દાદા ભગવાન પરિવારનું

જાન્યુઆરી ૨૦૨૪

પ્રતિ પ્રત ભાવ : ₹ ૨૦/-

અક્રમ એક્સપ્રેસ

સંપાદકીય

બાળમિત્રો,

જેમ ટીચર્સ ડે, ચિલ્ડ્રન્સ ડે, ફ્રેન્ડશિપ ડે ઊજવાય છે, એમ કોઈક દિવસ 'નો એન્ગર ડે' ઊજવાય તો ? કેવી મજા પડી જાય ને ! તે દિવસે આપણા પર કોઈ ગુસ્સે ના થાય અને આપણે કોઈના પર ગુસ્સે ન થઈએ.

ગુસ્સે ન થવામાં જો આટલી મજા હોય તો પછી આપણે ગુસ્સે કેમ થઈ જઈએ છીએ ? ચાલો, આ અંકમાં દાદાશ્રીની સમજણ, વાર્તાઓ અને ઍક્ટિવિટિઝ દ્વારા ગુસ્સાના કારણ સમજીએ. ડિટેક્ટિવ ટીમે કેસ સૉલ્વ કરતા કરતા, ગુસ્સાનો કયો કેસ સૉલ્વ કરી દીધો ? સોફિયાએ ગુસ્સામાં કેવી ભૂલ કરી ? સૂર્યમંડળના ગ્રહોને ગુસ્સો કેમ આવ્યો ? નાનકડી બેબીએ પૂજ્યશ્રી સાથે શું વાતો કરી ?

તો આ અંકમાં આ બધા પ્રશ્નોના ઉકેલમાં આપણે ગુસ્સાના કારણો સમજીએ અને આવતા અંકે ગુસ્સાના ઉપાય સમજીશું.

- ડિમ્પલ મહેતા

કેમ આવે છે ગુસ્સો ?

વર્ષ : ૧૬, અંક : ૦૫
સળંગ અંક : ૧૮૫
જાન્યુઆરી ૨૦૨૪

સંપર્ક સૂત્ર :
બાળવિજ્ઞાન વિભાગ
ત્રિમંદિર સંકુલ, સીમંધર સીટી,
અમદાવાદ-કલોલ હાઈવે,
મુ.પો. - અડાલજ,
જી.ગાંધીનગર-૩૮૨૪૨૧,ગુજરાત.
ફોન : ૯૩૨૮૬૬૧૧૬૬/૭૭
email:akramexpress@dadabhagwan.org
Website: kids.dadabhagwan.org

Editor: Dimple Mehta

Printer & Published by
Dimple Mehta on behalf of
Mahavideh Foundation
Simandhar City, Adalaj - 382421.
Taluka & Dist - Gandhinagar

Owned by and Published from
Mahavideh Foundation
Simandhar City, Adalaj - 382421.
Taluka & Dist - Gandhinagar

Printed at
Amba Multiprint
Opp. H B Kapadiya New High School,
Chhtral-Pratappura Road,
At-Chhatral, Tal. Kalol
Dist. Gandhinagar – 382729.

© 2024, Dada Bhagwan Foundation
All Rights Reserved

અક્રમ એક્સપ્રેસ

લવાજમ (ગુજરાતી)
વાર્ષિક સભ્ય
ભારત : ૨૦૦ રૂપિયા
પાંચ વર્ષ
ભારત : ૧,૦૦૦ રૂપિયા
D.D. / M.O. 'મહાવિદેહ ફાઉન્ડેશન'ના નામે મોકલવો.

દાદાજી કહે છે...

પ્રશ્નકર્તા : માણસની અંદર ક્રોધ થવાનું મુખ્ય કારણ શું હોઈ શકે ?

દાદાશ્રી : દેખાતું બંધ થઈ જાય એટલે. માણસ ભીંતને ક્યારે અથડાય ? જ્યારે એને ભીંત દેખાતી ના હોય ત્યારે અથડાઈ પડે ને ? એવું મહીં દેખાતું બંધ થઈ જાય (સમજણ ના પડે) એટલે માણસથી ક્રોધ થઈ જાય. હા, કંઈ સૂઝ ના પડે ત્યારે માણસ ગુસ્સે થઈ જાય.

આપણું ધાર્યું ના થાય, આપણી વાત સામો સમજતો ના હોય, ડિફરન્સ ઑફ વ્યૂ પૉઈન્ટ થાય, ત્યારે ક્રોધ થઈ જાય. ઘણીવાર આપણે સાચા હોઈએ અને કોઈ આપણને ખોટા પાડે તો ક્રોધ થઈ જાય. પણ, આપણે આપણા વ્યૂ પૉઈન્ટથી ને ? સામાના વ્યૂ પૉઈન્ટથી એય પોતાને સાચો જ માને ને ?

પોતે ક્રોધ કરે ત્યારે એવું જોવું જોઈએ કે, આપણી ઉપર કોઈ ક્રોધ કરે તો આપણને ગમે કે ના ગમે ? આપણને જેટલું ગમે એટલું જ બીજા જોડે વર્તન કરવું.

આ બધું ક્રોધ ને ચીડ, એ બધી નબળાઈઓ છે, ખાલી વીકનેસ છે. ગરમ થવું એટલે શું ? કે પોતે પહેલા સળગવું અને પછી સામાને બાળી મેલવું. બળતરા કોને ગમે ? કોઈ એવું કારણ નથી કે ત્યાં ક્રોધ કરવાની જરૂર હોય.

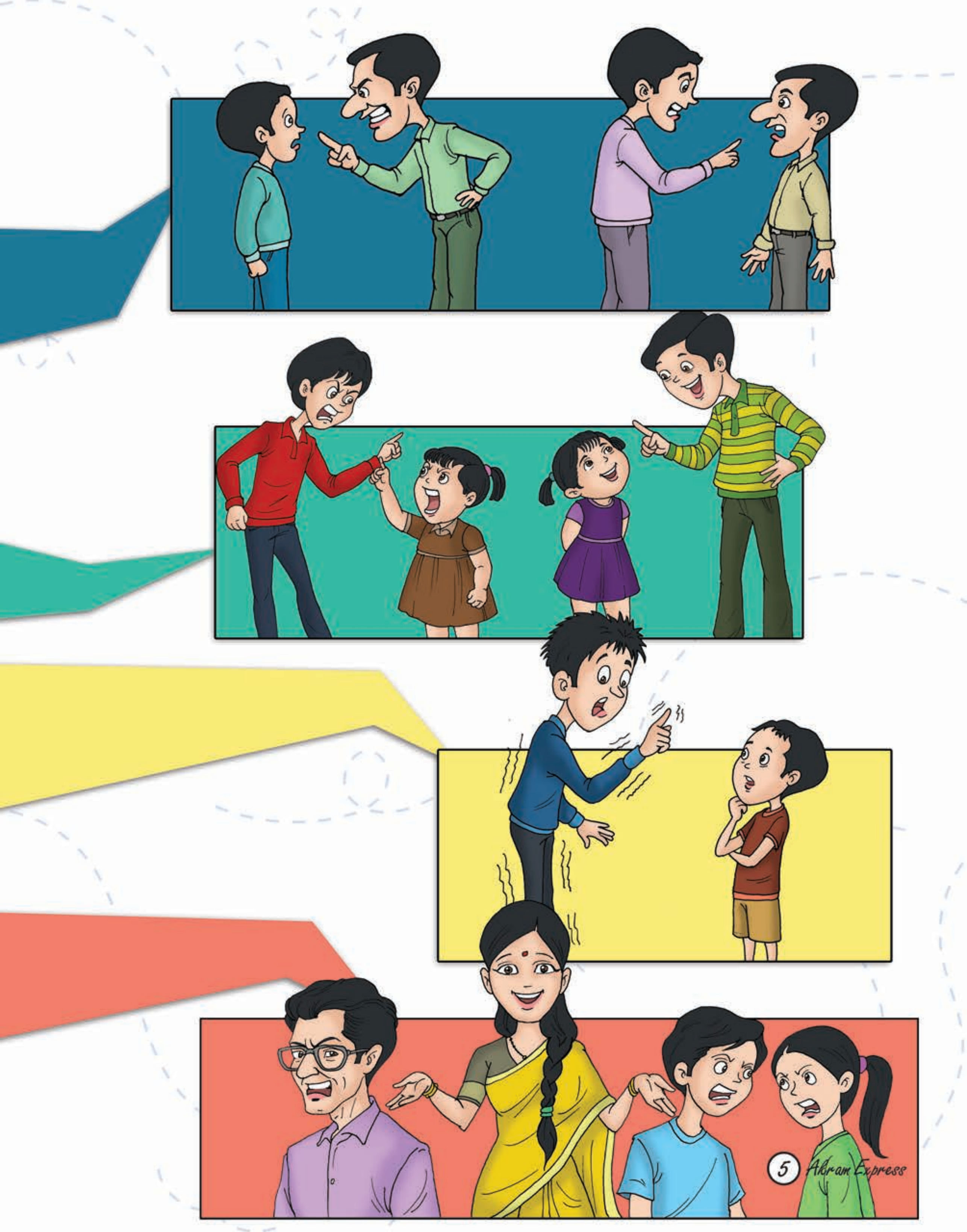
આ તો નવી જ વાત !

જેની પ્રત્યે ક્રોધ થાય, તેને દુઃખ થાય, તે પછી વેર બાંધે. એટલે પછી, આવતે ભવ પાછો ભટકાય.

ક્રોધ એ નબળાઈ છે. જેનામાં નબળાઈ ના હોય તેની પર્સનાલિટી પડે ! એ તો સાધારણ કહે ને, તોય બધા એની વાત માની જાય.

ક્રોધ થાય ત્યારે હાથ-પગ ધ્રૂજે, શરીરેય ના પાડે કે આપણને આ શોભે નહીં.

ઘરમાં પહેલો નંબર કોનો આવે ? જે ચિઢાય નહીં એનો. દા.ત. : જો ઘરમાં મમ્મી કોઈના પર ક્રોધ ના કરતા હોય, તો તેઓ બધાને સહુથી વધારે પ્રિય હોય.



ડિટેક્ટિવ ટીમ

મોનૉપોલીની ગેમ જામી હતી. નિત્તલે પાસો ફેંક્યો. સિડ એકીટસે પાસાને જોઈ રહ્યો હતો. પાસો સ્થિર થયો. નિત્તલની કાર 'ફ્લિટ સ્ટ્રીટ' પર આવી અને ગેમના રૂલ્સ પ્રમાણે એણે એ જગ્યા ખરીદી લીધી. આ જોઈ સિડે એના હાથ પલંગ પર એટલા જોરથી પછાડ્યા કે ગેમનું સેટ-અપ હલી ગયું. 'નો વે, આ પ્રૉપર્ટી મારે જોઈતી હતી. તું એ ના લઈ શકે.'

રમતી વખતે અકળાઈ જવું, એ સિડ માટે કોઈ નવી વાત નહોતી. યુગે સિડને શાંત પાડતા કહ્યું, 'રિલૅક્સ સિડ, આ તો બધું લક છે, આજે નિત્તલનો લકી ડે છે.' ત્યાં તો ડૉર બેલ વાગી. એમનો ક્લાસમૅટ ચિરાગ હતો.

ચોક કલર્સ ચોરાઈ ગયા.

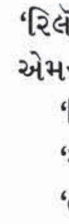
'સિડ, મારા ચૉક કલર્સ ચોરાઈ ગયા.' આવતાની સાથે એ બોલી ઊઠ્યો.

'ઓહ ! આજે જ તું જે ક્લાસમાં નવા લાવ્યો હતો, તે ?' સિડને નવાઈ લાગી.

'હા, એ જ.'

'પણ તને કેવી રીતે ખબર કે ચોરાઈ ગયા ? તું ક્યાંક ભૂલી ગયો હોય તો ?' સિડે પૂછ્યું.

નિત્તલ અને યુગ ધ્યાનથી ચિરાગ અને સિડની વાતો સાંભળી રહ્યા હતા.



'હું ક્યાંય નથી ભૂલી ગયો. મને બરાબર યાદ છે કે ડ્રૉઈંગ ક્લાસ પછી મેં મારી બૅગમાં કલર્સ મૂક્યા હતા. ઘરે જઈને જોયું તો બૅગમાં હતા જ નહીં ! અને તને તો ખબર છે કે એ લંડનના કલર્સ હતા. મને લાગે છે કે કોઈએ લઈ લીધા છે. પ્લીઝ મને મારા કલર્સ શોધવામાં હેલ્પ કરો.' ચિરાગે વિનંતી કરી.

સિડે યુગ અને નિત્તલ તરફ જોયું. બન્નેએ મોઢું હલાવીને મૌન સ્વીકૃતિ આપી. ગયા વર્ષે ત્રણેવે મળીને 'લન્ચ બૉક્સ ચોર'ને શોધ્યો હતો. અને હવે એક નવું રહસ્ય ઉકેલવાની તક ફરી ત્રણેવને મળી છે.

'ઓકે, ચિરાગ તને કોઈ પર શંકા છે ?' સિડે ડિટેક્ટિવ હૅટ પહેરીને કામગીરી શરૂ કરી.

'હા, પહેલો છે વ્યોમ. એ મારી બાજુમાં બેસે છે અને સવારે એ મારા કલર્સને ધારી ધારીને જોઈ રહ્યો હતો.' ચિરાગે કહ્યું.

'નિત્તલ, નોટ્સ લખે છે ને ?' સિડે પૂછ્યું.

નિત્તલે ચોપડીમાં જ માથું રાખીને 'હા' કહ્યું.

'અચ્છા, એ પણ લખ કે વ્યોમ ચિરાગની બાજુમાં બેસે છે એટલે કલર્સ ઉપાડવા એના માટે સહેલા હતા.' સિડે કહ્યું.

કલર્સ ઉપાડવા એના માટે સહેલા હતા.

'અરે ભૈયા, એમાં શું લખવાનું ! એ તો સમજાય એવી વસ્તુ છે.' નિત્તલે કહ્યું.

સિડ અકળાઈ ગયો, 'હું મોટો છું કે તું ?'

નિત્તલે મજાક કરી, 'ભૈયા, ભૂલી ગયા ? આપણે ટ્વિન્સ છીએ.'

સિડ અકળાઈ ગયો, 'તને કહ્યું કે લખ, એટલે લખ. એમાં આર્ગ્યુમેન્ટ કેમ કરે છે ?'

નિત્તલ ગભરાઈ ગઈ અને એણે લખી કાઢ્યું. યુગે હસતા હસતા કહ્યું, "આ કેસ સાથે આપણે એક વધારે અઘરો કેસ સૉલ્વ કરવાનો છે. 'મિસ્ટર સિડ કો ગુસ્સા ક્યોં આતા હૈ ?' "

આ સાંભળી નિત્તલ હસી પડી અને સિડને વધારે ગુસ્સો આવ્યો, 'મારી મજાક ઉડાવીને તમારે ખુશ થવું હોય તો થાવ. મારે તમારી સાથે કામ જ નથી કરવું.'

અઘરો કેસ સોલ્વ કરવાનો છે.

'અરે સિડ, ગુસ્સે ના થઈશ. હું તો બસ આમ જ બોલી ગયો. સૉરી યાર. ચલ, આપણે કોઈ આઈડિયા વિચારીએ.' યુગે સિડને મનાવવા કહ્યું.

પણ સિડે કોઈ જવાબ ના આપ્યો. સિડ ગુસ્સે થાય પછી એની પાસે વિચારવાની શક્તિ જ ક્યાં રહેતી હતી. એની અંદર એવી આગ બળવા લાગતી હતી કે એને આઈડિયા આવવાનું બંધ થઈ જતું હતું.

'ચિરાગ, તારી ડ્રૉઈંગ બુક બતાવ' યુગે કહ્યું. ચિરાગે ડ્રૉઈંગ બુક કાઢીને આપી.

યુગે પહેલું ડ્રૉઈંગ ખોલીને પૂછ્યું, 'આ ડ્રૉઈંગ પેલા કલર્સથી કરેલું છે ?'

ચિરાગે નિસાસો ખાઈને 'હા' કહ્યું.

'આ ડ્રૉઈંગમાંથી ચૉકલેટની સ્મેલ કેમ આવી રહી છે ? એના પર કંઈ ઢોળાયું હતું ?' યુગે પૂછ્યું.

ચૉકલેટી સ્મેલવાળા કલર્સ

'ના ના, એ તો ચૉકલેટી સ્મેલવાળા કલર્સ છે. મસ્ત છે ને ?' પોતાના ક્રેયોન્સને યાદ કરીને ચિરાગના ચહેરા પર સ્માઈલ આવી ગઈ.

સિડનો ગુસ્સો શાંત થઈ ગયો. એણે ડ્રૉઈંગ સૂંઘી જોયું અને એને એક આઈડિયા આવ્યો.

'ફ્રેન્ડ્સ, ચોક્કસ પેલા કલર્સ ચોર કાલના હોમવર્ક માટે વાપરશે. બધાની ડ્રૉઈંગ શીટ્સ કલેક્ટ કરવામાં હું ટીચરને હેલ્પ કરીશ. બધા ડ્રૉઈંગ સૂંઘીને જોઈશ. કાલે તો ચોર સહેલાઈથી પકડાઈ જશે.' સિડ આત્મવિશ્વાસ સાથે બોલ્યો.

ડ્રૉઈંગ શીટ સ્મેલ કરી

બીજા દિવસે, પ્લાન મુજબ સિડ બધાના ડ્રૉઈંગ લેવા લાગ્યો. અડધા ક્લાસની શીટ્સ લેવાઈ ચૂકી હતી. પણ કોઈના ડ્રૉઈંગમાંથી પેલી ચૉકલેટી સ્મેલ નહોતી આવી રહી. સિડની ધીરજ ખૂટવા લાગી. એ બસ ગુસ્સે થવાની તૈયારીમાં હતો. ત્યારે એને પેલી ચૉકલેટી સ્મેલ આવી. એણે બે-ત્રણવાર ડ્રૉઈંગ શીટ સ્મેલ કરીને જોઈ. એને ખાતરી થઈ ગઈ કે આ તો ચિરાગના જ કલર્સની સ્મેલ છે. ડ્રૉઈંગ શીટ પર 'શિવ'નું નામ હતું.

ક્લાસ પછી સિડે ચિરાગ, નિત્તલ અને યુગને ભેગા કરીને કહ્યું, 'ચોર પકડાઈ ગયો છે. શિવના ડ્રૉઈંગમાંથી પેલી ચૉકલેટી સ્મેલ આવી રહી હતી. સ્કૂલ પછી આપણે શિવને પકડીને એની પાસેથી કલર્સ કઢાવી લઈશું.'

સાઈકલ સ્ટૅન્ડ પાસે ચારેયએ શિવને પકડીને એની બૅગમાંથી કલર્સ કઢાવ્યા.

કલર્સનું બૉક્સ જોઈને ચિરાગને સખત આઘાત લાગ્યો.

'મારા કલર્સ કેમ લીધા તે ? અને આ શું કરી કાઢ્યું ? તોડી કેમ નાખ્યા ?' ચિરાગના અવાજમાં ઉદાસી હતી.

'મેં કશું નથી કર્યું, અને મને નથી ખબર કે આ તારા કલર્સ છે. મને તો ગઈકાલે આ કચરાપેટીમાંથી મળ્યા હતા.' શિવના અવાજમાં ગભરામણ હતી.

'જૂઠું ના બોલીશ. એક તો ચોરી કરી અને પાછો જૂઠું બોલે છે !' સિડે ગુસ્સામાં શિવનો કૉલર પકડી લીધો.

ચોર પકડાઈ ગયો

'અરે સિડ, બે મિનિટ...' યુગે શિવને છોડાવ્યો, 'શિવ સાચું બોલી રહ્યો છે. તું વિચાર તો કર, એણે જો ખરેખર ચિરાગની બૅગમાંથી ક્રેયોન્સ

લીધા હોય તો એ તોડી શું કરવા દે ? આપણે એકવાર કચરાપેટી ચેક કરી લઈએ.'

કલર્સ તોડી કેમ નાખ્યા ?

હવે સિડને યુગ પર બરાબર ગુસ્સો ચડ્યો. એને મનમાં ખાતરી હતી કે શિવ જ ચોર છે. એ પગ પછાડતો કચરાપેટી પાસે ગયો. અને કચરાપેટી ખોલતા જ સ્તબ્ધ થઈ ગયો. અંદર ચિરાગના કલર્સના બહુ જ નાના ટુકડા પડ્યા હતા. શિવ નિર્દોષ છે એ વાત તો બધાને સમજાઈ ગઈ, પણ એ ના સમજાયું કે કોઈ આવા સરસ કલર્સને લઈને કચરાપેટીમાં શું કરવા ફેંકી દે ?

ત્યાં તો એક કૂતરો જમીન ચાટતો ચાટતો આવ્યો.

'ઓહ, આ તો મોતીનું કારસ્તાન લાગે છે !' કૂતરાને જોઈને નિત્તલ બોલી ઊઠી.

'હા, ગઈકાલે ચિરાગની બૅગમાંથી કલર્સ પડી ગયા હશે. ચૉકલેટની સ્મેલથી મોતીએ પૅકેટ ઉપાડી લીધું હશે અને ખાવાની વસ્તુ માની એને તોડી નાખ્યા હશે, પછી તૂટેલા કલર્સ જોઈ પ્યૂન અંકલે કચરાપેટીમાં નાખી દીધા હશે' યુગે આખો કોયડો ઉકેલી કાઢ્યો.

આખો કોયડો ઉકેલી કાઢ્યો.

થોડીવાર માટે બધા ચૂપ થઈ ગયા. પછી ચિરાગે ધીમા અવાજે કહ્યું, 'સૉરી શિવ. અમે તને જેમ તેમ કહ્યું.' તૂટેલા કલર્સનું બૉક્સ શિવના હાથમાં મૂકીને એણે પૂછ્યું, 'આ કલર્સ તું રાખી લઈશ ?'

'હા, ઓકે' કહી શિવે કલર્સનું બૉક્સ પોતાની બૅગમાં મૂક્યું અને ત્યાંથી નીકળી ગયો. ચિરાગ

પણ બધાને 'થેન્ક યૂ' કહીને ઘરે ગયો. કચરાપેટીમાં કલર્સના ટુકડા જોયા પછી સિડનું મોઢું તો સિવાઈ ગયું હતું. એ ચૂપચાપ ઊભો હતો.

'એક મિસ્ટ્રી તો સૉલ્વ થઈ ગઈ.' યુગ બોલ્યો.

'પણ હજુ એક બાકી છે.' નિત્તલે ઊમેર્યું.

'બીજી કઈ ?' સિડે પૂછ્યું.

ગુસ્સા ક્યોં આતા હૈ ?

'એ જ કે, મેરે સિડ ભૈયા કો ગુસ્સા ક્યોં આતા હૈ ?' નિત્તલે હસતા હસતા કહ્યું.

સામાન્યપણે તો આવી નાનકડી ગમ્મતમાં પણ સિડને ગુસ્સો આવી જતો હતો. પણ, એ વખતે એને એ વાતનો અફસોસ હતો કે એણે શિવનો કૉલર પકડીને ગુસ્સો કર્યો હતો અને પછી પોતે જ ખોટો ઠર્યો હતો.

નિત્તલના સવાલના જવાબમાં એ ધીરેથી બોલ્યો, 'ક્યોં આતા હૈ ?'

'જ્યારે કોઈ તારી વાત ના સમજે કે ના માને અથવા તારે જે કરવું હોય તે ના થાય ત્યારે તું તરત ગુસ્સે થઈ જાય છે.' નિત્તલે કહ્યું.

'હં... હોઈ શકે. પણ કારણ જાણીને કરું શું ? મારે ગુસ્સે જ નથી થવું હોતું. મને ખબર છે કે મને જ્યારે ગુસ્સો આવે છે ત્યારે આઈડિયા આવવાના બંધ થઈ જાય છે. હું બળવા લાગું છું અને આસપાસના લોકોને પણ હર્ટ કરી દઉં છું. પણ ગુસ્સામાંથી બહાર કેવી રીતે નીકળું ?' સિડને ખરેખર સૉલ્યુશન જોઈતું હતું.

'તારા ગુસ્સાનું સૉલ્યુશન મને યૂ-ટ્યૂબમાંથી મળ્યું છે.' યુગ એવી રીતે બોલ્યો જાણે એણે પહેલેથી જ જવાબ વિચારી રાખ્યો હોય. 'લાસ્ટ સન્ડે હું મારી બહેન સાથે યૂ-ટ્યૂબ પર થોડા વિજ્ઞાનના પ્રયોગો જોઈ રહ્યો હતો. એક પ્રયોગમાં પાણીમાં કૅલ્શિયમ નાખીને રિઝલ્ટ નોટ કરવાનું હતું. ભૂલથી કૅલ્શિયમના બદલે પાણીમાં સોડિયમનો ટુકડો નખાઈ ગયો અને બહુ મોટો ભડકો થયો.' આટલું બોલીને યુગ થોભી ગયો.

કારણ ના હોત, તો ભડકો ના થાત.

'તું, શું કહેવા માગે છે ?' સિડે પૂછ્યું.

''એ જ કે સોડિયમના કારણે પાણીમાં ભડકો થયો. જો કારણ ના હોત, તો ભડકો પણ ના થાત. તે જ રીતે જો તું પણ તારા કારણો જેવા કે, 'તારા કહ્યા પ્રમાણે જ બધું થવું જોઈએ કે પછી બધાએ તારી વાત સમજવી જ જોઈએ', કાઢી નાખીશ, તો તારામાં પણ કોઈ ભડકો નહીં થાય. એટલે કે, તને પણ ગુસ્સો નહીં આવે.'' યુગે પોતાનું લૉજિક સમજાવ્યું.

યુગની વાત સિડના ગળે ઊતરી. ઘરે ગયા પછી પણ એના મનમાં યુગે કહેલી વાતો જ ચાલ્યા કરતી હતી. તે જ વખતે મમ્મીના ફોન પર કોઈનો ફોન આવ્યો. ફોન પત્યો એટલે મમ્મી સિડના રૂમમાં આવ્યા અને એને ન્યૂઝ આપ્યા.

શું ન્યૂઝ હતા ? કોઈ નવો કોયડો ઉકેલવાની તક કે પછી બીજું કંઈ ? શું ક્રોધના કારણો જાણીને સિડનો ક્રોધ શાંત થઈ ગયો હશે ? આ બધા રહસ્યો ઊકલશે આવતા અંકે...

મીઠી યાદેં

તે વર્ષે મને ગુરુપૂર્ણિમામાં આવવાની બહુ જ ઈચ્છા હતી. પણ, સંજોગો એવા હતા કે મને ખબર નહોતી કે મારાથી જવાશે કે નહીં. મેં નીરુમાને વાત કરી ત્યારે એમણે મને લગભગ ત્રણવાર કહ્યું, 'તું ગુરુપૂર્ણિમામાં જવાનો ભાવ રાખજે.' તે વખતે મેં પહેલીવાર 'ભાવ રાખવાની' વાત શીખી હતી. નીરુમાએ કહ્યું એટલે મેં ગુરુપૂર્ણિમામાં જવાનો ભાવ રાખ્યો.

લગભગ છ મહિના પહેલા જ મેં નવી જૉબ શરૂ કરી હતી. એટલે રજા મળવી ખૂબ જ મુશ્કેલ હતી. મેં મારા સુપરવાઈઝરને રજા માટે વાત કરી. પણ એ સમય દરમિયાન એમને પણ રજા પર જવાનું હતું. એટલે મને લાગ્યું કે હવે તો મને રજા નહીં જ મળે. ગુરુપૂર્ણિમાનો સમય નજીક આવી રહ્યો હતો. જોગાનુજોગ તે જ વખતે અમારી કંપનીના ડિરેક્ટરને રજા લેવી પડી. અને તેથી મારા સુપરવાઈઝર રજા ના લઈ શક્યા. મારી રજા મંજૂર થઈ ગઈ અને મને ગુરુપૂર્ણિમામાં જવાની તક મળી ગઈ.

નીરુમાએ કહેલી વાત દિલથી પાળી તો જે અશક્ય લાગી રહ્યું હતું તે પણ શક્ય બની ગયું !

તે વર્ષે ગુરુપૂર્ણિમાના દિવસે જે બન્યું એ મારા માટે યાદગાર બની ગયું. તે દિવસે હું સરસ મજાનો નાસ્તો કરીને ગુરુપૂર્ણિમાના સ્થળે પહોંચી. આખો હૉલ મહાત્માઓથી ભરાઈ ગયો હતો. થોડી જગ્યા મળી, ત્યાં હું ઊભી રહી ગઈ. અચાનક, મારું હૃદય ખૂબ હલકું થઈ ગયું અને મારી આંખમાંથી આંસુ પડવા લાગ્યા.

પછી જે દૃશ્ય મેં જોયું એ એટલું બધું અદ્ભુત હતું કે એવું મેં મારી જિંદગીમાં પહેલા ક્યારેય જોયું જ નહોતું. પૂજ્ય નીરુમા દરેક મહાત્માને એક ફૂલ આપી, નમીને મહાત્માઓ પાસેથી આશીર્વાદ લઈ રહ્યા હતા. જ્યારે મારો વારો આવ્યો, ત્યારે નીરુમા મને પણ નમ્યા અને ફૂલ આપ્યું. મારી આંખોમાંથી ટપ ટપ આંસુ પડવા લાગ્યા. હૉલના છેડે એક નાનું બાળક ઊંઘતું હતું, તેને પણ નીરુમા ત્યાં જઈને નમ્યા.

મેં ક્યારેય કોઈ આધ્યાત્મિક ગુરુને શિષ્ય પાસે નમતા નહોતા જોયા. તે દિવસે મને નીરુમાના ગજબના દર્શન થયા. પછી મને ખબર પડી કે તે દિવસે નીરુમાનો ત્રીસમો જ્ઞાન દિવસ હતો.

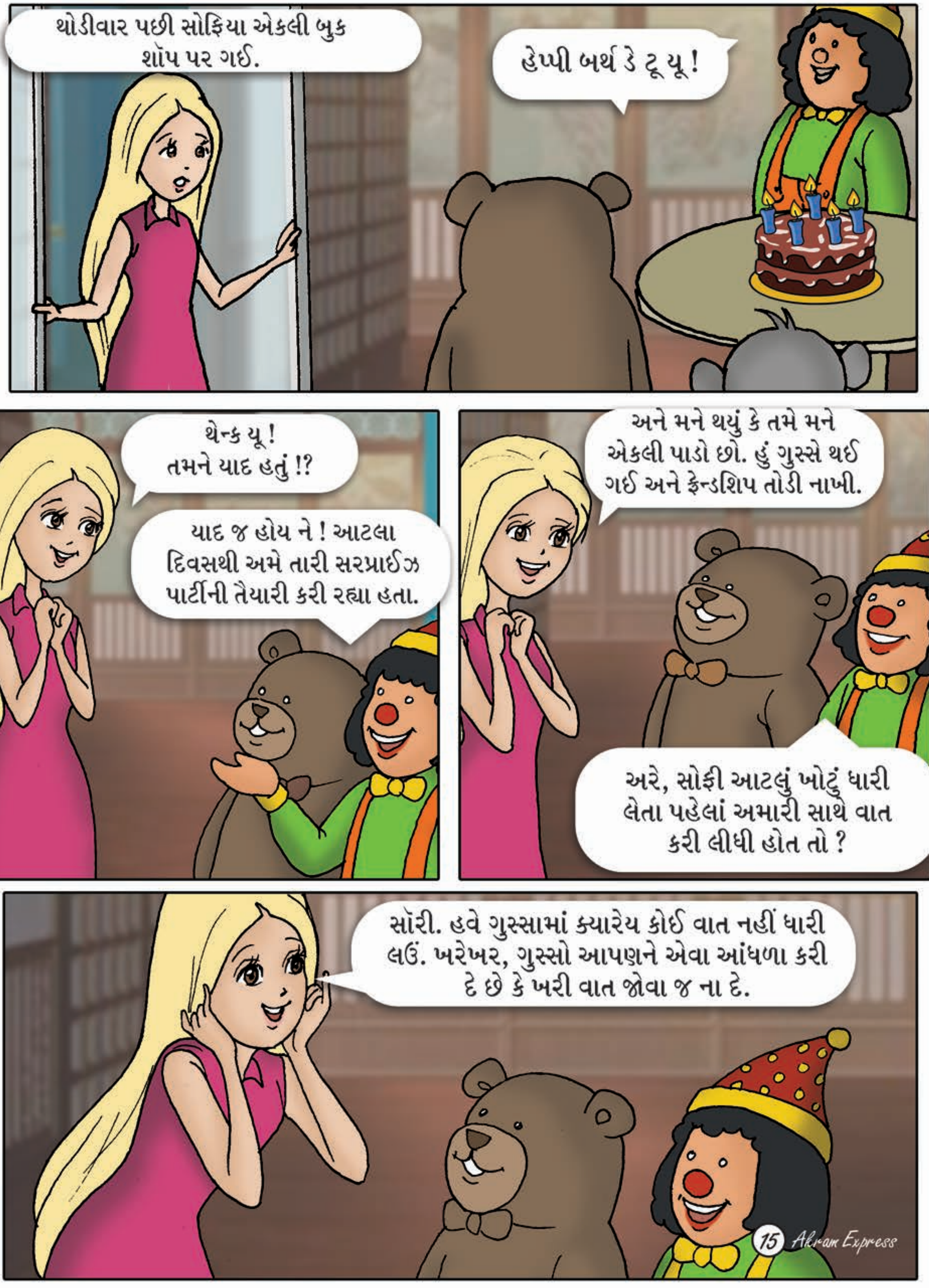
આખા જગતમાં આવા પ્રેમલ મૂર્તિ આત્મજ્ઞાની જોવા નહીં મળે, જે પોતાના શિષ્યોને પણ નમી શકે !

ટૉયલૅન્ડ

‘ટૉય એન્ડ જૉય’ ચૉકલેટ શૉપમાં યમ્મી યમ્મી કૅરેમલ ચૉકલેટ્સ આવી છે.
હા, પણ અત્યારે આપણાથી નહીં જવાય. ભૂલી ગયા ? આપણે બુક શૉપ જવાનું છે. મોડું થાય છે.
સોફિયા નજીક જ ઊભી હતી. એ બન્નેની વાત સાંભળી ગઈ.
તમે લોકો બુક શૉપ પહોંચો. હું આપણા ત્રણેય માટે ચૉકલેટ્સ લઈને ફટાફટ આવું.
હં !? તું બુક શૉપ આવે છે ?
હાસ્તો ! આપણે ત્રણેયે બધે સાથે જ જવાનું હોય ને.

સોફિયા ચૉકલેટ શૉપ તરફ દોડી. રસ્તામાં...
એ સોફિયા, મને ધક્કો કેમ માર્યો ?
કારણ કે, મારી પાસે તારા જેવા કાચબાઓ સાથે વાત કરવાનો ટાઈમ નથી.
ચૉકલેટ શૉપની બહાર થોડા મિનિયન્સ એક પઝલ ગોઠવી રહ્યા હતા.
આ શું રસ્તાની વચ્ચે બેઠા છો ? બુદ્ધિ નથી ?
સોફિયા, તું જલદીમાં છે એમાં અમારા ઉપર ગુસ્સો કેમ કરે છે ?
કંઈ પણ જવાબ આપ્યા વગર એ શૉપની અંદર દોડી. ચૉકલેટ્સ લઈને એ પૈસા આપવાની લાઈનમાં ઊભી રહી ગઈ.
જા ચિમ્પુ, તારો વારો આવ્યો. દેખાતું નથી તને ? મિસ્ટર લૅંગો તને બોલાવે છે.
સૉરી સોફિયા, ગઈકાલે જ મારા આંખના બટન તૂટી ગયા. એટલે મને ખરેખર દેખાતું નથી.

સોફિયાનો વારો આવ્યો.
સોફી, ચિમ્પુને તો ખરેખર દેખાતું નથી. પણ, ગુસ્સો આપણને એવા આંધળા બનાવી દે છે કે જે ખરેખર હોય તે પણ જોવા ના દે.
ઓહ, હા... થેન્ક યૂ મિસ્ટર લૅગો, હું ધ્યાન રાખીશ.
અત્યારે મારી પાસે મિસ્ટર લૅગોનું સાંભળવાનો ટાઈમ નથી.
ક્યાં જાવ છો ? હું આપણા બધા માટે ચૉકલેટ્સ લાવી છું.
થેન્ક યૂ સોફિયા. અમારે અત્યારે ઘરે જવાનું છે. અમે પછી મળીએ તને.
હું એમના માટે આટલું બધું કરું છું અને એમને મારી પડી પણ નથી !
એ શું સમજે છે ? મને ઈગ્નોર કરે છે તો હવે હું પણ એમની સાથે ફ્રેન્ડશિપ નહીં રાખું.
બીજા દિવસે,
હાય સોફિયા. ચલ, અમારી સાથે બુક શૉપ આવીશ ? બહુ મસ્ત બુક્સ આવી છે.
ના, મારે તમારી સાથે ક્યાંય નથી આવવું. તમે જાઓ.


થોડીવાર પછી સોફિયા એકલી બુક શૉપ પર ગઈ.
હેપ્પી બર્થ ડે ટૂ યૂ!
થેન્ક યૂ! તમને યાદ હતું!?
યાદ જ હોય ને! આટલા દિવસથી અમે તારી સરપ્રાઈઝ પાર્ટીની તૈયારી કરી રહ્યા હતા.
અને મને થયું કે તમે મને એકલી પાડો છો. હું ગુસ્સે થઈ ગઈ અને ફ્રેન્ડશિપ તોડી નાખી.
અરે, સોફી આટલું ખોટું ધારી લેતા પહેલાં અમારી સાથે વાત કરી લીધી હોત તો?
સૉરી. હવે ગુસ્સામાં ક્યારેય કોઈ વાત નહીં ધારી લઉં. ખરેખર, ગુસ્સો આપણને એવા આંધળા કરી દે છે કે ખરી વાત જોવા જ ના દે.

Solve the Problem

સૂર્યમંડળના ગ્રહોને એમના ટીચર સૂરજ સરે નક્ષત્રના તારાઓની ડિઝાઈન બનાવવાનો એક અઘરો પ્રૉબ્લેમ આપ્યો હતો. આઠેવ ગ્રહોએ બે-બેની પેરમાં રહીને આ પ્રૉબ્લેમ સૉલ્વ કરવાનો હતો.

પ્રૉબ્લેમ જોઈને બુધને તો ચક્કર જ આવી ગયા. એને પ્રૉબ્લેમમાં કંઈ જ સમજણ ના પડી. તે જ વખતે ગુરુ એને કંઈક પૂછવા આવ્યો. બુધે એને ત્યાંથી કાઢી મૂક્યો, 'તું મારું માથું ના ખા. તારો પાર્ટનર તો શનિ છે ને ! એને જઈને પૂછ.'

બુધના પાર્ટનર શુક્રએ બુધને પ્રૉબ્લેમ સમજાવવાની બહુ કોશિશ કરી. આખરે એ કંટાળી ગયો, 'હું જાતે જ સૉલ્વ કરી દઉં છું. મારું તો માથું પાકી ગયું તને સમજાવીને.'

પૃથ્વી અને મંગળની જોડીએ સાથે મળીને પ્રૉબ્લેમ સૉલ્વ કરી દીધો. પૃથ્વીનો નાનકડો ફ્રેન્ડ પ્લૂટો જ્યારે પૃથ્વી સાથે રમવા આવ્યો ત્યારે શનિએ પૃથ્વીની મજાક ઉડાવતા કહ્યું કે, 'પૃથ્વી તું તો લૂઝર છે. તને ફ્રેન્ડ્સ બનાવતા નથી આવડતા ? પ્લૂટો તો ગ્રહ પણ નથી. અને એને સાથે લઈને ફર્યા કરે છે.'

પ્લૂટોએ પૃથ્વીને કહ્યું, 'પૃથ્વી તું તો કેટલો સ્ટ્રૉંગ છે. તું ચાહે તો શનિને ઠેકાણે લાવી શકે છે. છતાંય તું કેમ એની મજાકનો જવાબ નથી આપતો અને હંમેશાં મને જ પ્રોટેક્ટ કરે છે ?'

'કારણ કે, જે ખરેખર સ્ટ્રૉંગ હોય એ ક્યારેય બીજાને દુ:ખ ના આપે.' પૃથ્વીએ કહ્યું.

ગુરુ અને શનિની જોડીએ જવાબ શોધી કાઢ્યો. જ્યારે ગુરુએ ડિઝાઈન ડ્રૉ કરવા માટે સ્ટાર-બ્લૂ પેન્સિલ હાથમાં લીધી ત્યારે શનિએ એના હાથમાંથી પેન્સિલ ખેંચીને કહ્યું, 'તને કેટલીવાર કહ્યું કે તું બકવાસ ડ્રૉઈંગ કરે છે, તેં કેમ હાથમાં પેન્સિલ લીધી ? મને આપ, હું કરીશ.'

યુરેનસ અને નેપ્ચૂને ટીમવર્ક કરીને, એકબીજાના વ્યૂ પૉઈન્ટ સમજીને પ્રૉબ્લેમ સૉલ્વ કરી દીધો.

ગ્રહોનો પ્રૉબ્લેમ તો સૉલ્વ થઈ ગયો. ચાલો, હવે આપણે એક પ્રૉબ્લેમ સૉલ્વ કરીએ. આપેલા પ્રસંગમાં અમુક ગ્રહોને અમુક કારણોસર ગુસ્સો આવ્યો હતો. નીચે જે કારણો દર્શાવ્યા છે એની સામે યોગ્ય ગ્રહનું નામ લખો અને તે ગ્રહનું ચિત્ર દોરો.

ગુસ્સાનું કારણ
પોતાના કહ્યા પ્રમાણે જ્યારે ના થાય
ગ્રહનું નામ અને ચિત્ર

ગુસ્સાનું કારણ
સામો પોતાની વાત ના સમજે
ગ્રહનું નામ અને ચિત્ર

ગુસ્સાનું કારણ
જ્યારે પોતાને સમજણ ના પડે
ગ્રહનું નામ અને ચિત્ર

દાદાશ્રી કહે છે કે, શક્તિ હોવા છતાંય જે સામાને દુઃખ ના આપે એ બળવાન કહેવાય.

આ પ્રસંગમાં કયા ગ્રહે બળવાનપણું દેખાડ્યું ? **ગ્રહનું નામ અને ચિત્ર**

મનગમતી વાર્તા

પૂજ્યશ્રી, મારી ફ્રેન્ડ્સ મારી બે ચોટીઓની મજાક ઉડાવતી હતી.
એમ ?
હા. મને કહે કે મારી ચોટીઓ ફાઉન્ટેન જેવી લાગે છે. મને બહુ ગુસ્સો આવ્યો.
પણ, તું તો દાદાની સ્ટ્રોંગ ગર્લ છે ને ?
હા.
તો જે સ્ટ્રોંગ હોય એમને ગુસ્સો ક્યારેય ના આવે.
અને આવે તો ?
તો આ પવિત્રા લે અને જ્યારે ગુસ્સો આવે ત્યારે મને યાદ કરજે. ગુસ્સો છુમંતર થઈ જશે.

ચાલો રમીએ...

આપેલા ઇમોજીમાંથી હેપ્પીવાળા ઇમોજી શોધી તેમાં પીળો કલર કરો.

Akram Express

January 2024
Year : 16, Issue : 05
Conti. Issue No.: 185

Date of Publication 8th of every month
RNI No. GUJGUJ/2008/26729
Reg. No. G-GNR-345/2024-2026
valid upto 31.12.2026
Licensed to Post Without
Pre-payment No. PMG/NG/040/2024-2026
valid upto 31.12.2026
Posted at Adalaj Post Office on 8th of every month

આંખો મીંચી હાથ જોડી...

પ્રાર્થનાનો એનીમેટેડ વિડીયો
જોવા આપેલ QR કોડ સ્કેન કરો.

અક્રમ એક્સપ્રેસના સભ્યો માટે સૂચના

૧.આપનું લવાજમ પૂરું ક્યારે થાય છે, તે કઈ રીતે જાણશો ? આપના આવેલ અક્રમ એક્સપ્રેસના કવરના એડ્રેસ લેબલ પરના મેમ્બરશીપ નંબરના છેલ્લા છ અંક તપાસો. દા.ત. **AGIT**૫૫૫/૦૮-૨૦૨૮ એટલે તમારું લવાજમ ઓગષ્ટ - ૨૦૨૮માં પૂરું થાય છે.

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 **WhatsApp** કરવો.

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

Publisher, Printer & Editor - Dimple Mehta on Behalf of Mahavideh Foundation
Printed at Amba Multiprint, Opp. H B Kapadiya New High School, Chhtral-Pratappura Road, At-Chhatral, Tal. Kalol, Dist. Gandhinagar – 382729.