दादा भगवान परिवार का

जून २०२४

शुल्क प्रति नकल : ₹ २०/-

# अक्रम एक्सप्रेस

# ज़िद

## संपादकीय

बालमित्रों,

हर किसी को लाइफ के अलग-अलग स्टेज पर अलग-अलग चीज़ें चाहिए होती हैं। जब बहुत छोटे थे तब खिलौने चाहिए थे। थोडे बड़े हुए तो गैजिट्स में इन्ट्रेस्ट लेने लगे। फिर शूज़, कपड़े, बाइक इत्यादि-इत्यादि। जैसे-जैसे बड़े होते जाते हैं वैसे-वैसे हमारी लिस्ट बदलती जाती है।

क्या आपने कभी अपनी मनपसंद चीज़ पाने के लिए ज़िद की है? ज़िद करके वह चीज़ ज़रूर मिल गई होगी, लेकिन क्या वह हमेशा के लिए खुशी देती है? नहीं! लेकिन हमारी ज़िद सामनेवाले को दुःखी अवश्य कर देती है।

इस अंक में जानते हैं कि हमें जो चाहिए उसे पाने का सबसे आसान तरीका क्या है। क्रिना की फ्रेन्डशिप टूटते-टूटते कैसे बची और कैसे नीना ने अपनी ज़िद छोड़ने का फैसला किया। तो चलो, ज़िद किए बिना बात को सॉल्व करने का उपाय जानते हैं।

साथ ही, आलु-चिली की दुनिया में जाकर देखते हैं कि स्केटिंग कॉम्पिटिशन में आलु की जीत हुई या हार और चिली के सपने पूरे हुए या नहीं।

- डिम्पल मेहता


वर्ष : १२ अंक: ०३
अखंड क्रमांक: १३५
जून २०२४



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.
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,
Chhatral-Pratappura Road,
At-Chhatral, Tal. Kalol
Dist. Gandhinagar – 382729.



© 2024, Dada Bhagwan Foundation
All Rights Reserved


अक्रम एक्सप्रेस

# ज्ञानी कहते हैं...

**प्रश्नकर्ता :** अगर मुझे कोई मनपसंद चीज़ नहीं मिलती है तो मैं ज़िद कर बैठता हूँ। ऐसा नहीं हो इसके लिए मैं क्या करूँ?

**पूज्यश्री :** वह चीज़ जब मांगो उसी समय चाहिए या कुछ समय बाद मिले तो चलता है? मम्मी-पापा से कहकर रखना कि मुझे यह चीज़ बहुत पसंद है। आप मेरे लिए लेकर आना। फिर मम्मी-पापा पर छोड़ देना। वे लोग सही समय पर लेकर आएँगे। ऐसा करोगे तो ज़िद कम हो जाएगी। ज़िद करके मम्मी-पापा पर गुस्सा कर दिया हो, बुरे शब्द बोल दिए हों तो उसके प्रतिक्रमण करने चाहिए।

**प्रश्नकर्ता :** पापा मेरा कहा नहीं मानते तो मुझे बुरा लग जाता है। मेरे कहने पर मम्मी मेरा फेवरिट खाना नहीं बनाती है तो मैं रूठ जाता हूँ। ऐसा हो जाए तब मैं क्या करूँ?

**पूज्यश्री :** मैंने जीवन में कभी भी अपने पापा के ऊपर थोड़ा सा भी प्रेशर नहीं डाला। मुझे ऐसा लगता कि मैं कुछ माँगूँगा और उनके पास नहीं हुआ तो उन्हें कितना दुःख होगा। इसलिए मैं कुछ माँगता ही नहीं था। रूठने से कुछ फायदा होता है? मनमानी नहीं हुई और रूठ गए तो किसको नुकसान हुआ? तुम्हें ही भुगतना पड़ा। तुम्हारा ही दिन बिगड़ा। निश्चय करो कि एडजस्ट होना है, मम्मी-पापा को दुःख नहीं देना है। मम्मी से कहकर रखना कि मुझे यह खाने की इच्छा है। मम्मी दो-तीन दिन में बना ही देगी।

लेकिन तुम कहो कि अभी के अभी आज ही बनाओ तो मम्मी को कितना दुःख होगा।

मम्मी-पापा हमेशा तुम्हारी खुशी के लिए सब कुछ करते हैं और कभी न कर पाएँ तो क्या उन्हें दुःख पहुँचाना चाहिए? कभी उन्हें खुशी हो ऐसा करना चाहिए या नहीं? मम्मी से कहना, "मम्मी, तुम नहीं बना पाई? कोई बात नहीं। परेशान मत हो।" ऐसा कहने से मम्मी को कितनी खुशी होगी।

# मिस्टर ज़ीरो

नए शहर के नए स्कूल में क्रिना का फ्रेन्ड्स ग्रुप बहुत बड़ा नहीं था। अभी-अभी ही उसकी दो फ्रेन्ड्स बनी थीं। चुलबुली समीरा और मैथ्स चैम्प ब्रिंदा। तीनों में तीन कॉमन इन्ट्रेस्ट थे। पहला घूमना-फिरना, दूसरा टेस्टी फूड और तीसरा बुक्स। ब्रिंदा और समीरा की फ्रेन्ड्शिप के कारण क्रिना को नया शहर अच्छा लगने लगा था।

शुक्रवार को परीक्षा के बाद ब्रिंदा ने बड़े उत्साह से पूछा, 'इस रविवार बुक फ़ेर चलें? सभी टाइप्स की बुक्स मिलेंगी। प्लीज़, प्लीज़, प्लीज़ !' समीरा तो जाने के लिए लगभग तैयार हो गई लेकिन क्रिना ने तुरंत ही बात पलट दी, 'इतनी गर्मी में बुक फ़ेर कैसे जाएँगे? वहाँ तुम्हें जितनी बुक्स देखने मिलेंगी उससे कहीं अधिक तो मेरे घर की लाइब्रेरी में दिखा दूँगी। तुम्हें जितनी बुक्स चाहिए मेरे घर से ले लेना। लेकिन इस रविवार तो तुम दोनों मेरे घर ही आओगी। बुक्स पढ़ेंगे, गप्पे मारेंगे और टेस्टी खाना खाएँगे। प्लान तय हो गया। अब चेन्ज नहीं होगा।'

ब्रिंदा थोड़ी निराश हुई, लेकिन उसने क्रिना के प्लान को तुरंत ही स्वीकार कर लिया। और इस तरह, तीनों का रविवार क्रिना के घर पर मौज-मस्ती में गुजरा।

सोमवार को रिसेस में क्रिना के चेहरे पर एक अलग ही स्माइल थी।

'अरे, आज टिफिन में कुछ स्पेशल है क्या?' समीरा ने पूछा।

'लगता है क्रिना की स्माइल के गुणन के पीछे कोई नया ही फॉर्मूला है।' ब्रिंदा ने कहा।

'ओफ्फो ब्रिंदा, कभी तो तुम्हारे फेवरिट गणित को एक तरफ रखकर कुछ बोलो। बात यह है कि अगले रविवार को मेरी मम्मी हमें क्लब हाउस ले जाने वाली हैं। वहाँ बहुत मज़ा आएगा', क्रिना की आवाज़ में उत्साह था।

समीरा और ब्रिंदा पहले कभी क्लब हाउस नहीं गए थे। इसलिए वे दोनों भी बहुत खुश हो गए। तीनों ने पूरा सप्ताह रविवार के इंतजार में बिताया।

रविवार को तीनों क्रिना की मम्मी के साथ क्लब हाउस पहुँचे। सबसे पहले पूल में जी भरकर स्विमिंग किया।

'यार, मुझे तो बहुत भूख लगी है...' समीरा ने कहा।

'अरे, भूख के रेशीओ तो मेरे पेट में भी गुणा कर रहे हैं', ब्रिंदा बोली। लेकिन क्रिना को भूख नहीं लगी थी। उसे टेबल टेनिस खेलना था।

'अरे, टेबल टेनिस खेलकर थोड़ी और कसरत कर लो। फिर अच्छी तरह खा पाएँगे।' क्रिना ने अपनी बात मनवाने की कोशिश की।

'ठीक है, तुम लोग खेलो। मुझमें अब खेलने की एनर्जी नहीं है। मैं तुम्हारा गेम देखूँगी।' ब्रिंदा ने कहा।

समीरा ने मन मसोसकर उसकी बात मानी। वैसे भी उसके पास दूसरा कोई ऑप्शन नहीं था। आखिरकार, दोपहर को दो बजे जब क्रिना को भूख लगी, तब तीनों कल्ब हाउस के रेस्टोरेन्ट में खाना खाने गए। क्रिना ने समीरा और ब्रिंदा से पूछे बिना ही मैक्सिकन टाकोज़ मंगवाए।

'सॉरी मैम, टाकोज़ अभी अवेलबल नहीं हैं।' वेटर ने कहा।

क्रिना को गुस्सा आ गया, 'क्या? ऐसा कैसे हो सकता है?' वेटर के साथ बहुत कहासुनी हुई। समीरा और ब्रिंदा दोनों क्रिना को समझाने की कोशिश कर रहे थे कि दूसरा कुछ मंगवा लेते हैं।

वैसे भी, उनकी भूख इतनी बढ़ गई थी कि ऐसा लग रहा था कि पेट में गुड़गुड़ कर रहे चूहे अभी निकलकर बाहर आ जाएँगे। लेकिन क्रिना ने उनकी बात नहीं मानी।

आखिरकार, क्रिना की मम्मी वहाँ आई।

'मम्मी, मुझे यहाँ खाना नहीं खाना। आप हमें कहीं और खाने ले जाओ।' क्रिना ने गुस्से से मम्मी से कहा।

'क्रिना, ब्रिंदा और समीरा को बहुत भूख लगी है। यहाँ जो है उसमें

से ही कुछ ऑर्डर कर लो।' मम्मी ने सख्ती से कहा। लेकिन क्रिना मम्मी की बात मानने को तैयार नहीं थी।

अंत में मम्मी ने ब्रिंदा और समीरा से पूछकर खाना ऑर्डर कर दिया। सबका पेट तो भर गया था लेकिन सारा दिन मन भारी रहा।

सोमवार को तीनों स्कूल में मिले। लेकिन अब ब्रिंदा और समीरा को क्रिना के साथ घुटन महसूस होने लगी। उन्होंने क्रिना से कुछ कहा नहीं लेकिन उनकी फ्रेन्ड्शिप पहले जैसी नहीं रही।

एक दिन रिसेस में क्रिना हाथ में कुछ लेकर आई। 'फ्रेन्ड्स यह देखो, आज रात के कार्टून शो के टिकिट्स। हम तीनों यह शो देखने जा रहे हैं।'

'क्रिना, तुम हमसे पूछो तो सही कि हमें जाना है या नहीं?' ब्रिंदा ने कहा।

'मैं नहीं आ सकती। मुझे आज फैमिली के साथ बाहर खाना खाने जाना है।' समीरा ने चिढ़कर कहा।

'अरे, फैमिली के साथ अगले सप्ताह चली जाना,' क्रिना ने हमेशा की तरह आग्रह किया।

'आज मेरी मम्मी का बर्थ डे है।' ऐसा कहकर समीरा वहाँ से उठकर चली गई।

'ब्रिंदा तुम?'

'मैं भी नहीं आ सकती, क्रिना। अगले सप्ताह परीक्षा है, मुझे पढ़ाई करनी है।'

ऐसा कहकर ब्रिंदा भी वहाँ से चली गई। क्रिना हैरान थी। वह सोचने लगी कि 'इन लोगों ने मेरे साथ ऐसा व्यवहार क्यों किया मानों वे मुझसे ऊब गए हों! मैं तो उन्हें घूमाने ले जाने की बात कर रही थी! इसमें गलत क्या था?!'

वह वहीं बैठी रही। रिसेस खत्म होने पर सभी क्लास में वापिस आए। ब्रिंदा आकर क्रिना के पास बैठी। फ्री पिरीयड था इसलिए कोई टीचर नहीं आने वाले थे।

क्रिना बुहत उदास थी। ब्रिंदा ने उसकी नोटबुक में एक बड़ा ज़ीरो बनाया और क्रिना से पूछा, 'तुम्हें मिस्टर ज़ीरो की बात बताऊँ?'

'मिस्टर ज़ीरो?' क्रिना ने पूछा।

'हाँ... मिस्टर ज़ीरो। बहुत ही जिद्दी। हमेशा अपनी बात सबसे पहले कहता और सबसे मनवा लेता। सभी नंबर्स से पहले खड़ा रहता। इसलिए उसकी कोई वेल्यू ही नहीं रही। चाहे जितना बड़ा नंबर हो लेकिन उसके पहले ज़ीरो हो तो क्या उस ज़ीरो की कोई वेल्यू होती है?'

'नहीं' क्रिना ने धीरे से कहा।

'जब तक ज़ीरो सभी नंबर्स से आगे रहता और अपनी बात मनवाने जाता तब तक कोई उसकी वेल्यू नहीं करता था। वह हो या न हो, किसी को कोई फर्क ही नहीं पड़ता था। ज़ीरो को बहुत

दुःख होने लगा। धीरे-धीरे उसे अपनी गलती समझ में आई। उसने सबके पीछे रहना सीखा, दूसरों की बात को स्वीकार करना सीखा और ऐसा करने से सभी फ्रेन्ड्स उसकी वैल्यू करने लगे।' 'एक' के पीछे रहा तो बन गया 'दस', 'दस' के पीछे 'सौ' और 'सौ' के पीछे 'हज़ार'।

'क्रिना, सभी को यह अच्छा लगता है कि सब उसकी बात की वेल्यू करें और उसकी बात मानें। लेकिन अगर वो हमेशा अपनी ही बात आगे रखेगा और अपनी मन

मानी करेगा तो उसकी वैल्यू मिस्टर ज़ीरो जैसी हो जाती है। अगर कोई हमेशा ही हमसे अपनी बात मनवाए तो क्या हमें अच्छा लगता है?' ब्रिंदा ने पूछा।

क्रिना ने 'ना' में सिर हिलाया। अब उसे समझ में आया कि उससे क्या गलती हो गई। अपनी ज़िद पूरी करने में उसे दूसरों की भावनाओं का ध्यान नहीं रहता था।

'आइ ऐम सॉरी...' क्रिना ने कहा।

ब्रिंदा ने क्रिना को गले लगा लिया। 'इट्स ओके।'

लास्ट बेंच पर बैठी हुई समीरा यह सब देख रही थी। वह धीरे से क्रिना और ब्रिंदा के बीच में आकर बैठ गई। क्रिना ने समीरा से भी 'सॉरी' कहा। तभी अचानक एक टीचर क्लास में आए और पूछा, 'गणित के टीचर आज ऐब्सन्ट हैं।'

'हाँ, इसलिए तो हम लाइफ का गणित सीख रहे हैं!' क्रिना ने धीमी आवाज़ में कहा।

और तीनों हँस पड़े।

# यह तो नई

अगर मम्मी एक बार ज़िद करे कि तुम देर से उठी हो इसलिए तुम्हें दूध नहीं मिलेगा, खाना नहीं मिलेगा, तो चलेगा? आप देर से उठते हो तो भी मम्मी सब कुछ देती हैं न? इसलिए समझना चाहिए कि ज़िद करना गलत है।

फालतू की चीज़ के लिए ज़िद कर ली हो, फिर बाद में काम की चीज़ मिलने से रह जाती है।

उदाहरण के तौर पर : बहुत ज़िद करके वीडियो गेम खरीदा हो और फिर फुटबॉल टीम में भाग लेने के लिए पेरेन्ट्स टाइम पर शूज़ नहीं खरीद पाते हैं तो आपका ही नुकसान होगा।

# ही बात है!

सच्चे दिल से भावना की हो तो देर-सवेर (चीज़) मिल ही जाती है।

उदाहरण के तौर पर : अगर नई साइकिल चाहिए तो मम्मी-पापा से कहना कि मुझे दिलाना। फिर जब सुविधा होगी तब वे ज़रूर दिलाएँगे।

अगर तुम ज़िद नहीं करते हो, कुछ नहीं माँगते हो तो मम्मी-पापा सामने से तुम्हें ऑफर करेंगे।

# AALOO CHILLY

कई बार मुझे पता नहीं चलता कि आलु मेरा फ्रेन्ड है या दुश्मन! मैंने उसके लिए इतने अच्छे बैनर बनाए और उसने सारे रिजेक्ट कर दिए। और मुझे रिंग पर उड़ने से भी मना कर दिया।

आलु - चिली, इस बैनर से कुल्फी को बुरा लगेगा। और तुम बैनर लेकर उड़ोगे तो मेरा ध्यान स्केटिंग पर नहीं रहेगा।

अरे, कुल्फी को बुरा लगाने के लिए ही तो मैंने बैनर बनाया था। कोई बात नहीं। उड़ नहीं सकता तो क्या हुआ, बैनर लेकर स्टैन्ड में खड़ा तो रह सकता हूँ न! लेकिन, जब मैंने और पार्सली ने स्टैन्ड में खड़े होकर बैनर पकड़ा उस समय जिफ्फी और थीओ हमारे आगे आकर खड़े हो गए।

और कुछ ही देर में पार्सली भी उसके साथ ये बोरिंग नारे रिपीट करने लगा। सभी बहुत खुश थे क्योंकि आलु जितनी बार भी हमारे सामने से गुजरता, उतनी बार सभी को एक बड़ी सी स्माइल देता जाता। वैसे तो आलु को सबके सामने देखने की ज़रूरत नहीं थी। उसका सबसे बड़ा सपोर्टर तो मैं ही था न!

सभी बातें साइड में। आलु ने क्या सुपर्ब स्केटिंग की है! वह एक बार भी नहीं गिरा। हमारी लेट नाइट प्रैक्टिस और मेरे प्रोत्साहन भरे शब्दों के बाद तो आलु का जीतना तय ही था! मुझे लगता है कि कुल्फी तो आलु की स्पीड के कारण दो-तीन बार रिंग की रस्सी से टकरा गया था।

और फिर बारी आई आलु की विनिंग स्पीच की। मुझे विश्वास था कि भले ही अभी तक आलु की सफलता के पीछे का कारण किसी को पता न हो लेकिन अब तो सभी को मेरी मेहनत दिखेगी ही। लेकिन...

आलु - थैंक यू कुल्फी और मोमो। तुम लोग हार गए इसलिए मैं जीता।

'तुम लोग हार गए इसलिए मैं जीता?' अगर खराब स्पीच का कोई कॉम्पिटिशन होता तो आलु पक्का उसमें जीतता। आलु ने रो-रोकर सभी छोटे प्राणियों के लिए गर्मी में बारिश ला दी। और उसे रोता देखकर जिफ्फी और थीओ भी रोने लगे। इस ग्रुप रुदन के चलते आलु मेरे बारे में कुछ बोला ही नहीं। लेकिन कोई बात नहीं। पार्टी तो अभी बाकी है।

# नीना, द बटरफ्लाइ

नीना और जोजो अपनी मम्मी के साथ फ्लाइलैन्ड में रहते थे। एक सुबह,
स्माइल? फिर से वही सपना देखा, नीना?
हाँ, हाँ, सब करना, लेकिन पहले मेरा काम करो, हनी लेकर आओ।
हाँ! गरीब छोटे बटरफ्लाइ के लिए 'Nina's Honey Cafe' बनाऊँगी जिसमें फ्री 'हनी ड्रिंक्स' होगा, बुक्स होंगी... और...
रात को भोजन के समय,
आपने हनी केक नहीं बनाया? हम तो आज सुबह ही हनी लेकर आए थे न!
बेटा, आज मुझे टाइम नहीं मिला! कल ज़रूर बना दूँगी।
नहीं, मुझे तो आज ही खाना है।
अभी कैसे बनेगा? कल बना दूँगी।

तो मैं खाना नहीं खाऊँगी। मुझे जो चीज़ जब चाहिए, तभी ही चाहिए।

नीना रूठकर रूम में चली गई। जोजो खाना खाकर रूम में गया,

जाओ नीनी, खाना खा लो। मम्मी ने बहुत ही टेस्टी हनी वॉल्नट ब्रेड और रेन्बो सूप बनाया है।

नहीं!

इसमें तुम्हारा ही नुकसान होगा। तुम्हें पूरी रात भूखे रहना पड़ेगा और इतना अच्छा खाना खाने से भी रह जाओगी। जाओ, खा लो!!

लेकिन नीना नहीं मानी। दूसरे दिन मम्मी ने फिर से नीना और जोजो को हनी लाने के लिए भेजा।

नीनी, चलो न, डेज़ीलैन्ड चलते हैं! वहाँ इतना अच्छा हनी मिलेगा कि तुम्हारा केक भी टेस्टी बनेगा।

ओके! लेकिन जल्दी वापस आना पड़ेगा। मुझे शाम के 'म्यूज़िक ऐन्ड लाइट' शो का एक सेकन्ड भी मिस नहीं करना।

डेज़ीलैन्ड में,

ओह वाउ जोजो! वहाँ देखो... कितने सुंदर फ्लावर्स हैं। वहाँ से बहुत सारा हनी मिलेगा।

लेकिन वहाँ नहीं जा सकते। वहाँ बाड़ बनी हुई है। बॉर्ड पर लिखा है कि अंदर आना मना है।
अरे, किसी को पता नहीं चलेगा। चलो न, फटाफट जाकर आते हैं।
नीना जोजो को जबरदस्ती अंदर ले गई। वे लोग बॉटल में हनी भर रहे थे तभी,
कौन हो तुम लोग? किससे पूछकर हनी लिया?
सॉरी, सॉरी... हमें लगा कि...
अब तुम्हारा कोई 'सॉरी' नहीं चलेगा। तुम्हें सजा मिलेगी।
फ्लावर्स पर पानी छिड़क दो, गार्डन में बीज बो दो और बॉटल शहद भरकर मुझे दे दो।

मैडम, आज हमें एक 'म्यूज़िक ऐन्ड लाइट' शो देखने जाना है। हम थोड़ा काम आज करें और थोड़ा कल करें तो चलेगा?
नहीं! सब कुछ आज ही पूरा होना चाहिए। मुझे जो चीज़ जब चाहिए, तभी ही चाहिए।
अपने ही कहे शब्द जब नीना को किसी और से सुनने को मिले तो उसे बहुत दुःख हुआ।
नीना और जोजो का जब काम पूरा हुआ तब रात हो गई थी।
सॉरी जोजो, मेरे कारण तुम्हारा भी शो मिस हो गया।
मतलब यह कि तुम अपनी ज़िद करने की सारी एनर्जी का उपयोग 'Nina's Honey Cafe' बनाने के लिए करोगी?
मतलब?
अगर तुम सही में 'सॉरी' फील कर रही हो तो आज से गलत बात के लिए ज़िद करने के बजाय सही बात के लिए मन लगाकर काम करोगी?
पक्का!

# चलो खेलें...

**1)** यहाँ दिए गए एक समान चित्र में १० अंतर ढूँढ़ो।

**2)** नीचे दिए गए चित्र में १ से १० नम्बर छुपे हुए हैं, उन्हें खोजकर राउंड करो।

# मैजिक पेन

अनन्या की बर्थ डे पार्टी नज़दीक आ रही थी। दो-तीन दिन पहले अनन्या ने मम्मी से पूछा, 'मम्मी, आप पार्टी के लिए पिज़्ज़ा बनाओगे? मुझे पिज़्ज़ा खाने का बहुत मन कर रहा है।' मम्मी ने अनन्या से कहा, 'बेटा, इतने सारे लोगों के लिए पिज़्ज़ा बनने में बहुत देर लगेगी। मैं तुम्हें विकेन्ड में पिज़्ज़ा बना दूँगी। हम पार्टी में मैक्सिकन फूड रखेंगे।' अनन्या ने मम्मी की बात मान ली।

बर्थ डे के दिन सुबह, अनन्या ने मम्मी-पापा द्वारा दी गई गिफ्ट का बॉक्स खोला। उसे विश्वास था कि अंदर से घड़ी निकलेगी। लेकिन जब घड़ी के बदले ब्रेसलेट निकला तो अनन्या बहुत गुस्सा हो गई।

'मुझे घड़ी चाहिए थी! आप लोगों को मेरी कोई परवाह ही नहीं है!' अनन्या रूठकर रूम में चली गई। मम्मी-पापा ने जब घड़ी दिलाने का प्रॉमिस किया तब वह रूम से बाहर निकली।

अनन्या ने पार्टी में सबको रेड कपड़े पहनकर आने के लिए कहा था। सानवी के पिंक कपड़े देखकर अनन्या ने उससे कपड़े बदलने की ज़िद की, 'सानवी, मेरे फोटोज़ बिगड़ जाएँगे। तुम मेरा रेड फ्रॉक पहन लो।'

शाम को केक कटिंग के समय मम्मी ने कहा, 'हम सब पहले खाना खा लेते हैं, लास्ट में केक कटिंग करेंगे। केक लेकर आने वाला डिलिवरी बॉय ट्रैफिक में फँस गया है।'

'नहीं, मैं केक कटिंग किए बिना खाना नहीं खाऊँगी।' अनन्या ने ज़िद की।

**अगर आपके पास ऐसा कोई मैजिक पेन हो जिससे आप तीन घटनाएँ बदलकर फिर से लिख सकते हो तो आप कौन सी घटनाएँ बदलोगे और किस तरह? घटना को अंडरलाइन करके नए सिरे से वह घटना को लिखकर हमें इस नम्बर पर भेजिए ९३१३६६५५६२।**

# मीठी यादें

'कहाँ हो? मुझे तुमसे काम है, मेरे पास आना तो।'

ये शब्द याद आते हैं और आज भी मेरे चेहरे पर स्माइल आ जाती है। दोपहर के डेढ़-दो बजे थे। मैं खाना खाकर बाहर निकला और फोन की घंटी बजी। नीरू माँ थीं। उन्होंने मुझे वात्सल्य में बुलाया।

जब मैं वहाँ पहुँचा तब नीरू माँ और पूज्यश्री खाना खा रहे थे। नीरू माँ ने मुझसे कहा, 'बैठो चुपचाप। मैं अभी आती हूँ।' नीरू माँ जब मुझसे इतने प्यार से बात करतीं तब मुझे बहुत ही अच्छा लगता था।

खाना खा लेने के बाद नीरू माँ ने मुझे डाइनिंग टेबल पर उनकी ही जगह पर बिठाया। तभी मेरे लिए थाली परोसी गई। उस दिन वात्सल्य में स्पेशल खाना बना था। खीर, पकौड़े आदि। फिर एक ओर नीरू माँ ने मुझे परोसना शुरू किया और दूसरी ओर पूज्यश्री ने। मैं तो खाना खाकर गया था लेकिन ऐसा मौका कैसे छोड़ा जा सकता है!? मुझे लगा, 'जो होता है होने दो, आने दो और खाने दो।' नीरू माँ और पूज्यश्री ने मुझे प्रेम से खाना खिलाया।

उन दिनों सिर्फ ज्ञान की बातों से शायद मैं सत्संग से इतना न जुड़ा होता। इसलिए ज्ञान के साथ-साथ उन्होंने मुझे प्रेम भी दिया। आज भी जब यह प्रसंग याद करता हूँ तो लगता है कि लाइफ में किसी भी बात के लिए दुःखी होने को रहा ही कहाँ! नीरू माँ और पूज्यश्री का ऐसा प्रेम मिला है कि यह एक जन्म तो क्या, दादा के लिए तो ऐसे कितने ही जन्म कुर्बान हैं!

Akram Express

June 2024
Year : 12, Issue : 03
Conti. Issue No.: 135

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

## ४ से १२ साल के बच्चों के लिए आयोजित किए गए समर कैम्प की झलक...



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 मेम्बरशिप नं. के बाद # हो तो यह आपकी अंतिम अक्रम एक्सप्रेस है। उदा. AGIA4313# और यदि लेबल पर मेम्बरशिप 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, Chhatral-Pratappura Road, At-Chhatral, Tal. Kalol, Dist. Gandhinagar – 382729.*