दादा भगवान परिवार का

जून २०२१

शुल्क प्रति नकल : ₹ २०/-

अक्रम एक्सप्रेस

अक्रम एक्सप्रेस

समय का महत्व

संपादकीय

बालमित्रों,

सोचो कि ऐसी कोई बैंक हो जो रोज़ सुबह आपके एकाउंट में ८६,४०० रूपये डाल दे और रात होने पर एकाउंट में जितना बैलेंस बचा हो, उसे कैंसल कर दे। अगर ऐसा हो तो आप क्या करोगे? जितना हो सके उतना उन रुपयों का उपयोग करोगे। ठीक है न?

हम सभी के पास ऐसी एक बैंक है। और उस बैंक का नाम है 'समय'। यह समय रूपी बैंक हम सभी को रोज़ सुबह एक समान बैलेंस, यानी कि ८६,४०० सेकन्डस (२४ घंटे = ८६,४०० सेकन्डस) देती है। लेकिन यदि हम इस समय रूपी बैंक के खजाने का सही उपयोग न करें तो नुकसान किसका है? खुद का ही!

चलो, इस अंक के द्वारा हम 'समय' रूपी खजाने का मूल्य समझें और उसका सही उपयोग करने का तरीका सीखें।

-डिम्पलभाई मेहता

Editor : Dimple Mehta

Printer & Published by

Dimple Mehta on behalf of
Mahavideh Foundation
Simandhar City, Adalaj - 382421,
Ta & Dist - Gandhinagar.

Owned by
Mahavideh Foundation
Simandhar City, Adalaj - 382421,
Ta & Dist - Gandhinagar.

Printed at
Amba Multiprint
B-99, GIDC, Sector-25,
Gandhinagar - 382025.

Published at
Mahavideh Foundation
Simandhar City, Adalaj - 382421,
Ta & Dist-Gandhinagar.

वर्ष : ९ अंक: २
अखंड क्रमांक: ९९
जून २०२१

....

संपर्कसूत्र
बालविज्ञान विभाग
त्रिमंदिर संकुल, सीमंधर सिटी,
अहमदाबाद - कलोल हाइवे,
मु.पो. - अडालज,
जिला . गांधीनगर - ३८२४२१, गुजरात
फोन : ९३२८६६११६६/७७
email:akramexpress@dadabhagwan.org
Website: kids.dadabhagwan.org

© 2021, Dada Bhagwan Foundation

जीवंत उदाहरण

एक विद्यार्थी था। उसका नाम अर्नेस्ट था। वह पढ़ाई में बहुत होशियार था। कहानी, निबंध और वकृत्व आदि, सभी प्रतियोगिता में उसका पहला नंबर आता था। एक दिन स्कूल में कहानी लेखन प्रतियोगिता की घोषणा की गई। पहला इनाम १००० डॉलर का रखा गया था। पहली तारीख को प्रतियोगिता की घोषणा की गई और ३१ तारीख तक कहानी लिखकर देनी थी।

"तुम्हारे पास बहुत समय है। तुम अभी से ही कहानी के बारे में सोचना शुरू कर दो," उसकी दीदी ने कहा। लेकिन अर्नेस्ट ने बहन की बात एक कान से सुनी और दूसरे कान से निकाल दी। वह दोस्तों के साथ खेलने चला गया। प्रतियोगिता में भाग लेने वाले दूसरे विद्यार्थियों ने तैयारियाँ शुरू कर दी। जब अर्नेस्ट की बहन उसे प्रतियोगिता के बारे में याद दिलाती तब वह कहता, "दीदी, इतनी जल्दी क्या है? बहुत दिन है। आराम से लिखूँगा। "अर्नेस्ट को अपनी होशियारी पर ज़रूरत से ज्यादा आत्मविश्वास था। क्या समय किसी का इंतज़ार करता है? समय बीतता गया और जब अंतिम दो दिन बचे थे तब उसने कहानी के बारे में सोचना शुरू किया। अंतिम दिन की पिछली रात को देर तक जागकर उसने एक कहानी लिखी और स्कूल में दे दी।

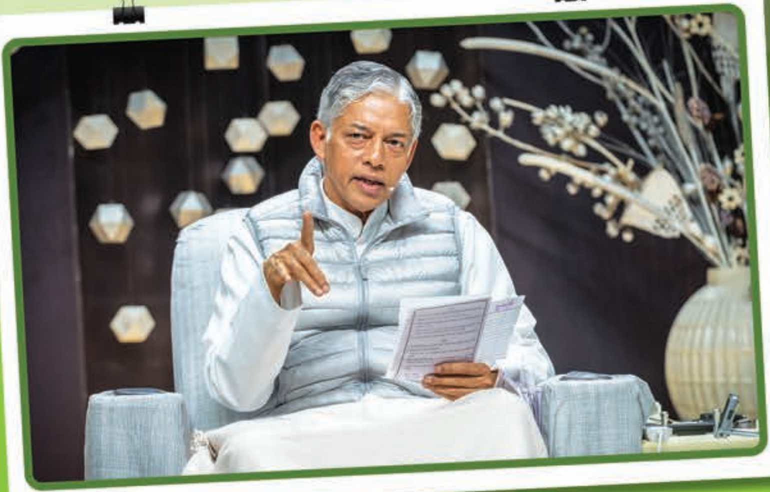
प्रतियोगिता के परिणाम की घोषणा की गई। प्रथम इनाम किसी दूसरे विद्यार्थी को मिला। अर्नेस्ट का अभिमान चकनाचूर हो गया। घर जाकर अर्नेस्ट फूट-फूटकर रोने लगा। उसने अपनी दीदी से कहा, "दीदी, आपकी बात नहीं मानकर मैंने बहुत बड़ी गलती की।"

दीदी ने कहा, "तुम बहुत होशियार हो और लिखते भी बहुत अच्छा हो लेकिन तुम समय का मूल्य नहीं समझ पाए हो। समय को बहुत कीमती समझना और हाँ, याद रखना कि कोई और भी तुमसे ज्यादा श्रेष्ठ हो सकता है।"

बहन के शब्द अर्नेस्ट के हृदय में हमेशा के लिए अंकित हो गए। आगे चलकर उन्होंने उच्च कोटि के साहित्य की रचना की। अर्नेस्ट को साहित्य में नोबल पुरस्कार भी मिला। आज भी अर्नेस्ट हेमिंग्वे विश्व भर में एक विख्यात लेखक के तौर पर जाने जाते हैं।

समय बहुत ही कीमती है। जैसे कमान से छूटने के बाद तीर कभी वापस नहीं आता, वैसे ही बीता हुआ समय कभी वापस नहीं आता। इसलिए, हमेशा समय का सदुपयोग करना चाहिए।

ज्ञानी कहते हैं...



प्रश्नक़र्ता : मुझे टाइम की वैल्यू समझ में नहीं आती। टाइम की वैल्यू क्या है?

पूज्यश्री : जब हम स्टेशन पर दो मिनट देर से पहुँचें और ट्रेन छूट जाए तब हमें दो मिनट की कीमत समझ में आती है। दो मिनट पहले तक ट्रेन स्टेशन पर खड़ी थी। आप देर से पहुँचे और वह निकल गई। पुरानी टिकिट कैंसल करनी पड़ती हैं, नई टिकिट लेनी पड़ती है, डबल खर्चा करना पड़ता है और जहाँ जाना था वहाँ देर से पहुँचते हैं, तब टाइम की कीमत समझ में आती है।

प्रश्नक़र्ता : मैं बहुत टाइम वेस्ट करता हूँ। इससे क्या नुकसान होता है?

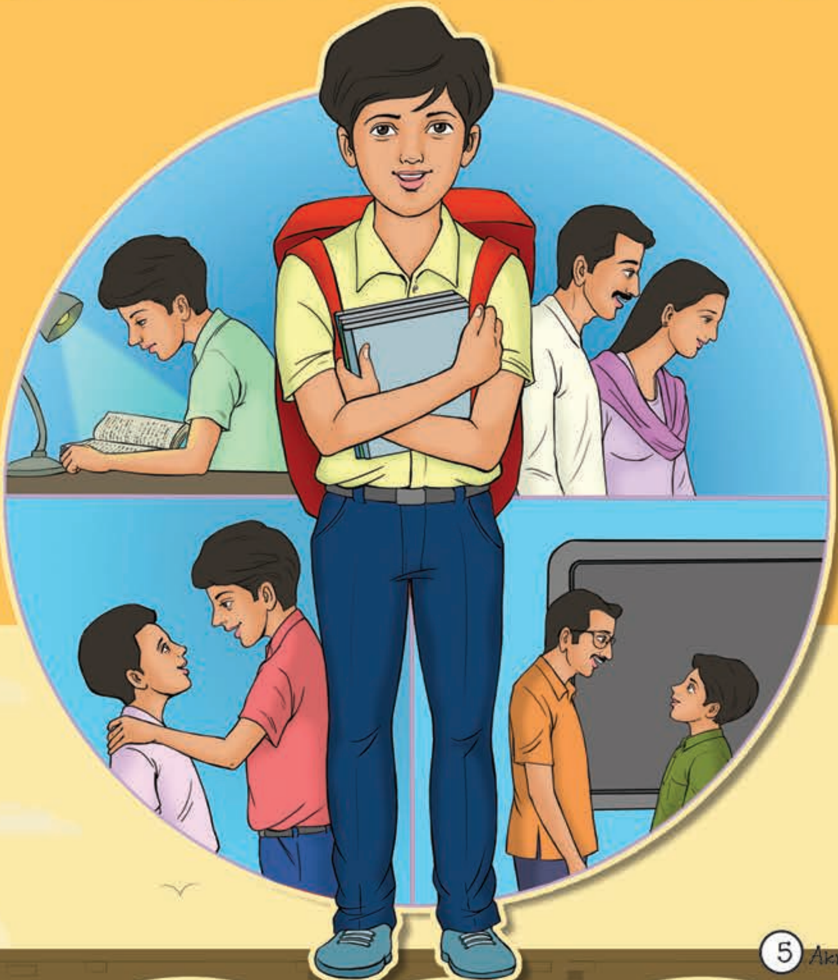
पूज्यश्री : ये टी.वी., मूवी, इंटरनेट से दिमाग़ खराब हो जाता है, आँखें खराब हो जाती हैं, टाइम बिगड़ता है और यह जन्म भी बिगड़ जाता। बार-बार ऐसा मनुष्य जन्म मिलना मुश्किल है और हम उसे बरबाद कर देते हैं। चौबीस घंटे में से दो घंटे बिगाड़ते हो या उससे ज्यादा?

प्रश्नक़र्ता : ज्यादा।

पूज्यश्री : दो घंटे में तो, अनंत जन्मों में भी जो नहीं मिल पाए, ऐसा आत्मज्ञान प्राप्त करके मोक्ष की लिंक शुरू हो जाती है। और हम दो घंटे टी.वी. देखकर कितना टाइम बिगाड़ देते हैं। दो घंटे में तो कितनी उन्नति कर सकते हैं!

प्रश्नकर्ता : तो फिर टाइम का सदुपयोग किस तरह कर सकते हैं?

पूज्यश्री : हम कौन से ध्येय की प्राप्ति के लिए जीवन जी रहे हैं? अभी पढ़ाई करते हो तो पढ़ने में अच्छे से ध्यान रखना चाहिए। संस्कारी जीवन जीना चाहिए। माता-पिता खुश रहें, टीचर खुश रहें ऐसा अच्छा जीवन जीना चाहिए। दादा की किताबें पढ़ सकते हो। धार्मिक कथा व कहानियाँ पढ़ोगे तो भी समय का सदुपयोग होगा। निश्चय कर कि मुझे समय का सदुपयोग करना है। दूसरों को सुख देने के लिए जीवन जीना, वही उत्तम है।



जादुई आविष्कार

बनबन घर में खुशी से उछल-कूद कर रहा था। फाइनली उसका सपना पूरा होने जा रहा था। "ब्रेकफास्ट विथ समय कुमार इन ट्रेन"!! समझदार उम्र में आने के बाद से ही बनबन समयकुमार का फैन था। वैसे तो, पूरे एवलोन जंगल में कोई ऐसा नहीं था जो समय कुमार का फैन न हो। छोटा सा खरगोश हो या मेंढक, चिड़िया हो या सिंह सभी, १२० साल के कछुआ भाई यानी कि समय कुमार के पीछे पागल थे।

समय कुमार ने टेक्नोलॉजी की मदद से कितनी सारी चीज़ों को बोलने वाला बना दिया था। एवलोन जंगल में हर एक घर के सभी वाहन और सभी घड़ियाँ इंसानों की तरह बातचीत कर सकते थे। छोटे बच्चे तो समय कुमार को जादूगर कहते थे।

अपने लेटेस्ट आविष्कार में समय कुमार ने बर्तनों को भी चलने-फिरने और दौड़ने वाला बना दिया था। इस रोचक आविष्कार का प्रदर्शन करने के लिए उन्होंने 'ब्रेकफास्ट इन' ट्रेनप्रोग्राम की शुरुआत की थी। जिसमें वे चलते-फिरते और दौड़ते बर्तनों में बच्चों को नाश्ता करवाते थे। वे बर्तन अपने आप ही परेड करके टेबल पर आ जाते थे और नाश्ता पूरा होने पर खुद ही चलकर सिंक में चले जाते!

बहुत प्रार्थना और प्रयत्नों के बाद बनबन को इस प्रोग्राम में भाग लेने का चांस मिला था। इसीलिए वह खुशी से फूला नहीं समा रहा था। "इस रविवार को मैं ९.५० बजे समय कुमार के साथ ब्रेकफास्ट करूँगा। बस, अब एक ही दिन बाकी है। कल शनिवार और फिर...!" वाक्य पूरा होने से पहले ही, पापा ने उसके छोटे-छोटे रूई जैसे सफेद मुलायम कान खींचे और अपनी पीठ पर बैठाकर उसे रूम में ले गए, "खरगोश भाई, आपकी तो लॉटरी लग गई! लेकिन समय कुमार से मिलने के लिए तो रविवार को जाना है। कल तो स्कूल जाना है। चलो, अब सो जाओ बनबन कुमार। वर्ना कल एली अलार्म चिल्ला-चिल्लाकर थक जाएगी, फिर भी तू नींद से नहीं जागेगा!!" इधर पापा लाइट ऑफ करके गए और उधर

बनबन ने धीरे से आँखें खोली और टैबलेट लेकर अंधेरे में गेम खेलने लगा। "बनबन सो जा। वर्ना कल टाइम से नहीं उठ पाएगा।" एली अलार्म ने उसे टोका। "अरे, लेकिन जल्दी क्या है! तू अपनी टिक-टिक बंद कर।" और फिर उसने टैबलेट में एक घंटा कार्टून देखा और एक घंटा गेम खेला।

दूसरे दिन सुबह एली अलार्म ने गला फाड़-फाड़कर बनबन को जगाने का प्रयत्न किया, लेकिन बनबन तो पाँच मिनट, पाँच मिनट करके सोता ही रहा। और अंत में वह स्कूल जाने के बीस मिनट पहले उठा। वह बाथरूम में गया और हाथ में ब्रश लेकर उसमें कैरट-मिंट टूथपेस्ट लगाकर फिर से समय कुमार के विचारों में खो गया। मम्मी ने बाहर से आवाज़ लगाई, "बनबन, जल्दी कर। देर हो रही है। ट्रिनट्रिन सायकिल कब से तेरा इंतज़ार कर रही है।"

"आज फिर से बनबन को देर हो जाएगी। आज फिर पापा को उसे स्कूल छोड़ने जाना पड़ेगा!" एली ने खिड़की से नीचे झांकते हुए, नीचे खड़ी हुई ट्रिनट्रिन सायकिल से कहा। "नहीं, आज तो वह मेरे साथ ही आएगा। उसे पता है कि मैं उसका इंतज़ार कर रही हूँ। कल उसने मुझसे प्रॉमिस किया था कि अब से वह मुझे इंतज़ार नहीं करवाएगा।" ट्रिनट्रिन को बनबन के दिए हुए प्रॉमिस पर विश्वास था।

तभी बनबन हाँफते हुए बाहर आया और उसने गिड़गिड़ाते हुए पापा से कहा, "पापा प्लीज़, मुझे स्कूल छोड़ आओ न, ट्रिनट्रिन के साथ जाऊँगा तो देर हो जाएगी।" यह सुनकर ट्रिनट्रिन का चेहरा मुरझा गया। "बनबन तू थोड़ा जल्दी तैयार हो जाया कर ताकि ट्रिनट्रिन को भी दुःख न हो और मैं भी टाइम से ऑफिस पहुँच सकूँ। यह क्या, रोज़-रोज़? पापा ने नाराज़ होते हुए कहा। "प्लीज़ पापा, आज छोड़ आओ! नेक्स्ट टाइम मैं देर नहीं करूँगा," कहकर बनबन पापा की बंपी बाइक पर बैठ गया।

उस दिन भी बनबन देर से स्कूल पहुँचा और पापा को फिर से बनबन की ओर से टीचर से माफी माँगनी पड़ी। दिन भर बनबन समय कुमार के विचारों में ही खोया रहा। रात को नौ बजे किसी के कहे बगैर ही वह अपने रूम में सोने चला गया। रूम में घूसते ही उसने एली को ट्रिनट्रिन से बातें करते हुए सुना, "हम भी उससे कहेंगे कि इतनी जल्दी क्या है? बनबन को देखकर एली एकदम चुप हो गई। बनबन ने एली को शक की नज़र से देखा। उसे डर लगा कि, "यदि कल एली मुझे टाइम से नहीं जगाएगी तो?"

उसका डर सही था। सुबह उठकर जब उसने एली के सामने देखा तब उसका चेहरा एकदम रोने जैसा हो गया। "ओह

नो, ९.३० बज गए! अब मैं बीस मिनट में स्टेशन कैसे पहुँचूँगा?" उसने एली को गुस्से से कहा, "तूने मुझे जगाया क्यों नहीं?" "अरे, लेकिन इतनी जल्दी क्या है? अभी तो..." एली आगे कुछ बोले उससे पहले ही बनबन बाथरूम की ओर भागा।

घर से स्टेशन का रास्ता दस मिनट का था। इसलिए बनबन को दस मिनट में ही तैयार होना था। जिस बनबन के चेहरे पर हमेशा स्माइल रहती थी, उसे आज रोना आ रहा था। उसे मम्मी-पापा पर भी गुस्सा आया कि उन्होंने उसे टाइम से नहीं जगाया। बनबन तैयार होकर दरवाज़े की ओर तेजी से भागा। "क्या हुआ बनबन? कहाँ जा रहा है?" पापा ने घड़ी की ओर देखकर पूछा। लेकिन पापा की बात का जवाब देने का या घड़ी देखने का बनबन के पास टाइम ही कहाँ था! उसने ट्रिनट्रिन को दौड़ाया।

"तुझे तैयार नहीं रहना चाहिए?" बनबन ने ट्रिनट्रिन पर गुस्सा निकाला।

"लेकिन, बनबन इतनी जल्दी..."

"तू मुझसे बात ही मत कर..." बनबन ने ट्रिनट्रिन को और स्पीड से भगाया।

बनबन जब स्टेशन पर पहुँचा तब ट्रेन उसकी आँखों के सामने ही प्लेटफॉर्म छोड़कर निकल रही थी... कितने ही दिनों से देखा हुआ सपना आज उसकी आँखों से ओझल हो रहा था। टाइम की सही वैल्यू उसे आज से पहले कभी समझ में नहीं आई थी। कुछ देर के लिए वह अवाक रह गया। फिर बैंच पर बैठकर, अपनी गोद में मुँह छुपाकर फूट-फूटकर रोने लगा।

बैंच पर बनबन के पास आकर कोई बैठा और धीरे से पूछा, "क्या हुआ बेटा, क्यों रो रहे हो?"

"मेरी ट्रेन मिस हो गई!" बनबन ने रोते हुए कहा, "और साथ ही समय कुमार के साथ ब्रेकफास्ट करने का चांस भी! एली, ट्रिनट्रिन और मम्मी-पापा ने मेरे साथ जानबूझकर ऐसा किया।"

"क्यों?"

"मैं कभी भी टाइम पर नहीं उठता। रात को गेम खेलकर टाइम वेस्ट करता हूँ। इसलिए वे लोग मेरी वजह से परेशान हो जाते हैं। इसीलिए आज मुझे सबक सिखाने के लिए उन्होंने मुझे टाइम से नहीं जगाया और मेरा ड्रीम टूट गया।" बनबन ने सिर उठाकर पास बैठे हुए व्यक्ति के सामने देखा।

देखते ही बनबन आश्चर्यचकित हो गया। उसने आँखें मलते हुए कहा, "क्या यह सपना है?"

"नहीं!" पास में बैठे हुए समय कुमार ने हँसकर कहा, "अभी तो ९.१५ बजे हैं। ट्रेन को चलने में अभी पैंतीस मिनट की देर है। लगता है तूने सुबह घड़ी देखने में गलती की है।"

"ओह!" बनबन ने प्लेटफॉर्म में टंगी हुई घड़ी को देखते हुए कहा, "इसका मतलब यह है कि सुबह जब मुझे लगा कि ९.३० बजे हैं तब वास्तव में ८.३० ही बजे थे!" बनबन ने राहत की साँस ली। मम्मी-पापा, एली और ट्रिनट्रिन पर जो गुस्सा किया था उसका उसे मन ही मन बहुत पछतावा हुआ। और साथ ही अपने सपने को सलामत देखकर बहुत खुश भी हुआ।

समय कुमार ने बनबन के सिर पर हाथ फेरते हुए पूछा, "तुझे पता है कि मेरा नाम समय कुमार क्यों है?"

"क्योंकि आप १२० साल के हो।" बनबन ने तुरंत जवाब दिया।

समय कुमार हँसने लगे, "नहीं, मेरे मित्रों ने मुझे यह नाम दिया है। जब मैं तुम्हारी उम्र का था तभी से स्कूल में हमेशा समय से पहले पहुँच जाता था। जब भी मुझे समय मिलता तब मैं अलग-अलग किताबें पढ़ता था।" मेरी इस आदत की वजह से मेरे दोस्त मुझे 'समय कुमार' कहकर चिढ़ाते थे और कहते थे, "तू तो कछुआ है। तू देर से आएगा तब भी सभी चला लेंगे। तू क्यों सभी जगह जल्दी पहुँच जाता है?"

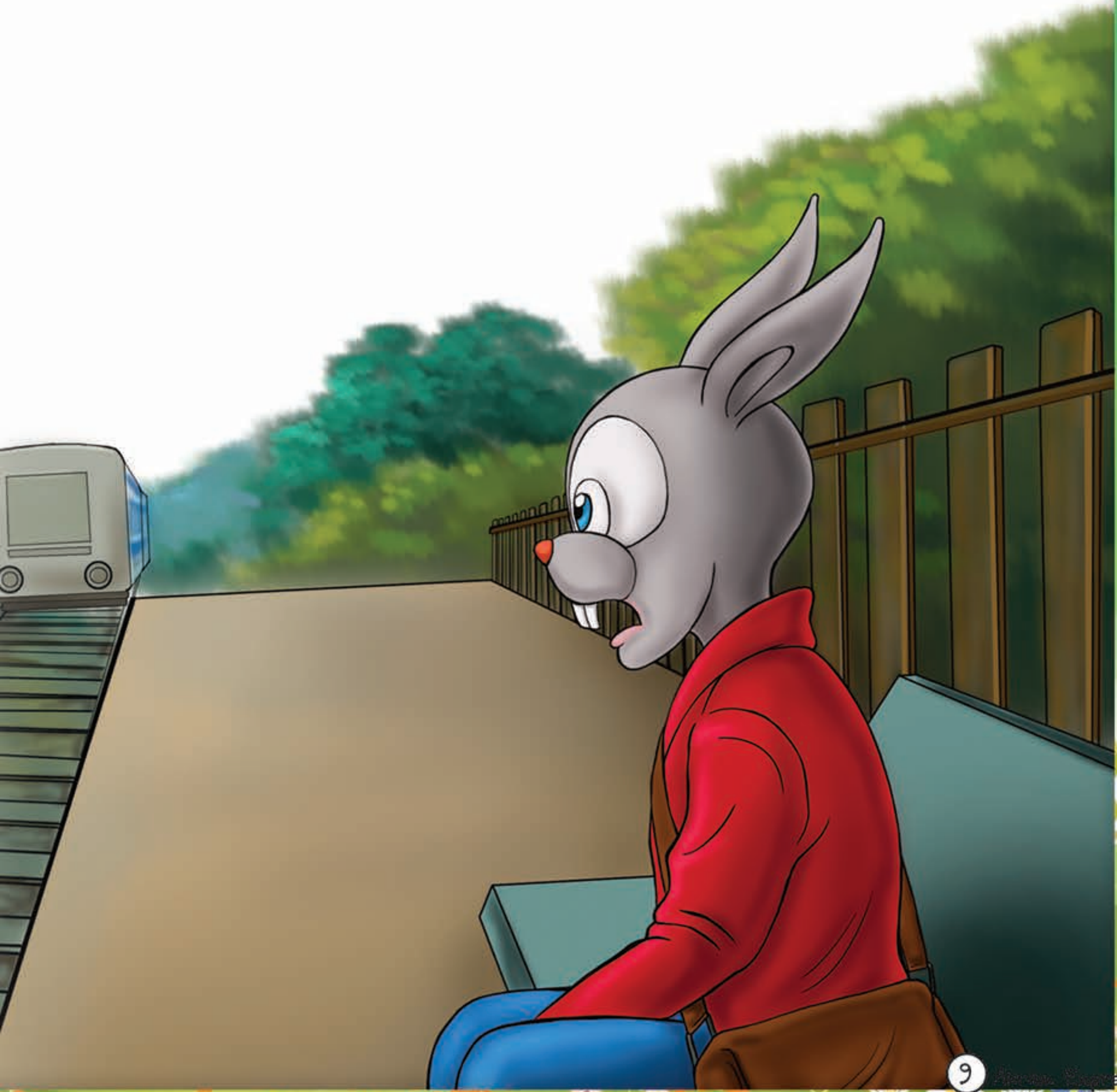
"फिर आपने क्या किया?" बनबन ने पूछा।

"फिर क्या! मित्रों को दिए हुए नाम को मैंने हँसकर स्वीकार लिया और मुझे सभी जगह जल्दी पहुँचने में हेल्प करने वाली चीज़ों को, यानी घड़ी और वाहनों को, मैंने टेक्नोलॉजी की मदद से बोलने वाला बना दिया!

सभी को यह आविष्कार जादुई लगा। लेकिन वास्तव में तो 'समय का सदुपयोग' वही इस आविष्कार के पीछे का जादू था। चलो, अब हम ट्रेन में जाते हैं। तुम्हारे जैसे छोटे-छोटे दोस्त मेरा इंतज़ार कर रहे होंगे। हमें किसी को इंतज़ार नहीं करवाना चाहिए न!" समय कुमार ने प्रेम से कहा।

बनबन बैंच पर से कूदकर खड़ा हो गया और बोला, "मैं भी बड़ा होकर आपके जैसा बनूँगा। टेबलेट और मोबाइल को चलता-फिरता और बोलने वाला बनाऊँगा। यदि कोई मेरी तरह टैबलेट और मोबाइल पर टाइम वेस्ट करेगा तो पहले ये चीज़ें बोलकर उसे चेतावनी देंगे, फिर भी यदि वह नहीं मानेगा तो वे उसके पास से चले जाएँगे!" बनबन की छोटी सी आँखों में बड़े-बड़े सपने देखकर समय कुमार बहुत खुश हुए।

बनबन बड़ा होकर ऐसा कोई आविष्कार करेगा या नहीं, यह तो पता नहीं। लेकिन हाँ, आज उसने सभी काम समय से करने के तरीके ढूँढ निकाले हैं।



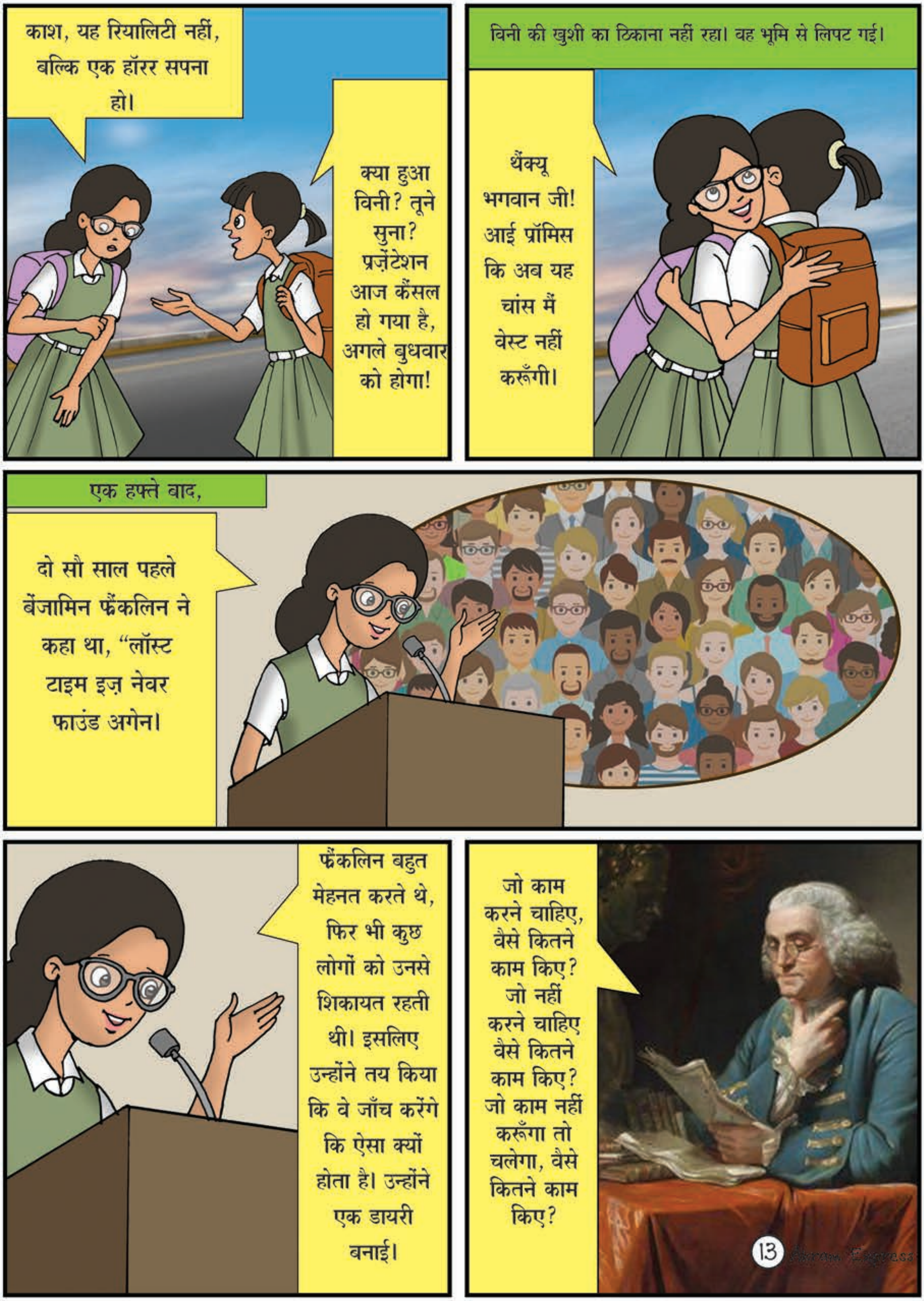
यह तो नई ही बात है।

जब टाइम का दुरुपयोग किया हो तब निष्कर्ष निकालना चाहिए कि इससे क्या फायदा हुआ? वेस्ट ऑफ टाइम एन्ड वेस्ट ऑफ एनर्जी।

टाइम का दुरुपयोग करने बाद बैठकर पछतावा करना चाहिए। टी.वी. देखते समय क्या-क्या भाव बिगाड़े? क्या व्यक्तियों से बातें करते समय किसी के दोष देखे? नेगेटिव बोला? निंदा की? इन सब के प्रतिक्रमण करने चाहिए।

आप कौन हैं? मेरे पास क्यों आए हैं?
मैं टेस्ट-राक्षस हूँ। मैं आपको फेल्चर-लैंड ले जाने आया हूँ।
क्यों?
जिन्होंने टेस्ट की तैयारी नहीं की है, उन्हें फेल्चर-लैंड में छोड़ आने का मुझे ऑर्डर मिला है। अब तुझे हमेशा के लिए वहीं रहना है।
ओह नो! आई एम सो सॉरी। प्लीज़, मुझे एक घंटा दीजिए। मैं टेस्ट की तैयारी कर लूँ। मुझे वहाँ नहीं जाना है।
नॉट पॉसिबल!
प्लीज राक्षसजी! एक घंटा नहीं तो आधा घंटा दे दीजिए।
नॉट पॉसिबल विनी। मुझे देर हो रही है। तेरे जैसे कई लोगों को पिक-अप करना है।
प्लीज़... थोड़ा टाइम दे दीजिए... प्लीज़... मम्मी...
विनी, उठ जा, देर हो रही है। स्कूल बस आ जाएगी।

आज हम अमेरिका के नेता बेंजामिन फ्रैंकलिन के बारे में पढ़ेंगे। उन्होंने अमेरिका को स्वतंत्रता दिलवाने में बहुत बड़ा योगदान दिया था। इसके अलावा वे एक बहुत बड़े लेखक, साइंटिस्ट, इन्वेन्टर, पोस्ट मास्टर और सोशल वर्कर भी थे।
एक व्यक्ति इतने सारे काम कैसे कर सकता है? बेंजामिन फ्रैंकलिन के पास क्या सीक्रेट था? वह सीक्रेट ढूँढकर आप सभी को अगले बुधवार को एसेंबली हॉल में प्रज़ेंट करना है।
पूरा हफ्ता विनी व्यस्त रही।
बुधवार को,
विनी, रेडी?
रेडी फॉर व्हाट?
अरे, आज एसेंबली हॉल में हमारा प्रज़ेंटेशन है न! भूल गई?
ओह नो! आज है? मुझे तो याद ही नहीं रहा।
अब सभी मेरा मज़ाक उड़ाएँगे। ओह गॉड, प्लीज़ मुझे लास्ट चांस दे दीजिए। अब, मैं कभी टाइम वेस्ट नहीं करूँगी। सभी तैयारियाँ प्रॉपर टाइम से करूँगी।


काश, यह रियालिटी नहीं, बल्कि एक हॉरर सपना हो।
क्या हुआ विनी? तूने सुना? प्रज़ेंटेशन आज कैंसल हो गया है, अगले बुधवार को होगा!
विनी की खुशी का ठिकाना नहीं रहा। वह भूमि से लिपट गई।
थैंक्यू भगवान जी! आई प्रॉमिस कि अब यह चांस मैं वेस्ट नहीं करूँगी।
एक हफ्ते बाद,
दो सौ साल पहले बेंजामिन फ्रैंकलिन ने कहा था, "लॉस्ट टाइम इज़ नेवर फाउंड अगेन।
फ्रैंकलिन बहुत मेहनत करते थे, फिर भी कुछ लोगों को उनसे शिकायत रहती थी। इसलिए उन्होंने तय किया कि वे जाँच करेंगे कि ऐसा क्यों होता है। उन्होंने एक डायरी बनाई।
जो काम करने चाहिए, वैसे कितने काम किए? जो नहीं करने चाहिए वैसे कितने काम किए? जो काम नहीं करूँगा तो चलेगा, वैसे कितने काम किए?

एक हफ्ते बाद उन्होंने देखा कि जो काम करने चाहिए वैसे काम उन्होंने बहुत कम किए थे और जो काम नहीं करें तो भी चल जाए ऐसा है, वैसे सभी काम किए थे।
बेंजामिन फ्रैंकलिन ने अपने ज़रूरी (प्रायोरिटी वाले) काम तय करके एक सिंपल टेबल बनाया। सालों तक वे अपना टाइम-टेबल सिन्सियरली फॉलो करते रहे। और यही उनकी सफलता का सीक्रेट है।
किसी भी टेस्ट की तैयारी करने के लिए मुझे जो समय मिलता था वह मैं हमेशा "नहीं करने जैसे कामों" में बिगाड़ देती थी। कई बार मुझे फेल होने के हॉरर सपने भी आते थे।
बेंजामिन फ्रैंकलिन के सीक्रेट का रिसर्च करते-करते, वह सीक्रेट मैंने भी फॉलो किया। अब मुझे हॉरर सपनों का भय नहीं लेकिन समय का सदुपयोग करने का संतोष है।
वैल डन विनी! समय का सदुपयोग करने से सिर्फ स्कूल या कॉलेज के टेस्ट ही नहीं बल्कि लाइफ के टेस्ट में भी फेल होने का भय नहीं रहेगा!

मेरी समझ

पूज्यश्री कहते हैं कि 'समय का उपयोग ध्येय प्राप्त करने के लिए करना चाहिए, लेकिन ध्येय यानी क्या?'

बड़े होकर तुझे बोलते-चलते वाले मोबाइल फोन बनाने हैं, यह तेरा ध्येय कहा जाएगा।

बनबन ने तो ध्येय तय कर लिया, आपके जीवन का ध्येय क्या है?

____

____

____

बनबन, तू ध्येय प्राप्त करने के लिए किस तरह से समय का उपयोग करेगा?

मैं टेक्नोलॉजी की किताबें पढ़ूँगा! फिर...

बनबन ने तो प्लानिंग करना भी शुरू कर दिया। अब आप भी प्लानिंग करके हमें akramexpress4kids@gmail.com पर भेजना मत भूलना।

____

____

____

____

____

क्रिश और ऋष

क्रिश और ऋष, दोनों जुड़वा भाई हैं। दोनों अलग-अलग तरह से समय का उपयोग करते हैं- आपने उन्हें घड़ी पर बैठा हुआ देखा है न? नहीं देखा हो तो कवर पेज पर फिर से देख लो। अब, नीचे का चित्र देखकर बताओ कि कौन है क्रिश और कौन है ऋष?

चलो खेलें...

अमाया के रुम में कितनी घडियाँ है ढूंढो ।

मेरे ज्ञानी

पूज्यश्री को पहले से ही दादा के अक्रम विज्ञान के सिद्धांतों को समझने में बहुत इन्ट्रेस्ट रहा है। पूज्यश्री को जब भी टाइम मिलता है तब वे अक्रम विज्ञान की स्टडी करते हैं।

सुबह जागने के बाद उन्होंने कभी भी 'दस मिनट से ज्यादा ब्रेक लूँ ऐसा सोचकर पोल नहीं मारी है। सुबह जब जागे तभी से उनकी सिन्सियरिटी शुरू हो जाती है।

पूज्यश्री ने अपने जीवन का जो ध्येय तय किया है, उस ध्येय के लिए हमेशा सिन्सियर रहते हैं। उन्हें जो काम महत्वपूर्ण लगता है उसके लिए खाना, पीना, सोना, घूमना, रिलेक्सेशन सबकुछ माइनस करके भी काम के प्रति सिन्सियर रहते हैं। वे हमेशा अपना ध्येय पूरा करने में लगे रहते हैं। यदि धीमी स्पीड हो तो धीमी और तेज हो तो तेज स्पीड से, लेकिन जो काम तय किया होता है, उसे पूरा करते हैं।

एक काम पूरा होने और दूसरा काम शुरू करने के बीच में जो फ्री टाइम रहता है उसमें पूज्यश्री अपने ध्येय तक पहुँचने का पुरुषार्थ कर लेते हैं। अरे, एक मिनट का पॉज़ मिलता है उसमें भी पुरुषार्थ चूकते नहीं हैं।

पूज्यश्री फ्री टाइम में दादा से प्रार्थना भी करते हैं। समय का ऐसा आश्चर्यजनक सदुपयोग तो मुश्किल से ही कहीं देखने को मिलता है! तो चलो, हम भी हमारे ज्ञानी की तरह समय की कीमत समझकर, उसका सदुपयोग करना सीखें!

Pa Sandwich

20th June 2021
Father's Day

आवश्यक सामग्री

-ब्रेड ४ नग
-मायोनीस २ चम्मच
-गाजर (बारीक कटा हुआ) १ टेबल स्पून
-पत्ता गोभी (बारीक कटा हुआ) १ टेबल स्पून
-शिमला मिर्च (बारीक कटा हुआ) १ टेबल स्पून
-प्याज (बारीक कटा हुआ) १ टेबल स्पून
-नमक स्वादानुसार
-काली मिर्च पावडर आधा टेबल स्पून
-चीज स्लाइस दो नग (गार्नीसिंग के लिए)
-टोमेटो सोस (गार्नीसिंग के लिए)

ब्रेड का किनारा कट कर लें।

सभी सब्जियों को मिलाकर, मायोनीस, नमक, काली मिर्च डालकर मिक्स कर लें।

एक ब्रेड के स्लाइस पर मिश्रण लगाकर उसके ऊपर दूसरा ब्रेड रखें।

चीज को टाइ शेप में काटकर सेन्डवीच पर रखकर सोस से डेकोरेट करो।

एन्जॉय करो अपने स्पेशल फॉदर के साथ स्पेशल -सेन्डवीच

pa सेन्डवीच.

Akram Express

June 2021
Year : 9, Issue : 2
Conti. Issue No.: 99

Date of Publication On 8th Of Every Month
RNI No.GUJHIN/2013/53111

वैल्यू ऑफ टाइम

वैसे तो समय 'फ्री' है, लेकिन उसकी कीमत अमूल्य है।

समय की कीमत पैसे से अधिक है। खोया हुआ पैसा फिर से कमाया जा सकता है लेकिन बिता हुआ समय फिर से प्राप्त नहीं किया जा सकता।

यदि आप अपना समय किसी के लिए उपयोग करते हो तो वह आपके द्वारा उसे दिया गया सबसे श्रेष्ठ उपहार है।

पज़ल का जवाब - १६ घडियाँ

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 Whatsapp करें।

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

Publisher, Printer & Editor - Dimple Mehta on behalf of Mahavideh Foundation
Printed at Amba offset :- B-99 GIDC, Sector - 25, Gandhinagar - 382025