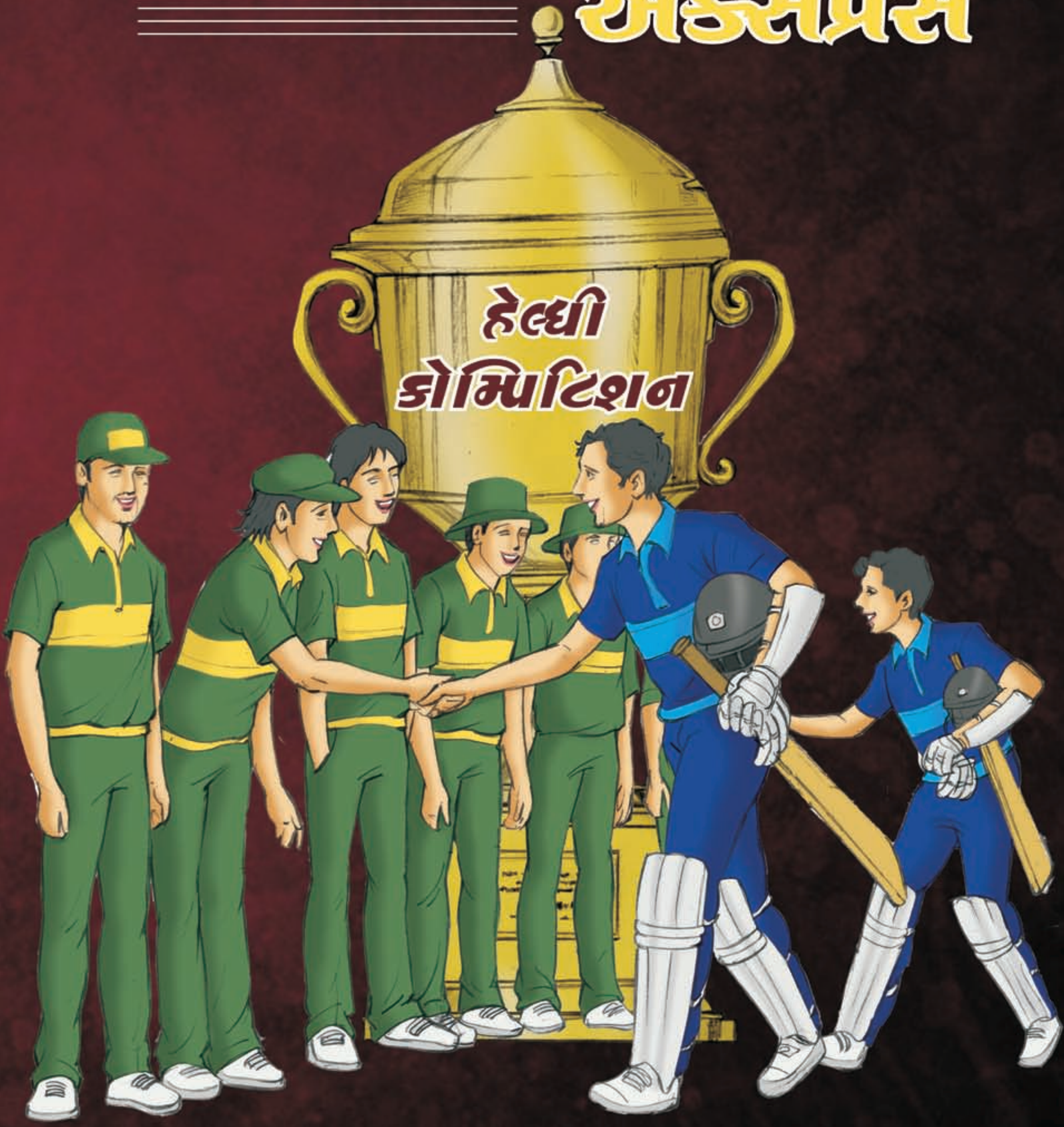
સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૪

કિંમત ₹ ૧૨/-

દાદા ભગવાન પરિવારનું

અક્રમ એક્સપ્રેસ



અક્રમ એક્સપ્રેસ

અનુક્રમણિકા

જ્ઞાની કહે છે...૩
સ્ટેડીયમમાં..... જાણ્યો એક નવો જ અર્થ...૪
આ તો નવી જ વાત !...૮
એક અનોખી રેસ...૧૦
તમારી જાતને ચકાસી જુઓ !...૧૪
સત્ય ઘટના...૧૫
ઐતિહાસિક ગૌરવગાથા...૧૬
મીઠી યાદેં...૧૯
જન્માષ્ટમીના ફોટો...૨૦

સંપાદકીય

બાળમિત્રો,

બધામાં આપણી બોલબાલા થાય એ કોને ન ગમે ? પણ જ્યારે 'મારી જ બોલબાલા થાય અને બીજાની ન થાય' એવી સંકુચિતતા એમાં ભળે છે ત્યાર પછી એમાં ઈર્ષાનું વિષ ભળે છે. બીજો કોઈ આપણાથી આગળ વધે એ આપણે જોઈ શકતા નથી. અને એને નીચે પાડવા સુધીના પ્રયત્નોમાં અજાણપણે પડી જઈએ છીએ.

સ્પર્ધા તો 'હેલ્ધી' હોવી ઘટે. જેમાં 'તું પણ આગળ વધ અને હું પણ વધું' એવો અભિગમ હોય છે. સામો આગળ વધે એમાં આપણને ખુશી જ હોય. પણ આવી નોબિલિટી લાવવી ક્યાંથી ?

આ અંકમાં પરમ પૂજ્ય દાદાજીએ આના સુંદર ફોડ આપ્યા છે. તો આવો, આ અંક વાંચીને ઈર્ષાનું ઝેર આપણામાંથી કાઢી નાખીએ અને 'હેલ્ધી કોમ્પિટિશન'ના રસ્તે ચાલીએ.

-ડિમ્પલ મહેતા

હેલ્ધી કોમ્પિટિશન

તંત્રી તથા સંપાદકઃ
ડિમ્પલ મહેતા
વર્ષ : ૭, અંક : ૧
સળંગ અંક : ૭૩
સપ્ટેમ્બર 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.

જ્ઞાની કહે છે...

પ્રશ્નકર્તા : મને મારાથી આગળવાળા જોડે ઈર્ષા થઈ જાય અને સ્પર્ધા પણ થાય છે. ખબર છે કે આ ખોટું છે. તો મારે આને હેલ્ધી કોમ્પિટિશનમાં કેવી રીતે ફેરવવી ?

દીપકભાઈ : આપણે ભાવ બગાડવાના નહીં કે એનું ઓછું થાય, એ પડી જાય, એ આગળ ના આવે, એને બરાબર ના આવડે, મને વધારે સારું આવડે, મારા માર્ક વધારે સારા આવે, એના ઓછાં આવે. એનું ઓછું વિચારવાની જરૂર જ નથી. એનું ખરાબ વિચારવાની જરૂર નથી. સહુનું સારું થાઓ, બધા આગળ વધો અને હું પણ મારી રીતે ડબલ પ્રયત્ન કરીશ. પછી જે થયું એ સાચું. સમજાયું ને ?

પ્રશ્નકર્તા : હા.

દીપકભાઈ : અને આપણાથી કોઈ આગળ ગયું, પછી એનાથી પણ કોઈ આગળ હશે ને પાછું ?

પ્રશ્નકર્તા : હા.

દીપકભાઈ : અને આપણાથી પાછળ કેટલાક હશે ને ? તો એના કરતા તો આપણે આગળ જ છીએ ને ? તો શું કોમ્પિટિશન કરવાની ? આપણે, આપણી રીતે, આપણી શક્તિ પ્રમાણે આગળ વધવું. એની શક્તિ પ્રમાણે, એના સંજોગ પ્રમાણે, એને આગળ વધવા દો. હેલ્ધી કોમ્પિટિશન કોને કહેવાય ? કે તું આગળ વધ.

એક લીટી દોરેલી હોય એને નાની કરવી હોય તો લોકો શું કરે ? એની બાજુમાં બીજી મોટી લીટી દોરે અથવા બીજો રસ્તો એને (નાની લીટીને) કાપી નાખો. તો ક્યો સાચો રસ્તો કહેવાય ?

પ્રશ્નકર્તા : એની આગળ લાંબી લીટી દોરવાની.

દીપકભાઈ : હા, તો આપણી શક્તિ વધારો. આપણે ભણવાનું વધારો અથવા તો જે કાર્ય કરતા હોઈએ, એમાં સિન્સિયારિટી વધારો. સફળતા મળે એના બધા જ પ્રયત્ન કરો. પણ સામાને નીચે પાડવા, એ નહીં કરવાનું.

પ્રશ્નકર્તા : હું મારા કામને સિન્સિયર છું પણ સામો આગળ વધી જાય તો અંદર થાય કે કેમ આવું થયું ?

દીપકભાઈ : ના, આપણે ભાવના કરવાની બધા આગળ વધો. સહુ આગળ વધો, હું પણ મારી રીતે આગળ વધીશ. ટ્રાય કરીશ. કદાચ મને સારા માર્ક્સ આવશે, તો મારો ફર્સ્ટ નંબર આવશે અને કદાચ નહીં આવે તો સેકંડ, થર્ડ આવશે, નહીં તો દસમો આવશે, પાસ તો થયા. મારા કરતા બધા આગળ વધો, ભાવના તો કરો. અને નહીં તોય, ખરાબ ભાવના કરવા છતાંય એનો આગળ નંબર આવી જાય છે ને ઘણી વખત ?

પ્રશ્નકર્તા : હા.

દીપકભાઈ : તો આપણી ખરાબ ભાવના નકામી ગઈ ને ?

પ્રશ્નકર્તા : હા.

દીપકભાઈ : અને એ ખરાબ ભાવના નકામી નથી જતી, એનું અહિત નથી કરતા, આપણું જ અહિત થશે એક દહાડો. એટલે આપણે સમજવાનું કે મારી કરતા ઘણા લોકો પાછળ છે જ ને ? તો પછી, એના કરતા આગળ જ છું ને ! શું કામ દુઃખી થવાની જરૂર છે ? ઉલટાની ભાવના કરવાની કે મારી પાછળવાળા પણ ખૂબ આગળ જાઓ. દાદા તો શું કહેતા, મારા કરતા સવાયો જ્ઞાની થાય એવા આશીર્વાદ છે મારા. જાઓ બધા આગળ વધો.' બોલો, કેટલું મોટું દિલ કહેવાય.

સ્ટેડીયમમાં....જાણ્યો એક નવો જ અર્થ

ભૂમિ ! ભૂમિ ! ભૂમિ !!

આખું સ્ટેડીયમ ભૂમિના નામથી ગાજી ઉઠ્યું. છેલ્લો રાઉન્ડ હતો. ભૂમિએ જોરદાર શોટ માર્યો અને ઈન્ટર-સ્કૂલ ટેનિસ ચેમ્પિયનશીપની ટ્રોફી જીતી લીધી.

''ખૂબ ખૂબ અભિનંદન, બેટા. મને આશા છે કે આવતા મહિનાની હોકી ગેમમાં પણ તું તારી કુશળતાથી આપણી શાળાનું નામ રોશન કરીશ.'' પ્રિન્સિપલે ભૂમિને અભિનંદન આપતા કહ્યું.

''ગ્રેટ જોબ ભૂમિ'', ''ભૂમિ, તું તો આપણી સ્કૂલની સ્ટાર છે !'' પપ્પા-મમ્મી, ટીચર્સ અને ફ્રેન્ડસ બધાએ ભૂમિને વધાવી લીધી.

ઘરે આવીને ભૂમિએ એની ટ્રોફી અન્ય સ્પોર્ટ્સ પ્રાઈઝની બાજુમાં ગોઠવી દીધી. બે મિનિટ સુધી એ એની ટ્રોફીઓને નિહાળતી જ રહી. ભૂમિને હવે જીતવાનો ચસ્કો લાગી ગયો હતો. માન ખાવાની અને વખાણ સાંભળવાની ટેવ પડી ગઈ હતી. પોતે બધા કરતા શ્રેષ્ઠ છે , એવી માન્યતા એના મનમાં ઘર કરી ગઈ હતી.

જોત જોતામાં હોકી ગેમનો દિવસ આવી ગયો. ભૂમિની સ્કૂલ લિટલ સ્ટારે, પ્રતિપક્ષી સ્કૂલને ૫-૩ થી હરાવી દીધી. બધા જ ખુશખુશાલ હતા, સિવાય કે ભૂમિ. ભૂમિના મનમાં તોફાન ચાલી રહ્યું હતું. આટલા ખુશીના મોકા પર, ભૂમિના મોઢા પર ખુશીનો એક છાંટો જણાતો ન હતો. અને એનું કારણ એ હતું કે આજે લિટલ સ્ટાર સ્કૂલની સ્ટાર, એ પોતે નહીં પણ અશ્મી હતી. ચારે બાજુ અશ્મીના નામની બોલબાલા હતી. પોતાની ટીમ ગેમ જીતી ગઈ એનો એને આનંદ ન હતો. પણ અશ્મી એના કરતા વધુ સારું રમી, એની એને ભયંકર બળતરા હતી.

''વેરી વેલ'', ''સુપર્બ'' કહી બધા વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકો અશ્મીને અભિનંદન આપી રહ્યા હતા. અશ્મીના વખાણ સાંભળી, ભૂમિને ખૂબ અકળામણ થવા લાગી. પોતાના વખાણ સાંભળવાની ભૂમિને એટલી બધી આદત પડી ગઈ હતી કે બીજા કોઈના વખાણ એનાથી સહન ન થયા. ''મારી તબિયત સારી નથી.'' એવું બહાનું કાઢી ભૂમિ ફટાફટ ઘરે ચાલી ગઈ અને ટ્રોફી લેવા પણ રોકાઈ નહીં.

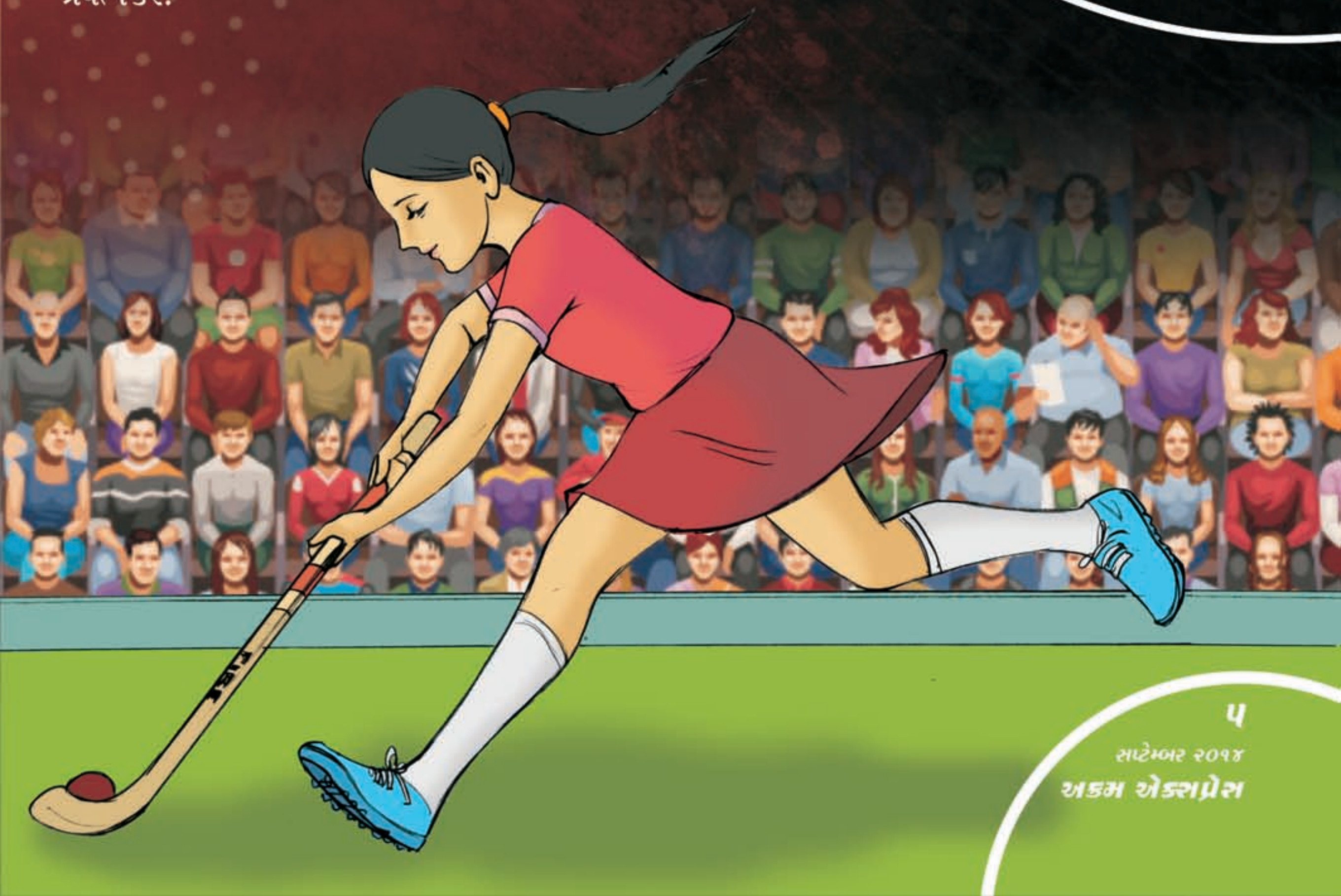
સ્કૂલમાં દિવસો સુધી સહુ કોઈ અશ્મીની કુશળતાના વખાણ કરતા રહ્યા. ભૂમિના મનમાં હવે અશ્મી પ્રત્યેની ઈર્ષાના ફણગાનું મોટું ઝાડ થઈ ગયું. ''કેમ કરીને અશ્મીનું નીચું દેખાડું, કેમ કરીને એને પછાડીને ફરી આગળ આવી જાઉં ! શું કરું કે લોકો એનાં વખાણ કરવાનું બંધ કરે અને ફરી મારા વખાણ કરવા લાગે'' એવી ગડમથલ એની અંદર ચાલ્યા કરતી. ક્લાસમાં કોઈ ટેસ્ટ હોય, વ્યાયામના પીરીયડમાં કોઈ રમત રમતા હોય કે પછી

ગમ્મત ખાતર અંતાક્ષરી રમતા હોય, ભૂમિનું લક્ષ હંમેશા અશ્મીને હરાવી, એનું નીચું દેખાડવામાં જ રહેતું. ક્યારેક ક્લાસમાં અશ્મીની કોઈ ભૂલ થાય અથવા એના ખરાબ માર્કસ આવે તો ભૂમિને મજા પડતી. પણ, આ ઈર્ષાની આગમાં ભૂમિની બધી જ શક્તિઓ હણાઈ રહી હતી. સ્પોર્ટ્સ અને ભણવામાં એનું રીઝલ્ટ બગડતું જતું રહ્યું. ભૂમિની ખાસ ફ્રેન્ડ ઋતુને ભૂમિની આવી વર્તણુક પસંદ નહોતી. ભૂમિની અશ્મી પ્રત્યેની ઈર્ષાનો એને ખ્યાલ આવી ગયો. એને ઘણી વાર ભૂમિને સમજાવવાનો પ્રયત્ન પણ કર્યો હતો.

''ભૂમિ, રમતમાં હાર-જીત બેઉ હોય. સ્પોર્ટની સ્પીરિટ (જુસ્સો) તો ત્યારે જ જળવાય જ્યારે, હારનારનેય આનંદ હોય અને જીતનારનેય આનંદ હોય. તને ખબર છે, મારા ડેડી ગોલ્ફ રમે છે ?'' ઋતુએ પૂછ્યું.

સાવ ધીમા અવાજે ભૂમિ બોલી, ''હા, ખ્યાલ છે. તેઓ ગોલ્ફ ચેમ્પિયન છેને ?''

''હા'' ઋતુએ હસીને કહ્યું, ''પણ ગોલ્ફ ચેમ્પિયન કરતા, એમના સ્પોર્ટ્સ પ્રત્યેના વલણના એ ચેમ્પિયન છે. તેઓ હંમેશા એમ કહે કે રમત રમતી વખતે એમનું લક્ષ બીજાને હરાવવાનું ન હોય, પણ પોતે સારામાં સારું રમે એના પર હોય. હેલ્ધી કોમ્પિટિશન એ જ છે કે પોતે સારામાં સારું કરવાનો પ્રયત્ન કરે, અને એમાં જ સંતોષ અને આનંદ માણે. ક્યારેય સામેવાળાની જીતથી હતાશ ના થાય, પણ એની પાસેથી શીખવાનો પ્રયત્ન કરે.''



"ઋતુ, તારી લેકચરબાજીમાં મને કોઈ રસ નથી." એકદમ તોછડાઈથી ભૂમિ બોલી ઊઠી. ઋતુની વાતની એના પર કોઈ જ અસર ના થઈ. ઊલટાનો એનો અશ્મી પ્રત્યેનો દ્વેષ વધતો જ ગયો અને હદ તો ત્યારે થઈ જ્યારે પહેલી વાર ટેનિસ ટુર્નામેન્ટમાં એના બદલે અશ્મીની પસંદગી થઈ.

"અશ્મીની તબિયત બગડી જાય તો કેટલું સારું, આ વખતે એ હારી જવી જોઈએ..." એવા ભાવ બગાડતા બગાડતા એ રસ્તામાં ચાલી રહી હતી. ત્યાં તો પાછળથી ઋતુએ એને ટપલી મારી.

"જો મારા હાથમાં શું છે ?" ઋતુએ આગળ હાથ ધરતા પૂછ્યું.

"પ્લીઝ ઋતુ, હમણાં મારો મૂડ નથી. તું જા." ભૂમિએ એની વાત કાપી નાખતા કહ્યું.

"અરે મૂડ નથી, તો આવી જશે." એમ કહી ઋતુએ એને શહેરમાં રમાતી ક્રિકેટ મેચના બે પાસ દેખાડ્યા. રમત-ગમ્મતની શોખીન ભૂમિ ખૂશ થઈ ગઈ.

બીજા દિવસે ભૂમિ અને ઋતુ, ઋતુના ડેડી સાથે સ્ટેડિયમમાં મેચ જોવા પહોંચ્યા. બન્ને ટીમ પણ પેવિલિયનમાં આવી રહી હતી. જાણે મિત્રો હોય, એમ બન્ને ટીમના પ્લેયર્સ એક બીજા સાથે વાતો કરતા કરતા ચાલતા હતા. રમત શરૂ થતા પહેલા બન્ને ટીમના પ્લેયર્સે એક બીજાને 'બેસ્ટ ઓફ લક' વિશ કર્યું. આ જોઈ ભૂમિને આશ્ચર્ય થયું.

બન્ને ટીમ, 'જીતવું જ છે' એમ કરીને પુરા જોશમાં રમતી હતી. છેલ્લી પાંચ ઓવર બાકી હતી. જે ટીમ જીતી રહી હતી એના પ્લેયર્સ તો આનંદમાં હતા. પણ જે ટીમ હારી રહી હતી એના પ્લેયર્સ બિલકુલ હતાશ નોહતા કે કોઈના પર ચીડિયા નોહતા ખાતા. પણ કેવી રીતે ચોક્સાઈપૂર્વક ફરી રમવું એ સમજી લેવાનો પ્રયત્ન કરી રહ્યા હતા. છેલ્લી ઓવરમાં જ્યારે જીતી રહેલી ટીમના બેટ્સમેને સેન્ચ્યુરી પૂરી કરી, ત્યારે બોલરે પોતાની કેપ ઉતારી બેટ્સમેનને અભિનંદન આપ્યા. આ દૃશ્ય જોઈને ભૂમિને ખૂબ નવાઈ લાગી. અચંબા સાથે એ તો જોતી જ રહી ગઈ.

ઋતુ બોલી, "આને ખરેખર સ્પટ્ર્સ-મેન સ્પીરીટ કહેવાય !"

"હા બેટા. આને જ સ્પોટ્ર્સ-મેન સ્પીરીટ અને હેલ્ધી કોમ્પિટિશન કહેવાય. જેમાં સામાની ઈર્ષા ના થાય, પણ સામાના ગુણોનો હૃદયથી સ્વીકાર થાય." ઋતુની વાતને ટેકો આપતા ડેડી બોલ્યા.

ગેમના અંતમાં હારેલી ટીમના એક એક પ્લેયરે જીતેલી ટીમના દરેક પ્લેયરને અભિનંદન આપ્યા. આજે પહેલી વાર ભૂમિએ હેલ્ધી કોમ્પિટિશનનો પ્રત્યક્ષ દાખલો જોયો. સ્ટેડીયમની બહાર નીકળતા નીકળતા ઋતુના ડેડી બોલ્યા, "આજની ગેમને હું પરફેક્ટ હેલ્ધી કોમ્પિટિશન કહીશ."

બીજા દિવસે ભૂમિ એના બિલ્ડીંગના ફ્રેન્ડ વિશાલ સાથે બેડમિન્ટન રમવા નીચે ઉતરી. બન્ને પોઈન્ટ પોઈન્ટ રમતા હતા. ભૂમિએ શટલ કોક લઈ મારવા હાથ ઊંચો કર્યો, ત્યાં તો વિશાલે એને અટકાવી, "એક મિનિટ ભૂમિ" કહી એ નજીક આવ્યો.

ભૂમિને વિશાલ શું કરી રહ્યો છે એ કંઈ સમજાયું નહીં. ત્યાં તો વિશાલે ભૂમિ તરફ હાથ લંબાવ્યો, ''ઓલ ધ બેસ્ટ ભૂમિ''. ભૂમિને નવાઈ લાગી. એ ખરેખર તો વિશાલને હરાવવાના મૂડમાં હતી. વિશાલને ગુડ લક વિશ કરતો જોઈ એને ગઈ કાલની મેચ યાદ આવી ગઈ. એણે સ્માઈલ સાથે વિશાલને સામે ગુડ લક વિશ કર્યું. વિશ કરતાં જ જાણે એને એવો અનુભવ થયો કે વિશાલ જીતે કે હું જીતુ એમાં કોઈ વાંધો જ નથી. આ હારજીત કંઈ છેલ્લી થોડી છે?

રમવાની શરુઆત કરી. બન્ને ખૂબ ઉત્સાહથી રમતા હતા. છતાં આ વખતે ભૂમિનું ધ્યાન રમવાની સાથે સાથે વિશાલ તરફ વધુ રહેતુ. રમત ક્યારેક ભૂમિના પક્ષમાં તો ક્યારેક વિશાલ તરફ ઢળતી. દરેક વખતે ભૂમિ જોતી કે વિશાલના ઉત્સાહમાં કોઈ ફેર ન પડતો. અંતે ભૂમિના પોઈન્ટસ વધતા ગયા. એના દરેક શોટ વખતે વિશાલ એને 'ગુડ શોટ' કહી નવાજતો. છેલ્લે ભૂમિ જીતી ગઈ. વિશાલે હોંશે હોંશે એને અભિનંદન આપ્યા. એણે વિશાલને પૂછ્યું, ''તુ હારવા છતાં આટલો સ્વસ્થ કેવી રીતે છે?'' વિશાલે કહ્યું, ''કારણ કે જીતવું છે એવું મને પણ હોય જેથી કરીને તું ન જીતે એવું ન હોય.'' બન્ને છૂટા પડ્યા.

ભૂમિ ઘરે ગઈ. જમતા જમતા પણ એને વિશાલ અને ગઈ કાલની મેચ યાદ આવ્યા કરતી હતી. હારવા છતાં વિશાલના મોઢા પર કેટલી મુક્તતા હતી! એને પોતાની હાલત યાદ આવી ગઈ. અશ્મી પોતાના કરતા સારું રમી અને બધા એને અભિનંદન આપવા લાગ્યા ત્યારે એ કેટલી નર્વસ થઈ ગઈ હતી. આ બધું યાદ આવતા એને પોતાની સંકુચિતતા પર શરમ આવવા લાગી. એને હેલ્ધી કોમ્પિટિશનનો અર્થ અને મહત્વ તેમ જ એની સુંદરતા સમજાવા લાગી. એણે મનોમન નક્કી કર્યું કે આજથી હું કોમ્પિટિશન કરીશ પણ હેલ્ધી. કારણ કે

- હેલ્ધી કોમ્પિટિશનમાં બન્ને ટીમ 'જીતવું જ છે' એમ કરીને રમે.
- છતા હારનારને ય આનંદ હોય અને જીતનારને પણ આનંદ હોય.
- હારનાર, જીતનારના ગુણોનો હૃદયથી સ્વીકાર કરે.
- એક બીજા પ્રત્યે ઈર્ષા ન કરે.
- અને સામા પાસેથી શીખવાની તેમ જ સામાને શીખવાડવાની તૈયારી હોય.

ભૂમિને આજે સમજાયું કે કોમ્પિટિશન ખરાબ વસ્તુ નથી. પણ એ હેલ્ધી હોવી જોઈએ. ઈર્ષાનું ઝેર એમાં ભળવું ન જોઈએ તો ઘણી પ્રગતિ થાય.

આ તો જ

કોઈ પણ સારું કરતો હોય તો એનું અપ્રિશિયેટ કરવું કે "બહુ સારુ કર્યું," એટલે તમે આગળ વધવાના.

જે મળ્યું છે એ સુખ નથી ભોગવાતું અને વગર કામનું સ્પર્ધાથી દુઃખ ભોગવે છે. મારી પાસે જે આવ્યું તે મારા પુણ્યનું આવ્યું છે, સામા પાસે વધારે આવ્યું તો એને એના પુણ્યનું મળ્યું.

નવી વાત !

સ્પર્ધાનું દુઃખ એટલે સરસ મજાના બાસમતી રાઈસ બનાવીએ અને ઉપરથી કાંકરા નાખીને ખાઈએ એના જેવું છે. સ્પર્ધા ઊભી થઈ કે નર્યું દુઃખ, દુઃખ ને દુઃખ.

બીજાને શીખવાડો તો તમારું જ્ઞાન દસ ગણું વધે. એને એક આવડે, ત્યારે તમને દસગણું આવડે. એટલે તમારું જ્ઞાન વધારે પ્રગટ થાય. દાખલા તરીકે : તમારો મિત્ર તમને પૂછવા આવે, ''મને આ દાખલો કહીશ ?'' તો આપણે દિલથી શીખવાડવાનું. એવું નહીં વિચારવાનું કે હું એને નહીં શીખવાડું તો એને ઓછા માર્ક્સ આવશે, અને તો મારા માર્ક્સ વધી જશે. એ કપટ નહીં કરવાનું.

એક અનોખી રેસ

ચાલો બાળકો, રનીંગ ટ્રેક પર રેસ માટે ગોઠવાઈ જાઓ ! આ રેસમાં જે જીતશે એને સન-ગ્લાસીસ ઈનામમાં મળશે !
ઓહ નો ! ફરી રેસ ???....
પણ જૈમિન તો રેસનું નામ સાંભળી કૂદી પડ્યો....
સન-ગ્લાસીસ તો કોને ના ગમે ? પણ હું ક્યાં જીતવાનો છું !
અરુણ સરે વ્હીસલ વગાડી અને બધા જ બાળકો દોડવા લાગ્યા...

જેટલી ઝડપથી દોડાય એટલી ઝડપથી આલાપ દોડી રહ્યો હતો... પણ થોડા જ સમયમાં એને બધા જ બાળકોની પીઠ દેખાવવા લાગી અને એની હારની ચાડી ખાવા લાગી !
હે..હે..હે..! હું જીતી ગયો !
અને અરુણ સર પાસે પોતાનું પ્રાઈઝ મેળવવા ગયો.
અ...હં..આટલું જલદી નહીં. આ તો પહેલો રાઉન્ડ હતો. હજી એક રાઉન્ડ બાકી છે.
જૈમિને ધીમો ગણગણાટ કર્યો...
કંઈ નહીં, પહેલો રાઉન્ડ જીતી ગયો, તો બીજો પણ જીતી લઈશ...
ફરી બાળકો લાઈનમાં ગોઠવાઈ ગયા. પણ વ્હીસલ વગાડવાના બદલે અરુણ સરે એક નાનું ઈલેક્ટ્રોનિક સાધન ઊંચું કર્યું.
આ કમ્પ્યુટરાઈઝ્ડ સ્ટોપ-વોચથી, તમને સહુને પહેલા રાઉન્ડમાં ફિનિશ લાઈન સુધી પહોંચવામાં કેટલો સમય લાગ્યો હતો, એ મેં રેકોર્ડ કર્યો છે.

બધા બાળકોના કાન અદ્ધર થઈ ગયા.
...અને હવે જે કોઈ પોતાના પહેલા રાઉન્ડ કરતા બીજા રાઉન્ડમાં ઓછો સમય લેશે તે વિજેતા બનશે.
શું ?? એટલે જે પહેલા નંબરે આવે એ વિજેતા નહીં ?
ના, આ જુદી જાતની રેસ છે. તમે લોકો એક બીજા સાથે નહિ, પણ પોતાની જાત સાથે જ કોમ્પિટિશન કરી રહ્યા છો. ચાલો, હવે બધા રેડી ?
અરુણ સરે વ્હીસલ વગાડી...
આજે પહેલી વાર રેસમાં મને મજા આવે છે. આજે પહેલી વાર, કોણ મારી આગળ કે પાછળ છે, એમાં મારું ધ્યાન નથી.
મારા લક્ષમાં તો એ જ છે કે હું પહેલા કરતા વધુ સારું કરી રહ્યો છું કે નહીં.
રેસ પૂરી થઈ. બધા જ બાળકો આશાસ્પદ નજર સાથે અરુણ સરની આજુબાજુ ગોઠવાઈ ગયા.

જાણો છો, તમે સહુએ આ રાઉન્ડમાં, અગાઉના રાઉન્ડ કરતા વધુ સારું પરફોર્મ કર્યું છે. એનો અર્થ, તમે બધા જ વિજેતા છો !
એમ કહી અરુણ સરે બધાને જ એક એક સન-ગ્લાસ આપ્યા. સન-ગ્લાસીસ પહેરીને આલાપને જાણે એક નવી જ દૃષ્ટિ મળી...
કે.... કોમ્પિટિશનનો અર્થ ફક્ત બીજાથી આગળ નીકળવું એ જ નથી, પણ પોતાના જ પાછલા પરફોર્મન્સ કરતા વધુ સારું કરવું એ પણ છે....
એ દિવસથી આલાપ ક્યારેય કોમ્પિટિશનથી ગભરાતો કે કંટાળતો નહીં. અને હંમેશા પોતાનું પરફોર્મન્સ કઈ રીતે સુધરે એના પર જ ધ્યાન આપતો.

તમારી જાતને ચકાસી જુઓ !

મિત્રો, આ અંકમાં આપણે હેલ્ધી કોમ્પિટિશન વિષે સમજણ મેળવી. તો ચાલો, હવે એ સમજણનો ઉપયોગ કરીએ. નીચે આપેલા દરેક પ્રસંગનો સ્ટડી કરો.

૧. જાપાનીઝ કરાટે ક્લબની કોમ્પિટિશનમાં ભાગ લેવા ગૌતમ અને એના મિત્ર વિશાલની પસંદગી કરવામાં આવી. ગૌતમની ભજવણીને પ્રેક્ષકોએ તાળીઓના ગડગડાટથી વધાવી લીધી પણ કોમ્પિટિશનમાં ફર્સ્ટ પ્રાઈઝ વિશાલને મળ્યું. આ જોઈ ગૌતમ ખૂબ નિરાશ અને નાસીપાસ થઈ ગયો.

૨. ફૂટબોલની રમતમાં તપસને ખૂબ મજા આવી રહી હતી. પણ અડધી ગેમ પતી ત્યાં તો તપસની બધી મજા ઊડી ગઈ, અને એને ઈર્ષાનું દુઃખ વળગી પડ્યું. કારણ એમ હતું કે અડધી ગેમ સુધીમાં તપસથી એક ગોલ નહોતો થયો અને તેના મિત્ર કાર્તિકે ત્રણ ગોલ કરી નાખ્યા હતા.

૩. સ્મિતને એમ હતું કે પોતે લતા ટીચરનો ફેવરેટ સ્ટુડન્ટ છે. પણ જ્યારથી મીત એના ક્લાસમાં આવ્યો ત્યારથી એને થવા લાગ્યું કે ટીચર મીત ઉપર વધુ રાજી રહે છે. આવા વિચારથી સ્મિતને મીત પ્રત્યે દ્વેષ અને ઈર્ષા થવા લાગી.

૪. સ્નેહાને લાગતું કે મમ્મી-પપ્પા એના કરતા એની નાની બહેન નેહા ને વધુ ચાહે છે. નેહા હંમેશા ભણવામાં અને બીજી પ્રવૃતિઓમાં સ્નેહા કરતા આગળ નંબર લાવતી.

જે દિવસે નેહાને પેન્ટિંગ કોમ્પિટિશનમાં પ્રાઈઝ મળ્યું, તે દિવસે સ્નેહાના નેહા પ્રત્યે ખૂબ ભાવ બગડ્યા. "કેમ કરીને નેહાનું નીચું પાડું," એ વિચારોમાં એ ખોવાઈ ગઈ. અને છેવટે એને નેહાનું પેન્ટિંગ ફાડી નાખવાનું મન થયું.

૫. જ્યારથી નવો છોકરો અપૂર્વ, હર્ષના ક્લાસમાં દાખલ થયો હતો ત્યારથી હર્ષનું વર્તન ખૂબ જ અતડું થઈ ગયું. અપૂર્વ ભણવા અને સ્પોર્ટ્સમાં ખૂબ આગળ હતો અને થોડા જ દિવસોમાં એણે એના ક્લાસના બધા વિદ્યાર્થીઓ સાથે મિત્રતા પણ કરી નાખી હતી.

હર્ષને એવો ડર પેસી ગયો કે અપૂર્વ એના બેસ્ટ ફ્રેન્ડને એની પાસેથી છીનવી લેશે. આવી અસલામતીના કારણે એણે બધા સાથે વાતચીત ઓછી કરી નાખી.

બરાબર સ્ટડી કર્યા ને ? હવે શોધી કાઢો કે નીચે આપેલી કઈ સમજણ વડે, ઉપરના પ્રસંગોને હેલ્ધી કોમ્પિટિશનમાં ફેરવી શકાય. એટલે કે શોધી કાઢો કે કઈ સમજણ કઈ વ્યક્તિને લાગુ પડે છે. દરેક સમજણ સામે યોગ્ય વ્યક્તિનું નામ લખો. એકથી વધુ નામ પણ લખી શકાય.

સમજણ નં

૧. કોઈનું ખરાબ કરવાનો ભાવ થયો, તો છેવટે આપણું જ ખરાબ થાય. એટલે, હું 'એનું સારું

થાઓ' એવી જ ભાવના કરીશ અને હું મારી રીતે ડબલ પ્રયત્ન કરીશ.
૨. હું એના સારા ગુણોનો હૃદયથી સ્વીકાર કરીશ. એ ગુણોને એપ્રિશિયેટ કરીશ અને સહુની સાથે હળીમળીને રહીશ.
૩. મને જે મળ્યું એ મારા પુણ્યનું મળ્યું અને એને જે મળે છે એ એને એના પુણ્યનું મળે છે. હું એના માટે રાજી થઈશ અને હજું એને વધુ મળે એવી ભાવના કરીશ.
૪. મારે એની સાથે કોમ્પિટિશન કરવાની ક્યાં જરૂર છે ? મારી શક્તિ પ્રમાણે મને પરિણામ મળ્યું અને એની શક્તિ પ્રમાણે એને પરિણામ મળ્યું. હું એના માટે પણ રાજી જ છું.
૫. 'મારે સારું પરફોર્મ કરવું જ છે.' એમ વિચારીને હું રમીશ. પણ કોઈની સાથે કમ્પેર કરીને, હું રમતની મજા શું કામ બગાડું ? એની સાથે કમ્પેર કરવાને બદલે હું અનુમોદન કરીશ કે "બહુ સારું કર્યું"

જવાબ:

સમજણ નં –

૧-સ્નેહા, ૨-હર્ષ, ૩- સ્મિત, ૪-ગૌતમ, ૫-તપસ

સત્ય ઘટના

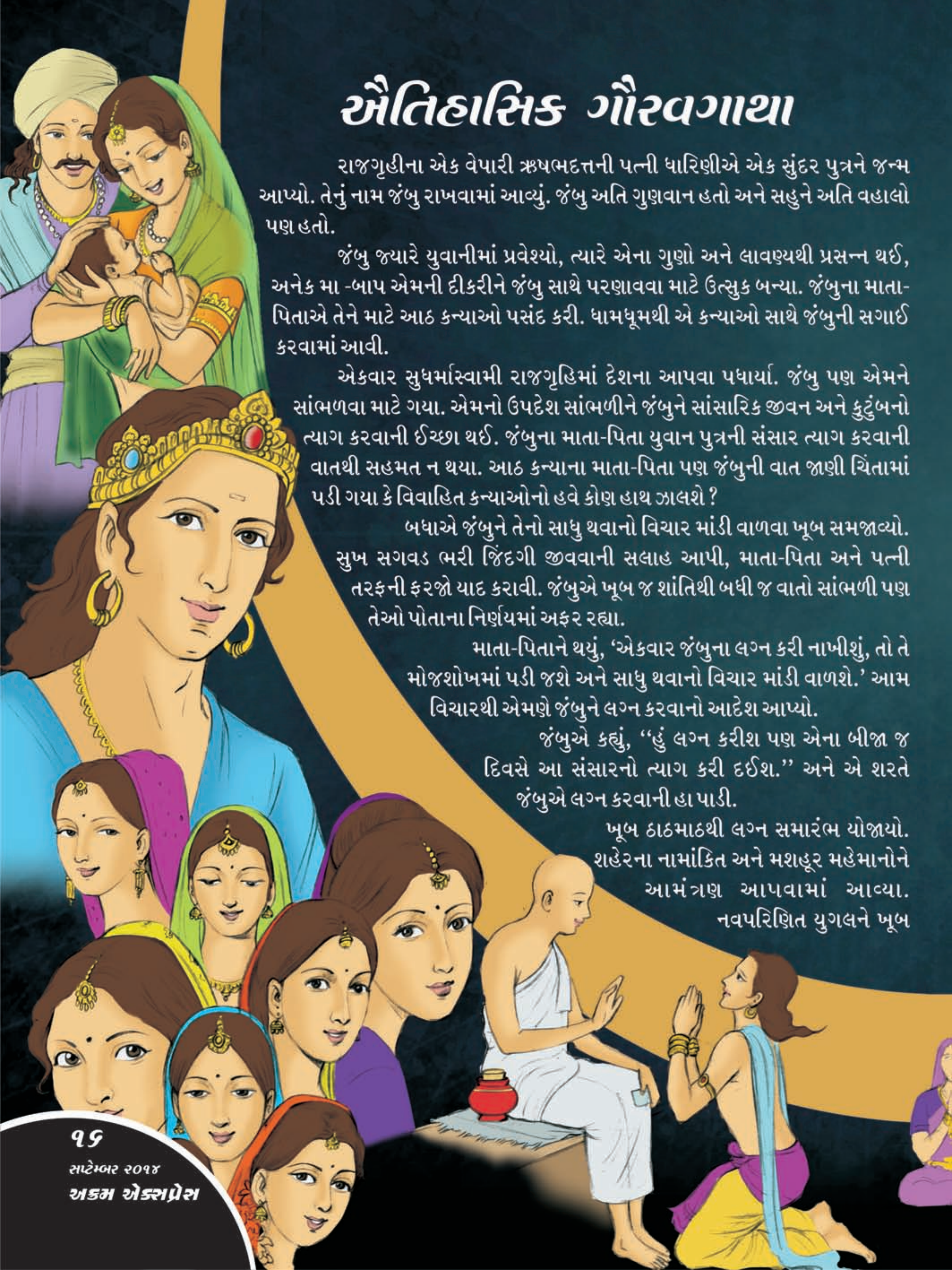
ડીસેમ્બર ૨, ૨૦૧૦ના દિવસે, સ્પેનીશ ક્રોસ-કન્ટ્રી રેસ વખતે, સ્પોર્ટસ જગતે સ્પોર્ટ્સ-મેન સ્પીરીટનો એક અનોખો દાખલો જોયો.

રેસમાં, સ્પેનના ઈવાન ફેર્નાન્ડીઝ, બીજા નંબરે દોડી રહ્યા હતા અને કેન્યાના ઈવાન મુતાઈ પહેલા નંબરે હતા.

ફિનિશ લાઈન ઓળંગી લીધી છે, એમ વિચારીને ઈવાન મુતાઈ ભૂલથી ફિનિશ લાઈનથી ૧૦ મીટર પહેલા જ થંભી ગયા. પણ ફેર્નાન્ડીઝે, મુતાઈની આ ભૂલનો ગેરલાભ ના લીધો. તેઓ જ્યારે મુતાઈની નજીક પહોંચ્યા ત્યારે મુતાઈ કરતા આગળ દોડી જવાને બદલે, તેમણે પાછળથી જ, મુતાઈને હજુ આગળ દોડવા માટે ઈશારો કર્યો. અને મુતાઈને ફિનિશ લાઈન પહેલા ક્રોસ કરવા દીધી.

જ્યારે ફેર્નાન્ડીઝને પૂછવામાં આવ્યું કે તેઓએ આમ શા માટે કર્યું, ત્યારે ફેર્નાન્ડીઝે જવાબ આપ્યો, "ખરેખર મુતાઈ જ વિજેતા હતા. જો મુતાઈ ભૂલથી થોભી ના ગયા હોત તો હું મારી અને એમની વચ્ચેનું અંતર ના કાપી શક્યો હોત. અને મારે એમની ગેરસમજણનો ફાયદો લઈને જીત નહોતી મેળવવી."

લોકોએ તાળીઓના ગડગડાટથી ફર્નાન્ડીઝને વધાવી લીધા.



ઐતિહાસિક ગૌરવગાથા

રાજગૃહીના એક વેપારી ઋષભદત્તની પત્ની ધારિણીએ એક સુંદર પુત્રને જન્મ આપ્યો. તેનું નામ જંબુ રાખવામાં આવ્યું. જંબુ અતિ ગુણવાન હતો અને સહુને અતિ વહાલો પણ હતો.

જંબુ જ્યારે યુવાનીમાં પ્રવેશ્યો, ત્યારે એના ગુણો અને લાવણ્યથી પ્રસન્ન થઈ, અનેક મા -બાપ એમની દીકરીને જંબુ સાથે પરણાવવા માટે ઉત્સુક બન્યા. જંબુના માતા-પિતાએ તેને માટે આઠ કન્યાઓ પસંદ કરી. ધામધૂમથી એ કન્યાઓ સાથે જંબુની સગાઈ કરવામાં આવી.

એકવાર સુધર્માસ્વામી રાજગૃહિમાં દેશના આપવા પધાર્યા. જંબુ પણ એમને સાંભળવા માટે ગયા. એમનો ઉપદેશ સાંભળીને જંબુને સાંસારિક જીવન અને કુટુંબનો ત્યાગ કરવાની ઈચ્છા થઈ. જંબુના માતા-પિતા યુવાન પુત્રની સંસાર ત્યાગ કરવાની વાતથી સહમત ન થયા. આઠ કન્યાના માતા-પિતા પણ જંબુની વાત જાણી ચિંતામાં પડી ગયા કે વિવાહિત કન્યાઓનો હવે કોણ હાથ ઝાલશે ?

બધાએ જંબુને તેનો સાધુ થવાનો વિચાર માંડી વાળવા ખૂબ સમજાવ્યો. સુખ સગવડ ભરી જિંદગી જીવવાની સલાહ આપી, માતા-પિતા અને પત્ની તરફની ફરજો યાદ કરાવી. જંબુએ ખૂબ જ શાંતિથી બધી જ વાતો સાંભળી પણ તેઓ પોતાના નિર્ણયમાં અફર રહ્યા.

માતા-પિતાને થયું, 'એકવાર જંબુના લગ્ન કરી નાખીશું, તો તે મોજશોખમાં પડી જશે અને સાધુ થવાનો વિચાર માંડી વાળશે.' આમ વિચારથી એમણે જંબુને લગ્ન કરવાનો આદેશ આપ્યો.

જંબુએ કહ્યું, "હું લગ્ન કરીશ પણ એના બીજા જ દિવસે આ સંસારનો ત્યાગ કરી દઈશ." અને એ શરતે જંબુએ લગ્ન કરવાની હા પાડી.

ખૂબ ઠાઠમાઠથી લગ્ન સમારંભ યોજાયો. શહેરના નામાંકિત અને મશહૂર મહેમાનોને આમંત્રણ આપવામાં આવ્યા. નવપરિણિત યુગલને ખૂબ

જ કિંમતી ભેટ-સોગાદો આપવામાં આવી. રાજગૃહી નગરીએ કદી આવો ભવ્ય લગ્નસમારંભ જોયો નહોતો. આવી સુંદર અને સોહામણી કન્યાઓ સાથે લગ્ન કરવા બદલ સહુ જંબુને અભિનંદન આપતા.

પણ આ બધા વૈભવની જંબુ પર કોઈ અસર ના થઈ. બીજા દિવસે સંસાર છોડીને સાધુ થવાના પોતાના નિર્ણયમાં તેઓ મક્કમ હતા. તેઓને પોતાની પત્નીઓને પણ સાધુ જીવન જીવવા માટે તૈયાર કરવી હતી.

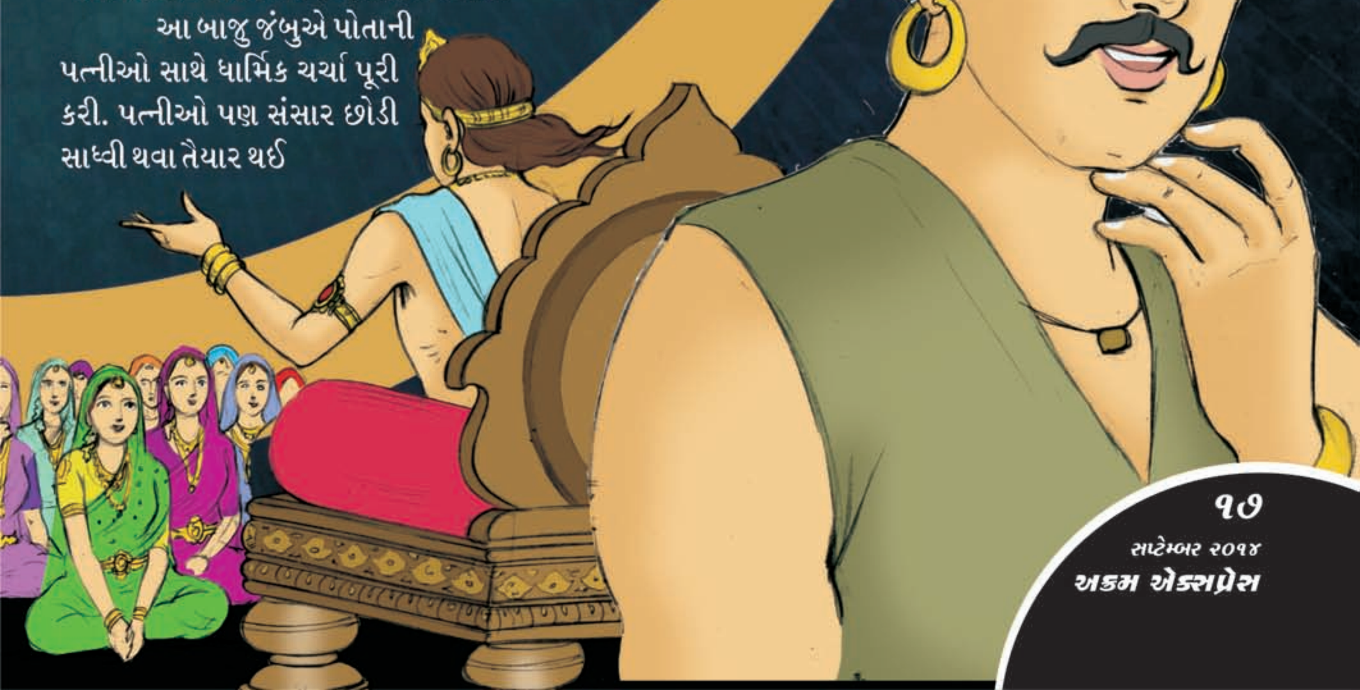
લગ્નની રાત્રે તેઓ તેમની પત્નીઓને ધર્મ સંબધી વાતો કરી રહ્યા હતા. ત્યારે પ્રભવ નામનો મહાચોર તેના ૫૦૦ સાથીઓ સાથે ચોરીના ઈરાદે જંબુના મહેલમાં પ્રવેશ્યો. એ રાજગૃહીની બાજુમા આવેલા વિંધ્ય રાજ્યનો રાજકુમાર હતો. પિતા સાથે મતભેદ થતાં એણે રાજ્ય છોડી દીધું અને ચોર બની ગયો. એ પાવરધો અને કુશળ ચોર હતો. કોઈને પણ મૂર્છામાં નાખી દઈને ગમે તેવા તાળાં તોડતો. જંબુના મહેલમાં આવીને તેને લગ્નમાં મળેલી અઢળક સંપત્તિની ચોરી કરવી હતી.

જ્યારે એ મહેલમાં પ્રવેશ્યો ત્યારે એણે જંબુને એની પત્નીઓ સાથે ત્યાગની ચર્ચા કરતા સાંભળ્યા. એ પણ બારણમાં ખૂબ નજીક આવીને જંબુની વાતો સાંભળવા લાગ્યો. જંબુના શબ્દો એવા અસરકારક હતા કે એ ત્યાંથી ખસી જ ના શક્યો અને ત્યાં જ ઊભો રહી ગયો.

પ્રભવને થયું, 'હું સંપત્તિની ચોરી કરવા માટે આકરી મહેનત કરું છું જ્યારે આ તો મળેલી સંપત્તિનો ત્યાગ કરવાની વાતો કરે છે.'

આ દરમિયાન પ્રભવના સાથીદારો મહેલના અન્ય સ્થળેથી ચીજ વસ્તુઓની ચોરી કરીને પ્રભવ પાસે આવ્યા. પણ જંબુની વાતો સાંભળીને પ્રભવને સંપત્તિની લાલસા રહી નહોતી. એ ચોરની જિંદગી છોડી દેવા તૈયાર થયો. એણે એના મિત્રોને પોતાનો વિચાર જણાવ્યો અને મિત્રોને જે ગમે તે કરવાની છૂટ આપી, એના મિત્રો એને છોડીને જવા તૈયાર નહોતા.

આ બાજુ જંબુએ પોતાની પત્નીઓ સાથે ધાર્મિક ચર્ચા પૂરી કરી. પત્નીઓ પણ સંસાર છોડી સાધ્વી થવા તૈયાર થઈ



ગઈ. તે જ સમયે પ્રભવે ઓરડામાં આવીને એની હકીકત જણાવતા કહ્યું કે એને પણ સાધુ જીવન સ્વીકારવું છે.

આમ પ્રભવ અને એના ૫૦૦ મિત્રો પણ જંબુના પગલે ચાલી નીકળ્યા અને જંબુના શિષ્યો બની ગયા.

રાજગૃહીના લોકો સવારે જાગ્યા ત્યારે ચોંકાવનારા સમચાર મળ્યા કે જંબુ, તેની આઠ પત્નીઓ, પ્રખ્યાત ઘરફોડ ચોર પ્રભવ અને તેના ૫૦૦ સાથીદાર એ જ દિવસે સંસાર છોડી સાધુ થવાના છે. જંબુના માતા-પિતા પોતાનો ઈરાદો પૂરો ન થવાથી ખૂબ નાસીપાસ થઈ ગયા. આખરે તેઓ તથા આઠ પત્નીના માતા-પિતા પણ જંબુએ આપેલા સંદેશાનું મહત્વ સમજ્યા અને જંબુ સાથે સાધુ જીવન અપવાની લીધું. સહુ દીક્ષા ગ્રહણ કરવા જઈ રહ્યા હતા ત્યારે રસ્તામાં સુધર્માસ્વામી મળ્યા.

સુધર્માસ્વામીને નમસ્કાર કરી સહુ તેમના શિષ્યો બની ગયા. પ્રભવ અને તેના ૫૦૦ સાથીદાર જંબુના શિષ્યો બન્યા.

જંબુસ્વામીએ પાછળથી મહાવીરના બધા જ ઉપદેશનો અભ્યાસ કર્યો. તેઓએ જૈન ધર્મના શાસ્ત્રોની રચના કરી, જે મોટા ભાગે સુધર્માસ્વામી અને જંબુસ્વામી વચ્ચેના સંવાદ સ્વરૂપે છે.

સુધર્માસ્વામીને કેવળજ્ઞાન થયા બાદ જંબુસ્વામી ધાર્મિક સંપ્રદાયના વડા બન્યા. ૪૪ વર્ષ સુધી આ સ્થાન નિભાવ્યા બાદ જંબુસ્વામીએ કેવળજ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યું. વર્તમાન આરાના તેઓ છેલ્લા કેવળી હતા.

૮૦ વર્ષની ઉંમરે તેઓ નિર્વાણ પામ્યા.

મીઠી યાદેં

નીરુમાની સાથેનો એક પ્રસંગ છે. એમના રૂમમાં જ્યાં સીમંધરસ્વામી ભગવાન રાખ્યા હતા. એની આજુબાજુ કાચના નાના નાના હાથી રાખ્યા હતા. એક બેન રોજ મુજબ ભગવાનને કપડાથી લૂછી રહી હતી. ત્યાર બાદ હાથી લૂછવા જતાં, એક હાથી એના હાથમાંથી છટકીને પડી ગયો અને એની સૂંઢ તૂટી ગઈ. એ બેનથી પહેલાં પણ ઘણી વાર કાચની વસ્તુઓ ફૂટી હોવાથી નીરુમા કાયમ એને 'કાચ તોડ' કહેતા.

ફરી એક વાર કાચની વસ્તુ તૂટવાથી બેનને ટેન્શન થઈ ગયું કે હવે શું કરશું ? નીરુમાને શું કહીશ ? એ ડરી ગઈ. એણે ફેવિસ્ટિક વડે સૂંઢ ચીટકાડવાના પ્રયત્નો કર્યા, બીજા પાસે પણ કરાવડાવ્યા પણ સૂંઢ ન ચીટકી. તૂટેલો હાથી ભગવાન પાસે જ રાખ્યો હતો.

બેને નક્કી કર્યું હતું કે નીરુમાને કહેવું છે પણ ડર લાગતો હતો. બે-ત્રણ વાર કહેવાની ટ્રાય કરી પણ હિંમત ન ચાલી. આમ કરતા સાંજ થઈ, રાત પડી ગઈ.

રાત્રે જમ્યા બાદ નીરુમા રિલેક્સ બેઠાં હતા ત્યારે પેલી બેન નીરુમા પાસે ગઈ અને કહ્યું, "નીરુમા, આજે મારાથી કાચનો હાથી તૂટી ગયો છે."

આ સાંભળી નીરુમા જોરજોરથી હસવા લાગ્યા. એમણે પ્રેમથી એ બેનને, હાથી છેક ક્યાંથી લાવ્યા હતા અને કેટલું સંભાળીને લાવ્યા હતા એની વાત કરી. વઢવાની બદલે નીરુમાને વાતો કરતા જોઈ એ બેનનો ડર ભાગી ગયો અને તેઓ ફરી નીરુમાની સેવામાં લાગી ગયા.

થોડી વાર પછી નીરુમાએ એ બેનને બોલાવી પ્રસાદી રૂપે એક ટોવેલ આપતા કહ્યું, "તે સાચું કહી દીધું એટલે તને આ મારી પ્રસાદી છે."

બેન તો બહુ જ ખુશ થઈ ગયા. નીરુમા પાસેથી ટોવેલ લઈ એ જતી હતી, ત્યારે નીરુમા હસતા હસતા મીઠી ટકોર કરતા બોલ્યા, "જોજે, પાછું પ્રસાદી મળે એના માટે તોડફોડ ના કરતી."

અને નીરુમા અને બેન, બન્ને હસી પડ્યા.

Akram Express

September 2014
Year : 7, Issue : 1
Conti. Issue No.: 73

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 31-12-2014
Posted at AHD. P.S.O. Sorting Office Set-1
on 08th of every month

પૂજ્યશ્રીની નિશ્રામાં સીમંધર સીટીમાં ઉજવાયેલ જન્માષ્ટમીની ઉજવણી

અક્રમ એક્સપ્રેસના સભ્યો માટે સૂચના

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 મૅગેઝિન 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.