

અક્ષર યંત્ર

એપ્રિલ ૨૦૨૦ ગુજરાતી

દાદા ભગવાન પરિવાર

₹ 20

વું નાલાયક
છે.

વું
ચોર છે.

તલવારના
ઘા રૂઝાય પણ
વાણીના ઘા
ન રૂઝાય.

આપણે એવી મધુર વાણી બોલવી જોઈએ,
જેનાથી બીજાને શીતળતાનો અનુભવ થાય
અને સાથે આપણું મન પણ પ્રસન્ન થઈ ઊઠે.

The **9** of
power series 5

કઠોર ભાષા, તંત્રીલી ભાષા
ન બોલાય

અનુક્રમણીકા

4 દાદાશ્રીના પુસ્તકની ઝલક

13 એક્ટિવિટી

6 ભાષાના પ્રકાર

15 આલો સમજીએ પ્રયોગથી...

7 શું આપણે આલું બોલીએ છીએ ?

16 સંત કબીર સાહેબ

9 વાણીનો પ્રભાવ

18 જ્ઞાની વિથ યુથ

12 Q & A

20 અનુભવો

વર્ષ : ૭, અંક : ૧૨
સર્ગ અંક : ૮૪
એપ્રિલ ૨૦૨૦

સંપર્ક સૂત્ર :

જ્ઞાનીની છાયામાં,
પ્રિમંદિર સંકુલ, સીમંદર સીટી,
અમદાવાદ-કલોલ હાઇવે,
મુ.પો. - અડાલજ
જી.ગાંધીનગર-૩૮૨૪૨૧, ગુજરાત.
ફોન : (૦૭૯) ૩૯૮૩૦૧૦૦

email: akramyouth@dadabagwan.org
website: youth.dadabagwan.org
store.dadabagwan.org/akram-youth

તંત્રી - ડિમ્પલ મહેતા

Printer & Published by
Dimple Mehta on behalf of
Mahavideh Foundation
Simandhar City, Adalaj -
382421. Taluka & Dist - Gandhinagar

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

Published at
Mahavideh Foundation
Simandhar City, Adalaj -
382421. Taluka & Dist - Gandhinagar

Printed at : Amba Offset
B-99, GIDC, Sector-25,
Gandhinagar – 382025. Gujarat.
Total 24 Pages with Cover page

Subscription

Yearly Subscription
India : 200 Rupees
USA: 15 Dollars
UK: 12 Pounds
5 Years Subscription
India : 800 Rupees
USA: 60 Dollars
UK: 50 Pounds
In India, D.D. / M.O. should be drawn
in favour of "Mahavideh Foundation"
payable at Ahmedabad.
© 2020, Dada Bhagwan Foundation.
All Rights Reserved



મિત્રો,

વાણી એ આપણા સારા-નરસા અભિપ્રાયો, ભાવો કે લાગણીઓને અભિવ્યક્ત કરતું ખૂબ જ અસરકારક માધ્યમ અને આપણા વ્યક્તિત્વનો અરીસો છે. જે એક તરફ વાણી દ્વારા નીકળેલા સારા શબ્દો સંબંધોને સુધારે છે તો બીજી તરફ વાણીથી બોલાયેલા કઠોર શબ્દોથી જબરદસ્ત વેર પણ બંધાય છે. આપણે ત્યાં કહેવત છે, “તલવારના ઘા રૂઝાય પણ વાણીના ઘા ન રૂઝાય.” આ કહેવતને સાર્થક કરતાં ઘણાંદાખલાઓ ઇતિહાસમાં આલેખાયેલા છે. “આંધળાના છોકરાં આંધળા.”, પાંડવપત્ની દ્રૌપદીના મુખે બોલાયેલા આ એક જ વાક્યે પિતરાઈ ભાઈઓ વચ્ચે મહાભારતના ભીષણ યુદ્ધના કેવાં બીજ રોપી દીધાં હતાં તે તો આપણે સૌ જાણીએ જ છીએ.

‘આપણી વાણી થકી કોઈને દુઃખ ન હોજો’ એવો સાધારણ ભાવ તો આપણને સૌને હોય જ છે છતાં એવી વાણી બોલાઈ જાય છે કે જેનાથી આપણા મિત્રો, પરિવારજનો અથવા તો જેની પણ સાથે વ્યવહાર ઊભો થયો હોય એને ઘા વાગી જાય. અક્રમ યુથનો આ અંક નવ કલમોમાંની પાંચમી કલમ ઉપર છે જે આ જ કચાશને તોડવાની શક્તિ પ્રદાન કરાવે છે. મને વિશ્વાસ છે આ અંક વાંચ્યા પછી તમારો પાંચમી કલમ થકી શક્તિ માંગી સૌને પ્રિય થઈ પડે એવી ભાષા (વાણી) બોલવાનો ભાવ મજબૂત થઈ જશે જ.

- ડિમ્પલ મહેતા

દાદાશ્રીના પુસ્તકની ઝલક

કઠોર-તંતીલી ભાષા ન બોલાય...



પ્રશ્નકર્તા : પ. ‘હે દાદા ભગવાન ! મને કોઈપણ દેહધારી જીવાત્મા સાથે ક્યારેય પણ કઠોર ભાષા, તંતીલી ભાષા ન બોલાય, ન બોલાવાય કે બોલવા પ્રત્યે ન અનુમોદાય એવી પરમ શક્તિ આપો.’ કોઈ કઠોર ભાષા, તંતીલી ભાષા બોલે તો મને મૂઠુ, ઋજુ ભાષા બોલવાની શક્તિ આપો.



દાદાશ્રી : કઠોર ભાષા નહિ બોલવી જોઈએ. કો’કની જોડે કઠોર ભાષા બોલી ગયા ને તેને ખરાબ લાગ્યું તો આપણે એની રૂબરૂમાં કહેવું કે, ‘ભાઈ, મારી ભૂલ થઈ ગઈ, માફી માગું છું’ અને રૂબરૂમાં ના કહેવાય એવું હોય તો પછી અંદર પસ્તાવો કરવો કે ભાઈ, આવું ના બોલાય.

પ્રશ્નકર્તા : અને ફરી વિચાર કરવો જોઈએ કે આવું ના બોલાય.

દાદાશ્રી : હા. એ વિચાર કરવો જોઈએ ને પસ્તાવો કરવો જોઈએ. પસ્તાવો કરે તો જ એ બંધ થાય. નહીં તો એમ ને એમ બંધ થાય નહીં. ખાલી બોલવાથી બંધ ના થાય.

પ્રશ્નકર્તા : મૂઠુ, ઋજુ ભાષા એટલે શું ?

દાદાશ્રી : ઋજુ એટલે સરળ હોય અને મૂઠુ એટલે નમ્રતાવાળી. અત્યંત નમ્રતાવાળી હોય ત્યારે મૂઠુ કહેવાય. એટલે સરળ ભાષા અને નમ્રતાવાળી ભાષાથી આપણે બોલવું

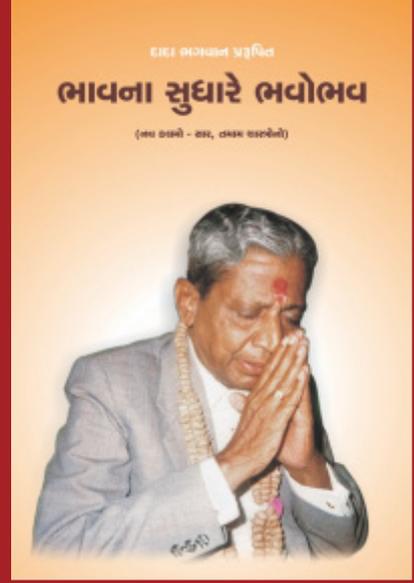
અને એવી શક્તિ માગવી, તો એમ કરતાં કરતાં એ શક્તિ આવશે. કઠોર ભાષા બોલ્યા ને દીકરાને ખરાબ લાગ્યું તો તેનો પસ્તાવો કરવો. અને દીકરાનેય કહી દેવું કે ‘હું માફી માગું છું. હવે ફરી આવું નહીં બોલું.’ આ જ વાણી સુધારવાનો રસ્તો છે અને ‘આ’ એક જ કોલેજ છે.

પ્રશ્નકર્તા : તો કઠોર ભાષા ને તંતીલી ભાષા અને મૃદુતા ને ઋજુતા એ ભેદ શું ?

દાદાશ્રી : ઘણાં કઠોર ભાષા બોલે છે ને કે, ‘તું નાલાયક છે, બદમાશ છે, ચોર છે.’ જે શબ્દો આપણે સાંભળ્યા ના હોય ને ! કઠોર બોલની સાથે આપણું હૃદય સ્તંભિત થઈ જાય. એ કઠોર ભાષા જરાકે પ્રિય ના પડે. ઊલટું મનમાં બહુ થાય કે આવું ક્યાંથી આ પાછું !! કઠોર ભાષા, એ અહંકારી હોય.

અને તંતીલી ભાષા એટલે શું ? સ્પર્ધામાં જેમ તંત હોય છે ને ? ‘જો મેં કેવી સરસ રસોઈ બનાવી અને એને તો આવડતી જ નથી.’ એવું તંતે ચઢે, સ્પર્ધામાં ચઢે. એ તંતીલી ભાષા બહુ ખરાબ હોય.

**‘હું માફી માગું છું.
હવે ફરી આવું
નહીં બોલું.’**



કઠોર ને તંતીલી ભાષા બોલાય નહીં. ભાષાના બધા જ દોષો, આ બે શબ્દોમાં આવી જાય છે. એટલે નવરાશનો ટાઈમ આવે તો ‘દાદા ભગવાન’ પાસે આપણે શક્તિઓ માગ માગ કરવી. કઠંગુ બોલાવું હોય તો એની પ્રતિપક્ષી શક્તિ માગવી કે મને શુદ્ધ વાણી બોલવાની શક્તિ આપો, સ્યાદ્વાદ વાણી બોલવાની શક્તિ આપો, મૃદુ-ઋજુ ભાષા બોલવાની શક્તિઓ આપો. આવું માગ્યા કરવું. સ્યાદ્વાદ વાણી એટલે કોઈને દુઃખ ના થાય એવી વાણી.

ભાષાના પ્રકાર

તંતીલી ભાષા



- તાંતાવાળી હોય.
- સ્પર્ધાવાળી હોય.
- પૂર્વગ્રહવાળી હોય.

કઠોર ભાષા

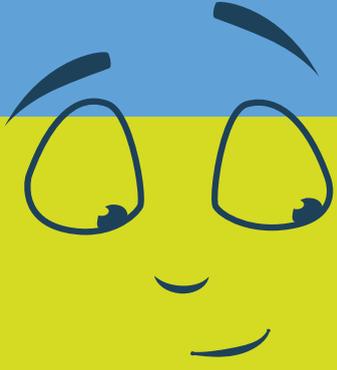


- અહંકારી હોય.
- કડક હોય.
- સામાને ઘા વાગે એવી હોય.

મૃદુ-ઋજુ ભાષા



- મૃદુ એટલે નમ્રતાવાળી હોય.
- ઋજુ એટલે સરળ હોય.
- વિનય-વિવેકવાળી હોય.
- સામાને ઠંડક આપે એવી હોય.



શું આપણે આવું ? બોલીએ છીએ

ક્રોર ભાષા

આંધળો છે કે!
દેખાતું નથી?

આખો દિવસ બસ
મોબાઈલ, મોબાઈલ,
મોબાઈલ !!! હવે, તો
હોસ્ટેલમાં મૂકીશું ત્યારે જ
સુધરશે!

એકવાર કહ્યું ને,
એટલે કરવાનું.
ખોટી માથાકૂટ ન
જોઈએ.

ડફોળ, આટલી ય
સમજ નથી પડતી
! તારા કરતાં તો
ગઘેડો સારો.

ના, હમણા તને
રીમોટ નહીં મળે.
બહુ ટકટક કરી છે
તો એક ઊંધા હાથની
આપી દઈશ.

તંતીલી ભાષા



અમુક લોકોને
ડફલા મારીએ
ને ત્યારે જ
સમજે.

એક વાર કહીએ
ને તું સમજી જાય
તો સૂર્ય પશ્ચિમમાં
ઊગે !

અમને સ્માર્ટ
લોકો સાથે ઓછું
ફાવે, એટલે અમે
દૂર જ રહીએ !

હા, હા ...
તું તો એકદમ
સીધો. જલેબી
જેવો.

તે દિવસે તેં મને
આંધળો કહ્યો હતો ને?
હવે તને દિવસે તારા
ન દેખાડું તો મારું નામ
બદલી નાખજે !

ધ્યાનથી ભાઈ,
કોઈને વાગી ન
જાય એમ ચાલો
તો સારું.

મૂઠુ મૂઠુ ભાષા



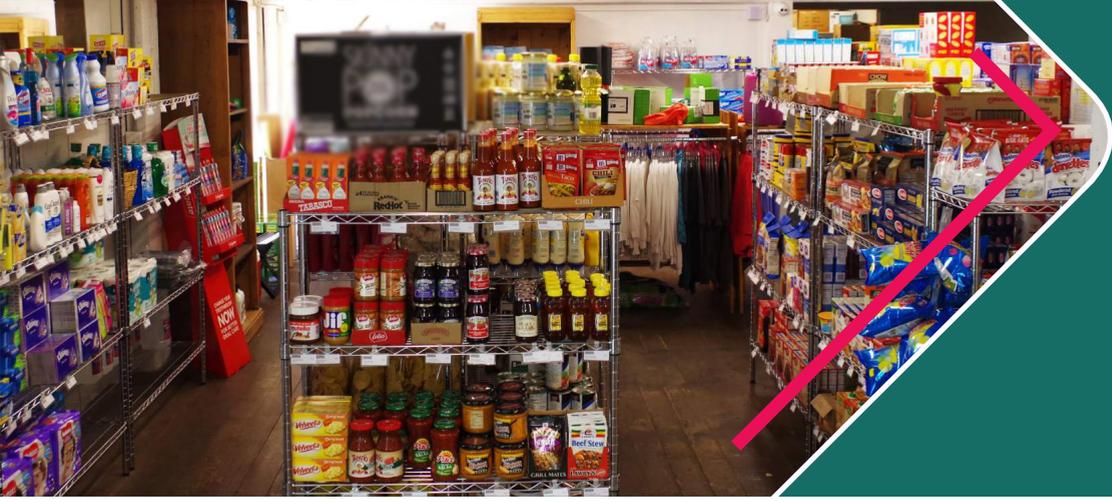
બેટા, મને
થોડી હેલ્પ કર
ને, પછી તું
મોબાઈલમાં રમજે
ને !

ભાઈ પ્લીઝ.
હું પંદર મિનિટ પછી
તને રીમોટ આપું ?
બસ, હમણાં જ આ
શો પૂરો થઈ જશે.

આ તો મારો
વ્યુ પોઈન્ટ કહું છું.
પછી તમે વિચારી
જોજો.

અરે ભઈલા,
આવી રીતે નહતું
કરવાનું. ચાલ હું
તને શીખવાડું.

વાણીનો પ્રભાવ



“એ વિકી, તું આગળ જતો થા! મારે થોડી વસ્તુઓ ખરીદવી છે. હું હમણાં આવું છું.” જેકીએ વિકીને કહ્યું.

“પણ સાંભળ જેકી! તું પેલી ખોડિયાર શોપ છે ને ત્યાંથી વસ્તુઓ ખરીદજે હોં! પેલી તેની સામેવાળી શ્રીનાથ શોપમાંથી નહીં”. વિકીએ ચોખવટ કરતા કહ્યું.

જેકીને થોડું અચરજ થયું એટલે પૂછ્યું “કેમ એવું વિકી? શું ફરક પડે છે? વસ્તુ ગમે ત્યાંથી લઉં ચાર!”

“લે, તને નથી ખબર? તું અહીં કોઈ નાના બાળકને પૂછીશ, તો એ ચ તને એમ કહેશે કે ખોડિયારમાં જ જજે.” વિકીએ ઉમેર્યું.

પહેલેથી કોઈની સાંભળેલી વાત તરત

નહિ માની લેવાની જેકીની આદત રહી છે. એટલે તે બોલ્યો કે “કેમ આવું કહે છે? મારે જાણવું પડશે.”

ત્યાં જ બાબુની સુંદરમ શોપમાં કામ કરતા એક કાકાનો અવાજ આવ્યો, “દીકરા તારો ફ્રેન્ડ સાચું કહી રહ્યો છે. ખોડિયારમાંથી જ લેજે.”

“અરે કાકા, એ જ તો મને સવાલ છે. આખા બજારમાં સૌથી મોટી દુકાનો આ બે જ છે અને સામસામે છે એટલે આઈ થીંક ભાવ પણ સરખા જ હશે. તો પછી ખોડિયાર શોપ જ કેમ?” જેકીએ વળતો પ્રશ્ન પૂછ્યો.

આ વાર્તાલાપ સાંભળીને લક્ષ્મણભાઈએ હસતાં-હસતાં જેકીને કહ્યું, “વાત તો તારી સાચી છે. પણ, જે નમ્ર અને વિવેકી લોકો હોય

હર્ષભાઈ થોડું અકળાયા અને બોલ્યા, “હા, જલદી બોલ ભાઈ. વધારે સમય નથી મારી પાસે.” જેકીએ કહ્યું, “તમને આ વાતની ખબર છે કે નહીં એ તો મને ખબર નથી પણ, બજારમાં તમારી શોપ અને ખોડિયાર શોપનું બધું જ સરખું છે, છતાં કોઈને પણ પૂછીએ તો તે ખોડિયાર શોપ માટે સારું જ બોલે અને વસ્તુ ત્યાંથી જ લેવાની ભલામણ કરે છે. એનું શું કારણ છે? ”

એમને ત્યાં જ બધાં જાય ને.”

“તમે કહેવા શું માંગો છો, જરા વિસ્તારથી કહેશો?” જેકીએ પૂછ્યું.

“જ્યાં સુધી શ્રીનાથ શોપનો કારભાર હર્ષના પિતા હસુભાઈ પાસે હતો ત્યાં સુધી સ્ટાફ કે ગ્રાહકોને કોઈ મુશ્કેલી નહતી પડતી. પણ પછી હસુભાઈની તબિયત બગડી અને કારભાર હર્ષના હાથમાં આવ્યો.” એમ કહીને લક્ષ્મણભાઈએ ઊંડો નિસાસો નાખ્યો અને આગળ કહ્યું,

“ત્યાં પંદર વર્ષ કામ કર્યા પછી મેં નોકરી છોડી, કારણ, મને શું મળ્યું? માત્ર તરછોડો અને અપમાન.” કહેતા લક્ષ્મણભાઈ અટક્યા.

જાતે તપાસ કરવા જેકી બંને દુકાનમાં ગયો અને બે-બે વસ્તુઓ ખરીદી. ખોડિયાર શોપમાં દર્શનભાઈનો વ્યવહાર અને શ્રીનાથ શોપમાં હર્ષભાઈનો વ્યવહાર તેને સરખો જ લાગ્યો. એટલે તેની ઉત્સુકતા વધવા લાગી અને તેણે સીધું હર્ષભાઈને જ પૂછ્યું, “મારે તમારી સાથે પાંચ મિનિટ વાત કરવી છે, થઈ શકશે કે?”

હર્ષભાઈ બોલ્યા, “ખરાબર છે, ભાઈ, તારી વાત. આ બધો વાણીનો કમાલ છે, વાણીથી સાંધી પણ શકાય અને કાપી પણ શકાય. આજથી છ મહિના પહેલાં હું મારી આ દુકાન વેચવાનો હતો. કારણ, કોઈ મારે ત્યાંથી ખરીદી કરવાનું પસંદ જ નહતું કરતું. મેં ગ્રાહકોને આકર્ષવા માટે સેલ લગાવ્યા, આકર્ષક ઓફર્સ રાખી, ખોડિયાર કરતાં ઓછા ભાવ કરી નાખ્યા, દુકાનને સજાવી ... બધું જ કર્યું. પણ, ગ્રાહકો ઘટતા જ જાય. દુકાનમાં કામ કરતાં લોકો પણ એક પછી એક છોડીને જતા રહેવા માંડ્યા. છેલ્લે અહીંના સૌથી જૂના અને અનુભવી લક્ષ્મણભાઈ પણ જતા રહ્યા. પછી, હું ખૂબ મૂઝાયો. ત્યારે મને પિતાજીની વાત યાદ આવી, જે એમણે જીવનની છેલ્લી પળોમાં મને કહી હતી, કે “બેટા, તું દુકાનમાં કામ કરતાં લોકોને નાની-નાની વાતમાં ટોક ટોક કરે, અપમાન કરે, ગ્રાહકોને વસ્તુ ખરીદા પછી સરખો જવાબ ન આપે અને તોછડાઈ કરે એ યોગ્ય નથી.”

“આમ મીઠું મીઠું બોલીને કામ કરવું એ તો ચાપલુસી કહેવાય !” એમ હું સામો થયો.

“વ્યવહારમાં આપણી વાણી બહુ

મહત્વની છે. આ રીતે તું લાંબા ગાળા સુધી દુકાન નહીં ચલાવી શકે. ગમે એટલો સારો પગાર આપીએ, પણ સાથે ઘા વાગે એવા શબ્દો બોલીએ તો કોણ નોકરીમાં ટકે?” પિતાજીએ ભારપૂર્વક કહેલું.

પણ ત્યારે મારો પારો એટલો ઊંચે ચડેલો હતો કે પિતાજીની એક વાત મેં કાને ન ધરી. લક્ષ્મણભાઈને મારા શબ્દોથી જ દુઃખ પહોંચ્યું હતું, નહીં તો આટલી વફાદાર વ્યક્તિ આમ છોડીને ન જાય.” હર્ષભાઈ પસ્તાવા સાથે બોલતા હતા.

“તો તમને તમારી ભૂલ સમજાઈ ગઈ, છતાં લોકો કેમ હજુ આ દુકાનમાં આવતાં ડરે છે?” જેકીએ પૂછ્યું.

“અરે ભાઈ, હું બધું સમજી તો ગયો છું, પણ આચરણમાં રાતોરાત થોડું આવે? હમણાં જ જુઓ ને તમારી સાથે થોડા અકળામણવાળા શબ્દો નીકળી ગયા ને ! માફ કરજો એના માટે.” હાથ જોડીને હર્ષભાઈ બોલ્યા.

“આ તો લોકોને પહેલાં જે ઘા આપ્યા હતાં, તેનું પરિણામ છે. એમનો વાંક નથી. પણ હું પાછો ફરી રહ્યો છું. દુકાનને પાછી ઊભી કરવાનો આ રસ્તો કદાચ સેલ અને ઓફર્સ કરતાં ધીમો છે, પણ સારો છે. જેમ પાણીને ધોર કરીને પીવામાં લઈએ જેથી તેની અશુદ્ધિ ગળાઈ જાય અને રોગ ન થાય, તેમ શબ્દોમાંથી કડવાશને ફિલ્ટર કરીને બોલીએ તો કોઈને વાગે નહીં. આ ચાપલુસી નથી પણ સમજણ છે.”

દુઃખદાયી વાણી છેવટે પોતાનું

જ નુકસાન નોતરે છે. એટલે ભાવમાં તો ચોક્કસ રાખવું કે ‘મારી વાણીથી કોઈને દુઃખ ન હો.’ અને બોલાઈ જાય તો માફી માગી લેવી. એનાથી આપણને અને સામાને પણ સુખ જ મળશે.

જેમ પાણીને ધોર કરીને પીવામાં લઈએ જેથી તેની અશુદ્ધિ ગળાઈ જાય અને રોગ ન થાય, તેમ શબ્દોમાંથી કડવાશને ફિલ્ટર કરીને બોલીએ તો કોઈને વાગે નહીં.



Q & A

પ્રશ્ન : કર્યું, કરાવ્યું અને અનુમોદ્યું એટલે શું ?

જવાબ : કરવું એટલે આપણે જાતે કોઈ કાર્ય કરીએ તે. કરાવવું એટલે કોઈને એ કાર્ય કરવા માટે કહેવું.

અનુમોદવું એટલે કોઈ કાર્ય કરવું હોય, પછી તે સારું હોય કે ખરાબ, એમાં તેનો ઉત્સાહ વધારવો.

એક કંપનીમાં ઈશિતા ઓફિસર છે. ઈશિતાનો બોસ તેને કહે છે કે, “ઓફિસનો સ્ટાફ સમયસર કામ પર નથી આવતો, તો બધાને ભેગા કરીને કડક શબ્દોમાં ખખડાવી દે, કે હવેથી આવું નહિ ચાલે”.

ઈશિતા આવું કરતાં ખચકાય છે. પણ એચ. આર. મેનેજર મૌસમી તેને સમજાવે છે કે, “ચાર ! કોઈને સીધો કરવા માટે ખખડાવવામાં કંઈ ખોટું નથી, કહી દે નહિ તો બોસ નારાજ થશે”. એમ ઈશિતાને હિંમત આપીને મૌસમી તેને કેવી રીતે ખખડાવવું તે પણ સમજાવે છે.

એટલે પછી ઈશિતા બીજા દિવસે સ્ટાફને ખખડાવી નાખે છે.

અહીંયાં કર્યું કોણે કહેવાય? ઈશિતાએ.

કરાવ્યું કોણે? ઈશિતાના બોસે.

અને અનુમોદ્યું કોણે કહેવાય? મૌસમીએ.

એક્ટિવિટી

ફ્રેન્ડ્સ ‘કર્યું, કરાવ્યું અને અનુમોદ્યું’ વિશે આપણે જે જાણ્યું એની નાનકડી ટેસ્ટ થઈ જાય !

ચાલો, પહેલા તમને એક ઉદાહરણ આપું. એ જોઈ, સમજી પછી તમારે આ ટેસ્ટ આપવાની છે.

જેમાં દરેક પરિસ્થિતિ માટે કર્યું કોણે, કરાવ્યું કોણે અને અનુમોદ્યું કોણે? એ શોધી કાઢવાનું છે.

દા. ત. રાજા સેનાને આદેશ આપે છે યુદ્ધ કરવા માટે. સેના યુદ્ધ કરે છે અને હજારો લોકોને મારી નાખે છે. રાણી, રાજાના આ નિર્ણય પર બહુ જ ખુશ થાય છે અને કહે છે કે, “એ રાજ્યની સેના મરવાને લાયક જ છે.”

કર્યું કોણે: **સેનાએ**

કરાવ્યું કોણે: **રાજાએ**

અનુમોદ્યું કોણે: **રાણીએ**

૧. સરકારી સફાઈ કામદારો કચરો કાઢે છે, જેનો સરકાર પગાર આપે છે. સરકારની આ સુવિધાને લોકો સપોર્ટ કરે છે.

૨. કોલેજના સ્પોર્ટ્સ ડેમાં ક્રિકેટની ફાઈનલ મેચ રમાડી રહ્યા હતા, સ્પોર્ટ્સ ટીચર વિક્રમ ભટ્ટ. બેટ્સમેન રવિએ પહેલા જ બોલમાં સિક્સર મારી. ઓડિયન્સમાં બેઠેલા બધાએ રવિને તાળીઓ પાડી વધાવી લીધો.

૩. રિયા ફૂપાને સજેસ્ટ કરે છે “આ તારો ફોટો મસ્ત છે, તું સોશિયલ મીડિયા પર પોસ્ટ કર.”

પોસ્ટ કર્યા પછી, ફૂપાના ફ્રેન્ડ્સની કમેન્ટ્સ આવી મળી:

“અદ્ભુત.”



“સુંદર અદા.”

“ક્યા એટીટ્યુડ હૈ!”



૧) કર્યું કોણે:.....

કરાવ્યું કોણે:.....

અનુમોદ્યું કોણે:.....

૨) કર્યું કોણે:.....

કરાવ્યું કોણે:.....

અનુમોદ્યું કોણે:.....

૩) કર્યું કોણે:.....

કરાવ્યું કોણે:.....

અનુમોદ્યું કોણે:.....

આવો સમજીએ પ્રયોગથી...

આ એક નાનકડો સુંદર પ્રયોગ છે જે વાણીની અસરને સ્પષ્ટ રીતે વ્યક્ત કરે છે. આ પ્રયોગથી આપણી બોલવાની રીત બીજાને મદદરૂપ થાય છે કે દુઃખ પહોંચાડે છે એ સારી રીતે સમજાશે.

એના માટે આપણને બે વસ્તુઓ જોઈશે: રૂના પૂમડાં અને સેન્ડ પેપર (કાચ પેપર)

પહેલો રાઉન્ડ: રૂના પૂમડાંને જોરથી અને સ્પીડમાં હાથ પર ઘસો.

બીજો રાઉન્ડ: સેન્ડ પેપરને હાથ પર ઘસો. જોરથી ઘસો. ઘસાશે? દબાવીને, સ્પીડમાં ઘસો.

(ખાસ નોંધ : જો જો ઈલા ન પહોંચે.)

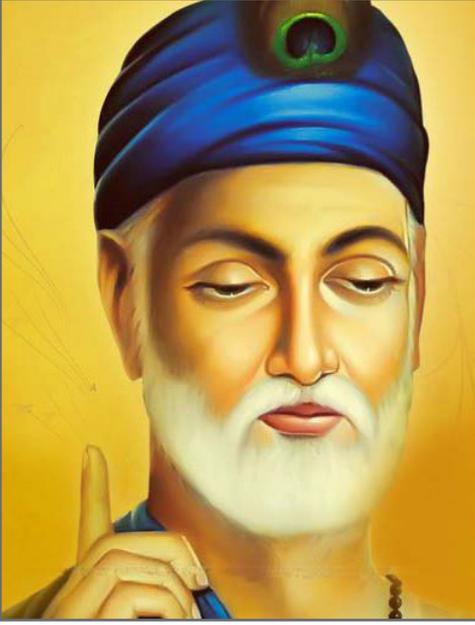


તમે શું નોટિસ કર્યું?

રૂના પૂમડાં હલકા ફૂલકા અને સુંવાળા લાગતા હતા. જ્યારે સેન્ડ પેપર ખરબચડા, તીક્ષ્ણ અને વાગે એવા હતા, ખરું ને?

તે જ રીતે, આપણા શબ્દો પણ જો રૂના પૂમડાં જેવા હોય તો સામાને સુંવાળા લાગે. ગમે. અને સેન્ડપેપર, કે જે પ્લાસ્ટિક કે લાકડાના ટુકડાને ઘસી શકે છે, તેવા સેન્ડપેપર જેવા શબ્દો હૃદયને, લાગણીઓને ચીરી શકે છે. તુચ્છ શબ્દો કે ટોન્ટથી સામાને દુઃખ થાય છે.

તો આપણે એ ધ્યાનમાં રાખવાનું છે કે આપણા શબ્દો રૂ જેવા નીકળે છે કે સેન્ડપેપર જેવા ?



સંત કબીર સાહેબ

સંત કબીર સાહેબ ૧૫મી સદીના એક ખૂબ જ જાણીતા વિદ્વાન સંત અને કવિ છે.

તેમણે રચેલા દોહાઓનો સંગ્રહ “કબીર અમૃતવાણી” તરીકે પ્રસિદ્ધ છે અને આજે પણ મોટા પાયે વંચાય અને સંભળાય છે. તેમણે તેમની રચનાઓના માધ્યમથી એક ઉત્તમ શિક્ષક અને સમાજ-સુધારકની ભૂમિકા ભજવી છે.

કબીર સાહેબના અનેક દોહાઓમાંથી એક પ્રેરણાત્મક દોહો છે,

ऐसी बानी बोलिए, मन का आपा खोये ।
औरन को शीतल करे, आपहुं शीतल होए ॥

આપણે વાણી એવી મધુર
બોલવી જોઈએ, જેનાથી
બીજાને શીતળતાનો
અનુભવ થાય અને સાથે
આપણું મન પણ પ્રસન્ન
થઈ ઊઠે.

વળી, બીજા એક દુહામાં કહે છે,

કડવા શબ્દો બોલવા એ
સૌથી ખરાબ બાબત છે.
કડવા શબ્દોથી કોઈપણ
વાતનું સમાધાન થતું નથી.
જ્યારે સાધુ-સંતોની વાણી
જળ સમાન હોય છે અને
અમૃત જેવું કામ કરે છે.

कुटिल वचन सबसे बुरा, जा से होत न चार ।
साधु वचन जल रूप है, बरसे अमृत धार ॥

કબીર સાહેબ આગળ કહે છે,

बोली एक अनमोल है, जो कोई बोलै जानि ।
हिये तराजू तौलि के, तब मुख बाहर आनि ॥

જે વ્યક્તિ સારી વાણી બોલે
છે તે જ જાણે છે કે વાણી
એક અનમોલ રત્ન છે.
તેથી જ હૃદય રૂપી ત્રાજવામાં
શબ્દોને તોલીને જ મુખમાંથી
બહાર આવવા દો.

કહેવાય છે કે, “તલવારના ઘા વહેલા-મોડા રૂઝાઈ જાય છે, પણ કડવા વચનોથી પડેલા ઘા ક્યારેય નથી રૂઝાતાં.” માટે હંમેશાં મીઠું અને જરૂર હોય એટલું જ બોલવું જોઈએ.

વાણી એટલે મનુષ્યને ઈશ્વરે આપેલી એક અનોખી ભેટ. અને એની મધુરતા એટલે કોઈ પણ હૃદયના દ્વાર ખોલવાની ચાવી. આપણી વાણીથી જ આપણી શિક્ષા, સંસ્કાર, પરંપરા અને મર્યાદાની ખબર પડે છે.

જ્ઞાની વિથ યુથ



પ્રશ્નકર્તા: હું એક કંપનીમાં મેનેજર તરીકે જોબ કરું છું. તો, રોજના ડીલીંગમાં મારી વાણી કેવી હોવી જોઈએ?

ભાઈઓ-બહેનો
બધાં પંખા નીચે
આવી જાઓ



પૂજ્યશ્રી: દાદા કહે છે કે, કઠોર ભાષા ન હોવી જોઈએ આપણી. મૃદુ, નમ્રતાવાળી અને વિનયવાળી હોવી જોઈએ.

એક જગ્યાએ તો મેં સાંભળેલું, કમિશનરની ઓફિસ હતી અને ઓફિસની બહાર અમુક લોકોનું ટોળું ઊભું હતું. તે, પેલો જે પિયુન હતો ને, એ કહે કે, “ભાઈઓ-બહેનો બધાં પંખા નીચે આવી જાઓ, અહીંયાં ઠંડકમાં આવી જાઓ, શાંતિથી બેસી જાઓ આ બાબુ.” પેલું કહેવાયને કે, “ખસો-ખસો”, એવું નહતો કરતો. આ પણ ડહાપણ છે! આવી સરસ ભાષા બોલે છે. કેટલું સરસ વિનય વાળું લાગે! “તમે ત્યાંથી ખસો, બારણાથી દૂર ખસો, હટી જાઓ, સમજતા કેમ નથી?” એવા વાંકા શબ્દો નહતો બોલતો. આ પણ સારી ભાષા બોલવાની રીત હોય છે. શીખવા જેવું છે બધું.

જે વાતો કરતા હોય એ લોકોને સંભળાતું જ નથી, અને જે શાંતિથી બેઠા હોય એ સાંભળે છે કે “શાંતિથી બેસો”. શાંતિથી બેઠા હોય એ લોકોને એવું લાગે કે અમે તો સાંભળીએ જ છીએ, શાંતિથી બેઠા જ છીએ. સાંભળનારને મનમાં કેટલું દુઃખ થઈ જાય કે આ તો ભારે દુઃખ થાય એવા શબ્દો બોલી રહ્યા છે. એટલે આ બધું મેનેજમેન્ટવાળા લોકો અને ઓર્ગેનાઈઝરોએ બહુ પ્રેમાળ રહેવાની જરૂર છે. હવે, કોઈ લાગણીવાળો હોય તો એના શબ્દો એટલા મીઠાં હોય અને એ પોતે એટલો પ્રભાવશાળી હોય કે એ આવે અને લોકો ચૂપ જ થઈ જાય. જ્યારે આ તો “શાંતિ રાખો, અવાજ ન કરશો.” એવા પાટિયા લખેલા હોય તો એ કોઈ વાંચે ય નહીં.

અનુભવ

લગભગ છેલ્લા એક વર્ષથી મેં રેગ્યુલર આપણી પાંચમી ક્લમ બોલવાનું શરૂ કર્યું છે અને એ શરૂ કરવાનું કારણ હતું મારી કઠોર અને તંત્રીલી વાણી. મારો સ્વભાવ ખૂબ જ ગુસ્સાવાળો અને ગુસ્સામાં મને શબ્દોનું કોઈ ધ્યાન જ ન રહે. એ વખતે મારી વાણી એવી નીકળે કે સામેવાળાને ઘા વાગી જ જાય. ગુસ્સો ઠંડો થાય પછી મને ખૂબ અફસોસ થાય, પ્રતિક્રમણ પણ ખૂબ કરું, પણ એનાથી કંઈ જ ફરક ન પડતો હોય એવું લાગે. ઘરની વ્યક્તિઓ જોડે, ખાસ કરીને મારા હસબન્ડ સાથે દિવસમાં એકાદવાર તો આવું બની જ જાય અને હું એમને સંભળાવી દઉં. કોઈ વિવેક ન રહે.

મારી જોબ સ્કૂલમાં છે તો ત્યાં પણ બાળકો સાથે અને બીજા સ્ટાફ સાથે પણ આવું જ બને. ઘરના લોકો તો કદાચ કંઈ ન બોલે, પણ બહારના લોકો સાથે આવા વ્યવહારના પરિણામ એવા આવે કે અમારી વચ્ચે ભેદ પડી જાય અને સામેવાળો કોઈવાર મને પણ બરાબર સંભળાવી જાય. આને કારણે મને પોતાને પણ ખૂબ સફ્ટિંગ રહેતું હતું.

પાંચમી ક્લમ બોલવાનું શરૂ કર્યું પછી થોડા સમય સુધી તો એવું લાગ્યું કે જાણે કોઈ ફરક જ નથી પડ્યો. પણ પછી મેં અનુભવ્યું કે આખા દિવસમાં એકાદ વાર તો એવું બને જ છે કે કોઈ કારણસર ગુસ્સો ખૂબ આવ્યો હોય, મારી કઠોર વાણી નીકળવાની જ હોય અને અચાનક જ હું મૌન થઈ જાઉં. થોડી જ સેકન્ડો પછી એવું લાગે કે, “દાદા, સાટું થયું આવી વાણી ન નીકળી.” હું દિવસમાં જેટલીવાર યાદ આવે એટલીવાર પાંચમી ક્લમ બોલું અને ખાસ દાદા પાસે એ શક્તિ માંગું કે, “મને મૂઠું - ઋજુ ભાષા બોલવાની શક્તિ આપો.”

આજે હું અનુભવી શકું છું કે આના કારણે હવે કઠોર ભાષા બોલવાની ફીક્વન્સી ઓછી થઈ છે અને એના કારણે થતું સફ્ટિંગ પણ અંધ થઈ ગયું છે.

- માધવીબેન

અક્રમ યુથ ટીમના અનુભવો



ધુવી :

રોજ પાંચમી કલમ બોલવાથી હવે બધાના વિનયમાં રહેવાય છે.

હેપ્પી :

જ્યારથી મેં આ કલમ બોલવાનું શરૂ કર્યું છે ત્યારથી એવું તો નથી થયું કે કઠોર વાણી બોલવાનું બંધ જ થઈ ગયું હોય. પણ, એટલીસ્ટ જ્યારે પણ કઠોર વાણી બોલાય એના પછી એકવાર વિચાર આવે કે આ ઠીક નથી થઈ રહ્યું અને અફસોસ પણ થાય કે આવું બોલવા જેવું નહતું. વાત શાંતિથી પણ થઈ શકતી હતી.

રીધમ :

કલમ પાંચ બોલવાની ચાલુ કરી પછી જ્યારે કોઈની સાથે ખરાબ વાણી નીકળે તો તરત જ અંદરથી ચેતવણી આવે કે, “આ શું કરે છે? આવું ન બોલવું જોઈએ.” થોડું બોલાઈ ગયું હોય તેના માટે તરત પ્રતિક્રમણ થઈ જાય.

મોનાલી :

પહેલાં જ્યારે બાળકો સાથે ડીલીંગ કરવાનું આવતું તો ખૂબ જ ગુસ્સો થઈ જતો. “આ લોકો કંઈ સમજતા જ નથી.” એમ ચિડાઈ જવાતું! ગમે-તેમ બોલી પણ દેવાતું હતું. પણ, જ્યારથી કલમ પાંચ બોલવાનું ચાલુ કર્યું, ત્યારથી બાળકો પર ગુસ્સે થવાનું બંધ થઈ ગયું છે. એમની સાથે સારી રીતે અને શાંતિથી કામ લેવાય છે.

#કવિતા

નથી રહેતી ખબર શબ્દો કેવી રીતે બોલાય છે...
કે નથી ખ્યાલ વાણીથી કોણ કેટલું દગ્ગાય છે..?

જીભના ઘનુષથી અહીં વાણીના તીર મરાય છે...
હર વખતે વાણીથી કોઈ ને કોઈ નિર્દોષ ઘવાય છે....

કોઈ સબળો સામો થ્યો ને ત્યાં મનભેદ રહી ગયો..
નબળો બોલી ન શક્યો ને કાયમનો ખેદ રહી ગયો..

મેણા-ટોણા ને ક્યારેક ક્રોધ આ વાણીના કષાય છે..
તાંતો કોઈ મજબૂત રહી ગયો અંતે વેર બની જાય છે..

રોગ તો મારે એક ભવ પણ વાણીના ઘા સાથે જાય છે..
દિલથી પ્રતિક્રમણ કરો, કોઈનું હૃદય હજી દુભાય છે..

પ્રાર્થના કરો એટલી, વાણી કોમળ કોઈની લ્હાય ઠારે..
નહીંતર એટલું તો અવશ્ય હો, તલવાર જેમ ઘા ન મારે...

ને સામો જો બોલે વેણ કઠોર એવો હું પ્રતિકાર ન કરું...
જ્ઞાનીઓ કહી ગયા એટલું, એક ભવ તો દિલથી અનુસરુ...



દાદાના સુવાનો દ્વારા

Akram Challenge

Keep Calm and Pray On!!



In times of emotional or physical hardship, it's easy to feel helpless. Prayer is a wonderful thing as it can provide us and the world with comfort and hope that better times are just around the corner. As Pujyashree suggested, let's take some time to do the Jagat Kalyan Bhavna for the well being of all living beings in the universe. In order to help in a positive way, the GNC team has thought of this Akram Challenge.

The goal for the challenge is to:

1. Pick a language of your preference
2. Record yourself on selfie mode while singing Dada's "Jagat Kalyan Ni Bhavna"
3. Nominate *minimum 3* other *Mahatmas*. Tag and upload the video to your facebook, youtube, Instagram, etc.

Remember to use **#jagatkalayanbhavna** in the description.

Let's keep this positive chain of prayer going. TAG! You're it!

Watch Akram Challenge videos
By Searching **#jagatkalayanbhavna** on



Scan qr cod to
listen Jagat
Kalyan Ni
Bhavna song



Youth website link:

<https://youth.dadabhagwan.org/youth-in-action/akramchallenge/>

વર્ષ: ૭, અંક : ૧૨

સળંગ અંક : ૮૪

એપ્રિલ ૨૦૨૦

આપનું લવાજમ પુરું ક્યારે થાય છે, તે જાણવા આપને આવેલ અક્રમયુથના કવરના એડ્રેસ લેખલ પરના મેમ્બરશીપ નંબરના છેલ્લા છ અંક તપાસો.
દા.ત. YGFT555/08-2028 એટલે તમારું લવાજમ ઓગષ્ટ-૨૦૨૮માં પુરું થાય છે.

Date of Publication 22nd of every month

RNI No. GUJGUJ/2013/53113

Reg. No. G-GNR-310/ valid upto 31.12.2022

Licensed to Post without Pre-payment

No. PMG/HQ/104/2020-2022

valid upto 31.12.2022

Posted at Adalaj Post Office on

22nd of every month

Get Ready
to Win this
CONTEST

Exciting Prizes
to be won

The **9** of
power series 5

Today's Youth App

The Official App of Dada Bhagwan Youth Group

for visiting youth.dadabhagwan.org

for downloading Free PDF of **Akram Youth** magazine

for **Subscribing** to Akram Youth Magazine

to play **The Power of 9 QUIZ** and much more...



9 Akram Youth

9 Kalams

15 Questions For
Every Month

Send your suggestions and feedback at : akramyouth@dadabhagwan.org
Printed and Published by Dimple Mehta on behalf of Mahavideh Foundation-Owner.
Printed at : Amba Offset, B-99, GIDC, Sector-25, Gandhinagar – 382025.