

August 2024

Monthly Magazine
Year 10 Issue 8

Satyug

नारायण रेकी सतसंग परिवार
In Giving We Believe

सतसुग



हमारा उद्देश्य

“हर इंसान तन, मन, धन व संबंधों से स्वस्थ हो
हर घर में सुख, शांति समृद्धि हो व
हर व्यक्ति उन्नति, प्रगति व सफलता प्राप्त करे।”

बुधवार सतसंग

प्रत्येक बुधवार प्रातः ११ बजे से ११.३० बजे तक

फेसबुक लाइव पर

सतसंग में भाग लेने के लिए नारायण रेकी सतसंग परिवार के फेसबुक पेज को ज्वाइन करें और सतसंग का आनंद लें।

नारायण गीत

नारायण-नारायण का उद्घोष जहाँ
राम राम मधुर धुन वहाँ
सबको खुशियाँ देता अपरम्पार,
जीवन में लाता सबके जो बहार
खोले, उन्नति, प्रगति, सफलता के द्वार,
बनाता सतयुग सा संसार
वो है, वो है हमारा नारायण रेकी सतसंग परिवार
हमारा सन.आर.सस.पी., प्यारा सन.आर.सस.पी.
प्यार, आदर, विश्वास बढ़ाता
रिश्तों को मजबूत बनाता, मजबूत बनाता
परोपकार का भाव जगाता
सच्चाई, नम्रता सेवा में विश्वास बढ़ाता
सत की करता अंगीकार
बनाता सतयुग सा संसार
वो है, वो है हमारा नारायण रेकी सतसंग परिवार
मुस्कान के राज बताता,
तन, मन, धन से देना सिखलाता
हमको जीना सिखलाता
घर-घर प्रेम के दीप जलाता
मन क्रम से जो हम देते वही लौटकर आता, वही लौटकर आता
बनाता सतयुग सा संसार
वो है, वो है हमारा नारायण रेकी सतसंग परिवार
सन.आर.सस.पी.,सन.आर.सस.पी.

॥ ५ ॥

पावन वाणी

प्रिय नारायण प्रेमियों,

॥ नारायण नारायण ॥



बात कोविड की है। हमारी टीम ने हमें ऑनलाइन सत्संग का सुझाव दिया। हमेशा की तरह हमने उनसे कुछ समय माँगा। मन में बस एक ही संशय था कि इस परिवर्तित सत्संग को सत्संगी अपना पायेंगे क्या? मस्तिष्क से आवाज़ आई, कोविड के इस जीवन को भी तो लोगों ने स्वीकार कर लिया है। फिर प्रतिप्रश्न उभरा। पर यह तो मजबूरी है। तभी नारायण ने स्वतः व्यवस्था की और लगा जैसे साक्षात नारायण ही सामने बैठ कर कह रहे हों, 'परिवर्तन प्रकृति का नियम है।'

उम्र के हिसाब से तुम बदल गयीं, घर की व्यवस्थाएँ बदल गयीं, समाज बदल गया, रिश्ते बदल गये। सब बेहतर ही तो हुआ है न? अगर कुछ मनमुताबिक परिवर्तित नहीं हुआ तो मन ने उसे नारायण का प्रसाद समझ स्वीकार किया है ना? फिर सत्संगी ऑनलाइन सत्संग को क्यों नहीं अपनायेंगे? बस मन गुनगुना उठा, 'जीवन चलने का नाम चलते रहो सुबह शाम' एक जोश से भरे मन ने टीम को ऑनलाइन सत्संग की अनुमति दे दी जिसके सुखद फल आप सभी आज भी चख रहे हैं।

परिवर्तन की इस प्रक्रिया को सकारात्मकता से स्वीकार करें और बड़ी ही आसानी से जीवन को सप्त सितारा बना लें।

शेष कुशल

R. Modi

॥ नारायण नारायण ॥

-: संपादिका :-

संध्या गुप्ता

09820122502

-: प्रधान कार्यालय :-

नारायण भवन

टोपीवाला कंपाउंड, स्टेशन रोड, गोरेगांव (प.), मुंबई

-: क्षेत्रीय कार्यालय :-

अहमदाबाद	जैविनी शाह	9712945552
अकोला	शोभा अग्रवाल	9423102461
अकोला	रिया अग्रवाल	9075322783
अमरावती	तरुलता अग्रवाल	9422855590
औरंगाबाद	माधुरी धानुका	7040666999
बैंगलोर	कनिष्का पोद्दार	7045724921
बैंगलोर	शुभांगी अग्रवाल	9327784837
बैंगलोर	शुभांगी अग्रवाल	9341402211
बस्ती	पूनम गाडिया	9839582411
बिहार	पूनम दूधानी	9431160611
भीलवाड़ा	रेखा चौधरी	8947036241
भोपाल	रेनु गट्टानी	9826377979
चेन्नई	निर्मला चौधरी	9380111170
दिल्ली (नोएडा)	तरुण चण्डक	9560338327
दिल्ली (नोएडा)	मेधा गुप्ता	9968696600
दिल्ली (डब्ल्यू)	रेनु खिन्न	9899277422
धुलिया	रेणु भटवाल	878571680
गोंदिया	पूजा अग्रवाल	9326811588
गोहटी	सरला लाहोटी	9435042637
हैदराबाद	स्नेहलता केडिया	9247819681
इंदौर	धनश्री शिरालकर	9324799502
जालना	रजनी अग्रवाल	8888882666
जलगांव	काला अग्रवाल	9325038277
जयपुर	प्रीति शर्मा	9461046537
जयपुर	सुनीता शर्मा	8949357310
झुनझुनू	पुष्पा देवी टिबेरेवाल	9694966254
इचलकरंजी	जय प्रकाश गोयनका	9422043578
कोल्हापुर	राधिका कुमटेकर	9518980632
कोल्हापुर	स्वेटा कोडिया	9831543533
कानपुर	नीलम अग्रवाल	9956359597
लातूर	ज्योति भूतडा	9657656991
मालेगांव	रेखा गारोडिया	9595659042
मालेगांव	आरती चौधरी	9673519641
मोरबी	कल्पना चोरोडिया	8469927279
नागपुर	सुधा अग्रवाल	9373101818
नांदेड़	चंदा काबर	9422415436
नवलगढ़	ममता सिंगोडिया	9460844144
नासिक	सुनीता अग्रवाल	9892344435
पुणे	आभा चौधरी	9373161261
पटना	अरविंद कुमार	9422126725
पुरुलिया	मृदु राठी	9434012619
परतवाड़ा	राखी मनीष अग्रवाल	9763263911
रायपुर	अदिति अग्रवाल	7898588999
रांची	आनंद चौधरी	9431115477
सुरत	रंजना अग्रवाल	9328199171
सोमली	हेमा मंत्री	9403571677
सिकर (राजस्थान)	सुषमा अग्रवाल	9320066700
श्री गंगानगर	मधु त्रिवेदी	9468881560
सतारा	नीलम कदम	9923557133
शोलापुर	सुवर्णा बलदवा	9561414443
सिलीगुड़ी	आकांक्षा सुधरा	9564025556
टाटा नगर	उमा अग्रवाल	9642556770
राउरकेला	उमा अग्रवाल	9776890000
उदयपुर	गुणवंती गोयल	9223563020
उबली	पल्लवी मलानी	9901382572
वाराणसी	अनीता भालोटिया	9918388543
विजयवाड़ा	किरण झंवर	9703933740
वर्धा	रूपा सिधानिया	9833538222
विशाखापतनम	मंजू गुप्ता	9848936660
गुडगांव	मेधा गुप्ता	9968696600
यवतमाल	वंदना सूचक	932521889
अंतर्राष्ट्रीय केंद्र का नाम		
ऑस्ट्रेलिया	रंजना मोदी	61470045681
दुबई	विमला पोद्दार	+971528371106
काठमांडू	रिचा केडिया	+977985-1132261
सिंगापुर	पूजा गुप्ता	6591454445
शारजाह	शिल्पा मंजरे	+971501752655
बैकॉक	गायत्री अग्रवाल	66952479920
विराटनगर	मंजू अग्रवाल	+977980-2792005
विराटनगर	वंदना गोयल	+977984-2377821

॥ ५ ॥

संपादकीय

प्रिय पाठकों,

॥ नारायण नारायण ॥

पिछले दिनों, काफ़ी लंबे अरसे के बाद सोसाइटी में नीचे उतरी तो सब कुछ काफ़ी परिवर्तित-सा लगा। वाटर टैंक के ऊपर हट वाला गजीबो बहुत ही खूबसूरत लग रहा है। गजीबो बनने से इमारत में चार चंद लग गये हैं।

परिवर्तन हमेशा विकास के लिए, उन्नति के लिए, प्रगति के लिए होता है। भीतर से आवाज़ आई। मन एक सुखद एहसास से भर गया। एक मासूम बच्चे सा ख्याल फिर मन में फुदका क्यों न इस बार सतयुग के अंक में परिवर्तन विषय को लिया जाये। बस टीम से बात की और सतयुग की टीम जुट गई पाठकों के साथ परिवर्तन विषय पर बातचीत करने के लिए।

आप सभी परिवर्तन की प्रक्रिया को सकारात्मकता से ग्रहण करते रहेंगे इन शुभकामनाओं के साथ,

आपकी अपनी
संध्या गुप्ता

अंतर्राष्ट्रीय कार्यालय :

नेपाल
ऑस्ट्रेलिया
बैकॉक
कनाडा
दुबई
शारजाह
जकार्ता
लन्दन
सिंगापुर
डबलिनओहियो
अमेरिका

रिचा केडिया 977985-1132261
रंजना मोदी 61470045681
गायत्री अग्रवाल 66897604198
पूजा आनंद 14168547020
विमला पोद्दार 971528371106
शिल्पा मंजरे 971501752655
अपेक्षा जोगनी 9324889800
सी.ए. अक्षता अग्रवाल 447828015548
पूजा गुप्ता 6591454445
स्नेह नारायण अग्रवाल 1-614-787-3341

अमेरिका

सिंसिनाती मेधा अग्रवाल +1(516)312-4189
कनेक्टिकट उष्मा जोशी
फ्लोरिडा बीना पटेल +1(904)343-9056
शिकागो चौदनी ठक्कर +12247700252
केलिफोर्निया सुशीला तयाल +12247700252
न्यू जर्सी शैली अग्रवाल +912012842586

we are on net



narayanreikisatsangparivar



@narayanreiki

प्रकाशक : नारायण रेकी सतसंग परिवार
मुद्रक : श्रीरंग प्रिन्टर्स प्रा. लि. मुंबई.
Call : 022-67847777

॥ नारायण नारायण ॥



शून्य से शिखर, शिखर से शून्य और जन्म से मृत्यु और पुनः जन्म - ब्रह्मांड में परिवर्तनों का दौर अबाध गति से चलता रहता है। परिवर्तनों के इस चक्र से समय भी अछूता नहीं रहता है। वक्त का हर लम्हा अपनी रफ्तार से निरंतर गुज़रता जाता है। जो चीज थोड़ी देर पहले थी, अभी नहीं है, जो अभी है थोड़ी देर बाद नहीं रहेगी। अर्थात् इस दुनिया में कुछ भी शाश्वत नहीं है, कुछ भी स्थायी नहीं है। लिहाजा सबसे स्थायी परिवर्तन ही है।

प्रकृति का सबसे महत्वपूर्ण और शाश्वत नियम है—परिवर्तन। यह नियम सभी जीवित और निर्जीव वस्तुओं पर लागू होता है। परिवर्तन वह प्रक्रिया है जिसके माध्यम से जीवन और प्रकृति निरंतर विकसित होते रहते हैं। इसे समझना और अपनाना मनुष्य के लिए अत्यंत आवश्यक है, क्योंकि यह जीवन का मूलभूत सत्य है।

पृथ्वी के आरंभ से ही प्रकृति में निरंतर परिवर्तन हो रहे हैं। जलवायु, भौगोलिक संरचना, और यहां तक कि जीवन के विभिन्न रूप भी समय के साथ परिवर्तित हुए हैं। इस विकास प्रक्रिया में जीव-जंतुओं ने भी अपने आप को समय के अनुसार ढाल लिया है, जिससे जीवन का विकास संभव हो पाया है। रात-दिन, जाड़ा-गर्मी, हानि-लाभ, मिलने और बिछुड़ने के अनेक प्रकार के परिवर्तन मनुष्य के जीवन में आते ही हैं। परस्पर विरोधी होते हुए भी ये एक सम्भावना अपने साथ लिए होते हैं। पतझड़ के आने से वसंत का आना सुनिश्चित हो जाता है। इसलिए दोस्तों जीवन को सजग बनाओ, सरल बनाओ, ज़िन्दगी को सरलता से जियो। जो भी बदल रहा है वो बदलेगा ही। आप उसे नहीं रोक सकते क्योंकि परिवर्तन ही संसार का नियम है।

ब्रह्माण्ड का कण-कण परिवर्तनशील है। हमारे शरीर के पुरानी कोशिकायें नष्ट हो जाती हैं और उनकी जगह नई कोशिकायें आती हैं। यह तो हमारी देह की स्थिति है, हमारी आंतरिक स्थिति में और व्यक्तित्व में भी पल-पल परिवर्तन होता रहता है। मानव पुराने वस्त्र छोड़कर नए वस्त्र धारण करता है, पुराना घर छोड़कर नए घर में जाता है, और भी बहुत सी पुरानी वस्तुओं के स्थान पर नई वस्तुओं की इच्छा करता है। यह परिवर्तन भी आवश्यक है। जो इस परिवर्तन को स्वीकार नहीं करता वो अपने आप को जीवन की सुंदरता से दूर रखता है। मनुष्य का जीवन भी परिवर्तन के बिना संभव नहीं है। शिशु से लेकर वृद्धावस्था तक की यात्रा में मानव जीवन में कई बदलाव आते हैं। ये परिवर्तन हमें जीवन के विभिन्न चरणों को समझने और अनुभव करने का अवसर देते हैं। समय के साथ समाज और संस्कृति में भी बदलाव आते हैं। एक समय था जब समाज में रूढ़िवादी विचारधारा हावी थी, लेकिन समय के साथ जागरूकता और शिक्षा के प्रसार ने समाज को प्रगतिशील बनाया।

विज्ञान और प्रौद्योगिकी में भी निरंतर परिवर्तन हो रहे हैं। प्राचीन काल से लेकर आज तक, विज्ञान ने अनेक आविष्कार किए हैं जिन्होंने मानव जीवन को सरल और सहज बना दिया है। ये परिवर्तन मानव जीवन की गुणवत्ता में सुधार लाते हैं और नए-नए अवसर प्रदान करते हैं।

जो मानव परिवर्तन का पहले से ही अनुमान लगा लेता है वही अपने आप को परिस्थितियों के हिसाब से ढालने में सफल होता है। इससे वह सशक्त बनता है। कई बार जीवन में कुछ ऐसी घड़ियां आ जाती हैं जब कोई नई घटना नहीं घटती, तब ऐसा लगने लगता है कि जीवन स्थिर हो गया है। इससे मानव उकता जाता है। परिवर्तन के आने से ही जीवन आगे बढ़ता है, फिर चाहे यह परिवर्तन शुभ हो या अशुभ। यही परिवर्तन ही जीवन में नए उत्साह की, नए

साहस की लहर लाता है।

परिवर्तन का सामना करने का सर्वोत्तम उपाय है कि उसका स्वागत किया जाए। बीते युग का मोह त्यागने से ही मानव ऐसी स्थिति में आ सकता है। एक पुरुष से पूछा गया कि तुम में ऐसी महान शक्ति कैसे आ गयी तो उसका उत्तर था कि वह अपना तनिक भी समय बीते वक्त के पछतावे में नष्ट नहीं करता। पुराना जाता है तभी नया आ सकता है, यही संसार का नियम है, सृष्टि का नियम है।

श्रीमद्भागवत गीता में जीवन का सार छिपा हुआ है। जो व्यक्ति भगवान कृष्ण के इस सार को समझ लेता है वह जीवन में सफलता प्राप्त करता है। व्यक्ति के समस्त प्रकार के कष्ट दूर हो जाते हैं। जीवन के अर्थ को समझ लेता है। कुरुक्षेत्र में जब अर्जुन धर्मसंकट में फंस गए तब भगवान श्री कृष्ण ने उन्हें गीता का उपदेश दिया। गीता में जीवन का सार छिपा हुआ है। जिसने गीता के उपदेशों को समझ लिया और अपने जीवन में उतार लिया, समझो उसका जीवन सफल हो गया है। गीता व्यक्ति को अच्छे बुरे का भेद बताती है। जीवन की सफलता का मंत्र गीता के उपदेशों में छिपा है। मान्यता है कि गीता का पाठ करने से भगवान कृष्ण का आशीर्वाद प्राप्त होता है। भगवान कृष्ण अपने भक्तों पर कभी कष्ट नहीं आने देते हैं। गीता का सार व्यक्ति को महानता की ओर ले जाता है। आइए जानते हैं श्रीमद्भागवत गीता से आज का सबसे मंत्र-

परिवर्तन संसार का नियम है। इस संसार में कोई भी चीज स्थाई नहीं है। जो आया है वह जाएगा। जिसने जन्म लिया है उसका एक दिन अंत भी होगा लेकिन व्यक्ति इन बातों को भूल जाता है। पद और शक्ति के घमंड में वह इन बातों को भूल जाता है। व्यक्ति के कष्ट का कारण भी यही है। जो व्यक्ति इस तथ्य को समझ लेता है वह जीवन के अर्थ का समझ लेता है और जीवन का आनंद उठाता है। व्यक्ति को अपनी जिम्मेदारियों का सही तरह से निर्वाहन करना चाहिए। कल क्या होगा इस फेर में नहीं फंसना चाहिए। जो वर्तमान को अच्छा बनाते हैं और आज पर विश्वास करते हैं वही सफल होते हैं। इसे अच्छी तरह से समझ लेना चाहिए कि जो आज है वो कल नहीं होगा। मेरा तेरा ये सब व्यर्थ है। इस जंजाल से जितना जल्दी हो सके निकलने का प्रयास करना चाहिए।

हाँ अगर आपका जीवन सतर्कता से भरा है तो आप मानसिक, भावनात्मक और आर्थिक रूप से संभलकर अपने को संतुलित रख सकते हैं। जिस दोस्त के साथ आप रोज घूमते-मिलते-बैठते थे अब आप ऐसा नहीं कर पाएंगे यह परिवर्तन आपको स्वीकारना ही होगा।

इस जीवन में वही आगे बढ़ते हैं जो परिवर्तन की प्रक्रिया से भयभीत नहीं होते। वे भली भाँति जानते हैं कि स्थिरता ही जड़ता, नीरसता और निष्क्रियता की जनक है। परिवर्तन ही संसार का नियम है। जो आगे नहीं बढ़ता है, नए अनुभवों का स्वागत नहीं करता है वह अपनी जीवन की ऊर्जा को गँवा बैठता है।

हम अपने चारों ओर देखते हैं कि जो कल तक महत्वपूर्ण वस्तुएँ थी आज उनका कोई मूल्य नहीं रहा। यहाँ तक कि कल के प्रसिद्ध लोग आज में भुला दिए जाते हैं। जो इस जीवन में कुछ करने के लिए पैदा हुए हैं उन्हें बीते को भूलना और आते हुए को स्वीकार करना ही पड़ेगा। यह जीवन रुकने के लिए नहीं मिला है। कितनी भी मुसीबत आये तब भी रुकना उचित नहीं। रुकने के स्थान पर प्रतिकूलताओं से लड़ने की मनःस्थिति बनानी आवश्यक है।

परिवर्तन को जीवन का अपरिहार्य अंग मानकर उसे स्वीकारना चाहिए। यह प्रकृति का नियम है और इसके बिना जीवन की कल्पना भी नहीं की जा सकती। परिवर्तन ही जीवन में नई ऊर्जा और उत्साह लाता है। इसलिए, परिवर्तन से डरने के बजाय उसे आत्मसात करने की कोशिश करनी चाहिए, क्योंकि यही वह प्रक्रिया है जो हमें हमारे जीवन के लक्ष्य तक पहुंचाती है और हमें एक बेहतर इंसान बनाती है।

परिवर्तन को अपनाकर ही हम अपनी वास्तविक क्षमता को पहचान सकते हैं और एक समृद्ध और सफल जीवन की दिशा में आगे बढ़ सकते हैं।

जीवन का मार्ग राजपथ नहीं है जो सीधा और सपाट हो बल्कि जीवन का मार्ग कहीं सपाट, कहीं पथरीला, कहीं रेतीला और कहीं तो ऐसा है जहाँ कोई रास्ता ही नहीं है। ज़िन्दगी के बदलावों को स्वीकारने के लिए हमें पहले से तैयार रहना होगा।


दोस्तों जीवन की ऊर्जा को आप सही दिशा में तभी नियोजित कर सकते हैं जब आप जीवन में होने वाले परिवर्तनों से संतुलित होकर सामंजस्य बिठाना और अवसर पैदा करना सीख जाएँ।

॥ नारायण नारायण ॥

आज का विचार

NRSP के सिद्धांतों ने ईमानदारी और वफादारी के गुणों को सर्वश्रेष्ठ जगह दी है। हमने शेयरिंग में सुना वाहन चालक ने पैसे बचाने के लिए झूठ बोलने को कहा पर एन आर एस होने की वज़ह से हमने सच ही बोला। यदि झूठ बोला होता तो हो सकता है थोड़े पैसे बच भी जाते मगर प्रकृति वसूल करना जानती है। ईमानदारी और वफादारी कि तरंगें हमारे इर्द, गिर्द सुरक्षा कवच कि तरह रहती हैं और हमको पूर्ण रूप से सुरक्षित करती रहती हैं। हर कार्य में हर अवस्था में ईमानदारी बरकरार रखिए।

- राज दीदी





ज्ञान मँजूषा के इस स्तंभ में हम एक लंबे समय से दीदी के सत्संग के खज़ाने से कुछ चुने हुए प्रश्न लाते हैं जिनका उत्तर समसामयिक तो होता ही है, साथ ही साथ सभी सत्संगियों के लिए प्रेरणादायक भी होता है। सत्संग के खज़ाने से इस बार के कुछ मोती-

दीदी लाइफ lesson जो आप हमसे share करना चाहो?

राज दीदी - जीवन हमें कदम कदम पर सिखाता है अगर आप सीखना चाहें तो। कोई भी घटना जो हमारे जीवन में घटित होती है, जब अच्छी होती है तो हम बहुत खुश रहते हैं, बहुत समय तक दिमाग में रहता है, हम उसके बारे में सोच कर खुश होते हैं। पर यदि मन के विपरीत कुछ घटित होता है तो हम आहत हो जाते हैं, उन चीज़ों को मन में बसाए रखते हैं, उसमें से कैसे बाहर निकला जाये, यह हमने सीखा है। मन में कभी किंतु परंतु नहीं हुआ। यह परिस्थिति मुझे क्या संदेश देने आई है, बजाय आहत होने के हम चिंतन करते हैं कि ऐसा क्यों हुआ।

नारायण शास्त्र में हम शब्दों पर बहुत फोकस करते हैं। आत्म चिंतन करते हैं कि ऐसा कोई शब्द मुँह से निकाला है क्या जिसकी वजह से यह परिस्थिति का निर्माण हुआ या मुझसे ऐसा कोई कर्म हुआ है क्या जिसकी वजह से यह हुआ। क्रिया करते हैं तो प्रतिक्रिया आना स्वाभाविक है।

कई बार हम बिना सोचे समझे गुस्से में कुछ भी बोल जाते हैं। क्या उन शब्दों में भी उतनी ही शक्ति होती है जितना हम सोच समझ कर शब्द बोलते हैं ?

राज दीदी - आपके मुख से निकला हर शब्द, आपने प्रेम से बोला, गुस्से से बोला, मज़ाक में बोला, ऐसे ही बोला वह ब्रह्मांड में गया। वह फलित होगा ही होगा, हर शब्द फलित होता है। जब बीज का रोपण हो गया फिर पुनः पुनः यदि आप नकारात्मक शब्दों का उच्चारण करके उस पर खाद पानी डालते हैं, तब वह फलित हो कर आपके सामने आ जाता है। हर शब्द में एनर्जी होती है। हम तो कहते हैं कि हर शब्द एक मंत्र है यदि सुनने वाले को अच्छा महसूस करवाता है तो, किसी को फ़ायदा देता है तो, आपके कहे शब्द भी मंत्र बन जाते हैं यदि किसी को राहत देते हैं।

गुस्से पर कंट्रोल कैसे करें ? क्योंकि गुस्से में ही हम नकारात्मक शब्द बोल जाते हैं।

राज दीदी - जब आपको पता चल जाये कि जो शब्द आप बोल रहे हो वह आपके पास ही लौट कर आने वाला है, आप अवेयर हो जाते हो तब बहुत सोच कर बोलना शुरू कर देते हैं। नकारात्मक बोलने के बाद हम पछताते भी हैं कि मुझे नहीं बोलना चाहिए था। रात को सोने के पहले उसी सिचुएशन को आँखें बंद करके विजुअलाइज़ करना है, कि वह सब हुआ, अपने ब्रेन को इंस्ट्रक्शन देना है कि अगली बार ऐसा होगा तब मैं रियेक्ट नहीं करूँगा मैं शांत रहूँगा। अगली बार ऐसा होगा तब आपके मुँह तक आते आते भी आप रुक जाएँगे। जब तक सिस्टम में बैठता नहीं है तब तक आपको एफर्ट डालना होगा।

लोगों में अहंकार का भाव बढ़ता जा रहा है और स्वावभिक है जब अहंकार बढ़ेगा ,तो सहयोग की भावना तो कम होती जाएगी क्योंकि हम क्यों करे ? हम क्यों झुकेँ यह भाव प्रबल हो जाएगा। तो ऐसे में क्या करना चाहिए ?

दीदी: सबसे पहले हम प्रश्न आपसे पूछते हैं कि ईगो रखना अच्छी बात है या बुरी बात? बुरी बात है, क्योंकि

यह एक नेगेटिव एनर्जी है और नकारात्मक चीजों को ही आकर्षित करती है। हम सभी को पता है के ईगो रखना सही नहीं है फिर भी हम रखते हैं। जब कि शास्त्र में साफ़ बताया है कि गर्व तो रावण का भी नहीं टिका जबकि वो तो चारों वेदों का ज्ञाता था तो हम और आप क्या है बताइए ! उसके बाद भी गर्व रखते हैं, घमंड रखते हैं। बुरी बात है ये आपने एक्सेप्ट कर लिया फिर भी कुछ बातें आपके सामने जिस से थोड़ा बहुत भी गर्व जो आपके भीतर है वो शांत हो जाये क्योंकि यह एक नेगेटिव एनर्जी है। ईगो को स्वाभिमान का नाम न दें, कि मेरा भी तो कोई स्वाभिमान है; हमेशा मैं ही क्यों झुकूँ ? तो यह ज्ञात रहे कि जिसके भीतर स्वाभिमान होता है, वो ही सबसे पहले झुकता है।

आपने घर में भी देखा होगा के वो सदस्य जो थोड़े समझदार हैं, झुक जाते हैं। परिवार भी उन्हीं को मानने बोलता है कि तुम ही मान जाओ, वो तो नहीं मानने वाले। जो सुनता है, उसी पर ज़ोर चलता है।

इस पर मदर टेरेसा की एक बात मुझे याद आयी। मदर टेरेसा ने एक बार कहा था पूरे देश में गंदगी फैली हुई है तो निश्चित है के इसे साफ़ करना बेहद मुश्किल होगा लेकिन अगर हर एक व्यक्ति अपना अपना आँगन साफ़ करे तो पूरे देश के सफ़ाई को कितना समय लगेगा ?

रात को सोने के पहले अपने आप को मोटिवेट करने के लिए कौन सी साधना करें? दीदी, मुझे आपसे एक personal question पूछना है। मुझे वजन कम करने की बहुत जरूरत है मगर इस वक्त मैं exercise नहीं कर पाता, मोटिवेशन नहीं आता तो खुद को मोटिवेशन किस तरह से करूँ ?

दीदी: देखो शुरू में खुद को एफर्ट डालना पड़ेगा। अभी आपको ये पता है कि मेरा वजन ज्यादा है, मुझे मेरा वजन कम करना है और दूसरा व्यक्ति यदि आपको मोटिवेट करता भी है तो वो कुछ टाइम के लिए ही करता है, बराबर है ना..?

बिलकुल दीदी।

खुद यदि आप ठान लेते हैं कि मुझे ये काम करना ही करना है। जो लोग अपने आप को मोटिवेट नहीं कर पाते हैं, उन्हें हम एक साधना बताते हैं।

आप बोल रहे हैं कि मैं चाहता हूँ पर नहीं कर पाता हूँ, बहुत ही busy हूँ, रात को लेट हो जाता हूँ। दीदी ने आगे कहा, हम लोग जो आपसे कहते हैं कि भाई रात को सोने के पहले, visualize कीजिए that is the best period for visualization. सोने के पहले आंखें बंद कर लीजिए और आप अपने आप को exercise करता हुआ देखें। करिए मत, खाली visualization करना है कि मैं ६:०० बजे उठ जाता हूँ, ६:०० बजे उठ के जिम जाता हूँ या exercise करता हूँ। कुछ दिनों तक आपको यही दृश्य visualize करना है।

हमारे दिमाग को मैसेज देना है कि ये कार्य मुझे करना है। उसके बाद कुछ लोग क्या सोचते हैं कि घंटा भर exercise करूँगा, दो घंटा करूँगा। हम कहते हैं कि आप शूज पहन लीजिए, वॉकिंग शुरू नहीं करना है आपको। जूते पहन लीजिए, जूते पहन के उतार के रख दीजिये वापस। वॉक पे मत जाइये भले ही, है ना...! सेकंड डे घर से बाहर दो कदम जाकर आइये, ५ मिनट वॉक कीजिये, शुरुआत २ मिनट से कीजिए, धीरे धीरे करना है और देखिए अब जो आप २ मिनट भी वॉक करेंगे, जूता भी पहनेंगे, आपको लगेगा कि जूते तो पहन लिए हैं, अब एक

राउंड लगाके आ ही जाता हूँ।

५ मिनट से शुरू किया और कब वो ५ मिनट घंटा भर में बदल जाएगा ये आपको पता ही नहीं चलेगा। आपको लगता है कि मैं मोटीवेट हो ही नहीं पा रहा हूँ, तो इतना तो आप कर सकते हैं कि रात को सोने के पहले आप रेगुलर वॉक पर जा रहे हैं, ये दृश्य आपको सिर्फ **visualise** करना है। गिनना है आपको कि मैंने हमारे गार्डन का पांच राउंड लिया है, दो राउंड लिया है, दस राउंड लिया है। सिर्फ इसका **visual** देखते रहिए बस कि आपने वॉक के कपड़े पहन लिए हैं, शूज पहन लिए हैं और आप वॉकिंग कर रहे गिन। ५-७ दिन ये **visual** आप खाली अपने **mind** को दिखाइए।

दीदी घर में दो बहुएँ हैं। सामंजस्य कैसे बैठाये ?

दीदी : एक महिला हमारे सत्संग में आया करती थी, उनकी दो बहुएँ हैं। उनमें इतने गुण हैं कि उनके घर में दिन भर महाभारत ही छिड़ी रहती है। जब वह महिला अपनी बहुओ को कहती है कि तुम लोग सत्संग में जाया करो ताकि घर में थोड़ी शांति रहे, तब बहुएँ कहती कि अभी हम यंग हैं, अभी हमारा समय नहीं आया है सत्संग में जाने का, जब समय आएगा तभी हम चले जाएंगे, अभी आप जाया करिए।

बड़ी बहु की शादी के १३ साल बाद, बहुत मन्त्रों से उसे बेटा हुआ। उस बच्चे को बहुत अच्छी और महंगी स्कूल और महंगे ट्यूशन में भी भेजा गया, फिर भी वह अपनी कक्षा में असफल रहा। जिसकी वजह से बड़ी बहु बहुत आहत हुई, उसका **ego hurt** हुआ कि मेरा बच्चा कैसे फेल हो गया और साथ ही साथ इतनी सुविधाएं देने के बाद भी कैसे असफल रहा। इसको अब मैं पढ़ाऊंगी, इसपर पूरा फोकस करूंगी। किसी ने उसे सलाह दी कि आप नारायण रेकी सीख लीजिए आपके बच्चे के लिए अच्छा रहेगा और उसमें फर्क आ जाएगा। उसने नारायण रेकी सीख ली। जो कोई भी उसे कुछ बोलता तो वह यह सोचकर करती कि मेरे बच्चे का भविष्य बनाना है। ईश्वर की कृपा से उनके पास सब कुछ है, समृद्धिशाली परिवार है, मगर यह बच्चा कैसे पीछे जा रहा है।

राज दीदी ने आगे कहा एक दिन वह महिला मुझसे मिलने आई। इतना सब कुछ फॉलो करने के बाद भी उसे मनचाहा नतीजा नहीं मिल रहा था। बच्चा कब रिस्पॉसिबल होगा, कब सिंसियर होगा, यह सब बातें उसके दिमाग में चलती रहती। बातचीत के दौरान यह पता चला कि उस महिला के अपनी देवरानी के साथ आपसी संबंध ठीक नहीं थे। वह अपनी देवरानी के साथ दिनभर बहस करती है इसकी वजह से उनके घर में नकारात्मक ऊर्जा रहती है और वह **concentration** के साथ पढ़ाई नहीं कर पाता था। उनके बेटे के एजुकेशन को ही नहीं बल्कि यह नेगेटिव एनर्जी उनके तन, मन, धन, संबंध चारों को प्रभावित करती है।

राज दीदी ने आगे कहा कि लेकिन आपके घर में वह नेगेटिव एनर्जी जो आपके बेटे को प्रभावित करती है। जैसे ही वह बच्चा घर में प्रवेश करता है वैसे ही नेगेटिव एनर्जी उसमें **enter** हो जाती है। आपको आपके बेटे का कल्याण करना है तो आपको चुप रहना है, देवरानी को जो करना है उसे करने दो। पूरी शिद्दत के साथ उसका फोकस अपने बेटे पर रहा, उसने अपनी देवरानी के साथ बहस करना भी छोड़ दिया। एक दिन उसकी सासू मां का फोन आया। उन्होंने कहा मेरी बहु में थोड़ा बहुत परिवर्तन आया है और घर में थोड़ी शांति हुई है मेरी बड़ी बहु की पॉजिटिविटी के कारण मेरा पोता भी पढ़ाई करने लगा है। बड़ी बहु अपने बेटे को रेकी देती है और यह एफर्मेशन

बोलती है कि मेरा बेटा सिंसियर, रिस्पांसिबल, पंचकुअल, पोलाईट है। भले ही वह अपनी देवरानी से बात नहीं करती है लेकिन उसके दिमाग में देवरानी के प्रति नकारात्मक भाव हर पल हर क्षण चलते रहते हैं।

इस सिचुएशन में यूनिवर्स कंप्यूज हो जाता है कि तुमको क्या चाहिए यह चाहिए कि यह चाहिए। बड़ी बहू ने हमसे आकर यह कहा कि आपने जब से मुझे यह बताया है, तब से मेरे पति के साथ मेरे संबंध मधुर हो गए हैं और हमारी बॉन्डिंग बहुत अच्छी हो गई। मुझे यह भी बहुत अच्छा लगता है कि अभी घर में मां-बाऊजी मुझे ब्लेसिंग की नजरों से देखते हैं। बातों बातों में बड़ी बहू ने हमें यह बताया कि पहले दिन से ही हमारे मां-बाऊजी ने यह व्यवस्था कर रखी है भले चार नौकर घर में लगे हुए हैं लेकिन बहुओं को किचन में जाना कंपलसरी है। किचन में एक दिन देवरानी की ड्यूटी होती है, दूसरे दिन मेरी होती है।

मैं किचन में रहती हूँ उस दिन देवरानी का डस्टिंग का काम होता है और जिस दिन देवरानी किचन में रहती है उस दिन मैं डस्टिंग करती हूँ। मेरी देवरानी को रोटी बनाने में बहुत जोर आता है, केवल ८-१० रोटी बनानी होती है फिर भी उसके माथे पर सल आ जाती है और मैं १० मिनट में रोटी बना लेती हूँ। हमारे घर में हेल्पर को पलंग पर चढ़ना अलाउड नहीं है, हमारे मां-बाऊजी को पसंद नहीं है तो गेस्ट रूम और कॉमन रूम की बेडशीट हमें ही बिछानी पड़ती है। एक दिन बेडशीट मैं बिछाती हूँ दूसरे दिन वह बेडशीट को खींचतान के ठीक कर देती है, उसमें भी उसको जोर आता है इस बात पर ही हमारा झगड़ा हो जाता है।

हमने बड़ी बहू से कहा कि चदर बिछाना और रोटी बनाना उसे नहीं समझ में आता है तो यह दो काम तुम कर दिया करो। बड़ी बहू ने हमसे पूछा कि मैं कर तो दूंगी लेकिन क्या इससे मेरे बच्चे में परिवर्तन आएगा क्या? हमने कहा १००% आएगा, तो उसकी **positive vibrations** आपके बच्चे तक जाएगी और वह पढ़ना शुरू कर देगा। फर्स्ट डे उसने रोटी बनाई देवरानी ने देखा कि turn तो मेरा है पर जेठानी कैसे रोटी बना रही है। उसने तुरंत सासू मां को जाकर कहा कि भाभी पर सत्संग का असर बहुत अच्छा हो रहा है। बड़ी बहू ने अपने लाइफ में यह नोटिस किया कि जैसे ही वह पॉजिटिव हुई उसके बच्चे में परिवर्तन आया, जीवन साथी के साथ रिश्ते सुधरने लगे।

यह जो अवस्था है यह लॉकडाउन के पहले की अवस्था है और आज के दिन दोनों देवरानी-जेठानी सगी बहनों से भी ज्यादा प्रेम से रहती हैं। सासू मां हमें पहले बताती थी कि एक बहू अगर एक ड्रेस खरीद के लाती तो दूसरी शाम तक चार ड्रेस ले आती, इतना इकसा था और अब दोनों डिसाइड करके ही चीजें खरीदती हैं। घर का माहौल रामायण जैसा हो गया है। छोटी वाली बहू एक दिन संयोग से हमसे मिलने आई, उसने कहा आपने तो हमारे घर का वातावरण ही चेंज कर दिया।

हमने उनसे कहा बड़ी बहू को तो अपने बेटे के पीछे पॉजिटिव होना था तुमको क्या बेनिफिट हुआ? क्या लाभ हुआ? मुझे किटी पार्टी जाने का बहुत शौक है, जब भी मैं किटी पार्टी में जाती हूँ तब मैं बोलती कि यह ड्रेस तो मैंने पिछली बार ही पहनी थी, मेरे पास तो ड्रेस ही नहीं है। अब हम शॉपिंग एक साथ करते हैं, चीजें शेयर करते हैं तो अब मैं ड्रेस शेयर करके पहन लेती हूँ। पहले तो मेरे ड्रावर में कपड़े ज्यादा और पैसे कम दिखते थे अभी पूरा डॉअर पैसो से भरा हुआ रहता है।



युवा मंच

॥ ५ ॥

परिवर्तन संसार का अटल सत्य है। चर हो हा अचर, हर पल हर क्षण परिवर्तित हो रहा है। यह परिवर्तन बाहरी और भीतरी दोनों स्तर पर हो रहा होता है, भले ही हमें वो दिखे या ना दिखे।

जब प्रकृति का अटल नियम है परिवर्तन, फिर उससे विरोध क्यों?

जीवन में हर व्यक्ति परिवर्तन का महत्व समझे उसके लिए राज दीदी द्वारा बतायी गई यह कहानी पूर्णतः तर्कसंगत है -

एक बार एक लड़की कार चला रही थी और पास में उसके पिताजी बैठे थे.

राह में एक भयंकर तूफान आया और लड़की ने पिता से पूछा - अब हम क्या करें?

पिता ने जवाब दिया - कार चलाते रहो.

तूफान में कार चलाना बहुत ही मुश्किल हो रहा था, तूफान और भयंकर होता जा रहा था. अब मैं क्या करू ?- लड़की ने पुनः पूछा.

कार चलाते रहो - पिता ने पुनः कहा.

थोड़ा आगे जाने पर लड़की ने देखा की राह में कई वाहन तूफान की वजह से रुके हुए थे...

उसने फिर अपने पिता से कहा - मुझे कार रोक देनी चाहिए... मैं मुश्किल से देख पा रही हूँ...

यह भयंकर है और प्रत्येक ने अपना वाहन रोक दिया है...

उसके पिता ने फिर निर्देशित किया - कार रोकना नहीं. बस चलाते रहो...

तूफान ने बहुत ही भयंकर रूप धारण कर लिया था किन्तु लड़की ने कार चलाना नहीं छोड़ा....

और अचानक ही उसने देखा कि सब कुछ साफ़ दिखने लगा है...

कुछ किलो मीटर आगे जाने के पश्चात लड़की ने देखा कि तूफान थम गया और सूर्य निकल आया...

अब उसके पिता ने कहा - अब तुम कार रोक सकती हो और बाहर आ सकती हो.....

लड़की ने पूछा - पर अब क्यों?

पिता ने कहा - जब तुम बाहर आओगी तो देखोगी कि जो राह में रुक गए थे, वे अभी भी तूफान में फंसे हुए हैं...

चूँकि तुमने कार चलाने का प्रयत्न नहीं छोड़ा, तुम तूफान के बाहर हो...

यह किस्सा उन लोगों के लिए एक प्रमाण है जो कठिन समय से गुजर रहे हैं... अगर वह यह समझ जाएं कि यह समय भी गुजर जाएगा क्योंकि परिवर्तन प्रकृति का शाश्वत नियम है।

प्रयास कभी भी छोड़ना नहीं चाहिए...

निश्चित ही जिन्दगी का कठिन से कठिन समय गुजर जाता है और सुबह के सूर्य की भांति चमक आपके जीवन में पुनः आती है- हर रात के बाद सुबह होती है।

सकारात्मक दृष्टिकोण परिवर्तन को स्वीकार कर आगे बढ़ने की राह सशक्त करता है।

॥ नारायण नारायण ॥



परिवर्तन अस्तित्व का अभिन्न अंग है। यह एक अपरिहार्य सत्य है। ब्रह्मांड स्वयं परिवर्तन के अनुकूल हो जाता है। दिन अंधकार लाता है, गर्मियाँ सर्दियों में बदल जाती हैं और बारिश वसंत में बदल जाती है।

कभी-कभी, परिवर्तन चुनौतीपूर्ण होता है, लेकिन यह विकास, सीखने और परिवर्तन की प्रक्रिया है।

डार्विन सिद्धांत के अनुसार, हम होमोसेपियंस से विकसित होकर आज जो हैं, उसमें पहुँचे हैं।

गुफा मानव से आज अपने जैसा ही मौलिक रोबोट बनाने के लिए विकसित हुआ है। इसलिए परिवर्तन एक ऐसी प्रक्रिया है जिसे हमें अपनाने की आवश्यकता है।

परिवर्तन हमें अनुकूलन और विकास करने में मदद करता है, जिससे विकास और प्रगति होती है। यह नए अनुभव, दृष्टिकोण और सीखने के अवसर लाता है। परिवर्तन को अपनाने से लचीलापन और अनुकूलनशीलता का निर्माण होता है। यह बौद्धिक विकास, व्यापक दृष्टिकोण और नए समाधानों को प्रेरित करता है।

एनआरएसपी और राजदीदी हमें खुद को बदलने और रूपांतरित करने में कैसे मदद करते हैं।

राज दीदी हमें हर समय खुद को सर्वश्रेष्ठ बनाने के लिए खुद को बदलने की सलाह देती हैं।

- १) खुद की तुलना केवल अपने आप से करें। आज, मैंने ५० अंक प्राप्त किए, तो मुझे और अधिक ध्यान केंद्रित करना चाहिए, और अधिक ईमानदार होना चाहिए, और ७५ अंक प्राप्त करने का प्रयास करना चाहिए। इस तरह, धीरे-धीरे और लगातार हम अपनी ताकत और लचीलापन खोज लेंगे, खुद को विकसित करेंगे और खुद को सर्वश्रेष्ठ बना लेंगे।
- २) जब आप अपने आस-पास की परिस्थितियों को नहीं बदल सकते, तो दृढ़ता से खड़े रहें और सच्चाई पर टिके रहें। आपके आस-पास की हर चीज़ आपके लिए बदल जाएगी।
- ३) अगर बदलाव सकारात्मक तरीके से हो, तो उसके लिए आगे बढ़ें। खुद को बदलाव में शामिल करें और बदलाव बन जाएँ। आप दूसरों को प्रेरित करेंगे। हमारी गुरु राजदीदी बदलाव के साथ तालमेल बिठाती हैं और बदले में दूसरों को प्रेरित करती हैं। यही कारण है कि उनके शब्द परिवर्तनकारी हैं। दीदी ने नए ऑनलाइन सत्संग के साथ तालमेल बिठाया, जिससे दुनिया भर में कई लोगों के जीवन में बदलाव आया क्योंकि जब हम ऑनलाइन होते हैं तो पहुँच ज़्यादा होती है।
- ४) सकारात्मक तरीके से कार्यभार स्वीकार करें और अपने जीवन को सकारात्मक बनाएँ।



दीदी के छाँव तले

॥ ५ ॥

दीदी के छाँव तले स्तंभ में हम परिवर्तन की एक ऐसी कहानी लाये हैं जो सत्संगियों ने सत्संग सुनने और गुनने के बाद अपने भीतर किए:-

१) दो महीने पहले मैंने नारायण भवन में कन्फेशन किया था कि मैं इंग्लिश के अध्यापकों की बहुत नकारात्मक चर्चा करती थी कि इन्हें ये नहीं आता वह नहीं आता। राज दीदी के कहे अनुसार मैंने विचार, वाणी और व्यवहार की साधना की। परिणाम यह रहा कि मैंने पहली एटैम्प्ट में आई ए एस की परीक्षा पास कर ली है। सही राह पर लाने के लिए राज दीदी को कोटि कोटि धन्यवाद।

२) हमारे बड़े भाई सारी प्रॉपर्टी स्वयं रखना चाहते थे। राज दीदी के बताये हुए मार्ग पर चलते हुए हमने विनम्रता से कहा कि आप खुशी से सारी प्रॉपर्टी रख लीजिये, हमें नहीं चाहिए। कुछ ही दिनों में बड़े भैया का मन परिवर्तित हुआ और उन्होंने स्वयं आगे हो कर कहा कि प्रॉपर्टी में बराबरी की हिस्सेदारी करेंगे। राज दीदी - जब आप देने पर आ जाते हैं तो प्रकृति भी आपको देने को उतारू हो जाती है। प्रकृति द्वारा बड़े भैया का मन परिवर्तित हुआ।

३) मैं पौधे उगाती और बेचती हूँ। पहले मैं सिर्फ अपने फायदे की सोचती थी, ज़्यादा पैसे लेती थी। नारायण भवन से जुड़ने के बाद, और जल साधना करने के बाद से मैंने कस्टमर को अच्छा डिस्काउंट दिया। पहले से ज़्यादा ऑर्डर्स मिलने लगे हैं। दीदी - आपके बहुत बरक़त बढ़ोतरी होगी, नारायण आशीर्वाद।

४) शादी के बाद संयुक्त परिवार में रहते थे, मैं, पति, देवर और देवरानी, हम चारों जॉब करते थे और सैलरी सासु माँ को देते थे। मेरी सासु माँ उसमें से हाथ खर्चे के लिए बहुत कम अमाउंट मुझे देती थीं। धीरे धीरे जब मेरी सैलरी बढ़ी तो मैंने उन्हें पूरा अमाउंट देना बंद कर दिया और अपने पास बचत करती गयी।

उस जमा पूँजी से हमने एक घर खरीदा, परन्तु सास ससुर को बोला कि यह हमारा नहीं, मेरे भाई का घर है, उसने किराए के लिए दिया है। परिणाम- हमारी समृद्धि रुक गयी और घर भी डेढ़ साल में छोड़ना पड़ा। घर बिखर गया और स्वास्थ्य भी नारायण हेल्प हो गया।

इस बीच नारायण भवन से जुड़े, दीदी को सुना तो हमें अपनी ग़लती का एहसास हुआ, धीरे धीरे फिर से पैसा इकट्ठा करके घर खरीदा, पर इस बार सच बताया, अब सभी उस घर में सुख से समृद्धशाली जीवन जी रहे हैं।

इसके अलावा २ कमर्शियल प्रॉपर्टीज में इन्वेस्ट किया था पर सास ससुर से छुपा कर। परिणाम- पिछले आठ वर्षों से न तो उसकी कीमत बढ़ रही थी और ना ही वह किराए पर उठ रहा था। आपके सत्संग की शेरिंग्स सुन कर एहसास हुआ कि घर वालों से छुपा कर यह काम किया है। मैंने अपनी सासु माँ और ससुर जी को उस प्रॉपर्टी के बारे

में बता दिया. २ हफ्तों के बाद ही वह प्रॉपर्टी किराए पर चढ़ गयी है, जो पिछले आठ वर्षों से ऐसे ही पड़ी थी।

५) हम तीन भाई हैं और हमारी माता जी हैं तो माँ कभी कभी बाकी दोनों भाई के पास रहतीं थी. पहले यह निर्णय लिया गया था कि माँ हर बेटे के पास ४-४ महीने रहेंगी। इस बार ७-८ महीने हमारे पास रह गयीं. कुछ महीने हमारे पास ज़्यादा रह गयीं. मेरे भैया ने ४-५ दिन पहले ६४ हज़ार रूपए बैंक में ट्रांसफर करवाए कि माँ के एक्सपेंसेस के लिए. मेरे पास उस समय धन की कमी थी, एक बार मेरा मन किया कि मैं उस अमाउंट को अपने काम में ले लूं। पर मैंने आपके सतसंग में सुना था कि सिर्फ अपने हक का ही लें, मन पर नियंत्रण किया।

मैंने वह फण्ड भैया को वापस वैसा कि वैसा लौटा दिया। प्रकृति ने यह इनाम दिया कि पहले मैंने जिनसे भी फण्ड उधार माँगा था परन्तु सबने नारायण हेल्प कह कर मना कर दिया. भैया को उनका फण्ड रिफंड करने के २ ही दिन बाद एक परिचित ने अपने आप ही आगे हो कर मुझे ३ लाख रूपए का इन्वेस्टमेंट किया, जिन्होंने १० दिन पहले मुझे टाल दिया था. यह मेरे लिए बहुत बड़ा जैकपॉट है।

राज दीदी - प्रकृति ने आपके हक का आप तक पहुंचा दिया. आपकी माँ आपके साथ अतिरिक्त समय तक रह रही हैं, यह उनकी ब्लेसिंग एवं आशीर्वाद है कि आपकी बरकत बढ़ोतरी शुरू हो गयी है.

६) मैं परिवार के लिए जो भी करती थी, परन्तु बहुत अपेक्षाएं रखती थी. प्रतिकूल व्यवहार मिलने पर बहुत हर्ट होती. अहंकार का भाव बढ़ गया। आपसे जुड़ने के बाद आप के कहे अनुसार चली, अपना सर्वोत्तम देना शुरू किया, ऑपोर्ट्युनिटी समझ कर करती हूँ। परिणाम: ३५ की उम्र में जो शुगर, बी पी हो गया था २०२१ में अगस्त में बी पी की दवा ५० मि.गा. की चलती थी २०२३ जनवरी में २५ मि.गा. की आई. २०२४ में २५ मि.गा. और आज की डेट में ६.५ मि.गा. की बी पी की दवा खा रही हूँ. आपको धन्यवाद है।

आपके विचार सकारात्मक सोच पर आधारित आपके लेख, काव्य संग्रह आमंत्रित है - सतयुग को साकार करने के लिये/आपके विचार हमारे लिये मूल्यवान हैं। आप हमारी कोशिश को आगे बढ़ाने में हमारी मदद कर सकते हैं। अपने विचार उदगार, काव्य लेखन हमें पत्र द्वारा, ई-मेल द्वारा भेज सकते हैं।
हमारा ई-मेल है 2014satyug@gmail.com



प्रेरणादायक वृत्तांत

॥ ५ ॥

जीवन का अंत

एक धनी व्यक्ति को व्यवसाय में बड़ा नुकसान उठाना पड़ा। उसे लगने लगा कि उसकी जिंदगी में घटाटोप अंधेरा भर गया है। उसके मन में आत्महत्या का विचार उपजा। वह जैसे ही नदी में कूदने जा रहा था, किसी ने उसे पीछे से पकड़ लिया। वह कोई मुसाफिर था। आत्महत्या करने की कोशिश करने वाला व्यक्ति फूट-फूट कर रोने लगा, 'आपने मुझे क्यों बचा लिया, ऐसी जिंदगी से मर जाना ही अच्छा है।' उस व्यक्ति की पूरी कहानी सुनकर मुसाफिर बोला, 'तुम यह मानते हो कि पहले तुम सुखी थे?' वह व्यक्ति बोला, 'हां, मेरी जिंदगी में उजाला ही उजाला था, लेकिन अब अंधेरे के सिवा कुछ नहीं बचा।' मुसाफिर ने कहा, 'क्या तुम नहीं जानते कि दिन के बाद रात ही आती है और रात के बाद दिन ही आता है?' वह व्यक्ति बोला- 'यह तो सभी लोग जानते हैं।'

'जानते हो तो आत्महत्या क्यों कर रहे थे? तुमने जब सुखी जीवन को स्वीकार किया, तो अब दुखी जीवन को क्यों स्वीकार नहीं करते। जबकि तुम्हें पता है इस रात के बाद फिर दिन ही आना है।'

महान दार्शनिक अरस्तू ने कहा है, परिवर्तन प्रकृति का नियम है। हम प्रकृति के इस नियम को जब भी मानने से इनकार करने लगते हैं, तब हम दुखी होते हैं, अवसाद से घिर जाते हैं। हमें स्वीकारना होगा कि जब अच्छे दिन स्थायी नहीं रहते, तो बुरे दिन भी नहीं रहेंगे। जो व्यक्ति इस सत्य को जान लेता है, वह कभी निराश-हताश नहीं होता। उसका कर्मशील जीवन मजबूत होकर सामने आता है।

उम्र के हर पड़ाव को करें स्वीकार

रचना गहरी सोच में डूबी हुई थी। मां के व्यवहार में आया परिवर्तन उसकी समझ से बाहर था। रचना कॉलेज के प्रथम वर्ष की विज्ञान की छात्रा थी। वह अपनी मां से बहुत प्यार करती थी। श्रुति भी अपनी बेटी रचना पर जान छिड़कती थी। परंतु रचना श्रुति में पिछले कुछ समय से अजीब-सा बदलाव महसूस कर रही थी।

पहले मां हर बात उसे प्यार से समझाती थी। उनके हर काम में स्नेह व आत्मीयता झलकती थी। रचना को याद है, जब वह स्कूल से लौटकर आती, तो मां उसे गले से लगा लेती थी और मिनटों में उसका मनपसंद खाना टेबल पर रख देती थी। उससे अगर कुछ गलती हो जाती तो उसे डांटने की बजाय समझाती थी। कितनी अच्छी थी मां। उसकी हर बात को रुचि लेकर सुनतीं, लेकिन अब उन्हें न जाने क्या हो गया है? अब वे अपने आप में ही डूबी रहती हैं।

दरअसल बात यह थी कि श्रुति को अपनी सुंदरता पर बहुत गर्व था, श्रुति और साहिल की शादी के बाद साहिल घर आता तो या तो श्रुति किसी पत्रिका में डूबी होती थी या फिर कहीं जाने के लिए श्रृंगार कर रही होती रहती। इन सब बातों को लेकर साहिल और श्रुति में कभी-कभी नोंक-झोंक भी होने लगी थी।

॥ नारायण नारायण ॥

इस बीच रचना का जन्म हुआ और श्रुति को ऐसा लगने लगा, जैसे उसकी सुंदरता कम हो गयी है। वह कुछ मोटी हो गयी थी, इसलिए हमेशा यह सोचती कि काश! रचना पैदा ही न हुई होती। परंतु धीरे-धीरे रचना के प्रति उसका मातृत्व जाग उठा और वह उसमें व्यस्त हो गयी।

कुछ समय बाद जब रचना का भाई हुआ, तो वह और भी निराश हो गयी। सब तरफ से मिलने वाली प्रशंसा अब बहुत कम हो गयी। राजू के जन्म के बाद वह कुछ बेडौल हो गयी, वजन भी बढ़ गया। आलस की वजह से उसने व्यायाम की ओर भी ध्यान नहीं दिया और दिन-प्रतिदिन और मोटी होती गयी। इधर रचना के पापा, साहिल भी व्यवसाय में अधिक व्यस्त हो गए। अतः उनका ध्यान भी घर की ओर पहले की अपेक्षा कम हो गया।

अब उसे ऐसे वाक्य सुनने को मिलते, 'श्रुति, तुम कितनी मोटी हो गई हो, पहले कितनी अच्छी लगती थीं।' उससे श्रुति और अधिक निराश रहने लगी। जब उसके बालों में सफेदी झलकने लगी, तो उसे डिप्रेशन रहने लगा, उसने बालों को डार्क करना शुरू कर दिया। चेहरे पर भी वह अधिक श्रृंगार करने लगी।

इधर रचना जवान हो गई और सुंदर भी। ऐसे में जो भी श्रुति से मिलता यही कहता, 'तुम्हारी बेटा तो बहुत सुंदर है, तुम भी कभी ऐसी हुआ करती थीं।' वह रचना से ईर्ष्या करती हो, ऐसी बात नहीं है, पर वह अपने बारे में दूसरों की राय जानकर कुंठित हो जाती है, इसीलिए उसका व्यवहार रचना के प्रति बदलने लगा। बात-बात पर रचना पर गुस्सा उतरने लगा।

उम्र बढ़ने के साथ-साथ उसमें जो परिवर्तन आ रहे थे, वह उनसे सामंजस्य नहीं बिठा पाई। उम्र बढ़ने के साथ-साथ इंसान के पहनावे में, बोलने-चालने में, हर बात में बड़प्पन आ जाना चाहिए। सादगी आ जाना चाहिए। बड़ी उम्र में ये सारी बातें ज़्यादा आकर्षित करती हैं, ये बात वह नहीं समझ पाई।

रचना ने एक दिन श्रुति की पक्की सहेली निशा से अपनी माँ के बर्ताव के बारे में ज़िक्र किया। निशा श्रुति को बचपन से जाती थी, वह सब समझ गयी। निशा ने रचना के सिर पर स्नेह से हाथ रखकर कहा, 'तुम चिंता मत करो रचना, मैं उन्हें समझाने की कोशिश करूंगी।'

दूसरे दिन निशा श्रुति से मिलने उसके घर गयी और लंच के बहाने उसे अपने घर ले आयी। दोनों ने मिलकर पहले खाना खाया, फिर धीरे से निशा ने बात छेड़ दी। 'श्रुति, तेरी तबियत ठीक नहीं है?'

'नहीं निशा, बस यूँ ही मन कुछ अच्छा नहीं है।'

'क्यों, क्या हुआ?'

'पता नहीं निशा, कुछ भी अच्छा नहीं लगता। बस चुपचाप लेटे रहने को जी चाहता है। किसी से मिलने की बात करने की भी इच्छा नहीं होती, ज़िंदगी से जैसे कोई चाह ही नहीं रही।' श्रुति निराश स्वर में बोली। निशा मुस्कुरा दी, 'क्या फिलॉसफ़र जैसी बातें कर रही है, अरे ये तूने बालों का क्या हाल बना रखा है...। आ मैं ठीक कर दूँ।' निशा कंधी लेकर आयी और उसके बाल संवारने लगी।

'कितने सुंदर हैं तुम्हारे बाल आज भी। मेरे देख, सारे झड़ गये हैं और इनकी हल्की-सफ़ेदी तो तेरे चेहरे पर चार चांद लगा रही है।'

श्रुति ने आश्चर्य से निशा की ओर देखा 'चार चांद? कैसी बातें कर रही है निशा? सफ़ेदी तो बुढ़ापे की निशानी है.'

निशा हंस कर बोली, 'बुढ़ापे की नहीं, बड़प्पन की निशानी है. जब हमारे बालों में सफ़ेदी आ जाती है न, तो हममें बड़प्पन झलकने लगता है। तुम्हें तो मालूम है जब जवानी में कॉलेज में पढ़ाती थी, तो लड़के मुझे कितना छोड़ते थे, मैं तो बहुत दुखी हो जाती थी। पर अब सब कितने अदब से बात करते हैं. कितनी इज्जत करते हैं। उम्र के साथ मेरे अनुभव भी तो बढ़े हैं। इसलिए मैं पहले से अच्छा पढ़ाने लगी हूँ। सारी कक्षाएं चाहती हैं कि मैं ही उन्हें पढाऊं, ये सब इसी सफ़ेदी का कमाल है।'

श्रुति हैरानी से उसे देख रही थी। बालों की सफ़ेदी भी कभी खुशी का कारण बन सकती है, ये तो उसने कभी सोचा ही न था।

निशा आगे बोली, 'और श्रुति, जब हमारी नयी-नयी शादी हुई थी तो अक्सर किसी न किसी बात को लेकर हमारी अनबन हो जाया करती थी. मैं कभी खुश नहीं रहती थी, हमेशा तनाव में रहती थी। धीरे-धीरे बढ़ती उम्र ने वक्त के साथ-साथ सब सिखा दिया। अब तो मैं इन्हें और ये मुझे इतना समझने लगे हैं कि एक-दूसरे के मुंह से बात निकलने से पहले ही हम दोनों समझ जाते हैं कि अगला क्या कहने वाला था। ये सब भी इसी सफ़ेदी का कमाल है-समझी.' कहकर निशा फिर से हंसने लगी।

इस बार श्रुति भी हंसते बिना नहीं रह सकी. हंसते-हंसते उसे साहिल का ख्याल आया. क्या उसने साहिल के बारे में कभी ऐसा सोचा भी? अपने अनुभवों को अपने दाम्पत्य जीवन का पहिया बनाया? नहीं, वह तो स्वयं में ही खोई रही और साहिल से दूर होती गई। उसे निशा की बातें बहुत अच्छी लग रही थीं. वह मुस्कुरा कर बोली- 'और सुनाओ, इस सफ़ेदी के कमाल...'

'और सुनाऊं? मेरे बच्चे हैं ना- लावण्या और हिमांशु, जब तक पैदा नहीं हुए थे मैं अपने आपको अधूरा महसूस करती थी। तुम तो जानती हो, जन्म के समय लावण्या को कितनी मुश्किल से बचाया गया था. दोनों बच्चों के आने के बाद मेरा जीवन खुशियों से भर गया. मुझे मां का गौरव मिला। लावण्या अब सोलह साल की है, उसे मेरे प्यार, सलाह, मार्गदर्शन की ज़रूरत है, मैं उसकी सबसे अच्छी दोस्त हूँ. मैं उसकी हर बात में शामिल हूँ, वरना इस उम्र में बच्चे भटक भी सकते हैं। इसी समय तो उन्हें हमारी ज़रूरत होती है।'

श्रुति की आंखें नम हो उठीं. क्या रचना को वह कभी ऐसा दोस्ती का रिश्ता दे पायी? क्या उसने कभी स्वयं को दो बच्चों की मां होने पर गौरवान्वित अनुभव किया? शायद नहीं- तभी निशा अंदर जा कर एक साड़ी ले आयी और उसे देते हुए बोली, 'देख श्रुति, ये साड़ी कैसी है? कल ही खरीदी है।'

श्रुति ने साड़ी देखकर कहा 'अच्छी तो है, पर इसका रंग बहुत ही हल्का है.' निशा ने कहा, 'इनकी पसंद है, वैसे भी अब मैं गहरे रंगों को छोड़कर हल्के रंग पसंद करने लगी हूँ. हर चीज़ का एक वक्त होता है और वक्त के साथ चलने में ही बुद्धिमानी है। श्रुति, उम्र के साथ स्वयं में आये परिवर्तनों को खुशी से स्वीकारना चाहिए. इस प्रौढ़ावस्था का भी अपना एक महत्व है, हमें इसे भरपूर जीना चाहिए, बल्कि मैं तो इसे अपने जीवन का सुंदरतम हिस्सा मानती हूँ और तुम?' श्रुति सिसक रही थी। उसकी और निशा की सोच में ज़मीन-आसमान का अंतर था. अपनी सोच की वजह से ही उसने अपना जीवन नर्क बना रखा था. वह कोई जवाब न दे सकी।

'बताओ न श्रुति, तुम क्या सोचती हो?' निशा ने फिर पूछा।

॥ ॐ ॥

श्रुति ने भीगे स्वर में कहा, 'निशा! आज तक मैं भटक रही थी, मैं समझने लगी थी कि जवानी खोकर मैंने सब कुछ खो दिया है. पर आज मेरी समझ में आ गया है कि मैं कितना ग़लत सोचती थी. तुम्हारी बातें सुनकर आज मेरी आंखें खुल गयी हैं. आज पता चला कि प्रौढ़ावस्था भी उतनी ही महत्वपूर्ण है, तुम्हारे ढंग से सोचूं तो मैं सचमुच बहुत सुखी हूं. हां! अब कुछ अधूरे काम करने हैं, जो अब तक न कर पायी. पति और बच्चों को जो अपनापन देना चाहिए था, वही नहीं दे पायी, पर अब ऐसा नहीं होगा.' श्रुति की आंखों में पश्चाताप के आंसू थे, तो निशा की आंखों में खुशी थी कि वो अपनी प्यारी सहेली को सही राह पर लाने में सफल हो गयी थी.

'उम्र के साथ स्वयं में आए परिवर्तनों को खुशी से स्वीकारना चाहिए. इस प्रौढ़ावस्था का भी अपना एक महत्व है, हमें इसे भरपूर जीना चाहिए।'

बछ बारस

भाद्रपद मास (भादों) की कृष्णपक्ष की द्वादशी तिथि के दिन बछ बारस का पर्व मनाया जाता है। इस दिन पुत्रवती स्त्रियाँ अपने पुत्र के स्वास्थ्य और लम्बी उम्र के लिये गौमाता से प्रार्थना करती हैं और बछड़े वाली गाय का पूजन करती हैं। इस दिन चाकू से काटी गई वस्तुयें, गेहूँ, जौ, और गाय के दूध से बनी चीजों का सेवन निषेध है। एक दिन पहले ही रात्रि को बछबारस के लिये मूंग, मोठ, चने एवं बाजरा भिगो कर रख दिया जाता है, उसे भिजोना कहते हैं।

बछ बारस कब है?

इस वर्ष बछ बारस की पूजा एवं व्रत ३० अगस्त, २०२४ शुक्रवार के दिन किया गया।

बछ बारस क्यों मनाते हैं?

हमारे आराध्य श्री कृष्ण को गायों से बहुत प्रेम था। उन्होंने गौ-सेवा के महत्व को लोगों को बताया और गाय को माता कहकर उसकी पूजा को प्रतिपादित किया। भगवान श्री कृष्ण स्वयं गायों की सेवा किया करते थे। उनके गायों के प्रति इस प्रेम को देखकर स्वयं कामधेनु ने बहुला गाय का रूप लेकर नंदबाबा की गौशाला में स्थान लिया था।

भगवान श्री कृष्ण का एक नाम गोपाल भी है। बछ बारस के दिन पहली बार भगवान श्री कृष्ण गायों और बछड़ों को चराने के लिये गये थे। माता यशोदा ने श्री कृष्ण को खूब सजा-धजा कर और पूजा पाठ कराकर इस दिन गाय चराने के लिये भेजा था। उनके साथ उनके बड़े भाई बलराम भी थे। श्री कृष्ण उनके साथ गायों और उनके बछड़ों को लेकर चराने के लिये गये थे। इसलिये इस दिन सब लोग गौ-पूजा करके भगवान श्री कृष्ण द्वारा दिये गये गौ-सेवा के संदेश को सम्मान देकर इसे एक पर्व के रूप में मनाते हैं।

॥ नारायण नारायण ॥

बछ बारस की पूजा विधि

बछ बारस के दिन पुत्रवती स्त्रियाँ व्रत रखती हैं और गाय – बछड़ों की पूजा करती हैं। बछ बारस से एक दिन पहले रात्रि को बछबारस के लिये मूंग, मोठ, चने एवं बाजरा भिगो कर रख दिया जाता है। फिर प्रातः काल स्नानादि के बाद पूजा से पहले उसे कढ़ाई में छोंक कर पका लिया जाता है।

१. व्रत करने वाली स्त्री को बछ बारस के दिन प्रातः काल स्नानादि नित्य क्रिया से निवृत्त होकर स्वच्छ कपड़े पहनने चाहिये।
२. यदि आपके घर पर बछड़े वाली दूध देने वाली गाय हो तो उसे बछड़े के साथ स्नान करायें।
३. फिर गाय और उसके बछड़े को नया कपड़ा ओढाकर, हल्दी-चंदन से तिलक करें और फूलों की माला पहनायें। अगर सम्भव तो उनेक सींगों को भी सजायें।
४. तत्पश्चात तांबे का बर्तन लेकर उसमें पानी भरें। उसमें तिल, अक्षत, इत्र और फूल डालकर गाय पर छिड़के और उसके पैरों (खुर) पर जल डालें। यह करते समय निम्नलिखित मंत्र का पाठ करें –

क्षीरोदारणवसम्भूते सुरासुरनमस्कृते।

सर्वदेवमये मातर्गृहाणार्घ्यं नमो नमः?

५. गाय माता के खुर पर लगी मिट्टी से अपने मस्तक पर टीका लगायें।
६. दीपक जलाकर गौमाता की आरती उतारें। भीगे चने, मूंग, मोठ एवं बाजरा गाय को अर्पित करें।
७. गौ पूजन के पश्चात बछ बारस की कहानी कहें या सुनें।
८. व्रत करने वाली स्त्री भिजोना (भीगा हुआ मूंग, मोठ, बाजरा और चने) पर पैसे रखकर अपनी सास या जेठानी को पैर छू करे दें।
९. बछ बारस के पूरे दिन व्रत रखकर रात को अपने इष्ट देवता का ध्यान और पूजन करके भोजन करें।
१०. इस दिन भोजन में गेहूँ और जौ नहीं खाना चाहिये और ना ही गाय के दूध से बनी किसी वस्तु का सेवन करना चाहिये। साथ ही चाकू से कुछ भी नहीं काटना चाहिये और न ही चाकू से कटी किसी वस्तु का सेवन करना चाहिये। इस दिन सब्जी भी काटना वर्जित है।
११. अगर आपके घर पर बछड़े वाली गाय न हो तो, आपके घर के आस-पास जहाँ भी बछड़े वाली गाय हो वहाँ इसी विधि से पूजा करें। पूजा के बाद उसके लिये दक्षिणा भी रखें।
१२. यदि आपको बछड़े वाली गाय न मिले तो भी आप यह पूजा कर सकती है। उस परिस्थिति में आप गीली मिट्टी से गाय एवं बछड़े की प्रतिमा बनाकर उपरोक्त विधि से उनकी पूजा करें।

॥ ॐ ॥

Pavaan Vani



Dear Narayan Premiyo,

॥ Narayan Narayan ॥

It was during Covid that the team suggested us to take online Satsang. As always, I asked them for some time to think over it. There was only one doubt in the mind that- Will the satsangis be able to adopt this changed Satsang? A voice raised in the mind that if people have accepted this life of Covid well then, they may accept it too. Again, a counter question arose. But to stay indoors is a compulsion? After some time, Narayan made the necessary arrangements and it felt as if Narayan himself was sitting in front and saying, **'Change is the law of nature'**.

I spoke to myself- You have changed according to age, the arrangements of the house have changed, society has changed, relationships have changed. Everything has become better, right? If something has not changed according to your aspiration, then the mind has accepted it as Narayan's prasad. Then why will the satsangis not adopt online Satsang? My mind just started humming, 'Life is about moving on, keep moving from morning to evening'. A mind filled with enthusiasm allowed the team to hold online Satsang, the pleasant fruits of which all of you are enjoying even today.

Accept this process of change positively and make your life seven-star with great ease.

Rest all good,

R.modi

R. modi

॥ नारायण नारायण ॥

CO-EDITOR

Deepti Shukla 09869076902

EDITORIAL TEAM

Vidya Shastry 09821327562
Mona Rauka 09821502064

Main Office

Narayan Bhawan
Topiwala Compound, station road,
Goregaon (West), Mumbai.

Editorial Office

Shreyas Bunglow No 70/74 Near Mangal Murti
Hospital, Gorai link Road, Borivali (W) Mumbai -92.

Regional Office

AHMEDABAD	JAIWINI SHAH	9712945552
AKOLA	SHOBHA AGRAWAL	9423102461
AKOLA	RIYA AGARWAL	9075322783
AMRAVATI	TARULATA AGRAWAL	9422855590
AURANGABAD	MADHURI DHANUKA	7040666999
BANGALORE	KANISHKA PODDAR	7045724921
BANGALORE	SHUBHANGI AGRAWAL	9341402211
BASTI	POONAM GADIA	9839582411
BIHAR	POONAM DUDHANI	9431160611
BHILWADA	REKHA CHOUDHARY	8947036241
BHOPAL	RENU GATTANI	9826377979
CHENNAI	NIRMALA CHOUDHARY	9380111170
DELHI (NOIDA)	TARUN CHANDAK	9560338327
DELHI(NOIDA)	MEGHA GUPTA	9968696600
DELHI (W)	RENU VIJ	9899277422
DHULIA	RENU BHATWAL	878571680
GONDIYA	POOJA AGRAWAL	9326811588
GAUHATI	SARLA LAHOTI	9435042637
HYDERABAD	SNEHALATA KEDIA	9247819681
INDORE	DHANSHREE SHIRALKAR	9324799502
JALANA	RAJNI AGRAWAL	8888882666
JALGAON	KALA AGARWAL	9325038277
JAIPUR	PREETI SHARMA	9461046537
JAIPUR	SUNITA SHARMA	8949357310
JHUNJHNU	PUSHPA DEVI TIBEREWAL	9694966254
ICHAKARANJ	JAY PRAKASH GOENKA	9422043578
KOLHAPUR	RADHIKA KUMTHEKAR	9518980632
KOLKATTA	SWETA KEDIA	9831543533
KANPUR	NEELAM AGRAWAL	9956359597
LATUR	JYOTI BHUTADA	9657656991
MALEGAON	REKHA GARODIA	9595659042
MALEGAON	AARTI CHOUDHARY	9673519641
MORBI	KALPANA CHOUARDIA	8469927279
NAGPUR	SUDHA AGRAWAL	9373101818
NANDED	CHANDA KABRA	9422415436
NAWALGARH	MAMTA SINGRODIA	9460844144
NASIK	SUNITA AGRAWAL	9892344435
PUNE	ABHA CHOUDHARY	9373161261
PATNA	ARBIND KUMAR	9422126725
PURULIYA	MRIDU RATHI	9434012619
PARATWADA	RAKHI MANISH AGRAWAL	9763263911
RAIPUR	ADITI AGRAWAL	7898588999
RANCHI	ANAND CHOUDHARY	9431115477
SURAT	RANJANA AGRAWAL	9328199171
Sangli	Hema Mantri	9403571677
SIKAR (RAJASTHAN)	SUSHMA AGRAWAL	9320066700
SHRI GANGANAGAR	MADHU TRIVEDI	9468881560
SATARA	NEELAM KDAM	9923557133
SHOLAPUR	SUVARNA BALDEVA	9561414443
SILIGURI	AKANKSHA MUNDHRA	9564025556
TATA NAGAR	UMA ARAWAL	9642556770
ROURKELA	UMA ARAWAL	9776890000
UDAIPUR	GUNWATI GOYAL	9223563020
HUBLI	PALLAVI MALANI	9901382572
VARANASI	ANITA BHALOTIA	9918388543
VIJAYWADA	KIRAN JHAWAR	9703933740
VARDHA	RUPA SINGHANIA	9833538222
VISHAKAPATTNAM	MANJU GUPTA	9848936660

INTERNATIONAL CENTRE NAME AND NUMBER

AUSTRALIA	RANJANA MODI	61470045681
DUBAI	VIMLA PODDAR	+971528371106
KATHMANDU	RICHA KEDIA	+977985-1132261
SINGAPORE	POOJA GUPTA	+6591454445
SHRJAH-UAE	SHILPA MANJARE	+971501752655
BANGKOK	GAYATRI AGARWAL	+66952479920
VIRATNAGAR	MANJU AGARWAL	+977980-2792005
VIRATNAGAR	VANDANA GOYAL	+977984-2377821

॥ ५ ॥

Editorial

Dear Readers,

Narayan Narayan,

Recently, after a long time, when I came down in our society, it looked quite changed. The gazebo with the hut on top of the water tank looked very beautiful. The gazebo has added beauty to the building.

Change is always for development, for advancement, for progress. A voice came from within. My mind was filled with a pleasant feeling. An innocent child-like thought again rose in the mind, why not take up the subject of change in this issue of Satyug. Spoke to the team immediately and the team got together to put forward to the readers, the subject of change.

All of you will keep absorbing positivity from the process of change, with these best wishes.

Yours own,
Sandhya Gupta

To get

important message and information from
NRSP Please Register yourself on **08369501979**
Please Save this no. in your contact list so that you can
get all official broadcast from NRSP

we are on net



narayanreikisatsangparivar@narayanreiki

^e Publisher **Narayan Reiki Satsang Parivar,**
Printer - **Shrirang Printers Pvt. Ltd.,** Mumbai.
Call : 022-67847777

|| Narayan Narayan ||

॥ ॐ ॥

Call of Satyug

From Nil to Infinity or from infinity to Nil, from birth to death and rebirth – the cycle of changes in the universe continues at a steady pace. Time is also not untouched by this cycle of changes. Every moment of time passes at its own pace. What was there a little while ago is not there now, what is there now will not be there after a while. It means that nothing is eternal in this world, nothing is permanent. Therefore, the most permanent thing is change.

The most important and eternal law of nature is change. This law applies to all living and non-living things. **Change is the process through which life and nature continue to evolve.** It is very important for humans to understand and adopt it, because it is the fundamental truth of life.

Since the beginning of the earth, there have been continuous changes in nature. Climate, geographical structure, and even different forms of life have changed with time. In this evolutionary process, living beings have also adapted themselves according to time, which has made the evolution of life possible. Many types of changes like night and day, winter and summer, loss and gain, meeting and separation come in human life. Despite being contradictory, they carry a possibility with them. The arrival of autumn ensures the arrival of spring. So, friends, make life lively, make it simple, live life simply. Whatever is changing will change. You cannot stop it because change is the rule of the world. Every particle of the universe is ever changing. Old cells of our body get destroyed and new cells come in their place. This is the reality of our body. Changes keep happening every moment internally and in our personality. Man leaves old clothes and wears new clothes, leaves old house and goes to new house, and desires new things in place of many other old things. This change is necessary. The one who does not accept this change keeps himself away from the beauty of life. Human life is also not possible without change. Many changes come in human life in the journey from infancy to old age. These changes give us an opportunity to understand and experience different stages of life. With time, changes also come in society and culture. There was a time when conservative ideology dominated society, but with time the spread of awareness and education made society progressive.

॥ नारायण नारायण ॥



There are constant changes in science and technology too. From ancient times to today, science has made many inventions that have made human life simple and easy. These changes improve the quality of human life and provide new opportunities.

The human who anticipates change in advance is the one who succeeds by adapting himself according to the circumstances. This makes him strong. Sometimes, come such moments in life when no new event happens, then it seems that life has become stagnant. This makes humans bored. Life moves forward only with the advent of change, whether the change is auspicious or inauspicious. It is this change that brings a wave of new enthusiasm and new courage in life.

Nothing is permanent in this world. Whatever has come will go. Whoever is born will pass away one day, but a person forgets these things. In the pride of position and power, he forgets these things. This is also the reason for a person's suffering. The person who understands this fact understands the meaning of life and enjoys life. A person should carry out his responsibilities properly. One should not get caught in the trap of what will happen tomorrow. Those who make the present good and believe in today are the ones who succeed. It should be understood well that what is there today will not be there tomorrow. All this 'mine and yours' is useless. One should try to get out of this mess as soon as possible.

Yes, if your life is full of awareness, then you can keep yourself balanced by being careful mentally, emotionally and financially. You will no longer be able to meet and hang out with the friend with whom you used to hang out every day. You will have to accept this change.

Only those move forward in life who are not afraid of the process of change. They know very well that firmness is the father of inertia, dullness and inactivity. Change is the law of the world. One who does not move forward, does not welcome new experiences, loses the energy of his life.

We see around us that things which were important until yesterday have no



॥ ॐ ॥

value today. Even the famous people of yesterday are forgotten today. Those who are born to do something in this life will have to forget the past and accept the future. This life is not meant to stop. It is not right to stop even if any problem comes. Instead of stopping, it is necessary to develop a mindset to fight adversities.

Change should be accepted as an inevitable part of life. It is the law of nature and life cannot be imagined without it. Change brings new energy and enthusiasm to life. Therefore, instead of being afraid of change, one should try to assimilate it, because this is the process that takes us to the goal of our life and makes us a better person.

Only by adopting change, can we recognize our real potential and move forward towards a prosperous and successful life.

The path of life is not a highway which is straight and flat, rather the path of life is sometimes flat, sometimes rocky, sometimes sandy and sometimes there is no path at all. We have to be prepared in advance to accept the changes in life. Friends, you can direct and utilize the energy of life in the right direction only when you learn to be balanced with the changes happening in life and create opportunities.

Narayan divine blessings with Narayan Shakti to Varsha Vaity on her Birthday (15th August) for a seven star life and success and happiness in all spheres.

॥नारायण नारायण॥

Wisdom Box (Glimpses of Satsang)

॥ ॐ ॥

In this column, we have been bringing some selected questions from-The Treasure box of Raj Didi's Satsang. Since a long time, answers are not only contemporary, but also inspiring for all satsangis. Some pearls from The Treasure of Raj Didi's Satsang -

Didi, what life lesson do you want to share with us?

Raj Didi - Life teaches us at every step if you wish to learn. Any event that happens in our life, when it is good, we are very happy, it stays in our mind for a long time, we feel happy thinking about it. But if something happens contrary to our wishes, we get hurt, we keep those things in our mind, we have learnt how to get out of it. There were never any if's and but's in our mind. We have learnt to introspect, "What message has this situation come to give me", instead of getting hurt, we think about why this happened. In Narayan Shastra, we focus a lot on words. We introspect whether we have spoken any such words which has created this situation, or have we done any such deed which has caused this. When we act, it is natural to get a reaction.

Many times, we speak anything in anger without thinking. Do those words have the same power as the words we speak after thinking?

Raj Didi - Every word that came out of your mouth, whether you spoke with love, spoke with anger, spoke jokingly, spoke just like that, it went into the universe. It will definitely bear fruit, every word bear fruit. When the seed is planted, then if you utter negative words again and again you put fertilizer and water on it, then it bears fruit and comes back to you. Every word has energy. We say that every word is a mantra if it makes the listener feel good, if it benefits someone. The words you say also become mantras if they give relief to someone.

Didi, how to control anger? Because in anger we speak negative words.

Raj Didi - When you come to know that the words you are speaking will come back to you, you become aware, then you speak after a lot of thinking. When we speak negatively, we also regret that we should not have spoken. At night, before sleeping, you have to visualize the same situation, all that happened, you have to give instructions to your brain that next time when it happens then I will not react, I will remain calm. Next time if it happens then you will not react, you will remain calm

You will have to put in an effort until it gets settled in your system.

The feeling of ego is increasing in people, and it is natural that when ego increases, then the feeling of cooperation will keep decreasing because why should we? Why should we bow down, this feeling will become strong. So, what should be done in such a situation?

Didi:First of all, we ask you the question that is it good or bad to have ego? It is a bad thing

॥नारायण नारायण॥



॥ ॐ ॥

because it is a negative energy and attracts only negative things. We all know that it is not right to have ego, still we keep it. While it is clearly stated in the scriptures that even Ravan's pride did not last even though he had knowledge of all the four Vedas... We stand nowhere, still we have pride, we have arrogance. You have accepted that it is a bad thing, still some things should be discussed so that even a little pride that is within you will calm down because this is a negative energy. Do not call ego as self-respect. People say- I have some self-respect; why should I always bow down? So, it should be known that the one who has self-respect within, he is the first to bow down.

You must have seen in your family also that two members who are a little sensible, bow down. The one who listens, he is the one who has the upper hand. Didi said she remembered a quote by Mother Teresa. Mother Teresa had said- The entire country is full of filth, so it is certain that it will be very difficult to clean it, but if every person cleans his own courtyard, how much time will it take to clean the entire country?

Which sadhana should I do to motivate myself before sleeping at night? Didi, I want to ask you a personal question. I really need to lose weight, but right now I am not able to exercise, I do not get motivated, so how do I motivate myself?

Didi: - Look, in the beginning you will have to put in effort. Right now you know that you are overweight, you have to reduce your weight and even if another person motivates you, he does it only for some time??

If you yourself decide that I have to do this work. We tell a sadhana to those who are unable to motivate themselves.

You say that I want to, but I am unable to do it, I am very busy, I get late at night. Didi further said, we tell you that before going to sleep at night, visualize that is the best period for visualization. Close your eyes before going to sleep and see yourself exercising. Do not do it, you just have to visualize that you get up at 6:00 and go to the gym or do exercise. You have to visualize this scene for a few days.

We have to send a message to our brain that I have to do this work. After that, what do some people think that I will exercise for an hour, I will do it for two hours. We say that you wear shoes, you do not start walking.

You have to do it. Wear your shoes, take them off after wearing them and put them back. Do not go for a walk, right? On the second day, take two steps out of the house, walk for 5 minutes, start with 2 minutes, do it gradually and see, now even if you walk for 2 minutes, wear your sports shoes, you will feel that you have worn your shoes, now you will go for a round.

You started with 5 minutes, and you will not know when those 5 minutes will turn into an hour. You feel that you are not able to get motivated, then you can at least do this much that visualize before sleeping that you are going for a regular walk. You just have to visualize this scene. You have to count that you have taken five rounds of your garden then ten rounds. Just keep seeing the visual of this that you have worn clothes for walking, have worn shoes and you are walking. For 5-7 days, just show this visual to your mind.

Didi, there are two daughters-in-law in the house. How to bring harmony between them?

Didi: A lady used to come to our Satsang. She has two daughters-in-law. They have so many qualities in spite of that the environment of her home was like Mahabharata. When that lady asked her daughters-in-law that they should go to Satsang so that there is some peace in the house, then the daughters-in-law would say that they were still young, and their time has not come yet, to go to Satsang.

After 13 years of marriage and lots of prayers the elder daughter-in-law, was blessed with a son. That child was sent to a very good and prestigious school and reputed tuition classes even then he failed in his class. Due to which the elder daughter-in-law was very hurt, her ego was hurt that how did her child fail and at the same time how did he fail even after giving so many facilities. She decided to teach him. Someone advised her to learn Narayan Reiki, it will be good for her child, and it will make a difference. She learned Narayan Reiki. Whoever said anything to her, she would do it thinking that she has to make her child's future. By the grace of God, they have everything, they are a prosperous family, but how is this child not improving.

Raj Didi further said that one day that woman came to meet Didi. she was not getting the desired result. She was always worried that when will the child become responsible, when will he become sincere...?? During conversation with Raj Didi, it was revealed that the woman's relationship with her sister-in-law was not good. She used to argue with her sister-in-law a lot, due to which there was negative energy in their house and the child was not able to study with concentration. Not only her son's education, but this negative energy affected their body, mind, wealth and relations.

Raj Didi further said that the negative energy in your house which affects your son. As soon as that child enters the house, negative energy enters him. If you want to do good for your son, then you have to keep quiet, let the sister-in-law do whatever she wants to do. She remained focused on her son with full intensity, she even stopped arguing with her sister-in-law. One day her mother-in-law called. She said that there has been a little change in her elder daughter-in-law and there is some peace in the house. Due to the positivity of her elder daughter-in-law, her grandson has also started studying. The elder daughter-in-law gives Reiki to her son and says this affirmation that her son is sincere, responsible,

॥नारायण नारायण॥

punctual, polite. Even though she does not talk to her sister-in-law, negative feelings towards her keep running in her mind every moment. In this situation, the universe gets confused as to what she wants. The elder daughter-in-law came to Didi and said that since she stopped arguing with her sister-in-law her relationship with her husband has become sweet and their bonding became very good. I also like it very much that now my parents look at me with blessings. During our conversation, the elder daughter-in-law told Didi that since the first day their parents have made this arrangement that even though servants are working in the house, it is compulsory for the daughters-in-law to go to the kitchen. One day the sister-in-law has duty in the kitchen, the other day it is her duty.

The day she stays in the kitchen, sister-in-law has to do dusting and on the day the sister-in-law is in the kitchen, she has to do the dusting. Her sister-in-law does not like making rotis, even if she has to make only 8-10 rotis, then also she has to put lot of effort and she herself make rotis in 10 minutes. In their house, the helper is not allowed to climb on the bed, their parents do not like it, so they have to spread the bedsheets of the guest room and the common room. One day she spreads the bedsheet and the next day her sister-in-law does it. The sister-in-law does not like that too and they quarrel over this.

Didi told Badi Bahu that if the younger is not comfortable to spread the bedsheet and make rotis, then you do these two things. Badi Bahu asked Didi that if she does it, will it bring a change in her child? Didi said it will 100% bring a change, then her positive vibrations will reach your child, and he will start studying. On the first day she made rotis. The sister-in-law saw that it was her turn, but the elder sister-in-law was making rotis. She immediately went to her mother-in-law and told her that the Satsang was having a very good effect on Bhabhi. Badi Bahu noticed in her life that as soon as she became positive, there was a change in her child, relations with her life partner started improving.

This was the situation before the lockdown and today both the sisters-in-law live with love and respect. Mother-in-law used to tell Didi earlier that if one daughter-in-law bought one dress, the other would buy four dresses by the same evening, now both buy things only after deciding. The atmosphere of the house has become like Ramayana. One day the younger daughter-in-law came to meet Didi by chance, she expressed gratitude to Didi and said because of Didi the atmosphere of their house has become positive.

Didi said that the elder daughter-in-law had to be positive for her son, what benefit did younger one gets? The younger daughter-in-law shared that she is very fond of going to kitty parties, whenever she goes to kitty parties, she could not find a new dress to wear every time. Now they do shop together, share things, so now they share dresses and wear them. Earlier, there used to be more clothes and less money in her drawer, now the entire drawer is full of money.

Youth Desk

Change is the eternal truth of the world. Be it movable or immovable, everything is changing every moment. This change is happening at both the external and internal levels, whether it is visible or not.

When change is the eternal law of nature, then why oppose it?

This story told by Raj Didi is completely logical so that every person understands the importance of change in life -

Once a girl was driving a car and her father was sitting nearby.

A terrible storm came on the way and the girl asked her father — what should we do now?

The father replied — keep driving the car.

Driving the car in the storm was becoming very difficult, the storm was becoming fiercer. What should I do now? — the girl asked again.

Keep driving the car. — the father said again

After going a little further, the girl saw that many halted vehicles on the road due to the storm.

She then said to her father — I should stop the car..... I can hardly see.....

It is terrible and everyone has halted their vehicle.....

Her father again instructed — don't stop the car. Just keep driving...

The storm had taken a very terrible form but the girl did not stop driving the car....

And suddenly she saw that everything was becoming clear.....

After going a few kilometers ahead, the girl saw that the storm stopped, and the sun came out.....

Now her father said — now you can stop the car and get out.....

The girl asked — but why now?

The father said — When you come out, you will see that those who stopped on the way are still trapped in the storm....

Because you did not give up and kept driving the car and finally you are out of the storm....

This story is an inspiration for those who are going through difficult times.... if they understand that this time too will pass because change is the eternal law of nature

One should never give up trying.....

Certainly, the toughest times of life pass and like the morning sun, brightness comes back in your life - Every night is followed by a bright morning.

A positive attitude strengthens the way to move forward by accepting change.

Children's Desk

Change is a part and parcel of existence. It is an inevitable truth. The universe itself adapts to change. Day brings darkness, summers evolve to winters, and rains to spring.

At times, change is challenging, but it is the process of growth, learning, and transformation.

According to the Darwin theory, we have evolved from homosapiens to what we are today.

The cave man has evolved today to create a robot as original as himself. So, change is a process which we need to adapt.

Change helps us to adapt and evolve, leading to growth and progress. It brings new experiences, perspectives, and learning opportunities. Embracing change helps build resilience and adaptability. It stimulates intellectual growth, wider perspectives, and new solutions.

How NRSP and Raj Didi help us to change and transform ourselves.

Raj Didi guides us to change ourselves to be the best of ourselves every time.

- 1) Compare yourself with only your own self. Today, I scored 50 marks, then let me be more focused, more sincere, and attempt to score 75.

In this way, slowly and steadily we will discover our strength and resilience, evolve ourselves and become the best of ourselves.

- 2) When you cannot change the circumstances around you, stand tall and stick to the truth. Everything around you will change for you.

- 3) If the change is in a positive manner, go for it. Merge yourself in the change and become the change. You will inspire others. Our Guru Raj Didi adapts to change and, in turn motivates others. That is why her words are transformational.

Didi adapted to the new online Satsang, transforming many lives worldwide because reach out becomes more when we are online.

- 4) Accept change in a positive manner and make your life positive.

Under The Guidance of Rajdidi

॥ ॐ ॥

In the column 'Under the Guidance of Rajdidi', we have compiled experiences of the transformation the satsangis brought about within themselves after listening to and meditating on Satsang: -

1) Two months ago, I had confessed in Narayan Bhawan that I used to talk very negatively about the English teachers, saying that they don't know this, they don't know that. As per Raj Didi's advice, I practiced the sadhana of positive thoughts, speech and behaviour. The result was that I passed the IAS exam in the first attempt. Many thanks to Raj Didi for guiding me on the right path.

2) Our elder brother wanted to keep all the property for himself. Following the path shown by Raj Didi, we humbly said that you can happily keep all the property, we don't want it. Within a few days, the elder brother's mind changed and he himself came forward and said that we will share the property equally. Raj Didi - When you are ready to give, then nature also becomes eager to give to you. Elder brother's mind changed due to the blessings from the universe.

3) I grow and sell plants. Earlier I used to think only about my own benefit and used to charge more money. After joining Narayan Bhawan and doing Jal Sadhna, I gave good discounts to the customers. I have started getting more orders than before.

Didi - Your blessings will increase, Narayan blessings.

4) After marriage, we lived in a joint family. I, my husband, brother-in-law and sister-in-law, all four of us used to work and give our salary to mother-in-law. My mother-in-law used to give me a very small amount for pocket expenses. Gradually, when my salary increased, I stopped giving her the entire amount and kept saving.

With that saved money, we bought a house but told my mother-in-law and father-in-law that this is not our house, it is my brother's house, he has given it for rent. Result - our prosperity stopped, and we had to leave the house in one and a half years. The house fell apart, and health also got ruined with Narayan help.

Meanwhile, I joined Narayan Bhawan, after listening to Didi, I realized my mistake, slowly collected money again and bought a house, but this time I told the truth, now everyone is living a happy and prosperous life in that house.

Apart from this, I had invested in 2 commercial properties but hid it from my in-laws.

॥ ॐ ॥

Result - for the last eight years, its value was increasing, nor it was being rented out. After listening to the sharing of your Satsang, I realized that I had done this work secretly from my family members. I told my mother-in-law and father-in-law about that property. After 2 weeks, that property was put on rent, which had been lying ideal for the last eight years.

5) We are three brothers, living separately, so my mother used to stay with each one of us for a particular period. Earlier it was decided that mothers would stay for 4 months with each son. This time she stayed with us for 7-8 months. She stayed additionally some more time with us. My brother transferred 64 thousand rupees to the bank 4-5 days ago for mother's expenses. I was short of money at that time, and at one point I felt like taking that amount for my own use. But I had heard in your Satsang that one should take only what is rightfully due to him, so I controlled my mind.

I returned that fund to my brother in the same condition. The universe rewarded me. Earlier I had asked for funds from people, but everyone refused saying that it was Narayan's help condition. Just 2 days after refunding my brother's fund, an acquaintance himself came forward and invested 3 lakh rupees in my business, who had turned me down 10 days ago. This is a big jackpot for me.

Raj Didi - Nature has delivered your rightful share to you. Your mother is staying with you for extra time, it is her blessing and blessings that your prosperity has started increasing.

6) I used to do a lot for my family, but I had a lot of expectations from them. I used to get hurt when I got negative behaviour from them. My ego increased. After joining you, I did as you said, started giving my best, I do everything considering it an opportunity. Result: The sugar and BP which I had at the age of 35, in 2021, I was taking 50 mg of BP medicine in August 2023, it came down to 25 mg. In 2024, it was 25 mg and today I am taking 6.5 mg of BP medicine. Thanks to you.

**Narayan blessings with Narayan shakti to Saarthi Enterprises
Business running successfully and recording good profit every
month. Narayan dhanyawad.**

॥ नारायण नारायण ॥

Inspirational Memoirs

॥ ॐ ॥

End of life

A rich man had to suffer a huge loss in business. He started feeling that his life was filled with darkness. He thought of committing suicide. As soon as he was about to jump into the river, someone caught him from behind. He was a traveler. The person who was trying to commit suicide started crying bitterly, 'Why did you save me, it is better to die than to live such a life.' After listening to the whole story of that person, the traveler said, 'Do you believe that you were happy before?' That person said, 'Yes, there was only light in my life, but now there is nothing left except darkness.' The traveler said, 'Don't you know that night comes after day and day comes after night?' That person said- 'Everyone knows this.'

'If you know, then why were you committing suicide? When you accept a happy life, then why don't you accept a sad life now. Whereas you know that after this night, day will come again.'

The great philosopher Aristotle has said that change is the law of nature. Whenever we refuse to accept this law of nature, we become sad and get surrounded by depression. We have to accept that when good days are not permanent, bad days will also not last. The person who understands this truth is never disappointed or disheartened. His life emerges stronger.

Accept every stage of life

Rachna was lost in deep thoughts. The change in mother's behavior was beyond her understanding. Rachna was a science student in the first year of college. She loved her mother very much. Shruti also loved her daughter Rachna dearly. But Rachna had been feeling a strange change in Shruti for some time.

Earlier, her mother used to explain everything to her lovingly. Her every action reflected affection and intimacy. Rachna remembers that when she would return from school, her mother would hug her and within minutes would put her favorite food on the table. If she made any mistake, she would explain to her instead of scolding her. Her mother was so good. She would listen to everything with interest, but now, God knows what has happened to her. Now she remains lost in herself.

Actually, Shruti was very proud of her beauty. After Shruti and Sahil's marriage, whenever Sahil would come home, Shruti would either be immersed in a magazine or would be dressing up to go somewhere. There would be arguments between Sahil and Shruti over all these things.

॥ नारायण नारायण ॥



In the meantime, Rachna was born and Shruti started feeling as if her beauty had diminished. She had become a little fat, so she always thought that she wished Rachna had never been born. But gradually her maternal feelings for Rachna awakened and she got busy with her.

After some time, when Rachna had a brother, she became even more disappointed. The praise she was getting from all sides now reduced a lot. After Raju's birth, she became a little shapeless and her weight also increased. Due to laziness, she did not pay attention to exercise and kept getting fatter day by day. Meanwhile, Rachna's father, Sahil, also became busier in his business. Hence, his attention towards the house also reduced as compared to earlier.

Now she would hear such statements, "Shruti, you have become so fat, you used to look so good earlier." This made Shruti feel more dejected. When her hair started turning grey, she became depressed, she started dyeing her hair. She also started applying more makeup on her face.

Meanwhile, Rachna grew up and became beautiful too. Whoever met Shruti would say, "Your daughter is very beautiful, you too used to be like this once." It is not that she was jealous of Rachna, but she became frustrated on knowing the opinion of others about her, that is why her behavior towards Rachna started changing. She started getting angry at Rachna for every small thing.

She could not adjust to the changes that were coming in her with age. With age, there should be nobility in a person's dressing, speech, behavior, in everything. There should be simplicity. All these things attract more at an older age, she could not understand this.

One day, Rachna mentioned her mother's behavior to Shruti's best friend Nisha. Nisha had known Shruti since childhood, she understood everything. Nisha placed her hand on Rachna's head lovingly and said, "Don't worry Rachna, I will try to convince her."

The next day Nisha went to Shruti's house to meet her and brought her to her house for lunch. Both of them first had their food together, then Nisha started the conversation slowly. "Shruti, are you not feeling well?"

"No Nisha, I just don't feel like doing anything."

"Why, what happened?"

"I don't know Nisha, nothing feels good. I just want to lie down quietly. I don't even feel like meeting or talking to anyone, it's as if I don't have any desire from life." Shruti said in a disappointed tone. Nisha smiled, "What are you saying like a philosopher, hey, what have you done to your hair... come let me fix it." Nisha brought a comb and started combing her hair.

"Your hair is so beautiful even today. Look, it has all fallen out and its light whiteness is making your face look even more beautiful."

Shruti looked at Nisha in surprise, "What a wonderful thing! What are you saying Nisha? Whiteness is a sign of old age." Nisha laughed and said, "It is not a sign of old age, but of greatness. When our hair turns white, our greatness starts to show. You know, when I used to teach in college in my youth, the boys used to tease me so much, I used to get very sad. But now everyone talks to me so politely. They respect me so much. My experience has also increased with age. That is why I have started teaching better than before. All the classes want me to teach them, all this is the magic of this whiteness." Shruti was looking at her in surprise. She had never thought that whiteness of hair can also be a reason for happiness. Nisha said further, "And Shruti, when we were newly married, we used to have frequent disagreements over some or the other thing. I was never happy; I was always stressed. Gradually, growing age taught me everything with time.

Now I have started understanding him and he has started understanding me so much that even before the words came out of each other's mouth, we both understood what the other person was going to say. All this is also the magic of this whiteness - understood." Saying this, Nisha started laughing again.

This time Shruti also could not stop laughing. While laughing, she thought of Sahil. Did she ever think like this about Sahil? Did she make her experiences the wheel of her married life? No, she remained lost in herself and kept moving away from Sahil. She liked Nisha's words a lot. She smiled and said - "Tell me more, the wonders of this whiteness..." "Should I tell you more? I have children - Lavanya and Himanshu, I used to feel incomplete until they were born. You know, with how much difficulty Lavanya was saved at the time of birth. After the arrival of both the children, my life was filled with happiness. I got the pride of being a mother. Lavanya is now sixteen years old, she needs my love, advice, guidance, I am her best friend. I am involved in everything she does, otherwise at this age children can go astray. This is when they need us."

Shruti's eyes became moist. Was she ever able to give Rachna such a friendship? Did she ever feel proud of being the mother of two children? Probably not - just then Nisha went inside and brought a saree and while giving it to her said, "Look Shruti, how is this saree? I bought it just yesterday."

Shruti said after looking at the saree, "It is good, but its color is very light." Nisha said, "It is her choice, anyway now I have started liking light colors instead of dark colours. There is a time for everything, and it is wise to move with time. Shruti, one should happily accept the changes that come in oneself with age. This adulthood also has its own importance, we should live it to the fullest, in fact I consider it the most beautiful part of my life and you?" Shruti was sobbing. There was a huge difference between her and Nisha's thinking. She had made her life hell because of her thinking. She could not give any answer.

"Tell me Shruti, what do you think?" Nisha asked again.

Shruti said in a tearful voice, "Nisha! Till today I was wandering, I had started thinking that

॥ नारायण नारायण ॥

॥ ॐ ॥

by losing my youth I have lost everything. But today I have understood how wrong I was thinking. Today my eyes have opened after listening to you. Today I have come to know that adulthood is equally important, if I think like you then I am really very happy. Yes! Now there are some unfinished tasks to be done, which I could not do till now. I could not give the affection that I should have given to my husband and children, but now this will not happen.” There were tears of repentance in Shruti’s eyes, there was happiness in Nisha’s eyes that she had succeeded in bringing her dear friend on the right path.

“One should happily accept the changes that come in oneself with age. This adulthood also has its own importance, we should live it to the fullest.

Bachh Baras

The festival of Bachh Baras is celebrated on the Dwadashi Tithi of Krishna Paksha of Bhadrapada month (Bhadon). On this day, women with sons pray to Gaumata for the health and long life of their son and worship a cow with a calf. On this day, consumption of things cut with a knife, wheat, barley, and things made from cow’s milk is prohibited. Moong, moth, gram and millet are soaked for Bachhbaras the night before, it is called Bhijona.

When is Bachh Baras?

This year Bachh Baras puja and fast was observed on Friday, 30 August 2024.

Why do we celebrate Bachh Baras?

Our beloved Shri Krishna loved cows very much. He told people the importance of cow and propagated the worship of cow by calling it mother. Lord Shri Krishna himself used to serve cows. Seeing his love for cows, Kamdhenu herself took the form of Bahula cow and took a place in Nandbaba’s cowshed.

Gopal is also one of the names of Lord Shri Krishna. Lord Shri Krishna went to graze cows and calves for the first time on the day of Bachh Baras. Mother Yashoda decorated Shri Krishna well and sent him to graze cows on this day after performing Puja. His elder brother Balram was also with him. Shri Krishna went to graze cows and their calves with him. Therefore, on this day everyone worships cows and celebrates it as a festival by paying respect to the message of cow service given by Lord Shri Krishna.

Bachh Baras Puja Vidhi

On the day of Bachh Baras, women with sons keep fast and worship cows and calves. One

॥ नारायण नारायण ॥

day before Bachh Baras, moong, moth, gram and millet are soaked for Bachhbaras the night before. Then in the morning after taking bath, it is cooked in a pan after frying it.

1. The woman observing the fast should wear clean clothes after taking bath and other daily activities on the day of Bachh Baras.
2. If you have a milk-giving cow with a calf at home, then bathe it along with the calf.
3. Then cover the cow and its calf with new clothes, apply tilak with turmeric and sandalwood and make them wear a garland of flowers. If possible, decorate their horns too.
4. After that, take a copper vessel and fill it with water. Put sesame seeds, rice, perfume and flowers in it and sprinkle it on the cow and pour water on its feet (hooves). While doing this, recite the following mantra –

KsheerodarnavasambhuteSurasuranamaskrite I

SarvadevamayeMaatargrihaanaarghya Namoh Namah II

5. Apply tilak on your forehead with the mud from the hoof of Mother Cow.
6. Light a lamp and do the Aarti of Mother Cow. Offer soaked gram, green gram, moth and millet to the cow.
7. After worshipping the cow, tell or listen to the story of Bachh Baras.
8. The woman observing the fast should put money on Bhijona (soaked green gram, moth, millet and gram) and give it to her mother-in-law or elder sister-in-law by touching their feet.
9. Observe the fast for the whole day of Bachh Baras and eat food at night after meditating and worshipping your Ishta Devta.
10. Wheat and barley should not be eaten on this day and neither should any product made from cow's milk be consumed. Also, nothing should be cut with a knife and neither should any product cut with a knife be consumed. Cutting vegetables is also prohibited on this day.
11. If you do not have a cow with a calf at your home, then wherever there is a cow with a calf near your house, worship with the same method there. After the puja, keep Dakshina for the cow.
12. If you do not find a cow with a calf, you can still perform this puja. In that case, make an idol of a cow and a calf from wet clay and worship them using the above method.

GOLDEN SIX

1) Prayer -Thank you Narayan for always being with us because of which today is the best day of our life filled with abundance of love, respect, faith care, appreciation, good news and jackpots . Thank you Narayan, for blessing us with infinite peace and energy. Narayan, Thank you for blessing us with abundant wealth which we utilize. We are lucky and blessed. With your blessings, Narayan, every person, place, thing, situation, circumstances, environment, wealth, time, transport, horoscope and everything associated with us is favourable to us. We are lucky and blessed .Thank you Narayan for granting us the boon of lifelong good health because of which we are absolutely healthy. Thank you Narayan with your blessings we are peaceful and joyous, we are positive in thoughts, words and deeds and we are successful in all spheres of life. Narayan dhanyawad.

2) Energize Vaults - Visualize a rectangular drawer in which you store your money. Visualize Rs 2000 notes stacked in a row, followed by Rs 500/- , Rs100/- , Rs 50/-, Rs20/- Rs10/- and a silver bowl with various denomination of coins. Now address the locker 'You are lucky, the wealth kept in you prospers day by day.' Request the notes "Whenever you go to somebody fulfill their requirements, bring prosperity to them and come back to me in multiples." Now say the Narayan mantra, "I love you, I like you, I respect you, Narayan Bless you" and chant Ram Ram 56

3) Shanti Kalash Meditation – Visualize a Shanti Kalash (Peace Pot) above your crown chakra. Chant the mantra" Thank You Narayan, with your blessing I am filled with infinite peace, infinite peace, infinite peace. Repeat this mantra 14 times."

4) Value Addition - Add value to cash and kind (even food items) you give to others by saying Narayan Narayan or by saying the Narayan mantra.

5) Energize Dining Table/ Office table - Visualize the dining table/ office table and energize it with Shanti symbol, LRFC Carpet, Cho Ku Rei and Lucky symbol. Give the message that all that is kept on the table turns into Sanjeevini.

6) Sun Rays Meditation - Visualize that the sun rays entering your house is bringing happiness, peace, prosperity, growth, joy, bliss, enthusiasm and health sanjeevini. Also visualize your wishes materializing. This process has to be visualized for 5 minutes.

Finest Pure Veg Hotels & Resorts



Our Hotels : Matheran | Goa | Manali | Jaipur | Thane | Puri | UPCOMING BORIVALI (Mumbai)

THE BYKE HOSPITALITY LIMITED

Shree Shakambhari Corporate Park, Plot No.156-158,

Chakravati Ashok Complex, J.B.Nagar, Andheri (East), Mumbai - 400099.

T.: +91 22 67079666 | E.: sales@thebyke.com | W.: www.thebyke.com