दादा भगवान परिवार का

जनवरी २०२२

शुल्क प्रति नकल : ₹ २०/-

अक्रम एक्सप्रेस

लिमिटलेस शक्ति

बाल मित्रों,

हमने सुपरहीरोज़ के बारे में बहुत कुछ देखा और सुना है। लगभग हर सुपरहीरो, जैसे सुपरमैन, बैटमैन, स्पाइडर मैन, वंडरवुमन, आदि के पास एक अद्भुत सुपरपावर होता है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि हम सभी के पास भी सुपरहीरोज़ की तरह एक सुपरपावर होता है? हाँ, और उसका नाम है, लिमिटलेस शक्ति! हमारे पास शक्ति का एक ऐसा खज़ाना है जो सिर्फ हमारी ही नहीं बल्कि दूसरों की भी मदद कर सकता है।

लेकिन, आप सोच रहे होंगे कि अगर सचमुच हमारे पास सच में ऐसी शक्ति का खज़ाना है, तो हमें इसका अनुभव क्यों नहीं होता है? सही कहा न? सवाल तो ये भी उठते हैं कि क्या ये शक्तियाँ खत्म हो सकती हैं? कैसे? शक्तियाँ किस प्रकार बढ़ा सकते हैं? तो चलो, इस अंक में हम दादाश्री द्वारा दी गई सुंदर समझ से अपने सभी प्रश्नों के जवाब प्राप्त करें और अपनी अंदर की शक्तियों को विकसित करें!

- डिम्पल मेहता

वर्ष : १४ अंक : ९
अखंड क्रमांक : १०६
जनवरी 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.

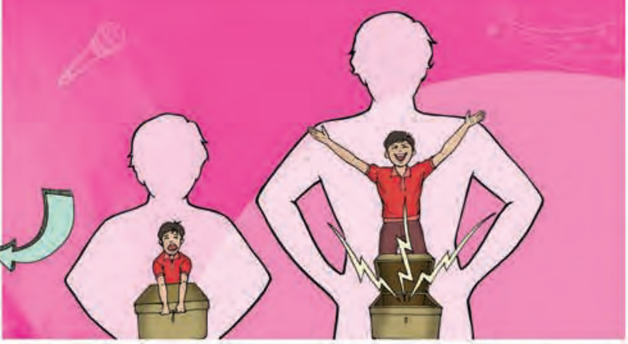
© 2021, Dada Bhagwan Foundation
All Rights Reserved

अक्रम एक्सप्रेस

ज्ञानी कहते हैं...

अनंत शक्ति अर्थात् क्या?

हमारे पास अनंत शक्तियाँ हैं, लेकिन वे आवृत (ढँकी हुई) हैं। सभी प्रकार की शक्तियाँ अंदर से मिल सकती हैं। जितनी शक्ति का उपयोग करना आए उतनी आपकी। उदाहरण के लिए यदि कोई गाना गा रहा हो और आप उसकी तारीफ करें कि 'बहुत बढ़िया, बहुत अच्छा', तो आपके अंदर भी ऐसी शक्ति उत्पन्न हो जाएगी और आपको भी गाना आ जाएगा।



शक्तियाँ कमज़ोर कैसे पड़ जाती हैं?

मनोरंजन से शक्तियाँ कमज़ोर होती जाती हैं। मनोरंजन सीमित हो तो ठीक है। मनोरंजन यानी मोबाइल गेम्स, टी.वी., मूवी, इन्टरनेट इत्यादि से आनंद लेना।

'मुझमें शक्ति नहीं है' ऐसा कहने से सब शक्तियाँ कमज़ोर हो जाती हैं।

शक्तियाँ अनंत हैं, लेकिन घर्षण (टकराव, झगड़ा और नेगेटिविटी) से सब शक्तियाँ खत्म हो जाती हैं।

उदाहरण के लिए: कुछ भी नया सीखने की शक्ति हमारे पास पहले से ही होती है, लेकिन "अगर मुझे नहीं आएगा तो?", "टीचर को सीखाना ही नहीं आता", "ये फ्रेन्ड स्टूपिड है। मैं इसके साथ नहीं सीखूँगा" वगैरह। ऐसा करने से हमारी सारी शक्तियाँ खत्म हो जाती हैं।

शक्ति किस प्रकार बढ़ती है?

जब शक्ति कम पड़ने लगे, मन और शरीर कमज़ोर पड़ने लगे तब 'मैं अनंत शक्ति वाला हूँ' ऐसा जोर-जोर से बोलने से वापिस शरीर में शक्ति आ जाती है।

उदाहरण के लिए : रनिंग रेस में भाग लिया हो और दौड़ते-दौड़ते थकान लगे, तब 'मैं अनंत शक्तिवाला हूँ' ऐसा बोलने से शरीर में दौड़ने की शक्ति आ जाती है।

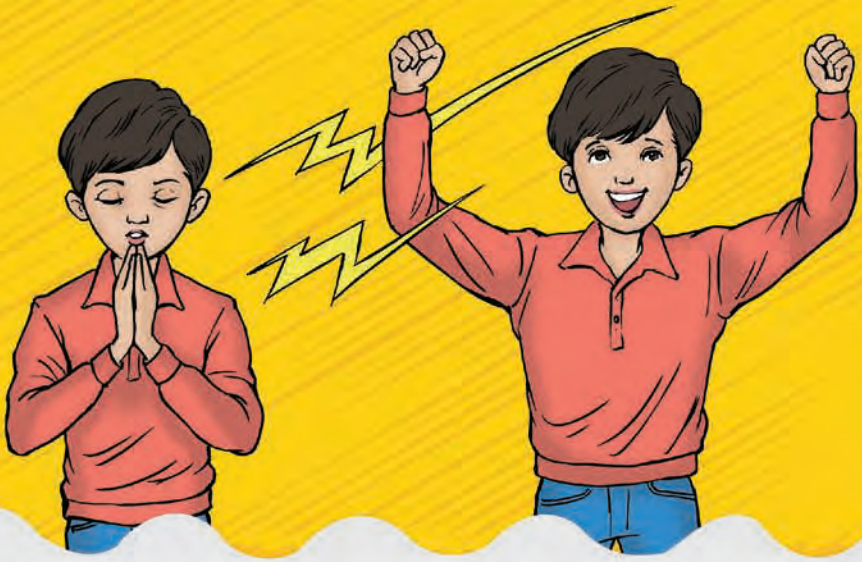
'नापसंद' व्यक्ति के साथ एडजस्ट होने से आत्मशक्तियाँ प्रकट होती हैं।

यह तो नई ही बात है!

'मुझे नहीं आएगा' अगर ऐसा सोचना बंद कर दें तो शक्तियाँ खिलती हैं। अंदर सूझ पड़ती जाती है, कोई जानकार मिल जाता है और फिर सीखने में देर नहीं लगती।

भगवान से क्या शक्ति माँगनी चाहिए? यह जो तूफान (झगड़ा, नेगेटिविटी, टकराव) उठा है उसमें ज्ञानशक्ति (समझशक्ति) तथा स्थिरता शक्ति दीजिए, ऐसा माँगना चाहिए।

हमारे अंदर असीम शक्ति है! "हे भगवान! मुझे शक्ति दीजिए।" इस प्रकार शक्ति माँगने से भगवान तुरन्त शक्ति देंगे। सभी को देते हैं, माँगना आना चाहिए!



हमारी शक्तियाँ बढ़ेंगी कब? जब हम चैलेन्जस लेना शरू करेंगे।

मैजिक डायल

"दीदी, इस सीन को फॉरवर्ड करो न! कितना बोरिंग है!" सुहानी ने अकड़ते हुए कहा।

"कम ऑन यार, सुहानी" दीदी ने रिमोट को अपने पैरों के नीचे छुपा दिया। मुझे "एक फिल्म तो पूरी देखने दो! सीन्स फॉरवर्ड करके फिल्म देखने में क्या मजा आएगा!"

लेकिन सुहानी को तो सीन्स फॉरवर्ड करके ही फिल्म देखने में मजा आता था। इन फैक्ट, वह अक्सर यह कल्पना करती कि "काश, मेरे पास एक ऐसा रिमोट कन्ट्रोल होता जिससे मेरे लाईफ की सभी बोरिंग और डिफिकल्ट सिचुएशन्स को फॉरवर्ड करके मैं फ्यूचर में पहुँच जाती!"

लेकिन रियल लाइफ में ऐसा रिमोट कन्ट्रोल कहाँ होता है? सुहानी जब फ्यूचर में पहुँचने की कल्पना करती थी तब उसने कभी कल्पना में भी यह नहीं सोचा होगा कि उसकी कल्पना कभी हकीकत में बदल सकती है। एक रात, नानाजी के गेस्ट रूम कॉटेज में उसने जो देखा उस पर उसे विश्वास ही नहीं हो रहा था। उसने देखा शेल्फ पर एक चमकदार डायल पड़ा हुआ देखा और साथ ही ब्यूटिफुल ड्रेस पहनी हुई एक लेडी भी देखा थीं, जिसे देखकर वह चौंक गई।

"आप कौन हैं और यह क्या है?" सुहानी ने आश्चर्य से पूछा। और उसने अपने हाथ में पकड़े हुए डायल को पलंग पर कुछ इस तरह फेंका जैसे कोई गरम चीज़ को गलती से हाथ में ले लिया हो!

"मैं टाइम क्वीन हूँ और यह एक मैजिक डायल है। तुमने इस मैजिक डायल का कांटा घुमाया इसलिए मैं तुम्हारी सेवा में हाज़िर हुई हूँ।" लेडी ने सुरीली आवाज़ में कहा।

"म...म...मतलब"? सुहानी ने हिचकिचाते हुए पूछा, "व्हाट डू यू मीन बाइ मेरी सेवा?"

"मेरा मतलब है, यदि तुम इस मैजिक डायल का यूज़ करना चाहती हो तो मैं तुम्हें इसे यूज़ करने की कन्डिशन्स बताऊँगी।" टाइम क्वीन ने कहा।

सुहानी को कुछ समझ में नहीं आ रहा था। उसने पूछा, "क्या कन्डिशन्स हैं?"

"इस मैजिक डायल की केवल तीन कन्डिशन्स हैं।" टाइम क्वीन ने बताया, "फर्स्ट कन्डिशन है, यदि तुमने इस मैजिक डायल के कांटे को एक बार क्लॉकवाईज़ घुमाया तो तुम निकट भविष्य में पहुँच जाओगी। लेकिन इस मैजिक डायल का उपयोग पास्ट में जाने के लिए नहीं किया जा सकता।"

"ओ...के! दूसरी कन्डिशन क्या है?" सुहानी को क्वीन की बातों में दिलचस्पी जगी।

"दूसरी कन्डिशन यह है कि जिन इवेन्ट्स को तुमने फास्ट फॉरवर्ड किया होगा तुम्हें उसकी कोई भी मेमरी नहीं रहेगी।" टाइम क्वीन ने कहा।

"ओह!" सुहानी को यह कन्डिशन पसंद नहीं आई। "और तीसरी?"

"इस मैजिक डायल को तुम केवल तीन बार यूज़ कर सकोगी। यदि इसका यूज़ तुम कन्टिन्यू रखना चाहती हो तो जब तुम चौथी बार कांटा घुमाओगी तो मैं हाज़िर हो जाऊँगी और

इसका एक्सटेन्शन कर दूँगी। लेकिन प्लीज़, सोच-समझकर इस डायल का उपयोग करना।" टाइम क्वीन ने सुहानी को तीनों कन्डिशन्स बताईं।

"वाउ!" सुहानी ने तुरंत ही पलंग से डायल उठाया और अपनी पैंट की जेब में संभाल कर रख दिया।

सुहानी ने तुरंत ही मैजिक डायल के पहले यूज़ के बारे में सोच लिया। परीक्षा नजदीक आ रही थी। परीक्षा के बाद डैडी ने पूरे परिवार को वैकेशन में मालदीव ले जाने का प्लान बनाया था।

हर बार परीक्षा की तैयारी करते-करते सुहानी के नाक में दम आ जाता था। पर अब मैजिक डायल के प्रताप से कष्ट सहन करने की कोई ज़रूरत नहीं थी। सुहानी ने मैजिक डायल को घुमाकर कहा, "ओ मैजिक डायल, एग्ज़ैम्स पार करके मुझे फ्यूचर में मालदीव वैकेशन पर ले जाओ।" और तुरंत ही सुहानी मालदीव पहुँच गई।

कुछ दिनों बाद सुहानी को टाइफॉइड हो गया। डॉक्टर ने सादा खाना खाने को कहा। लेकिन, सुहानी को तो सिर्फ चटपटा खाना ही पसंद था। उसने फिर से मैजिक डायल घुमाया। "ओ मैजिक डायल, मुझे ऐसे फ्यूचर पॉइन्ट पर ले जाओ जहाँ मेरा टाइफॉइड मिट गया हो।" और सुहानी बिमारी के दिनों को लाँघकर फ्यूचर में पहुँच गई।

उम्मीद से ज्यादा जल्दी उसने दो बार मैजिक डायल यूज़ कर लिया। बस, अब एक आखरी बार वह डायल यूज़ कर सकती थी। सुहानी एक मोटरबाइक खरीदना चाहती थी, लेकिन डैडी ने साफ कह दिया था कि दसवीं कक्षा में ही उसे बाइक मिलेगी।

बहुत सोचने के बाद, आखिरकार सुहानी ने डायल घुमा ही दिया, "ओ मैजिक डायल, प्लीज़ मुझे फ्यूचर में दसवीं कक्षा में ले जाओ।"

सुहानी जब फ्यूचर में पहुँची तब उसके आस-पास के लोग भी फ्यूचर में ही थे। फर्क सिर्फ इतना था कि सुहानी जिन सिचुएशन्स को पार करके फ्यूचर में पहुँच जाती थी उनका कोई अनुभव या मेमरी उसके पास नहीं थे। जबकि आस-पास के लोगों के पास स्वयं के अनुभवों का स्टॉक और मेमरी दोनों ही थे। वैसे तो सुहानी को अपने में कोई बदलाव महसूस नहीं हुआ लेकिन उसने आस-पास के लोगों में बदलाव नोटिस किया।

उस रात जब डिनर टेबल पर मम्मी ने अनुश्री दीदी के बारे में बात की, तब सुहानी भी मम्मी की बात से सहमत हुई। मम्मी ने बहुत खुश होते हुए कहा, "हमारी नन्ही अनु, जो रोज़ स्कूल जाते समय रोती थी और जिसे एग्ज़ैम से पहले बुखार आ जाता था, वह अब डॉक्टर बनने वाली है। आज उस डरपोक अनुश्री को कॉन्फिडेन्ट देखकर बहुत खुशी होती है।"

एक दिन अनु दीदी ने सुहानी का फेवरिट पास्ता बनाया और उसे देने आई। सुहानी ने हिम्मत करके पूछा, "दीदी, क्या मैं एक बात पूँछू?"

"क्या? यह भी कोई पूछने की बात है?"

"दीदी, आपको एग्ज़ैम से पहले कितना डर लगता था, पर अब आप इतना कॉन्फिडेन्ट और स्ट्रोंग कैसे बन गई?"

"कभी-कभी मुझे भी डर लगता है। मैंने डर को हराया नहीं है। लेकिन हाँ, उसे जीत ज़रूर लिया है। मुझे यह समझ में आ गया है कि काम करने की शक्ति मुझमें है ही। मुझे सिर्फ उन शक्तियों को नेगेटिविटी या भय के कारण वेस्ट नहीं होने देना है। पहले तो मैं डिफिकल्ट सिचुएशन्स से दूर भागने की कोशिश करती थी। लेकिन फिर मुझे समझ में आ गया कि ऐसा करने से मेरी शक्तियाँ कभी विकसित नहीं होंगी।"

यह सुनकर सुहानी का चेहरा उतर गया।

अनु दीदी ने सुहानी के गाल पर प्यार से हाथ फेर कर कहा, "क्या तुम जानती हो कि एक मदर जिराफ़, बेबी जिराफ़ को जन्म देने के बाद क्या करती है?"

"मुझे नहीं पता, क्या करती है?"

"थोड़ा प्यार करने के बाद मदर, बेबी को इतनी ज़ोर से किक मारती है कि बेबी हवा में उछलता है और फिर ज़मीन पर गिर जाता है। बेबी, मदर के पास जाता है तो मदर फिर से उसे किक मारती है। जब तक बेबी अपने दोनों पैरों पर खड़ा होना नहीं सीख जाता, तब तक मदर उसे किक मारती रहती है। ऐसा करने से बेबी जिराफ़ के पैर स्ट्रोंग होते जाते हैं। एक बार बेबी जिराफ़ अपने पैरों पर खड़ा होना सीख जाता है, तो मदर समझ जाती है कि अब उसका बेबी चाहे जितनी बार भी गिरे लेकिन अब वह स्वयं ही उठकर दौड़ सकेगा। शेर तथा बाघ का शिकार बनने से बच जाएगा।"

सुहानी बड़े ध्यान से अनु दीदी की बातें सुन रही थी।

"हमें भी लाइफ में कई बार मदर जिराफ़ की किक्स की तरह डिफिकल्ट सिचुएशन्स आती हैं। यदि हम उन सिचुएशन्स से दूर नहीं भागते हैं तो हम भी बेबी जिराफ़ की तरह अपने पैरों पर खड़े होने की ताकत पा सकते हैं, स्ट्रोंग बन सकते हैं। बस, यह बात मैं सीख गई और स्ट्रोंग बनती गई।" अनु दीदी ने

प्यार से सुहानी को समझाया। उनकी नजर घड़ी पर गई, ओह! "आइ ऐम गेटिंग लेट। मैं तुम्हें बाद में आकर मिलती हूँ। एन्जॉय द पास्ता... बाइ!"

"बाइ, दी!"

सुहानी ने घड़ी की तरफ देखा और उसे टाइम क्वीन की याद आई। दसवीं कक्षा की परीक्षा नजदीक थी। उसने मैजिक डायल घुमाया और टाइम क्वीन हाजिर हुई।

"सुहानी, एक्स्टेन्शन करवाना चाहती हो? दसवीं कक्षा की एग्ज़ैम फास्ट फॉरवर्ड करनी है?" टाइम क्वीन ने पूछा।

"नहीं, टाइम क्वीन। इन फैक्ट, मैं डायल वापस करना चाहती हूँ। मैजिक डायल का यूज़ करके मुझे अपनी मनपसंद चीज़ें मिल जाती थीं, फिर भी मेरी खुशी टिकती नहीं थी। लाइफ के सभी डिफिकल्ट प्रसंगों को फास्ट फारवर्ड करके मैं सिर्फ मज़ा ही करती थी। लेकिन फिर भी मुझे खुशी नहीं मिलती थी। आज अनु दीदी के साथ बातें करके मुझे समझ में आया कि क्यों मैं दिन प्रतिदिन और अधिक कमज़ोर होती जा रही हूँ।"

ऐसा कहकर सुहानी ने टाइम क्वीन को डायल वापस कर दिया।

"आज तक जिसने भी इस मैजिक डायल का उपयोग किया है, उसे इस मैजिक डायल से ज्यादा पावरफुल कुछ भी नहीं लगा। पर सच तो यह है कि हर एक व्यक्ति इस डायल से ज्यादा पावरफुल है। जिस प्रकार अपने घर में खज़ाना छुपा हुआ होता है लेकिन उसका पता नहीं होने के कारण उसका उपयोग नहीं हो पाता, वैसे ही हमारे भीतर भी शक्ति का खज़ाना छुपा है लेकिन नहीं जानने के कारण उसका उपयोग नहीं हो पाता है। इस मैजिक डायल को वापस देकर तुमने उस शक्ति के खज़ाने का उपयोग करना शुरू कर दिया है। जैसे-जैसे तुम उसका उपयोग करती जाओगी वैसे-वैसे तुम्हें उस खजाने की पहचान होती जाएगी। ऑल द बेस्ट, सुहानी!" कहकर टाइम क्वीन गायब हो गई।

सुहानी ने गहरी साँस ली और परीक्षा की तैयारियाँ शुरू कर दी।

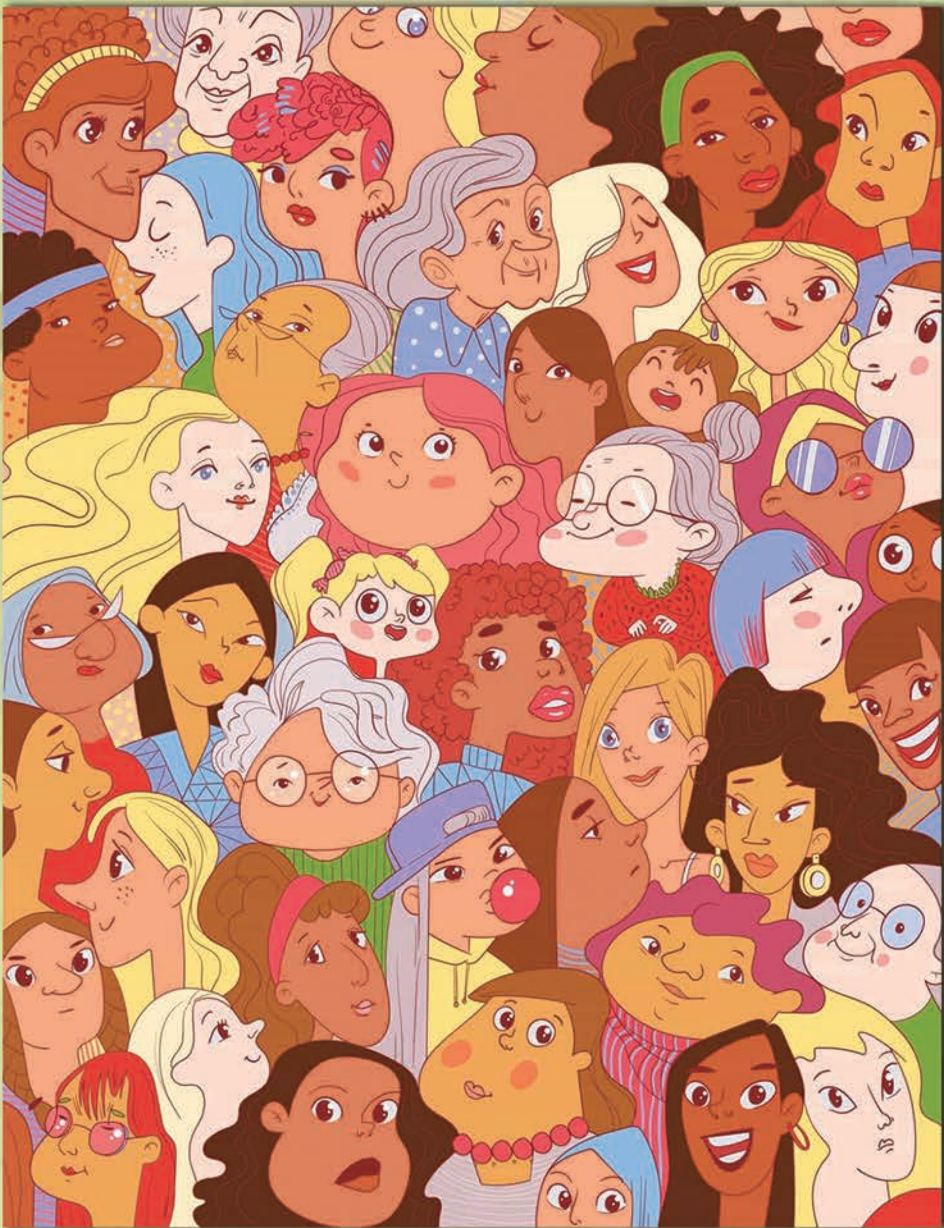
The Rastul Flower

जनवरी २०२१ का अंक पढ़ने के लिए QR code scan करें।

आपकी कल्पना शक्ति और जनवरी, २०२१ में प्रकाशित अंक 'नियमितता' से जो समझ प्राप्त की है उसे इस्तेमाल करके कॉमिक स्टोरी 'द रस्तुल फ्लावर' को पूरा करो। और हाँ, इस स्टोरी की विशेषता यह है कि आप जैसे बच्चों ने आपके लिए यह स्टोरी बनाई हैं।

चलों खेलें...

नीचे दिए गए चित्र में से बारह चीज़ों को ढूँढो।



जीवंत उदाहरण

मैं उड़ना सीख लूँ

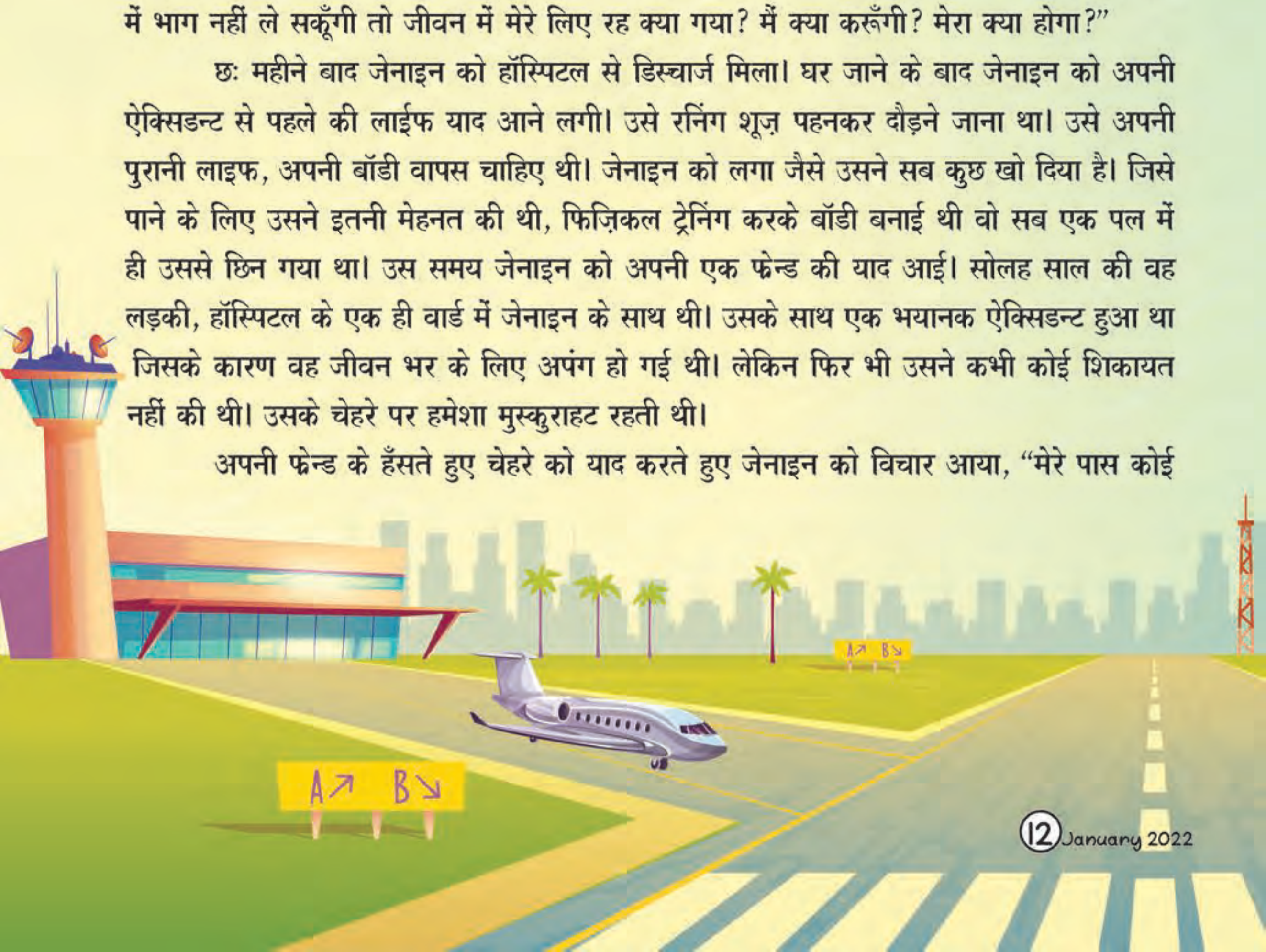
जेनाइन शेफर्ड के जीवन में एक ही ड्रीम था। ओलंपिक गेम्स में भाग लेने का ड्रीम। वह बहुत मन लगाकर विन्टर ओलंपिक के लिए प्रैक्टिस कर रही थी।

उस दिन हल्की ठंड के साथ गुनगुनी धूप थी। हवा में सुगंध थी। जेनाइन लगातार पाँच घंटों से पहाड़ों के बीच साइकल चलाने की प्रैक्टिस कर रही थी। प्रैक्टिस पूरी होने में केवल दस मिनट बाकी थे। जेनाइन ने आकाश की तरफ देखा और अचानक अँधेरा छा गया।

तेज़ रफ्तार से आ रहा एक बड़ा सा ट्रक जेनाइन से टकरा गया। इस ऐक्सिडन्ट में जेनाइन को प्राणघाती चोटें आईं। (मृत्यु हो जाए उतना लगा था।) हेलिकोप्टर की मदद से उसे एक बड़े हॉस्पिटल ले जाया गया। चोटें इतनी गंभीर थीं कि जेनाइन को बताया गया कि वह फिर कभी चल-फिर नहीं सकेगी। यह सुनकर जेनाइन को बहुत बड़ा शॉक लगा, उसने कहा, "मैं एक ऐथलीट हूँ। यदि मैं खेल के मैदान में भाग नहीं ले सकूँगी तो जीवन में मेरे लिए रह क्या गया? मैं क्या करूँगी? मेरा क्या होगा?"

छः महीने बाद जेनाइन को हॉस्पिटल से डिस्चार्ज मिला। घर जाने के बाद जेनाइन को अपनी ऐक्सिडन्ट से पहले की लाईफ याद आने लगी। उसे रनिंग शूज़ पहनकर दौड़ने जाना था। उसे अपनी पुरानी लाइफ, अपनी बॉडी वापस चाहिए थी। जेनाइन को लगा जैसे उसने सब कुछ खो दिया है। जिसे पाने के लिए उसने इतनी मेहनत की थी, फिज़िकल ट्रेनिंग करके बॉडी बनाई थी वो सब एक पल में ही उससे छिन गया था। उस समय जेनाइन को अपनी एक फ्रेन्ड की याद आई। सोलह साल की वह लड़की, हॉस्पिटल के एक ही वार्ड में जेनाइन के साथ थी। उसके साथ एक भयानक ऐक्सिडन्ट हुआ था जिसके कारण वह जीवन भर के लिए अपंग हो गई थी। लेकिन फिर भी उसने कभी कोई शिकायत नहीं की थी। उसके चेहरे पर हमेशा मुस्कुराहट रहती थी।

अपनी फ्रेन्ड के हँसते हुए चेहरे को याद करते हुए जेनाइन को विचार आया, "मेरे पास कोई



एक चॉइस है - या तो मैं अपनी परिस्थिति से लड़ती रहूँ या फिर मैं अपनी परिस्थिति और शारीरिक हालात को स्वीकार कर लूँ। लाइफ में एक दरवाजा बंद हो गया तो क्या हुआ? दूसरे अनेक दरवाजे खुल सकते हैं।" जैसे ही उसने अपनी परिस्थिति को स्वीकार किया जेनाइन को फ्रीडम का अहसास हुआ।

एक दिन जेनाइन अपनी व्हील चेयर पर बैठी थी। उसने आसमान में एक प्लेन को जाते हुए देखा और अचानक उसे विचार आया, "दैट्स इट! अगर मैं चल नहीं सकती, तो मैं उड़ना सीख लूँ!"

जेनाइन ने पाइलट बनने की ट्रैनिंग शुरू कर दी। पाइलट बनने में उसे कई चैलेन्जेस का सामना करना पड़ा। लेकिन उसने हार नहीं मानी। हॉस्पिटल से छुट्टी मिलने के ठीक अठारह महीने बाद जेनाइन के हाथ में अन्य स्टूडन्ट्स को फ्लाइट उड़ाने की ट्रेनिंग देने का लाइसेन्स था।

जेनाइन शेफर्ड कहती है कि "मेरी बॉडी की लिमिटेशन है। लेकिन मेरे अदंर की शक्तियों की कोई लिमिटेशन नहीं है। आज मुझे एहसास हुआ कि असली ताकत मुझे अपनी बॉडी से कभी नहीं मिली। भले ही मेरी शारीरिक शक्तियों में बहुत बदलाव आ गया है, लेकिन मैं जो हूँ उसमें कोई बदलाव नहीं हुआ है।"

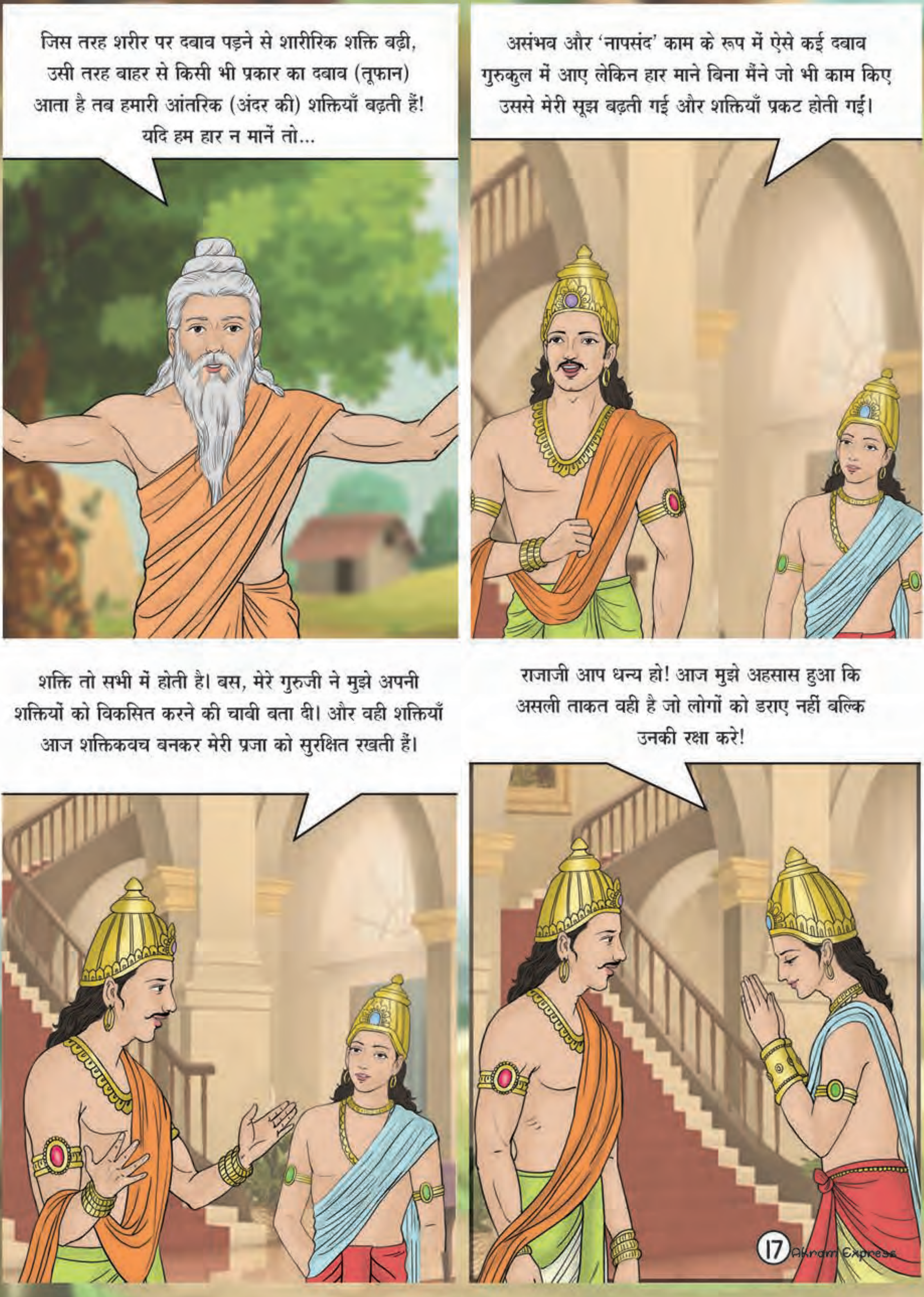
मित्रों, यह कैसी अद्भुत समझशक्ति है! लाईफ में चैलेन्जेस और डिफिकल्टीज़ तो सभी को आती हैं लेकिन असाधारण तो वही कहलाते हैं जो चैलेन्जेस को पार करके अपनी आंतरिक शक्तियों को विकसित करते हैं!

शक्ति कवच

सुहानगढ़ के लोगों की बहादुरी के चर्चे सुनकर, एक यक्ष ने उसकी परीक्षा करने का फैसला किया। एक युवक को घनघोर जगंल में अकेला पाकर वो उसके पास गए।
ऐ लड़के! मुझे देखकर तुझे डर नहीं लगा? मुझे देखकर अच्छे-अच्छे लोग डर जाते हैं!
लगता है आप इस राज्य में नए आए हो। हमारे राजा का शक्तिकवच हमारे पूरे राज्य की रक्षा करता है। किसी में साहस नहीं है कि हमारा बाल भी बाँका कर सके!
युवक का आत्मविश्वास देखकर यक्ष दंग रह गए।
गजब बात है! राजा के प्रताप के कारण प्रजा नीडर होकर रहती है! राजा से मिलना पड़ेगा!

राजा ने यक्ष का स्वागत किया और उसे भोजन कराया।
आपकी प्रजा को आपके ऊपर अटूट विश्वास है। आपके पास ऐसा कौनसा शक्तिकवच है जो प्रजा की रक्षा करता है?
राजा ने मुस्कुराकर बात शुरू की...
कई साल पहले की यह बात है। मैं राजकुमार था इसलिए कोई भी चीज़ माँगने से पहले ही मुझे मिल जाती थी।
लेकिन अगर मुझे मेरी मनपसंद चीज़ नहीं मिलती तो मैं बैचेन हो जाता था। अगर मेरा काम टाइम पर न हो तो मुझे गुस्सा आ जाता था। मुझे इन कमज़ोरियों से छुटकारा पाना था।
मुझे एक गुरुकुल भेजा गया।
कुँवरजी, मैं अवश्य ही आपको एक शक्तिशाली पुरुष बनाऊँगा। लेकिन इसके लिए आपको मेरी आज्ञा का पालन करना पड़ेगा। क्या आपको यह मंजूर है?
हाँ-हाँ, मुझे मंजूर है।
ठीक है। आपका पहला काम है, आश्रम के द्वार के पास वाली चट्टान को जितना हो सके उतनी जोर से धक्का मारना। अगर ताकत कम पड़े तो मन ही मन मुझसे यह काम करने की शक्ति माँगना।
बस, इतना ही करना है?
और कई दिनों तक मैं उस चट्टान को धक्का मारता रहा। पर चट्टान अपनी जगह से टस से मस नहीं हुई।

अब मुझमें यह कार्य करने की शक्ति नहीं है। शक्ति माँगता हूँ पर मुझे नहीं लगता कि शक्ति मिल रही है।
एक दिन,
गुरुजी, मैंने पूरे दिल से आपकी आज्ञा का पालन किया है। पर अब मैं हार गया हूँ। चट्टान तो अपनी जगह से हिली ही नहीं।
कुँवर, मैंने तो आपको सिर्फ चट्टान को धक्का मारने का काम दिया था। चट्टान अपनी जगह से हिली या नहीं यह देखने के लिए नहीं कहा था।
और आपने पूरे दिल से मेरी आज्ञा का पालन किया है। क्या आपको ऐसा लगता है कि आप हार गए हो?
जरा, अपने आप को देखिए। चट्टान को धक्का मारने के कारण आपकी बाजुओं की ताकत बढ़ गई है। आपका शरीर पहले से अधिक बलवान हो गया है।
जैसे यहाँ बहार की चट्टान नहीं हिली, पर शरीर के भीतर की शक्तियाँ बढ़ गई हैं, वैसी ही शक्तियाँ माँगने से बाहर कुछ परिवर्तन नहीं दिखाई देता है लेकिन अंदर शक्तियाँ बढ़ती ही हैं!


जिस तरह शरीर पर दबाव पड़ने से शारीरिक शक्ति बढ़ी, उसी तरह बाहर से किसी भी प्रकार का दबाव (तूफान) आता है तब हमारी आंतरिक (अंदर की) शक्तियाँ बढ़ती हैं! यदि हम हार न मानें तो...
असंभव और 'नापसंद' काम के रूप में ऐसे कई दबाव गुरुकुल में आए लेकिन हार माने बिना मैंने जो भी काम किए उससे मेरी सूझ बढ़ती गई और शक्तियाँ प्रकट होती गई।
शक्ति तो सभी में होती है। बस, मेरे गुरुजी ने मुझे अपनी शक्तियों को विकसित करने की चाबी बता दी। और वही शक्तियाँ आज शक्तिकवच बनकर मेरी प्रजा को सुरक्षित रखती हैं।
राजाजी आप धन्य हो! आज मुझे अहसास हुआ कि असली ताकत वही है जो लोगों को डराए नहीं बल्कि उनकी रक्षा करे!
17 Akram Express

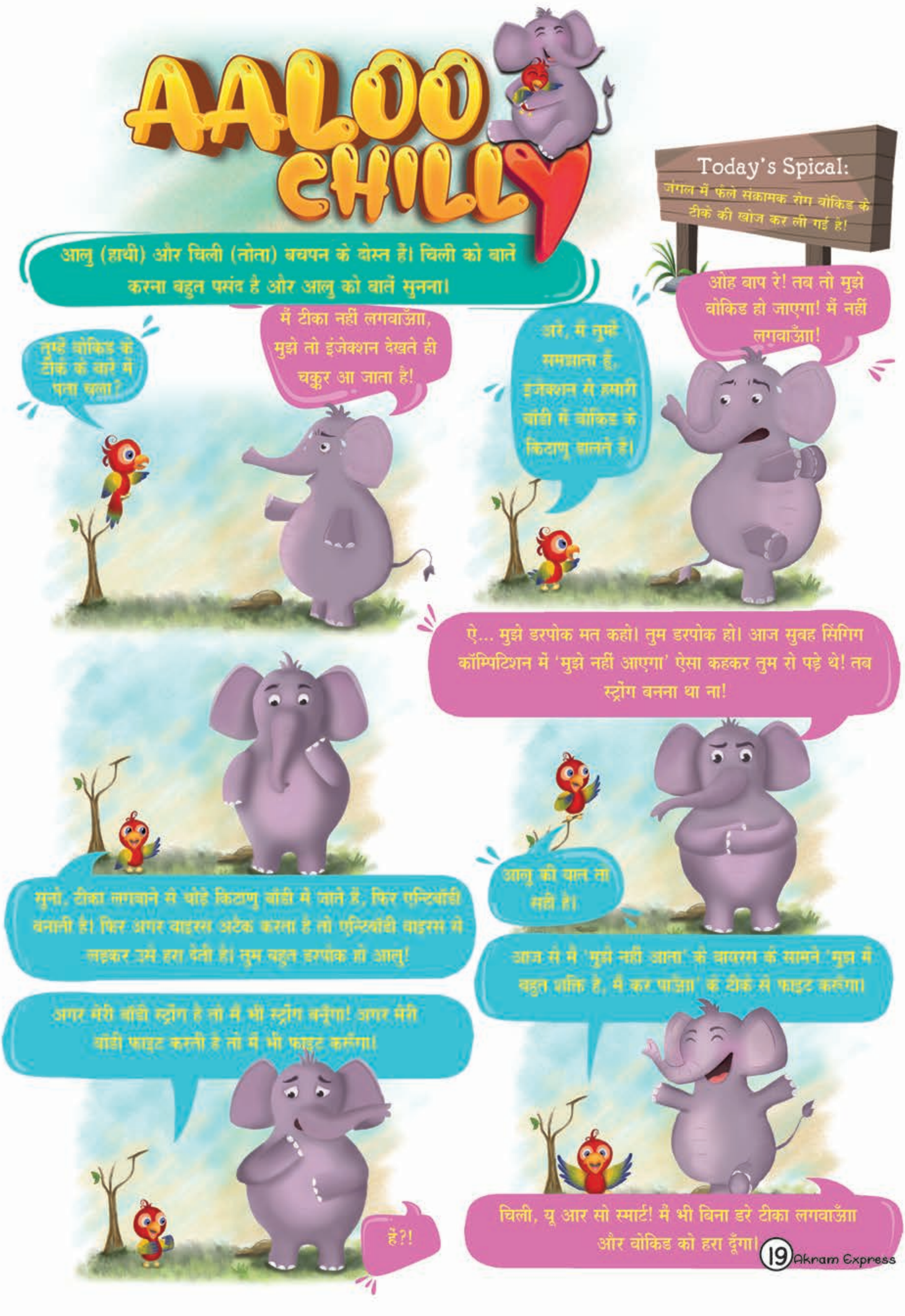
मीठी यादे

TRAVEL

नीरू माँ ने अपनी लाइफ में कदम-कदम पर कई एडजस्टमेन्ट लिए हैं। वे ऐसे एडजस्टमेन्ट ले लेती थीं कि जिससे उनके आस-पास के लोगों को बिल्कुल भी परेशानी न हो। जब शिविर के लिए दूसरे शहर जाना हो तब अगर सेवार्थी उनकी जीभी लाना भूल गए हों तो नीरू माँ अपनी सोने की चूड़ी से जीभ साफ कर लेतीं। सेवार्थी अपनी गलती के कारण दुःखी न हो इसके लिए वे कहतीं, "रोज़ हम चांदी की जीभी का उपयोग करते हैं पर आज तो हमने सोने की जीभी से जीभ साफ की!"

एक बार नीरू माँ भारत से लंदन जा रही थीं। फ्लाइट लंदन एयरपोर्ट पर कुछ देर में लैंड करने वाली थी। नीरू माँ ने लैन्डिंग से पहले फ्रेश होने के लिए सेवार्थी से कंघी माँगी। तब सेवार्थी ने कहा कि वे कंघी लाना भूल गए हैं। घंटों तक फ्लाइट में बैठने के कारण नीरू माँ के बाल बहुत बिखर गए थे। ऐसी हालत में महात्माओं के सामने जाना उचित नहीं था। सेवार्थी तो अपनी भूल के कारण एकदम ढ़ीले पड़ गये। लेकिन क्या हो सकता था? फ्लाइट में एक टूथब्रश मिला था। वह लेकर नीरू माँ बाथरूम में गए। ब्रश करके, हाथ -मुँह धोकर फ्रेश हुए। ब्रश करने के बाद उसी टूथब्रश को देखकर नीरू माँ को हुआ, "चलो, इसी से बाल बना लूँ।" फर्स्ट क्लास हेयर सेट हो गए। नीरू माँ ने बाल सेट करके बाथरूम से बाहर निकले। तो उन्हें देखकर वे सेवार्थी एकदम दंग रह गए, "नीरू माँ, यह कैसे किया आपने!!" नीरू माँ ने धीरे से सेवार्थियों को टूथब्रश दिखाया। नीरू माँ का ऐसा एडजस्टमेन्ट देखकर सेवार्थी धन्य हो गए!

"मित्रों, यदि हम ज्ञानी के द्वारा लिए गए एडजस्टमेन्ट को नोटिस करके धन्यता का अनुभव करते हैं तो धीरे-धीरे हम भी एडजस्टमेन्ट लेना सीख जाते हैं। और एडजस्टमेन्ट लेने से शक्तियाँ विकसित होती जाती हैं!"



AALOO CHILLY
Today's Spical:
जंगल में फैले संक्रामक रोग वोकिड के टीके की खोज कर ली गई है!
आलु (हाथी) और चिली (तोता) बचपन के दोस्त हैं। चिली को बातें करना बहुत पसंद है और आलु को बातें सुनना।
तुम्हें वोकिड के टीके के बारे में पता चला?
मैं टीका नहीं लगवाऊँगा, मुझे तो इंजेक्शन देखते ही चक्कर आ जाता है!
अरे, मैं तुम्हें समझाता हूँ, इंजेक्शन से हमारी बॉडी में वोकिड के किटाणु डालते हैं।
ओह बाप रे! तब तो मुझे वोकिड हो जाएगा! मैं नहीं लगवाऊँगा!
ऐ... मुझे डरपोक मत कहो। तुम डरपोक हो। आज सुबह सिंगिंग कॉम्पिटिशन में 'मुझे नहीं आएगा' ऐसा कहकर तुम रो पड़े थे! तब स्ट्रोंग बनना था ना!
सुनो, टीका लगवाने से थोड़े किटाणु बॉडी में जाते हैं, फिर एन्टिबॉडी बनाती है। फिर अगर वाइरस अटैक करता है तो एन्टिबॉडी वाइरस से लड़कर उसे हरा देती है। तुम बहुत डरपोक हो आलु!
आलु की बात तो सही है।
आज से मैं 'मुझे नहीं आता' के वायरस के सामने 'मुझ में बहुत शक्ति है, मैं कर पाऊँगा' के टीके से फाइट करूँगा।
अगर मेरी बॉडी स्ट्रोंग है तो मैं भी स्ट्रोंग बनूँगा! अगर मेरी बॉडी फाइट करती है तो मैं भी फाइट करूँगा।
हैं?!
चिली, यू आर सो स्मार्ट! मैं भी बिना डरे टीका लगवाऊँगा और वोकिड को हरा दूँगा।

Akram Express

January 2022
Year : 14, Issue : 9
Conti. Issue No.: 106

BALVIGNAN Fun 'n' Gnan with Dada

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

और अंत में...

हमें किसी भी प्रकार की शक्ति प्राप्त करनी हो तो दादा भगवान से शक्ति माँगते रहना चाहिए। इसका फल ज़रूर मिलता है। **'नव कलमों'** की भावना हर रोज़ करने से जबरदस्त शक्तियाँ प्राप्त होती हैं। तो ये भावना करना भूलोगे नहीं ना?

नव कलमों को Video में देखने के लिए QR code scan करें।
https://kids.dadabhagwan.org/gallery/Videos/All+Languages/Prayers/Nav+Kalamo/

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