मई २०१६

दादा भगवान परिवार का

कीमत ₹ १२/-

अक्रम एक्सप्रेस

छुट्टियों का मज़ा

संपादक :
डिम्पल मेहता
वर्ष : ४ अंक : २
अखंड क्रमांक : ३८
मई २०१६

संपर्क सूत्र
बालविज्ञान विभाग
त्रिमंदिर संकुल, सीमंधर सिटी,
अहमदाबाद - कलोल हाइवे,
मु.पो. - अडालज,
जिला . गांधीनगर - ३८२४२१, गुजरात
फोन : (०७९) ३९८३०१००
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.
Total 20 pages including cover

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

संपादकीय

हर साल की तरह फिर से छुट्टियाँ आ गई हैं और मुझे विश्वास है कि आप सभी अपने इस मनपसंद अंक का आतुरता से इंतज़ार भी कर रहे होंगे।

तो इस बार ऐसा अंक है कि सचमुच आप सभी को मज़ा आ जाएगा । नई-नई बातों के साथ-साथ नए-नए ढंग की एक्टिविटीज़ भी इसमें दी गई हैं और मुझे विश्वास है कि इन्हें करने में आपको बहुत ही मज़ा आएगा। तो शुरू करो और मज़े करो।

हर एक पेज को फाड़कर जैसा उसमें दिखाया गया है, उस तरह से छोटी स्टोरी बुक बनाई जा सकेगी। अंत में कवर पेज बचेगा, उससे स्टोरी बुक का कवर पेज बन जाएगा। कवर पेज पर दिखाए अनुसार करना है। जिसके स्टेप्स नीचे दिए गए हैं।

(१) कैंची दिखाई है, वहाँ से काटो (२) काली लाइन से अंदर फोल्ड करो (३) उल्टा करके, पट्टी पर गोंद लगा दो (४) पेज़ १ को उल्टा करो (५) गोंद लगाए हुए भाग को काली लाइन पर चिपका दो (६) ऊपर से मोड़ दो (७) होलीडे ट्रेज़र तैयार

-डिम्पल मेहता

16

लोगों की निंदा-चुगली करने से लक्ष्मी नहीं मिलती।

ज्ञानी कहते हैं...

14

दादाजी...

3

जगत् में सभी सुख ढूँढते हैं। सुख ऐसा होना चाहिए कि जिसके बाद कभी दुःख न आए।

हक़ीक़त में इस जगत् में दुःख जैसी कोई चीज़ ही नहीं है। कल्पना से पैदा किया हुआ है। अगर जलेबी में दुःख है ऐसी कल्पना करता है तो उससे दुःख होता है और सुख है ऐसी कल्पना करता है तो सुख होता है। इसलिए यह यथार्थ सुख नहीं है।

सच्चा सुख तो सभी को एक समान लगता है। आप जिसमें सुख मानते हो उसमें किसी दूसरे को अपार दुःख लगता है। ऐसा यह जगत् है।

15

जब से देना सीखते हैं तब
से सद्बुद्धि आने
लगती है।

13

अहिंसा किसे कहते हैं कि खुद के
पास पूरी शक्ति होने के बावजूद
भी अगर कोई कुछ करे तो भी
खुद कुछ नहीं करता।

मैं जानता हूँ कि यह सब सिखाना बहुत ही मुश्किल है, लेकिन मैं आपसे विनती करता हूँ कि आपसे इस विषय में जितना हो सके उतना ज़रूर करना।

शिक्षक को पत्र

अब्राहम लिंकन ने जब अपने बेटे का दाखि़ला स्कूल में करवाया, तब शिक्षक को लिखा हुआ पत्र...

उसे सहिष्णु बनने की हिम्मत देना और उसमें शक्तिशाली बनने का धीरज भी पैदा करना।

उसे यह भी सिखाना कि जैसे दुश्मन होते हैं वैसे ही अच्छे मित्र भी होते हैं।

2

आदरणीय शिक्षक श्री,

उसे यह सिखाना कि समाज में जैसे लुच्चे और स्वार्थी इंसान होते हैं, वैसे ही अच्छे और समर्पण की भावनावाले इंसान भी होते हैं।

15

पुस्तकों की दुनिया से उसे थोड़ा फुरसत का समय भी देना जिससे वह कुदरत की गोद में खेले और उसके शाश्वत रहस्यों को खोजने का आनंद भी ले सके।

4

सही ढंग से कमाया हुआ एक डॉलर मुफ्त में मिले हुए पचास डॉलर से कई गुना कीमती है।

13

उसे प्रेम से संभालना लेकिन ज़रूरत से ज्यादा प्यार दिखाकर बिगाड़ना नहीं, क्योंकि अग्नि में तपकर ही लोहा फौलाद बनता है।

16

सभी भक्तों का सिर शर्म से झुक गया।

तीर्थ क्या करे?

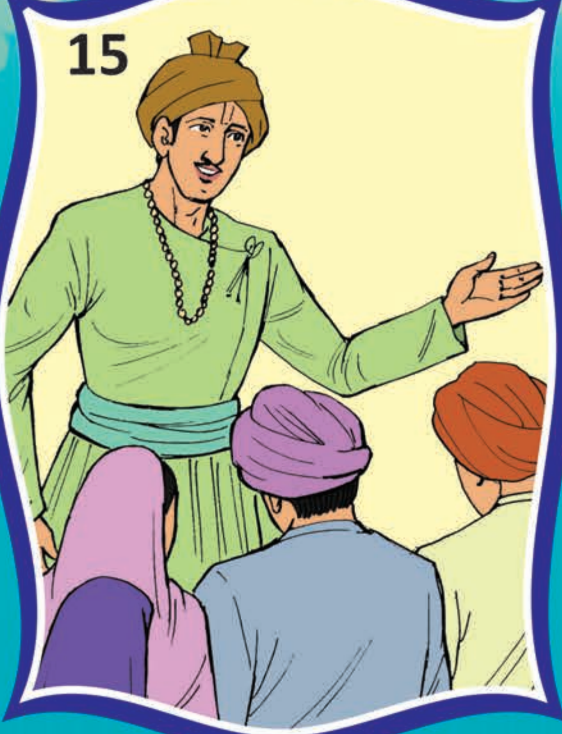
14

तुकाराम ने कहा: "सही बात है। इसी तरह चाहे जितनी भी यात्राएँ कर लें, लेकिन यदि अपना स्वभाव नहीं बदलेंगे तो हम भी इस कड़वी तुंबड़ी जैसे ही रहेंगे।"

3

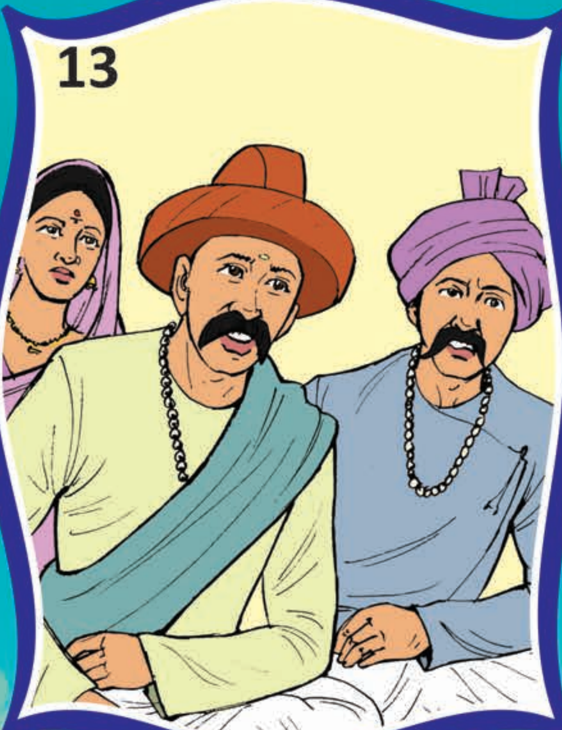
2

कई भक्तों ने तीर्थ यात्रा में जाने का निश्चय किया। संत तुकाराम बार-बार उन्हें क्रोध-मान-माया-लोभ में से छूटने के लिए कहते लेकिन भक्त सुनते ही नहीं थे।



4

संत तुकाराम ने उन्हें सीख देने का निश्चय किया। उन्होंने भक्तों को बुलाकर कहा, "मैं तो यात्रा में आ सकूँ ऐसी स्थिति में नहीं हूँ, लेकिन मेरी यह तुंबड़ी (सूखी हुई लौकी या तोरई) ले जाओ। इसे हर तीर्थ में स्नान करवाना!"



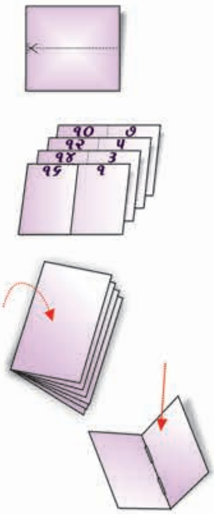
16

अपनी नन्ही स्टोरी बुक कैसे बनाएँगे?

१) पेज को फाड़कर जहाँ कैंची दिखाई गई है, उस लाइन पर से कागज़ को काटो।

२) पेज नंबर देखकर सभी पेज को एक के नीचे एक सेट करो।

३) सेट करने के बाद पेज की गड्डी को बीच से मोड़ो और वहाँ स्टेपल करो।

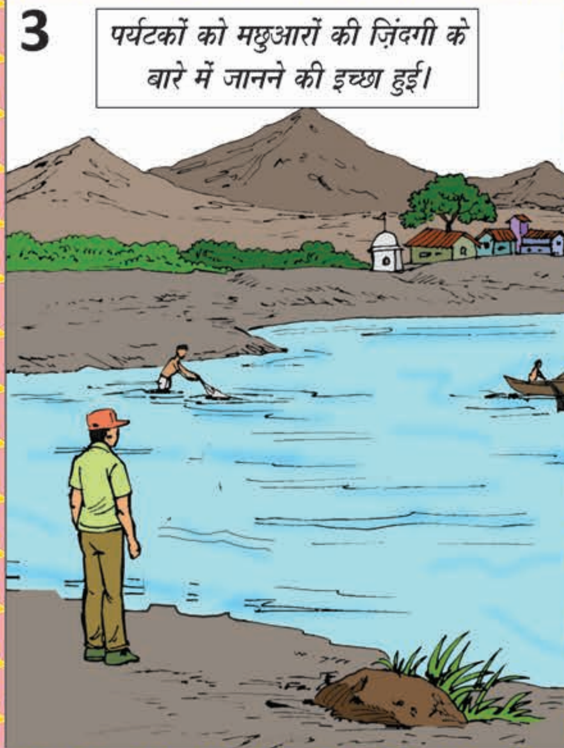


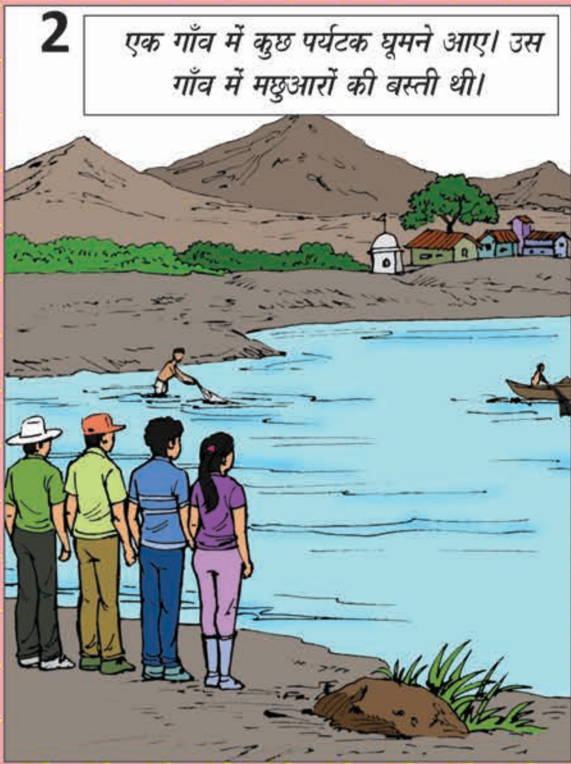
आपकी पॉकिट स्टोरी बुक तैयार है!!!

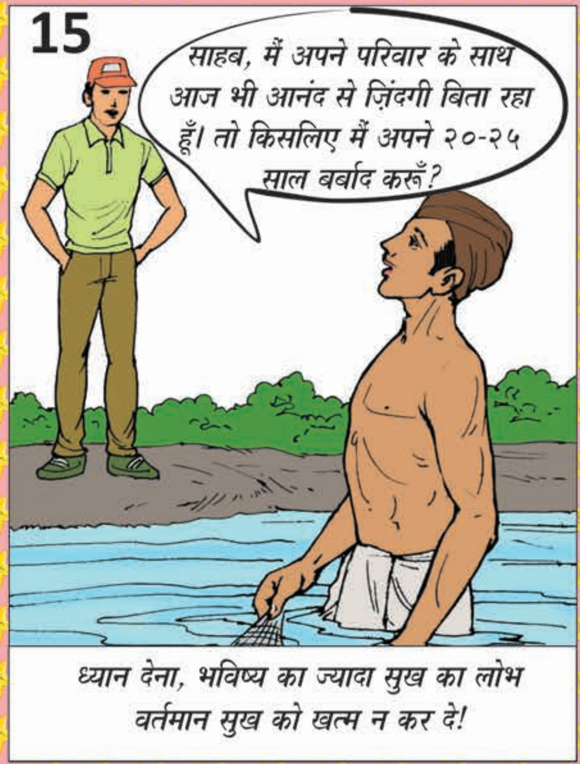
आनंद तो मेरे पास ही है

14

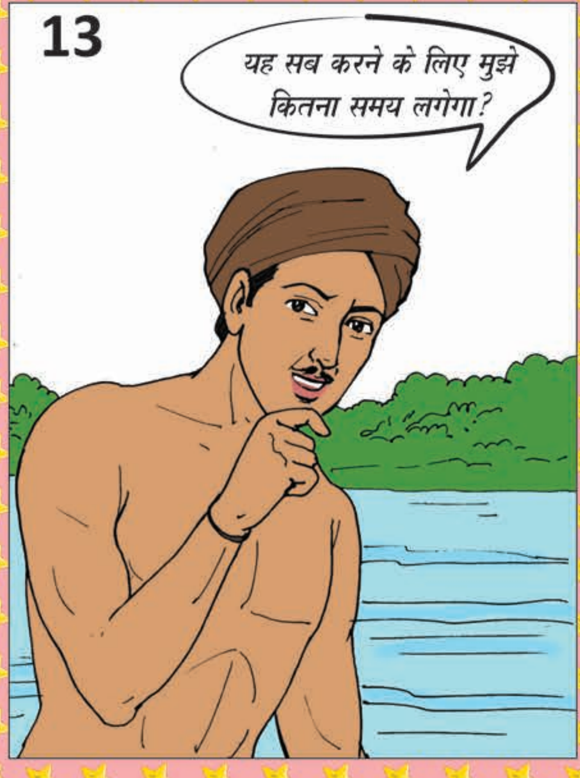
3




2
एक गाँव में कुछ पर्यटक घूमने आए। उस गाँव में मछुआरों की बस्ती थी।


15
साहब, मैं अपने परिवार के साथ आज भी आनंद से ज़िंदगी बिता रहा हूँ। तो किसलिए मैं अपने २०-२५ साल बर्बाद करूँ?
ध्यान देना, भविष्य का ज्यादा सुख का लोभ वर्तमान सुख को खत्म न कर दे!

4
आप दिन में कितने समय में कितनी मछलियाँ पकड़ते हो?
मैं तीन-चार घंटे के अंदर जितनी मछलियाँ पकड़ी जाएँ, उतनी पकड़ता हूँ।


13
यह सब करने के लिए मुझे कितना समय लगेगा?

12
अरे, ज्यादा पैसे कमाकर तुम दो से तीन और तीन से चार बोट और ऐसा करते-करते तुम्हारे पास इतने पैसे हो जाएँगे कि तुम शहर में रहने के लिए आ सकोगे और तुम्हारे पास भी गाड़ी-बंगला सब हो जाएगा। फिर तुम अपने परिवार के साथ आनंद से ज़िंदगी बिता सकोगे।

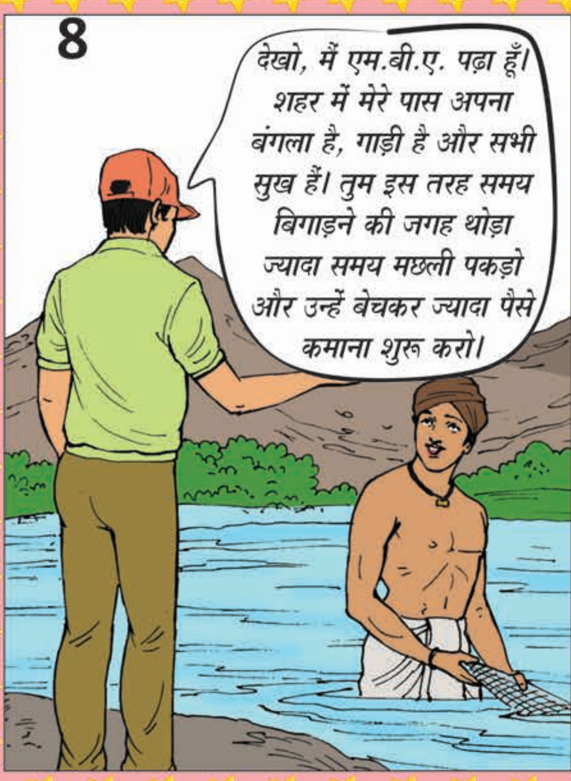
5
बस, तीन-चार घंटे! तो फिर आप घर किस तरह चलाते हो और बाकी के समय क्या करते हो?

10
ज्यादा पैसे कमाकर, तुम दूसरी बोट (नाव) खरीद सकते हो और इससे तुम ज्यादा मछली पकड़ सकोगे और ज्यादा पैसे कमा सकोगे।

7
थोड़ा समय हम अपनी पत्नी के साथ बिताते है, शाम को सभी मित्रों के साथ मिलकर गीत गाते हैं और ज़िंदगी का मज़ा लूटते हैं।

6
मेरा घर इतने में ठीक से चलता है और बाकी के समय में हम थोड़ा आराम करते हैं, अपने बच्चों के साथ खेलते हैं।

11
लेकिन मैं इतने ज्यादा पैसे कमाकर क्या करूँगा?


8
देखो, मैं एम.बी.ए. पढ़ा हूँ। शहर में मेरे पास अपना बंगला है, गाड़ी है और सभी सुख हैं। तुम इस तरह समय बिगाड़ने की जगह थोड़ा ज्यादा समय मछली पकड़ो और उन्हें बेचकर ज्यादा पैसे कमाना शुरू करो।

9
लेकिन मैं ज्यादा पैसे कमाकर क्या करूँगा?

12

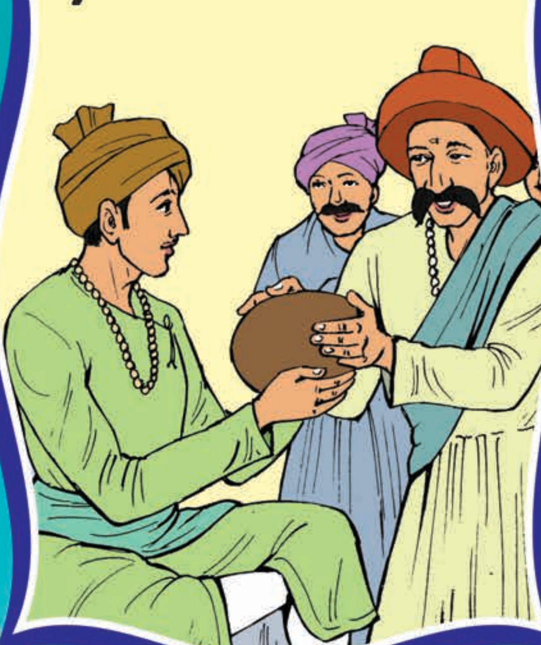
"इसका स्वभाव ही
ऐसा है। फिर तीर्थ
क्या करे?"

5

10

“इतने सारे तीर्थों में
स्नान किया फिर भी यह
कड़वी क्यों रही?"

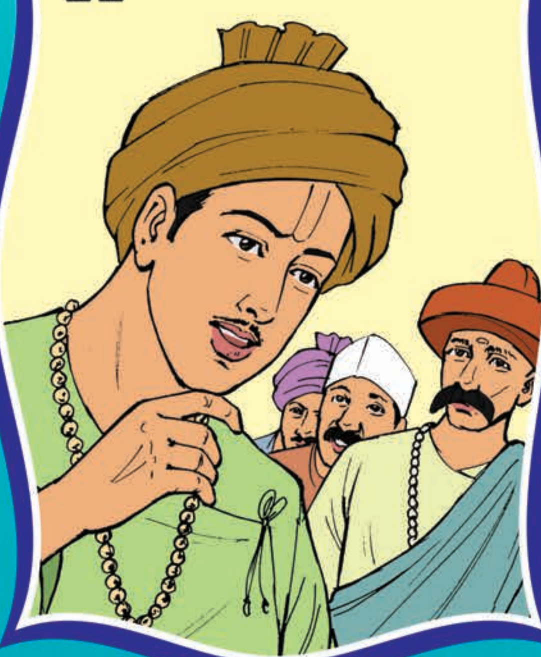
7



6

भक्त अनेक तीर्थों की यात्रा करके वापस आए। उन्होंने तुकाराम को तुंबड़ी लौटाई और कहा, "हमने इसे हर एक तीर्थ का स्नान करवाया है।"

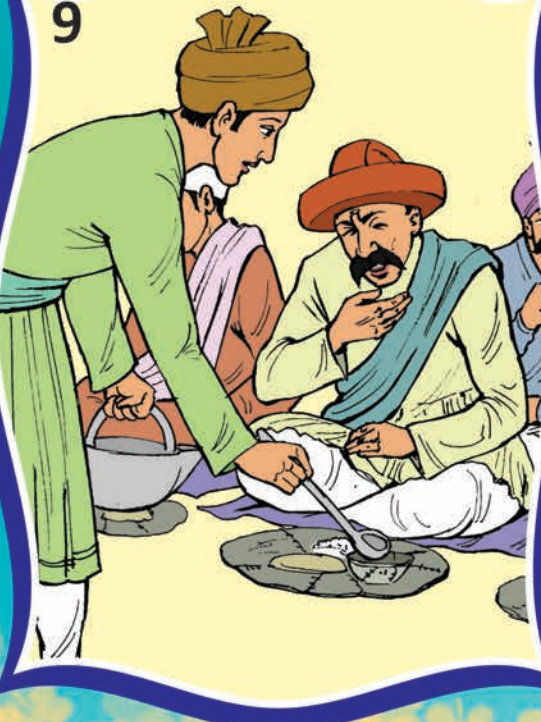
11



8

तुकाराम ने उसी तुंबड़ी की सब्ज़ी बनाकर भक्तों को परोसी। भक्तों ने खाकर थूक दिया और मुँह बिगाड़कर बोले, "यह तो कड़वी है।"

9



12

भीड़ के दबाव से झुक न जाए और यदि वह सच्चा है, तो अडिग होकर सामना करे, ऐसा सिखाना।

5

उसे खेल में दिल से हारना सिखाना और जीवन का आनंद उठाना भी सिखाना।

10

उसे टेढ़ी दृष्टिवाले इंसानों से दूर रहना और खुशामद करनेवालों से जागृत रहना भी सिखाना।

7

मेरे बेटे में यह शक्ति भी हो कि जब सभी हवा की दिशा में चल रहे हों, तब टोले का अनुसरण करने के बजाय वह अकेला चल सके।

6

उसे इतना ज़रूर सिखाना कि, परीक्षा में चोरी करके पास होने के बजाय फेल होना ज्यादा सम्मान जनक है।

11

उसे अपनी बुद्धि और शक्ति की अधिक से अधिक कीमत पैदा करना सिखाना, लेकिन अपनी आत्मा और हृदय को पैसे के लिए बेच न दे, ऐसा भी सिखाना।

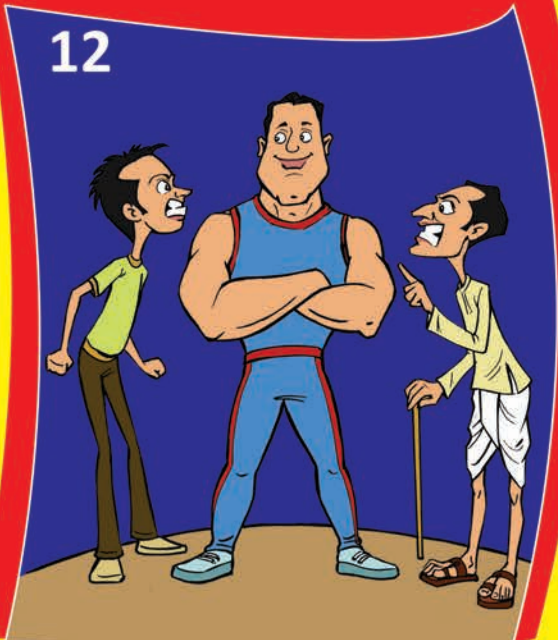
8

उसे सभी की बात शांति से सुनने की आदत डालना, लेकिन उसे यह भी सिखाना कि सत्य की छलनी में छानकर जो अच्छा हो उसे ही ग्रहण करे।

9

यदि आपसे हो सके तो उसे दुःख में भी खुश रहना सिखाना, उसे यह भी सिखाना कि आँसू आने में भी कोई शर्म नहीं है।

12



5

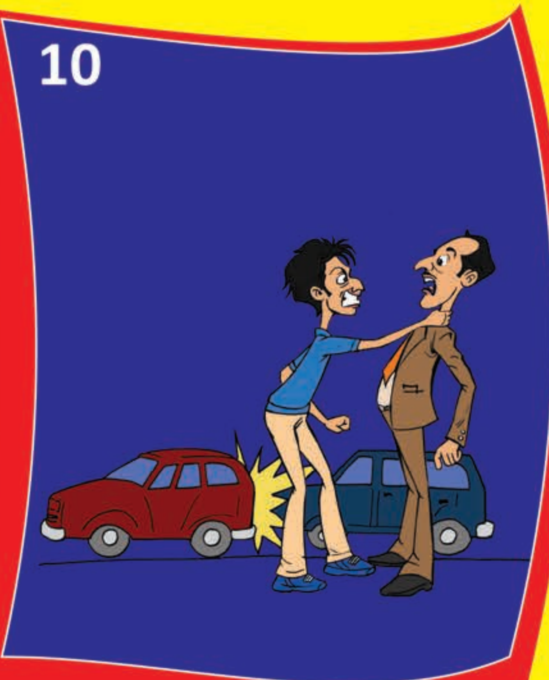
नीरू माँ...

अपनी प्रत्येक क्रिया के समय यह ख्याल आना चाहिए कि जो मैं बोल रहा हूँ उसका सामनेवाले पर क्या असर होगा।

यदि यह ख्याल नहीं आता हो तो रोज़ सुबह पाँच बार दिल से बोलो कि "मेरे मन से, वाणी से और वर्तन से किसी को दुःख न हो।" यह जितना बोलोगे उतना विज़न खुलता जाएगा। तो दुःख देना कम होता जाएगा।

यदि हमसे किसी व्यक्ति को बार-बार दुःख दे दिया जाता हो, ऐसे व्यक्ति के लिए स्पेशली फिर से पाँच बार बोलो। उससे सामना होनेवाला हो, उससे पहले यह बोलना शुरू कर दो। यह बहुत हेल्प करेगा।

10



पूज्यश्री...

7

ध्येय उसे कहते हैं कि दिन में पच्चीस बार याद आए। दो-तीन महीने में एक बार याद आए उसे ध्येय नहीं कहा जाता।

मोक्ष का ध्येयवाला कैसा होता है? उसे हर समय अपने मोक्ष के लिए क्या हितकारी है, क्या बाधक है उसकी जागृति रहती हो। वह कहीं भी चूके नहीं। कुछ भी गलत करने पर उसे तुरंत चुभे कि इससे मेरा अवतार बिगड़ेगा। मेरा मोक्ष नहीं होने देगा। वह मोक्ष का ध्येयवाला कहा जाएगा। किसी के साथ टकराव होने पर उसे विचार आए कि इस जीव के साथ मेरा वैर बंध जाएगा। इससे मेरा छुटकारा कैसे होगा? इसलिए वह तुरंत पलट जाएगा। एडजस्टमेन्ट लेकर तुरंत सॉल्यूशन ले आएगा और अपने मोक्ष के ध्येय से चूकेगा नहीं।

6

11

एक बार झगड़ा करना पाँच हज़ार रुपए का नुकसान करने के बराबर है।

8

यह तो नई ही बात!

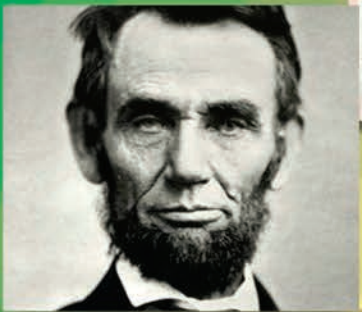
9

जिसे औरों के अनुकूल होना आ जाए उसे कोई दुःख ही नहीं होता।

चार बुक्स

आनंद तो मेरे पास ही है

ज्ञानी कहते हैं...



शिक्षक को पत्र

तीर्थ क्या करे?

हा...हा...ही...ही...

टीचर : चीकु, तेरी अटेन्डेन्स बहुत कम है, तू परीक्षा में नहीं बैठ सकेगा।
चीकु : कोई हर्ज नहीं, हमें ऐसा कुछ अभिमान नहीं है। हम तो खड़े-खड़े भी परीक्षा दे देंगे।

बंटी : क्या तू चाइनीज़ भाषा पढ़ सकता है?
पप्पू : हाँ, अगर वह हिन्दी या अंग्रेज़ी में लिखी हो तो।

एक आदमी ने बहुत ही तेज़ रफ्तार से गाड़ी चलाई और दुर्घटना को निमंत्रित किया। कोर्ट में जज साहब ने पूछा, "बोलो क्या सजा दें? 30 दिन की जेल या 3000 रुपए?"
एक आदमी : "साहब, रुपए दे देंगे तो अच्छा है। गाड़ी रिपेयर हो जाएगी।"

Akram Express
May 2016
Year : 4, Issue : 2
Conti. Issue No.: 38

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

होलीडे ट्रेज़र

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. ८९५५००७५०० पर **SMS** करें।

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

Publisher, Printer & Editor - Mr. Dimplebhai Mehta on behaif of Mahavideh Foundation
Printed at **Amba offset** :- Parshwanath Chembers, Usmanpura, Ahmedabad - 14 and published