સ્વામિનારાયણ મંદિર વાસણા સંસ્થા

CORONA WARRIORS

બનો એક બાળ યોદ્ધા

આધ સ્થાપક : ગુરુદેવ પ.પૂ.બાપજી

પ્રેરક : ગુરુવર્ય પ.પૂ.સ્વામીશ્રી

CORONA WARRIOR
GHANSHYAM

બાળમિત્રો ! આ **ઘનશ્યામ** એ આપણી બાળસભાનો બાળક છે.

તે ઉંમરે ખુબ નાનો છે, પણ આ કોરોના જેવા મહાશેતાનની સામે લડનારો ખુબ મોટો યોધ્ધા છે. તે ઘરની અંદર સેનિટાઈઝર રૂપી બંદુકને જોડે લઈને જ ફરે છે.

દર બે કલાકે પોતે અને પરિવારના તમામ સભ્યોના હાથને સેનિટાઈઝ કરાવે છે અને હા, દર વખતે સાવચેતીરૂપી સૂચના તો આપે જ છે કે "જો જો હોં.... હાથને મોં ઉપર ના જવા દેતા અને જરૂર પડે ત્યારે આ ઘનશ્યામ યોધ્ધાને બોલાવી લેજો, તે તમારી સાથે જ છે."

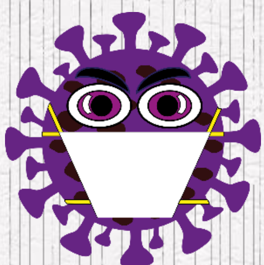
શું બાળમિત્રો તમારે ઘનશ્યામની જેમ "કોરોના વોરિયર" બનવું છે?

તો, આગળ આ પુસ્તક સ્વરૂપે ઘનશ્યામ શું–શું આ યુધ્ધ લડવા કરે છે, તે જાણીયે અને એ પ્રમાણે કરીએ.

LET'S PRAY FOR CORONA

બાળમિત્રો, સેવક દરરોજ સવારે વહેલા ઉઠીને કોરોનાથી બચવા મહારાજ, બાપા, ગુરુદેવ પ.પૂ.બાપજી અને ગુરુવર્ય પ.પૂ.સ્વામીશ્રીને પ્રાર્થના કરું છું, અને હા આપણા વ્હાલા ગુરુવર્ય પ.પૂ.સ્વામીશ્રીએ મહા કોરોનારૂપી–દેહાભિમાનને ટાળવા પ્રાર્થના કરવાનું કહ્યું છે તેના માટે પણ પ્રાર્થના કરું છું, તો ચાલો હવે પ્રાર્થના કરીએ...

આપને જે ભાષામાં પ્રાર્થના કરવી હોય તે ભાષા પર ટચ કરો.



MY
HDH BAPJI

@

MY BAL SABHA

TALK TO
HDH SWAMISHREE

પ્રથમ: સ્વામી ! મહારાજ અને મોટાપુરુષને રિઝવવાનો સહેલામાં સહેલો ઉપાય બતાવોને !!!

પ.પૂ.સ્વામીશ્રી : મહારાજ અને મોટાપુરુષને રીઝવવાનો સહેલામાં સહેલો ઉપાય છે સાચા ભાવે ભજન પ્રાર્થના કરવી.

સ્મિત : દયાળુ,ભજન અને પ્રાર્થના એટલે શું?

પ.પૂ.સ્વામીશ્રી : ભજન એટલે સ્વામિનારાયણ મહામંત્રનું રટણ કરવું, તેની લગની લાગવી, હાલતાં–ચાલતાં અખંડ સ્વામિનારાયણ... સ્વામિનારાયણ... કર્યા કરીએ તેને કહેવાય ભજન. અને પ્રાર્થના એટલે આજીજી, રીક્વેસ્ટ, સાચા ભાવે મહારાજ અને મોટાપુરુષ પાસેથી કંઈક માંગવું. પોતાની ભૂલોની કબુલાત કરવી, આપણને રાજીપામાં નડતા સ્વભાવ, દોષો, કુટેવોને દુર કરવાનું બળ માંગવાનું માધ્યમ એટલે પ્રાર્થના.

પ્રથમ અને સ્મિત : સ્વામી... સ્વામી, ભજન અને પ્રાર્થના કરવાથી અમને કંઈ ફાયદા ખરા..?

પ.પૂ.સ્વામીશ્રી : હા... હા... કેમ નહીં? ભજન–પ્રાર્થના કરવાથી ફાયદો જ ફાયદો છે. ભજન–પ્રાર્થનાથી ગંદા ને ખોટા વિચારો ન આવે, સદાય આનંદમાં રહેવાય, બધાં કાર્યોમાં સફળતા મળે, મહારાજ અને મોટાપુરુષ આપણી સાથે ને સાથે જ રહે, અને સૌથી મોટો ફાયદો એ કે મહારાજ આપણી પર ખુબ ખુબ રાજી થાય.

સ્મિત : પણ સ્વામીશ્રી, મહારાજ અમારી પ્રાર્થના સાંભળે ખરા..?

પ.પૂ.સ્વામીશ્રી : હા, કેમ ન સાંભળે? જો મહારાજ ફોટો હોય તો ના સાંભળે, તો શું મહારાજ ફોટો છે?

પ્રથમ અને સ્મિત : ના, ના, સ્વામી...

પ.પૂ.સ્વામીશ્રી : મહારાજ તો સદાય પ્રગટ, પ્રગટ અને પ્રગટ જ છે. મહારાજ આપણી પ્રાર્થના સાંભળે છે, પણ આપણો ભાવ કેવો છે તેના ઉપર આધાર છે. તો ગરજુ થઇ સાચા ભાવે તેમને રાજી કરવાની ઈરાકથી પ્રાર્થના કરીએ તો, મહારાજ સાંભળે જ...

સ્મિત : દયાળુ, આપે ગરજુ થઈને પ્રાર્થના કરવાનું કહ્યું તો. અમારે કેવી રીતે ગરજુ થઈને પ્રાર્થના કરવી?

પ.પૂ.સ્વામીશ્રી : તમારે નવી સ્કૂલબેગ જોઈતી હોય તો તમે શું કરો? માતાપિતાને વિનંતી કરી કે, પ્લીઝ દયાળુ, મને નવી સ્કુલબેગ લાવી આપોને. ખરુંને? કારણ કે, તમારે તે વસ્તુની જરૂર છે, ગરજ છે તેમ આપણે પણ મહારાજ પાસેથી રાજીપાની જરૂર છે. મૂર્તિનું સુખ જોઈએ છે તો બે હાથ જોડવા પડે, ખરેખરા ગરજુ–ભૂખ્યા થવું પડે, તેમને કાગરવું પડે તો તેને ગરજુ થઈને પ્રાર્થના કરી કહેવાય, ને જે ખરેખરા ભૂખ્યા ને ગરજુ થાય તેની પ્રાર્થના મહારાજ જરૂરથી સાંભળે જ.

પ્રથમ : તો દયાળુ, અમારે દિવસમાં કેટલી વખત ભજન–પ્રાર્થના કરવી જોઈએ?

પ.પૂ.સ્વામીશ્રી : આપણા શરીરમાં જેમ શ્વાસોશ્વાસની ક્રિયા સતત ચાલુ જ રહે છે, તેમ ભજન–પ્રાર્થના સતત કરવી જોઈએ. કારણ, મહારાજ અને મોટાપુરુષ તો આપણું જીવન છે. માટે વધારેમાં વધારે બને એટલી પ્રાર્થના–ભજન કરી શકાય ને ઓછામાં ઓછી ૨૫ વાર પ્રાર્થના ને ૫૦ વાર ભજન તો કરવું જ જોઇએ તો મહારાજ રાજી થાય.

પ્રથમ, સ્મિત : દયાળુ, અમારે કેવી કેવી પ્રાર્થના કરવી જોઈએ?

પ.પૂ.સ્વામીશ્રી : દિવસમાં એક વખત મહારાજને “શ્રીજી છો કૃપાળુ...”, “આપના તે આભમાં હું...”, “સંકલ્પ પ્રાર્થના”, “હરતા ફરતા...”, જેવી એક પ્રાર્થના ગાઈને કરવી જોઈએ અને હાલતાં–ચાલતાં નીચે આપેલી છે એવી પ્રાર્થનાઓ કરી શકાય;

“હે દયાળુ દયા કરો.”
“હે પ્રભુ ! દોષો થકી મારી રક્ષા કરજો.”
“હે વ્હાલા ! મારી ઉપર રાજી રહેજો.”
“હે દયાળુ ! કુસંગ થકી મને બચાવજો.”
“હે મહારાજ ! મારી ભેળા રહેજો.”
“હે મહારાજ ! આપના સંકલ્પ સમું પાત્ર બનાવજો.”

DAILY SPIRITUAL PRACTICES

1

દરરોજ ઓછામાં ઓછુ

૧૫ મિનીટ

ધ્યાન કરવું.

2

દરરોજ ઉંમર જેટલી

માળા

કરવી.

3

દરરોજ ઘર મંદિરની

સેવા

કરવી.

4

દરરોજ પાંચ

માનસીપૂજા

કરવી.

HELPING AT HOME

1

આપણા સ્ટડીરૂમના
તમામ કબાટ, ટેબલ,
સ્કૂલ બેગ ને
સાફ કરીએ .

2

ઘરની અંદર રહેલી મહારાજ,
બાપા, ગુરુદેવ પ.પૂ.બાપજી,
ગુરુવર્ય પ.પૂ.સ્વામીશ્રીની
તમામ મૂર્તિઓને સ્નાન
કરાવવું. (સાફ કરવી.)

3

ઘરની અંદર દિવસ
દરમ્યાન બિનજરૂરી
કચરો જ્યાં-ત્યાં
ન ફેંકીએ.

4

ઘરના મોટા મુકતો
એટલે કે, મમ્મી, પપ્પા,
દાદા, દાદીને જરૂર પડે
ત્યારે મદદરૂપ થઈએ.

IT'S TIME TO CALL

બાળમિત્રો, આજે ઘણા દિવસો થઇ ગયા છે પણ,
ના તો ટીચર, મિત્રો, કોઈની સાથે વાત નથી થઇ,
તો ચાલો આજે આપણે તેમને ફોન કરીએ.

આપણે કોને કોને ફોન કરવો?

- શિક્ષક
- શિક્ષક
- મિત્રો
- પૂ.સંતો
- સગા સંબંધીઓ
- સંચાલકો

ETIQUES FOR CALL

1.ફોનમાં વાત કરતાં પહેલાં સામેનાને “જય સ્વામિનારાયણ ' અથવા “જય સ્વામિનારાયણ દયાળ !” એમ બોલીએ, ફોન ઉપર સામે સત્સંગી હોય કે બિનસત્સંગી હોય પરંતુ ફોન ઉપાડતાં પહેલાં આ તો બોલવું જ જોઈએ .

2.ફોન ઉપર વાત કરવામાં ખૂબ વિવેક જાળવવો. આપણી વાણી સરળ અને મીઠી રાખવી. ગુસ્સાથી કે અકળાઈને વાત ન કરીએ. જે પૂછે તેનો શાંતિથી ઉત્તર આપીએ.

3.કોઈનો ફોન કરીએ તો સૌપ્રથમ વિવેકપૂર્વક આપણો પરિચય આપવો.

4.ફોન ઉપર જેટલી જરૂર હોય તેટલી જ વાત કરીએ. બિનજરૂરી વાતો ન કરીએ.

5.પૂ.સંતોનો ફોન કરીએ ત્યારે આપણા ઘરમાં રહેલા મહિલાનો અવાજ ન સંભળાય તેનો ખ્યાલ રાખીએ.

6.આપણે ફોન ઉપર વાત કરવાથી કોઈને ખલેલ પહોંચે તેમ હોય તો આપણે થોડા દૂર જઈ વાત કરવી જોઈએ.

7.સૌપ્રથમ કોરોના અંગે તેમની તબિયત તથા મુશ્કેલી અંગે પૂછવું, ત્યારબાદ આપણી તથા આપણા પરિવારના તબિયત અંગેના સમાચાર આપવા.

IT'S TIME TO
MY BAL SABHA

બાળમિત્રો, બાળસભા એ આપણું જીવન છે. જયારે આપણા માટે થઈને આ લોકડાઉન દરમ્યાન પૂ.સંતો દરરોજ આપણને બાળસભાનો લાભ આપે છે. તો, ચાલો આપણે બાળસભાનો લાભ લઈએ.

આપણી બાળસભાનો સમય:– દરરોજ સાંજે 5:00 થી 6:00

ચાલો બાળમિત્રો, હું તો બાળસભામાં જાઉં છું, તમારે પણ આવવું છે ને ! તો ચાલો મને ટચ કરો, આપણે સીધા બાળસભામાં પહોંચી જઈશું...

EXERCISE FROM MY BAL SABHA

બાળમિત્રો, બાળસભાનો લાભ લેતા–લેતા સભામાંથી શીખવા મળે તેને નોંધવું જોઈએ, તો ચાલો આપણે **Exercise** કરીએ.

આજની બાળસભાનો વિષય:– _____________________

સારરૂપ મુદ્દા:–

1) _____________________
2) _____________________
3) _____________________
4) _____________________
5) _____________________

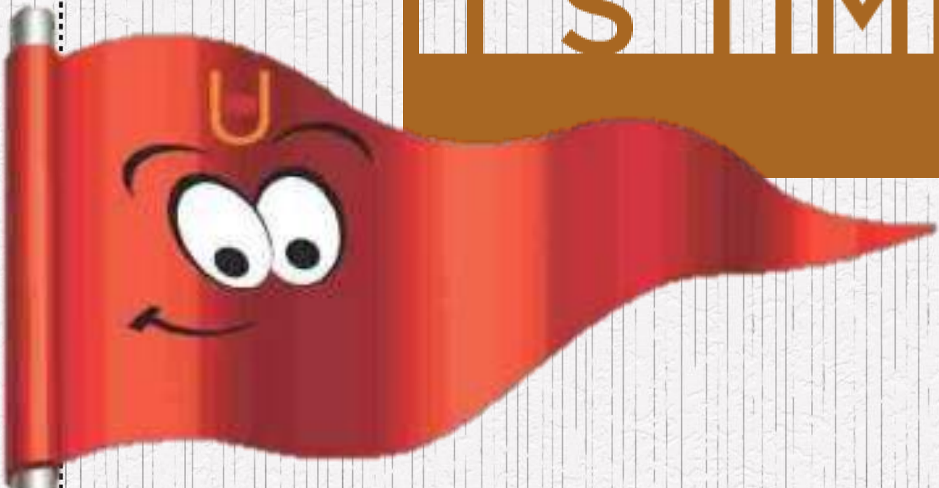
હોમવર્ક:–

1) _____________________
2) _____________________
3) _____________________

નોંધ:–

બાળમિત્રો, તમે જે લાઈવ બાળસભાનો લાભ લીધો તેનો વિષય લખવો, સભા દરમ્યાન પૂ.સંતોએ આપેલ લાભનો બોધ અહીં લખવો. સભા બાદ, આપણે જાતે જ સભામાંથી જે નક્કી કર્યું હોય તેને હોમવર્કમાં લખવું.

IT'S TIME FOR FUN



વ્હાલા મુકતો, જય સ્વામિનારાયણ,
ભલે હું છું નાની,
પણ છું સૌની પ્યારી,
સહુ મને વ્હાલ કરે,
સહુ મારી આમન્યા રાખે.
ના કોઈ મારી માથે થુંકે,
ના કોઈ મારી ઉપર પગ મૂકે,
સહુ મને માન જ આપ્યા કરે,
મંદિરની... તો ટોચ ઉપર.
સ્કુલની... તો ટોચ ઉપર.
સરકારી સંકુલોની..તો ટોચ ઉપર,
મારું સ્થાન તો કાયમ ટોચ પર જ હોય.
શું મારી જેમ તમારે પણ કાયમ ટોચ પર
રહેવું છે?
જાણવું છે મારી ઉંચાઈનું રહસ્ય?
તો સાંભળો : આ બધાનું કારણ છે.
મેં શીખેલી એક આવડત.
દ્રઢ કર્યું છે એક જ સૂત્ર : ભલે દયાળુ !!
ગમે તે દિશામાંથી પવન ફૂંકાય,
ગમે તેવી ઠંડી કે ગરમ લુ વાય...
હવાની દિશા પ્રમાણે હું (ધજા)
ફરક્યા જ કરું,
ના કોઈ દલીલ, ના કોઈ પ્રશ્ન,
બસ, એક જ જીવનનો મંત્ર,
બોલો, ભલે દયાળુ !!
શું થવું છે તમારે પણ વડીલોના વ્હાલા?
મિત્રોના વ્હાલા?
ગુરુદેવ પ.પૂ.બાપજી અને
વ્હાલા ગુરુવર્ય પ.પૂ.સ્વામીશ્રીના વ્હાલા?
શ્રીજી મહારાજના વ્હાલા?
તો તમે પણ બોલો, ભલે દયાળુ !!
જીવન બનાવો સૌનું વ્હાલું.

ભલે દયાળુ ! ના ફાયદા

સદા
આનંદમાં
રહેવાય

આજ્ઞા
નિયમો સહેજે
પળાય

બધાનાં
વ્હાલા
બનાય

સહેલાઈથી
પ્રગતિ
કરી શકાય

મહારાજ, ગુરુદેવ પ.પૂ.બાપજી, ગુરુવર્ય પ.પૂ.સ્વામીશ્રી અને સંતો ખુબ રાજી થાય.

મહાન બનાય

ભૂલ સુધરે

રમત ગમતનાં શિખર ઉપર બેસી શકાય.

પરસ્પર આત્મીયતા જળવાય