

# અક્રમ ચુચ્ચા

માર્ચ ૨૦૨૦ ગુજરાતી

દાદા ભગવાન પરિવાર

₹ 20

કિંચિત્માત્ર પણ અભાવ,  
તિરસ્કાર ક્યારેય પણ ન કરાય



The power of  
9 series 4

The Augmented Reality Magazine



For details, visit page 24

# અનુકમણિકા

એક માત્ર સ્ટાર નથી

04

સામાજિક રીતે  
અસ્વીકાર્ય લોકો

અભાવ

06

અવળું બોલવાનું  
બંધ કરીએ

તિરસ્કાર

08

સ્પષ્ટીકરણ

તરણોડ

11

યુથનાં અનુભવો

સોચ્યુશન

12

#કવિતા

વાર્ષિક : ૭, અંક : ૧૧

સાલના અંક : ૮૩

માર્ચ ૨૦૨૦

## સંપર્ક સ્થળ :

જાનીની છાયામાં,  
નિર્માણ સંકુલ, સીમંધર સીટી,  
અમદાવાદ-કલોલ હાઇવે,  
મુ.પો. - અડાલજ  
જી.ગાંધીનગર-૩૮૨૪૨૧, ગુજરાત.  
કોન : (૦૭૯) ૩૬૮૩૦૧૦૦

email: akramyouth@dadabhagwan.org  
website: youth.dadabhagwan.org  
store.dadabhagwan.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

# અનુભૂતિ



View this page  
in AR App

પ્રિય વાચકો,

નવ કલમોની યથાર્થ સમજણ દ્વારા હૃમનમાંથી સુપર હૃમન બનવાની આપણી આ રોમાંગક ચાન્તાને આ મહિને છજુ આગળ વધાર્યીએ.

નાની-નાની બાબતોમાં થતો અણગમો કચારે મેટું રિપ લઈને અભાવ અને તેનાથી પણ આગળ વધી તિરસ્કારમાં પરિણામે છે તેની આપણાને ખબર પડતી નથી. પણ આ અભાવ કે તિરસ્કાર જે થઈ જાય છે તેના પરિણામ ખૂબ જ દુઃખદાયી હોય છે. મિત્રો, એવું કહેવાય છે કે કોઈ ચીજ-વસ્તુનો પણ જો અભાવ કે તિરસ્કાર કરીએ તો તે આપણાને ફરી કચારેય ભેગી ન થાય એવા અંતરાય પડે. તો જુવતી વ્યક્તિઓ પ્રત્યે અભાવ કે તિરસ્કાર કરીએ તો તેનું ફળ તો વધારે જોખમી હોવું જ ઘટે.

તિરસ્કારના શ્રદ્ધા મોટા જોખમો વિશે પરમ પૂજ્ય દાદા ભગવાન કણે છે કે જેનો તિરસ્કાર કરશો તેનો ભય લાગશે. આ તિરસ્કારથી કોઈ દહાડોય છુટાય નહીં. એમાં તો નર્યા વેર બંદાય. તિરસ્કાર અને નિંદા જ્યાં હશે ત્યાં લક્ષ્મી નહીં રહે.

અનુભૂતિ યુથના આ અંકમાં ચાલો વિગતવાર સમજણ મેળવીએ આપણી ચોથી કલમ વિશે અને દાદા પાસે શક્તિ માંગીએ અભાવ / તિરસ્કારથી દુર રહેવા કાજે.

- ડિઝિલ મહેતા

# એક માત્ર સ્ટાર નથી



**અ**જે ઉનાળાની શિબિરનો પ્રથમ દિવસ છે. જેમાં ભાગ લેવા આયુષ અને બીજા દાણાં ચુવાનો અડાલજ આવ્યા છે. કેટલાક ચુવકો ચાંગીરીઝે



ઉત્તર પ્રદેશમાં સ્થિત લખનાઉનો રહેવાસી રાહુલ, ખૂબ જ પ્રતિભાશાળી અને સ્માર્ટ ચુવકુ છે, જેને નવા સ્થળોની મુલાકાત લેવાનું અને નવા મિશ્રો બનાવવાનું પસંદ છે. નાનપણથી જ તેની દેશ માટે કંઈક કરવાની ઈચ્છાએ તેને દેશની કાનુની વ્યવસ્થામાં રસ લેવા પ્રોત્સાહિત કર્યો અને એમાં જ કારકિર્દી ઘડવા તેણે ભારતની શ્રેષ્ઠ લો-કૉલેજોમાં ની એક બેંગલોરની કૉલેજમાં પ્રવેશ મેળવીને પોતાના સ્વખનને સાકાર કરવા આગળ વધી રહ્યો છે.

પ્રથમ માસમાં જ રાહુલની બુદ્ધિ અને હોશિયારીની વાતો કૉલેજમાં પ્રસરવા લાગે છે. પ્રાધ્યાપકો રાહુલની નિષ્ઠા અને સતર્કતા માટે તેની પ્રશંસા કરવા લાગ્યા છે. જેમ-જેમ બધાં તેની નિકટ આવતા જાય છે તેમ-તેમ તેના રમ્ભુજી સ્વભાવને લીધે તે તેના કલાસમાં સહુનો પ્રિય બની ગયો છે. વળી તે રમવામાં પણ એટલો ઉત્સાહી છે અને આ બધાને કારણે તે કોઈ સ્ટાર કરતાં ઓછો નથી રહ્યો.

પરંતુ રાહુલને ખબર નથી કે એક બીજો સ્ટાર પણ ચ્યામ્પકવાની તૈયારી કરી રહ્યો છે.

સૂરજ થોડા સમય પહેલાં જ તેના પરિવાર સાથે મુંબઈથી બેંગલોર આવીને વસ્યો છે. તેજસ્વી અને હોશિયાર એવા સૂરજ માટે સેમેસ્ટરની અધિવર્ષે આ કૉલેજમાં પ્રવેશ મેળવવો સરળ બન્યો છે. જ્યાં બધાં પોતાના મિશ્ર-વર્તુળમાં હસી-મજાક કરી રહ્યા છે એવામાં એકલા એવા સૂરજ ઉપર પ્રોફેસર

સેલ્કી કિલિક કરવામાં વ્યાસ્ત છે તો કેટલાક ચુવકો મિશ્રોની સાથે વાતો કરવામાં મસ્ત છે. પણ અંદરખાને દરેક વ્યક્તિને એક પ્રશ્ન મુંજવી રહ્યો છે કે, ‘આ વખતે શિબિરનો વિષય શું હશે?’

દસના ટકોરે એક આપ્તપુત્રભાઈ સ્ટેજ પર આવીને ચુવાનોનું અભિવાદન કરે છે અને કહે છે, “જ્ય સચ્ચિદાનંદ. આ વખતે શિબિરનો વિષય શું હશે તે જાણવા માટે તમે જેટલા આતુર છો, પણ આને વધુ રસપ્રદ બનાવવા માટે આપણે એક મૂવી કલીપ જોઈશું, જેની સાથે અહીંં બેઠેલા દરેક પોતાની જાતને સાંકળી શકશે. અને થોડા-થોડા સમયે આપણે મૂવીમાં દર્શાવાતી પરિસ્થિતિઓ પર ચર્ચાપણ કરીશું.

મૂવીમાં વાતરી રાહુલ નામના એક છોકરાની છે, જેણે હમણાં જ તેના કૉલેજ જીવનમાં પ્રવેશ કર્યો છે. ચાલો, તો આપણે જોઈએ કે આગામ શું થાય છે...



View this page  
in AR App



અભિનની નજર પડે છે. પ્રો. અભિન બેંગલોરની આ કોલેજમાં શાંત અને સૌભાગ્ય સ્વભાવ ધરાવતી વ્યક્તિ છે, જે નાનપણથી જ આધ્યાત્મિકતા અને વ્યક્તિની પ્રકૃતિના નિરીક્ષણ તરફ વલણ ધરાવે છે. તેમણે દાદા ભગવાનના અને બીજા જ્ઞાની પુરુષોના પુસ્તકોનો પણ ઊંડાણથી અભ્યાસ કરેલો છે. તેઓ સૂરજ પાસે જઈને તેની સાથે વાતચીત કરીને તેનો પચ્ચિયય મેળવે છે.

પ્રોફેસર અભિન રાહુલની સૂરજ સાથે ઓળખાણ કરાવે છે અને એને મદદ કરવા કહે છે. રાહુલ ખૂબ ઉમળકાભેર સૂરજને પોતાના ગુપમાં આવકાએ છે. અને તેને કોલેજમાં સેટ થવામાં મદદ કરે છે. એક સાથે પરીક્ષા માટે ભણવાથી લઈને વીકઅન્ડમાં ફરવા જવામાં, તેઓ એકબીજાની સંગતનો ખૂબ આનંદ લે છે. થોડા સમયમાં જ સૂરજ અને રાહુલ બેસ્ટ ફ્રેન્ડ બની ગયા છે.

સૂરજ હવે રાહુલના બધા મિત્રો સાથે જવા લાગ્યો છે. રમ્ભુજ અને સરળ સ્વભાવના સૂરજને દરેક વ્યક્તિ પસંદ કરવા લાગી છે. વળી ભણવાની સાથે રમતમાં પણ ચેમ્પિયન એવો સૂરજ પ્રોફેસરોનો માનીતો થઈ ગયો છે.

## આ બધાથી કચાંક રાહુલના મન પર અસર શરૂ થઈ ગઈ છે

કારણ કે લોકોનું દ્વારા જે રાહુલ પર જ રહેતું, તે હવે વહેંચાઈ ગયું છે. રાહુલને ખ્યાલ આવી ગયો કે હવે તેના કેમ્પસનો પોતે એક માત્ર સ્ટાર નથી અને એક સમયે પોતાનું જે મહત્વ હતું તે ધીરે ધીરે ઓછું થવા લાગ્યું છે. આ કારણે રાહુલને સૂરજ પ્રત્યે આણગમો થવા લાગ્યો છે.

# ગાન્ધી

કિલિપ થોભાવતા, આપ્તપુત્રભાઈ નીચે આપેલ ચિત્રને સ્ક્રીન પર મૂકે છે:

**અર્થ:** કોઈ વ્યક્તિ પ્રત્યે ન ગમતાની સહેજ સંવેદના, જે તે ચોક્કસ વ્યક્તિ વિશે અગાઉ રાખેલા અભિપ્રાયોને કારણે ઊભરાય છે તેને અભાવ કહેવામાં આવે છે.

## ઉદાહરણો

જ્યારે આપણે કોઈ રેસ્ટોરન્ટમાં જમતાં હોઈએ અને કોઈ આપણાને અથવા આપણા ભોજનને ધારીદારીને જોયા કરે, ત્યારે આપણે તેના તરફ અભાવ અનુભવીએ છીએ.	જ્યારે આપણે કોઈ ટ્રેનમાં મુસાફરી કરતા હોઈએ અને સાથેના મુસાફરો ખૂબ જ અવાજ કરતા હોય, ત્યારે આપણે તેમના તરફ અભાવ અનુભવીએ છીએ.	ધણીવાર બીજાઓના પહેરવેશની રીતને લીધે આપણે અભાવ અનુભવીએ છીએ. ઉદાહરણ તરીકે, જો કોઈએ અતિશય ફેશનેબલ કે ટૂંકા વસ્ત્રો પહેર્યા હોય અથવા બહુ જૂની ફેશનના કપડાં પહેર્યા હોય તો એ જોઈને ધણીવાર આપણાને અભાવ થાય છે.	જો આપણાને જાણ થાય કે આ વ્યક્તિનું જીવનમાં કોઈ ઘેય નથી અથવા સાવ ઠેકાણા વગરની છે, તો આપણે તેના તરફ અભાવ અનુભવીએ છીએ.
--	--	--	--

ત્યારબાદ આપ્તપુત્રભાઈ પૂછે છે, “શું ચિત્રમાં દર્શાવેલ પરિસ્થિતિઓ સાથે તમે તમારી જાતને સાંકળી શકો છો? શું તમે બધાએ આવો કોઈ અનુભવ કર્યો છે? ” ત્યાં જ આચુષ બોલ્યો, “હા, આવું તો ધણીવાર બન્યું છે. પણ મને કચારેય ખ્યાલ જ ન હતો કે આને ‘અભાવ’ કહેવાય છે. મને ખાતરી છે કે મારી જેમ આ બધાએ પણ આવો અનુભવ કર્યો જ હશે.” આપ્તપુત્રભાઈ કહું છે, “ચાલો, જોઈએ હવે શું થાય છે...”



View this page  
in AR App



પરીક્ષા નજુક આવી રહી છે અને આ કોલેજ શ્રેષ્ઠ કોલેજોમાંની એક હોવાથી, વિદ્યાર્થીઓ વરચે ગળાકાપ સ્પર્ધાની તૈયારીઓ શરૂ થઈ ગઈ છે. જો કે રાહુલને પોતે આ વખતે પરીક્ષામાં ટોપ કરશે અને સૂરજ કોલેજમાં મોડો દાખલ થયો હોવાથી ટોપ ૧૦માં પણ નહિં આવી શકે એની ખાતરી છે.

જેત જોતામાં સમય પસાર થતો ગયો અને પરીક્ષાઓ પૂરી થઈ. આજે ચિંગલનો દિવસ છે. રાહુલ બીજા બધા વિદ્યાર્થીઓ સાથે ચિંગલ તપાસવા માટે નોટિસ બોર્ડ તરફ ઢોડી જાય છે. ‘પણ આ શું!’ - પહેલા નંબર પર પોતાના નામને બદલે સૂરજનું નામ જોતાં જ તેને જોરદાર આંચકો લાગે છે. માત્ર ૧ માર્કથી સૂરજ, રાહુલ કરતાં આગળ નીકળી ગયો છે.

કેન્ટીનમાં બર્ગર ખાતાં-ખાતાં રાહુલને સમજાતું નથી કે કયારના બધાં તેની સામે લોઈને હસી કેમ રહ્યા છે? ‘કદાચ મારા મોટા પર કેચ-અપ લાગી ગયો હશે.’ એમ વિચારીને તેણે બે-ગ્રાન્ડ વખત રિમાલથી પોતાનું મોં લૂધ્યું ત્યાં જ સૂરજ અને બીજા મિત્રો તેની પાસે આવીને હસે છે.

રાહુલને તેની પાછળનું કારણ સમજાતું નથી. પહેલાં તો તે પણ તેઓની સાથે હસવાનું શરૂ કરે છે પણ એક હદ પછી તે તેઓની અવગાણના કરીને પોતાના હાથ ધોવા વોશ-બેસિન તરફ જાય છે, ત્યાં જ તેને અરીસામાં તેના શર્ટ પાછળ કંઈક કાગળ જેવું ચોંટેલું દેખાય છે. તે કાગળ કાઢીને જુએ છે તો એની ઉપર ‘આઈ એમ સ્ટુપીડ’ એવું લખેલું છે. રાહુલ આ જોઈને કોઇમાં સળગી રહ્યો છે ત્યાં જ સૂરજ અને અન્ય મિત્રો પોતે કરેલી ટીખળ સફળ થઈ એના ગર્વ સાથે રાહુલ પર હસી રહ્યા છે.

પછી સૂરજે રાહુલને કહ્યું, “ઓહ, રાહુલ, આ ખાલી એક ટીખળ હતી, યાર.. તેને હળવાશથી લે..”

‘પોતાને મૂર્ખ બનાવવામાં આવ્યો છે’ એ હકીકત રાહુલને ખટકી રહી છે અને વળી આ બદ્યું ખાનિંગ સૂરજનું હતું.

જોકે સૂરજે રાહુલને નુકસાન પહોંચાડવા કે અહુંકાર દુભાવવાના હેતુથી કંઈ નથી કર્યું. તેમ છતાં પણ આ બધી ઘટનાઓથી અભાણતાં જ રાહુલનો સૂરજ પ્રત્યેનો અણગમો એ હદે વધી ગયો છે કે એના પ્રત્યે તિરસ્કાર ભાવથી બદલો લેવાની તક શોધવા લાગ્યો છે.

# તિરસ્કાર

આપ્તપુત્રભાઈએ કિલેપ થોભાવ્યા પછી, બધાએ સાથે મળીને કિલેપમાં શું થયું અને કેમ થયું તેની ચર્ચા કરી. જેના આધારે તેઓ જે કંઇ શીખ્યા તેનો સારાંશ આપવાનો છે. ચુવાનો ‘તિરસ્કાર’ પર પોતાનો સારાંશ નીચેની રીતે રજૂ કરે છે.

અર્થ	કારણો	પરિણામો
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ઘણા સમયથી અભાવ-અણગમો દબાવી રાખવાથી લોકોને ટોણો મરાઈ જાય, સામેવાળાને દુઃખ અપાઈ જાય છે.</li> <li>- તિરસ્કારની તીવ્રતા અભાવ કરતાં વધારે હોય છે.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- જો કોઈ વ્યક્તિને નાપસંદ કરે છે, તો સતત તે વ્યક્તિના દોષો જોતો રહેશે જે તેની બદનામી તરફ દોરી જશે.</li> <li>- જો કોઈ વ્યક્તિ પોતાની આસપાસના લોકોએ શું કરવું જોઈએ તે અંગે અપેક્ષાઓ વધારે રાખતી હોય, અને જો તે ની અપેક્ષાઓ પ્રમાણો વસ્તુઓ નથી થતી, તો તેમના માટે વધારે તિરસ્કાર થાય છે.</li> </ul>	<p><b>તિરસ્કારથી થતાં નુકસાન :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- વેર બંધાય.</li> <li>- ભય લાગે.</li> <li>- સહનશીલતા નબળી પડે.</li> <li>- ગુંચવાડા વધે.</li> <li>- લોકો નિંદા કરે.</li> </ul>

**એટલે કોઈનો તિરસ્કાર ન કરવો જોઈએ.**





View this page  
in AR App



કોલેજમાંથી નજુકના હિલ સ્ટેશનના બે-દિવસીય પ્રવાસમાં આમ તો રાહુલને જવાનું મન ન હતું, પણ જ્યારે એને ખબર પડી છે કે સૂરજ પ્રવાસમાં નથી આવવાનો એટલે પોતાના મિત્રો સામે પોતાનો વટ પાછો મેળવવા માટેની આ સારી તક છે એમ વિચારીને રાહુલ પ્રવાસમાં જવાનું નક્કી કરે છે.

પ્રવાસના દિવસે બધાં બસમાં સેલ્ફી લેતા હોય છે ત્યાં જ રાહુલ સૂરજને બસ તરફ આવતા જુઓ છે અને તેનો ઉત્સાહ આથમી જાય છે. જોકે સૂરજને જોઈને બીજા બધા ખુશ થઈ તેને સેલ્ફી માટે બોલાવે છે. મજાક-મર્સ્ટી કરતા, ગીતો ગાતા અને ગેમ્સ રમતા બધાં પ્રવાસને માણી રહ્યા છે, પણ સૂરજનું દ્વાન તો રાહુલના પોતાના માટે બદલાયેલા વર્તન અને અભિગમ તરફ જ છે. આખા પ્રવાસમાં રાહુલ સૂરજ સાથે વાત નથી કરતો અને તેની અવગાણના કરે છે.

પ્રવાસના અંતે, સૂરજની દીરજ ખૂટી જતાં તે રાહુલનો સામનો કરવાનું નક્કી કરે છે. સૂરજ કહે છે, “રાહુલ યાર, આપણી વચ્ચે કંઈ તકલીફ છે? બધું બરાબર છે ને?” જેના પર રાહુલ રાડારાડ કરતાં કહે છે, “જો સૂરજ, હું તારી સાથેના સંબંધો કાપી ચૂક્યો છું.. હું ક્યારેય તારો ચહેરો જોવા નથી માગતો. તું તારી જાતને શું સમજે છે? તેં ક્યારેય વિચાર્યું છે તું કેટલો મતલબી છે? તેં મારો ઉપયોગ કર્યો છે.” રાહુલના શાંદોની નકારાત્મકતાથી સૂરજ ગભરાઈ ગયો. તેણે રાહુલને સમજાવવાનો પ્રયત્ન કરતાં કહ્યું, “રાહુલ, તું પ્લીઝ એક વાર મારી વાત તો સાંભળ? કંઈક મોટી ગેરસમજ થઈ રહી છે.” પણ કોઈ ભરાયેલો રાહુલ સૂરજના વિશે ખરાબ બોલવાનું શરૂ કરે છે. તે કહે છે, “સૂરજ, તેં ક્યારેય જોયું છે કે તું કેટલો બિચારો છે? તારો દેખાવ એકદમ દયાજનક છે. મને ક્યારેય તારી બાજુમાં ઊભા રહેવું પણ ગમતું નથી. વળી, દરેકે એ બાળવું જોઈએ કે તારા બાપને કયા સંઝોગોમાં શાહેર બદલવાનું થયું ..?”

આ ભયંકર અપમાનથી સૂરજ પણ પોતાનો કાબૂ ગુમાવી બેઠો. રાહુલની નિંદા કરતાં સૂરજે કહ્યું, “હું હંમેશાં વિચારતો હતો કે આપણે શ્રેષ્ઠ મિત્રો છીએ, પરંતુ જો તને મારાથી આટલી બધી નફરત છે તો આપણી મિત્રતા ચાલુ રાખવાનો કોઈ અર્થ નથી.” આમ, ઈર્ઘાથી આગળ વધેલા અભાવમાં ગેરસમજ ભજ્યા પછી તિરસ્કાર અને તરછોડમાં પરિણમી.

અને આ સાથે રાહુલ અને સૂરજની મિત્રતાનો અંત થયો!

**કિલપને ફરીથી વિરામ આપતાં, આપ્તપુત્રભાઈ કહે છે,  
“તરછોડ વિષે દાદાશ્રી શું કહે છે એ આપણે વાંચીએ. ”**

# તરછોડ



તરછોડ, કેટલી જોખમી ?

**પ્રશ્નકર્તા:** તિરસ્કાર અને તરછોડ એ બેમાં ફેર શું છે ?

**દાદાશ્રી :** તિરસ્કાર તો વખતે ખબર નાય પડે. તિરસ્કાર બિલકુલ ‘માઇલ’ વસ્તુ છે, પણ તરછોડ તો બહુ ઉગ્ર સ્વરૂપની છે, તરત લોહી નીકળે. આ દેહનું લોહી ના નીકળે, મનનું લોહી નીકળે.

**પ્રશ્નકર્તા:** તિરસ્કાર અને તરછોડનાં ફળ કેવાં ?

**દાદાશ્રી :** તિરસ્કારનું ફળ એટલું બધું ના આવે, પણ તરછોડનું બહુ મોટું આવે. તરછોડ તમામ પ્રકારના અંતરાય પાડે. એટલે વસ્તુઓ આપણાને પ્રાપ્ત ના થવા હે, હેરાન-હેરાન કરી મૂકે. તરછોડ શું ના કરે ? તરછોડથી તો બધું જગત ભું રહ્યું છે. એટલે અમે એક જ વસ્તુ કહીએ છીએ કે વેર છોડો, તરછોડ ના વાગે એવું ચાલો.

તરછોડ માટે અમારું ચિત્ત બહુ જાગૃત હોય. મોડી રાત્રે રસ્તા પરથી જવાનું બને ત્યારે અમે જાગૃત હોઈએ કે જેથી અમારા બૂટના અવાજથી ઝૂતચું ના જાગી જાય. એની મહીંયે આત્મા છે ને ? કોઈ અમને પ્રેમથી ‘પોઇઝન’ આપે તોય અમે તેને તરછોડ ના મારીએ !

વીતરાગ માર્ગમાં તો કોઈનોય વિરોધ કે તરછોડ ના હોય. ચોર, ડાકુ, બદમાશો કોઈનાય વિરાધક વીતરાગ ના હોય. એમને ‘તું ખોટો દંધો લઈ ને બેઠો છે’ એમ કહે તો પેલાને તરછોડ વાગશે અને તરછોડ વાગે ત્યાં ભગવાનને ના જોઈ શકે. ભગવાન તો એટલું કહે છે કે, એનેય તું તત્પરદ્વારાથી જો. અવસ્થા દ્વારાથી જોઈશ તો તારું જ બગડવાનું છે. આપણે કાદવમાં ઢેખાળો નાખીએ તો ? કાદવનું શું બગડવાનું છે ? કાદવ તો બગડેલો જ છે, છાંટા આપણાને ડે. એટલે વીતરાગો તો બહુ ડાઢા હતા, જુવ માત્ર જોડે તરછોડ ના વાગે તેમ નીકળી જતા હતા.

તરછોડ બધાય દરવાજા બંધ કરી હે. જેને આપણે તરછોડ મારીએ તે કાયમ દરવાજો ઉદાડે જ નહીં.

**પ્રશ્નકર્તા:** તિરસ્કાર અને તરછોડ છે તે જુવનવ્યવહારમાં પળે પળે અનુભવમાં આવે છે.

**દાદાશ્રી :** હા, દરેકને આ જ થઈ રહ્યું છેને ? જગતમાં દુઃખ જ એનાં છે. અવળવાણી એવી તે નીકળે, ‘દુકાળ પડો’ એમ બોલે !

**પ્રશ્નકર્તા :** અવળવાણીના તો અત્યારે રાજા હોય છે.

**દાદાશ્રી :** અમને પાછલા અવતારોનું મહીં દેખાય છે ત્યારે અજાયબી લાગે છે કે ઓહોછો ! તરછોડનું કેટલું બધું નુકસાન છે ! તેથી મજૂરોનેય તરછોડ ના વાગે એ રીતે વર્તીએ. છેવટે સાપ થઈનેય કેડે, તરછોડ બદલો લીધા વગર રહે નહીં.

બહારના ધા તો ઝાય જાય, પણ વાણીના ધા તો આખી જિંદગી ના ઝાય. અરે, કેટલાક ધા તો સો-સો અવતાર સુધી ઝાતા નથી !

### તરછોડનો ઉપાય શો ?

**પ્રશ્નકર્તા :** શું ઉપાય કરવો કે જેથી તરછોડનાં પરિણામ ભોગવવાનો વારો ના આવે ?

**દાદાશ્રી :** એના માટે બીજો કોઈ ઉપાય નથી, એક પ્રતિક્રમણ કર કર કરવાં. જ્યાં સુધી સામાનું મન પાછું ના ફરે ત્યાં સુધી કરવાં. અને પ્રત્યક્ષ ભેગા થાય તો ફરી પાછું મીહું બોલીને ક્ષમા માગવી કે, ‘ભઈ મારી તો બહુ ભૂલ થઈ, હું તો મૂરખ છું, અક્કલ વગરનો છું.’ એટલે સામાવાળાના ધા ઝાતા જાય. આપણે આપણી જાતને વગોવીએ એટલે સામાને સારું લાગે, ત્યારે એના ધા ઝાય.

સંસારમાં સુખી થવાની ઈરદ્ધા હોય તો કોઈને તરછોડ ના મારશો. તરછોડ કોને મારો છો ? ભગવાનને જ. કારણ કે દરેકની મહીં ભગવાન બેઠેલા છે. માણસને ગાળ નથી પહોંચતી, ભગવાનને પહોંચે છે. સંસારના બધાં પરિણામ એ ભગવાન સ્વીકારે છે. માટે એ પરિણામ એવાં કરજો કે ભગવાન સ્વીકારે તો ત્યાં આપણું ખરાબ ના દેખાય, એક જીવને પણ તરછોડ મારીને કોઈ મોક્ષે જઈ શકે નહીં.

આપ્તપુત્રભાઈ વાતનો સાર સમજાવતાં કહે છે, “હવે તમે બધા તરછોડના વિનાશક પરિણામોથી વાકેફ છો. જો આભાવ અને તિરસ્કાર સમયસર ધોવાતા નથી, તો તેઓ તરછોડ તરફ દોરી જાય છે. તેથી, અભાવ અને તિરસ્કારને કેવી રીતે ધોવા તે આપણે આગળ જાણીશું.”

# સોલ્યુશન



View this page  
in AR App



એક અઠવાડિયા પછી, પ્રોફેસર અભિન તેમના લેક્ચર પછી રાહુલ અને સૂરજ બંનેને કોલેજ ઈવેન્ટ અંગે ચર્ચા કરવા બોલાવે છે. તે બંને ચર્ચામાં ભાગ લે છે અને પોતાના ઈનપુટ્સ પણ આપે છે પરંતુ બંને વચ્ચેનો અણબનાવ સ્પષ્ટપણે દેખાય છે. આખી ચર્ચા પછી, પ્રોફેસર અભિન રાહુલને ઊભો રહેવા કહે છે અને તેને કહે છે કે તેઓ હિલ સ્ટેશનની ઘટના વિશે જાણે છે. અને પછી તેને આત્મનિરીક્ષણ કરવાની સલાહ આપે છે. તેમને લાગે છે કે આ નકારાત્મકતા તેના જીવન અને અભ્યાસને અસર કરી રહી છે. રાહુલ તરત જ તેમની વાતનું ખંડન કરીને ત્યાંથી નીકળી જાય છે, પણ એકાંતમાં જ્યારે તે પ્રોફેસર અભિને કહેલી વાતો ઉપર વિચાર કરે છે ત્યારે તેને ખ્યાલ આવે છે કે તેણે જ વહોરેલી પીડાએ તેના પર ખરેખર ધણી અસર કરી છે અને તેનો અભ્યાસ તેનો મોટો ભોગ બન્યો છે. તે વિચારે છે કે “સર સાચું જ કહે છે. જ્યારે પણ મેં ભણવાનો પ્રયત્ન કર્યો કે લેક્ચર્સમાં ભાગ લીધો ત્યારે મારા મનમાં સૂરજ વિષે વિચાર આવી જ જતાં. આમ મેં હંમેશાં સૂરજ કરતાં સારા બનવા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કર્યું છે. માત્ર મારા અભ્યાસ પર જ નહીં પરંતુ મારા વલણ પર પણ આની ધણી અવળી અસર પડી છે.”

બીજા દિવસે, તે પ્રોફેસર અભિન પાસે પહોંચે છે અને કબૂલ કરે છે કે તેમણે તે બરાબર કહ્યું છતું અને પોતે અંદરથી વ્યથિત હોવાથી તેમની સામે ભાંગી પડે છે. પ્રો.અભિન રાહુલને દિલાસો આપીને અભાવ, તિરસ્કાર અને તરછોડ વિશે સમજાવે છે. તે વધુમાં કહે છે, “રાહુલ, તેં થોડા દિવસો પહેલા જે વર્તન કર્યું તે તરછોડ હતી. તને શું લાગે છે કે આ બધાની શરૂઆત શું છે?” આ વિશે વિચાર કર્યા પછી, રાહુલ કહે છે, “મને લાગે છે કે તે તમે જેને અભાવ કહો છો ત્યાંથી જ શરૂ થયું છે. તેની શરૂઆત સૂરજની લોકપ્રિયતા અને વ્યક્તિત્વના પ્રભાવ પ્રત્યે મારા આણગમાથી થઈ.” પ્રોફેસર અભિન હસીને કહે છે, “તેં ખરેખર મુશ્કેલીનું મૂળ શોધી કાઢ્યું છે. હવે, તને નથી લાગતું કે તે સમયે આણગમો દૂર કરવો સૌથી સહેલું હતું?” રાહુલે કહ્યું, “હું તમારી વાત સાથે સંમત છું. પરંતુ હું અત્યારે એવી સ્થિતિમાં

પહોંચી ગયો છું કે જ્યાંથી મને પાછા કેવી રીતે જવું તે જ નથી સમજાતું.”” પ્રોફેસર અભિન કહે છે, “ચાલ, હું તને એક ઉદાહરણ આપું. કેટલાક કારણોસર, જો કોઈ વ્યવસાયમાં ખોટ જવા લાગે, તો તને શું લાગે છે કે હોશિયાર ઉદ્યોગપતિ કોણ છે: એ વ્યક્તિ કે જે ‘ખોટ ગઈ.. ખોટ ગઈ’ ના રોદણા રોઈને હતાશ થઈને બેસી રહે કે એ વ્યક્તિ કે જે ખોટ કેમ ગઈ એના મૂળ સુધી જઈને એ કારણને મૂળમાંથી જ કાપી નાખે?”

રાહુલે જવાબ આપ્યો, “સ્વાભાવિક રીતે બીજો ઉદ્યોગપતિ કે જે કારણ શોધીને એનો ઉપાય કરે છે.”

પ્રો.અભિન સસ્પિન કહે છે, “ભૂલ થઈ ગઈ છે એવું રોવાને બદલે, તને આનંદ થવો જોઈએ કે તે ભૂલ સ્વીકારી લીધી છે અને હવે તેને ભૂસી નાખવાની તને તક મળી છે. અને, હવેથી, હું આશા રાખું છું કે જ્યારે પણ તને આવી કોઈ પણ પરિસ્થિતિનો સામનો કરવો પડે, ત્યારે તું ‘ભિભો રહીશ, રોકાઈશ અને વિચારીશ’ અને અભાવ થતા જ એને અટકાવવાનો યોગ્ય નિર્ણય લઈશ.”

મૂવી કિલિપ દરેક દર્શકની આંખ ખોલી નાખે છે. તેઓને કયારેય સમજાયું ન હતું કે કોઈ પણ વ્યક્તિ પ્રત્યે આવી નકારાત્મકતાની થોડીક માત્રા આવા સખત પરિણામો તરફ દોરી શકે છે.

આચુષ વિચારે છે, ‘મારી આસપાસના ઘણા લોકો વિશે મને નકારાત્મક વિચારો આવ્યા છે, એમાં મારા માતાપિતા, ભિંડો, શિક્ષકો અને પડોશીઓ પણ આવી ગયા.’ ત્યાં જ આપ્તપુત્રભાઈએ માઈકમાં જાહેરાત કરી, “તો ચાલો, બધા હવે એક પ્રવૃત્તિ કરીએ. આપણે બધા હવે પાંચ મિનિટ માટે આંખો બંધ કરીને આપણા ઈનિક જીવનમાં અભાવ અને તિરસ્કારની કઈ કઈ ઘટનાઓ બની છે તે જોઈશું અને આત્મનિરીક્ષણ કરીશું.” છોકરાઓ, પાંચ મિનિટના આત્મનિરીક્ષણ પછી આંચકો ખાઈ ગયા કારણ કે તેઓને આવી ઘણી ઘટનાઓ ચાદ આવી. તેઓને ખ્યાલ આવ્યો કે આવી ઘણી બધી બીજી ઘટનાઓ છે જે તેઓ આ પાંચ મિનિટમાં ચાદ કરી શક્યા નથી.

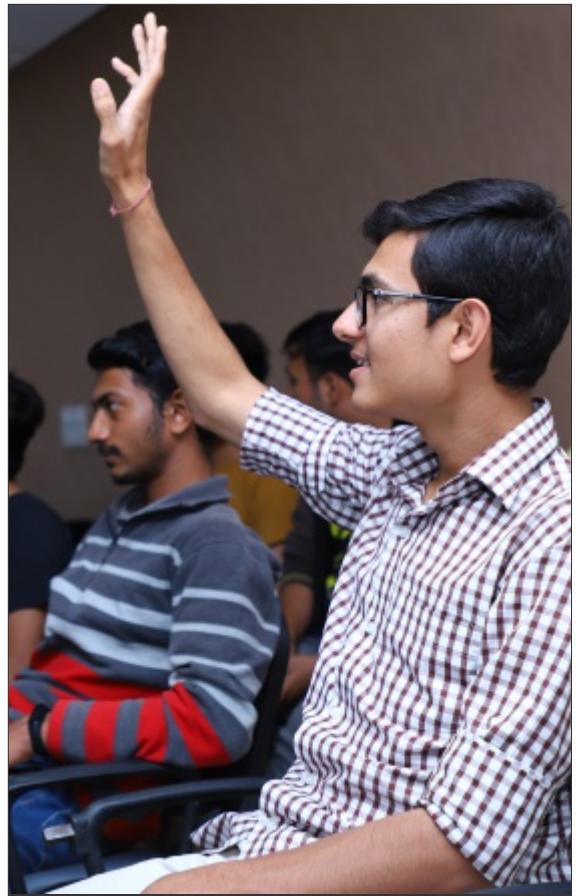
**અભાવ અટકાવવો કેમ અગત્યનું છે તે તેમને સ્પષ્ટ સમજાઈ ગયું.**



# સામાજિક રીતે અસ્વીકાર્ય લોકો

આચુષને હવે ખાતરી થઈ ગઈ છે કે જેના માટે અભાવ થયો હોય તેને અલગ દ્રષ્ટિકોણથી જોવાની જરૂર છે. પરંતુ તેના મનમાં એક સવાલ ઊભો થતાં તે આપ્તપુત્રભાઈને પૂછે છે, “જે લોકોને સમાજ ખરેખર ખરાબ માને છે તેમનું શું? ચોર, ડાકુ, બળાટ્કારી, નિંદા કરનારા વગેરે - આવા લોકો માટે ગુસ્સો કે કોઈ થઈ જ જાય છે, તેઓ બધાની નજરમાંથી ઊતરી જાય છે. તેમના પ્રત્યે આણગમો અને તિરસ્કાર થાય તે સ્વાભાવિક લાગે છે. આવા લોકો પ્રત્યે આપણો અભિગમ કેવો હોવો જોઈએ?”

આપ્તપુત્રભાઈ સમજાવે છે, “આચુષ, દાદાના કહેવા પ્રમાણે આપણે હુંમેશાં ચાદ રાખવું જોઈએ - વ્યક્તિએ ક્યારેય કોઈનો વિરોધ ન કરવો જોઈએ, પછી ભલે તે ચોર, ડાકુ, બદમાશ હોય અથવા અન્ય કોઈ હોય. કાદવમાં પથ્થર ફેંકશો તો? કાદવનું શું બગડવાનું છે? કાદવ તો બગડેલો જ છે, પણ છાંટા આપણને ઊડે. એટલે વીતરાગો તો બહુ ડાઢા હતા, જીવ માં જોડે તરછોડ ન વાગે તેમ વ્યવહાર કરીને નીકળી જતા હતા. તરછોડ બધા દરવાજા બંધ કરે છે. આપણે જે વ્યક્તિને તરછોડથી કાઠીશું, તે ફરીથી આપણા માટે દરવાજો ખોલશે નહીં.”



વ્યક્તિએ ક્યારેય કોઈનો વિરોધ ન કરવો જોઈએ, પછી ભલે તે ચોર, ડાકુ, બદમાશ હોય અથવા અન્ય કોઈ હોય. કાદવમાં પથ્થર ફેંકશો તો? કાદવનું શું બગડવાનું છે? કાદવ તો બગડેલો જ છે, પણ છાંટા આપણને ઊડે.



આ સાંભળીને આચુષના મગજમાં બીજો પ્રશ્ન ઊભો થાય છે. તે આપ્તપુત્રભાઈને પૂછે છે, “પણ આપણી સામાજિક જવાબદારીનું શું? ઉદાહરણ તરીકે, જો આપણું પાકિટ ચોરાઈ જાય તો શું આપણે ફરિયાદ નોંધાવવી જોઈએ? જો આવું ખોટું થઈ રહ્યું હોય તો શું આપણે આજુબાજુના લોકોને આ વાત કરવી જોઈએ?”

આપ્તપુત્રભાઈ જવાબ આપે છે, “હા, જો આપણું પાકિટ ચોરાઈ જાય તો આપણે ચોક્કસપણે ફરિયાદ નોંધાવવી જોઈએ. તે આપણી સામાજિક જવાબદારી છે અને એ પૂરી કરવી જ જોઈએ. પરંતુ, ક્યારેય ચોરને દોષિત ન જોવો જોઈએ. ચોર પ્રત્યે પણ સમતા રાખવી જોઈએ. જ્યાં સુધી ગેરર્ચીતિ વિશે બોલવાની વાત છે ત્યાં સુધી આપણે લોકો વચ્ચે નિંદા કરવાનું ટાળવું જોઈએ કારણ કે તેનાથી અન્ય લોકોમાં ચોરો પ્રત્યે તિરસ્કાર પેદા થશે. આડકતરી રીતે આપણાને અસર કરશે કારણ કે આપણા થકી અન્ય લોકોને ચોરો પ્રત્યે અભાવ કે નફરત કરવા પ્રોત્સાહન અપાશે. આ એક ધોર

**જો આપણું પાકિટ ચોરાઈ જાય તો  
આપણે ચોક્કસપણે ફરિયાદ  
નોંધાવવી જોઈએ. તે આપણી  
સામાજિક જવાબદારી છે અને એ  
પૂરી કરવી જ જોઈએ. પરંતુ, ક્યારેય  
ચોરને દોષિત ન જોવો જોઈએ. ચોર  
પ્રત્યે પણ સમતા રાખવી જોઈએ.**

પાપ છે. જો આ ઘટના વિશે વાત કરવી હોય તો આપણે ચોરના પોગીટિવ પાસા વિષે પણ જણાવવું જોઈએ. ઉદાહરણ તરીકે, ‘ચોરે ચોરી કરી પણ મને શારીરિક રીતે નુકસાન નથી પહોંચાડ્યું.’ આપણી સામાજિક જવાબદારી પૂરી કરવી એ ખોટું નથી પરંતુ તે જ સમયે, આપણે સતત પોતાનું આત્મનિરીક્ષણ કરવું જોઈએ કે આપણાથી કોઈ વ્યક્તિ પ્રત્યે તિરસ્કાર કે દ્રેષ્પૂર્ણ વર્તન તો નથી થઈ રહ્યું ને.”



View this page  
in AR App

# અવળું બોલવાનું બંધ કરીએ

ગંગાના વેરાન અને રેતાળ નદી તટ ઉપર એક ગ્રૂપડપહીનો આવાસ હતો જેમાં ખૂબ જ ગરીબ લોકો રહેતા હતા. આ લોકોમાં બાલકોટ નામનો એક માણસ તેની પટ્ણી ગૌરી અને પુત્ર બાલ સાથે રહેતો હતો. પણ કોઈ કુકર્મના ફળરૂપે બાલ દેખાવે અત્યંત બેડોળ અને કદરૂપો હતો. પરંતુ તેના માતા પિતાને તે ખૂબ વણાલો હતો.

“બા, બા, જલ્દી કંઈક ખાવાનું આપ ને ! મારે ગામમાં રમવા જવું છે.” બાલે તેની માતાને કહ્યું.

“બેટા ! બસ થોડી જ વારમાં આપું.” અને ગૌરીએ તેને ગરમાગરમ જમવાનું પીરસ્યું.

બાલ ઝડપથી જમવાનું પતાવીને રમવા જતો રહ્યો.

ગ્રૂપડપહીના નાના મોટા બધાં જ બાલને તેના કદરૂપા દેખાવ માટે ધૂતકારતા અને ટોણા મારતા. પણ બાલ તેમને અવગાણીને રમ્યાં કરતો. એક દિવસ લોકોની વધારે પડતી ધૂણા અને તિરસ્કાર જોઈને બાલને ગુસ્સો આવી ગયો. ગુસ્સામાં આવીને જે લોકો તેને હેરાન કરતા હતા તેમને તે ગમેતેમ બોલવા માંડ્યો અને તેમના તરફ પથરા ફેંકવા માંડ્યો. અત્યંત ગુસ્સામાં હાથાપાઈ ઉપર ઉતારી આવેલો લાલધૂમ આંખોવાળો બાલ વધુ બિહામણો લાગવા માંડ્યો.



“હું તમને બધાને જોઈ લઈશ !” ગુસ્સામાં બાલ ભભૂકચ્ચો.

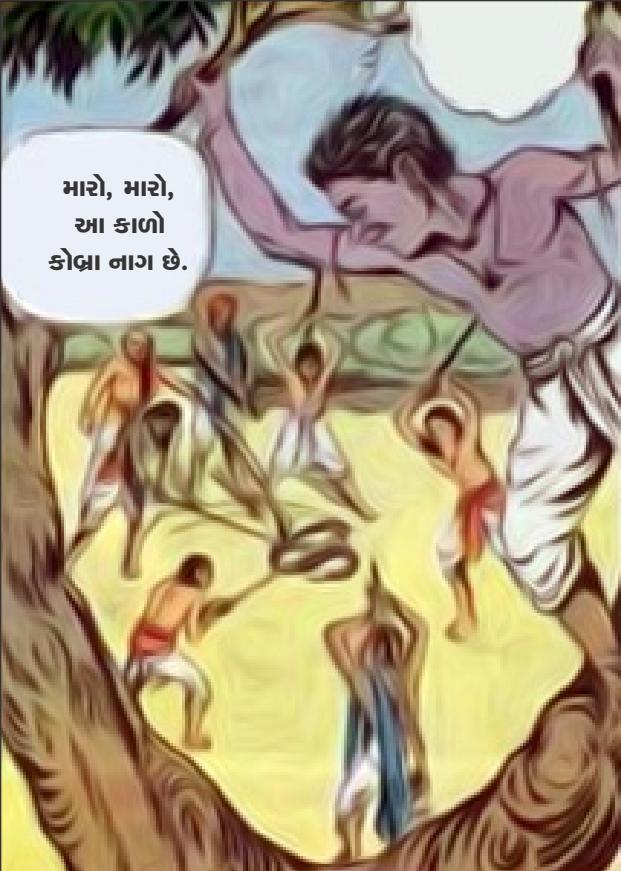
“ગુસ્સો કેમ કરે છે? જા જઈને એકલો રમ !” એમ કહીને બાલના દોસ્તો તેનાથી છૂટા પડી ગયા.

“મારો એને !” કહીને કેટલાક લોકો બાલ ઉપર તૂટી પડ્યા.

લોકોના આવા દ્રેષ અને તિરસ્કારભર્યા વર્તનને કારણે દિવસ-રાત બાલ છોદની જવાળાઓમાં બજ્યા કરતો હતો.

એક દિવસ બધાં મિત્રોથી છૂટા પડીને બાલ એક ઝડ ઉપર ચડી ગયો અને ત્યાંથી તેણે તેના

મારો, મારો,  
આ કાળો  
કોબ્રા નાગ છે.



બાલ ઝાડ ઉપરથી આ બદું જોયાં કરતો હતો. અ જોઈને તેનો ગુસ્સો થોડો ટાઢો પડ્યો, બાલ થોડો ભાનમાં આવ્યો અને વિચારવા લાગ્યો. “આ લોકોએ ઝેરી નાગના ટૂકડે ટૂકડા કરી નાખ્યા જ્યારે બિનઝેરી સાપને હાથ પણ ના અડાડ્યો. તો શું નિર્દોષને કોઈ નથી મારતું?” વિચારતા તે ઝાડ ઉપરથી નીચે ઉતર્યો. “લોકોએ મને માર્યો, મારું અપમાન કર્યું. શા માટે? કારણકે, હું પણ લોકો સાથે દુર્વ્યવહાર કરું છું. તેમને ગમેતેમ બોલું છું. હું જો આ બિનઝેરી સાપની જેમ મારા ગુસ્સાના ઝેરને નાખૂં કરી નાખું, તો કોઈ મને પણ નહીં મારે. બધાને હું ગમીશ.”

લોકો માટે ખરાબ વાણી, વિચાર, વર્તનનાં કારણે જ લોકો આપણી સાથે ખરાબ વ્યવહાર કરે છે. બાળને તો આ વાત સમજાય ગઈ, આપણે પણ આ વાત નો અક્ષ સમજુ લોકો માટે અવળું બોલવાનું બંધ કરીએ.

બિનોને એક સાપને મારતા જોયા.

“મારો, મારો, આ કાળો કોબ્રા નાગ છે. કરડતાં જ લોકો મારી જાય એવો ખતરનાક ઝેરી છે. મારી નાખો”

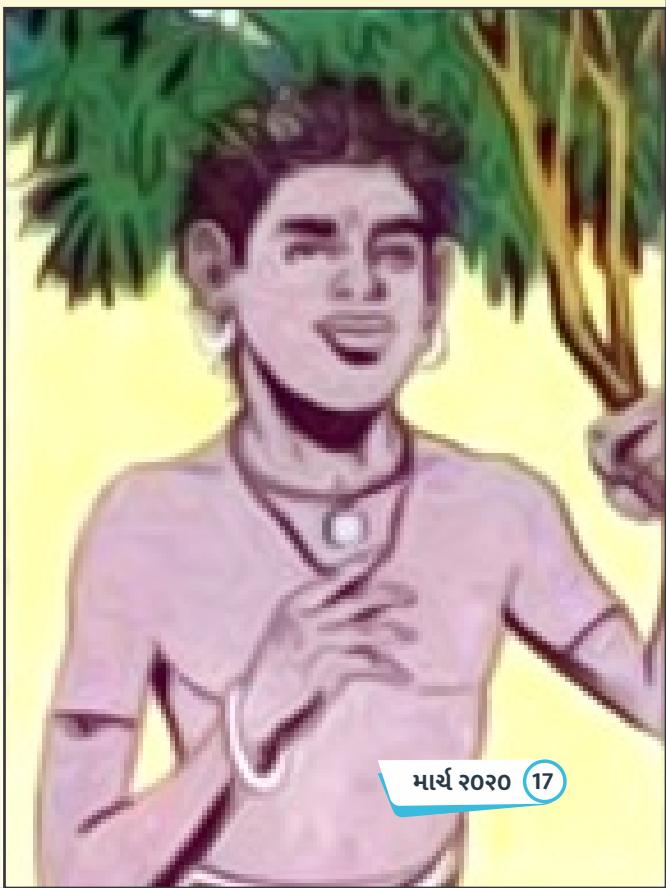
અને ડરેલા લોકોએ મારીમારીને નાગના ટૂકડે ટૂકડા કરી નાખ્યા. થોડા જ સમય પાછી બીજા રાફડામાંથી એક બીજો સાપ બહાર આવ્યો.

“બીજો કાળો નાગ આવ્યો છે, મારો, મારી નાખો” લોકોએ બૂમ પાડી.

“અરે, તિભા રહો. આને કેમ મારો છો? આ તો બિનઝેરી સાપ છે. કોઈને નુકશાન નહીં કરે”, એક મદારી બોલ્યો.

“બિનઝેરી સાપ?”, કોઈએ કુતુહલપૂર્વક પૂછ્યું.

“હા, બિનઝેરી સાપ એટલે, ના તો એ કૂંફાડો મારશે, ના કરડશે. આપણાને કાંઈ નુકશાન નહીં કરે.” મદારીએ એમ સમજાવતા સાપને ઉપાડીને દૂર નાળામાં નાખી દીધો.





View this page  
in AR App



આપ્તપુત્રભાઈ માઇકમાં આગળ બોલે છે,  
“શું તમે બધા એ જાણવા માગો છો કે રાહુલ સાથે  
ખરેખર શું થયું?” **આપ્તપુત્રભાઈ પછી મૂવી કિલાપ  
ચાલુ કરાવે છે.**



રાહુલ તેની સમસ્યાઓ  
પર કામ કરવાનું શરૂ કરે છે  
અને એક અઠવાડિયા પછી,  
ફરીથી પ્રો. અભિનનો સંપર્ક કરે  
છે. તે પ્રોફેસરને કહે છે કે, તેણે અભાવના ઘણા  
બધા દાખલાઓ જોયા છે અને સૂરજ સાથેના આ  
દાખલાથી તેને પોતાની બીજી બધી ભૂલો સમજાઈ.  
પરંતુ તેને ભૂતકાળની બધી ભૂલોને ધોઈ નાખવા  
અને સૂરજ સાથેના તેના સંબંધમાં ફેરફાર લાવવા  
માટે શું કરવું એ સમજાતું નથી.

પ્રોફેસર રાહુલને દાદાશ્રીની ચોથી કલમ  
કહી સંભળાવે છે,

તેઓ રાહુલને સૂર્યાવે છે કે તે દરરોજ  
હૃદયપૂર્વક આ ‘ચોથી કલમ’નું પઠન કરે અને  
સમજાવે છે કે દરરોજ તેનું શ્રદ્ધાથી પઠન કરવાથી  
તેને ભૂતકાળની બધી ભૂલો ધોવાનું અને નવી  
ભૂલો થતી અટકાવવાનું સરળ થશે.

વેકેશન દરમિયાન, રાહુલ ચોથી કલમનું  
રોજ વીસ વખત પઠન કરે છે, અને થોડા સમયમાં  
જ તેને અંદરથી પરિવર્તનની અનુભૂતિ થાય છે.  
સૂરજ પ્રત્યેનો તેનો તિરસ્કાર ધીરે-ધીરે ઓછો  
થઈ રહ્યો છે અને જાતે વહોરેલું દુઃખ જે તેણે સહન  
કર્યું હતું તે હવે ઓછું થઈ રહ્યું છે. વેકેશન પૂરું  
થતાં જ કોલેજના પહેલા દિવસે, રાહુલ સૂરજ પાસે  
જઈને તેને ભેટી પડે છે અને પોતાની અભદ્ર ભાષા  
માટે હૃદયથી સૂરજની માફી માગે છે. રાહુલના



‘કલમ ૪’ ના સતત અદ્યયનના સ્પંદન સૂરજ સુધી પહોંચ્યા છે જેના પરિણામે તે રાહુલને તરત જ માફ કરી દે છે. આ જોઈને પ્રોફેસર અભિન રાહુલને કહે છે, “તેં જોયું ને? આ કલમમાં કેટલી શક્તિ છે!”

મૂવી-કલીપનો અંત જોઈને, બધાં છોકરાઓ કલમની શક્તિથી આશ્ર્યચક્ષિત થઈ જાય છે. આપ્તપુત્રભાઈ બધાં સામે જોઈને કહે છે, “રોજ ચોથી કલમનું અદ્યયન કરવાનું મહિત્વ હવે સમજાયું છશે.” ત્યાં જ આચુષ બોલી ઉઠે છે, “મને કચારેય ખ્યાલ જ નહિતો કે કેવી રીતે આવા અભાવ અને તિરસ્કારના નાના બનાવો મારી આસપાસના લોકો સાથેના મારા સંબંધોને બગાડે છે.”

આપ્તપુત્રભાઈ સમજાવે છે કે, “લો પશ્ચાતાપ દ્વારા ધોવામાં ન આવે તો અભાવ અને તિરસ્કારના ભયંકર પરિણામો આવી શકે છે. આ બધી ભૂલો અને નકારાત્મક વિચારોને ભૂસી નાખવાનો શ્રેષ્ઠ માર્ગ એ છે કે દરરોજ ચોથી કલમનું સિન્સિયારીટીથી અદ્યયન કરવું.”

વધુમાં આપ્તપુત્રભાઈ દાદાશ્રીએ કહેલી વાત કરે છે,

“જ્યારે તમે તમારી ઓફિસમાં બેઠા છો અને કોઈ અંદર આવે છે, ત્યારે તમે કદાચ તે

વ્યક્તિ માટે અભાવ કે તિરસ્કાર અનુભવો છો. પાછળથી તમારે તેના વિશે વિચારવું જોઈએ અને પસ્તાવો કરવો જોઈએ કે આવું ન હોવું જોઈએ.

**જ્યાં સુધી વ્યક્તિને કોઈ પણ પ્રકારનો  
તિરસ્કાર હોય ત્યાં સુધી તે કચારેય મુક્ત  
થઈ શકતો નથી.**

કોઈપણ વ્યક્તિ પ્રત્યેના તિરસ્કારનું પરિણામ એ આવે છે કે તે વ્યક્તિ તમારી સામે બદલો લે છે. જો કોઈ નિર્જીવ પદાર્થ તરફ પણ તિરસ્કાર હોય તો પણ તમે મુક્ત થઈ શકશો નહીં. કોઈને માટે સહેજ પણ તિરસ્કાર હાનિકારક છે. જ્યાં સુધી તમને કોઈ માટે તિરસ્કાર છે, ત્યાં સુધી તમે વીતરાગ (રાગ-દ્રેષ્ટી પર) થઈ શકતા નથી.”

દાદાશ્રીની આ વાત સાથે બધા જ છોકરાઓ સહમત થાય છે અને આજથી જ ચોથી કલમનું અદ્યયન કરવાનો સંકલ્પ કરે છે.

આ સાથે, તે બધા ભેગા થઈને કલમ બોલે છે,

## કલમ ૪

**“હે દાદા ભગવાન ! મને કોઈપણ દેહદારી જીવાત્મા પ્રત્યે  
કિચિત્માત્ર પણ અભાવ, તિરસ્કાર  
કચારેય પણ ન કરાય, ન  
કરાવાય કે કર્તા પ્રત્યે ન  
અનુમોદાય એવી પરમ શક્તિ  
આપો.”**

# યુથનાં અનુભવો

શિબિર પૂરી થઈને આજે લગભગ બે મહિના વીતી ગયા છે. આપ્તપુત્રભાઈ ચુવાનો તરફથી આવેલા પત્રો વાંચી રહ્યા છે.

“જય સચ્ચિદાનંદ! તમે કહ્યું હતું એ મુજબ હું દરરોજ દિવસના અંતે, આખા દિવસ દરમિયાન મારાથી થયેલા અભાવ, તિરસ્કાર અને તરછોડની ઘટનાઓને ચાદ કરી, ઊંઘાતા પહેલાં ચોથી કલમ અનેકવાર બોલીને પસ્તાવો કરી લઈ છું. જેનો સૌથી મોટો ફાયદો એ થયો છે કે, મને હળવાશ અને મારી અંદર પોર્ઝિટિવ શક્તિઓનો અનુભવ થવા લાગ્યો છે.”

- કાર્ટિક, અમદાવાદ.

“જય સચ્ચિદાનંદ! હું દરરોજ દસ વખત ચોથી કલમ બોલું છું. આને કારણે, મારા નેગેટિવ વિચારો અને વાણી વિશે મને જાગૃતિ રહે છે અને હું જાણી શકું છું કે આને અભાવ, તિરસ્કાર કે તરછોડ કહેવાય. અને હવે, હું ચોક્કસપણે મારી જાતને કહું છું કે, “અવિનાશ! અભાવ પર અટકી જા અને તેને વધારે તીવ્રતાવાળી ભૂલો તરફ આગળ વધવા ન હે. જય સચ્ચિદાનંદ!”

- અવિનાશ, સુરત.



“જય સચ્ચિદાનંદ! દરરોજ ચોથી કલમ બોલવાથી આસપાસના લોકો માટે જે અભાવ હતો તે ઓછો કરવામાં મને મદદ મળી છે. શરાંતમાં, હું ખરેખર કોઈ ફેરફાર જોઈ શકતો ન હતો, પરંતુ પછી ધીમે ધીમે લોકો માટેનો મારો અભાવ ઓછો થતો ગયો. મારો એક મિત્ર હતો, તેના વિચિત્ર વર્તનને લીધે હું તેના પ્રત્યે અભાવ અનુભવતો, અને કેટલીકવાર, હું તેને કટાક્ષિપે સીધો જ કહેતો. પરંતુ હવે હું તેની પરિચિતિને સમજવાનો પ્રયત્ન કર્યું છું, અને તેની માર્ગી પણ માર્ગી છે. તો નિશ્ચિતરૂપે ચોથી કલમ મને મદદ કરી રહી છે. અને મને આશ્વર્ય થાય છે કે, જો હું દરરોજ ચોથી કલમ બોલતો રહ્યું તો તેનાથી કેવું જાણ્ય પરિવર્તન થઈ શકે છે.”

- હર્ષ, રાજકોટ.

**આવા અનેક પત્રોનો જવાબ આપતા આપ્તપુત્રભાઈ લખે છે કે,**

“હું આશા રાખું છું કે તમે દરરોજ ચોથી કલમનું અદ્યયન કરશો અને તેના અસાધારણ પરિણામોનો અનુભવ કરશો. આવતા વર્ષની શિબિરમાં વધુ અનુભવો સાંભળવાની રાહ જોઈશા.”

- જય સચ્ચિદાનંદ!

# સમર કેમ્પ - 2020

સેન્ટર	Group A ૧૩ થી ૧૬ વર્ષ ભાઈઓ	સંપર્ક નંબર	Group B ૧૩ થી ૧૬ વર્ષ બહેનો	સંપર્ક નંબર
સીમંઘર સીટી	૨૫, ૨૬ એપ્રિલ	૦૯૮-૩૮૮૩૦૮૩૮	૧૮, ૧૯ એપ્રિલ	૦૯૮-૩૮૮૩૦૮૩૮
અમદાવાદ	૨૬ એપ્રિલ અને ૧૭ મે	૮૮૨૪૪૩૦૮૦૯	૧૮, ૧૯ એપ્રિલ	૮૭૨૪૮૪૫૦૯૦
આશંક	NA	NA	૧૮ એપ્રિલ	૮૪૦૮૪૦૨૧૫૮
નડિયાદ	NA	NA	NA	NA
બરોડા	૧૬, ૧૭ મે	૮૦૩૩૪૧૪૭૪૮	૩૦, ૩૧ મે	૮૫૨૪૮૪૨૭૦૨
ભર્યા	NA	NA	૨૫, ૨૬ એપ્રિલ	૮૪૨૭૧૦૪૪૪૩
અંકલેશ્વર	NA	NA	૨૫, ૨૬ એપ્રિલ	૮૦૪૪૦૩૦૪૯૦
સુરત	૨૫, ૨૬ એપ્રિલ	૭૩૪૮૮૮૮૪૭૫	૨૫, ૨૬ એપ્રિલ	૮૯૦૧૨૮૯૦૨૪
મુંબઈ	૧, ૨, ૩ મે	૮૮૨૦૨૧૫૮૧૨	૧, ૨ મે	૮૮૮૭૮૮૪૨૯૩
ભુજ	૧૮ એપ્રિલ	૮૭૨૬૭૯૮૯૨૪૪	૧૨, ૧૩ એપ્રિલ	૮૪૨૭૧૭૭૬૭૭
ગાંધીધામ	૧૮ એપ્રિલ	૭૦૧૬૨૮૨૯૯૪	NA	NA
ધોરાજી	NA	NA	NA	NA
જેતપુર	૨૬ એપ્રિલ	૮૮૮૮૦૨૪૦૩૬	૧૮ એપ્રિલ	૮૧૯૩૬૭૪૪૦૪
રાજકોટ	૧૬-૧૭ મે	૮૮૨૪૩૧૭૭૦૭	૧૪, ૧૫ મે	૭૮૮૦૮૬૭૭૧૨
મોરબી	NA	NA	૧૭ મે	૮૫૩૮૪૮૦૦૨૩
સુરેન્દ્રનગર	૧૮ એપ્રિલ	૮૮૮૮૯૭૭૮૯૩	૧૮, ૧૯ એપ્રિલ	૮૭૨૬૧૦૮૪૩૪
જામનગર	૧૮ એપ્રિલ	૮૪૨૮૩૧૫૧૦૮	૩૦, ૩૧ મે	૮૭૨૩૧૪૯૩૧૮
વેરાવળ	૨૬ એપ્રિલ	૮૩૭૪૧૭૮૮૫૧	૧૮ એપ્રિલ	૮૫૩૮૮૦૪૮૨૦
ભાવનગર	૨૭ એપ્રિલ	NA	૧૭ મે	૮૮૨૪૩૪૪૪૨૫
મહેસાણા	૨૬ એપ્રિલ	૮૮૨૪૬૭૮૮૫૪	૧૬ મે	૮૮૨૪૮૨૮૭૯૮૨
પાલનપુર	૨૬ એપ્રિલ	૮૪૨૮૨૮૦૭૮૫	NA	NA
રાજુલા	૧૮, ૧૯ એપ્રિલ	૮૮૨૪૧૯૪૮૪૧	NA	NA
અમરેલી	૨૬ એપ્રિલ	૭૯૬૮૦૨૪૨૦૯	NA	NA
	Group E ૧૭ થી ૨૧ વર્ષ બહેનો		Group F ૧૭ થી ૨૧ વર્ષ ભાઈઓ	
સીમંઘર સીટી	૩, ૪, ૫ મે	૦૯૮-૩૮૮૩૦૮૩૮	૧, ૨, ૩ મે	૦૯૮-૩૮૮૩૦૮૩૮

૧. સમરકેમ્પમાં ભાગ લેવા માટે આપનાનજીકના સેન્ટર પર રજીસ્ટ્રેશન કરાવવું જરૂરી છે. રજીસ્ટ્રેશન ચાર્જ નોન રિફંડ્બલ રહેશે.
૨. રજીસ્ટ્રેશન માટે બાળક/યુવાનની ઊંમર અને ધોરણ પ્રમાણે જે વિભાગો પાડીને તારીખો નક્કી થઈ છે તે મુજબ થશે. જે તે સમર કેમ્પની તારીખના ૭ દિવસ અગાઉ રજીસ્ટ્રેશન બંધકરવામાં આવશે. ત્યારબાદ રજીસ્ટ્રેશન માટે તલાલ ચાર્જ લેવામાં આવશે.
૩. સીમંઘર સીટી સમરકેમ્પ માટે રજીસ્ટ્રેશન ત્રીમંદિર સંકુલના 'સ્ટોર એઓ હેપી નેસ' પર સવારે ૮:૩૦ થી બપોર ૧૨, સાંજે ૪ થી ૭ દરમયાન જે તે સમરકેમ્પના ૫ દિવસ અગાઉ સુધી રૂબરૂ થઈ શકશે. આ રજીસ્ટ્રેશન ૧૫ માર્ચથી શરૂ થશે. સંપર્ક સૂચ્ના ૦૯૮-૩૮૮૩૦૮૩૮

for Online Registration, visit [youth.dadabhagwan.org](http://youth.dadabhagwan.org)



View this page  
in AR App

# #કવિતા

નક્કી કચાંક ઉંડે ઉંડે પડેલા કોઈ અભિપ્રાય છે..  
કોઈની હાજરી માત્ર થી , અકળામણ થાય છે..

કદાચ એમની કોઈ ટેવ ,આપણને ગમતી નથી..  
નથી કારણ કોઈ મોટું ,પણ જોકી જામતી નથી....

એક વાર થઈ ભુલ ,એ બીજુ વખત ન પણ કરે..  
પણ અભિપ્રાય ની ચકેલી ધૂળ , કોણ ખંખેરે...?

નથી સાવ દોષ એમનો , હિસાબ આપણો પણ ખરો..  
જો જ્ઞાનીઓ ની દ્રષ્ટિએ જુઓ , તો મળે ન્યાય ખરો..

અભાવ આવો જ વધતા , ધીરે ધીરે તિરસ્કાર થયો....  
વાણી કે વર્તન ના પત્થર મારતા , સામાને ઘાવ પડ્યો...

પછી એવું થયું ખંલું , કે આવું ન કર્યું હોત તો સાંલ..  
દાદે દિવો પ્રગાટાવી દીધો , છતા તેડી લાવ્યા અંધાંલ...

અંતિમ ઉપાય છે , પશ્ચાતાપે બળી ચોખ્યું થવાનું..  
આલોચના , પ્રતિક્રમણ , પ્રત્યાખ્યાન ના રસ્તે જવાનું...



View this page  
in AR App



દાદાના યુવાનો ઝારા

**Get ready  
to Win This  
The power of QUIZ **9** CONTEST**

Exciting Prizes to be Won

9

Kalams

9

Akram  
Youth

15

Questions  
For  
Every Month

## Today's Youth App

The Official App of Dada Bhagwan Youth Group  
for visiting [youth.dadabhagwan.org](http://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...



View this page  
in AR App



Scan here to  
Download App



વાર્ષ: ૭, અંક : ૧૧

સંખ્યા અંક : ૮૩

માર્ચ ૨૦૨૦

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

# The First Augmented Reality Magazine Akram Youth AR App



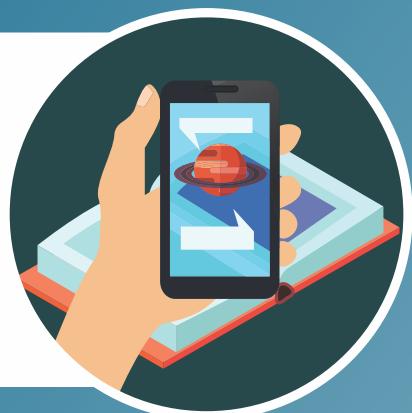
View this page  
in AR App

## Good News

### for Everyone

Akram Youth AR

in just **30 mb**



1

Step

Download  
Akram Youth  
AR App

2

Step

Download  
magazine  
pack of desired  
Issue

3

Step

View this  
magazine  
through  
the App



For details, watch the intro video in the app.

<http://tiny.cc/akramyouthar>

Send your suggestions and feedback at: [akramyouth@dadabhagwan.org](mailto: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.