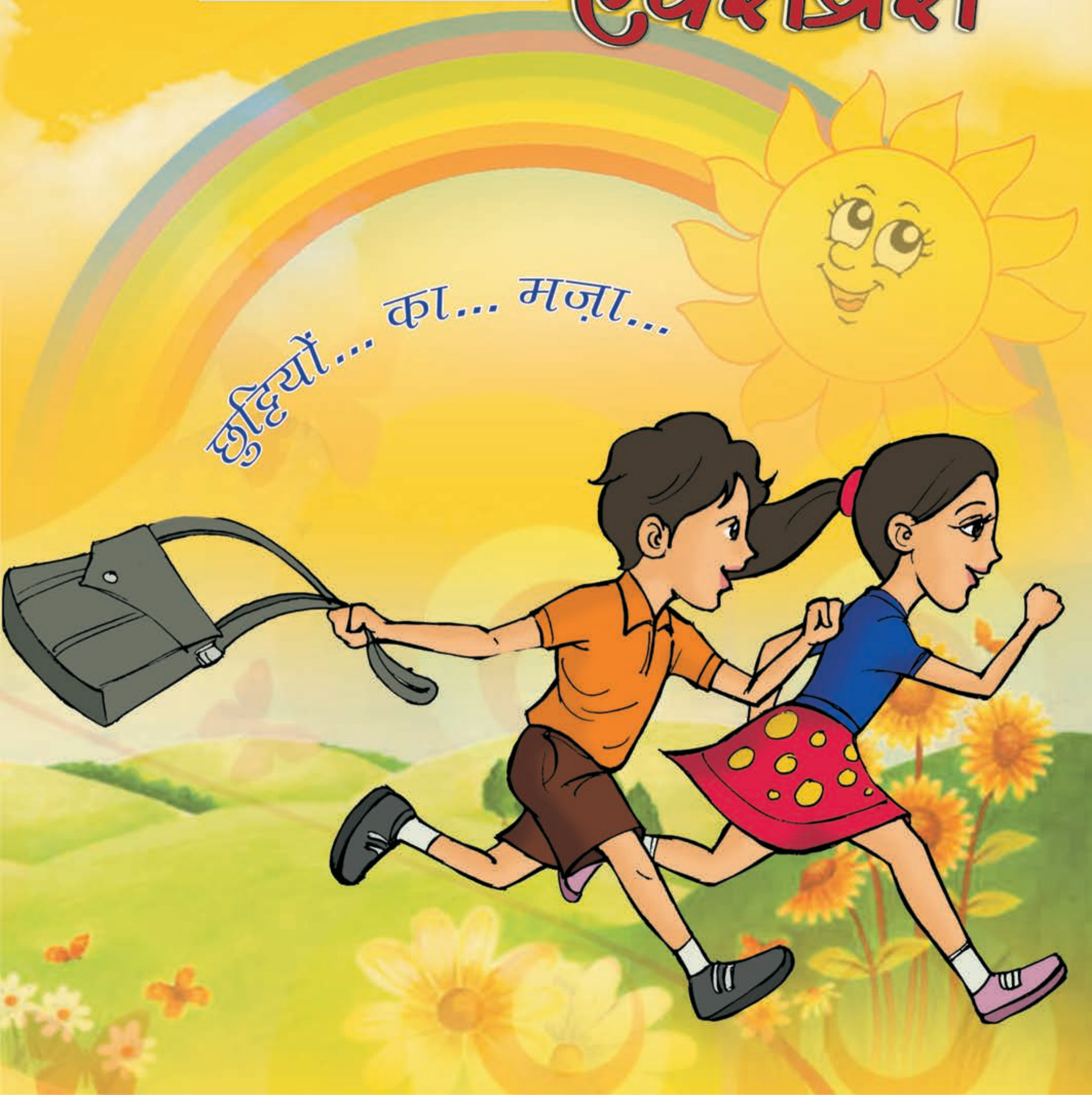
मे २०१५

कीमत ₹ १२/-

दादा भगवान परिवार का

अक्रम एक्सप्रेस



अनुक्रमणिका

३ दादाजी कहते हैं...

४ मीठी यादें

६ यह तो नई ही बात!

८ नाम से क्या काम?

९ फूड कोर्नर

१० निश्चयबल से टूटे अंतराय

१४ मनपसंद कहानी

१६ अब्राहम लिंकन की "वेल्डिंग" कला

अक्रम एक्सप्रेस

संपादकीय

बालमित्रो,

"छुट्टियों के दिन आए, मज़े के दिन लाए..."

यदि ऐसा कुछ है जिसका हम आतुरता से इंतज़ार करते हैं तो वह है वेकेशन। और उस वेकेशन में आप जिसका आतुरता से इंतज़ार करते हो, ऐसा कुछ है तो वह क्या है?

अक्रम अक्सप्रेस का छुट्टी... का...मज़ा.... का अंक!

हाँ, वह हमें मालूम है और इसीलिए खास आपके वेकेशन के मज़े को ध्यान में रखकर ही यह अंक प्रस्तुत किया है। सुंदर कहानियों के अलावा इसमें और भी बहुत कुछ है। पढ़ो और मज़े करो।

- डिम्पल मेहता

छुट्टियों... का... मज़ा...

संपादक :
डिम्पल महेता
वर्ष : ३ अंक : २
अखंड क्रमांक : २६
मे २०१५

....

संपर्क सूत्र
बालविज्ञान विभाग
त्रिमंदर संकुल, सीमंधर सिटी,
अहमदाबाद - कलोल हाइवे,
मु.पो. - अडालज,
जिला . गांधीनगर - ३८२४२१, गुजरात
फोन : (०७९) ३९८३०१००
दद्दड्डद्य:ड्डमहड्डद्बद्ग्श्चहद्दहाह्यसड्डसड्डड्ढद्धड्डदख्ड्डड्ड.हद
ड्डद्दड्डहाद्दहद: ग्रद्रसहा.सड्डसड्डड्ढद्धड्डदख्ड्डड्ड.हद

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.

वार्षिक सदस्यता(हिन्दी)
भारत :१२५ रुपये
यू.एस.ए. :१५ डॉलर
यू.के. :१० पाउन्ड
पाँच वर्ष
भारत : ५०० रुपये
यू.एस.ए. : ६० डोलर
यू.के. : ४० पाउन्ड
D.D/ M.O 'महाविदेह फाउन्डेशन' के नाम पर भेजें।

दादाजी कहते हैं...

दादाश्री : क्या आपने मुक्त हास्य देखा है?

प्रश्नकर्ता: आपका हास्य देखा है न!

दादाश्री : हाँ, इसी को मुक्त हास्य कहा जाता है।

प्रश्नकर्ता: हमारे भी ऐसे संयोग हैं कि मुक्त हास्य रह सके, फिर भी यह रुका हुआ क्यों है?

दादाश्री : मुक्त पुरुष के सिवा कोई भी ऐसा हास्य नहीं निकलवा सकता। मुक्त पुरुष मुक्त हास्य से तुम्हें मुक्त हास्य में ले आते हैं। भीतर तरह-तरह के आग्रह रहे हुए होते हैं, उनकी वजह से रोने के समय रोता नहीं है और हँसने के समय हँसता नहीं।

हास्य कैसे आता है? ये बूढ़े चाचा क्यों इतना हँस रहे हैं? निर्दोषता है इसलिए। सरल हैं इसलिए। सरल का मतलब जिसे जैसे मोड़ो वैसे मुड़ जाए, सोने की तरह।

प्रश्नकर्ता: यानी निर्दोषता बढ़ने के साथ ही हास्य बढ़ता है?

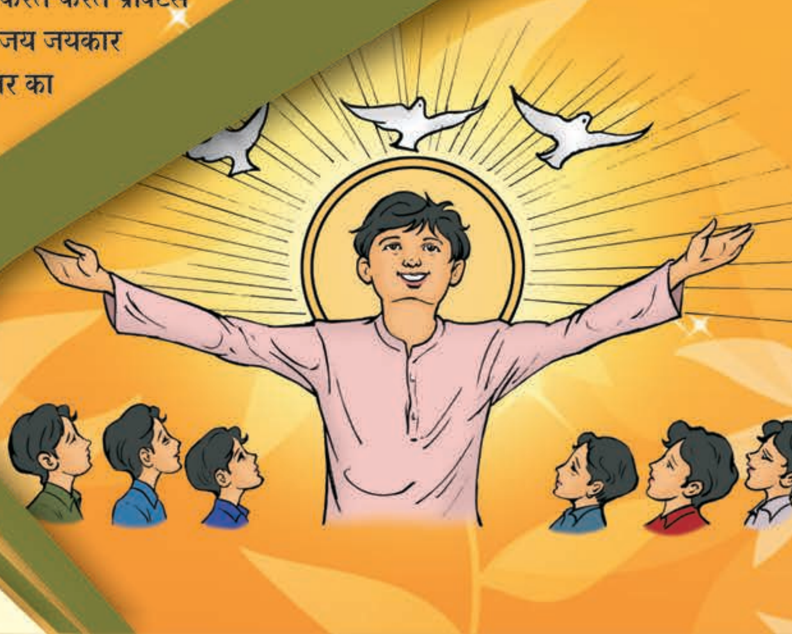
दादाश्री : हाँ, यह निर्दोषता का ही गुण है।

मुक्त हास्य, मुक्त पुरुष का

"ज्ञानीपुरुष" निरंतर मुक्त अवस्था में ही रहते हैं, इसलिए सामनेवाले का अंतर भी खुल(हल्का हो) जाता है! हमारा मन मुक्त रहता है, किसी भी अवस्था में एक क्षण के लिए भी वह बंधता नहीं है। "ज्ञानीपुरुष" के दर्शन से ही सभी उल्लास में आ जाते हैं, और इससे तो बहुत से कर्म खत्म हो जाते हैं।

प्रश्नकर्ता: आपके साथ बात करते समय कभी-कभी हमें मुक्तता से हँसना आता है, क्या वह मुक्त हास्य कहलाता है?

दादाश्री : हाँ, उस समय मुक्त हो जाता है। ऐसा करते-करते प्रेक्टिस होती है, वर्ना हमें यों "दादा भगवान के असीम जय जयकार हों" बोलने की क्या ज़रूरत है? उस समय भीतर का कचरा निकलता है और मुक्त होते जाते हो।



मीठी यादें

१९९७ की बात है। पर्यूषण का समय था। पूज्यश्री अमरीका गए थे। उस समय एक जैन समाज ने बहुत से वक्ताओं को प्रवचन के लिए आमंत्रित किया था।

पहले दिन सुबह सात बजे एक वक्ता का प्रवचन था। "प्रतिक्रमण" का विषय था। पूरा हॉल खचाखच भरा हुआ था। समय होने पर वे वक्ता आए तो सभी लोग खड़े हो गए। स्टेज पर उनके बैठने के लिए प्लास्टिक की सादी कुर्सी रखी गई थी। संयोगवशात संचालक उनके लिए स्पेशल कुर्सी का इंतज़ाम नहीं कर पाए। उन्होंने जैसे ही वह कुर्सी देखी कि तुरंत आवेश में आ गए और संचालक से कहने लगे कि "यह क्या? ऑडियन्स के लिए जो कुर्सी है, वैसी ही कुर्सी मेरे लिए? आपने मेरा विनय नहीं रखा। हम ठेठ इंडिया से आए हैं। दो घंटे तक मुझे इस पर बैठकर लेक्चर देना है और ऐसी कुर्सी रखते हो, मेरा ध्यान तो रखो।" ऐसा कहकर वे जाने लगे।

लोग विस्मय से इस द्रश्य को देखते ही रह गए। "दूसरी कुर्सी की व्यवस्था कर देते हैं" ऐसा कहकर संचालक ने रुक जाने की विनती की लेकिन वे वक्ता नहीं माने और गुस्से में हॉल से बाहर निकल गए।

सभी संचालक घबरा गए कि अब क्या करें? कहाँ जाएँ? किससे कहें? उस ऑडियन्स में अपने एक महात्मा थे। उन्होंने खटपट की और संचालक से कहा कि एक व्यक्ति हैं। वे प्रतिक्रमण के विषय पर बहुत अच्छा बोलते हैं। यदि आप कहो तो मैं उन्हें ले आऊँ।

संचालक ने तुरंत कहा, "ले आओ, लेकिन क्या उन्हें यह कुर्सी चलेगी?"

महात्मा बोले, "हम कोशिश करके देखते हैं, नहीं तो प्रोग्राम तो बंद होनेवाला है ही।"

ऐसा कहकर उन्होंने पूज्यश्री के साथ जो आप्तपुत्र थे, उन्हें फोन किया और पूरी बात बताई। आप्तपुत्र मान गए। महात्मा ने अपनी उलझन व्यक्त की, "लेकिन कुर्सी का क्या करेंगे?"

आप्तपुत्रने कहा, ""क्या होता है देखते हैं।"

आप्तपुत्र ने पूज्यश्री से बात करते हुए कहा, "यदि आपको अनुकूल हो तो हमारे पास एक चान्स है। हमारे पास दो घंटे का लेक्चर है, और दस मिनट देर हो गई है। यदि आप कहें तो हम व्यवस्था करें।" तब तक उन्होंने कुर्सी की कोई बात नहीं की थी।

पूज्य श्री ने "हाँ" कहा और तुरंत तैयार हो गए। उन्होंने हॉल में प्रवेश किया। पब्लिक बैठी ही थी। सभी पहली बार पूज्यश्री को देख रहे थे। पूज्य श्री ने आकर सभी के सामने हाथ जोड़े, स्टेज पर चढ़े और आरम से कुर्सी पर बैठ गए।

जैसे ही वे कुर्सी पर बैठे कि पब्लिक ज़ोर-ज़ोर से तालियाँ बजाने लगी। और फिर प्रतिक्रमण पर सुंदर सत्संग हुआ।

तब से हर साल संचालक उन्हें बुलाने लगे कि हमें ऐसे ही स्पीकर चाहिए।

इस घटना पर से नीरू माँ खुद के लिए कहते थे.....

"हमें कैसा रहता है? हमें जो कुर्सी मिली हो उस पर आराम से बैठ जाते हैं। कुछ सोचते ही नहीं। लेकिन यदि पूछा जाए तो बताते हैं।"

नीरूमाँ के साथ एक बार ऐसा हुआ था। पर्यूषण में नीरू माँ पहले चार दिन अहमदाबाद में होते और बाद के चार दिन मुंबई में होते थे। चार दिन यानी आठ सेशन। इनमें से तीन सेशन पूरे हो जाने के बाद फिर किसी आप्तपुत्र ने उनसे पूछा, "नीरू माँ आपको यह कुर्सी ठीक रहती है?"

नीरू माँ ने कहा, "नहीं, इसकी जगह वह कुर्सी होती तो मुझे ज्यादा ठीक रहता। जब छह-छह घंटे बैठना हो तब बड़ी कुर्सी ज्यादा ठीक रहती है।"

नीरू माँ ने कहा, यदि हमसे "व्यवस्थित" पूछने आए तो हम बताएँगे। उदय कर्म में दखल करना, उसे बुद्धि कहते हैं। और उदय कर्म में दखल नहीं करना उसे ज्ञान कहते हैं।

और साथ में कहते कि, दीपक को कैसा है? उससे पूछा जाए फिर भी कहेगा, "चलेगा"।

धन्य हैं!
धन्य हैं!
ये अदभुत ज्ञानी!

यह तो नई ही बात!

जहाँ अकड़ में आ जाए, ऐसी परिस्थिति में भी नम्र रहे , वह है खानदानी।

खुद की चीज़ें औरों को देने में ही आनंद है, जबकि लोग ले लेना सीखते हैं।

इस दुनिया में सब से बड़ा पुण्यशाली कौन है? जिसे कुसंग स्पर्श नहीं करता है।

अगर चाहे तो हर कोई वकील बन सकता है, उसी प्रकार हर कोई भगवान भी बन सकता है। जो कोई भगवद गुणों को प्राप्त करें, वह भगवान बन सकता है।

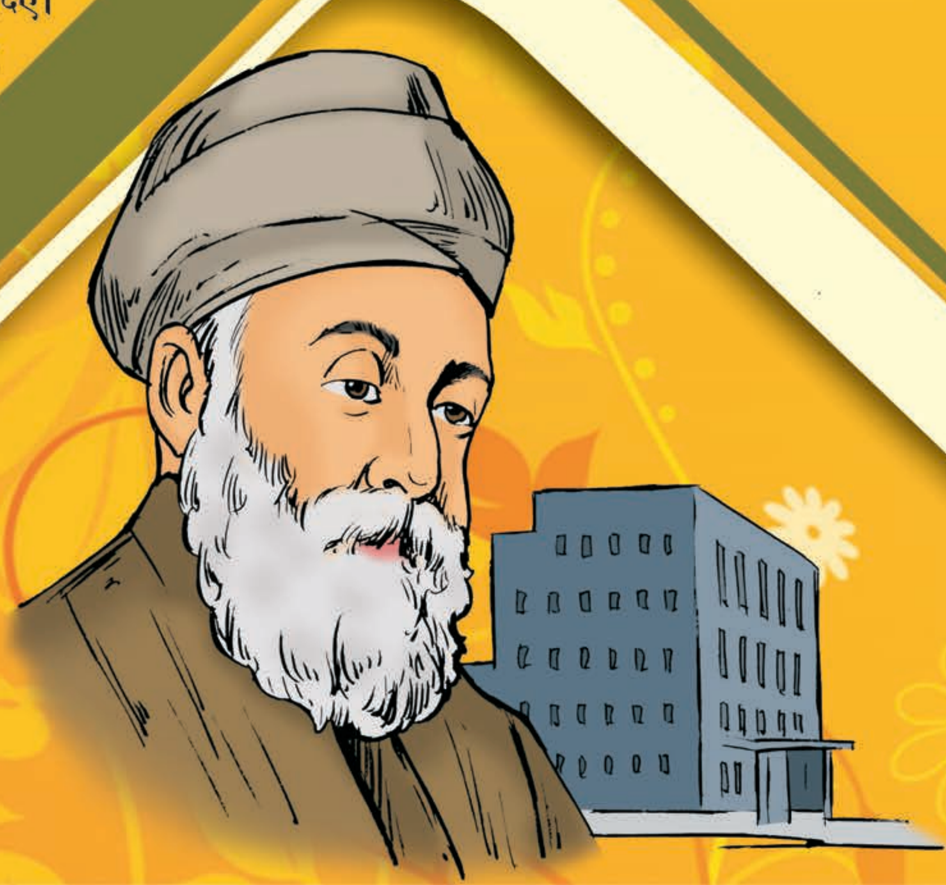
नहीं फिसलना हैं ऐसा दृढ निश्चय करो फिर भी यदि फिसल जाए तो, वह गुनाह नहीं है। लेकिन अगर दृढ निश्चय ही नहीं किया और फिसल जाए तो वह गुनाह है।

नाम से क्या काम?

देश के बँटवारे से पहले की बात है, जमशेद जी मेहता कराची में रहते थे। कराची के विकास में उनका बड़ा योगदान था। कराची में होस्पिटल बनाने का निर्णय हुआ। समिति ने दस हज़ार रुपये देनेवाले दाता के नाम की संगरमरमर की तख्ती लगाने का निर्णय किया। कई उदार सज्जनों ने बहुत से पैसे दान में दिए। लेकिन जमशेद जी ने दस हज़ार में पचास रुपये कम दिए। यह देखकर एक मित्र को आश्चर्य हुआ।

उन्होंने जमदेश जी से पूछा, "जमशेद जी, आपने ऐसा क्यों किया? पचास रुपये कम क्यों दिए?"

जमशेद जी ने अपनी भूमिका समझाई। नम्रतापूर्वक वे बोले, "भाई, भगवान ने मुझे जो कुछ दिया है, उसका उपयोग लोक सेवा में हो इसमें मुझे संतोष और आनंद है। नाम की तख्ती लगवाने में नहीं।"



उणोदरी अर्थात क्या?

प्रश्नकर्ता : उणोदरी का क्या अर्थ है?

दादाश्री : उणोदरी यानी हमें मात्रा समझ में आए कि आज बहुत भूख लगी है, इसलिए तीन लड्डू खा जाएँगे। तो एक लड्डू कम कर देना। कभी दो लड्डू खा पाएँगे ऐसा लगे तो उस समय सवा लड्डू खाएँ। जो मात्रा हमें समझ में आए उससे हमें थोड़ा कम कर देना चाहिए। नहीं तो पूरे दिन नशा चढ़ेगा।

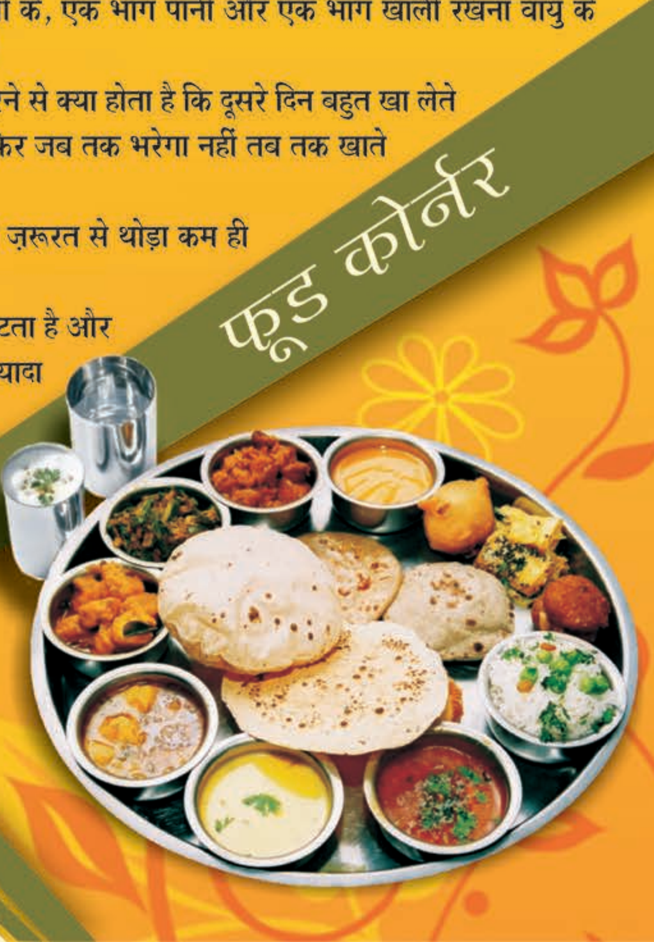
खुराक के चार भाग कर दो। दो भाग रोटी-सब्ज़ी के, एक भाग पानी और एक भाग खाली रखना वायु के संचार के लिए। ऐसे खाएँगे तो नशा नहीं चढ़ेगा।

उणोदरी से पूरे दिन जागृति रहती है। उपवास करने से क्या होता है कि दूसरे दिन बहुत खा लेते हैं। उपवास में पेट पूरा खाली हो जाता है और फिर जब तक भरेगा नहीं तब तक खाते रहेंगे।

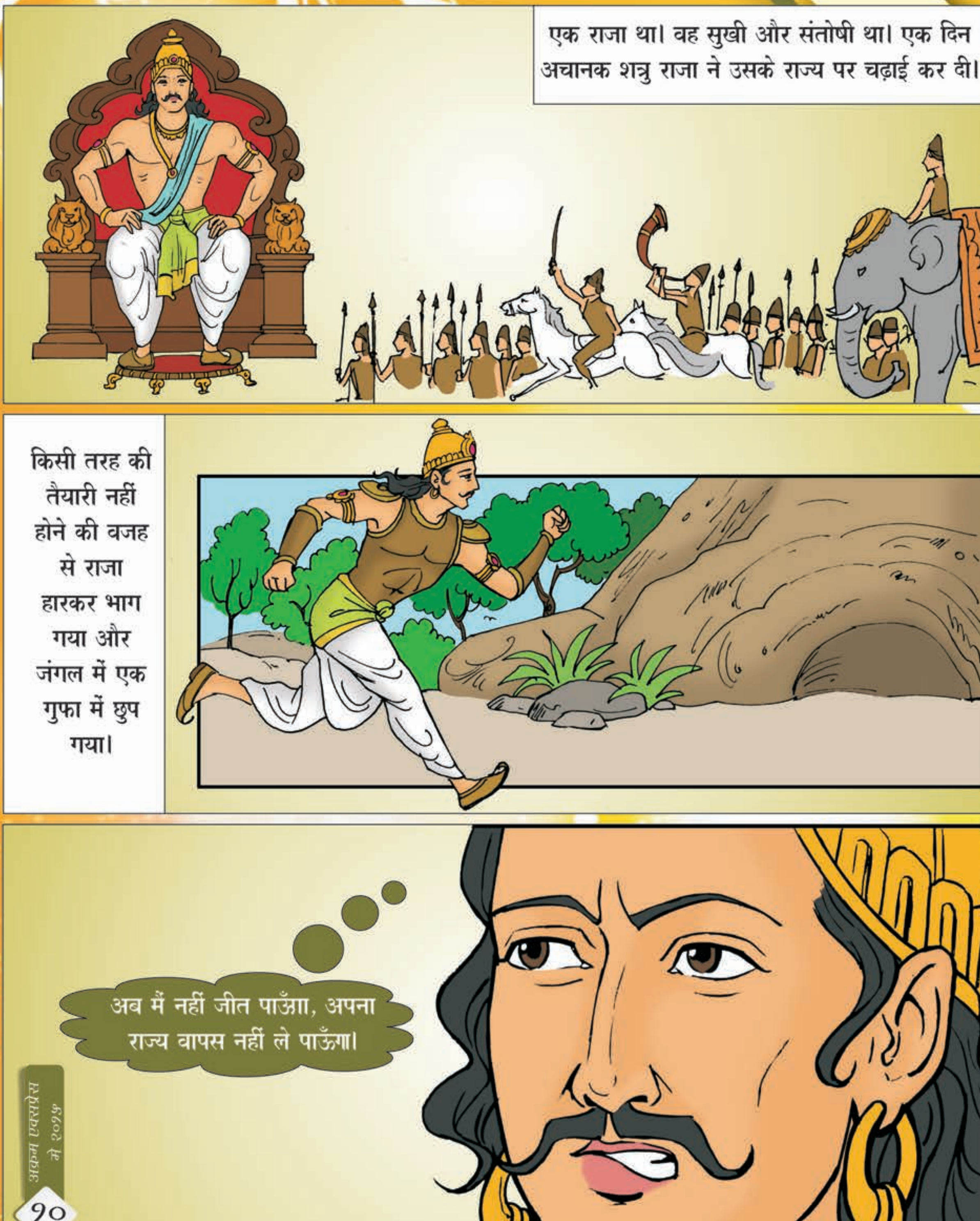
हमने उणोदरी तप ठेठ तक किया है! दोनों समय ज़रूरत से थोड़ा कम ही खाते हैं। हमेशा के लिए!

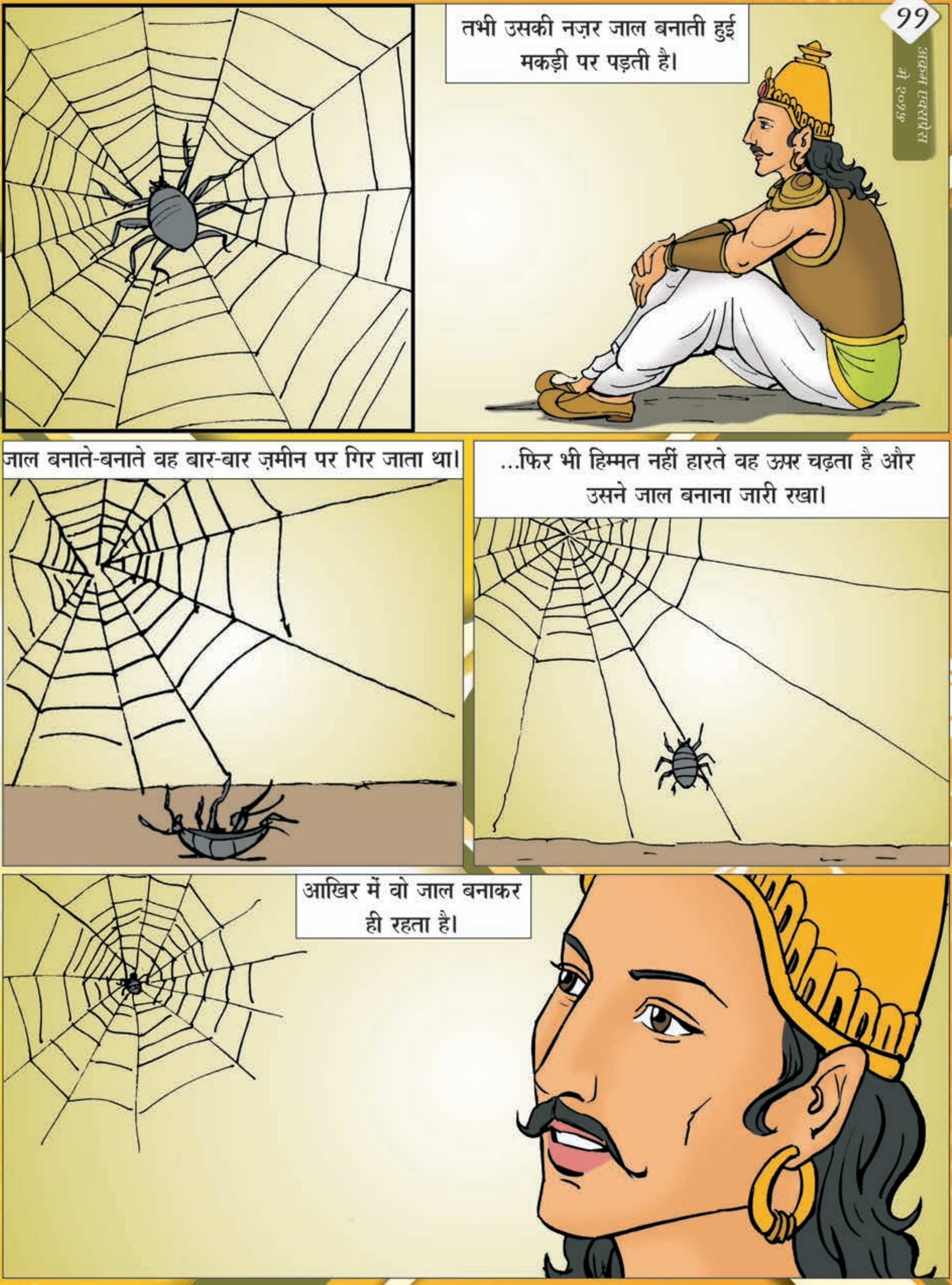
जैसे-जैसे आहार कम होता है, वैसे-वैसे प्रमाद घटता है और बुद्धि का डेवेलपमेन्ट (विकास) होता है। ज्यादा खुराक से बुद्धि मोटी हो जाती है।

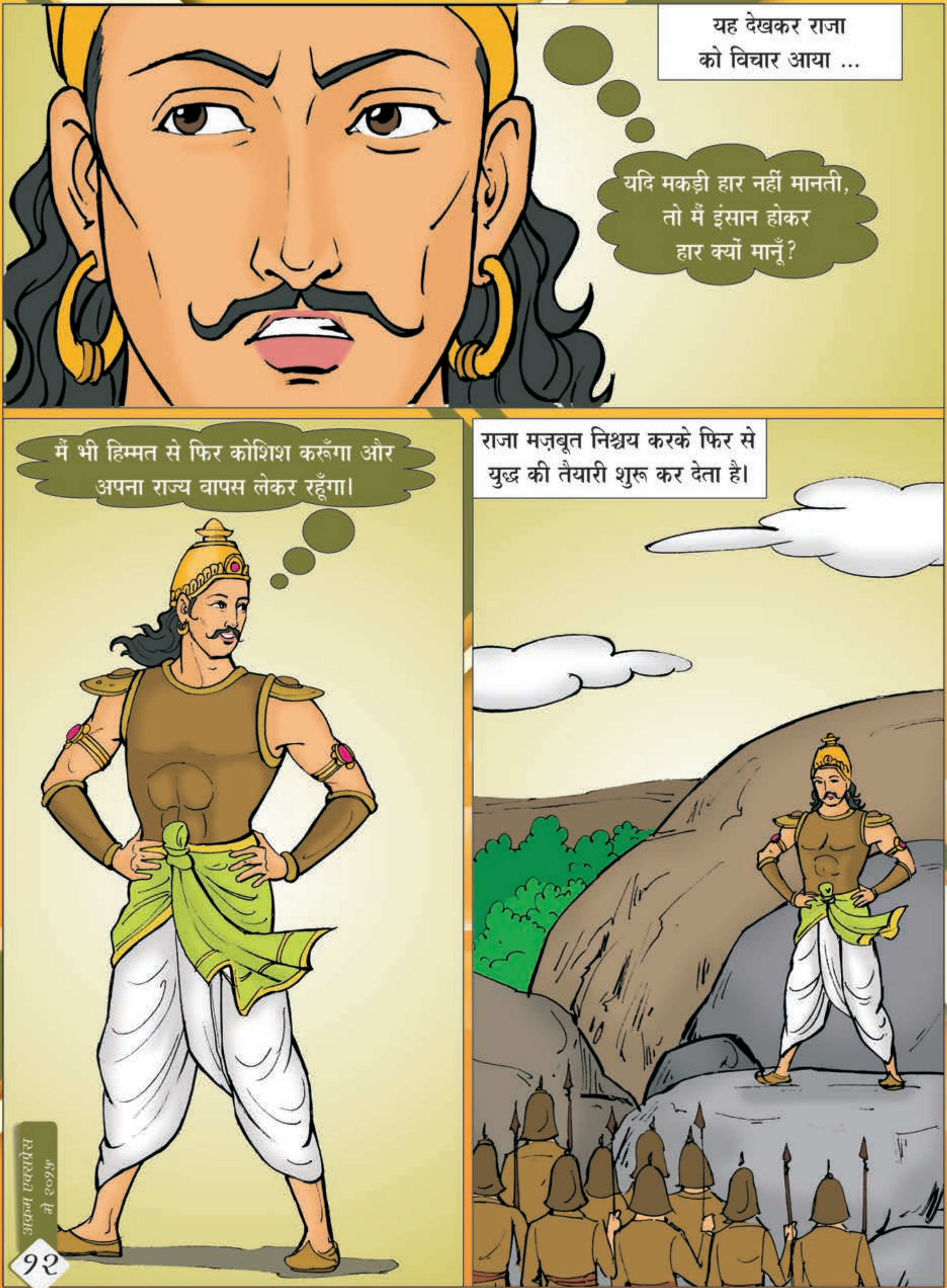
फूड कोर्नर

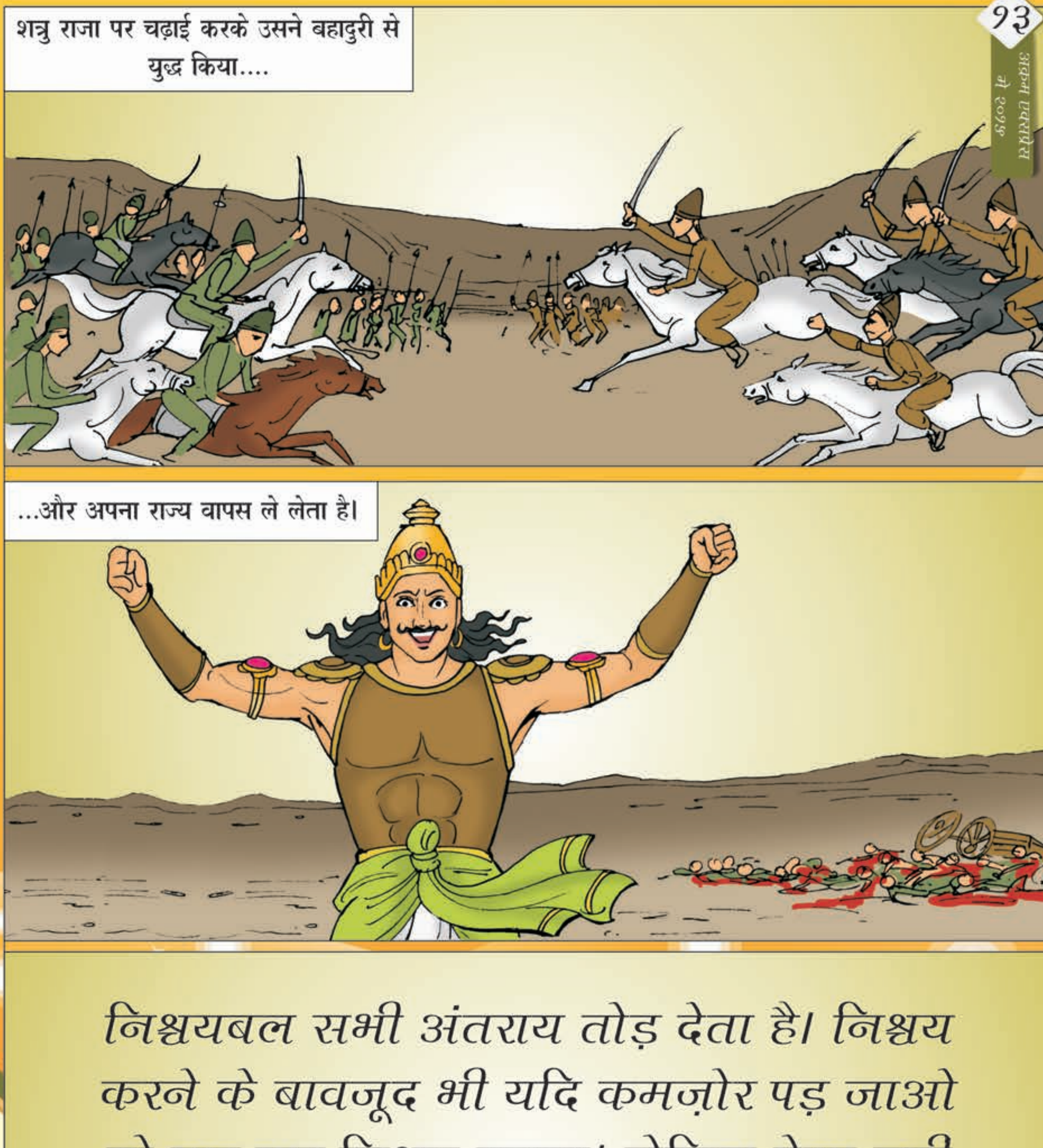


निश्चयबल से टूटे अंतराय



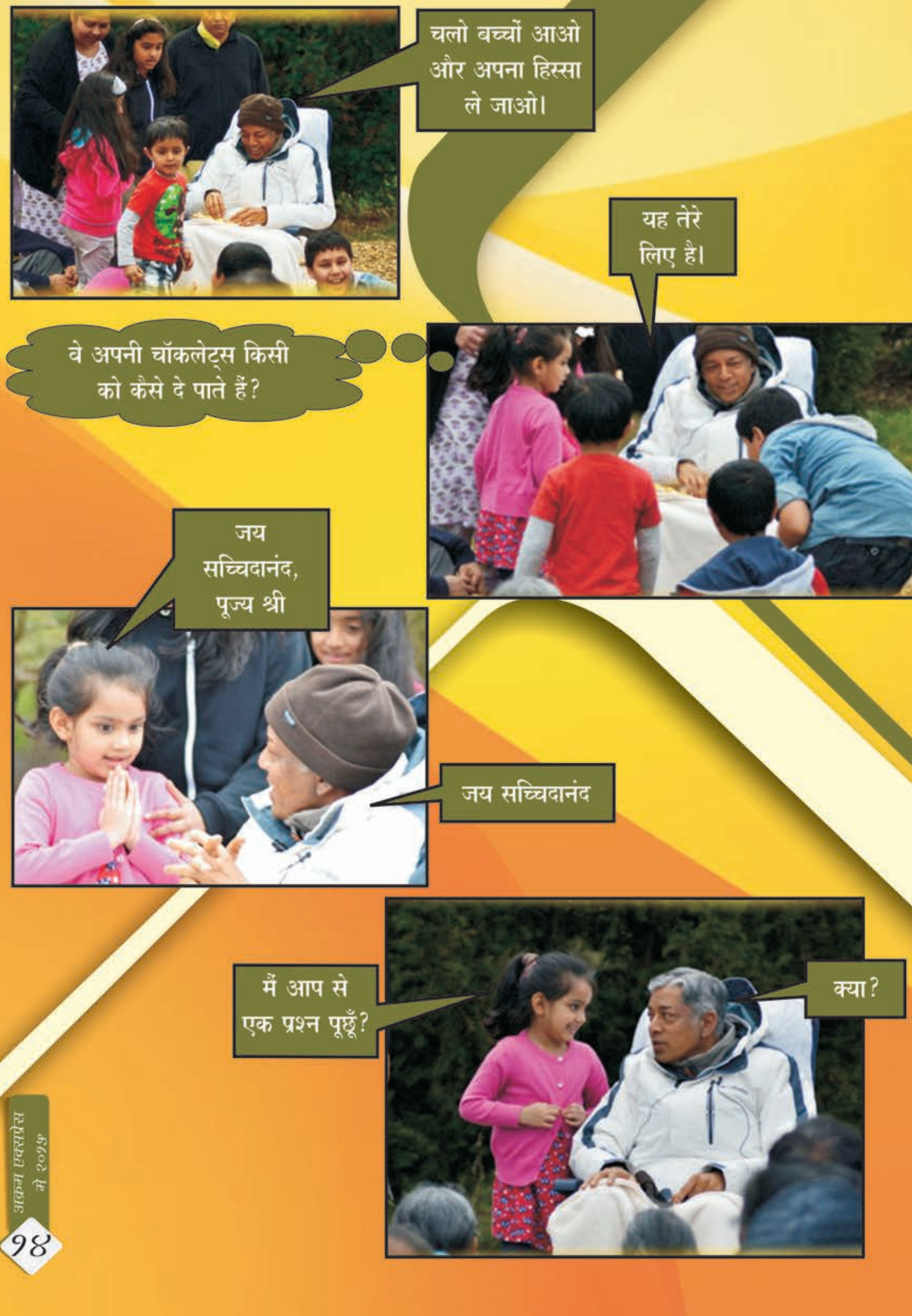

तभी उसकी नज़र जाल बनाती हुई मकड़ी पर पड़ती है।
जाल बनाते-बनाते वह बार-बार ज़मीन पर गिर जाता था।
...फिर भी हिम्मत नहीं हारते वह ऊपर चढ़ता है और उसने जाल बनाना जारी रखा।
आखिर में वो जाल बनाकर ही रहता है।


यह देखकर राजा को विचार आया ...
यदि मकड़ी हार नहीं मानती, तो मैं इंसान होकर हार क्यों मानूँ?
मैं भी हिम्मत से फिर कोशिश करूँगा और अपना राज्य वापस लेकर रहूँगा।
राजा मज़बूत निश्चय करके फिर से युद्ध की तैयारी शुरू कर देता है।



निश्चयबल सभी अंतराय तोड़ देता है। निश्चय करने के बावजूद भी यदि कमज़ोर पड़ जाओ तो बार-बार निश्चय करना। लेकिन ऐसा नही बोलना है कि "यह मुझ से नही हो सकेगा।" ऐसा बोलने से बिगड़ जाता है।

मनपसंद कहानी


चलो बच्चों आओ और अपना हिस्सा ले जाओ।
यह तेरे लिए है।
वे अपनी चॉकलेट्स किसी को कैसे दे पाते हैं?
जय सच्चिदानंद, पूज्य श्री
जय सच्चिदानंद
मैं आप से एक प्रश्न पूछूँ?
क्या?

आप अपनी मनपसंद चीज़ दूसरे को कैसे दे पाते हैं? में तो अपनी चीज़ किसी को नहीं दूँ।

खुद की चीज़ औरों को देने से मन बड़ा हो जोता है। और बड़े मन की कीमत इस चॉकलेट से बहुत ज्यादा है। वह मोक्ष के लिए हेल्पफुल है।

इसलिए यह चॉकलेट ले और अपने में बड़े मनवाले होने का गुण विकसित कर।

पूज्य श्री, मुझे हमेशा के लिए बड़ा मनवाला बनने की शक्ति दीजिए।

दादा तुझे शक्ति दें!

अब्राहम लिंकन की

यू.एस.ए. के सोलहवे प्रेसीडेंट बनने से पहले लिंकन व्यवसाय से वकील थे। लेकिन वे सामान्य वकील से कुछ अलग प्रकार के वकील थे। चाहे कितने भी पैसे मिलें लेकिन वे झूठा केस कभी नहीं लड़ते थे। यह तो ठीक, लेकिन अपनी फीस छोड़कर भी वे दो विरोधियों के बीच समाधान करवा देते थे। कोर्ट में वकालत करके ही उनका गुज़ारा चलता था। फिर भी अपना स्वार्थ छोड़कर वे लोगों के बीच सुलह कराने में अपनी शक्ति खर्च करते थे।

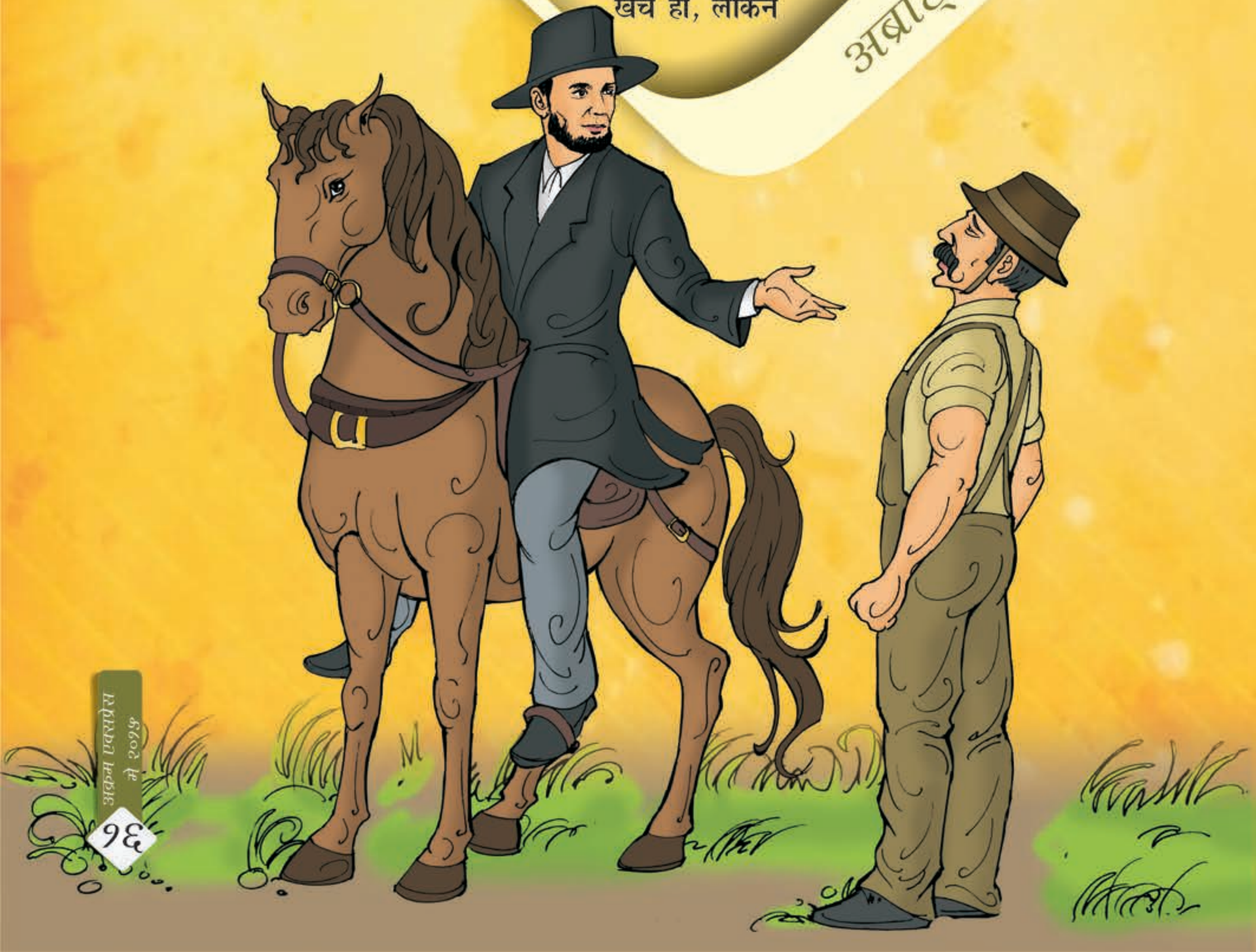
एक बार वे अपने घोड़े पर कानून की पुस्तकें लादकर एक गाँव से दूसरे गाँव जा रहे थे। रास्ते में उन्हें एक किसान मिला।

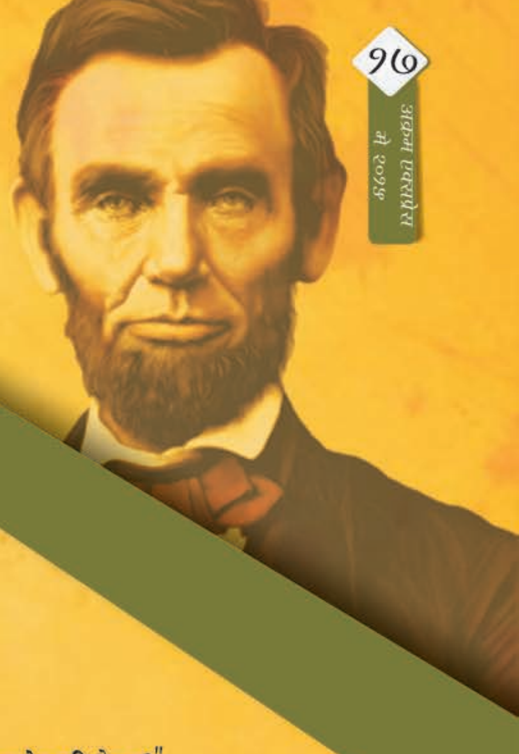
"हल्लो, टोमी अंकल," लिंकन ने उस किसान को सलाम किया, "मज़े में हो न?"

"अरे लिंकन, मैं तुम्हारे पास ही आनेवाला था। हमें कोर्ट में एक केस करना है।" किसान ने कहा।

"किस चीज़ के लिए?" लिंकन ने पूछा।

"देखो न भाई, जीम एडम्स की और मेरी जमीन पास-पास में है। आजकल वह मुझे बहुत परेशान कर रहा है। मैंने निश्चय किया है कि चाहे जितना खर्च हो, लेकिन





मैं उसे दिखा दूँगा! इसलिए कोर्ट में केस किए बिना चारा ही नहीं!" ऐसा लगा कि किसान केस करने के लिए उत्सुक है।

"टोमी अंकल," लिंकन ने कहा, "अभी तक आपके साथ जिम का कभी कोई झगड़ा नहीं हुआ है, ठीक है न?" लिंकन ने पूछा

"ठीक है।"

"वैसे तो वह अच्छा पड़ोसी है। ठीक है न?"

"अच्छा तो नहीं, लेकिन ठीक कह सकते हैं।"

"फिर भी वर्षों से आप एक-दूसरे के साथ पड़ोसी की तरह रह रहे हैं, यह तो सही है न?"

"हाँ, पंद्रह साल से।"

"पंद्रह साल में बहुत से अच्छे-खराब मौके आए होंगे और उनमें आपने एक-दूसरे की मदद भी की होगी, ठीक है न?"

"ऐसा कह सकते हैं।"

टॉमी अंकल, लिंकन ने कहा "यह मेरा घोड़ा बहुत अच्छी नस्ल का तो नहीं है और शायद इससे अच्छा घोड़ा मैं ले भी सकता हूँ। लेकिन इस घोड़े की खासियत मैं जानता हूँ। इसमें जो कमियाँ हैं, वे भी मैं जानता हूँ और इससे मेरा काम चल रहा है। यदि मैं दूसरा घोड़ा लूँ तो वह किसी तरह से इससे अच्छा भी होगा, लेकिन उसमें कई दूसरी कमियाँ भी होंगी, क्योंकि प्रत्येक घोड़े में कुछ न कुछ कमी तो होती ही है। इसलिए मुझे तो ऐसा लग रहा है कि घोड़े की कमियों को देखने की जगह, उसकी अच्छाइयों को ध्यान में रखकर उसके साथ निभाकर चल सकूँ तो इसी में घोड़े का और मेरा भला है।"

लिंकन की बात सुनकर किसान ने हाँ करते हुए कहा : "आपकी बात सही है, जिम एडम्स के साथ निभा लेने में ही उसका और मेरा भला है।"

देखा मित्रो, लिंकन ने अपनी पॉज़िटिव दृष्टि और बोध कला से दो पड़ोसियों के बीच कितनी सुंदर वेल्डिंग कर दी!

आज हम भी निश्चय करेंगे कि किसी के साथ डिस-एडजस्टमेन्ट हो तो उस व्यक्ति के पॉज़िटिव गुण देखकर उसके साथ एडजस्ट हो जाएँगे, ठीक है न?

हा...हा...ही...ही...

१.

दो स्त्रियाँ आम के पेड़ के नीचे बैठकर दो घंटों से बातें कर रही थी।

पहली स्त्री : अभी तो आम को पकने में देर हैं तो यह आम कैसे आ गिरा?

पहली स्त्री की बात सुनकर दूसरी स्त्री जवाब दे उससे पहले ही आम ने हाथ जोड़कर जवाब दिया कि "मैं पक गई हूँ," मैं आप दोनों की दो घंटों से बातें सुनकर ही पक गई हूँ।

२.

टीचर : मोन्टु, १ से १० तक की गिनती बोलो।

मोन्टु : १,२,३,४,५,७,८,९,१०....

टीचर : ६ कहाँ गया?

मोन्टु : टीचर, वह तो मर गया।

टीचर : मर गया! कैसे मर गया?

मोन्टु : टीचर, आज सुबह ही टी.वी. पर न्यूज़ आ रहे थे कि स्वाइन फ्लू में ६ के मौत हुए हैं।

३.

सोनू : मैं मोनू को लेकर आजकल बहुत परेशान हूँ। उसके हैन्ड्राइटिंग इतने खराब है कि ठीक से पढ़ भी नहीं पाते।

चिन्टू : मोनु के हैन्ड्राइटिंग खराब है उसमें तू क्यों परेशान हो रहा है?

सोनू : वास्तव में परीक्षाखंड में वह मेरे आगे ही बैठता है....

४.

एकबार तीन गप्पीदास इकट्ठे हुए।

पहला : मेरे दादा जी के ज़माने में एक व्यक्ति पाँचवी मंज़िल से गिरा था फिर भी उसे कुछ नहीं हुआ।

दूसरा : बस, लेकिन मेरे दादा जी के ज़माने में तो एक व्यक्ति पचासवे मंज़लि से गिर पड़ा था फिर भी उसे कुछ नहीं हुआ था।

तीसरा : बस, मेरे दादा जी के ज़माने में तो एक व्यक्ति पाँच सौवे मंज़लि से गिर पड़ा (इतना बोलकर वह चुप हो गया)

बाकी के दोनों एक साथ बोल उठे : बाद में क्या हुआ?

तीसरे ने कहा, फिर क्या, "कोइ व्यक्ति अभी तक गिरा नहीं है, अगर कभी गिर पड़ेगा तो बताउँगा।"

५.

एक वृद्ध : "कैसा है बेटा?"

सोनू : "अच्छा हूँ।"

वृद्ध : "पढ़ाई कैसी चल रही है?"

सोनू : "एकदम आपकी ज़िंदगी की तरह!"

वृद्ध : "तेरे कहने का मतलब नहीं समझा?"

सोनू : "भगवान के भरोसे"

६.

सोनू : पिछली रात मैंने तीन घंटे तक फिल्म देखी, लेकिन उसमें ना ही कोई सीन आया कि ना ही कोई आवाज़ आई।

मोनू : फिल्म का नाम क्या था?

सोनू : नो डिस्क इन्सर्टेड

सीमंधर सिटी

कई गाँवमें आयोजित किए गए समर केम्प की एक झलक

Akram Express

May 2015
Year : 3, Issue : 2
Conti. Issue No.: 26

BALVIGNAN
Fun 'n' Gnan with Dada

Date of Publication On 8th Of Every Month
RNI No.GUJHIN/2013/53111
Postal Reg. No. G- GNR-306/14-16
valid up To 31-12-2016
LPWP Licence No. CPMG/GJ/119/2014
valid up To 31-12-2016
Posted at Adalaj Post Office
on 08th of every month

अक्रम एक्सप्रेस के सदस्यों के लिए सूचना

१. आपकी वार्षिक सदस्यता समाप्त हो रही है उसका पता कैसे चलेगा? यदि आपकी इस महीने में आई हुई अक्रम एक्सप्रेस के कवर के लेबल पर लगे हुए मेम्बरशीप नं. के बाद **#** हो तो यह आपकी अंतिम अक्रम एक्सप्रेस है। उदा. **AGIA4313#** और यदि लेबल पर मेम्बरशीप नं. के बाद **##** हो तो अगले महीने में आपकी सदस्यता समाप्त होगी। उदा. **AGIA4313##** अक्रम एक्सप्रेस रिन्यूअल की जानकारी संपादकीय पेज पर दी गई है।

२. यदि किसी महीने का अक्रम एक्सप्रेस आपको नहीं मिला हो तो नीचे दी गई माहिती फोन नं. ८१५५००७५०० पर **SMS** करें।

१. कच्ची पावती नंबर या **ID No.**, २.पूरा एड्रेस पिन कोड के साथ, ३. जिस महीने का मैगज़िन नहीं मिला हो, उस महीने का नाम।

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.