बाबा भगवान परिवार का

जून - २०२३

शुल्क प्रति नकल : ₹ २०/-

अक्रम एक्सप्रेस

मैं ऐसा क्यों हूँ

संपादकीय

मित्रों,

मान लो कि एक दिन आपको दो अलग-अलग बॉक्स में गिफ्ट मिलते हैं। एक बॉक्स बाहर से अच्छी तरह से डेकोरेट किया हुआ है लेकिन अंदर सड़ा हुआ केक है। दूसरा बॉक्स बाहर से अच्छा नहीं दिखता लेकिन अंदर एक टेस्टी केक है। तो आपके लिए किस बॉक्स की वैल्यू अधिक होगी? दूसरे की। करेक्ट? फिर भले ही कोई दूसरे बॉक्स का खराब डेकोरेशन देखकर उसका मज़ाक उड़ाए, आपके लिए तो अंदर के केक की ही वैल्यू होगी।

यदि हमें अन्य चीज़ों के बारे में यह समझ में आता है, तो खुद के लिए क्यों नहीं? हम क्यों अपने बाहर के दिखावे को अंदर के गुणों से अधिक वैल्यू देते हैं? क्यों किसी के चिढ़ाने पर चिढ़ जाते हैं?

चलो, इस अंक में जानते हैं कि बाहर के दिखावे की वैल्यू कितनी है और सही समझ की कीमत कितनी है?

- डिम्पल मेहता

अक्रम एक्सप्रेस

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

वर्ष : ११ अंक : ३
अखंड क्रमांक : १२३
जून - 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 है...

प्रश्नकर्ता : मैं तोतला बोलता हूँ इसलिए सब मेरा मज़ाक उड़ाते हैं। तब मुझे बहुत दुःख होता है। तो मुझे क्या करना चाहिए?

पूज्यश्री : ऐसे गूँगे लोग होते हैं न, जो बिल्कुल बोल नहीं सकते? आप तो बोल सकते हो न? इसलिए खुश होना चाहिए। कुछ लोग बोल नहीं सकते, तो कुछ लोग कान से बहरे होते हैं। आप तो बोल सकते हो और अच्छी तरह सुन भी सकते हो। बड़े हो जाओगे तो ठीक हो जाएगा। 'दादा भगवान के असीम जय जयकार हो' बोलना, तो वाणी स्पष्ट, शुद्ध होती जाएगी। 'दादा मुझे अच्छी तरह बोलना आए ऐसी शक्ति दीजिए', ऐसे माँगना।

कोई चिढ़ाए तो चिढ़ना नहीं चाहिए। आप चिढ़ोगे ही नहीं, तो उसे मज़ा नहीं आएगा। फिर वो थक जाएगा और चिढ़ाना बंद कर देगा। उसके चिढ़ाने से आप चिढ़ते हो तो उसे मज़ा आता है। इसलिए वह और ज्यादा चिढ़ाता है।

प्रश्नकर्ता : मुझे स्कूल में सब नाटा कहकर चिढ़ाते हैं। मुझे बहुत दुःख होता है।

पूज्यश्री : तुम्हारे बगल में तुमसे छोटे कद के लड़के को खड़ा किया जाए तो तुम उससे लंबे कहलाओगे या नहीं? तो तुम सचमुच नाटे हो या लंबे हो? उसके छोटे कद की तुलना में तुम लंबे ही कहलाओगे। लंबे व्यक्ति के सामने तुम नाटे लगोगे। इसलिए लोगों की बातों पर ध्यान नहीं देना चाहिए। किसी की बातों का असर नहीं होने देना चाहिए।

उस पर गुस्सा नहीं करना चाहिए और उसे दुःख नहीं देना चाहिए। कोई मज़ाक उड़ाए तो भी आनंद में रहना चाहिए। दुःखी क्यों होना?

यह तो नई ही बात है!

स्वभाव अर्थात् इनर ब्यूटी। कोई चाहे कितना भी सुन्दर दिखता हो, लेकिन अगर स्वभाव बुरा हो तो भी अच्छा नहीं कहा जाएगा न?

उदाहरण के तौर पर : अगर कोई बुरी तरह लोगों का अपमान करता हो तो वह चाहे जितना भी सुंदर दिखता हो फिर भी कोई उसे ज़रा भी पसंद नहीं करेगा।

कोई बाहर से बिल्कुल सुंदर नहीं दिखता हो, लेकिन अगर स्वभाव अच्छा हो तो वह सभी को प्रिय होता है।

उदाहरण के तौर पर : जो व्यक्ति सब के साथ मिलजुलकर रहता है, सबको हेल्प करता है, सबका मन जीत लेता है, वह दिखने में सुंदर न हो फिर भी सबको अच्छा लगता है।

बाहर का रूप तो एक दिन बिगड़ जाता है।

उदाहरण के तौर पर : ऐक्सिडेन्ट, बिमारी या उम्र हो जाने के कारण बाहर का रूप बिगड़ सकता है। लेकिन भीतर के अच्छे गुण, जो स्वयं को और दूसरों को सुख दें, वे हमेशा हमारे साथ रहते हैं।

"हाय मोटी! कितने गुलाब जामुन खाओगी?"

नीरजा ने मुँह में गुलाब जामुन डाला ही था कि पीछे से उसकी कज़ीन राधिका ने आकर उसे टोका। गुलाब जामुन तो अंदर चला गया लेकिन उसका टेस्ट बिल्कुल गायब हो गया।

"अरे, माइ गोलगप्पा! तुम्हारा मुँह क्यों बिगड़ गया?" राधिका ने नीरजा के गाल खींचते हुए पूछा।

"तीस सेकन्ड के अंदर ही 'मोटी' और 'गोलगप्पा' सुनकर मुँह नहीं बिगड़ेगा तो क्या होगा, दीदी?" नीरजा ने मुँह फुलाकर प्लेट टेबल पर रख दी और एक कोने में जाकर बैठ गई। वह अपने आस-पास के लोगों को देखने लगी।

'पार्टी में सभी इन्जॉय कर रहे हैं, मेरे अलावा! मैं सब से इतनी डिफ़रन्ट क्यों हूँ? सब कितने अच्छे दिख रहे हैं, और मैं... मैं इतनी मोटी क्यों हूँ? सब की तरह क्यों नहीं हूँ?' नीरजा विचारों में खोई हुई थी कि तभी राधिका उसके पास आकर बैठ गई।

"सॉरी, माइ डियर! तुम्हें बुरा लगा? मैं तो मज़ाक कर रही थी!" राधिका ने नीरजा को गुलाब जामुन की प्लेट ऑफर की लेकिन उसने नहीं ली।

"नीरजा, मुझे तुम्हारा मज़ाक नहीं उड़ाना चाहिए था। लेकिन, तुम्हें अपने हैपीनेस का रिमोट कंट्रोल किसी को नहीं देना चाहिए। मुझे भी नहीं। मेरे आने से पहले तो तुम खुश ही थी न?"

"वॉट, रिमोट कंट्रोल?"

"मोटी, पतली, लंबी, नाटी... कोई कुछ भी कहे, इससे हम क्यों दुःखी हों? हमारे हैपीनेस की स्विच को कोई बाहर से कैसे ऑफ़ कर सकता है?!" राधिका ने कहा।

"हाँ, बात तो सही है, दीदी!" नीरजा ने धीमी आवाज में कहा।

"हमेशा याद रखना, परफेक्ट लुक या परफेक्ट बॉडी में सुख नहीं है। ये सब तो आज हैं और कल नहीं। खुशी तो..." बोलते-बोलते राधिका की नज़र कहीं ठहर गई।

"क्या?" नीरजा को आगे सुनना था।

"फिलहाल खुशी तो डाइनिंग टेबल पर रखे हुए पिज्ज़ा में और फैमेली के साथ गेम्स खेलने में है। चलो, एन्जॉय करते हैं।" राधिका ने आँखें मटकाते हुए कहा।

"ओह!" नीरजा हँस पड़ी, "आप चलो, मैं आती हूँ।"

राधिका वहाँ से चली गई। लेकिन उसकी कही बातें नीरजा के पास रह गईं।

उस दिन के बाद जब भी किसी के मज़ाक उड़ाने पर नीरजा का मूड ऑफ़ होता तो उसे राधिका की बात याद आ जाती। लेकिन उसकी हैपीनेस की स्विच 'ऑन' नहीं होती थी। इसका कारण यह था कि वह खुद भी मानती थी कि वह मोटी है और अपने फ्रेन्ड्स की तरह अच्छी नहीं दिखती है। और इसलिए वह कभी भी ड्रामा या कोई भी स्टेज ऐक्टिविटी में भाग नहीं लेती थी।

उस वर्ष ड्रामा में भाग लेने का एक स्पेशल फायदा था। आशिता सोनी, जो 'लिटल स्टार्स' ड्रामा स्कूल की फाउन्डर थीं, वे नीरजा के स्कूल का ड्रामा देखकर बेस्ट परफॉर्मर्स को अपने स्कूल में ऐडमिशन देने वाली थीं।

"नीरजा, तुम भी ड्रामा में भाग लो न! कम ऑन यार, सिलेक्शन होगा तो आशिता मैम के ड्रामा स्कूल में परफॉर्म करने मिलेगा!" अमि ने नीरजा को मनाने की कोशिश की।

लेकिन नीरजा को यकीन था कि वह इतनी मोटी है कि कभी सिलेक्ट नहीं हो पाएगी। दिल की बात कहने के बजाय उसने कहा, "अरे, तुम सब परफॉर्म करना! मैं ऑडियन्स में बैठकर तुम सब को चियर-अप करूँगी।"

कई दिनों तक स्कूल में आशिता मैम की चर्चाएँ होती रहीं।

"पता है, आशिता मैम हमारे स्कूल से ही पास आउट हुए हैं। इसी कारण से हमारे स्कूल के बच्चों से उन्हें स्पेशल लगाव है।"

"वे मेरी दीदी की क्लासमेट थीं। स्कूल की मोस्ट फेवरिट स्टूडन्ट थीं।"

"उनका ड्रामा स्कूल कितना फेमस है! वहाँ से सीखकर स्टेज पर परफॉर्मन्स करने में कितना मज़ा आएगा!"

ये सब बातें सुनकर नीरजा सोचने लगती 'काश! मुझमें भी इन सब के जैसा कॉन्फिडन्स होता!' 'काश! मुझमें 'मैं कैसी दिखती हूँ' का डर नहीं होता! कोई जादू हो जाए और मैं भी स्टेज पर जाकर परफॉर्म करूँ और सिलेक्ट हो जाऊँ, तो कितना मज़ा आएगा!'

लेकिन कोई जादू नहीं हुआ और हमेशा की तरह ड्रामा के दिन नीरजा ऑडियन्स में ही बैठी थी।

"वेलकम, वेलकम... माइ डियर आशिता" प्रिन्सिपल मैडम ने अनाउन्स किया।

तालियाँ बजीं और सामने की पंक्ति के सभी टीचर्स और स्टाफ खड़े हो गए। आशिता मैम की एक झलक पाने के लिए नन्हीं नीरजा आतुर थी। आगे खड़े हुए हाइट वाले लोगों के बीच से उसने झाँककर देखा तो आशिता मैम को देखकर उसकी आँखें फटी की फटी रह गईं।

सभी बैठ गए लेकिन नीरजा स्टैचू बनकर खड़ी थी। पीछे बैठी हुई लड़की ने नीरजा का शर्ट खींचकर उसे बैठने के लिए कहा तब उसे होश आया।

"ओह सॉरी" कहकर वह अपनी सीट पर बैठ गई।

उसके बाद टीचर्स ने आकर आशिता मैम की बहुत प्रशंसा की। लेकिन नीरजा का ध्यान बातों पर कम और आशिता मैम पर अधिक था। ड्रामा शुरू हो गया लेकिन नीरजा अपने विचारों में ही खोई हुई थी, 'मैम तो कितनी मोटी हैं! शायद मुझसे भी ज्यादा... फिर भी सबकी फेवरिट हैं। और इतनी सक्सेसफुल भी हैं। क्या सभी द्वारा पसंद किए जाने के लिए या सक्सेसफुल होने के लिए अच्छा दिखना जरूरी नहीं है? अगर मैंने भाग लिया होता तो उन्होंने मुझे सिलेक्ट किया होता?'

लेकिन अब अफसोस करने से क्या फायदा था? नाटक खत्म हुआ और तालियाँ बजने लगीं। आशिता मैम ने कुछ बच्चों को सिलेक्ट करके उनके नाम टीचर को दिए। जो बच्चे सिलेक्ट हुए थे वे खुश थे और जो नहीं हुए वे दुःखी। नीरजा तो उनसे भी ज्यादा दुःखी थी क्योंकि उसने ट्राइ ही नहीं किया था।

दूसरे दिन उसी दुःख के बोझ के साथ वह स्कूल पहुँची।

"एक गुड न्यूज़ है।" टीचर ने अनाउन्स किया। गुड न्यूज़ क्या है यह जाने बिना ही बच्चे तालियाँ बजाने लगे। नीरजा को किसी भी बात में इन्टरेस्ट नहीं था। लेकिन जब टीचर की बात सुनी तो उस बात से अधिक किसी और बात में इन्टरेस्ट ही नहीं रहा।

"आशिता मैम को हमारे स्कूल के बच्चों का परफॉर्मेन्स बहुत पसंद आया है। इसलिए वे दूसरे बच्चों का ऑडिशन लेने के लिए आज फिर से स्कूल आने वाली हैं। जिन्हें इन्टरेस्ट हो वे अपना नाम इस पेपर पर लिखकर मुझे दें।"

नीरजा के ऑडिशन से आशिता मैम बहुत खुश हुईं और उसे तुरन्त सिलेक्ट कर लिया। सबका ऑडिशन पूरा होने पर आशिता मैम ने नीरजा को अपने पास बुलाया, "बेटा, तुम कितना अच्छा परफॉर्म करती हो। तुमने ड्रामा में भाग क्यों नहीं लिया था?"

आशिता मैम की पर्सनालिटी इतनी सौम्य थी कि नीरजा ने अपने दिल की सारी बातें उन्हें बता दी। और फिर धीरे से पूछा, "मैम, जब आप मेरी उम्र की थीं तब क्या..." वह आगे बोल नहीं पाई, लेकिन आशिता मैम समझ गईं।

"हाँ, तब मैं तुमसे भी ज्यादा गोल-मटोल थी। मेरे क्लासमेट्स के कपड़ों की साइज़ में तो मैं फिट नहीं होती थी" कहते-कहते वे थोड़ा हँसीं, "लेकिन वे लोग मेरा मज़ाक उड़ाते, तो भी मैं आराम से उनके साथ फिट हो जाती थी। और इसीलिए ही हमेशा हैपी रहती थी और आज भी रहती हूँ।"

"तुम्हें लगता है कि तुम अपने फ्रेन्ड्स की तरह सुंदर नहीं दिखती हो, है ना?" मैम ने पूछा।

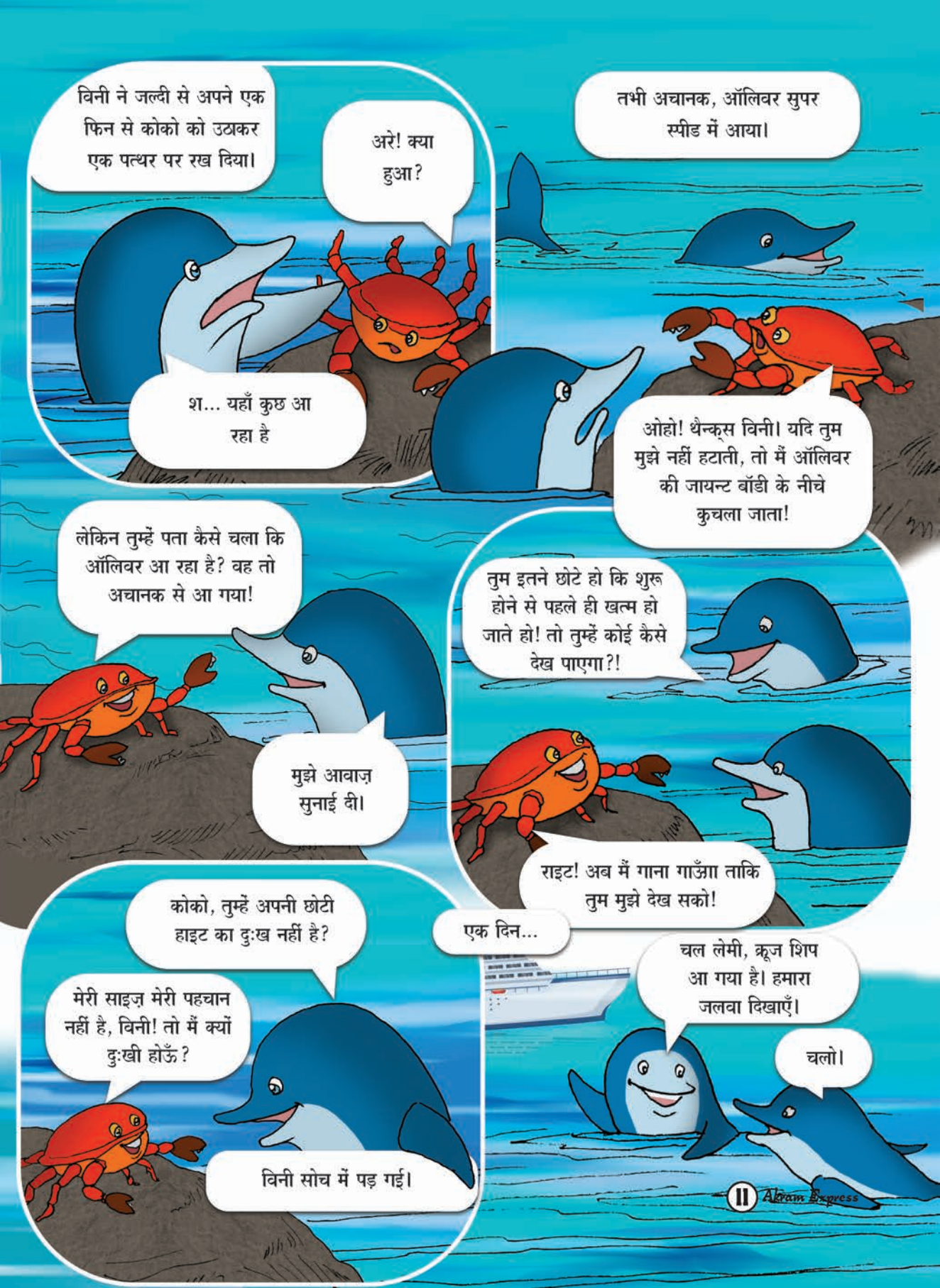
"हाँ।"

"बेटा, 'सुंदर' की व्याख्या सबकी अलग-अलग होती है। जो बाहर से सुंदर दिखता है वह अंदर से हैपी हो या नहीं भी हो। लेकिन जो अंदर से हैपी होता है वह हमेशा बाहर से सुंदर ही दिखता है! तुम भी हैपी रहोगी न?"

नीरजा ने सिर हिला कर 'हाँ' कहा। उसे राधिका दीदी द्वारा कहे 'हैपीनेस के रिमोट कंट्रोल' की बात याद आ गई। और उस दिन उसने तय किया, 'मैं कैसी दिखती हूँ' ऐसा सोचकर कभी भी अपने हैपीनेस की स्विच 'ऑफ' नहीं करूँगी।

वन फिन डॉल्फिन

एक क्रूज़ शिप समुद्र के बीच आकर खड़ा हो गया। लेमी और ऑलिवर ने हमेशा की तरह फ्री स्टाइल डान्स दिखाया।
ओह! मैं इन लोगों के जैसा क्यों नहीं कर सकती?! मेरे पास दो फिन (पंख) क्यों नहीं हैं?
विनी, ऐसा डान्स करने के लिए दो फिन चाहिए। तुम्हें यह बात समझ में नहीं आती?
विनी! ऑलिवर की बात का बुरा मत मानना।
अगर मैं भी ऐसा डान्स कर सकती तो सब मुझे कितना पसंद करते!
अरे विनी, तुम यहाँ हो। मैं तुम्हें कब से ढूँढ़ रहा हूँ।


विनी ने जल्दी से अपने एक फिन से कोको को उठाकर एक पत्थर पर रख दिया।
अरे! क्या हुआ?
श... यहाँ कुछ आ रहा है
तभी अचानक, ऑलिवर सुपर स्पीड में आया।
ओहो! थैन्क्स विनी। यदि तुम मुझे नहीं हटाती, तो मैं ऑलिवर की जायन्ट बॉडी के नीचे कुचला जाता!
लेकिन तुम्हें पता कैसे चला कि ऑलिवर आ रहा है? वह तो अचानक से आ गया!
मुझे आवाज़ सुनाई दी।
तुम इतने छोटे हो कि शुरू होने से पहले ही खत्म हो जाते हो! तो तुम्हें कोई कैसे देख पाएगा?!
राइट! अब मैं गाना गाऊँगा ताकि तुम मुझे देख सको!
कोको, तुम्हें अपनी छोटी हाइट का दुःख नहीं है?
मेरी साइज़ मेरी पहचान नहीं है, विनी! तो मैं क्यों दुःखी होऊँ?
विनी सोच में पड़ गई।
एक दिन...
चल लेमी, क्रूज शिप आ गया है। हमारा जलवा दिखाएँ।
चलो।

विनी उदास होकर एक पत्थर पर बैठी थी। तभी उसे एक विचित्र आवाज़ सुनाई दी।

उसने ऊपर उठकर देखा तो,

ओह नो! लेमी और ऑलिवर को चेतावनी देनी पड़ेगी।

ये दोनों मेरी वॉर्निंग विसल क्यों नहीं सुन रहे?

तभी शिप पर खड़े लोगों ने लेमी और ऑलिवर पर जाल डाल दिया।

थोड़ा भी समय गँवाए बिना विनी ने एक प्लान बनाया और जाकर कोको को समझाया।

थोड़ी ही देर में कोको अपने फ्रेन्ड्स को लेकर जाल के पास आ गया। सब ने काम शुरू कर दिया।

कोको ऐन्ड फ्रेन्ड्स ने अपने शार्प पंजों से जाल तोड़कर ऑलिवर और लेमी को फ्री कर दिया।

आई एम सॉरी, फ्रेन्ड्स। जिस डान्स के घमंड के कारण तुम लोगों को नीचा मानता था, आज उसी के कारण फँस गए। और तुम लोगों ने हमें बचा लिया।

आज समझ में आया कि 'एक फिन' मेरी पहचान नहीं है। जो मेरे पास नहीं है उसके लिए दुःखी नहीं होना है, लेकिन जो है उसमें हैपी रहकर सबकी हेल्प करना है।

थैन्क्स टू विनी, जिसके सुनने के शार्प पावर के कारण उसने हमें टाइम पर बुला लिया।

AALOO CHILLY

Today's Special:
न्यू फ्रेन्ड वॉन्टेड

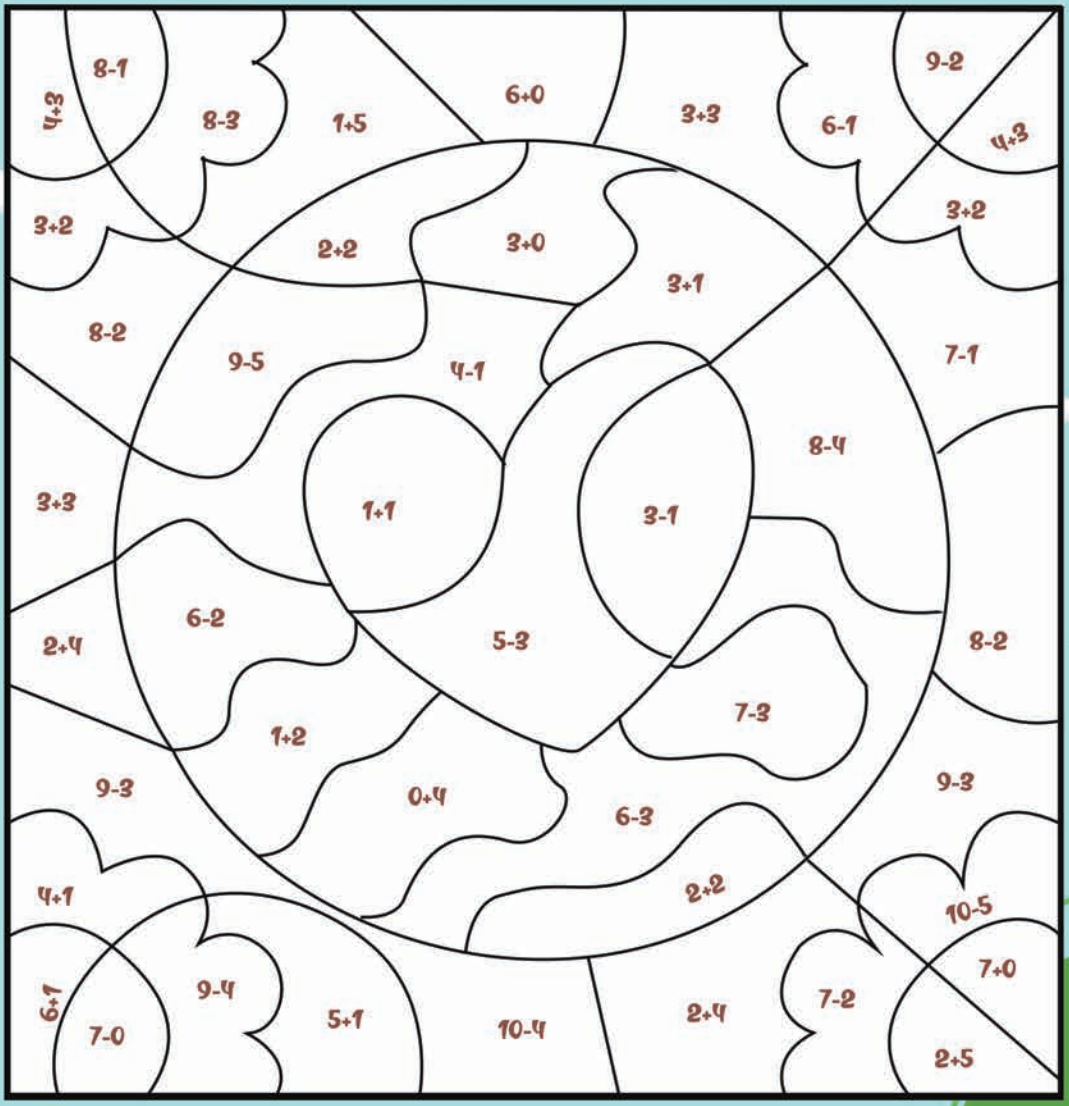
यह क्या है?
न्यू फ्रेन्ड वॉन्टेड
जो मुझे कंधे पर उठाए, मेरे
साथ चिली आइस्क्रीम खाए
और फनी हो।
-चिली
NEW FRIEND
WANTED
चिली, मैं कहाँ
तुम्हें छोड़कर
जा रहा हूँ?
लेकिन डाइट करने से तुम वीक हो
जाओगे तो मुझे किस तरह उठाओगे?
आइस्क्रीम खाने कैसे चलोगे? स्ट्रेस के
कारण फनी कैसे रह पाओगे?
आलु, तुम जैसे हो वैसे
ही मुझे पसंद हो।
ऑरिजनल!
ओ चिली, तुम बेस्ट हो।
अब मैं ऑरिजनल ही
रहूँगा।

5th June

World Environment Day

दिए गए कोड (जोड़ - घटाव) के अनुसार कलर भरकर चित्र पूरा करो।

2 = 　 3 = 　 4 =
5 = 　 6 = 　 7 =



रिज़ो ने इस महीने रायपुर, छत्तीसगढ़ के लिए टिकिट बुक की है। रिटर्न टिकिट एक महीने बाद की है। ग्रुप में हलचल मचने लगी। थीओ नॉन स्टॉप रायपुर के फ़ेमस स्ट्रीट फूड जैसे कि जलेबी, पराठे, पकौड़े के वीडियो देख रहा है। ज़ोई वहाँ के विवेकानंद स्टैचू पर रिसर्च कर रहा है। लेकिन जिफ्फी थोड़ा क़न्फ़्यूज़्ड है कि जिस रिज़ो ने सम्मेद शिखर में कितनी शिकायतें की थीं उसने रायपुर की टिकिट कैसे बुक की? और ऊअर से, जो हमेशा फोन या टैब्लेट पर ही समय बिताता है वह अलग-अलग पेन्ट ब्रश की शॉपिंग क्यों कर रहा है?

रिज़ो, तुम यह पेन्ट ब्रश क्यों ले रहे हो?
और हम रायपुर क्यों जा रहे हैं?

क्योंकि हम वहाँ पर साधना धांड मैम के पास पेन्टिंग सीखने वाले हैं।

वे कौन हैं?

साधना मैम एक आर्टिस्ट हैं, जिन्हें नेशनल अवॉर्ड, स्त्रीशक्ति अवार्ड, महिला शक्ति सम्मान और साथ-साथ राष्ट्रपति से भी अवॉर्ड मिल चुका है!

क्या? इतनी अच्छी आर्टिस्ट हैं?

हाँ, और उनकी हाइट भी मेरी तरह छोटी है, सिर्फ तीन फुट तीन इंच। पर फिर भी वे सब की रोल मॉडल हैं। वे घर के बाहर नहीं निकल सकतीं। इसलिए घर बैठे ही पेन्टिंग करती हैं। इतना ही नहीं, वे आर्ट क्लास भी चलाती हैं। बारह हजार के करीब विद्यार्थियों ने उनके पास से आर्ट सीखा है। रायपुर, भिलाई, भोपाल, नागपुर, पुणे और न्यू दिल्ही जैसे शहरों में उनके एक्सिबिशन लग चुके हैं!

एक मिनिट, उनकी हाइट तीन फुट तीन इंच ही है? यानी कि किचन के प्लेटफॉर्म जितनी! वे घर के बाहर क्यों नहीं निकलती हैं?

क्योंकि जन्म से ही उन्हें 'ऑस्टिओजेनेसिस इंपर्फेक्टा' नामक रोग है। इस रोग के कारण जब वे बारह वर्ष की उम्र की थीं तभी से सुन भी नहीं सकती हैं।

ऑस्टि...जेने... क्या?

ऐसी बिमारी जिसमें हड्डियाँ नाजुक और जल्दी टूट जाए ऐसी होती हैं। इसलिए उन्हें बार-बार फ्रेक्चर होते हैं। फिर भी उन्होंने कभी आर्ट बनाना नहीं छोड़ा। अभी तक उन्हें अस्सी फ्रेक्चर हो चुके हैं। उन्हें सुनाई भी नहीं देता। फिर भी कभी वे 'मैं ऐसी क्यों हूँ?' ऐसा सोचकर नहीं रूकीं। इतनी तकलीफ होने के बावजूद उन्होंने अलग-अलग प्रकार के आर्ट सीखे हैं और अवॉर्डस भी जीते हैं।

रिज़ो, मुझे भी उनके पास आर्ट सीखना है, क्या तुम मेरे लिए भी ब्रश ऑर्डर करोगे?

थीओ ऐन्ड फ्रेन्ड्स तो सामान के साथ ब्रश और कलर लेकर रायपुर जाने के लिए रेडी हो गए हैं। क्या आप भी किन्हीं ऐसे व्यक्ति को जानते हो, जो 'मैं ऐसा क्यों हूँ?' सोचे बिना अपने सपने पूरे कर रहे हैं? तो उनका नाम और स्टोरी नंबर - ९३१३६६५५६२ पर हमें १५ जून तक भेजें।

बाल मित्रों,

पिछले अंक में ब्रह्मांड के बारे में पढ़कर आपने आपकी कल्पना का ब्रह्मांड और महाविदेह क्षेत्र का बहुत सुंदर ड्राइंग बनाया है... सभी को खूब अभिनंदन... सबसे सुंदर और अंक से संबंधित ड्राइंग बनाने वाले श्लोक पटेल और द्रव्या मेवाडा को खूब खूब अभिनंदन...

Shlok Patel
12 yrs
Baroda

Dravya Mewada
12 yrs
Ahemdabad

मुझे पहचानो...

1.
वह कौन सी चीज़ है
जो जितनी बढ़ती है
उतनी कम होती जाती है।

2.
ऐसी चीज़ जिसे हम खा सकते हैं
पर देख नहीं सकते।

3.
ऐसा कौन सा ड्राइवर है जिसे
लाइसेन्स की जरूरत
नहीं पड़ती।

4.
ऐसा क्या है जो जिसका हो
वही देख सकता है और
सिर्फ एक बार देख पाता है।

5.
वह कौन सी चीज़ है जो बारिश
में जितना भी भीगे पर
गीली नहीं होती।

Akram Express

June 2023
Year : 11, Issue : 3
Conti. Issue No.: 123

BALVIGNAN

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

४ से १२ वर्ष की आयु के बच्चों के लिए आयोजित किए गए समर कैम्प की झलक

'मुझे पहचानो' के जवाब

१. उम्र २. हवा ३. स्क्रू ड्राइवर ४. सपना ५. पानी

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