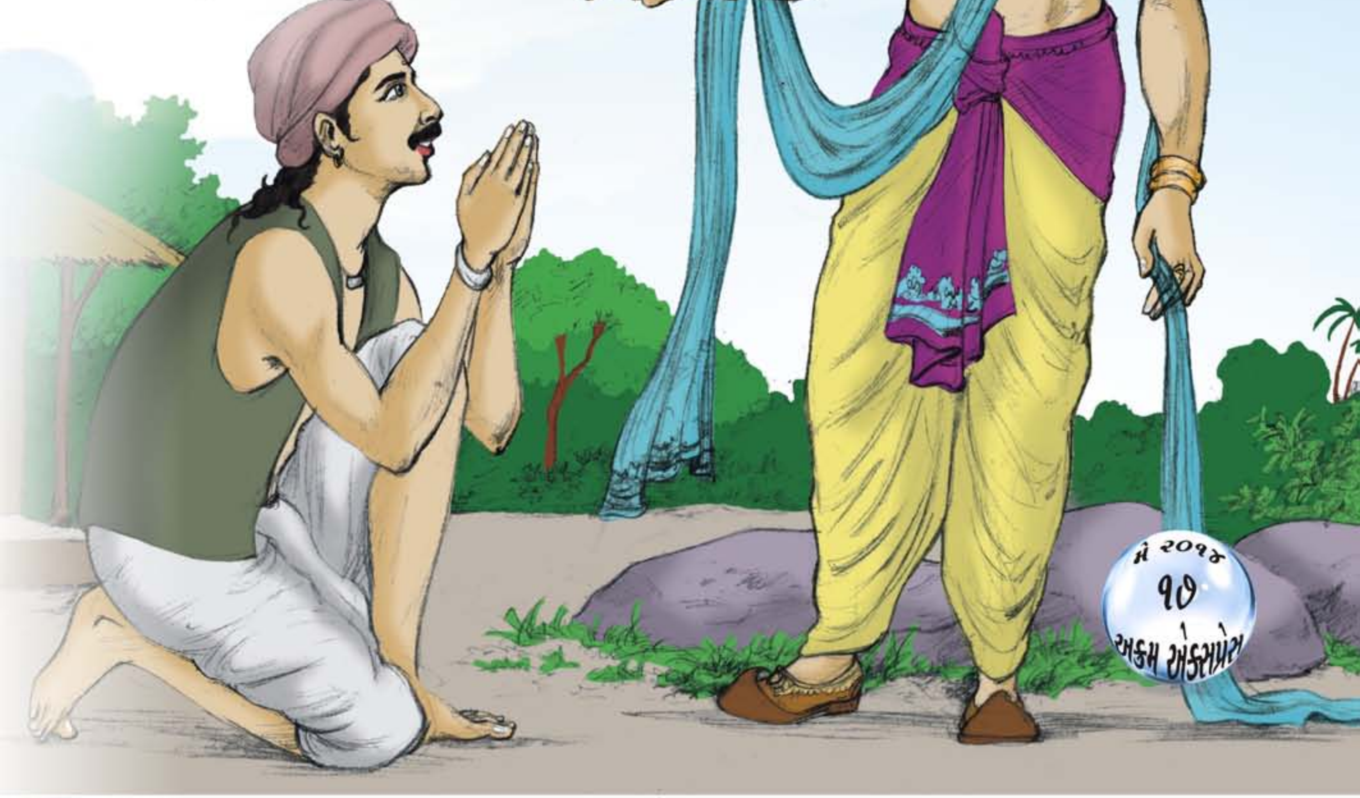
શ્રેણિક, ભગવાન પાસે પાછા ફર્યાં. વિનય સહિત બધી વાત કરી અને પૂછ્યું, ''પ્રભુ, આપ જ કહો કે પુણિયાની સામાયિકનું હું શું મૂલ્ય ચૂકવું જેથી મારી નરકગતિ ટળે ?''

ભગવાને સ્મિત સાથે જવાબ આપ્યો, ''પુણિયાની સામાયિકનું મૂલ્ય આપવું અશક્ય છે. હે રાજન ! તારું આખું રાજ તો એની માત્ર દલાલીમાં (કમિશનમાં) જાય. એક આખી સામાયિકનું મૂલ્ય તો આનાથી અનેક ગણું છે.''

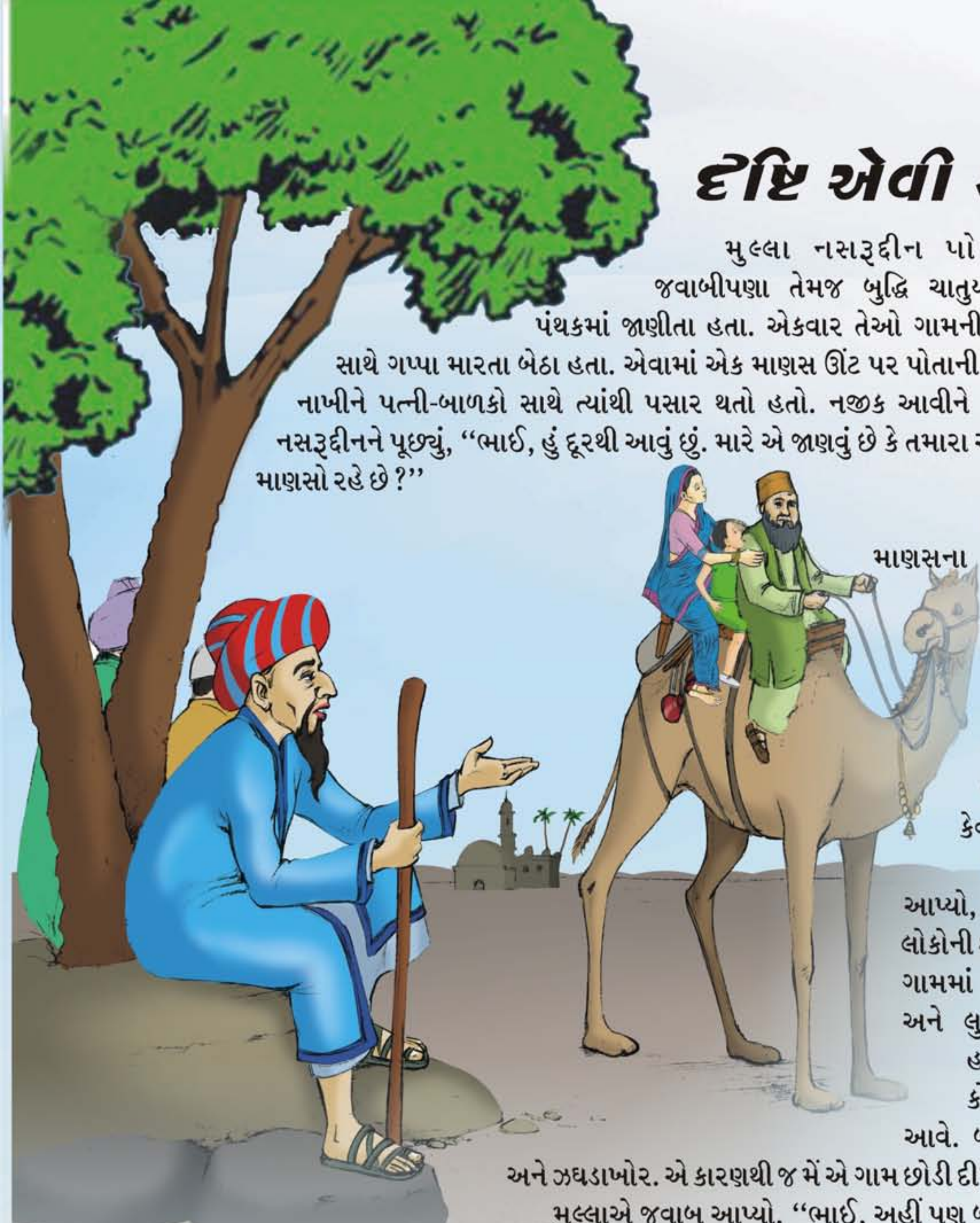
રાજા તો આ સાંભળતો જ રહી ગયો, ''શું ? આવી ઊંચી સામાયિક કે મારું રાજપાટ આખું દલાલીમાં જાય ?''

રાજા નિરાશ થયા, પરંતુ સાથોસાથ સાચા શ્રાવક, પુણિયાની ધર્મભાવનાને મનોમન વંદન કરી રહ્યા.

પ્રભુ મહાવીરના સ્વમુખે જેનાં વખાણ થયાં, એ પુણિયા શ્રાવકને ધન્ય છે.



દૃષ્ટિ એવી સૃષ્ટિ !



મુલ્લા નસરૂદ્દીન પોતાના હાજર જવાબીપણા તેમજ બુદ્ધિ ચાતુર્ય માટે આખા પંથકમાં જાણીતા હતા. એકવાર તેઓ ગામની ભગોળે મિત્રો સાથે ગપ્પા મારતા બેઠા હતા. એવામાં એક માણસ ઊંટ પર પોતાની બધી ઘરવખરી નાખીને પત્ની-બાળકો સાથે ત્યાંથી પસાર થતો હતો. નજીક આવીને મુસાફરે મુલ્લા નસરૂદ્દીનને પૂછ્યું, "ભાઈ, હું દૂરથી આવું છું. મારે એ જાણવું છે કે તમારા આ ગામમાં કેવા માણસો રહે છે?"

મુલ્લાએ પેલા માણસના પગથી માથા સુધી એક નજર ફેરવી પછી પૂછ્યું, "તમે જ્યાંથી આવો છો, એ ગામના લોકો કેવા હતાં?"

મુસાફરે જવાબ આપ્યો, "જવા દોને, એ લોકોની શું વાત કરું? એ ગામમાં તો બધા સ્વાર્થી અને લુચ્ચા લોકો જ હતા. કયારેય કોઈના કામમાં ન આવે. બધા જ ઈર્ષાળુ અને ઝઘડાખોર. એ કારણથી જ મેં એ ગામ છોડી દીધું છે."

મુલ્લાએ જવાબ આપ્યો, "ભાઈ, અહીં પણ બધા લુચ્ચા અને સ્વાર્થી લોકો જ રહે છે. ક્યારેય કોઈની પ્રગતિ જોઈ ન શકે તેવા ઈર્ષાળુઓનું આ ગામ છે."

આ સાંભળી મુસાફર બીજા ગામ જવા માટે ચાલતો થયો.

થોડીવાર પછી ત્યાં બીજો એક મુસાફર આવતો દેખાયો. તેણે પણ ઘરનો બધો સામાન ઊંટ પર લીધો હતો. નજીક આવીને તેણે મુલ્લાને પૂછ્યું, "ભાઈ, હું દૂરના ગામથી આવું છું. મારે તમારા ગામમાં સ્થાયી થવું છે. મને જણાવશો કે આ ગામમાં કેવા માણસો રહે છે?"

મુલ્લા નસરૂદ્દીને તેને પણ એ જ સવાલ પૂછ્યો, "તમે અત્યારે જે ગામથી આવી રહ્યા છો, ત્યાંના લોકો કેવા હતા?"

મુસાફરે એક ઊંડો નિસાસો નાંખીને કહ્યું, “એ ગામના લોકોની શું વાત કરું? બધા જ ભલા અને મિલનસાર લોકોનું એ ગામ હતું. હંમેશા બીજાના દુ:ખમાં મદદ કરવા માટે દોડી આવે. આવું સારું ગામ છોડવાનું મને ખૂબ દુ:ખ છે. મારી નોકરીની બદલી આ ગામમાં થઈ થઈ હોવાથી હું અહીં આવ્યો છું”

મુલ્લાએ કહ્યું, “ભાઈ, અહીં પણ બધા મિલનસાર અને ભલા લોકો જ રહે છે. બીજાના દુ:ખે દુ:ખી અને બીજાના સુખે સુખી. તમે ખુશીથી આ ગામમાં રહેવા આવી જાઓ. તમને કોઈ મુશ્કેલી નહીં પડે.”

મુસાફર ખુશ થતો થતો ગામમાં દાખલ થયો.

જેવી દૃષ્ટિ એવી સૃષ્ટિ.

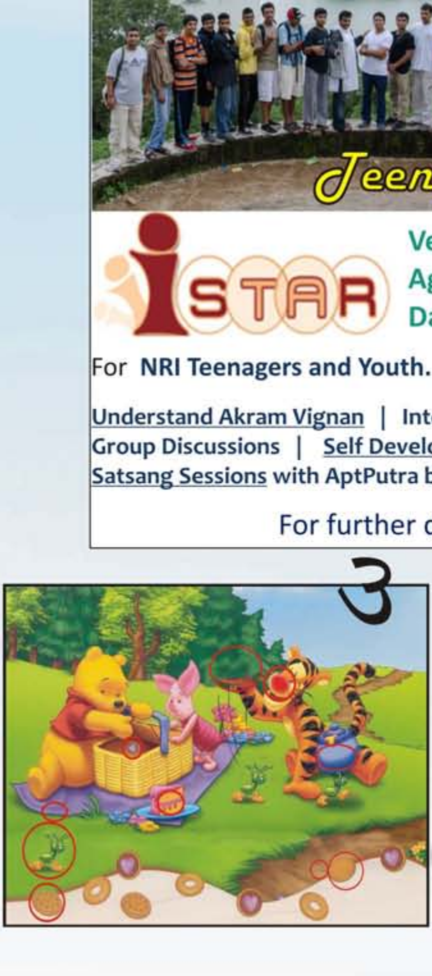
Venue: Simandhar City
Age: 13 – 21 years
Date: August 4-17, 2014

For **NRI Teenagers and Youth.**

Understand Akram Vignan | Interactive Activities | Religious Tours | Group Discussions | Self Development Programs, Games & Videos | Satsang Sessions with AptPutra brothers and AptPutri sisters | much more...

For further details, visit **http://istar.dadabhagwan.org**

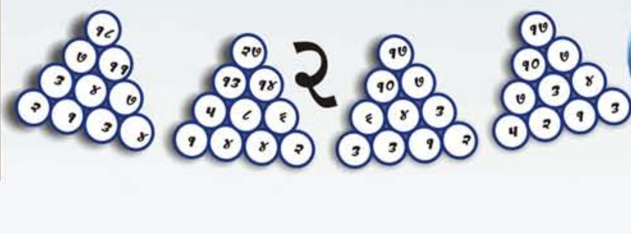
૩



પઝલના જવાબ

૧ A-શીયાળા, B- વસંતઋતુ, C-ઉનાળા, D- ચોમાસું, E- શરદઋતુ

૨



Akram Express

May 2014
Year : 6, Issue : 9
Conti. Issue No.: 69

BALVIGNAN
Fun 'n' Gnan with Dada

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

લંડન GNC Day ની એક ઝલક

મે ૨૦૧૪
૨૦
અક્રમ એક્સપ્રેસ

બાલવિજ્ઞાનની પહેલી બુક જર્મન ભાષામાં અક્રમ ડાયજેસ્ટ ભાગ-૧ નું પૂજ્યશ્રી દ્વારા ઓપનિંગ

<u>અક્રમ એક્સપ્રેસના સભ્યો માટે સુચના</u>

૧. 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.

૨.જો આપને કોઈ મહિનાનું અક્રમ એક્સપ્રેસ ન મળે તો ફોન નં.૮૧૫૫૦૦૭૫૦૦ પર નીચેની વિગતો **SMS** કરવો.

૧) કાચી પાવતી નંબર અથવા **ID No.**, ૨) પાકુ એડ્રેસ-પીન કોડ સહિત ૩) જે મહિનાનું મેગેઝિન નથી મળ્યું એ મહિનો.

Printer, Publisher and Owner - Dimple Mehta on behalf of Mahavideh Foundation, Editor - Dimple Mehta, Printing Press **Amba offset:-** Parshwanath Chembers, Usmanpura, Ahmedabad-14 and published at Mahavideh Foundation, Simandhar City, Adalaj-382421.Dist-Gandhinagar.