दादा भगवान परिवार का

जुलाई - २०२३

शुल्क प्रति नकल : ₹ २०/-

अक्रम एक्सप्रेस

संपादकीय

मित्रों,

यदि दुनिया में एक सर्वे किया जाए कि सबको क्या चाहिए, तो जानते हो कि सब का कॉमन जवाब क्या होगा? हैपीनेस! दुनिया में जीवमात्र सुख को खोजता है। इस 'मोस्ट वॉन्टेड' चीज़ को पाने का उपाय क्या हो सकता है?

ज्ञानियों ने आनंद में रहने का सबसे सरल, सादा और सहज उपाय बताया है। यदि प्रत्येक वस्तु, व्यक्ति या परिस्थिति में पॉज़िटिव ढूँढ़ लें तो हम बिना किसी प्रयास के आनंद में रह सकते हैं।

चलो, इस अंक में ज्ञानियों की समझ, कहानियों और ऐक्टिविटिज़ द्वारा आनंद में रहने की यह 'ग्रेटेस्ट मास्टर की' सीख लें।

-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.

© 2023, Dada Bhagwan Foundation
All Rights Reserved

अक्रम एक्सप्रेस

वर्ष : ११ अंक: ४
अखंड क्रमांक: १२४
जुलाई - २०२३

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

ज्ञानी कहते हैं...

पॉज़िटिव दृष्टि अर्थात् सकारात्मक दृष्टि। नकारात्मक को भी सकारात्मक देखना। पॉज़िटिव दृष्टि तुरंत ही रिज़ल्ट देगी और आंनद में रखेगी।

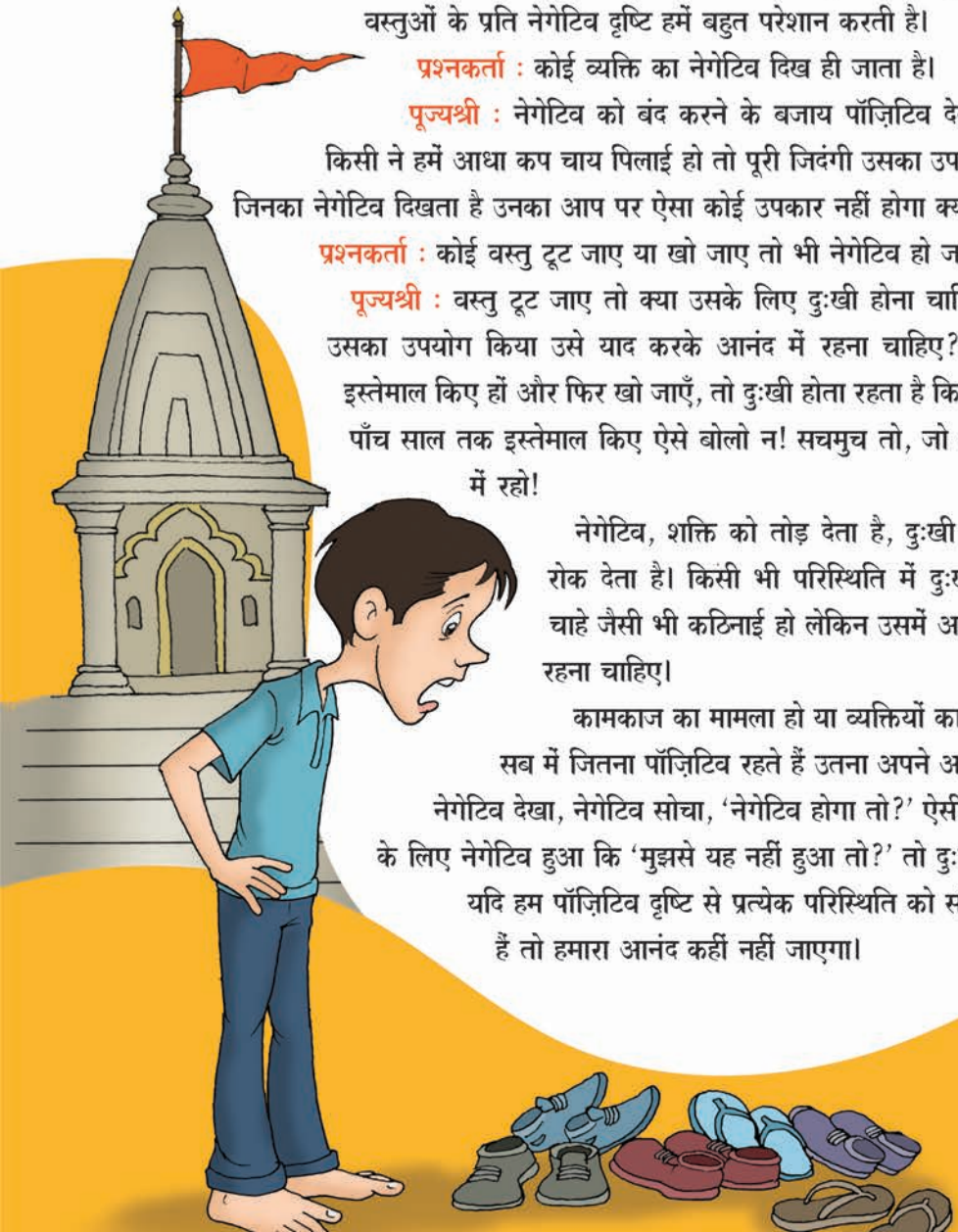
ज्ञानियों ने जिस मार्ग से सुख की खोज की है, वही डिरेक्शन पसंद करना चाहिए। हमें किस दिशा में चलना चाहिए? पॉज़िटिव की ओर। नेगेटिव से सब दुःख उत्पन्न हुए हैं। व्यक्तियों के प्रति, वस्तुओं के प्रति नेगेटिव दृष्टि हमें बहुत परेशान करती है।

प्रश्नकर्ता : कोई व्यक्ति का नेगेटिव दिख ही जाता है।

पूज्यश्री : नेगेटिव को बंद करने के बजाय पॉज़िटिव देखो। दादा कहते हैं कि किसी ने हमें आधा कप चाय पिलाई हो तो पूरी जिंदगी उसका उपकार नहीं भूलते हैं। तो जिनका नेगेटिव दिखता है उनका आप पर ऐसा कोई उपकार नहीं होगा क्या?

प्रश्नकर्ता : कोई वस्तु टूट जाए या खो जाए तो भी नेगेटिव हो जाता है।

पूज्यश्री : वस्तु टूट जाए तो क्या उसके लिए दुःखी होना चाहिए? या दो साल तक उसका उपयोग किया उसे याद करके आनंद में रहना चाहिए? पाँच साल तक जूते इस्तेमाल किए हों और फिर खो जाएँ, तो दुःखी होता रहता है कि जूते चले गए। लेकिन पाँच साल तक इस्तेमाल किए ऐसे बोलो न! सचमुच तो, जो अच्छा है उसके आनंद में रहो!



नेगेटिव, शक्ति को तोड़ देता है, दुःखी करता है और प्रगति रोक देता है। किसी भी परिस्थिति में दुःखी नहीं होना चाहिए। चाहे जैसी भी कठिनाई हो लेकिन उसमें अच्छाई ढूँढ़कर आनंद में रहना चाहिए।

कामकाज का मामला हो या व्यक्तियों का या फिर खुद का, इन सब में जितना पॉज़िटिव रहते हैं उतना अपने आप ही आनंद रहता है। नेगेटिव देखा, नेगेटिव सोचा, 'नेगेटिव होगा तो?' ऐसी कल्पना भी हुई, खुद के लिए नेगेटिव हुआ कि 'मुझसे यह नहीं हुआ तो?' तो दुःख शुरू हो जाएगा। यदि हम पॉज़िटिव दृष्टि से प्रत्येक परिस्थिति को सॉल्व करते हैं तो हमारा आनंद कहीं नहीं जाएगा।

मुझे क्यों नहीं मिली?
उसे मिली तो वह तो हैपी है न!
नेगेटिव दुःख को मल्टिप्लाइ करता है जबकि पॉज़िटिव दृष्टि रखने से दुःख का असर नहीं होता।
यह तो
अच्छे मार्क्स नहीं आए तो?
मैंने मेहनत की है और अच्छे मार्क्स आएँगे ही। क्यों नहीं आएँगे?!
पॉज़िटिव यानी क्या? कुछ (नेगेटिव) निकालना नहीं है, कुछ (नेगेटिव) हटाना नहीं है, सिर्फ (पॉज़िटिव) लाना है।

मेरी तबियत खराब है।
मेरी तबियत अच्छी है।
उल्टा बोलने से अच्छी चीज़ बिगड़ जाती है, उसी प्रकार से अच्छा बोलने से उल्टी चीज़ सुधर जाती है।
नई ही बात है!
उसे कितना अच्छा आता है।
अच्छा भाव रखना, तो उसके फलस्वरूप आपको सुख मिलेगा। परंतु थोड़ा-सा भी उल्टा बोले, अंधेरे में भी बोले या अकेले में भी बोले, तो उसका फल कड़वे ज़हर जैसा आएगा।
नेक्स्ट टाइम वह फेल हो जाए तो अच्छा।

स्नेहालय

'यह कैसा अन्याय है! इतनी बड़ी स्पर्धा में रुद्र योद्धा बनेगा और मैं उसका सारथी?! हम तो जुड़वा भाई हैं, हमेशा मुझे ही कम क्यों मिलता है? हमेशा मैं ही समाधान करूँ? पूरी दुनिया मेरे खिलाफ षड्यंत्र क्यों रच रही है?' कार्तिक को खुश करना हमेशा से ही मुश्किल था। लेकिन उस दिन जब गुरुजी ने आश्रम में ऐलान किया तब उसका दिल बिल्कुल टूट गया।

वह भागकर अपने आश्रम के कमरे में चला गया।

'क्यों माँ, तुम मुझे छोड़कर क्यों चली गईं?' कार्तिक फूट-फूटकर रोते हुए अपनी मृत माता से बातें करने लगा। आँसुओं से उसका बिस्तर गीला हो गया और वह रोते-रोते ही सो गया।

आधी रात को कार्तिक को अपनी माँ की प्रेम भरी आवाज़ सुनाई दी, 'खज़ाने से भरी हुई एक जगह थी, जिसका नाम था स्नेहालय। स्नेहालय में बसे हुए लोग बहुत ही समृद्ध थे। दुनिया की कोई भी ताकत उनके धन को कम कर सके ऐसी नहीं थी।'

'माँ... तुम वापस आ गईं?!' कार्तिक नींद में बातें करने लगा, 'माँ, यह तो मेरी पंसदीदा कहानी है, स्नेहालय की कहानी।'

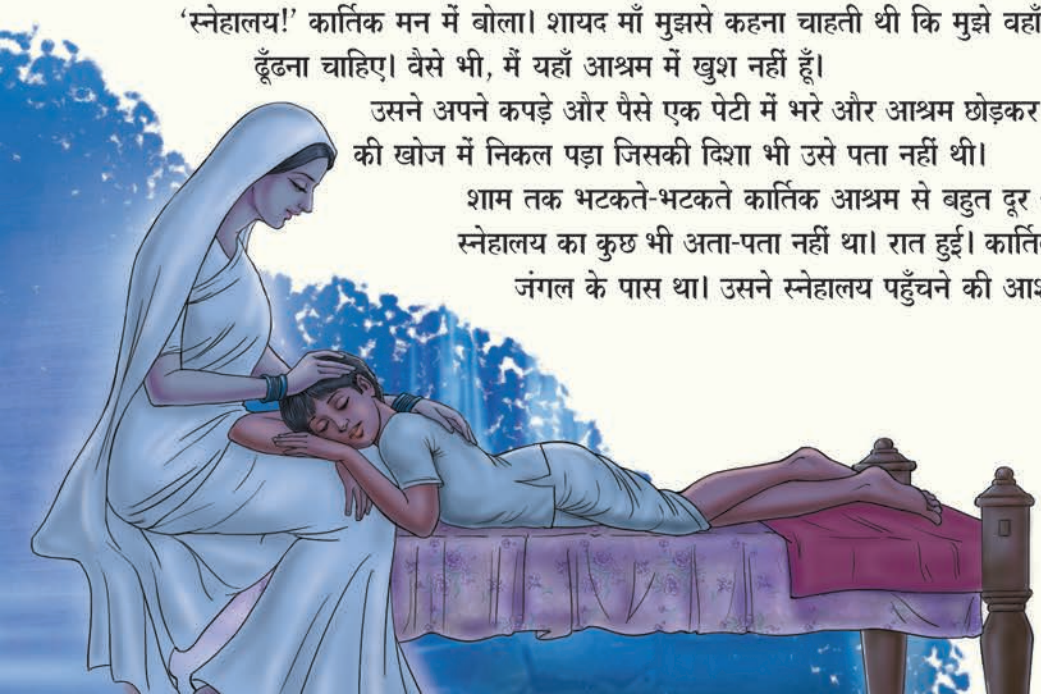
उसने धीरे से माता को पूछा, 'माँ, क्या यह कहानी सच्ची है?'

'मैंने तुम से कभी झूठ बोला है?' ऐसा कहकर कार्तिक की माता वहाँ से अदृश्य हो गईं। कार्तिक उठकर माता को खोजने लगा लेकिन वे कहीं नहीं मिलीं।

'स्नेहालय!' कार्तिक मन में बोला। शायद माँ मुझसे कहना चाहती थी कि मुझे वहाँ जाकर खज़ाना ढूँढना चाहिए। वैसे भी, मैं यहाँ आश्रम में खुश नहीं हूँ।

उसने अपने कपड़े और पैसे एक पेटी में भरे और आश्रम छोड़कर एक ऐसी जगह की खोज में निकल पड़ा जिसकी दिशा भी उसे पता नहीं थी।

शाम तक भटकते-भटकते कार्तिक आश्रम से बहुत दूर आ गया लेकिन स्नेहालय का कुछ भी अता-पता नहीं था। रात हुई। कार्तिक एक भयानक जंगल के पास था। उसने स्नेहालय पहुँचने की आशा छोड़ दी थी।



अंधेरे में उसकी आँखें एक सुरक्षित स्थान की तलाश में थी। तभी उसकी नज़र दूर से आते हुए एक रथ पर पड़ी।

'इस सुनसान जंगल में अकेले क्या कर रहे हो?' रथ हाँकने वाले युवक ने कार्तिक से पूछा।

'मेरा नाम कार्तिक है। मैं स्नेहालय की तरफ जाने के लिए निकला हूँ। लेकिन मुझे रास्ता नहीं मिल रहा।'

'स्नेहालय?!' युवक को आश्चर्य हुआ, 'लेकिन आजकल उस तरफ तो कोई जाता ही नहीं...'

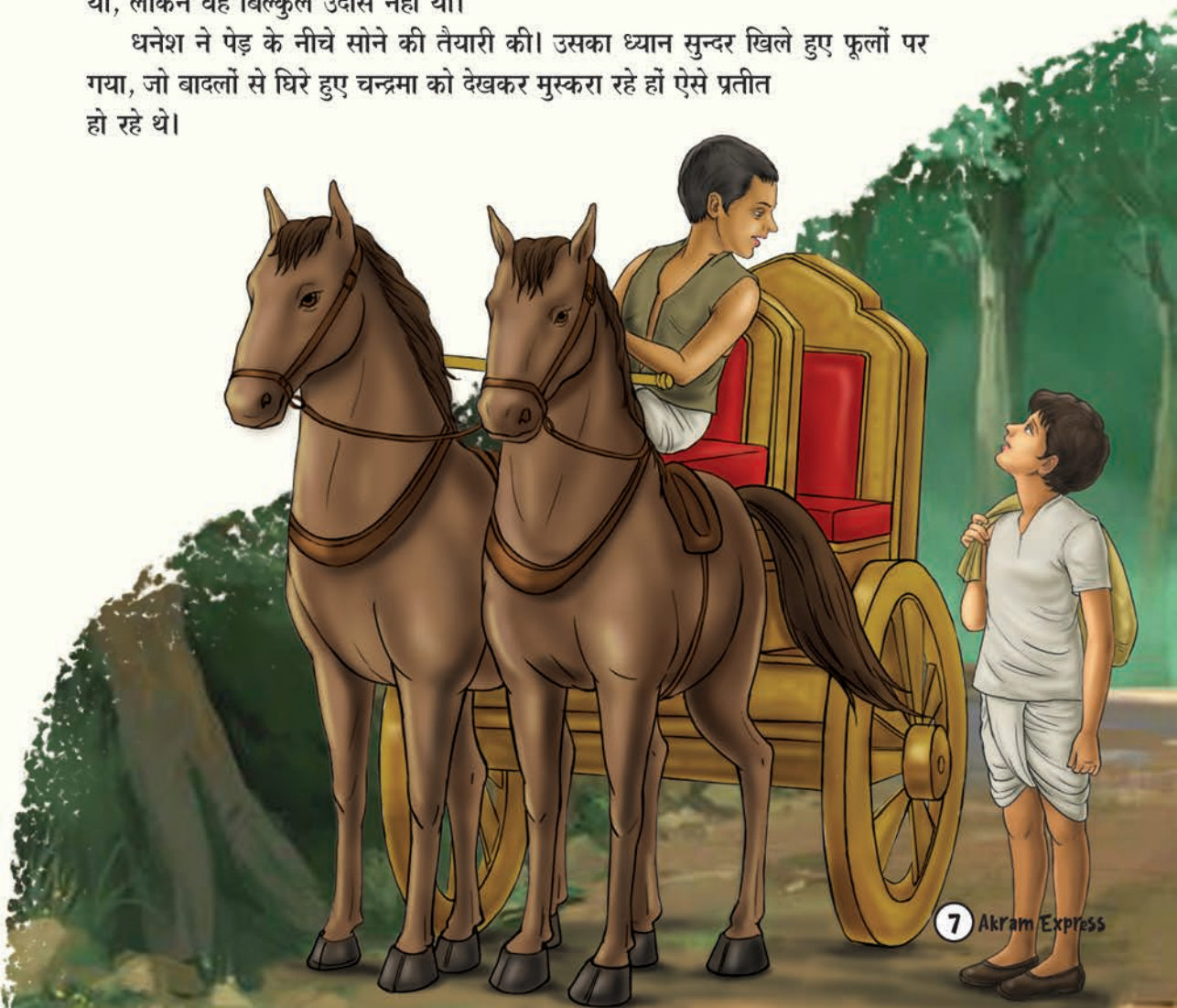
'लेकिन मुझे तो जाना है। आप मुझे रास्ता बताओगे?' 'स्नेहालय' के बारे में कोई जानता है, यह जानकर कार्तिक खुश हो गया।

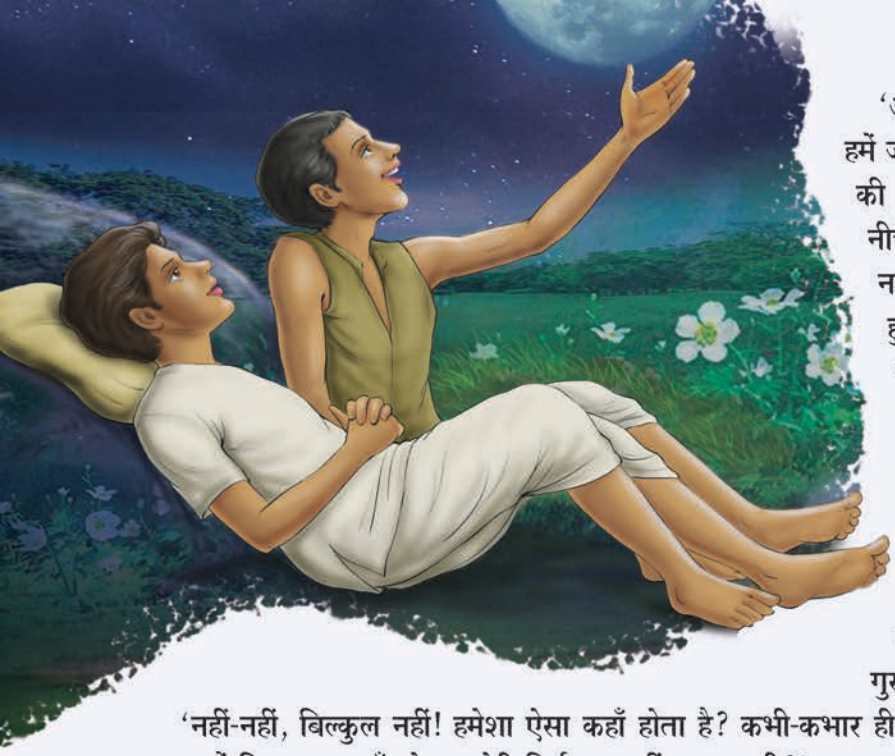
'मैं तुम्हें अवश्य रास्ता बताऊँगा मित्र। लेकिन अभी रात हो गई है इसलिए हम अभी पास के गाँव में आश्रय ले लेते हैं, कल सुबह यात्रा शुरू करेंगे। और हाँ, मेरा नाम धनेश है।' युवक ने कहा।

गाँव में कोई भी युवकों को रात बिताने के लिए जगह देने को तैयार नहीं था।

कार्तिक बहुत उदास हो गया। लेकिन वह किससे शिकायत करे? धनेश की भी कुछ ऐसी ही स्थिति थी, लेकिन वह बिल्कुल उदास नहीं था।

धनेश ने पेड़ के नीचे सोने की तैयारी की। उसका ध्यान सुन्दर खिले हुए फूलों पर गया, जो बादलों से घिरे हुए चन्द्रमा को देखकर मुस्करा रहे हों ऐसे प्रतीत हो रहे थे।





'अच्छा हुआ कि गाँववालों ने हमें जगह नहीं दी। नहीं तो हम रोज की तरह किसी घर की छत के नीचे सो रहे होते और यह सुन्दर नज़ारा, चाँद के साथ बात करते हुए फूल, उनकी सुगंध से महकता हुआ यह वातावरण, इन सबका आनंद उठाने का हमें मौका नहीं मिलता।'

कार्तिक को अपने कानों पर विश्वास नहीं हुआ। 'क्या? आपको इन गाँववालों पर बिल्कुल भी गुस्सा नहीं आ रहा?'

'नहीं-नहीं, बिल्कुल नहीं! हमेशा ऐसा कहाँ होता है? कभी-कभार ही ऐसी मुसीबत आती है और तब अगर मैं शिकायत करूँ तो यह मेरी निर्बलता नहीं कहलाएगी?'

'क्या मुसीबत में दुःखी होना निर्बलता कहलाती है?' कार्तिक ने पूछा।

'हाँ बिल्कुल! जो शक्तिशाली होता है वह तो समस्याओं को युक्ति से दूर कर देता है। संयोग जो आने वाले होते हैं वही आएँगे, लेकिन हमें उसमें किस तरह खुश रहना है वह हमारे ऊपर है।'

धनेश की बात कार्तिक के दिल को छू गई।

सूर्य की पहली किरण के साथ ही दोनों युवक आगे की यात्रा के लिए निकल पड़े। धनेश आस-पास के कुदरती सौंदर्य का आनंद लूटते हुए गीत गुनगुना रहा था जबकि कार्तिक शांति से बैठा था। दोपहर को दोनों एक नदी के किनारे रुके और वहाँ फल खाकर पानी पिया।

धनेश को मिलने के बाद से ही कार्तिक को एक बात परेशान कर रही थी। अंत में उसने हिम्मत जुटाकर धनेश से पूछ ही लिया, 'मैं आपसे एक सवाल पूछ सकता हूँ? जब से आपसे मिला हूँ, देख रहा हूँ कि आप...'

'कि मैं लंगड़ाकर चल रहा हूँ?' कार्तिक का अधूरा वाक्य धनेश ने पूरा किया।

'हाँ...' कार्तिक ने झिझकते हुए कहा।

'यह दो वर्ष पहले हुई बिमारी का उपहार है।' धनेश की आवाज़ में बिल्कुल भी दुःख नहीं था। 'इस बिमारी ने मुझे मेरी शक्तियों की पहचान कराई है। मैं हमेशा यही सोचता था कि मैं एक बहादुर योद्धा हूँ। लेकिन इस बिमारी ने मुझे सारथी बनने की क्षमता बताई। जानते हो किस तरह? इस बिमारी के कारण मेरे पैर भले ही सक्षम नहीं रहे पर मेरे बाकी के अंगों की शक्ति मुझे पता चली। जो हमारे पास नहीं है उसके दुःख में रहने के बजाय, जो हमारे पास है उसके आनंद में क्यों न रहें?' फिर मजाक में अपनी भुजाओं की ताकत दिखाते हुए धनेश ने कहा, 'क्या ये हाथ एक महान सारथी बनने के लिए काफी नहीं हैं?'

कार्तिक के चेहरे पर तुरंत ही मुस्कान आ गई, 'हाँ, वह तो है।'

धनेश के शब्दों का कार्तिक पर बहुत ही गहरा असर हुआ।

दोनों युवकों ने यात्रा जारी रखी। अंत में एक गाँव के प्रवेश द्वार के आगे धनेश ने अपना रथ रोक दिया, 'यह है स्नेहालय।'

'वास्तव में? हम पहुँच गए?!' कार्तिक की खुशी का ठिकाना नहीं रहा।

'उस पर्वत की चोटी पर एक प्रसिद्ध मंदिर है, सबसे पहले वहाँ दर्शन कर लो।' धनेश ने कार्तिक को मंदिर की ओर इशारा करते हुए कहा।

कई सीढ़ियाँ चढ़कर कार्तिक मंदिर पहुँचा। मंदिर के गर्भगृह में विराजमान देवता अत्यंत सुदंर और तेजस्वी लग रहे थे। कार्तिक ने श्रद्धापूर्वक नमन किया।

दर्शन करने के बाद कार्तिक को माता द्वारा कहे गए उस 'खज़ाने' की याद आई, जिसकी खोज़ में वह निकला था। वह खज़ाने के बारे में सोच ही रहा था कि उसे एक परिचित आवाज़ सुनाई दी, 'तुम्हारा यहाँ आने का क्या कारण था?'

धनेश को अपने सामने खड़ा देखकर कार्तिक को बहुत अच्छा लगा।

'धनेश, मैं स्नेहालय के प्रसिद्ध खज़ाने की खोज में यहाँ आया हूँ। मेरी माता ने मुझे इस खज़ाने के बारे में बताया है।' कार्तिक ने कहा।

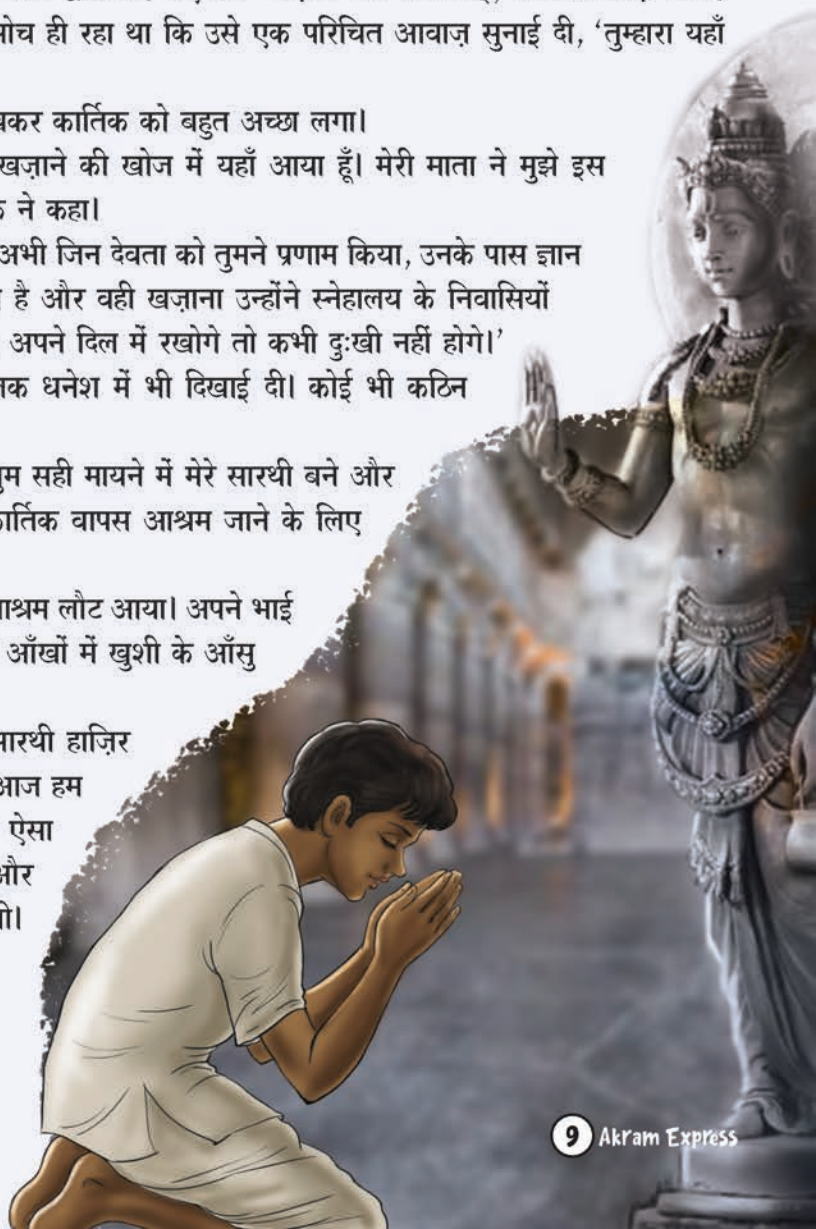
'वह खज़ाना?!' धनेश ने कहा, 'अभी जिन देवता को तुमने प्रणाम किया, उनके पास ज्ञान का कभी न खत्म होने वाला खज़ाना है और वही खज़ाना उन्होंने स्नेहालय के निवासियों को दिया है। अगर तुम भी यह समझ अपने दिल में रखोगे तो कभी दुःखी नहीं होगे।'

कार्तिक को इस खज़ाने की झलक धनेश में भी दिखाई दी। कोई भी कठिन परिस्थिति धनेश को हरा न सकी।

'धनेश, मैं तुम्हारा आभारी हूँ। तुम सही मायने में मेरे सारथी बने और तुमने मुझे सही दिशा में मोड़ा है।' कार्तिक वापस आश्रम जाने के लिए निकल पड़ा।

अंत में पूर्णिमा के दिन कार्तिक आश्रम लौट आया। अपने भाई को सुरक्षित वापस लौटा देख रुद्र की आँखों में खुशी के आँसु आ गए।

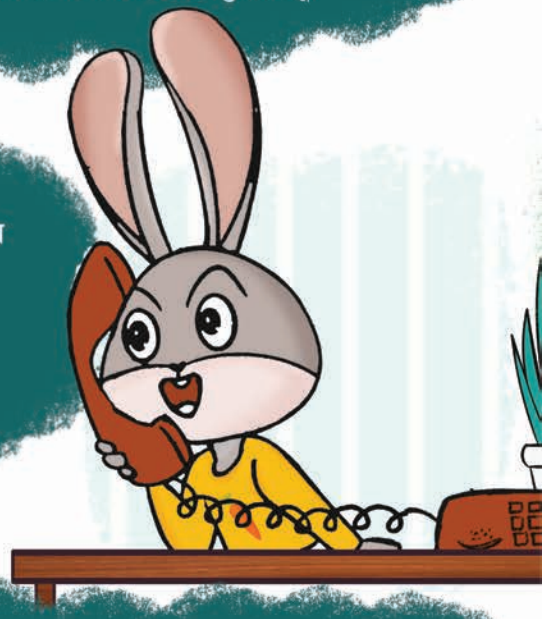
'बहादुर योद्धा, आपका कुशल सारथी हाज़िर है!' कार्तिक ने अपने भाई से कहा, 'आज हम साथ मिलकर यह स्पर्धा जीतेंगे!' ऐसा कहकर कार्तिक रथ पर चढ़ गया और खुशी-खुशी घोड़े की लगाम संभाल ली।

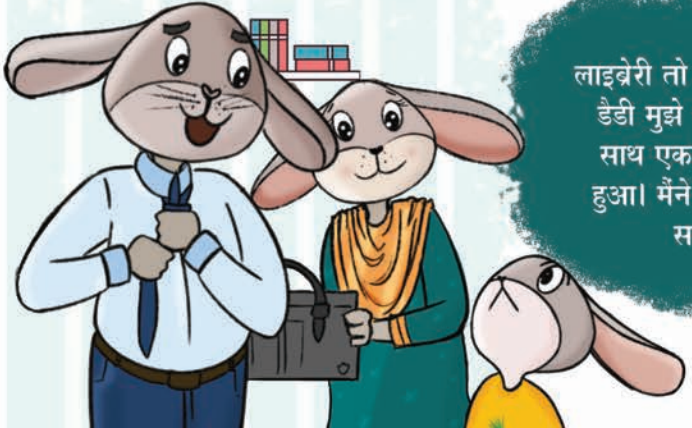


रोंग/राइट?

आप ही बताओ, एक दिन में किसी के साथ कितना बुरा हो सकता है? आज मुझे लगा कि जितना भी रोंग हो सकता था वह सब आज मेरे साथ हो गया। लेकिन मुझे पूज्यश्री का लास्ट इयर का मैसेज याद है, 'पॉज़िटिव देखो, आनंद में रहो।' पूरे दिन मैं यही एप्लाइ करता रहा। चलो, मैं आपको मेरे आज के दिन की स्टोरी सुनाता हूँ।

सुबह उठा तब तो मैं बहुत खुश था। सुबह-सुबह जेस्पर का फोन आया कि ज़ोई हम सब को उसकी नई कार में बरफ्लाय गार्डन ले जाने वाली है। लेकिन वह सबको पिकअप करने नहीं आने वाली थी। सभी को शाम चार बजे लाइब्रेरी के पास मिलना था।





लाइब्रेरी तो मेरे घर से बहुत दूर है, इसलिए मैंने सोचा कि डैडी मुझे ड्रॉप कर देंगे। लेकिन डैडी की आज टोरो के साथ एक इम्पॉरटन्ट मीटिंग थी। लेकिन मैं दुःखी नहीं हुआ। मैंने दूसरा सॉल्युशन निकाल लिया कि मैं अपनी साइकल, 'ट्रिन-ट्रिन' पर पहुँच जाऊँगा।

काफी देर तक मैं ट्रिन-ट्रिन की चाबी ढूँढ़ता रहा। लेकिन वह मिल ही नहीं रही थी। मैं दुःखी नहीं हुआ। पॉज़िटिव रहकर ढूँढ़ता रहा तो फाइनली मेरी बहन के खिलौनों में से मिल गई।

मेरे पास टाइम था इसलिए मैं पॉज़िटिव ही रहा कि मैं टाइम पर पहुँच जाऊँगा। लेकिन कुछ दूर जाने पर देखा कि रास्ते में एक बड़ा पेड़ गिरा पड़ा था और आगे जाना पॉसिबल ही नहीं था।

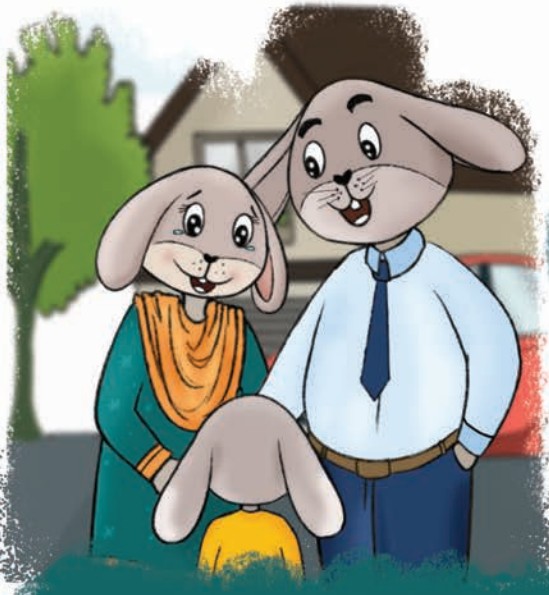
पौने चार बज गए थे। मुझे चार बजे लाइब्रेरी के पास पहुँचना था। 'यदि टाइम पर नहीं पहुँच पाया तो सब लोग मुझे लिये बिना ही चले जाएँगे।' पॉज़िटिव रहना मुश्किल हो रहा था। लेकिन फिर भी मैं पॉज़िटिव रहा। तभी मुझे केमी मिला, उसने मुझे लाइब्रेरी जाने का दूसरा रास्ता बताया।

मैं बहुत खुश हो गया। मुझे यकीन हो गया कि प्रॉब्लम्स के समय पॉज़िटिव रहने से उपाय मिल ही जाता है। लेकिन तभी मेरी साइकल के टायर की हवा निकल गई और साथ में मेरी भी!

ट्रिन-ट्रिन में पंक्चर हो गया था। सच कह रहा हूँ, आज तक ट्रिन-ट्रिन में कभी भी पंक्चर नहीं हुआ था! पंक्चर रिपेअर होने में एक घंटा लगता है। इसलिए अब टाइम पर पहुँचना मेरे लिए पॉसिबल नहीं था। मैं फाइनली निराश हो गया। अब मेरे पास कोई पॉज़िटिव सॉल्युशन नहीं बचा था।

उदास होकर मैं घर की ओर वापस मुड़ा। घर के बाहर डैडी की कार पार्क थी। 'लेकिन डैडी तो मीटिंग में जाने वाले थे!' तभी मम्मी रोते-रोते बाहर आई और मुझसे लिपटकर रोने लगी। 'तुम ओके हो ना बनबन?' मम्मी रोते-रोते मुझे पूछ रही थी।

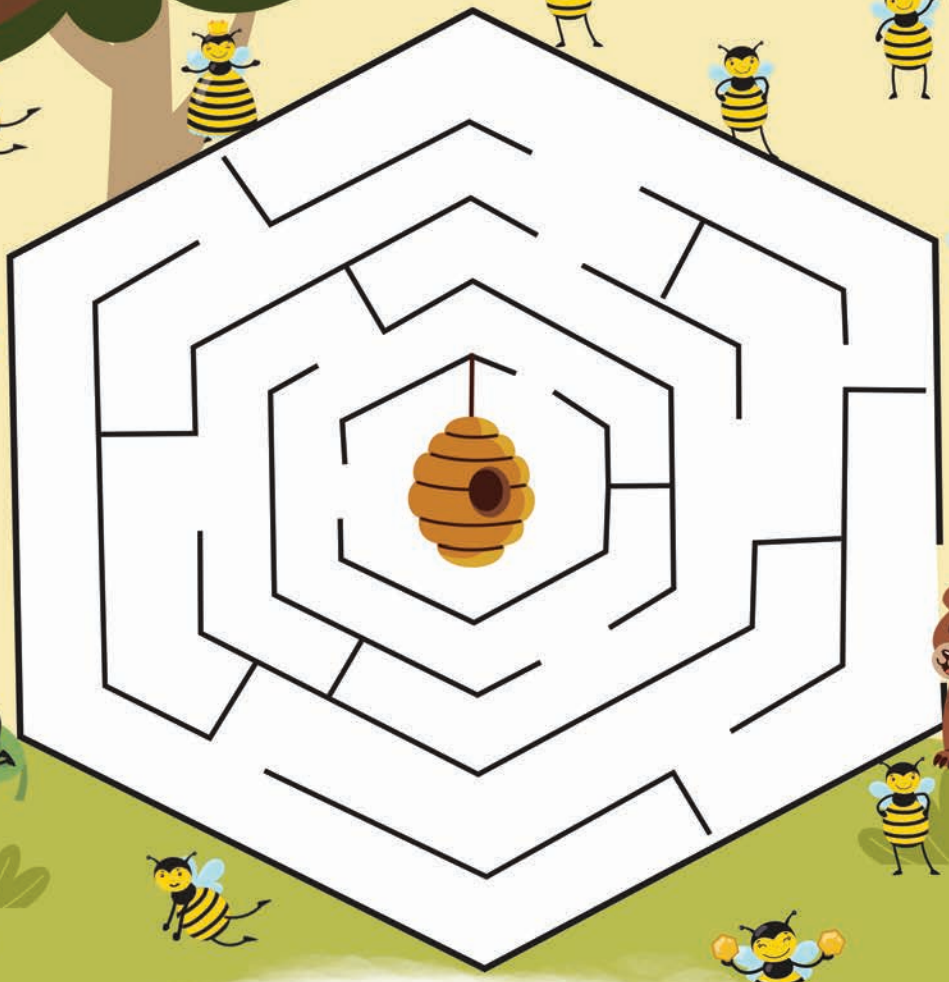
मैंने सोचा कि साइकल में पंक्चर हुआ इसमें इतना क्या रोना? लेकिन मम्मी को कैसे पता चला कि मेरी साइकल में पंक्चर हुआ है? तभी मुझे पता चला कि मम्मी इसलिए रो रही थी कि ज़ोई की कार का ऐक्सिडेन्ट हो गया था। कोई सिरियस नहीं था, लेकिन सबको हॉस्पिटल ले गए थे।



सभी का कॉन्टैक्ट हो गया था, सिवाय मेरे। इसीलिए मम्मी-डैडी बहुत टेन्शन में आ गए थे। मुझे ढूँढ़ने के लिए वे हॉस्पिटल जाने ही वाले थे और तभी मैं पहुँच गया। पूरे दिन मैं छोटी-छोटी बातों में पॉज़िटिव ढूँढ़कर आनंद में रहा और दिन के अंत में मुझे 'ओके' देखकर मम्मी-डैडी के आनंद का ठिकाना न रहा। मम्मी-डैडी को हैपी देखकर मुझे समझ में आया कि मेरे साथ कुछ भी रोंग नहीं हुआ बल्कि सबकुछ राइट हुआ था!

तभी मुझे डैडी की कार का हॉर्न सुनाई दिया। उनके साथ हॉस्पिटल में फ्रेन्ड्स से मिलने और आज के दिन की स्टोरी में थोड़ा अधिक आनंद ऐड करने के लिए मैं रेडी हो गया!

चलो खेलें...



एक-दूसरे से जुदा हो गई मधुमक्खियों की जोड़ी को खोजकर उनको घर तक पहुँचाने का चैलेंज भालू ने स्वीकारा है। क्या आप भालू की मदद करोगे?

ज्ञानी की दृष्टि कैसी होती है?

ज्ञानी की दृष्टि हमेशा पॉज़िटिव पर ही होती है। वर्षों पहले नीरू माँ ने पूज्यश्री को उनके पॉज़िटिव गुणों की पहचान कराई थी।

पूज्यश्री को लगता था कि वे बहुत ढीले हैं। लेकिन नीरू माँ ने उन्हें पॉज़िटिव बताया, 'दीपक, तुम्हारे में स्पर्धा नाम का गुण नहीं है। तुम कभी भी स्पर्धा नहीं करते हो और कभी किसी के नेगेटिव नहीं देखते हो। तुम्हारी दुकान में क्या माल है वह तुम्हें नहीं पता। हम आपको बता रहे हैं वह देखो।' और इस तरह, पॉज़िटिव गुण दिखाते हुए नीरू माँ पूज्यश्री को बहुत ऊँचाई तक ले आए।

दादाश्री ने भी हमेशा पूज्यश्री को प्रोत्साहन ही दिया था। दादा पूज्यश्री को कहते कि 'दीपक, तुम्हारे में कुछ सुंदर गुण हैं। तुम बहुत आगे बढ़ सको ऐसे हो। तुम टॉपमोस्ट दशा तक पहुँच सकते हो।'

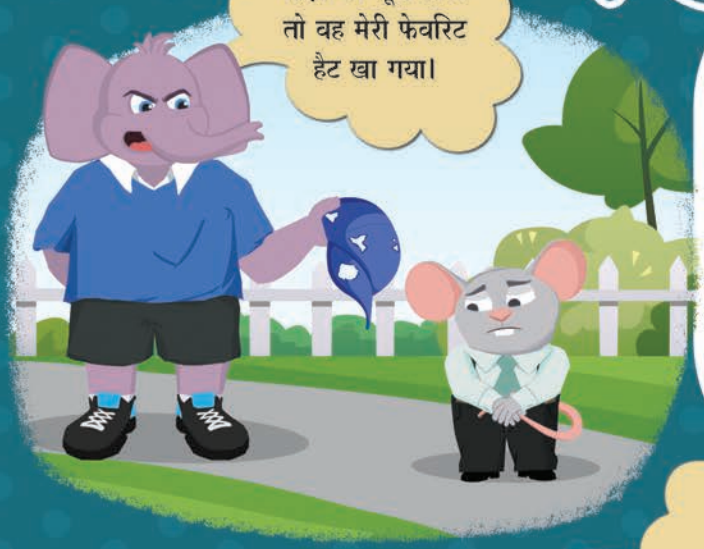
प्रायः लोग कहते हैं कि, 'तुम ऐसे हो, समझते नहीं हो, कुछ आता नहीं, पढ़ाई नहीं करते हो, कभी आगे नहीं बढ़ पाओगे' तब दिल टूट जाता है और कभी डिप्रेशन आ जाता है। लेकिन ज्ञानी तो हमेशा पॉज़िटिव को प्रोत्साहन देकर व्यक्तियों को खिलने देते हैं।

ज्ञानी तो हमेशा पॉज़िटिव को प्रोत्साहन देकर व्यक्तियों को खिलने देते हैं।

टर्न इन्टू पॉज़िटिव

हमारी तरह आलु-चिली भी कभी-कभी नेगेटिव हो जाते हैं। क्या आप उस नेगेटिव को पॉज़िटिव में बदलकर आलु-चिली की हैपीनेस ढूँढ़कर दोगे?

हिन्ट - यदि आप कन्फ्यूज़ हो जाओ तो 'ज्ञानी कहते हैं' में से हेल्प जरूर लेना



क्या पॉज़िटिव देख सकते हैं?

इस हैट का मैंने बहुत उपयोग किया है। और रिज़ो ने जहाँ छेद किया है वहाँ नया कपड़ा लगा दूँगा तो नई स्टाइल की हैट बन जाएगी।

क्या पॉज़िटिव देख सकते हैं?

मैं दो साल से स्केटिंग सीख रहा हूँ। जिफ़्फी ने मेरे बाद शुरू किया था फिर भी वह मुझसे अच्छा करता है। मुझे अब नहीं करना।

क्या पॉज़िटिव देख सकते हैं?

ज़ोई को कहा था कि पिकनिक में फ़िज़र बास्केट लाना जिससे आइस्क्रीम न पिघले। वह भूल गई और सारी आइस्क्रीम पिघल गई। उसे कोई काम सौंपना ही नहीं चाहिए।

क्या पॉज़िटिव देख सकते हैं?

पिगी हमेशा आलु के साथ घूमता है। अगर आलु उसका बेस्ट फ्रेन्ड बन गया तो?

क्या पॉज़िटिव देख सकते हैं?

मीठी यादें

२५ दिसम्बर २००२ को अडालज त्रिमंदिर में भव्य प्राणप्रतिष्ठा का कार्यक्रम होना तय हुआ था। देश-विदेश और गाँव-गाँव से महात्मा आने वाले थे।

अभी डेढ़ महीना बाकी था। लेकिन मंदिर का एक भी शिखर तैयार नहीं हुआ था। बिना शिखर के मंदिर की प्रतिष्ठा संभव नहीं थी। काम तो कठिन था ही लेकिन साथ ही कुछ लोगों की नेगेटिव बातों से काम करने वाले आप्तपुत्रों और महात्माओं में निराशा छा गई थी।

सभी नीरू माँ के पास गए। नीरू माँ ने सभी को ऐसी हिम्मत दी कि सबकी हताशा चुटकी में दूर हो गई और सबको काम करने की शक्ति मिल गई। नीरू माँ ने श्रद्धापूर्वक कहा, 'दादा हैं और दादा ही करेंगे! तीनों शिखर तैयार हो जाएँगे!' इसके अलावा, नीरू माँ ने ऐसे सुंदर सॉल्युशन बताए कि मंदिर निर्माण का काम चौबीसों घंटे फुल स्पीड से चलने लगा।

उस समय काम करने वालों को सिर्फ राइट गाइडन्स और उत्साह की ज़रूरत थी, जो नीरू माँ से भरपूर मिल जाता था। जब भी काम में कोई रुकावट आती, तो सब नीरू माँ के पास दौड़ पड़ते और नीरू माँ से ऐसा पॉज़िटिव बल मिलता कि सभी की काम करने की शक्ति फिर से जीवंत हो जाती।

सिर्फ आप्तपुत्र और महात्मा ही नहीं, बल्कि मंदिर निर्माण के काम में जुड़े हुए कॉन्ट्रैक्टरों, मजदूरों और सभी लोगों पर पॉज़िटिव वातावरण का ऐसा असर हुआ कि असंभव लग रहा काम भी संभव हो गया!

My Creation

कई बड़े लोग इम्पॉर्टन्ट काम के लिए 'गुगल कैलेन्डर' पर रिमाइन्डर (जो याद दिलाता है वह) सेट करते हैं। पॉज़िटिव रहना भी इम्पॉर्टन्ट ही है न? चलो, हम 'पॉज़िटिव देखने' का रिमाइन्डर बनाते हैं।

नीचे दिए गए निर्देशों को फॉलो करके टैग्स बनाते हैं। टैग्स पर लिखे हुए पॉज़िटिव सूत्र हमें 'पॉज़िटिव देखना' यह याद दिलाते रहेंगे।

जीवन में एक प्रिन्सिपल रखना। हमेशा पॉज़िटिव रहना है, नेगेटिव के पक्ष में कभी भी नहीं बैठना है।

पॉज़िटिव में इतना अधिक बल है कि जहाज़ डूब रहा हो न, तो भी पार उतर जाता है।

१. दिए गए पिक्चर को काट लो।

२. इसके बीच में दिखाई गई काली लाइन पर से मोड़ लो।

३. इसके अंदर की तरफ चार्ट पेपर रखकर टैग के आकार और ऊँचाई के बराबर काट लो।

४. अंदर की तरफ गोंद लगाकर चार्ट पेपर को दोनों पिक्चर के साथ चिपका दो।

इस टैग का इस्तेमाल आप बुकमार्क की तरह कर सकते हो।

या फिर बैग टैग की तरह इसका इस्तेमाल करने के लिए उपर की तरफ एक छोटा छेद करके उसमें ६-७ इंच लंबी डोरी या वायर डालकर उसके सिरे पर गांठ लगा लो।

Akram Express

July 2023
Year : 11, Issue : 4
Conti. Issue No.: 124

BALVIGNAN
Fun 'n' Gnan with Dada

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

Akram Express 15th Birthday

अगले महीने हमारे प्रिय अक्रम एक्सप्रेस का 15th Birthday है। तो चलो, इस साल हम अक्रम एक्सप्रेस के बर्थडे को आपके अनुभवों से स्पेशल बनाएँ...

अक्रम एक्सप्रेस को आपके अनुभव भेजो।

- अक्रम एक्सप्रेस से आप क्या सीखे?
- क्या अक्रम एक्सप्रेस ने कभी आपकी कोई मदद की है?
- इसके अलावा भी आपको अक्रम एक्सप्रेस से जुड़ी कोई बात शेअर करनी हो तो अवश्य करना।

आपके अनुभव लिखकर, ऑडियो या वीडियो रिकॉर्ड करके १८ जुलाई तक ज़रूर भेजना... हम आपकी राह देखेंगे...

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 नंवर 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