

આક્ષમ ચ્યા

જુલાઈ ૨૦૨૧ ગુજરાતી

દાદા ભગવાન પરિવાર

₹ 20

માતા-પિતાના
પણ્ડિતાવ

જલોરેશન ગેપ
ભાગ-૨



અનુક્રમણિકા

- ૦૪ માતા-પિતાના પોઝીટીવ
- ૦૫ ધીરજ
- ૦૭ શાનીની વૈજ્ઞાનિક દર્શિએ
- ૦૯ ધન્ય છે એ ભદ્રિક
વિચારોવાળી પ્રજાને!
- ૧૦ માતા-પિતા જૂદું બોલે છે.
- ૧૨ આજનું જનરેશન,
શાનીની દર્શિએ

- ૧૪ સફળતાની ચાવી
- ૧૬ Q and A
- ૧૮ એક્ટિવિટી
- ૧૯ માતા-પિતા માટે પત્ર
- ૨૦ અનુભવ
- ૨૧ જોક્સ
- ૨૩ #કવિતા

વર્ષ: બુ, અંક : ૩
સાલંગ અંક : ૬૬
જુલાઈ ૨૦૨૧

સંપર્ક સૂચ્ના :
ફાનીની છાયામાં,
ત્રિમંદિર સંકુલ, સીમંઘાર સીટી,
અમદાવાદ-કલોલ હાઇવે,
મુ.પો. - અડાલજ

જ.ગાંધીનગર-૩૮૨૪૨૧, ગુજરાત.
ફોન : ૯૮૨૮૬૬૧૧૬૬/૭૭
email: akramyouth@dadabhagwan.org
website: youth.dadabhagwan.org
store.dadabhagwan.org/akram-youth

તંગી - ડિમ્પલમાઈ મહેતા

Printer & Published by
Dimplebhai 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 Multiprint
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.

© 2021, Dada Bhagwan Foundation.
All Rights Reserved

સંપાદકીય



પ્રિય ભિત્રો,

જનરેશન ગેપનો અક્ષમ ચુથનો પાછળો અંક વાંચીને તમે સહુએ પોતાના પેરન્ટ્સ સાથેના સંબંધોને વધુ ગાડ બનવવાની દિશામાં પહેલ શરૂ કરી જ દીધી હશે. બાળકો અને પેરન્ટ્સની રીલેશનશીપને વધુ રસાળ બનાવવાના આ પ્રયાસને આપણે આ અંકમાં વધુ આગળ વધારીએ.

નાની-નાની વાતમાં આપણે આપણા મમ્મી-પઢ્યા ઉપર ગુસ્સે થઈએ છીએ. આપણા રોજિંદા જીવનમાં મમ્મી-પઢ્યાનું કેટલું મોટું યોગદાન છે એની ક્યારેય નોંધ લીધી નથી. આપણાને સરસ ભોજન મળે તે માટે મમ્મી ત્રણ વાર ભોજન બનાવે, બધી સગવડ મળી રહે તે માટે પઢ્યાનું દ્વાન હોય જ, બીમારી વખતે સતત હાજર રહે.

તેમનું આટલું મોટું પોજિટિવ પાસું આપણે કદાચ ક્યારેય દ્વાનમાં નહીં લીધું હોય. આ તો એક જ વાત થઈ, એવા તો બીજા કેટલાચ પોજિટિવ ગુણો તેમનામાં હશે જે તરફ આપણું લક્ષ જ નહીં ગયું હોય. સાચી વાત છે ને ? કારણ કે, જાણે-અજાણે આપણી દૃષ્ટિ તો તેમના નેગેટિવ ગુણો જોવામાં જ પડી જાય છે, પરિણામે એકતા તૂટે, દૂરી વધતી જાય અને જનરેશન ગેપ વધતો જ રહે.

પણ, હવે તો આપણે સૌ એ દૃઢ નિશ્ચય કર્યો છે કે આ ગેપ દૂર કરીને જ રહીશું. ચાલો, સમજુએ કે મમ્મી-પઢ્યાના પોજિટિવ જોવાથી શું લાભ થાય છે? અને સાચી સમજણ સાથે પોજિટિવ જોતાં થઈ આપણા જીવનમાંથી જનરેશન ગેપ રૂપી આ દૂષણને બાય-બાય કરીએ.

- ડિસ્પ્લાઇન મહેતા

માતા-પિતાના પણ્ડિતાવ



તમે ક્યારેય અનુભવ્યું છે કે, આપણી અત્યારની ચુવા જનરેશન અને આપણા વડીલોની જનરેશન વર્ચેનો ગોપ વધતો જાય છે ? શું આપણે આપણા મમ્મી-પઢ્યા પર નાની-નાની વાતમાં ગુસ્સે થઈએ છીએ ? અગર હા, તો તમારું ચોક્કસ દ્યાન ગયું જ હશે કે, આપણા ગુસ્સે થવા કે આપણી ગેરવર્તણુંક છતાંય આપણાથી નારાજ થવાના બદલે એ આપણને મનાવે છે, લાડ કરે છે અને ખૂબ જ પ્રેમ કરે છે.

હા, આપણે સૌ જાણીએ છીએ કે, પોતાના બાળકોને ખુશ રાખવા માટે મમ્મી-પઢ્યા ખૂબ જ મહેનત કરે છે અને શક્ય એટલું બેસ્ટ આપવાનો પ્રયત્ન પણ કરે છે. આપણે ક્યારેક એમના પોર્ઝિટિવ ગુણો જોયા છશે તો પણ, જાણ્યે-અજાણ્યે નેગેટિવ વધુ જોયા છશે, ખરું ને ? ચાલો, તો હવે આપણે એમના પોર્ઝિટિવ ગુણો જોવાનો યથાર્થ પ્રયત્ન કરીએ.

શું તમારે જાણવું છે કે, મમ્મી-પઢ્યાના પોર્ઝિટિવ જોવાથી કયા લાભ થાય છે?

ધીરજ

એક દંપતીના ઘરે નાનકડા બાળકના આગમનની ખુશીમાં ખુશખુશાલ માહોલ હતો. માતા રશીલાબહેન અને પિતા કાવ્યભાઇના ઘરે એક સુંદર પુત્રનો જન્મ થયો, જેનું નામ રાખવામાં આવ્યું, ‘લક્ષ’. એમની ખુશીનો તો પાર નહોતો. લક્ષને બધાં જ સુખ મળી રહે, તે માટે તેના માતા-પિતા ખૂબ જ ધ્યાન રાખી રહ્યા હતા.

લક્ષ ખૂબ ચંચળ અને ઉતેજિત સ્વભાવનો હતો. લક્ષને સૂવડાવવા માટે મમ્મી હાલરકું ગાય અને જયાં સુધી લક્ષ સૂઈ ન જાય ત્યાં સુધી ત્યાં જ રહે. લક્ષને બધી વસ્તુ વિગતવાર જાણવાની તાલાવેલી રહેતી. એક વખત લક્ષ એના મમ્મી સાથે બેઠો હતો અને હજુ નવું-નવું જ બોલતા શીખ્યો હતો. એણે એક કાગડો જોયો, એટલે મમ્મીને પૂછ્યું “આ કચું પક્ષી છે ?” એના મમ્મીએ કહ્યું “બેટા, એને કાગડો કહેવાય.” અને પછી એના મમ્મી એમનું કામ કરવા લાગ્યા. થોડીવાર રહીને લક્ષે ફરી પૂછ્યું “આ કચું પક્ષી છે ? અને એના મમ્મીએ ખૂબ જ ધીરજથી જવાબ આપ્યો “બેટા, એને કાગડો કહેવાય”. આમ જયાં સુધી કાગડો ત્યાં બેઠો હતો, ત્યાં સુધી લક્ષે એની મમ્મીને પૂછ પૂછ કર્યું અને એના મમ્મી દરેક વખતે એટલી જ

ધીરજથી જવાબ આપે “હા બેટા, એને કાગડો કહેવાય.”

આટલું જ નહીં, જેમ જેમ લક્ષ મોટો થતો જતો હતો તેમ તેમ તે વધારે ચંચળ થતો જતો હતો. ના સરખું જમવામાં ધ્યાન આપે કે ના સરખું સૂવામાં. જમવાના સમયે રમવું હોય અને રમવાના સમયે સૂવું હોય તો વળી સૂવાના સમયે એને ભૂખ લાગી હોય. આમ પોતે બધો સમય બદલી નાખે પણ માતા રશીલાબહેનને ઘરમાં બીજા પણ અનેક કામ હોવા છતાં પ્રેમથી કાલા-ઘેલા શબ્દોમાં તેની સાથે વાતો કરીને વાત-વાતમાં જમાડી હે.

આમ રશીલાબહેન, સવારે વહેલા ઊઠી તૈયાર કરીને શાળાએ મોકલવાનો હોય કે પછી શાળાથી આવે ત્યારે એને હોમવર્ક કરવાવાનું હોય, જમાડવાનું હોય, એનું ઘડતર કરવાનું હોય કે સમયસર સૂવડાવવાનું હોય એમ લક્ષની બધી જ બાબતમાં રશીલાબહેન ખૂબ જ છાલથી, ધીરજ રાખી શાંતિથી કામ લેતા.

ક્યારેક લક્ષ બહાર બાળકો સાથે ઝડાઈને આવે, ક્યારેક શાળામાં કંઈક અવળું કરીને આવે, ત્યારે રશીલાબહેન લક્ષને અચૂક ગુસ્સે પણ થતા. ગુસ્સો કર્યો પછી ખૂબ લાડ-પ્રેમથી લક્ષને સમજાવતા ક્યારેક લક્ષને

“મમ્મી તમને દેખાતું નથી અત્યારે હું ટીવી જોઈ રહ્યો છું. જ્યારે મારે ટીવી જોવું હોય ત્યારે જ તમારે કામ હોય છે. રોજ આવું કરો છો, મને ટીવી ન જોવા દેવું હોય, એટલે કામ ચિંદ્યા કરો છો,

ખૂબ મીઠું લાગે તો ક્યારેક રિસાઈ પણ જતો, છતાં રશીલાબહેન હમેશાં હાલ અને ધીરજથી લક્ષનું જીવન તકલીફ વગરનું રહે અને હિત જળવાય તે માટે સતત જાગૃત રહેતા.

આવી રીતે પ્રેમથી કામ લેતાં-લેતાં લક્ષ ૧૮ વર્ષનો થઈ ગયો અને લક્ષ રોજની જેમ ટીવી પર પોતાનો મનપસંદ ટીવી શો જોઈ રહ્યો હતો. ત્યારે તેના મમ્મી રશીલાબેને નજુકની દુકાનથી કઈક સામાન લઈ આવવાનું કહ્યું. પોતાનો મનપસંદ ટીવી શો ચાલુ હોવાથી, તેણે મમ્મીની વાતને દેખનોર કરતો રહ્યો. થોડીવાર પછી ફરી એના મમ્મીએ કહ્યું, ‘બેટા મારે રસોઈ કરવામાં મોડું થાય છે, જલ્દી લાવી આપ ને.’ આ સાંભળીને લક્ષ ગુર્સે થઇને બોલ્યો, “મમ્મી તમને દેખાતું નથી અત્યારે હું ટીવી જોઈ રહ્યો છું. જ્યારે મારે ટીવી જોવું હોય ત્યારે જ તમારે કામ હોય છે. રોજ આવું કરો છો, મને ટીવી ન જોવા દેવું હોય, એટલે કામ ચિંદ્યા કરો છો, અને હું ના પાડું એટલે કહેશો કે, હું કંઈ મદદ નથી કરતો.” ગુર્સાથી આટલું કહી લક્ષ ફટાફટ ઉઠ્યો, બધો સામાન લઈ આવ્યો, પછાડીને મૂકીને પોતાના રૂમમાં જતો રહ્યો.

ક્યારનાય લક્ષના દાઈ આ બધુ જોઈ રહ્યા હતા. દાઈમા પણ લક્ષની પાછળ રૂમમાં ગયા અને લક્ષને ગુર્સામાં જોઈ, તેની પાસે બેસી ગયા અને પ્રેમથી માથે હાથ ફેરવી કહ્યું, “બેટા લક્ષ, આમ મમ્મી ઉપર ગુર્સો કરાય? થોડી ધીરજ ધરી, આજ વાત તું મમ્મીને શાંતિથી પણ કહી શકે ને !” ચાલ, તને કહું, આપણા દાદાશ્રી આ વિશે શું કહે છે....



જ્ઞાનીની વૈજ્ઞાનિક દ્રષ્ટિએ



પ્રશ્નકર્તા: મારો પ્રજ્ઞન એવો હતો કે અત્યારે અમારા મમ્મી-પઢ્યાને જોઈએ તો, એ લોકોમાં દીરજ બહુ વધારે હોય છે અને ચુચ્ચ જોઈએ તો એમનામાં દીરજ બહુ ઓછી જોવા મળે છે. તો એનું શું કારણ, એમનામાં એવું તો શું છે કે એટલી બધી દીરજ રહે છે ?

પૂજ્યશ્રી: આમાં શું હોય છે, ઉંમર થાય ને એટલે સમજ વદે અને અત્યારે ચંગ જનરેશનમાં બુદ્ધિ વધી છે. બુદ્ધિથી ઈમોશનલ, ઈમોશનલ, ઈમોશનલ, આમ કરવું છે ને તેમ કરવું છે ને જલ્દી પતાવો, ફટાફટ... અને આ પેરન્ટ્સને અનુભવ છે કે ભઈ આટલું જલ્દી ના થાય, આપણે આ રસ્તે ચાલીશું, દીમે દીમે પછોંચીશું. એ સમજણપૂર્વક અને હૃદયવાળા હોય એટલે દીરજથી કામ થઈ શકે અને અનુભવી છે પોતે.

ખરેખર તો વડીલોના અનુભવનો આપણે ફાયદો લેવો જોઈએ અને આપણે જલ્દી કરવું છે પણ એમને આધીન રહીને, એમનું ગાયડન્સ લઈને કે તમે શું કહેવા માંગો છો, શું કરી શકાય ? એ ચેતવશે કે જો આવા પ્રોબ્લેમ આવશે તને આ કામમાં, તો નેગેટિવ જોવાના બદલે સાંભળીએ તો ખરા ! એમને અનુભવ હોવાથી અને એ લોકો સમજણ અને હૃદયવાળા હોવાથી સરસ દીરજથી કામ લઈ શકે. આપણે થોડા બુદ્ધિથી ઈમોશનલ થઈએ અને હાયપર, હું જાણું છું, હું કેમ ના પતાવી શકું, તમે બધા જૂની પેટીના ! અમે બધા ચંગ, પાવરકૂલ ! એ બધો અહંકાર એવો હોયને, તે પછી વડીલોને ચિંપેકટ ના આપે અને પછી બદ્યું બગડે. એટલે, ખરેખર એમનો અનુભવ લેવાનો છે અને આપણી શક્તિ છે. એમનો અનુભવ અને આપણી શક્તિ, બે ભેગા મળીને સરસ ટિઝલ લાવી શકીએ, સમજાયું ને ?

અત્યાર સુધી જે બની ગયું એ, પણ હવે આપણા વડીલોના એમના વિનયમાં રહીએ, એમના અનુભવનો ફૂયદો લઈએ અને આપણા જીવનમાં કંઈ પણ મોટા બિર્ણાય લેવાના હોય તો એ લોકોનું ગાયડન્સ લઈને આગળ વધીએ આગળ દીમે દીમે, બસોબર છે !

માતા-પિતામાં પોર્ઝિટિવ ગુણો તો અનેક
છે પણ, એમની જનરેશનમાં એવી કદ્ય
વિશેષતાઓ હતી કે જે આપણી જનરેશનમાં
ઘણી ઓછી જેવા મળે છે.
ચાલો, જોઈએ...



ધિય છે એ ભદ્રિક વિચારોવાળી પ્રજાને !

દાદાશ્રીના પુસ્તકની જલક



હવે તે દહાડે કળિયુગની ખરાબ દૃષ્ટિ નહોતી. ખરાબ વિચાર જ નહીં કોઈ, કેવી સુંદરતા ! વિષય સંબંધી વિચાર જ નહીં કોઈ જાતનો. એટલે ભોળા બિચારા, ભદ્રિક લાગે. એટલે એ સમયમાં ભાદરણ ગામની કોઈ છોકરી સામે કોઈએ ખરાબ દૃષ્ટિ કરી હોય, એવું મારા સાંભળવામાં નથી આવ્યું. ત્યારે ધન્ય છે ને આ પ્રજાને !

પ્રશ્નકર્તા : દાદા, આપણા છ ગામમાં મૂળથી રિવાજ છે ને કે એક બાપની બદી પ્રજાને ?

દાદાશ્રી : હા, એક બાપની પ્રજા.

પ્રશ્નકર્તા : એ આપણા ગામમાં છતું એટલે જ કંઈ ખાનદાની રહી ગયેલી જે કંઈ, એ આધારે જ રહી છે. છ ગામમાં એ રહ્યું છે, એનું કારણ એ છે.

દાદાશ્રી : સહેજેચ, એકેચ કોઈ છોકરીનું નામ લે નહીં.

પ્રશ્નકર્તા : કારણ કે એ પહેલેથી, મૂળથી રિવાજ કે ગામમાં આપણે પરણવાનું નહીં, અને

એક જ બાપની પ્રજા. એટલે ગામની છોકરીઓ ઉપર દૃષ્ટિ કરાય જ નહીં.

દાદાશ્રી : પૈણવાની વાત તો કેવી, વિચારેય ના કરાય, દૃષ્ટિ જ ના થાય અને બેન જ.

પ્રશ્નકર્તા : બેન જ, એ જ વિચારને, એટલો બધો પાકો વિચાર એટલે એમાં કંઈ અડે જ નહીં ને !

દાદાશ્રી : તો પછી નાગા ફરીએ એટલે તેનો ગુણાકાર અને આ બેન જુએ છે તેનો ગુણાકાર કરે તો કેવો કહેવાય ? નાગા ફર્યા એ તરીકે રસ્તિક (ગામઠી) કહેવાય, પણ બેન તરીકે જાણી તે ?

પ્રશ્નકર્તા : હા, તો એની જમા બાજુ મોટી થઈ ગઈ ને, દાદા.

દાદાશ્રી : પ્રમાણ મૂકવું પડે ને ! નહિતર તો કેવું પ્રમાણ લાગે ?

પ્રશ્નકર્તા : તે વખતની સમજશક્તિનો આધાર છે.

માતા-પિતા



જૂઝું બોલે છે

જ્ય સચ્ચિદાનંદ મિત્રો,

શીર્ષક વાંચીને તમને આશ્વર્ય થયું હશે ! સાચું ને ? એક દંપતીના જીવનમાં બાળકનું આગમન થયા બાદ જીવનભર પોતાના ‘માય ટાઇમ’ ને હંમેશા માટે ભૂલીને, જીવનમાં પોતાના કરતાં પણ બાળકનું મહિંત્વ વધી જાય છે. સાચું કહું તો, મારા મમ્મી-પઢા સાચે જ બહું જૂઝું બોલે છે.

તેઓ જૂઝું બોલે છે, મને કહે છે, ‘તું નવા કપડાં લઈ લે, અમને હવે નવા કપડાં પહેરવાનો શોખ નથી રહ્યો.’

હું સારી રીતે ભણી શકું, એ માટે પોતે બસમાં ઓફિસ જઈને પણ મારી ભણવાની મોંઢી કિટ લઈ આપે છે ને મને ખબર પણ નથી પડવા દેતા.

ઘરમાં કંઈક ખાવાની વાનગી આવી હોય તો હું અને મારી બહેન જઘડીએ કે, “આને વધારે આવ્યું, પેલાને વધારે આવ્યું” એટલે મમ્મી એના ભાગનું અમને આપી દે અને અમે પૂછીએ કે, “તારે નથી ખાવું ?” ત્યારે કહેશે “ના, ના મને ભૂખ નથી લાગી, તમે ખાવ ને”.

મારા પઢા જૂઝું બોલે છે, અમારી સાથે રમતી વખતે તેમનો કામકાજનો થાક તેમના હાસ્ય અને ઉત્તાસમાં છૂપાડીને રમતા હોય છે.

હા, તેઓ જૂઝું તો બોલ્યા પણ અમારા પ્રેમવશ બોલ્યાં...

Love You Mom Dad



આજનું જનરેશન, જ્ઞાનીની દાખિએ

પ્રશ્નકર્તા: હવે પરિવારમાં ઘણાં બધાં વિરોધ વદી રહ્યા છે અને બધે એડજસ્ટમેન્ટ લેવું પડે છે, તો આ બદ્યું શું છે ? શિક્ષણ અથવા વધુ પરિપક્વતા, નાની ઉંમરે પરિપક્વ થવું એ સમસ્યા છે ?

નીરુમા: એક તો આ જનરેશન ‘હાયપર જનરેશન’ છે. પાછળની જે જનરેશન હતી, એમનું ઘણું નીરું હતું અને હમણાં ઘણું હાયપર થઈ ગયું છે, રેવોલ્યુશન બહું ઝડપથી ફરે છે, પહેલાં ઘણાં ઓછા હતાં. જે પણ જુવનમાં આવ્યું હોય અથવા જે પોતાના મા-બાપે બતાવ્યું હોય, તેની સામે કંઈ આગયુંમેન્ટ કે પ્રશ્ન ઊભો ન થતો અને તેનો સ્વીકાર કરી લેતા હતા. હવે તો નાના બાળકો હોય બે વર્ષના, પ્રણ વર્ષના અને એમને કંઈ કહીએ તો એના દસ સવાલ પૂછે, “કેમ ? કેમ ? કેમ ? કેમ આવું કરવાનું ? કેમ તેવું કરવાનું ?”

પહેલાં તો અમને જો કહેતા, “એક ખૂણામાં બેસી જાવ બે કલાક” તો “કેમ બેસવાનું કહો છો ?” એવું પણ ન પૂછતાં અને બેસી જતાં હતા. હવે તો બે મિનિટેચ નહીં બેસે. આટલું હાઇપર થઈ ગયું છે ! આવું હાઇપર હોવાના કારણે ચિત્ત, મન બદ્યું ચંચળ થઈ ગયું છે, વિચલિત થઈ ગયું છે ! સ્થિરતા નથી રહી. પહેલાં અમે કેટલાક કલાકો સુધી સ્થિરતાથી એક જગ્યાએ બેસી શકતા હતા, હમણાંના બાળકો નથી બેસી શકતા.

પ્રશ્નકર્તા: નીરુમા, પહેલાં તો ઘરમાં એક વડીલ હતા, સિનિયર હતા, એમનો જ ઓર્ડર હોય તે બધા માટે અંતિમ હોય.

નીરુમા: એનું કારણ છે, કોઈ બુદ્ધિ ન લડાવતા કારણ કે બુદ્ધિ ઊભી જ થતી ન હતી, અને આજે તો દસ સવાલો ઊભા થાય. નાના બાળકોને પણ સવાલો ઊભા થાય એમના વડીલો ઉપર, “દાદા આવું કેમ કરાવે છે ? દાદા આવું કરે છે, તેવું કરે છે, દાદા ખોટા છે.” આવી બુદ્ધિ અમને ઊભી જ થતી ન હતી. અમે શું કહેવા માંગીએ છીએ, અમારો પોઇન્ટ ઓફ વ્યુ તમને સમજ પડે છે ને ?



પ્રશ્નકર્તા: હા, સમજ પડે છે.

નીરુમા: અમારો વ્યુ-પોઇન્ટ શું છે કે, **આ જનરેશનમાં બુદ્ધિ બહુ ઝડપી થઈ ગઈ છે, તીક્ષ્ણ થઈ ગઈ છે.** શિક્ષણ કહો કે વૈશ્વિકરણ કહો કે ફાસ્ટ કમ્પ્યુટર. કમ્પ્યુટરનો જમાનો આવ્યો છે, ઇન્ટરનેટ, ટીવી માદ્યમ અને બીજા પણ ઘણા બધા મીડિયા. વૈશ્વિકરણ થઈ ગયું છે વિશ્વનું અને ઝડપી જીવન થઈ ગયું છે અને બધાને પોતપોતાનું ટેન્શન, ટેન્શન, ટેન્શન. નાના-નાના બાળકો પણ કહે છે “હું ખૂબ ટેન્શનમાં છું.” હમણાં આણે કીદું ને, અણા-ચાર વર્ષનો હતો ત્યારથી એ બોલે છે “મને બહુ કોઈ આવે છે.” અમારા દિવસોમાં કોઈ શું હોય એ અમને ખબર પણ ન હતી, કોના ઉપર કોઈ કરવો એ પણ ખબર ન હતી, ઘણું સરળ હતું. અને હવે તો શાળાના દિવસો, અભ્યાસ ઘણું ટેન્શન-ટેન્શનવાળું થઈ ગયું છે. ઘર ચલાવે તો પત્નીને બધું ટેન્શનવાળું હોય, પતિને કમાવા જવાનું હોય તો ત્યાં ટેન્શનવાળું હોય, જ્યાં જુઓ ત્યાં ટેન્શન એટલે મન સ્થિર નથી રહેતું, ચંચળ રહે છે. કોઈ પણ વરસ્તુ એટલી સરળતાથી નથી લઈ શકતા અને જે સ્થિરતા હતી, સમજદારી હતી એ બધી છીછરી થઈ ગઈ છે, ડેઢવાળી નથી રહી. શિક્ષણ મળ્યું છે પણ એનું ઘડતર નથી થયું. આ વન-ટ્રેક થઈ ગયા છે, વન-ટ્રેક. એમની જ દિશામાં, એક જ ટ્રેકમાં એમની દ્રષ્ટિ ખૂલ્લી છે, બાકીની બધી દિશાઓ બંધ છે. ઓલ-રાઉન્ડ નથી. ઓલ-રાઉન્ડ હોત તો આ બધી સમસ્યાઓનું હલ કાઢવું સરળ થઈ જાતે. પણ આ તો એક જ ટ્રેકમાં જતાં રહ્યાં છે !

સુફળતાની ચાર્ચી



ગુડ મોર્નિંગ અહેમદાબાદ. “હું છું આર.જે, અભય અને આજે આપણી સાથે છે, સ્ટેટ લેવલ રનિંગ રેસ [૫૦૦ મીટર]ના ત્રયાજી ગોક મેડલ વિજેતા મિસ્ટર જ્ય, એમની પાસેથી આપણે જાણીશું એમની નોન સ્ટોપ સફળતાનું રહ્યાં.” તો ‘મિસ્ટર જ્ય’, પ્લીઝ, અમારા ચુવા શ્રોતા મિત્રોને તમારી સફળતાની ચાર્ચી શી છે ? તે વિશે જણાવો.

ગુડ મોર્નિંગ ચુવા મિત્રો ! હું છું જ્ય અને આજે મને ચાન્સ મળ્યો છે મારી સફળતાના રાજ વિષે વાત કરવાનો, લાઈફ ઇસ ગ્રેટ લન્નિંગ ફેન્ડર્સ !

આજે ચુવા મિત્રો સાંભળી રહ્યા છે માટે ખાસ હું મારા બાળપણાની વાતથી શરૂ કરીશ. મારી બધી સફળતાનો શ્રેય મારા પણ્ણા-મમ્મીને આપવા માંગીશ. મારા પણ્ણા એક રેસર હતા અને હું તેમનાથી પણ વધુ સારો રેસર બન્યું એમ તેઓ હંમેશા ઇચ્છાતાં હતા. હું નાનો હતો, ત્યારથી જ મારા પણ્ણા મને રોજ સવારે ટ્રેનિંગ આપતા. રોજ સવારે મારે મારાં પણ્ણા સાથે દોડવાનું રહેતું. જ્યારે મારી ઉમરના બાળકો બધાં સવારમાં સાત વાગ્યે ઉઠે, ત્યારે મારે સવારમાં પાંચ વાગે ઉઠવું પડતું. મને ગમતું તો નહીં પણ, પણ્ણા કહે એટલે રોજ પરાણે ઉઠવું પડતું. એક વખત મેં મારા મમ્મીને વાત કરી કે “પણ્ણા, કેમ મારા પર આટલો અત્યાચાર કરે છે ? મારા બધા મિત્રો મોડા ઉઠે, જે ખાવું હોય

તે ખાય, જ્યાં જવું હોય ત્યાં જાય પણ મારે રોજ વહેલા ઉઠવાનું, મનગમતું ખાવાનું નહીં, મારી સાથે જ આવું કેમ ?”

ત્યારે મારા મમ્મીએ થોડું વિચાર્યુ અને મને કહ્યું, “એક કામ કર, તારે પણ તારા મિત્રોની જેમ જીવનું હોય ને તો તારા પણ્ણાને તારે એક વાર રેસમાં હરાવવા પડશે અને તે જો હરાવી દીધાં, તો તું કહીશ એમ હું તારા પણ્ણા સાથે વાત કરીશ.”

ત્યારે મને ના સમજાયું કે, મારા મમ્મીએ મને આવું કેમ કીદ્યું ? પણ મારે મારા મિત્રો કરે તેમ કરવું હતું અને ફી બર્ડની જેમ જીવનું હતું, એટલે હું રોજ વહેલા ઉઠવા લાગ્યો અને



મારા પણાને હરાવવા માટે ખૂબ જ મહેનત કરવા લાગ્યો. પણ મને ખૂબ જ આશ્વર્ય લાગ્યું, કારણ કે, અમારા બંનેની રેસ હતી છતાં, ટ્રેઇનીંગ દેવામાં જરા પણ ફર્ક પડ્યો નહોતો, ઉલ્ટાનું જેમ-જેમ અમારી રેસનો દિવસ નજીક આવતો જતો હતો, તેમ-તેમ એ મને વધારે ટ્રેઇન કરવા લાગ્યા. છેલ્લે જ્યારે રેસનો દિવસ આવ્યો ત્યારે હું જુતી ગયો અને ત્યારે મારા કરતાં પણ મારા પણ વધારે ખુશ થયા ! મારા મિત્રોની જેમ ખાણી-પીણી કરવા કરતાં મને હવે રેસિંગમાં આગળ વધવાની તીવ્ર ઈરણ થઈ ગઈ અને મેં મારા પણાને કીદું, “પણા, હવે મારે રેસિંગમાં જ આગળ વધવું છે. તમે જેમ કહેશો એમ હું કરીશ, રોજ વહેલો ઉઠીશ, બહારનું ખાવાનું નહિ ખાડું પણ બસ, તમે મને હજુ વધુ ટ્રેઇન કરો.”

બસ, એ દિવસથી રોજ મારા પણ મને વધુ સારી રીતે ટ્રેઇન કરવા લાગ્યા. મારી પણ મારા પણાને જોવાની દૃષ્ટિ જ બદલાઈ ગઈ. મારા પણ મારા પર ભિજાય તો એમાં પણ મને એમના પોઝિટિવ દેખાવા લાગ્યા. આમ પણાના પોઝિટિવ જોતાં-જોતાં અને મહેનત કરતાં-કરતાં હું ઓલમ્પિક સુધી પહોંચ્યો ગયો !

ત્યાર પછી એક સમય એવો આવ્યો જ્યારે મને લાગ્યું કે, હવે તો મને કોઈ હરાવી નહિ શકે અને મારા આવા વિચારની અસર મારા વર્તનમાં પણ આવવા લાગી. ત્યારે મારા પણાએ મને ટકોર કરી, “બેટા, આત્મવિશ્વાસ હોવો જોઈએ, પણ પોતાની આવડત ઉપર ઘમંડ ન હોવો જોઈએ, ઘમંડથી માણસને નીચે પડતાં વાર નથી લાગતી.”” પણ કહેવાય છે ને ઇગો હોય ત્યારે માણસને કંઈ પણ ન દેખાય, જેમણે મને અહીં સુધી પહોંચાડ્યો તેમને જ મેં કહી

દીદું “પણા તમને ના ખબર પડે, મને લાગે છે તમને મારા ઘમંડથી નહીં પણ ‘મારાથી કોઈ હવે જુતી નહિ શકે,’ એ વાતથી તકલીફ છે.”

બસ ત્યારથી પતન થયું ચાલું. જેમાં હું આરામથી ગોલ મેડલ લઈ આવી શકત એ ગેમમાં મારો ફોર્થ રેન્ક આવ્યો. એ દિવસે મને સમજાયું, ‘મારા પણાની ટકોરને ગણકારી નહીં અને જેમના થકી આગળ વધ્યો હતો, તેમના જ નેગેટિવ જોયા એ મારી કેવી મોટી ભૂલ હતી !’

હું ઉદાસ ચહેરે મારા પણ પાસે ગયો. મારો આવો ચહેરો જોઈને પણ બોલ્યા, “‘અરે બેટા, કંઈ વાંદો નહીં, નેકસ્ટ ટાઈમ આનાથી વધારે મહેનત કરીશું અને ગોલ મેડલ જરૂર જુતીશું.’” આ સાંભળીને મારું છુદય ભરાઈ ગયું કે, જેમની સાથે મેં આવું વર્તન કર્યું, એ હજુ પણ મારા હિત માટે જ વિચારે છે.

એ દિવસે મને સમજાયું કે, પેરેન્ટ્સ કાયમ આપણા હિતેચ્છુ હોય છે. સાચે જ, મમ્મી-પણ ઘરતી પર ભગવાન સ્વરૂપે હોય છે અને મેં નક્કી કર્યું કે, જીવનમાં ગમે તે થાય, એક ક્ષણ માટે પણ મમ્મી-પણાના નેગેટિવ કર્યારેય નહિ જોવા.

**બસ, એ દિવસથી આજ સુધી મેં હંમેશા એમના પોઝિટિવ જોયા છે,
કર્યારેય એમને દુઃખ થાય તેવું કર્યું
નથી અને રિઝલ્ટ તમારી સામે જ છે.**

**આ જ છે મારી
નોન સ્ટોપ સફળતાની ચાવી...**

THE KEY OF SUCCESS



Q and A

પ્રશ્નકર્તા : મમ્મી-પઢ્યાના પોજિટિવ કેમ જોવા અને કેવી રીતે જોવા ?

આન્સેપ્ટર : દાદા એમ કહે છે કે જયારે તમારો ભિત્ર તમને મદદ કરે છે, વ્યારે તમે તેને

‘થેન્ક યુ’ કહો છો પણ મમ્મી-પઢ્યા તો તમારા જન્મ પહેલાથી તમારું દ્યાન રાખે છે અને તમને સારા સંસ્કાર આપે છે તો પણ આપણે તેમને ‘થેન્ક યુ’ નથી કહ્યું. તો આપણે તેમની થોડી ભૂલો અવગાણી નથી શકતા ? આપણા મમ્મી-પઢ્યા આપણા માટે ફેટલું કરે છે એમાંથી ઘણું બધું તો આપણને ખબર પણ નથી હોતી.

પ્રશ્નકર્તા : અમને તેમના પર ઘણી વાર ગુસ્સો પણ આવી જાય છે તો મારે શું કરવું ?

આન્સેપ્ટર : જયારે તમને મમ્મી જમવાનું આપે છે અને એ તમને ના ભાવતું હોય તો તમને નેગેટિવ દષ્ટિના કારણે ગુસ્સો આવે છે. કે હંમેશા મારું ન ભાવતું જમવાનું બનાવે છે. પણ જો, તમે તે વખતે પોજિટિવ જુઓ કે આ જમવામાંથી મને જરૂરી પ્રોટીન અને વિટામિન્સ



મળે છે તો, તમને તમારા મમ્મી-પઢા પર ગુસ્સો નહીં આવે. જ્યારે શક્ય હોય ત્યારે ભાવતું જમવાનું બનાવે જ છે ને! જો તમે મમ્મી પઢાને જોવાની દણ્ણિ બદલી નાંખશો તો, તમને એમના પર ગુસ્સો નહીં આવે.

શું તમે કયારેય પણ તમારા મમ્મી-પઢા સાથે ગુસ્સાથી કે તરછોડથી વાત કરી છે કે ખરાબ વર્તન કર્યું છે ?

પ્રશ્નકર્તા : હા, જ્યારે મૂડ ખરાબ હોય કે એમના કોઈ નેગેટિવ જોવાઈ જાય ત્યારે તેમના પર જ ગુસ્સો આવે.

આપણું : જો તમારો મિત્ર તમારી સાથે બે-અણ વાર તરછોડથી વાત કરે તો તમે એની સાથે વાત કરવાનું છોડી દો છો ? તમે તમારા મમ્મી-પઢા સાથે આવી રીતે વાત કરો છો તો

પણ, એ તમને છોડી નથી દેતા. એવું હોત તો, તમે જ્યારે જન્મયા હતા ત્યારે જ તમને અનાથ-આશ્રમમાં ન મૂકી આવ્યા હોત ? ! પણ ના, તમારા મમ્મી-પઢા એવું નથી કરતા. તેઓ આપણા માટે જેટલું કરે છે ને એટલું તો આપણે કરી જ નથી શકતા, સમજ્યા ?

પ્રશ્નકર્તા : આપણે એમના ઉપકારો માટે કેવી રીતે આભાર માનવો જોઈએ ?

આપણું : ખરેખર તો આપણે થેન્કયુ, તેમનાં કરેલાં ઉપકારો સામેં કંઈ જ નથી. જો તમને સાચે આભાર માનવો જ હોય ને તો તેમના પ્રત્યે થતા નેગેટિવ વિચારો, ગુસ્સો, અવિનય અને તરછોડભર્યું વાણી-વર્તન બંધ કરી એમની સાથે પ્રેમથી રહેવું જોઈએ.

એક્ટિવિટી

આપણા દાદા ભગવાન
ફાઉન્ડેશન, GNC હારા
યોજાયેલ યુવા શિબિરના
એક સેશનની એક
એક્ટિવિટીમાં મમ્મી-પણ્યાએ
કરેલા ઉપકારોને એક લેટરમાં
લખી મમ્મી-પણ્યાને આપવાના
હતા. આ એક્ટિવિટીથી
યુવાનો અને મમ્મી-પણ્યા
વર્ચ્યે અભેદતા આવી, પહેલા
થયેલી તકરારો અને મતભેદો
દૂર થઈ ગયા હતા. આનાથી
ધણા યુવાનોને ફાયદો થયો
હતો, જેમાંથી એકનો અનુભવ
આપણે વાંચીશું.



તો અમે તમારા માટે આ વખતે એક ખૂબ જ સરસ એક્ટિવિટી લઈને આવ્યા છીએ. તમારે એક પેપર અને પેન લેવાની છે અને તમારા મમ્મી-પણ્યાએ આજ સુધી તમારા પર કરેલા ઉપકારને તેમાં લખવાના છે. એ લખાઈ જાય એટલે તમારા મમ્મી-પણ્યાને એ લેટર વાંચી સંભળાવવાનો છે. અગર મમ્મી-પણ્યા સાથે ન રહેતા હોય તો તેમને કોલ કરીને આ લેટર વંચાવવાનો છે.
તમારા માટે એક્ટિવિટીને સરળ બનાવવા માટે અમે એક સેમ્પલ લેટર અને લખેલો લેટર મમ્મી-પણ્યાને સંભળાવ્યા પછીનો અનુભવ પણ અમે નીચે લખેલો છે.
તો બધા જ યુવાનો આ એક્ટિવિટી કરવા માટે ડેડી છો ને...?

માતા-પિતા માટે પત્ર

No.

Date

આજ સુધી તમે મારા માટે ઘણું બદું કર્યું છે. મમ્મીએ મારા જન્મ પહેલાં નવ મહિના દરમિયાન ખૂબ કાળજી લીધી, મને બિલકુલ તકલીફ ન પડે અને ખૂબ સરસ સર્વાગી વિકાસ થાય તે માટે સતત દ્વાન રાખ્યું. મમ્મી, તમારો ખૂબ ખૂબ આભાર. તમારો આ પ્રેમ અને ઉપકાર મારા મરતાં સુધી ચ્યુકવી શકાય તેમ નથી.

પખ્યાએ મારા માટે ઘણું બદું કર્યું છે. હું નાનો હતો, ત્યારે આપણે પૈસાના થોડાક પ્રોબ્લેમ હતા. તો પણ, તમે મારી સાંગવડમાં કે પોષણ માટે કંઈપણ કમી રહેવા દીધી નથી. નાના હતા ત્યારે તમે અમને રેગ્યુલર ફરવા લઈ જતા. મેં જે રમકડું કહું હોય તે ગમે તેટલું મોંદું કેમ ન હોય, તમે મને ક્યારેય લેવાની ના નથી પાડી. મને ચાદ છે, હું નાનો હતો ત્યારે મને સાયકલનો ખૂબ ૪ શોખ હતો. આપણે નવી સાયકલ લઈ શકીએ એ પરિસ્થિતિમાં નહિતા, ખર્યમાં કેટલા ખાનિંગ કરીને ગમતી સાયકલ લઈ આપી. આજ સુધી મેં જે કંઈ પણ માંગ્યું છે એ તમે ચાદ રાખીને પૈસાની સાયકલ લઈ આપી. ક્યારેક મને જોઈતી વસ્તુ ન મળે તો મેં ગમેં તેમ કહી દીધું હશે, પણ તમારો પ્રેમ ક્યારેય ઓછો થયો નથી. જરૂર પડ્યે તમે ભલે મારા પર ખીજાયા છો, પણ મને ક્યારેય દુઃખ થાય તેવું તમે કર્યું નથી... તમે ખૂબ જ કેંદ્રિંગ પખ્યા છો, ખૂબ ખૂબ આભાર.

મમ્મી, જ્યારે હું ૧૦-૧૨ વર્ષનો હતો, ત્યારે હું વાત-વાતમાં રડવા લાગતો, બદ્યાં મને ખીજવતા તોય હંમશા તે મારી સાઈડ લીધી છે. ઘરખરના પૈસામાંથી બચાવીને તું મારી ભાવતી વાનગી બનાવી આપતી. હું તને ગમે તેવું કહી દડિ, તારી સામું બોલું, એક વખત તો મેં તને એવું પણ કહી દીધું હતું કે. તને નર્કમાં પણ જગ્યા નહિ મળે, આવું બદું મીસ બીહેવ ફરવા માટે દિલથી ‘સોરી’ મમ્મી, માફી માંગુ છું. મને એ વાતનો જીવનભર ખેદ રહેશે કે, તે મારા માટે ઘણું બદું કર્યું છે અને મેં તને આવું જેમ-તેમ કીધું હતું. જો બની શકે તો મને માફ કરી દેજો.

આજ સુધી મેં ક્યારેય તમારી અપેક્ષા પૂરી થાય તેવું કોઈ કામ કર્યું નથી. છતાં, તમારા બંનેનો પ્રેમ ક્યારેય ઓછો થયો નથી. દિલથી ‘થેન્ક યુ’ અને હવે તમને જેવો છોકરો જોઈએ છે, એવો બનવાની હું પુરી કોશિશ કરીશ.

- દર્શિત વેસ્નવ

અનુભવ

ખૂબ જ જેરદાર અનુભવ રહ્યો. પહેલા તો મા-બાપ જે કરે છે તે તેમની ફરજ છે અને કરવું જ જોઈએ તેવું માનતો. મમ્મી-પઢ્યાને લેટર લખ્યા પછી ખબર પડી કે જે હું મમ્મી-પઢ્યાની ફરજ સમજતો હતો તે તો ખરેખર ઉપકાર છે છોકરાઓ પર. ઘરે પહોંચ્યા પછી મારામાં ખૂબ ચેન્જ આવી ગયો. પઢ્યા ઓફિસ માટે જવા નીકળે તો આવજો કહેવાનું, ઘરે પાછા આવે તો કેવો રહ્યો દિવસ પૂછવાનું. હવે વધારે ઇનફોર્મલ વાતો ચાલુ કરી, જે પહેલા જરાય નહીં થતું.

મમ્મી જે કામ કહે એ તરત કરી નાખવાનું અને મારી બદ્ધી વાતો અને ઘણું બધું મમ્મી-પઢ્યા સાથે શેર કરવાનું. કેવો રહ્યો દિવસ? દિવસ દરમિયાન શું શું કર્યું? એ બદ્ધી વાતો કરવાની. ઘરનું વાતાવરણ પણ એકબીજાને માટે વધારે કેરિંગ લાગવા લાગ્યું. ઓવરઅ૱લ, ખૂબ જ લાઇફ ચેન્જિંગ અનુભવ રહ્યો.

- મેહૂલ ગોહિલ

એક વાર અનાથાશ્રમમાં જવાનું થયું, ત્યારે એવા બાળકોને મળવાનું થયું કે જેમને જીવનમાં ખૂબ સંઘર્ષ કરવો પડે છે, મમ્મી-પઢ્યા છે નહીં માટે અહીં રહેવું પડે છે. ત્યારે બાળકોની વ્યથા અને પરવશતા જોઈને હું મારી જાતને ખૂબ લકી માનવા લાગ્યો. હું તો મને ગમતી વસ્તુઓ, હરવા ફરવાનું બધું જુદ કરીને મેળવી જ લઈ છું, આ બાળકો શું કરતાં હશે ? તેમને કોણ છાલ કરતું હશે ? ભાવતી વાનગી મળતી હશે ? મમ્મી-પઢ્યાના પ્રેમ વગર કેવી રીતે જીવતા હશે ? અનેક સવાલો ઉછ્યા..

મારા મમ્મી-પઢ્યાની છાયામાં ‘હું દુનિયાનો સૌથી અમીર બાળક છું,’ એવું અનુભવવા લાગ્યો.

- ખ્યાતી ગોંડલીયા





જોક્સ

પિતા: આ પરીક્ષામાં તારા આટલા ઓછા માર્ક્સ કેમ આવ્યા?

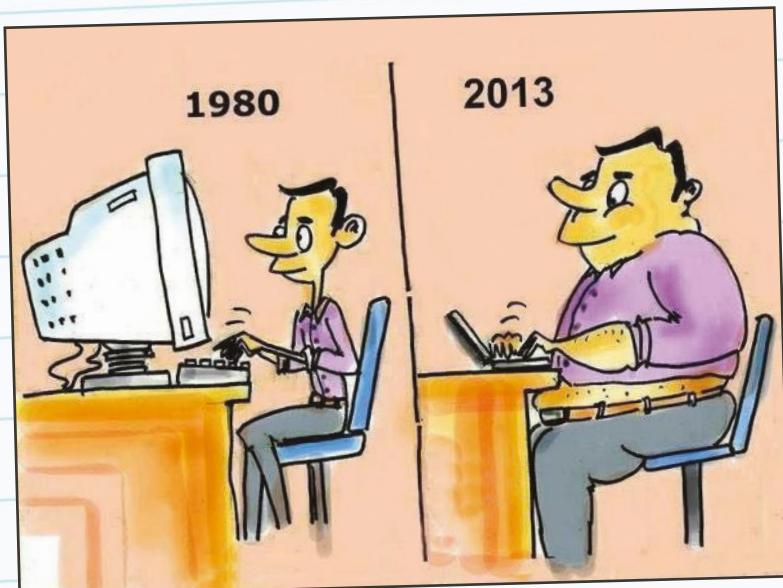
પુત્ર: ગેરહાજરીના લીધે.

પિતા: તું પરીક્ષામાં ગેરહાજર હતો?

પુત્ર: ના, પણ પરીક્ષામાં મારી બાજુમાં જે છોકરો બેસે છે, એ ગેરહાજર હતો.

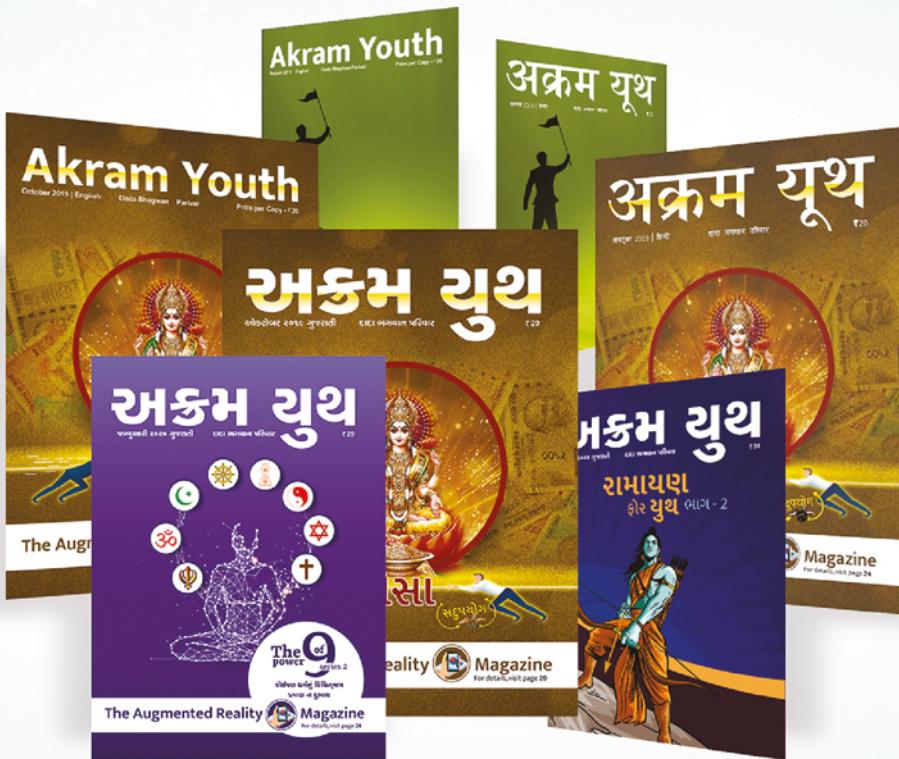
મમ્મી પોતાના બાળકોને: જે મારી બધી વાત માનશે અને જરાક પણ સામો જવાબ નહિ આપે એને હું ગીફ્ટ આપીશ.

બાળકો: લો, કરો વાત ! આ રીતે તો બધી ગીફ્ટ પણ જ લઈ જશો !



Free Download

Akram Youth Magazine



ગુજરાતી , હિંદી, English

youth.dadabhagwan.org

#કાવિતા

થોડા જુના, કયારેક ગરમ કયારેક શિતળ ધારા..
તોયે બાળકો માટે, કાયમ પ્રેમાણ ખૂબ સારા...

હુંફથી સિચ્યા-સાચ્યા, જેમ કોઈ કોમળ ફુલ...
મતભેદ છે તો સ્વીકારી લો, આપણી કોઈ ખૂલ...

તોઝાન તમારા હસીને, ટાળી દીધા જેમણે મજાકમાં...
તમારે પણ હસીને જતું કરવું, એમના કોઈ વાંકમાં...

એમને આભારી છે આશાઓ, ને જે ખધી સવાર છે...
વાંકા પ્રસંગે ગણવા ખેસવું, કેટલા એમના ઉપકાર છે...

દાદાજી અમારા કહે સંસારે, સુખી થવાનો ઉપાય છે...
સુખ આવે ત્યાં ઢોડી, જે ધર મા-ખાપની સેવા થાય છે...



દાદાના યુવાનો દ્વારા



વર્ષ: ૬, અંક : ૩

સપ્તંગ અંક : ૮૮

જુલાઈ ૨૦૨૧

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



અકમ યુથના સભ્યો માટે સૂચના

- આપનું લવાજમ પૂરું કચારે થાય છે , તે કઈ રીતે જાણશો ? આપના આવેલ અકમયુથના કવરના એફ્રેસ લેબલ પરના મેમ્બરશીપ નંબરના છેલ્લા છ અંક તપાસો. દા.ત. YGFT555/08-2028 એટલે તમારું લવાજમ ઓગાષ - ૨૦૨૮માં પૂરું થાય છે. અકમયુથ રિન્યુઆલની વિગત (લવાજમ અને સંપર્કસૂચ) 'સંપાદકીય' પેજ પર આપેલ છે.
- જો આપને કોઈ મહિનાનું અકમયુથ ન મળે તો ફોન નં. 8155007500 પર નીચેની વિગતો **SMS** કરવો.
૧) કાચી પાવતી નંબર અથવા ID NO. 2) પાકુ એડેસ-પીન કોડ સહિત 3) જે મહિનાનું મેળેજિન નથી મળ્યું એ મહિનો.

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.