दादा भगवान परिवार का

अगस्त २०२३

शुल्क प्रति नकल : ₹ २०/-

अक्रम एक्सप्रेस

कट्टी बट्टी

संपादकीय

मित्रों,

'कट्टी'! क्या यह शब्द कभी सुना है? सिर्फ सुना ही नहीं, कभी बोला भी होगा। फ्रेन्ड के साथ झगड़ा करके उसके साथ बोलना बंद कर दिया होगा। लेकिन जब उसी फ्रेन्ड के साथ 'बट्टी' हो जाए, तो कितना मज़ा आता है! तो यदि 'बट्टी' करने में ही मजा है फिर तो 'कट्टी' करनी ही क्यों?

क्या फ्रेन्ड्शिप में 'कट्टी-बट्टी' होनी चाहिए? सच्ची फ्रेन्ड्शिप किसे कहा जाता है? सच्चे फ्रेन्ड्स कैसे होते हैं? क्या आलु-चिली सच्चे फ्रेन्ड्स हैं? अच्छा फ्रेन्ड बनने के लिए दर्श ने कौनसी बात सीखी? एक अच्छा फ्रेन्ड कैसे बना जाए? चलिए, इस अंक में ज्ञानी की बातें, कहानियाँ और एक्टिविटी द्वारा इन प्रश्नों के जवाब जानते हैं।

-डिम्पल मेहता

अक्रम एक्सप्रेस

वर्ष : ११ अंक: ५
अखंड क्रमांक: १२५
अगस्त - २०२३

संपर्क सूत्र
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.
Taluka & Dist - Gandhinagar

Owned by and Published from
Mahavideh Foundation
Simandhar City, Adalaj - 382421.
Taluka & Dist - Gandhinagar

Printed at
Amba Multiprint
Opp. H B Kapadiya New High School,
Chhtral-Pratappura Road,
At-Chhatral, Tal. Kalol
Dist. Gandhinagar – 382729.

© 2023, Dada Bhagwan Foundation
All Rights Reserved

ज्ञानी कहते हैं...

प्रश्नकर्ता:जब फ्रेन्ड के साथ झगड़ा हो जाता है तो वह मेरे साथ कट्टी कर लेती है। तब मुझे क्या करना चाहिए?

पूज्यश्री:झगड़ा करना ही क्यों? झगड़ा ही नहीं करें तो कट्टी भी नहीं करनी पड़ेगी न? झगड़ा नहीं करना चाहिए। प्रेम से मिलजुलकर, मित्रतापूर्वक खेलना चाहिए। झगड़े की बात आए तो छोड़ देना चाहिए। किस बात पर झगड़ा होता है?

प्रश्नकर्ता: मेरी फ्रेन्ड मुझे छोड़कर दूसरी फ्रेन्ड के साथ चली जाती है तब मुझे दुःख होता है।

पूज्यश्री: आपकी फ्रेन्ड दूसरी के साथ बात करती हो तो दुःखी नहीं होना चाहिए। उसे भी सब के साथ फ्रेन्ड्शिप करने का राइट है। ऐसा कंट्रोल नहीं करना चाहिए कि वह सिर्फ मेरे साथ ही फ्रेन्ड्शिप रखे।

वह जो करती है उससे आपको दुःख होता है तो आप ऐसा करो कि किसी को आप से दुःख न हो।

प्रश्नकर्ता: फ्रेन्ड्स मेरे साथ कट्टी करते हैं तब मैं उन्हें फ्रेन्ड बना लेती हूँ। लेकिन वे लोग मेरे साथ झगड़ा बढ़ाते हैं।

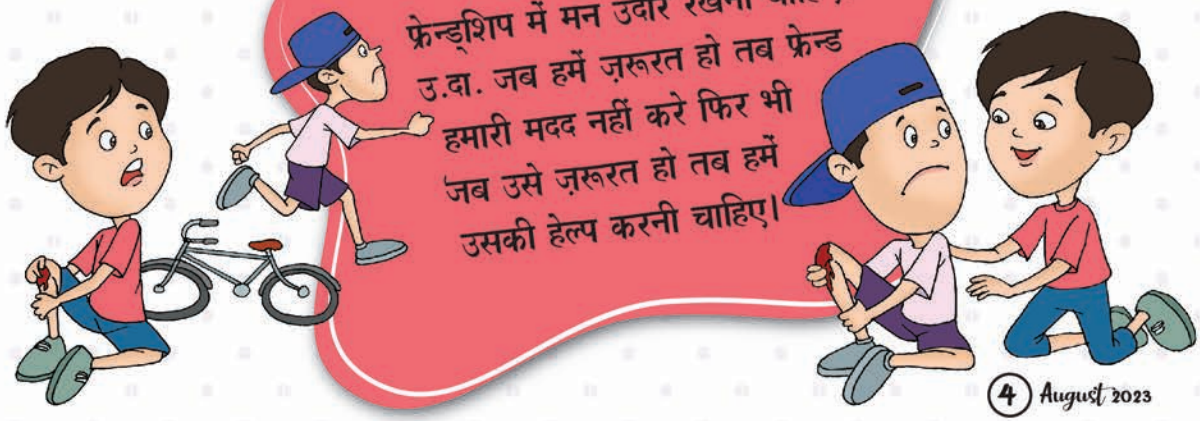
पूज्यश्री: झगड़ा हो तब उन्हें समझाकर देखना। फिर ऐसा लगे कि कोई समझने को तैयार नहीं है तो प्रार्थना करना, 'हे दादा भगवान, सब को शांति हो, झगड़े में से छूटें ऐसी कृपा करो।'

कुछ देर बाद फ्रेन्ड बन जाएगी। प्रेशर कुकर को नीचे से गरम किया जाए तो ऊपर से सीटी बजाता है। वैसे ही, मनुष्य को किसी दूसरे से दुःख हुआ हो तो वह हम पर गरमी निकालता है (झगड़ा करता है)। उसे ठंडा होने देना चाहिए। उससे दूसरी बातें करोगी तो वह अपना झगड़ा भूल जाएगी।

यह तो नई ही बात है!

फ्रेन्ड्शिप किसे कहा जाएगा कि हमसे गलती हुई हो तो फ्रेन्ड हमें समझाए और सही रास्ता बताए।

फ्रेन्ड्शिप में मन उदार रखना चाहिए। उ.दा. जब हमें ज़रूरत हो तब फ्रेन्ड हमारी मदद नहीं करे फिर भी जब उसे ज़रूरत हो तब हमें उसकी हेल्प करनी चाहिए।



'दो चिली शेक, आलु-चिली के लिए!'

'चिल-विथ-चिली' स्टॉल के वेटर ने दोनों फ्रेन्ड्स के सामने ग्लास रखे।

'आलु, क्या तुम जानते हो, इस फ्राइडे 'फेरी' सिनेमा घर में एक नई मूवी लगने वाली है, 'इट्स ए वन्डरफुल फ्लाइट।'

मुझे यह मूवी फर्स्ट डे फर्स्ट शो में देखनी ही है। प्लीज़, प्लीज़, प्लीज़ क्या हम चलें?'

'फ्राइडे को थीओ के नए कैफे की ओपनिंग भी है!' आलु ने एक ही घूँट में चिली शेक खत्म करते हुए कहा।

'थीओ का कैफे?' चिली धीरे-धीरे स्ट्रॉ से शेक पी रहा था।

'मतलब उसके डैडी का! थीओ बता रहा था कि पहले दिन सभी चीज़ें आधे से भी कम दाम में मिलेंगी। जाने जैसा है। वहाँ देखो, कितनी अच्छी ऐड बनाई है।' आलु ने स्टॉल के पास चिपके हुए पोस्टर की तरफ इशारा करते हुए कहा।

'वॉट? ओपनिंग और शो का टाइम एक ही है।' चिली ज़ोर से बोल पड़ा।

'थीओ के कैफे का ओपनिंग तो मिस नहीं कर सकते हैं।' आलु ने दृढ़ता से कहा।

'अरे, लेकिन अगर मैं फर्स्ट डे फर्स्ट शो नहीं देखूँगा, तो जंगल के फ्रेन्ड्स मुझे मूवी की स्टोरी बता देंगे' चिली ने तर्क दिया।

'कैफे', 'मूवी' 'कैफे', 'मूवी'...थोड़ी तकरार हुई और तभी आलु ने अपना अंगूठा ऊँाली चिली की तरफ उठाकर कहा, 'कट्टी।'

'कट्टी... यह क्या होता है?' चिली को समझ में नहीं आया।

लेकिन, जवाब दिए बिना ही आलु स्टॉल छोड़कर चला गया।

'आल रूको, कहाँ जा रहे हो?' लेकिन आलु नहीं रूका।

पिगी सब कुछ देख रहा था। उसने चिली के पास जाकर कहा, 'कट्टी मतलब अब आलु तुमसे बात नहीं करेगा।'

'क्या? यह संभव ही नहीं है! वह अभी मेरे पास वापिस आएगा।' चिली ने विश्वासपूर्वक कहा और स्टॉल से बाहर निकल गया।

दिनभर चिली आलु की राह देखता रहा। आस-पास कुछ भी आवाज़ होती तो चिली को लगता कि आलु आया है, लेकिन ऐसा नहीं हुआ।

दूसरे दिन चिली आलु के घर गया। दरवाजा बंद था। वैसे तो चिली को आलु के घर जाने में कभी हिचकि चाहट नहीं हुई थी। लेकिन उस दिन उसे कुछ अलग फील हुआ। वह अंदर नहीं जा सका। पता नहीं इस 'कट्टी' शब्द से दोनों के बीच क्या हो गया था?!

तभी आलु घर से बाहर निकला। लेकिन वह अकेला नहीं था। उसके साथ थीओ भी था। वे लोग कहीं बाहर जा रहे थे।

चिली को दुःख हुआ, आलु कभी भी मेरे बिना कोई प्लान नहीं बनाता है। उसे पिगी की कही हुई बात याद आई, कट्टी का एन्ड बट्टी से होता है। यदि तुम अपने फ्रेन्ड की बात मान लोगे, तो वह बट्टी कर लेगा।

चिली आलु को बहुत मिस कर रहा था। इसलिए वह जाकर आलु के कंधे पर बैठ गया। 'हाय आलु! बट्टी, प्लीज़? तुम्हें जो पसंद है वही करेंगे। थीओ के कैफे की ओपनिंग में जाएँगे।' ऐसा कहकर उसने अपने दोनों लाल पंख ऊपर उठाए।

पहले तो आलु ने मुँह फेर लिया, लेकिन फिर मान गया।

पहले की तरह दिन गुजरने लगे। एक शाम आलु और चिली लेक पर बैठकर 'फॉरेस्ट बॉल' गेम के बारे में बात कर रहे थे।

'सचमुच, क्या गेम था!' चिली बहुत जोश में था क्योंकि उसकी फेवरिट टीम जीत गई थी।

'ज़ोरो ज़ेब्रा बहुत अच्छा खेला। लेकिन विनिंग टीम लकी थी!' आलु ने अपनी टीम के प्लेयर का पक्ष लिया।

'लकी? कम ऑन, टीम अपनी मेहनत से जीती है। लक से नहीं!' चिली ने कहा।

'लेकिन, ज़ोरो इज़ द बेस्ट!' आलु ने चिढ़कर कहा।

लेकिन, चिली आलु का चिढ़ना नहीं समझ पाया, 'मुझे तो ऐसा लगता है कि ज़ोरो गेम पर ज्यादा फोकस करे तो अच्छा है।'

'चिली!'

'क्या?'

'कट्टी!'

'क्या? फिर से?'

'इस बार मैं उसे मनाने नहीं जाऊँगा।'

चिली को भी गुस्सा आ गया।

दूसरे दिन चिली बहुत खुश था। जैसा उसने सोचा था, आलु थीओ के साथ रहा था। लेकिन उसे कुछ असर नहीं हुआ। वह जिफ्फी जिराफ़ तथा टोरो कछुए के पास गया और धीरे से कुछ कहा। सभी जोर से हँस पड़े। आलु की नज़र उन पर गई लेकिन उसने मुँह फेर लिया।

शाम को आलु को 'चिली शेक' पीने का मन हुआ। लेकिन चिली के बिना 'चिली शेक' में क्या टेस्ट आएगा! वह सिर झुकाकर जा रहा था, तभी उसे बातचीत सुनाई दी।

'पार्टी का दिन कब आएगा! मैं और राह नहीं देख पा रहा हूँ!'

'मैं भी... कितना मज़ा आएगा न पार्टी में!'

आलु के कान खड़े हो गए, ये सब किस पार्टी की बात कर रहे हैं?

उसने पूछा पर किसी ने जवाब नहीं दिया। वह उदास होकर आगे बढ़ा, तभी उसे थीओ मिला।

'थीओ, क्या इस सन्डे मेरे साथ चिली शेक पीने आओगे?' आलु ने पूछा।

'सॉरी आलु, इस सन्डे मुझे एक पार्टी में जाना है।' इतना कहकर थीओ वहाँ से चला गया।

आलु बहुत सैड हो गया। ऐसी कौनसी पार्टी है जिसमें सभी जा रहे हैं और मुझे पता भी नहीं! तभी सामने से पिगी आता हुआ दिखा।

'पिगी, क्या तुम जानते हो सब किस पार्टी की बात कर रहे हैं?' आलु ने पूछा।

'चिली ने अपने घर पर एक पार्टी रखी है।' इतना कहकर पिगी आगे बढ़ गया।

'चिली ने?' आलु को सदमा लगा।

अपने मन का भार हलका करने के लिए वह डीडीमा पॉन्ड पर गया। उसके मन में तरह-तरह के विचार च ल रहे थे।

चिली ने मुझे इन्वाइट भी नहीं किया?

'लेकिन, वह किस तरह करेगा? मैंने ही तो उसके साथ कट्टी की थी। इस बार वह मुझे मनाने भी नहीं आया।'

'वह नहीं आया तो क्या हुआ, मैं तो जा सकता हूँ ना!'

सन्डे शाम को आलु चिली के घर पहुँच गया। पूरा एरिया डेकोरेट किया हुआ था। लगभग पूरा डीडीमा जंगल वहीं पर था। आलु की आँखें भर आईं। चिली के घोंसले पर बड़े अक्षरों में कुछ लिखा था। लेकिन आँसुओं के कारण आलु को लिखा हुआ सब धुँधला दिखाई दे रहा था।

तभी उसे चिली की आवाज़ सुनाई दी, 'मुझे पता था कि तुम ज़रूर आओगे।'

चिली को देखकर आलु की आँखों से आँसूओं की धारा बहने लगी।

'आइ एम सॉरी, चिली!'

चिली ने प्रेम से आलु के आँसू पोंछे। अब आलु को लिखा हुआ साफ नज़र आ रहा था।

"Aaloo Chilly Friendship Anniversary"

'चिली, तुम्हें याद था?' आलु ने पूछा।

'मैं कैसे भूल सकता हूँ कि आज के दिन ही तुमने मुझे जंगल की आग से बचाया था!'

'यह कट्टी-बट्टी करने के लिए मुझे माफ कर दो, चिली।'

'आलु, हमें सेम प्लेयर पसंद नहीं है इसका मतलब यह नहीं कि हम एक-दूसरे को पसंद नहीं करते।'

'करेक्ट! और अगर तुम्हें इस सप्ताह मूवी देखने जाना हो तो हम कैफे नेक्स्ट वीक भी जा सकते हैं।' आलु ने कहा।

'हाँ, जब हम सॉल्व कर सकते हैं तो फाइट क्यों करें?' चिली ने कहा।

'फ्रेन्ड्शिप में नो कट्टी, नो बट्टी।' कहकर आलु और चिली एक दूसरे के गले लग गए।

चलो खेलें...

आलु-चिली की पार्टी में जाने के लिए उनके फ्रेन्ड्स को सही रास्ता खोजकर पार्टी तक पहुँचने में मदद करो।

FIND

नीचे दिए गए अक्रम एक्सप्रेस के कवर पेज पर टॉपिक के नाम लिखो और ९३१३६६५५६२ नंबर पर १५ अगस्त से पहले वॉट्सऐप करो। सबसे जल्दी और सबसे ज्यादा नाम भेजनेवाले को मिलेगा गिफ्ट।

MY NAME

અક્રમ એક્સપ્રેસ
अक्रम एक्सप्रेस
AKRAM Express
March 2020
?
....
I don't know...
What will happen ?
I can't do...
Oh no!
I am not smart...
It's too hard...
AKRAM Express
STOP
11

चलो खेलें...

नीचे दिए गए १३ प्रश्नों के जवाब पास में दिए गए चित्र में खोजो और ९३१३६६५५६२ नंबर पर आपके जवाब का फोटो १५ अगस्त से पहले भेजो।

१. भारत का राष्ट्रीय ध्वज

२. भारत का राष्ट्रीय प्रतीक

३. भारत का राष्ट्रीय पशु

४. भारत का राष्ट्रीय पक्षी

५. भारत का राष्ट्रीय फूल

६. भारत का राष्ट्रीय फल

७. भारतीय मुद्रा का प्रतीक

८. भारत का राष्ट्रीय जलचर

९. भारत के राष्ट्रपिता

१०. भारत का राष्ट्रीय नृत्य

११. भारत का राष्ट्रीय वृक्ष

१२. भारत की राष्ट्रीय सब्जी

१३. भारत की राजधानी

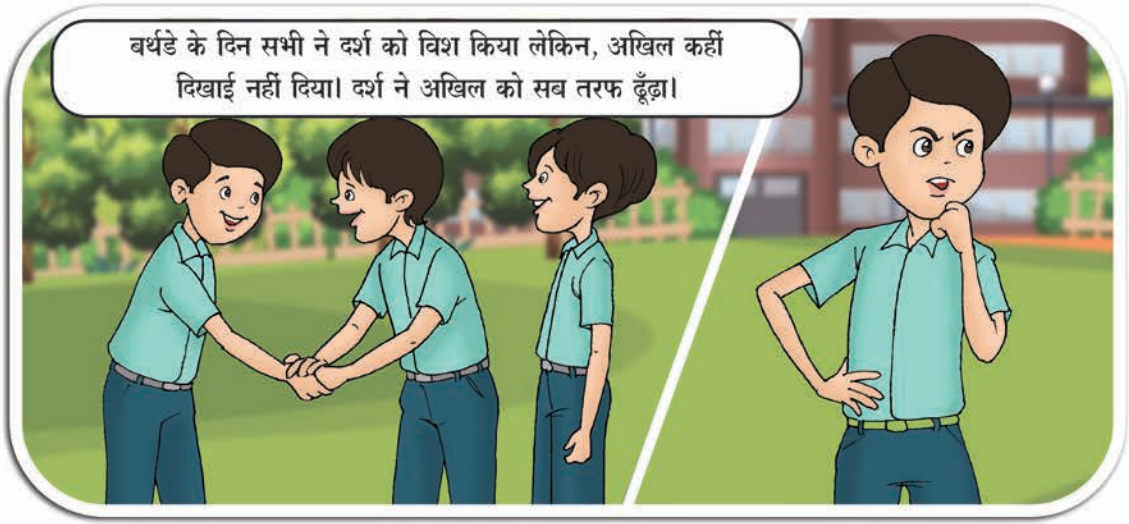
Best Buddy

स्कूल में दर्श का पहला दिन था। शाम को स्कूल बस में,

अखिल रोज दर्श के पास आ जाता था। रिसेस में,

दर्श के बर्थडे से एक दिन पहले,

एक शाम अखिल के घर,



बर्थडे के दिन सभी ने दर्श को विश किया लेकिन, अखिल कहीं दिखाई नहीं दिया। दर्श ने अखिल को सब तरफ ढूँढ़ा।
क्लास शुरू होने से पहले कॉरिडोर में,
अरे, अखिल मुझे छोड़कर कहाँ जा रहा है?
मेरे बर्थडे पर मुझे अकेला छोड़कर चला गया?! उससे कट्टी!
दूसरे दिन से दिवाली की छुट्टियाँ शुरू हो गईं।
दिवाली वैकेशन में,
दर्श, तुम और अखिल मिलते क्यों नहीं हो?
बस, मैंने उसके साथ कट्टी की है। देखो ना, उसने मुझे एक बार भी फोन नहीं किया है।

तो तुम कर लो न!
मैं क्यों करूँ? मेरे बर्थडे पर मुझे अकेला छोड़कर वह दूसरे लड़के के साथ चला गया था।
इतनी छोटी सी बात के लिए फ्रेन्डशिप तोड़ देनी चाहिए? वैकेशन का इतना अच्छा टाइम कोई रूठकर वेस्ट करता होगा?
उसने प्रॉमिस ब्रेक किया। मुझे अकेला छोड़ दिया। मैं फोन नहीं करूँगा।
स्कूल शुरू हुए। अखिल स्कूल नहीं आया था।
अखिल स्कूल क्यों नहीं आया? ऋषभ को पूछता हूँ, उसे पता होगा।
तुम नहीं जानते? वैकेशन के एक दिन पहले उसकी मम्मी को हॉस्पिटल में भर्ती किया था। अखिल का कज़िन उसे लेने स्कूल आया था।
क्या?!
अखिल के घर पर,
आन्टी, अब आपकी तबियत कैसी है?
अच्छी है। पूरे वैकेशन अखिल ने मेरा बहुत ध्यान रखा।

सॉरी अखिल, वैकेशन में मैंने तुम्हें एक बार भी फोन नहीं किया, मुझे लगा कि...
क्या?
कुछ नहीं। मेरी ही मिसअन्डरस्टैन्डिंग (गलतफहमी) थी। एक बार बात कर लेता तो सब क्लिअर हो जाता।
तुम्हें क्या क्लिअर करना था यह तो मैं नहीं जानता। लेकिन एक बात क्लिअर है।
क्या?
मैं तुम्हारे बर्थ-डे की पार्टी लिए बिना नहीं छोड़ूँगा।
और मैं कभी भी मिसअन्डरस्टैन्डिंग की वजह से फ्रेन्ड्शिप नहीं तोड़ूँगा।
और दोनों ने एक-दूसरे के गले लग गए।

रूबी-जूबी फ्रेन्ड्शिप शेक!

'रूबी-जूबी फ्रेन्डशिप शेक' वर्ल्ड फेमस है। लेकिन रूबी और जूबी की शॉप पर यह शेक पीने जाना हो तो साथ में एक फ्रेन्ड को लेकर जाना ज़रूरी है। क्यों? क्योंकि, रूबी-जूबी शेक की रेसिपी में उनके फ्रेन्ड्शिप की स्टोरी है। जो एकदम हटकर है!

बचपन से दोनों एक ही क्लास में पढ़ती थीं लेकिन एक-दूसरे से बिल्कुल अलग थीं। रूबी बिल्कुल शांत और जूबी की तो बातें ही खत्म नहीं होती थीं। जूबी की बातें बंद करवाने के लिए टीचर ने उसे रूबी के पास बिठा दिया।

रूबी ने सोचा, अरे रे! अब यह मेरा सिर खा जाएगी।

एक दिन जूबी ने अपनी मम्मी का बनाया हुआ मिल्कशेक रूबी को ऑफर किया। रूबी को बहुत ही यमी लगा। इसलिए जूबी रोज रूबी के साथ शेक शेअर करने लगी। इस तरह देखते ही देखते रूबी और जूबी बेस्ट फ्रेन्ड्स बन गए।

एक दिन, क्लास के दौरान जूबी, रूबी के साथ बातें कर रही थी। रूबी जब जूबी को चुप रहने के लिए कह रही थी, तभी टीचर ने रूबी को पकड़ लिया और पनिश किया। बातें जूबी कर रही थी और पनिशमेन्ट मिली रूबी को। क्लास खत्म होने के बाद जूबी ने रूबी को 'सॉरी' कहा। जूबी को यह पक्का भरोसा था कि उसकी गलती के कारण रूबी को पनिशमेन्ट मिली है इसलिए आज तो ज़रूर झगड़ा होगा। लेकिन रूबी ने गुस्सा होने के बजाय कहा, 'इट्स ओके यार! दोस्ती में तो ऐसा होता रहता है।' और बस, तभी से दोनों में गहरी दोस्ती हो गई। फ्रेन्ड की गलती

के कारण रूबी को प्रॉब्लम हुई, लेकिन उसके साथ झगड़ा करने के बजाय उसने जूबी को माफ कर दिया।

बस, फिर क्या था! स्पॉर्ट्स हो या पढ़ाई, दोनों साथ-साथ करते।

रूबी को बास्केट बॉल खेलना पसंद था लेकिन कोई उसे अपनी टीम में नहीं लेता था। जूबी ने कहा, 'च ल, आ जा मेरी टीम में!' तब टीम के दूसरे प्लेयर ने कहा, 'रहने दो, यह विरोधी टीम की बास्केट में बॉल डालकर उनको पॉइन्ट दिलवा देगी।' जूबी ने तुरंत जवाब दिया, 'रूबी, तुम बिल्कुल मत घबराना, मैं तुम्हें हेल्प करूँगी।' जूबी के सपॉर्ट तथा हेल्प से रूबी फर्स्ट क्लास बास्केट बॉल खेलने लगी। रूबी और जूबी बड़े हो गए लेकिन उनकी फ्रेन्ड्शिप उतनी ही स्ट्रोंग बनी रही। दोनों ने साथ मिलकर एक मिल्कशेक की रेसिपी बनाई। आस-पास के लोगों को उनका मिल्कशेक बहुत पसंद आया। इसलिए उन्होंने घर पर ही 'रूबी-जूबी मिल्कशेक' बनाकर बेचना शुरू कर दिया। रूबी एक बहुत बढ़िया 'मिल्कशेक शॉप' खोलना चाहती थी।

रूबी का यह सपना पूरा करने के लिए जूबी बाहर घूमकर कड़ी मेहनत करने लगी। रूबी घर पर रहकर अकेले ही मिल्कशेक बनाने का काम करती। दोनों एक-दूसरे के साथ अच्छी तरह एडजस्टमेन्ट लेते। लोग रूबी से कहते, 'जूबी पूरी मेहनत तुमसे करवा रही है, वह बस मजे कर रही है।' लेकिन रूबी ने इन नेगेटिव बातों का अपने ऊपर असर नहीं होने दिया और जूबी पर अपना विश्वास डगमगाने नहीं दिया।

एक दिन जूबी नई शॉप की डील करने गई थी। वापिस आकर वह सीधा किचन फ्लोर पर बैठ गई। 'क्या हुआ जूबी? अपसेट क्यों हो?' रूबी भी उसके बगल में बैठ गई 'डील नहीं हुई है तो कोई बात नहीं। हम घर से ही मिल्कशेक सेल कर सकते हैं, तुम बिल्कुल चिंता मत करना।'

कुछ कहे बिना जूबी ने रूबी का हाथ अपने हाथ में लिया और उस पर एक चाबी रखी। और ज़ोर से हँसकर कहा, 'सर...प्राइज़!' रूबी को कुछ समझ में नहीं आया। आँखों में चमक के साथ जूबी ने कहा 'यह है हमारी फ्रेन्ड्शिप मिल्कशेक शॉप की चाबी!' रूबी की खुशी का ठिकाना नहीं रहा। उनकी मेहनत सफल हुई। इस सफलता का राज़ यह था कि दोनों फ्रेन्ड्स ने हमेशा अपनी नहीं बल्कि अपनी फ्रेन्ड की खुशी का ध्यान रखा था।

आगे चलकर, रूबी और जूबी की लाइफ में बहुत सारी प्रॉब्लम्स आई। लेकिन, सही समझ के कारण उनकी फ्रेन्ड्शिप हमेशा स्ट्रोंग बनी रही।

आपको लेना है...

- किटकैट (शेअर) - २
- दूध (प्योर) - १५० मि.ली.
- आइस्क्रीम (एडजेस्टेबल) - १०० मि.ली.
- चीनी (खुशी की मिठास) - स्वाद अनुसार
- चॉकलेट सिरप (सपोर्ट और हेल्प) - १-२ चम्मच
- चॉकलेट चिप (विश्वास) - १ चम्मच

1

2 शेअर किटकैट के टुकड़ों को एक मिक्सर में डालो।

3 पिघलकर दूध के साथ एडजस्ट हो जाए ऐसी आइस्क्रीम उसमें ऐड करो।

4 उसमें एक-दूसरे की खुशी की मिठास (चिनी) ऐड करो।

5 माफी माँगकर जो हमेशा प्योर रहे, ऐसा मिल्क मिक्सर में डालो।

6 इन सब को ब्लेन्डर से ब्लेन्ड कर दो।

7 इसमें हेल्प और सपॉर्ट का चॉकलेट सिरप ऐड करो।

8 और अंत में विश्वास की चॉकलेट डालकर शेक को और टेस्टी बनाओ।

Akram Express

August 2023
Year : 12, Issue : 5
Conti. Issue No.: 125

Date of Publication on 08th of every month
RNI No. GUJGUJ/2008/26729
Reg. No. G-GNR-345/2021-2023
valid upto 31.12.2023
Licensed to Post Without Pre-payment No.
PMG/NG/040/2021-2023
valid upto 31.12.2023
Posted at Adalaj Post Office on 08th of every month

Happy Birthday Akram Express

Toon story Contest

१५ वें बर्थ-डे पर अक्रम एक्सप्रेस लाया है एक मज़ेदार कॉन्टेस्ट।

जिसमें किसी भी उम्र के व्यक्ति भाग ले सकते हैं...

इस कॉन्टेस्ट में हम बनाएँगे **टुन्स स्टोरी**... जिसके टुन्स यानी की **कार्टुन्स हम खुद ड्रॉ करके स्टोरी के साथ भेजेंगे**... और हाँ, स्टोरी सिर्फ **१००-१५०** **शब्दों** में लिखी होनी चाहिए।

तो किसकी राह देख रहे हो मित्रों, १५ तारीख से पहले **९३१३६६५५६२** नंबर पर वॉट्सऐप करो और अक्रम एक्सप्रेस से पाओ एक मज़ेदार **गिफ्ट**।

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 Multiprint, Opp. H B Kapadiya New High School, Chhtral-Pratappura Road,
At-Chhatral, Tal. Kalol, Dist. Gandhinagar – 382729.