दादा भगवान परिवार का

अगस्त-२०२२

शुल्क प्रति नकल : ₹ २०/-

# अक्रम एक्सप्रेस

# Happy FESTIVALS

# Happy Festivals

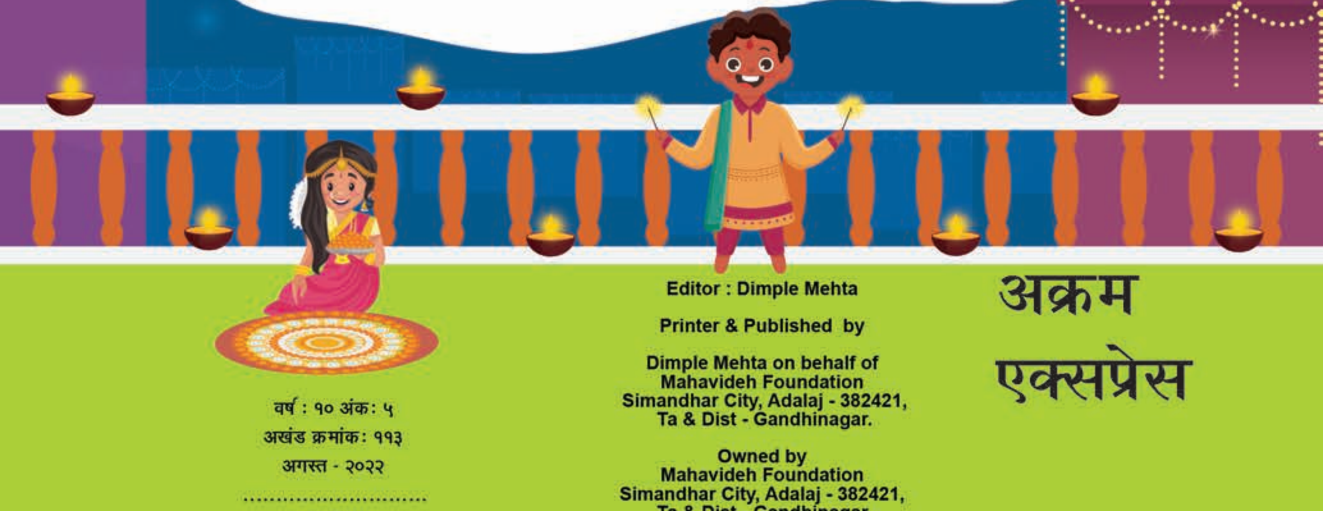
## संपादकीय

बालमित्रों,

त्यौहार यानी मौज-मस्ती और आनंद मनाने का अवसर। रूटिन लाइफ से ब्रेक लेकर सेलिब्रेशन करने का एक बहाना। लेकिन क्या आप जानते हैं कि हमारे देश में मनाए जाने वाले प्रत्येक त्यौहार के पीछे एक हेतु है?

इस अंक में इंडिया में मनाए जाने वाले कुछ त्यौहारों के हेतु के बारे में जानेंगे। साथ ही यह भी जानेंगे कि स्वास्थ्य और ऋतुओं के साथ त्यौहारों का क्या कनेक्शन है। क्या दादा, नीरू माँ और पूज्यश्री भी त्यौहार मनाते हैं ? उनकी दृष्टि में त्यौहार मनाने का मूल आशय क्या है? तो चलो, ऐसे कितने ही इन्ट्रेस्टिंग सवालों के जवाब जानें और प्रत्येक त्यौहार के अलग-अलग रंगों में सही समझ का रंग भरकर उन्हें सेलिब्रेट करें!

-डिम्पल मेहता




वर्ष : १० अंक: ५

अखंड क्रमांक: ११३

अगस्त - २०२२



संपर्कसूत्र

बालविज्ञान विभाग

त्रिमंदिर संकुल, सीमंधर सिटी,

अहमदाबाद - कलोल हाइवे,

मु.पो. - अडालज,

जिला . गांधीनगर - ३८२४२१, गुजरात

फोन : ९३२८६६११६६/७७

email:akramexpress@dadabhagwan.org



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.



© 2022, Dada Bhagwan Foundation
All Rights Reserved



अक्रम एक्सप्रेस

# रक्षाबंधन

## ज्ञानी कहते हैं...

रक्षाबंधन के पवित्र दिन बहन भाई को राखी बाँधती है और भाई बहन की सभी तरह से रक्षा करने का वचन देता है।

पहले के जमाने में तो ऐसा भी होता था कि यदि गाँव की स्त्री किसी लुटेरे या गुंडे को राखी बाँध देती, तो उसके बाद लुटेरे या गुंडे का पूरा व्यवहार ही बदल जाता था।

वह कहता कि 'बहन, आज के बाद तेरा कोई बाल भी बाँका नहीं कर सकेगा।' गाँव के लोग बहन को परेशान नहीं करते और इस तरह भाई बनकर पूरी जिंदगी वो बहन की रक्षा करता। ऐसा पवित्र है रक्षाबंधन का त्यौहार और उसकी महत्वता!

रक्षाबंधन के दिन हम सब सीमंधर स्वामी को, दादा भगवान को और नीरू माँ को राखी बाँधेंगे।

सीमंधर स्वामी को राखी बाँध कर हम प्रार्थना करेंगे कि अगले जन्म आपकी शरण में लेना, और मुझे मोक्ष ले जाना।

दादा भगवान को राखी बाँधकर प्रार्थना करेंगे कि हमें आपकी शरण में रखना। हम आपकी आज्ञा में रहकर मोक्ष का काम कर लें।

नीरू माँ को राखी बाँधकर प्रार्थना करेंगे कि सभी प्रोब्लम्स से हमारी रक्षा करना और हम दादा की आज्ञा में रहकर, यहाँ के सभी कर्म पूरे करके सीमंधर स्वामी की शरण प्राप्त करें।

ठेठ मोक्ष जाने तक सीमंधर स्वामी, दादा भगवान और नीरू माँ हमारी रक्षा करेंगे ही। बस, हमें अपनी तरफ से कभी गलत राह पर नहीं चलना है।

# ज्ञानियों की अनोखी रीत

एक बार पूज्यश्री की बहन पूज्यश्री को राखी बाँधने आई। तब पूज्यश्री ने उनसे कहा, "आप सीमंधर स्वामी को राखी बाँधो। मैं भी भगवान को ही राखी बाँधता हूँ। भगवान ही हमारी रक्षा करेंगे।"

इस तरह, पूज्यश्री ने अपनी बहन को रक्षण प्राप्त करने का सही तरीका बताया।

# जन्माष्टमी

श्रावण माह की कृष्ण पक्ष की अष्टमी यानी भगवान श्रीकृष्ण के जन्म का पवित्र दिन - 'जन्माष्टमी'। आज से लगभग पाँच हजार वर्ष पहले श्री कृष्ण भगवान का जन्म हुआ था।

श्री कृष्ण का जन्म रात के समय अंधेरे में जेल में हुआ था। जब उनका जन्म हुआ तब सभी चौकीदार सो गए, बेड़ियाँ टूट गई और दरवाजे खुल गए। इसी तरह जब ज्ञानियों का जन्म होता है तब वे हमारे अंदर की नेगेटिविटी रूपी अंधकार को दूर कर देते हैं और 'अपना-पराया' की दिवारों को तोड़कर हमें मुक्ति का स्वाद चखाते हैं।

# ज्ञानी कहते हैं...

श्री कृष्ण भगवान वासुदेव कहलाते हैं। वासुदेव अर्थात् बहुत पॉवरफुल। वे आधी पृथ्वी के राजा थे।

सभी दादाश्री से पूछते कि कृष्ण भगवान को मोर का पंख बहुत प्रिय था ना? तब दादाश्री कृष्ण भगवान के बारे में विशेष बात बताते हुए कहते कि कृष्ण भगवान को अपने पूरे जीवन में आत्मा से अधिक कुछ भी प्रिय नहीं था। श्री कृष्ण भगवान के दिल में जगत कल्याण की जबरदस्त भावना थी। हम श्री कृष्ण भगवान के इसी स्वरूप को पहचान कर उनकी भक्ति-आराधना करेंगे।

# शरद पूनम

शरद पूनम यानी गरबा का आनंद उठाने तथा दूध पोहा खाने का त्यौहार !

ऐसा माना जाता है कि शरद पूनम की रात को चंद्रमा से निकलने वाली किरणें अमृत के समान होती हैं। उस रात खीर बनाकर चंद्रमा की रोशनी में रखी जाती है। ऐसा माना जाता है कि शरद पूनम को जब खीर में चंद्रमा की किरणों पड़ती हैं तब खीर में विशेष गुण उत्पन्न हो जाते हैं।

इस ऋतु में दिन गरम तथा रातें ठंडी होने के कारण बीमारी होने की संभावना अधिक होती है। मिश्री डाले हुए दूध में पोहा डालकर खाने से बीमारी नहीं होती और शरीर स्वस्थ रहता है। इन दिनों में ठंडे वातावरण में पसीना निकले ऐसी कसरत करना हितकारी माना जाता है। और इसलिए शरद पूनम की रात को गरबा खेलने का महत्त्व है।

# नवरात्रि

प्राचीन काल में चौमासे के दौरान महामारी (संक्रामक रोग) फैलती थी। चौमासा खत्म होने पर सभी नवरात्रि का उत्सव मनाते थे। नवरात्रि अर्थात् 'नई-रात्री'। जो महामारी में बच जाते वे सब मिलकर खराब समय समाप्त होने और अच्छे दिन सुरू होने की खुशी में 'नई' रात्रि मनाते। गरबा खेलते और इस निमित्त से माताजी की भक्ति करते, आशीर्वाद लेते!

# दिवाली

हमारे देश में कई त्यौहार मनाए जाते हैं, लेकिन दिवाली के त्यौहार का एक खास महत्व है। दिवाली को दीपावली भी कहा जाता है। दीप अर्थात् 'दीपक' और 'अवली' अर्थात् कतार। दीप+अवली, दीपावली अर्थात् दीपकों की कतार।

ऐसा कहा जाता है कि दिवाली के दिन प्रभु श्री राम चौदह वर्ष के वनवास के बाद अयोध्या लौट कर आए थे। प्रभु के स्वागत के लिए नगर के प्रत्येक घर को दीपक जला कर सजाया गया था और इस तरह दीपकों की कतार बनाई गई थी।

## ज्ञानी कहते हैं...

दिपावली के दिन भगवान महावीर का निर्वाण (भगवान मोक्ष गए थे) हुआ था और कुछ समय पश्चात गौतम स्वामी को केवलज्ञान हुआ था। दीया जलाने का आशय यह है कि हम भी हमारा आत्मदीप प्रकट कर लें। इसका मुख्य हेतु 'मुक्ति' है।

## ज्ञानियों की अनोखी रीत

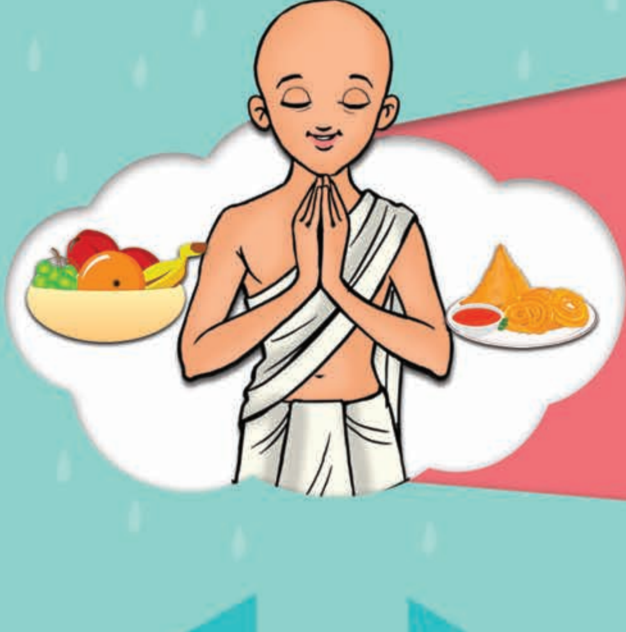
पटाखे फोड़ने में दादाश्री ने निष्कर्ष निकाला था। क्या राजा कभी पटाखे फोड़ते हैं? पटाखे तो नौकर फोड़ते हैं। किसी राजा ने पटाखे नहीं फोड़े हैं। नौकर से कहते पटाखे फोडने के लिए। इसलिए दूसरे लोग पटाखे फोड़ते तब दादा आराम से बैठकर देखते और उसका आनंद लेते।

# यह तो नई ही बात है!

वैष्णव, जैन, और शिव धर्म के अधिकतर त्यौहार चौमासे के (बारिश के) चार महीनों में ही आते हैं।

इसका कारण यह है कि बरसात की सीज़न में मच्छरों की संख्या बढ़ने पर तबियत बिगड़ जाती है। हवा में नमी होने के कारण पाचनशक्ति कमजोर पड़ जाती है। इन दिनों अगर कम खाना खाया जाए तो रोगों से फाइट करने का पावर बढ़ जाता है।

इसलिए ऋषि-मुनियों ने अधिकतर त्यौहारों की सेटिंग चौमासे में की है। उस समय उपवास करो, एकादशी करो, एक बार खाओ और साथ में भक्ति आराधना करो।



विभिन्न त्यौहारों में विषेश प्रकार के फूड खानें या नहीं खाने के पीछे हेतु स्वास्थ्य को ठीक रखना है। शरीर के निरोगी रहने पर धर्म ज्यादा किया जा सकता है। इस प्रकार सभी त्यौहार ऋतु, स्वास्थ्य और भक्ति, तीनों के साथ कनेक्टेड हैं।

# Search Activity

इस पिक्चर में बहुत सारे त्यौहार मनाए जा रहे हैं। जिसमें त्यौहारों में उपयोग में आने वाली वस्तुएँ और त्यौहारों को मनाने के कारण छिपे हुए हैं। नीचे दिए गए टेबल में आपको प्रत्येक वस्तु को अथवा कारण को संबंधित त्यौहार के साथ जोड़ना है।

| त्यौहार | वस्तु/कारण |
|---|---|
| होलिका दहन | |
| क्रिसमस | |
| नवरात्री | |
| होली | |
| मकर संक्रांति | |

| त्यौहार | वस्तु/कारण |
|---|---|
| रक्षाबंधन | |
| जन्माष्टमी | |
| शरदपूनम | |
| दिवाली | |
| ईद | |

# मेरी क्रिसमस

दुनिया भर में प्रभु जीसस क्राइस्ट का जन्मदिवस, २५ दिसम्बर को 'क्रिसमस' के रूप में मनाया जाता है। यह त्यौहार प्रकाश, प्रेम और खुशियों के प्रतीक के रूप में मनाया जाता है।

इस त्यौहार पर जरूरतमंद लोगों को गिफ्ट देने का बहुत महत्व है। क्रिसमस के दिन मध्यरात्रि को की जाने वाली सामूहिक प्रार्थना मिलजुलकर रहने का संदेश देती है। क्रिसमस के दिन प्रभु यिशु के सामने मोमबत्तियाँ जलाकर लोग अपने जीवन में प्रकाश फैलाने की प्रार्थना करते हैं।

क्रिसमस पर सैन्टा क्लॉज़ का विशेष महत्व होता है। क्या आप जानते हैं सैन्टा क्लॉज़ की परंपरा किस तरह शुरू हुई ? लगभग डेढ़ हजार वर्ष पहले निकोलस नाम के एक संत हुए थे।

संत निकोलस का जन्म, जीसस की मृत्यु के लगभग २८० वर्ष पश्चात, एक अमीर परिवार में हुआ था। बचपन में ही उनके माता-पिता की मृत्यु हो गई थी। निकोलस शुरू से ही प्रभु जीसस के भक्त थे। संत निकोलस को जरूरत मंदों और बच्चों को उपहार देना बहुत अच्छा लगता था।

वे अपने उपहार आधी रात को देते थे, क्योंकि वे अपनी पहचान छुपाना चाहते थे। और इस तरह संत निकोलस से 'सैन्टा क्लॉज़' की प्रथा की शुरुआत हुई।

क्रिसमस के दिन क्रिश्चन्स अपने घरों को सजाते हैं। घर में खास तौर पर क्रिसमस ट्री सजाया जाता है। जब जीसस क्राइस्ट का जन्म हुआ था, तब देवताओं ने उनके माता-पिता को शुभकामनाएँ भेजी थीं और उनके लिए एक 'फर' के वृक्ष को तारों से सजाया था। उस दिन से हर साल 'फर' के वृक्ष को क्रिसमस ट्री के प्रतीक के रूप में सजाया जाता है। रंग-बिरंगी लाइट्स लगाई जाती हैं, घंटियाँ बाँधी जाती हैं। हार, फूल और अन्य सुन्दर वस्तुओं से उसे सजाया जाता है।

ऐसा कहा जाता है कि जिस घर में यह वृक्ष होता है वहाँ नेगेटिविटी नहीं आती है।

# मकर संक्रांति

## ज्ञानी कहते हैं...

मकर संक्रांति के त्यौहार का मूल उद्देश्य वास्तव में पतंग उड़ाना नहीं, बल्कि सूर्य नारायण के दर्शन करना था। मकर संक्रांति के दिन सूर्य की रोशनी आँखों के लिए हितकारी होती है। इसलिए पतंग उड़ाने की व्यवस्था की गई। बाद में इसे खेल-कूद के साथ जोड़ दिया गया।

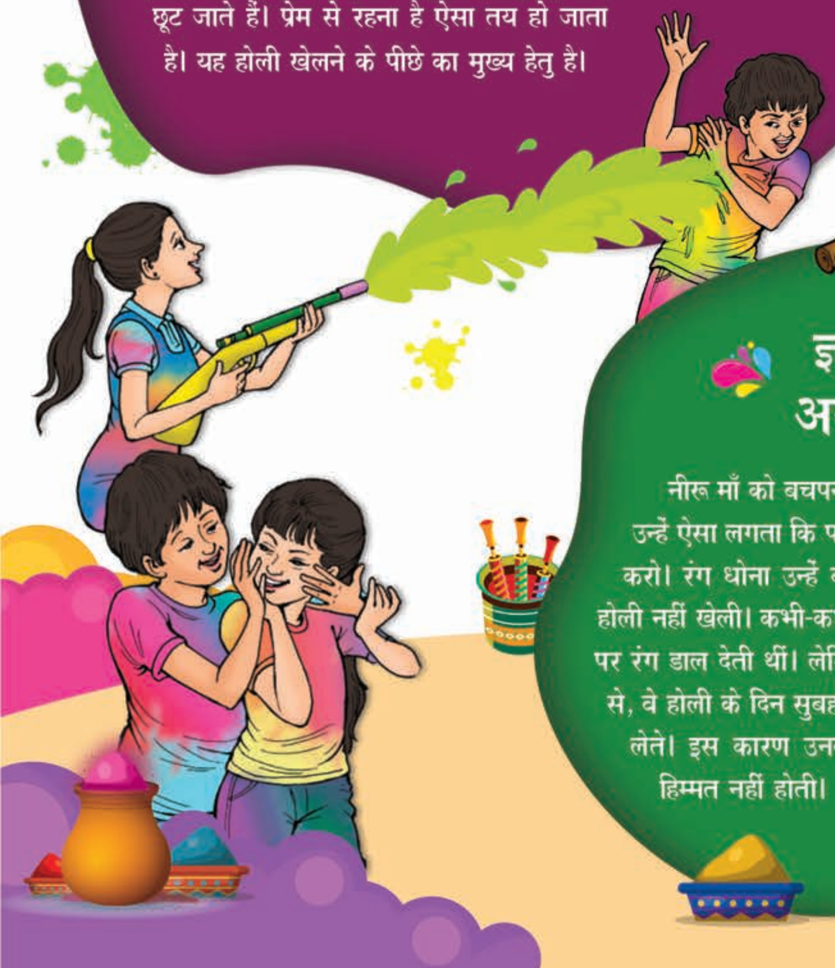
बहुत से लोगों को पतंग उड़ाने में मज़ा नहीं आता। उन्हें कटी हुई पतंग पकड़ने में ही मजा आता है। जैसे यह पतंग की दाँव-पेंच चलती है, वैसे ही जीवन में भी दाँव-पेंच चलती रहती है। ताकतवर कमज़ोर को दबाता है और हमसे ताकतवर हमें दबाता है। जिसे छूटना है वह इस दाँव-पेंच में से बाहर निकल जाए कि यह रास्ता गलत है!

# होली

## ज्ञानी कहते हैं...

होली के समय सीज़न चेन्ज होता है। इस कारण पेड़ से बहुत सारे पत्ते झड़ते हैं। इसलिए इस दिन सभी पत्तों को एक साथ जलाया जाता है। रोज़-रोज़ पत्ते जलाने से सब डिस्टर्ब हो जाएगा। इसलिए यह एक दिन तय करके सभी पत्तों को एक साथ जलाते हैं। होली जलाने के पीछे यह मुख्य कारण है।

दूसरे दिन धुलेटी पर सब एक-दूसरे पर गुलाल डालकर खेलते हैं। इस तरह हार्टिली खेलने से आसपास वालों के साथ जो राग-द्वेष, बैर हुए हों वे मिट जाते हैं। भाई, आनंद करो, उत्सव मनाओ, बैर-वैमनस्य छोड़कर एक-दूसरे के साथ प्रेम से रहो। रंग लगाने से, होली खेलने से सब वैर छूट जाते हैं। प्रेम से रहना है ऐसा तय हो जाता है। यह होली खेलने के पीछे का मुख्य हेतु है।



## ज्ञानियों की अनोखी रीत

नीरू माँ को बचपन से ही होली खेलना पसंद नहीं था। उन्हें ऐसा लगता कि पहले तो रंग लगाओ, और फिर उसे साफ करो। रंग धोना उन्हें बहुत उबाऊ लगता। इसलिए उन्होंने कभी होली नहीं खेली। कभी-कभी नीरू माँ की भाभियाँ उन्हें पकडकर उन पर रंग डाल देती थीं। लेकिन नीरू माँ भी होशियार थे। उसके बाद से, वे होली के दिन सुबह से ही भाभी की फर्स्ट क्लास साड़ी पहन लेते। इस कारण उनकी भाभी को उन पर रंग डालने की हिम्मत नहीं होती।

# ईद-मुबारक

मुस्लिम कैलेन्डर का सबसे पवित्र महीना यानि रमज़ान का महीना है। रमज़ान के महीने में मुस्लिम रोज़ा (उपवास) और इबादत (भक्ति) करते हैं। रमज़ान का महीना खत्म होता है और ईद का चाँद दिखाई पड़ता है उसके बाद ईद की रात प्रारंभ होती है। लगभग १४०० वर्ष पहले 'ईद-उल-फितर' का त्यौहार मनाने की शुरुआत हुई थी। 'ईद' शब्द मूल 'अबद' शब्द से बना है। 'अबद' का अर्थ है 'फिर से'। हर साल फिर से मिलती खुशी यानी ईद। और फितर का अर्थ है 'दान'।

ईद के दिन 'सदका-ए- फित्र' करने का रिवाज है, अर्थात गरीबों को दान देने का रिवाज़ है।

ईद के दिन प्रत्येक मुस्लिम के घर पर खीर बनाई जाती है। दूध, शक्कर, सेवई और सूखे मेवे से बनी यह खीर जीवन में फिर से मिठास फैलाने का संदेश देती है।

ईद की नमाज़ (प्रार्थना) समानता का संदेश देती है। छोटे-बड़े, गरीब-अमीर सभी एक ही लाइन में खड़े होकर ईद की नमाज़ पढ़ते हैं (प्रार्थना करते हैं)।

नमाज़ के बाद एक-दूसरे के गले मिलकर बीते साल में रिश्तों में आई कड़वाहट को भूलाकर, मन साफ कर, फिर से प्रेम और स्नेह से रिश्तों की शुरुआत करते हैं। इस तरह 'ईद' एक-दूसरों की गलतियों को माफ करने का, प्रायश्चित करने का दिन है।

एक बार हज़रत मुहम्मद पैगम्बर को किसी ने पूछा, 'ईद के दिन क्या जरूरी है?'

मुहम्मद साहब ने कहा, 'ईद के दिन खुले दिल से खुशी व्यक्त करो। मन की कड़वाहट से मुक्त होकर खाओ-पियो और खुशी बाँटो। खुशी मनाओ और खुदा को याद करते रहो।'

# मीठी यादें

दिवाली आते ही नीरू माँ सोचतीं कि महात्माओं को क्या खिलाया जाए? वे खुद इन्टरेस्ट लेकर अच्छे-अच्छे पकवान बनवाते। नीरू माँ कहते थे कि ऐसा लगना चाहिए कि दिवाली आई है। दिवाली के पंद्रह दिन पहले से ही नीरू माँ महात्माओं के लिए तरह-तरह के पकवान बनाने के लिए जोश से भर जाते। नीरू माँ जो भी पकवान बनाने के लिए कहते सभी बहनें खुशी-खुशी बनातीं। जब बहनें मठिया बना रही होतीं तब नीरू माँ वहीं सामने खड़े रहते।

हर दिवाली पर नीरू माँ महात्माओं को नये साल के उपहार स्वरूप पाँच रुपये, दस रुपये देते। बहुत सारे महात्माओं का अनुभव है कि नीरू माँ द्वारा दिए गए उपहार स्वरूप प्रसादी को तिजोरी में रखने से उन्हें कभी आर्थिक कठिनाई नहीं हुई है।

मकर संक्रांति के दिन नीरू माँ ऊंधियुं और जलेबी बनवाते।

नीरू माँ के साथ रहकर महात्माओं को सीखने मिला कि त्यौहारों को सही तरीके से कैसे मनाते है! बिल्कुल भी थके बिना महात्माओं के लिए महात्मा खुद ही प्रसादी बनाते और आनंद और उल्लास के साथ सभी मिल-जुलकर त्यौहार मनाते।

जन्माष्टमी के समय नीरू माँ की ऐसी इच्छा रहती कि गुरुकुल के बच्चे मटकी फोड़ें। जन्माष्टमी के दिन सीटी के महात्मा बच्चों का प्रोग्राम देखने के लिए गार्डन में इकट्ठे होते। वहाँ नीरू माँ और पूज्यश्री भी आते। बच्चे सभी तैयारियाँ करते। गार्डन में नीचे मिट्टी डाली होती थी, ऊपर रस्सी बाँधकर मटकी लटकाई गई होती जिसमें मक्खन भरा होता था। बच्चे मीनार बनाते और एक छोटा बच्चा कृष्ण बनकर मटकी फोड़ता।

एक बार जो बच्चा कृष्ण बना था उसके पैरों में उसकी धोती अटक रही थी, इसलिए उसे मीनार पर चढ़ने मे परेशानी हो रही थी। नीरू माँ ने उसे पास बुलाकर उसे ठीक से धोती पहनाई, जिससे धोती उसके पैरों में ना अटके। फिर बच्चे ने खुशी-खुशी मीनार पर चढ़कर मटकी फोड़ी। नीरू माँ का यह प्रेम जितना बच्चों के दिल को भीगो गया उतना ही महात्माओं के हृदय को भी छू गया!

जन्माष्टमी के दिन नीरू माँ को भगवान कृष्ण की मूर्ति को गले लगते देखकर सभी महात्मा आनंद से भाव विभोर हो जाते। प्रत्येक महात्मा को यही भावना होती कि "जैसा प्रेम नीरू माँ को कृष्ण भगवान के प्रति है, वैसा ही प्रेम हमें भी कृष्ण के प्रति हो और हम भी नीरू माँ की तरह भगवान से सच्चा प्रेम करके कृष्णमय हो जाएँ!"

कई बहनों का अनुभव है कि जब वे अपने घर में रहती थीं तो वे नवरात्रि के समय सज-संवर कर गरबा खेलने जाती थीं। लेकिन नीरू माँ के पास रहने आने के बाद उन्हें कभी बाहर जाकर गरबा खेलने का मन नहीं हुआ। बहुत सारी बहनें नीरू माँ को पूछती थीं कि 'क्या हम सुन्दर कपड़े पहनकर आपके सामने गरबा खेल सकते हैं?' तो नीरू माँ कहतीं, "हाँ, मेरे सामने जितना मोह करना है कर लो।" इसलिए नवरात्रि में नौ दिनों तक बहनें अलग-अलग कपड़े पहनकर नीरू माँ के सामने गरबा खेलतीं।

गरबा खेलते समय सबका चित्त नीरू माँ में और उनकी भक्ति में ही होता। किसी को ऐसा विचार तक नहीं आता कि 'मैं कितनी सुंदर लग रही हूँ।' सचमुच, नीरू माँ के सामने गरबा खेलते समय माताजी के गरबे गा रहे हों ऐसी ही भक्ति उत्पन्न होती।

# नीरूमाँ के साथ रोज त्यौहार

सेलिब्रेशन के लिए महात्माओं को कोई त्यौहार की जरूरत नहीं है। उनके लिए तो ज्ञानी का संग ही सेलिब्रेशन और त्यौहार है।

जब वर्षा ऋतु की पहली बारिश होती तब नीरू माँ बिना चूके भीगने के लिए बाहर निकलते और महात्माओं को भी बुलाते।

बारिश में महात्माओं को पकौड़ी और सुखड़ी खिलाकर नीरू माँ सबको अपने प्रेम से सराबोर कर देते!

# FUN FACTS

## त्यौहार में अशोक वृक्ष की पत्तियों से बना तोरण क्यों?

अशोक वृक्ष की पत्तियाँ तोड़े जाने के बाद २४ घंटे तक ऑक्सिजन देती रहती हैं।

घर में जब कोई उत्सव मनाया जाता है तब ज्यादा लोग इक्ट्ठा होते हैं। सभी को पर्याप्त मात्रा में ऑक्सिजन मिलता रहे इस हेतु से अशोक वृक्ष की पत्तियों का तोरण बाँधते हैं।

## होली पर भुना हुआ ज्वार क्यों खाना चाहिए?

होली का त्यौहार सर्दियों के तुरंत बाद आता है। ठंड के मौसम में हम अधिक घी वाली और मीठी चाजें खाते हैं, जिससे शरीर में कफ की मात्रा बढ़ जाती है। भुना हुआ ज्वार कफ को दूर करने में हितकारी होता है।

Akram Express

August 2022
Year : 10, Issue : 5
Conti. Issue No.: 113

BALVIGNAN
Fun 'n' Gnan with Dada

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

# HAPPY BIRTHDAY AKRAM EXPRESS

## मुझे बताइए कि अक्रम एक्सप्रेस आपको कैसी लगती है?

तो आपके मोबाईल से
scan किजीए QR Code

Last Date : 31st August

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*