

February 2022

Monthly Magazine
Year 8 Issue 2

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 को 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.

॥ ॐ ॥

पावन वाणी



प्रिय नारायण प्रेमियों,

॥ नारायण नारायण ॥

एनआरएसपी, द्वारा नारायण भवन कि स्थापना और उसको सुचारु रूप से चलाने के लिए पूरे nrsp द्वारा किया जा रहा श्रम तप, और इस तप के साथ-साथ राम नाम का जप, तप और जप का सर्वश्रेष्ठ उदाहरण है। तप का तात्पर्य है- ऐसा दृढ़ संकल्प कार्य जो आपको आपके लक्ष्य तक ले जाने के साथ – साथ सप्त सितारा जीवन की ओर भी अग्रसर करता है। तप आत्म विकास के लिए खुद से खुद का किया वादा है। जो आप अवश्य ही पूरा करते हैं

आप जो भी तप लें उसका दृढ़ता से पालन करें। गांधीजी ने बचपन में राज्य हरिश्चंद्र का नाटक देखकर सत्य बोलने का तप लिया और जीवन पर्यंत उसका पालन किया। आपके द्वारा लिया गया तप आपके चरित्र को दृढ़ता प्रदान करता है, आपको जीवन में उचित मार्ग दिखलाता है और सफलता कि ऊंचाइयों पर ले जाता है। आत्मानुशासन के लिए तप लेना राम बाण उपाय है।

तप सुनने में जितना कठिन लगता है निभाने में उतना ही आसान होता है। आप ही बताएं बड़ों को साष्टांग प्रणाम करना, अपने अहम का त्याग करना, बड़ों को सम्मान देना, हर पल देने के भाव से भरे रहना क्या कठिन है ? नहीं ना।

तो बस जीवन को सार्थक बनाने के लिए ऐसे छोटे- छोटे तप करें। जब भी आप कोई तप लेते हैं तो वह आप खुश होकर और अपनी मर्जी से लेते हैं बिना किसी दबाव के बिना किसी मजबूरी के। आप तप का पालन करने लगते हैं तो जीवन में हर कार्य, हर परिस्थिति आसान लगने लगती है क्योंकि आपका तप आपके भीतर सकारात्मकता का प्रवाह शुरू कर देता है।

जब आप माथा टेकते हैं तो आपका अहम झुकता है और झुकते समय शरीर का रक्त प्रवाह समायोजित होता है और सुचारु रक्तप्रवाह हमारे शरीर कि प्रत्येक कोशिका को, लव, रेसपेक्ट, फ़ैथ, केयर, खुशी, आनंद उत्साह कि दिव्य संजीवनी से भर देता है। जब- शरीर कि प्रत्येक कोशिका पूर्ण: पोषित होती है रोम-रोम खुशी, आनंद, उत्साह से भरा होता है तो जीवन में सुख, शांति, समृद्धि, उन्नति, प्रगति, सफलता स्वतः ही आ जाती है और हम सार्थक जीवन जीने लगते हैं।

शेष कुशल

R. Modi

॥ नारायण नारायण ॥

-: संपादिका :-

संध्या गुप्ता

09820122502

-: प्रधान कार्यालय :-

राजस्थानी मंडल कार्यालय

बेसमेंट रजनीगंधा बिल्डिंग ग, कृष्ण वाटिका मार्ग,
गोकुल धाम, गोरेगांव (ई), मुंबई - ४०० ०६३.

-: क्षेत्रीय कार्यालय :-

अहमदाबाद	जैविनी शाह	: 9712945552
आगरा	अंजनामिन्तल	: 9368028590
अकोला	रिया / शोभा अग्रवाल	: 9075322783/ 9423102461
अमरावती	तरुलता अग्रवाल	: 9422855590
बैंगलोर	शुभांगी अग्रवाल	: 9341402211
बैंगलोर	कनिष्का पोद्दार	: 7045589451
बड़ोदा	दीपा अग्रवाल	: 9327784837
भंडारा	गीता शारदा	: 9371323367
भोलवाड़ा	रेखा चौधरी	: 8947036241
बस्ती	पूनम गाडिया	: 9839582411
भोपाल	रेनुगढ़ानी	: 9826377979
बीना (मध्यप्रदेश)	रश्मि हुकट	: 9425425421
बनारस	अनीता भालोरिया	: 9918388543
दिल्ली (पश्चिम)	रेनु विज	: 9899277422
दिल्ली (पूर्व)	मीनू कौशल	: 9717650598
दिल्ली (प्रीतमपुरा)	मेधा गुप्ता	: 9968696600
धुले	कल्पना चौरोंडिया	: 9421822478
डिब्रूगढ़	निर्मलाकेडिया	: 8454875517
धनबाद	विनीता दुधानी	: 9431160611
देवरिया	ज्योति छापरिया	: 7607004420
गुवाहाटी	सरला लाहौटी	: 9435042637
गुडगाँव	शीतल शर्मा	: 9910997047
गोंदिया	पूजा अग्रवाल	: 9326811588
गाजियाबाद	करुणा अग्रवाल	: 9899026607
गोरखपुर	सविता नांगलिया	: 9807099210
हैदराबाद	स्नेहलता केडिया	: 9247819681
हरियाणा	चन्द्रकला अग्रवाल	: 9992724450
हॉगन घाट	शीतल टिब्रेवाल	: 9423431068
इंदौर	धनश्री शिरालकर	: 9324799502
इचलकरंजी	जयप्रकाश गोयनका	: 9422043578
जयपुर	सुनीता शर्मा	: 9828405616
जयपुर	प्रीती शर्मा	: 7877339275
जालना	रजनी अग्रवाल	: 8888882666
झुंझुनू	पुष्पा टिब्रेवाल	: 9694966254
जलगाँव	कला अग्रवाल	: 9325038277
कानपुर	नीलम अग्रवाल	: 9956359597
खामगाँव	प्रदीप गरोदिया	: 8149738686
कोल्हापुर	जयप्रकाश गोयनका	: 9422043578
कोलकता	सी .एसगीता चांडक	: 9330701290
कोलकता	श्वेता केडिया	: 9831543533
मालेगाँव	आरती चौधरी/रेखा गरोडिया	: 9673519641/ 9595659042
मोरबी (गुजरात)	कल्पना जोशी	: 8469927279
नागपुर	सुधा अग्रवाल	: 9373101818
नांदेड	चंदा काबरा	: 9422415436
नासिक	सुनीता अग्रवाल	: 9892344435
नवलगढ़	ममता सिंगरोडिया	: 9460844144
पिछौरा	स्मिता मुकेश भरतिया	: 9420068183
परतवाड़ा	राखी अग्रवाल	: 9763263911
पूना	आभा चौधरी	: 9373161261
पटना	अरविंद कुमार	: 9422126725
पुरुलिया	मृदु राठी	: 9434012619
रायपुर	अदिति अग्रवाल	: 7898588999
रांची	आनंद चौधरी	: 9431115477
रामगढ़	पूर्वी अग्रवाल	: 9661515156
राउकेला	उमा देवी अग्रवाल	: 9776890000
शोलापुर	सुवर्णा बल्दवा	: 9561414443
सूरत	रंजना गाडिया	: 9328199171
सीकर	सुषमा अश्रवाल	: 9320066700
सिलीगुड़ी	आकांक्षा मुंघडा	: 9564025556
विशाखापत्तनम	मंजू गुप्ता	: 9848936660
उदयपुर	गुणवंती गोयल	: 9223563020
विजयवाड़ा	किरण झंवर	: 9703933740
वर्धा	अन्नपूर्णा	: 9975388399
यवतमाल	वंदना सूचक	: 9325218899

॥ ५ ॥

संपादकीय

प्रिय पाठकों,

॥ नारायण नारायण ॥

पिछले दिनों, नारायण भवन में बहुत बड़ी संख्या में सतसंगियों ने जप और तप किया। यह जप और तप पुराने ऋषि मुनियों कि तरह जंगल में जाकर तप करने जैसा नहीं है पर उतना ही महत्वपूर्ण है।

जप के रूप में प्रतिदिन पाँच बार राम- राम जाप की २४ मिनट कि साधना और तप के रूप में अपनी पसंदीदा वस्तु का त्याग और वह भी एक विशेष उद्देश्य के लिए और वह उद्देश्य है- बच्चों द्वारा विवाह करके जीवन में स्थापित होना। सभी ने राम - राम जप के साथ कुछ - न कुछ अपनी पसंदीदा वस्तु को त्यागा है। जिन लोगों ने निस्वार्थ भाव से अपने घर में विवाह योग्य बच्चे न होने पर भी जप में हिस्सा लिया है और अपनी पसंदीदा वस्तु का त्याग किया है तो यह त्याग तप कि श्रेणी में आता है।

इस जप और तप का यह प्रभाव हुआ कि हजारों कि संख्या में हमारे पास जो नाम थे उनमें से अधिकांश बच्चों की सगाइयाँ हो गयीं और बहुतों के विवाह हो गए। वजह विशेष उद्देश्य के लिए शुद्ध, पवित्र, निर्मल भाव से प्रसन्नता से किए गए जप,, तप ने ब्राह्मंडीय शक्ति को खुशी, आनंद, उत्साह के भाव से बाहर दिया और उसने आशीर्वादों के दरवाजे सबके लिए खोल दिए।

पाठकों, आपका अनुमान बिल्कुल सही है इस बार के अंक का विषय है - जप और तप।

हम सभी अपने लक्ष्यों कि प्राप्ति के लिए जप तप करते रहेंगे. इन शुभकामनाओं सहित...

आपकी अपनी
संध्या गुप्ता

अंतरराष्ट्रीय कार्यालय :

नेपाल	रिचा केडिया	977985-1132261
आस्ट्रेलिया	रंजना मोदी	61470045681
बैंकाक	गायत्री अग्रवाल	66897604198
कनाडा	पूजा आनंद	14168547020
दुबई	विमला पोद्दार	971528371106
शारजहा	शिल्पा मांजरे	971501752655
जकार्ता	अपेक्षा जोगनी	9324889800
लन्दन	सी.ए. अक्षता अग्रवाल	447828015548
सिंगापुर	पूजा गुप्ता	6591454445
डबलिनओहियो अमेरिका	स्नेह नारायण अग्रवाल	1-614-787-3341

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

॥ नारायण नारायण ॥

we are on net



narayanreikisatsangparivar

@narayanreiki

प्रकाशक : नारायण रेकी सतसंग परिवार

मुद्रक : श्रीरंग प्रिन्टर्स प्रा. लि. मुंबई.

Call : 022-67847777



नारायण रेकी सतसंग परिवार और राज दीदी, सतसंगियों के जीवन को सप्तसितारा बनाने के लिए की अनूठे उपाय करते रहते हैं। जिन्हें करने में आनंद तो आता ही है और कार्य का सफलता भी सुनिश्चित हो जाती है।

पिछले महीने से दीदी ने नारायण भवन में सतसंगियों को एक विशेष उद्देश्य हेतु जप और तप करने का सुझाव दिया। सतसंगियों ने अपने विशेष उद्देश्यों के साथ-साथ नारायण भवन के एक विशेष उद्देश्य- विवाह योग्य बच्चों कि कार्मिक हीलिंग हेतु भी जप तप किया।

राज दीदी ने प्रारंभ से ही नित्य नाम जाप पर विशेष बल दिया है। राम-राम का निरंतर जाप हम सतसंगियों के रोम – रोम में रच बस गया है। नित्य जाप किसी भी अवस्था में किया जा सकता है इसमें किसी भी प्रकार का कोई नियम या रोक – टोक नहीं होती है। जैसे- जैसे जप का अभ्यास बढ़ता जाता है चित्त शांत और शुद्ध होता जाता है। मन कि मलीनता नकारात्मकता दूर होती जाती है। आनंद और प्रसन्नता बढ़ती जाती है। ज्यों-ज्यों जप की संख्या बढ़ती जाती है ईश कृपया, भगवत कृपया कि अनुभूति होने लगती है और अपनी निष्ठा दृढ़ होती जाती है। यह विश्वास होता जाता है कि एकचित्त भाव से कि गई उस परम शक्ति के नाम का जाप आपके जीवन को सुख, शांति, समृद्धि, उन्नति, प्रगति, सेहत, सफलता के महासागर से **आपलावित** कर देता है। जब यह जप किसी निमित्त या उद्देश्य के तहत पूरी निष्ठा, विश्वास और समर्पण से किया जाता है तो उसके परिणाम अविस्मरणीय होते हैं। जप कि प्रक्रिया मन के भीतर एकाग्रता को बढ़ाती है। मन की उद्विग्नता को कम करके मन को शांत और शीतल करती है। जप आपके भीतर रोम-रोम में समाहित हो जाए इसके लिए जप को आप अपनी साँसों कि लय से जोड़ दें, अभ्यास इतना करें कि वह आदत बन जाए। मन में नहीं आत्मा कि गहराइयों तक नाम जाप चले। पर ऐसा होगा कब ? ऐसा तब होगा जब आप निस्वार्थ भाव से परहित में अपना सर्वोत्तम देने के भाव से भरकर सकारात्मक विचार, वाणी और व्यवहार करें।

आइए अब समझते हैं तप को। प्राचीन काल में हिंदुओं, यहूदियों और ईसाइयों आदि में बहुत से लोग अपनी इंद्रियों को वश में करने तथा दुष्कर्मों से बचने के लिए अपने धार्मिक विश्वास के अनुसार घर छोड़कर जंगलों में रहने चले जाया करते थे। वहाँ वे अपने रहने के लिए घास फूस कि कुटी बना लेते थे और कन्द मूल खाकर शारीरिक व्रत किया करते थे। कभी वे मौन रहते, कभी गर्मी सर्दी सहते। पुराणों इत्यादि में इस प्रकार के अनेकों तपस्वियों कि अनेकों गाथाएं हैं। इस तरह कि तपस्या का मुख्य उद्देश्य ज्ञान और सिद्धियों की प्राप्ति होता था। **श्रीमद्भागवत गीता** के अनुसार तप तीन प्रकार का होता है :-

शारीरिक

मानसिक

वाचिक

शरीर से किए गए कर्म जैसे देवताओं का पूजन, बड़ों का आदर सत्कार, ब्रह्मचर्य का पालन, अहिंसा आदि शारीरिक तप हैं। सत्य बोलना, प्रिय बोलना, वेदशास्त्र आदि पढ़ना वाचिक तप हैं। मौन रहना, आत्मचिंतन और आत्म विश्लेषण करना मानसिक तप हैं। एक अर्थपूर्ण और सार्थक जीवन जीने के लिए आवश्यक है कि जीवन जीते हुए इन तपों को किया जाए और मनुष्य होने के अपने उद्देश्य यानि आत्म विकास को प्राप्त किया जाए।

जैन धर्म बहुत ही सरल शब्दों में तप की परिभाषा बताता है :-

कर्मक्षयार्थ तपयत इति तप ।

कर्मों का क्षय करने के लिए जो तपाया जाता है वह तप है। अर्थात् शरीर से हुए नकारात्मक कर्मों के प्रभाव को समाप्त करने के लिए शरीर से ऐसा श्रम करना जो आप, उस नकारात्मक कर्म के प्रायश्चित स्वरूप करते हैं। तप का तात्पर्य है

ऐसा कार्य करना जो आपकी प्रकृति के विपरीत है, जो आपकी आदत के प्रतिकूल है। जिसे करने में आपको अतिरिक्त प्रयास करने पड़ रहे हैं।

अपने कर्मों का क्षय करने के लिए, पुण्य बढ़ाने के लिए, पापों से बचने के लिए, मोक्ष प्राप्ति के लिए तप करना आवश्यक है। गृहस्थ जीवन में जहाँ हम अपने विचार, वाणी, व्यवहार से अनेकों प्रकार के कर्म करते हैं जिनमें नकारात्मक कर्मों की संख्या अधिक होती है ऐसे में तप का महत्व और अधिक बढ़ जाता है। तप दो तरीके से किया जा सकता है- पहला बाहरी तप जो दिखायी देता है जैसे उपवास, वस्तुओं का त्याग आदि, दूसरा आंतरिक तप यानि प्रायश्चित्त।

पहले प्रकार के तप के अंतर्गत अपनी मनपसंद वस्तुओं का सेवन बंद करना जैसे - घी, फल, मिठाई आदि का त्याग, शरीर को सुख देने वाले साधनों से दूर रखना, चप्पल का त्याग, गहनों और विशेष वस्त्रों का त्याग आदि। दूसरे प्रकार के तप के अंतर्गत की हुई गलतियों के सुधार के लिए भविष्य में वह गलती न दोहराने के प्रण के साथ- साथ किसी कार्य को करने या न करने का संकल्प करना प्रायश्चित्त है। जीवन को सार्थकता प्रदान करने के लिए, मनुष्यता की उच्चतम ऊंचाइयों तक पहुँचने के लिए यह आवश्यक है कि जप और तप का सहारा लिया जाए।

राज दीदी ने पिछले दिनों सतसंगियों को अपनी प्राथमिक विश को जल्द- से जल्द पूरा करने के लिए जप के साथ - साथ तप करने का भी आग्रह किया। दीदी ने कहा जब आप जप के साथ - साथ तप भी करते हैं तो आपके भीतर की नकारात्मकता स्वतः ही बाहर आती जाती है और आप सकारात्मक से भर सप्त सितारा जीवन के अधिकारी हो जाते हैं। नारायण भवन में सतसंगियों ने तप भी किए और महातप भी। जिन सतसंगियों ने अपनी इच्छा की पूर्ति के लिए कुछ त्यागा वो आया तप कि क्षेणी में और जिन सतसंगियों ने निस्वार्थ भाव से दूसरों की इच्छापूर्ति के लिए कुछ त्यागा वो आया महातप कि श्रेणी में। सबसे बड़ा तप सतसंगियों ने किया वह है अपने अहम का त्याग। यह तप संभव हुआ दीदी द्वारा सिखाई गई माथा टेकने की प्रक्रिया के माध्यम से। जब सतसंगियों ने धरती माँ को अपने बड़ों को माथा टेका तो मन के भीतर कि नकारात्मकता धरती माँ ने सोख ली और मन सकारात्मकता, खुशी, आनंद, उत्साह, स्फूर्ति, स्टेमिना से भर उठा। जीवन में चमत्कार होने लगे। लोगों के भीतर का क्रोध, शिकायत, निंदा, द्वेष, ईर्ष्या का भाव तिरोहित हो गया। मन अद्भुत शांति से भर गया। बरसो से संबंधों में चल रही खटास मिठास में बदल गई। लंबे अरसे से रुके काम होने लगे। हमारी बड़ों को प्रणाम करने की परंपरा जो बहुत से घरों में कहीं पीछे छूट गई थी वापस माथा टेकने के तप से पुनः प्रारंभ हो गई। घर के बुजुर्गों के सम्मान में बढ़ोत्तरी हुई, घर लव, रेसपेक्ट, फ़ैथ, केयर से भरा गया और समृद्धि चारों ओर से बरसने लगी और जीवन का हर क्षेत्र प्रचुरता से भरने लगा है। इतना अधिक प्रभावशाली है तप।

हमारे द्वारा किया गया छोटा-सा तप, अपनी प्रिय वस्तुओं का त्याग, माथा टेकना, बड़ों को सम्मान देना, अपनी गलतियों को पहचानना और उनको न दोहराने का कॉमिटमेंट, ऐसे तप हैं जो बहुत ही सरल हैं, सहज हैं और सप्त सितारा जीवन के मार्ग हैं। जप और तप कि महिमा हम सब जानते हैं और अब हमने यह भी जान लिया कि इनको जीवन में उतारना, वो भी आज के व्यस्त जीवन में उतारना बहुत ही आसान है तो क्यों न जीवन में इन्हें अपनाया जाए और जीवन को सप्तसितारा बनाया जाए।

जीवन में किसी भी क्षेत्र में सफल होना चाहते हो तो कोई-न-कोई अच्छा व्रत ले लो तथा उसका दृढ़ता पूर्वक पालन करो। जिस प्रकार गांधी जी ने बाल्यावस्था में राजा हरिश् चन्द्र का नाटक देखकर जीवन में सत्य बोलने का व्रत लिया तथा जीवन पर्यन्त उसका पालन किया। व्रत (नियम) और दृढ़ता रूपी दो सदगुण हों तो जीव शिव स्वरूप हो जाता है, मानव से महेश्वर बन जाता है।



ज्ञान मंजूषा के मध्ययम से हम पाठकों को दीदी द्वारा सुझाई जीवन पद्धतियों से रूबरू करते हैं ताकि वह उन्हें पढ़ें, गुनें और जीवन में उतारें और सार्थक जीवन कि ओर सार्थक कदम बढ़ा सकें। प्रस्तुत हैं इस माह के, दीदी द्वारा बताए कुछ ऐसे ही जीवन उपयोगी सुझाव:-

स्वाभिमान और अभिमान में अंतर

दीदी ने स्वाभिमान और अभिमान के बारे में समझते हुए कहा, 'हम अकसर यह कह देते हैं कि सामने वाले में बहुत ईगो है पर अपना ईगो हमें दिखाई नहीं देता है। हम अपने ego को स्वाभिमान का नाम देते हैं और सामने वाले के स्वाभिमान को ego का नाम दे देते हैं। आपको कैसे पता चलेगा कि यह आपका स्वाभिमान है या ego है? अगर मतभेद होने पर भी आप सामने वाले को आदर से रहे हैं, उनकी अच्छाई आपको नजर आ रही है, आप उनकी सराहना कर पा रहे हैं तो यह स्वाभिमान है। अगर ऐसा नहीं है तो यह ego है। अभिमान और स्वाभिमान में अंतर

१) स्वाभिमान अपने साथ लेकर आता है सुख शांति सेहत समृद्धि उन्नति प्रगति सफलता खुशी एंड उत्साह। अहंकार अपने साथ लाता है दुख दरिद्रता अशांति रोक शोक पतन कष्ट पीड़ा तकलीफें परेशानियां। जब दो व्यक्तियों के बीच जरा सा भी मतभेद होता है और बहस शुरू होती है तो तुरंत उनके बीच या तो स्वाभिमान खड़ा होता है या अहंकार। जिस व्यक्ति में स्वाभिमान होता है वह तुरंत झुक जाता है, सहयोग देना शुरू कर देता है और समझौता करने के लिए तैयार रहता है। जिसमें अहंकार होता है वह व्यक्ति अड़ जाता है।

२) स्वाभिमान व्यक्ति आत्मविश्वास से भरा होता है और इगो वाला व्यक्ति अहंकार से भरा होता है।

३) स्वाभिमान व्यक्ति दूसरों को आदर, प्रशंसा देना जानता है और देता है। वहीं अहंकारी व्यक्ति खुद के लिए आदर प्रशंसा की मांग करता है। केवल खुद की ही प्रशंसा करता है।

४) स्वाभिमान व्यक्ति छोटी- छोटी बातों को let go करना जानता है। छोटी- छोटी बातों को दिल से नहीं लगाता। अपमानित महसूस नहीं करता है। संबंधों को प्राथमिकता देता है सामने वाले को प्राथमिकता देता है। वहीं दूसरी ओर अहंकार से भरा व्यक्ति छोटी- छोटी बातों पर अपमानित महसूस करता है, हर्ट हो जाता है। उनका इश्यू बना देता है।

५) स्वाभिमान व्यक्ति विनम्र होता है और अहंकार से भरे व्यक्ति में विनम्रता का अभाव होता है।

६) स्वाभिमान व्यक्ति में सहनशीलता होती है। वह अपनी सहनशीलता से प्रतिकूल परिस्थितियों को भी अनुकूल में परिवर्तित करने की क्षमता रखता है। अहंकार से भरा व्यक्ति उतावला होता है वह अनुकूल परिस्थितियों को भी अपने स्वभाव से प्रतिकूल में परिवर्तित कर देता है।

७) स्वाभिमान व्यक्ति के साथ रहना सहज है बल्कि अभिमान व्यक्ति के साथ रहना कठिन होता है।

सकारात्मकता और नकारात्मकता का प्रभाव

अ) यदि घर में एक व्यक्ति पत्नी या गृहिणी एक आध्यात्मिक व्यक्ति है और पति और बच्चे विचारों, शब्दों और व्यवहार में नकारात्मक हैं तो परिवार में नकारात्मक ऊर्जा का प्रभाव अधिक होगा क्योंकि सकारात्मकता की तुलना में नकारात्मक ऊर्जा का अनुपात अधिक होता है। यहां एक सदस्य केवल सकारात्मक है अन्य नकारात्मक हैं। दीदी ने आगे विस्तार से बताया कि एक आध्यात्मिक और सकारात्मक व्यक्ति होने के बावजूद महिलाओं के साथ एक आम समस्या है कि वह बहुत

जल्द आहत (हर्ट) हो जाती हैं। हर्ट ऊर्जा का एक नकारात्मक रूप है, यह अधिक नकारात्मक ऊर्जा जमा करती है। महिलाएं बहुत जल्दी हर्ट हो जाती हैं और उन्हें इससे बाहर आने में समय लगता है। वह दुःख, रोग, हानि आदि के रूप में अधिक नकारात्मकता को आकर्षित करती हैं इस नकारात्मकता को कैसे रोकें सबसे पहले, उन्हें व्यक्ति को सुख, शांति और समृद्धि का आशीर्वाद देना चाहिए।

ब) सोने से पहले पूरे दृश्य (घटना) की कल्पना करें कि क्या हुआ था कि आप अपने प्रियजनों पति या बच्चे के किन शब्दों से आप कैसे आहत हुए. अब उस तस्वीर को हटा दें और एक नया दृश्य बनाएं कि जब भविष्य में वही स्थिति उत्पन्न हो तो आप आपके बच्चों या पति से कैसा व्यवहार चाहते हैं? यह कल्पना करें कि वे आपके प्रति प्यार, परवाह और सम्मानजनक तरीके से व्यवहार कर रहे हैं।

दीदी ने कहा, उदाहरण के लिए, जब आप किसी आभूषण की दुकान पर गहने खरीदने जाते हैं तो आप जौहरी को समझाते हैं कि आपको किस तरह के गहने चाहिए, आप अपना खुद का डिज़ाइन बनाते हैं। इसी तरह आप अपने प्रियजनों से किस तरह का व्यवहार चाहते हैं, यह आप बना सकते हैं।

दीदी ने इस बात पर जोर दिया कि जब आप ऐसा करते हैं तो अगली बार पहली जैसी स्थिति होने पर आपके परिवार के सदस्यों का आपके प्रति व्यवहार आपकी अपेक्षाओं के अनुसार प्यार भरा होगा, जो आपको आश्चर्य से भर देगा। आमतौर पर महिलाएं जो गलती करती हैं, वह यह कि जब परिवार का कोई सदस्य उनके प्रति नकारात्मक व्यवहार करता है, तो उनका कहना है कि वह हमेशा ऐसा व्यवहार करता है और अधिक नकारात्मकता को आकर्षित करता है।

स) नकारात्मक वातावरण समृद्धि को प्रभावित करता है, यह हमेशा देखा गया है कि जब घर में कोई तर्क या झगड़ा होता है तो घर का खर्च बढ़ जाता है। अगर घर के माहौल में सकारात्मकता है तो आप बहुतायत को आकर्षित करते हैं।

कर्म प्रभाव

कभी-कभी हमें उस कर्म का दुष्परिणाम भोगना पड़ता है जो हमने नहीं किया है। ईश्वर के न्याय के अनुसार ऐसा नहीं होना चाहिए लेकिन फिर भी ऐसा कई बार होता है। क्यों?

दीदी ने कहा, ईश्वर की व्यवस्था में कहीं कोई अव्यवस्था नहीं है। हमारे द्वारा किए गए कर्मों का फल ही हमारे खाते में आता है। दीदी ने आगे विस्तार से बताया और कहा कि संत रामसुख दासजी ने कहा, कि ब्रह्मांड में कई ड्रम हैं, प्रत्येक ड्रम में एक व्यक्ति का नाम होता है। यदि हम अच्छे कर्म करते हैं तो ड्रम में गेहूं डाला जाता है और यदि हम बुरे कर्म करते हैं तो ड्रम में घास डाली जाती है। इस तरह ड्रम में गेहूं और घास की परत बन जाती है। ड्रम नीचे से भी खुला होता है और उसके द्वारा हमें कर्म का फल मिलता है।

कभी-कभी, ऐसा होता है कि कोई व्यक्ति गलत कर रहा है लेकिन अच्छे परिणाम (गेहूं) प्राप्त कर रहा है, ऐसा इसलिए है क्योंकि उस समय उसका अच्छे कर्मों का खाता चल रहा होता है इसलिए उसे अच्छा मिल रहा है लेकिन एक बार यह खत्म हो जाने पर उसे बुरे परिणाम भुगतने होंगे। इसी तरह कोई अच्छे कर्म कर रहा है लेकिन नकारात्मक परिणाम मिलने का मतलब है कि उसके बुरे कर्मों का खाता (घास) चल रहा है। एक बार जब यह खत्म हो जाएगा तो उसे अच्छे परिणाम (गेहूं) मिलेंगे।

ब) हमें यह समझना चाहिए कि हमें जो मिलता है वह हमारे अपने कर्मों का ही परिणाम है।

हर्ट क्यों होते हैं

एक गृहिणी, एक महिला अपने परिवार के लिए अपना पूरा जीवन समर्पित करती है, वह अपने बच्चों के भविष्य को सुदृढ़ बनाने के लिए, परिवार की जरूरतों का ख्याल रखने के लिए और सभी की जरूरतों को पूरा करने के लिए अपना सब कुछ कुर्बान कर देती है। फिर भी परिवार के सदस्य बिना उसकी गलती के भी उसे आहत करते हैं। क्यों?

दीदी ने आगे विस्तार से बताया और कहा मान लीजिए महिलाओं को विकल्प दिया जाता है कि वे अपनी इच्छा के अनुसार ये छह घंटे बिता सकती हैं, वे फिल्मों के लिए जा सकती हैं, फोन पर दोस्तों के साथ चैट कर सकती हैं, खरीदारी कर सकती हैं, दोस्तों के साथ पार्टी कर सकती हैं और तब कोई कुछ नहीं कहेगा और दूसरा विकल्प है बच्चों की देखभाल। आप किसे गोद लेंगे। (ये विकल्प रोजमर्रा के जीवन के लिए हैं) सत्संग में उपस्थित सभी महिलाओं ने परिवार और बच्चों की देखभाल वाला दूसरा विकल्प चुना। दीदी ने कहा, जब आपने खुद अपने बच्चों और परिवार की देखभाल करने का फैसला किया है तो शिकायत किस बात की है। दीदी ने समझाया कि महिलाएं खुद घर को सजाना और साफ रखना पसंद करती हैं, यह उनकी अपनी पसंद है और ऐसा करने में वे घंटों बिताती हैं, किसी ने उन्हें ऐसा करने के लिए मजबूर नहीं किया।

यदि आपका जीवनसाथी जिसे आप पुरुष कहते हैं, वह अपना सारा कमाया हुआ पैसा खुद पर खर्च करेगा। फिर आप अपना घर कैसे चलाएंगे। यह समाज की व्यवस्था है कि पुरुष कमाने के लिए बाहर जाते हैं और महिलाएं घर की देखभाल करती हैं। अब कई पढ़ी-लिखी लड़कियां भी काम पर जाती हैं, उन्हें परिवार वालों का पूरा सहयोग मिलता है।

परिवार में संतुलन कैसे बनाये रखें:-

अ) गृहिणी परिवार की नींव होती है, अगर लोग उसे चोट पहुँचाते हैं तो वह कमजोर हो जाती है और परिवार हिल जाता है। दीदी ने कहा पहले तो यह स्वीकार करें कि जो आपको मिल रहा है, वह आपका कर्म है। परिवार में दूसरे व्यक्ति से बदलने की अपेक्षा करने के बजाय खुद को बदलना होगा।

ब) दीदी ने कहा, अपनी जिम्मेदारी खुद लें, खुद को संतुलित करें। दीदी ने कहानी सुनाई जिसमें एक बार श्री अब्दुल कलाम आजाद को मुंबई से एक संत से मिलने जाना था। मिलने के बाद उन्हें एयरपोर्ट जाना था, संत भी उनके साथ थे। अब्दुलजी ने लिफ्ट का बटन दबाया लेकिन वह खराब थी.. अब्दुलजी तुरंत सीढ़ियाँ से तीन मंजिल नीचे उतर गए, हालाँकि वह लगभग ८० वर्ष के थे, संत केवल ४७ वर्ष के थे। संत भी सीढ़ियों से नीचे उतरे लेकिन धीमी गति से। संत ने पूछा, उनकी ऊर्जा का रहस्य क्या था.. अब्दुलजी ने उत्तर दिया कि जब भी वह किसी व्यक्ति से मिलते हैं तो उनके मन में एक ही विचार रहता है कि... ऐसा क्या करूँ की मेरे साथ वाले व्यक्ति को खुशी मिले और यही उनकी ऊर्जा का रहस्य है।

अपेक्षाएं

हम दूसरों के लिए एक बार, दो बार या तीन बार करते हैं लेकिन दूसरे व्यक्ति की अपेक्षाएं बढ़ती रहती हैं, हम कब तक उनकी अपेक्षाओं को पूरा करते रह सकते हैं? दीदी ने उत्तर दिया कि लोग उसी से अपेक्षाएं रखते हैं जिसे वे जानते हैं कि उनकी इच्छा पूरी कर सकते हैं। दीदी ने उदाहरण दिया कि जब कोई बच्चा चलना शुरू करता है तो माँ उसे एक जगह खड़ा करती है और थोड़ी दूर बैठ जाती है और उसे अपने पास चलने के लिए प्रेरित करती है। वह ऐसा तीन चार बार करती है जब उसे विश्वास होता है कि बच्चा चल सकता है वह उसे अपने आप चलने देती है। वह यह सब बच्चे को मजबूत बनाने के

लिए करती है।

यदि आप सोचते हैं कि जब कोई व्यक्ति अपेक्षाएं बढ़ाता है तो आपकी ताकत और शक्ति बढ़ती है, तो ऐसा ही होगा। जब भी आपके मन में नकारात्मक विचार आए तो उसे तुरंत बदल दें और सोचे कि जब दूसरे व्यक्ति की अपेक्षाएं बढ़ती हैं तो आपकी ताकत और शक्ति बढ़ती है और आपको अधिक ऊर्जा और आनंद मिलेगा।

पैतृक संपत्ति

कई बार पैतृक संपत्ति के विभाजन को लेकर परिवार में मनमुटाव हो जाता है..संबंध प्रभावित होते हैं..यह जीवन को कैसे प्रभावित करता है और व्यक्ति ऐसे संचित कर्मों का भुगतान कैसे करता है?दीदी ने उत्तर दिया कि पुरखों की संपत्ति में सभी बच्चों का समान हिस्सा है। पिता पैसा कमाने के लिए जीवन भर बहुत मेहनत करता है। बच्चे उनके धन पर अधिकार का दावा करते हैं .. क्या आपने कभी माता-पिता को यह कहते हुए सुना है कि बच्चों की कमाई में उनका अधिकार है .. हालांकि उनका तो सबसे ज्यादा हक होता है क्योंकि आज वे जिस ऊंचाई पर पहुंचे हैं और कमा रहे हैं, यह माता-पिता के पालन-पोषण के कारण संभव हुआ है। सारा श्रेय माता-पिता को जाता है और वे उसकी कमाई में अपने हिस्से की मांग कर सकते हैं, हालांकि ऐसा कभी नहीं होता है। अगर माता-पिता को कुछ भी चाहिए तो भी वे अपने बच्चों से अनुरोध करते हैं। बच्चे अपना हक पिता से मांगते हैं। पिता की मेहनत की कमाई पर केवल माता-पिता का ही १००% हक होता है और यह उनकी इच्छा है इसे वे किसे देना चाहते हैं। दीदी ने विस्तार से बताया कि माता-पिता के लिए सभी बच्चे समान हैं लेकिन अगर वे स्मार्टनेस दिखाना लगते हैं तो माता-पिता को भी लगता है

दीदी ने एक प्रसंग सुनाया

दो भाई पिता के साथ संयुक्त परिवार में रह रहे थे। घर में सब कुछ अच्छा था, उनके पास पर्याप्त दौलत थी और सभी एक साथ खुशी-खुशी रह रहे थे।पिता बीमार पड़ गए और उन्होंने घोषणा की कि जैसे ही वह ठीक हो जाएंगे, वे दोनों बेटों के बीच संपत्ति का बंटवारा करे देंगे। छोटे भाई की पत्नी ने उससे कहा कि जब बड़ा भाई दुकान से पैसे घर लाता है, तो उसे परिवार के लॉकर में रखने से पहले, वह एक हिस्सा निकालकर अपनी अलमारी में रखता है। छोटे भाई ने इस पर ध्यान नहीं दिया। पत्नी ने कई बार शिकायत की तो उसने उसे समझाया और कहा कि वह इस बारे में पिताजी को बता देगा। छोटे भाई को अपने बड़े भाई के लिए बुरा लगा कि वह धन के लिए कर्म क्यों जमा कर रहा है ?? वह अपने बड़े भाई का बहुत सम्मान करता था। छोटा भाई अपने पिता के पास गया और उनसे बड़े भाई को पूरी संपत्ति देने का अनुरोध किया क्योंकि बड़े भाई की ३ बेटियाँ थीं और उसका बेटा बहुत छोटा था। पिता ने सहमति व्यक्त की और छोटे से कहा कि धन का छोटा हिस्सा जो पिता ने अपने लिए रखा था वह उनके जाने के बाद छोटे बेटे का हो जाएगा। छोटा बेटा नहीं चाहता था कि उसकी पत्नी घर का वातावरण अस्वस्थ करे, इसलिए उसने अपनी पत्नी से कहा कि उसके पिता ने बड़े भाई को नकद और अन्य गहने और छोटे बेटे को सारी जमीन और संपत्ति दे दी है। बड़े भाई ने एक सौदा किया और उसमें सारा धन चला गया, जो उसे पिता से मिला था और साथ ही जिसे उसने छिपाया था। जबकि छोटा भाई जो सही रास्ते पर था, उसने अपने बड़े भाई की सभी ३ बेटियों की शादी भी करवा दी। दीदी ने कहा, यदि जिस पर आपका हक नहीं है वो धन आप लेते हैं तो यह धन अपने साथ गरीबी, बीमारी, दुःख आदि लेकर आएगा और यदि आपको आपके माता-पिता ने जो भी दिया उसे माथे लगा कर कृतज्ञता के साथ लिया तो वह आपके लिए सुख शांति समृद्धि लेकर आएगा।

नारायण भवन में राज दीदी के मार्गदर्शन में जप और तप करना दुनिया भर के लोगों के लिए एक आनंदमय अनुभव बन गया है।

जप न केवल मन और आत्मा को शुद्ध करता है, यह एक प्रकार का ध्यान भी है। हमारे पाठ्यक्रम - लीडिंग अ मीनिंगफुल लाइफ में हमने आपको विचारों की स्पष्टता और सही निगन्ध लेने के लिए ध्यान का महत्व सिखाया और बताया है। जप से हमारी एकाग्रता भी बढ़ती है। तप का अर्थ है तपस्या। दूसरे शब्दों में तपस्या के तात्पर्य हैं दोषमुक्त होना = संशोधन करना = तुष्टीकरण = प्रायश्चित = क्षतिपूर्ति = सही करना = क्षमा = क्षमा का तरीका। यह अपने आप को पसंदीदा भोजन और लोगों से दूर रहने, प्रतिबद्ध हो व सतत उस बात का पालन करने का वादा करके खुद को सही करने का यह एक सर्वोत्तम तरीका है। तपस्या निरंतर एक अनुस्मारक की तरह कार्य करती है और यह अवचेतन रूप से आपकी ऊर्जा को उस लक्ष्य की अभिव्यक्ति की ओर दिशा देती है जिसके लिए आप प्रार्थना कर रहे हैं। हमारे पुराण और प्राचीन ग्रंथ ऐसे उदाहरणों से भरे पड़े हैं जहां तप के माध्यम से लोगों ने अलौकिक शक्तियों को भी प्राप्त किया।

हमारे ऋषि, मुनियों, देवता व असुरों ने तपस्या करके दैवीय शक्तियां प्राप्त कीं। भगीरथ भगवान शिव को प्रसन्न करने के लिए एक पैर पर खड़े हो गए और इस तरह धरती को गंगा का वरदान मिला। जब राम वनवास में थे, भरत ने भी सांसारिक सुखों को त्याग दिया और अपनी माँ की गलती का पश्चाताप करने के लिए अयोध्या के बाहरी इलाके में एक तपस्वी का जीवन व्यतीत किया। महाभारत के एक बहुत प्रभावशाली चरित्र भीष्म पितामह ने अविवाहित रहने का संकल्प लिया और जिस दृढ़ विश्वास के साथ उन्होंने अपनी प्रतिबद्धता को निभाया, उसे आज भीष्म प्रतिज्ञा के नाम से जाना जाता है।

आज के युवा अपने इस समृद्ध इतिहास से प्रेरणा लेकर अपने उद्देश्यों को पूरा करने के लिए तपस्या का उपयोग कर सकते हैं, अपने आप में परिवर्तन ला सकते हैं और सबसे बढ़कर अपनी इच्छा शक्ति व आत्मविश्वास बढ़ा सकते हैं। क्यों न छोटे से तप से शुरुआत करें जैसे कि अपने पसंदीदा भोजन से दूर रहने का संकल्प लेना जब तक कि आपका उद्देश्य प्राप्त न हो जाए या व्यस्त कार्यक्रम की परवाह किए बिना टहलने जाने का संकल्प लें। छोटे कदम बड़े लक्ष्य की ओर ले जाते हैं। तप या तपस्या न केवल आपको शक्ति प्रदान करती है बल्कि आपके जीवन को भी पटरी पर रखती है। सद्गुणों को अपनाना और उनका ईमानदारी से पालन करना भी तपस्या का ही एक रूप है। अपने प्रियजनों को वैसे ही स्वीकार करना जैसे वे हैं और बिना शर्त उनकी देखभाल करना भी तप है। हमारी युवा पीढ़ी जीवन के सभी क्षेत्रों में अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए तपस्या कर सकते हैं लेकिन याद रखें कि माता-पिता का आशीर्वाद प्राप्त करना सबसे बड़ी तपस्या है। माता पिता की आज्ञा का पालन करें, ऐसा कुछ करें जिससे उन्हें खुशी मिले और ऐसा करके खुद को एक सार्थक जीवन का हकदार पाएँ।

रेशमा हेड़ा को जन्मदिन (२ फरवरी) पर सुख, शांति, समृद्धि, उन्नति, प्रगति, सेहत, सफलता से भरे सप्तसितारा जीवन का नारायण आशीर्वाद।



बच्चों की फुलवारी

॥ ५ ॥

सतयुग के पिछले अंक में हमने अपने जीवन में प्रतिबद्धता के महत्व पर प्रकाश डाला। राज दीदी कहती हैं कि अपनी प्रतिबद्धता को पूरा करने के लिए, हमें जप और तप करने की आवश्यकता है। इसका मतलब है कि हमें अपनी प्रतिबद्धता का पालन करने के लिए जप की अर्थात् सकारात्मक शक्तियों के रूप में नाम सुमिरन करने की आवश्यकता है। जप के साथ हमें तप यानि एक ऐसे संकल्प को लेने की आवश्यकता जो हमें अपनी प्रतिबद्धता के प्रति दृढ़ रहने के लिए प्रेरित करे।

यह माह का अंक जप और तप पर आधारित है।

स्पाकलिंग स्टार्स के रूप के रूप में, आपने राजदीदी द्वारा निर्देशित सही रास्ते पर चलने और हमारे पाठ्यक्रम फाउंडेशन टू सक्सेस में निर्धारित सिद्धांतों का पालन करने की अपनी प्रतिबद्धता ली है। लेकिन कभी-कभी हमारे लिए दृढ़ रहने के लिए हमें थोड़ा पुश और मोटिवेशन की आवश्यकता होती है। स्कूल में ऐसी व्यवस्था होती जहाँ यदि आपने अपना गृहकार्य पूरा नहीं किया है तो शिक्षक को यह अधिकार होता है कि वह आपको उस कार्य को कई बार लिख कर भूल का प्रायश्चित्त कराए।

हमेशा की तरह दीदी ने प्रतिबद्धता को सुदृढ़ करने के लिए उनकी अनूठी शैली अपनाई है :-

१) अपने आप को एक हरा स्टार दें जब आपका व्यवहार अच्छे रहा हो और एक लाल स्टार दें जब आपका व्यवहार इससे विपरीत हो।

२) जब भी आपका व्यवहार प्रतिकूल हो तो भवन में बैठें और दूसरों के लक्ष्यों के लिए लगभग एक घंटे तक जप करने का संकल्प लें। इसके अलावा, हम तप भी कर सकते हैं।

३) अपनी वचनबद्धता पर अडिग रहने के लिए हम अपना पसंदीदा खाना छोड़ सकते हैं और हम स्वस्थ भोजन ही खायेंगे, ऐसा तप कर सकते हैं।

४) बच्चे तप ले सकते हैं कि वे नियमित व्यायाम, ध्यान की दिनचर्या का पालन करेंगे।

५) यदि आपकी प्रतिबद्धता केवल सकारात्मक शब्द बोलने की है और आपको दृढ़ रहना है तो आप एक तप ले सकते हैं कि आप हर दिन सकारात्मक शब्दों का एक पृष्ठ लिखेंगे। यह आपको आपकी प्रतिबद्धता की याद दिलाएगा और आपको साथ दृढ़ संकल्पित रहने में मदद करेगा।

६) यदि आपकी प्रतिबद्धता अपनी पढ़ाई में नियमित होना है, और शत-प्रतिशत अंक प्राप्त करना है, तो आप हर दिन नारायण रेकी सेल्फ-हीलिंग का पालन करने के लिए तप कर सकते हैं। यह आपको अपने लक्ष्यों के प्रति केंद्रित रहने के लिए प्रेरित करेगा।

वैलेंटाइन वीक ने साबित कर दिया कि किस तरह से हमारे युवा रेडिएंट स्टार्स ने एनआरएसपी मोटो, 'इन गिविंग वी बीलीव' के तप का पालन करके अपनी प्रतिबद्धता पर टिके रहे, और पेड़ लगाने जैसी गतिविधियां कीं, उन सभी को धन्यवाद दिया जो हमारे साथ जुड़े हुए हैं और हमारे जीवन को आसान बना रहे हैं, अनाथ लोगों को खाना खिलाना, बड़ों और हमारे साथ जुड़े सभी लोगों को नमन करके और उनके पैर छूकर श्रद्धा दिखाना और शब्दों के उपयोग की शक्ति पर लघु वीडियो बनाना।



इस बार के दीदी के छाँव तले स्तंभ में हम कन्फेशन के सकारात्मक प्रभाव को महसूस करना और उस पर कार्य कर सतसंगियों ने जो अनुभव प्राप्त किए हैं उन अनुभवों को यहाँ पेश कर रहे हैं। तप और जप के माध्यम से प्रतिबद्धता को अपनाना और अपना सर्वसरेसठ देने के लिए सतसंगियों ने दृढ़ निश्चय किया। उत्साहित सतसंगियों ने नारायण को प्रसन्न करने के लिए तप के रूप में अपने पसंदीदा भोजन, शराब से परहेज करने, धरती माता और बड़ों के प्रति सम्मान दिखाने के लिए माथा टेकने कि अनूठी शैली सतसंगियों ने अपनाई। कुछ लोगों ने अपने को सजाने सँवारने से परहेज करने का तप किया। एक सतसंगी ने बताया कि पहले वह हर चौथे दिन बाल रँगती थी उन्होंने यह संकल्प लिया कि जब तक उनकी लिस्ट से सभी विवाह योग्य बच्चों की शादी नहीं हो जाती। शुरू में उन्हें बाहर जाने में हिचकिचाहट हुई बाद में उनकी यह हिचक निकल गई। हमारे रेडिएंट स्टार्स ने भी तप किया ताकि उनकी विवाह से संबंधित प्राथमिक विश पूरी हो जाए। जप और तप से संबंधित कुछ शेयरिंग :-

मुस्कान अगरवाल :- मैं एक रेडिएंट स्टार हूँ। मैंने मेरे मम्मी, पापा और भाई ने धरती माता को प्रणाम करने का तप लिया मैंने अपने चचेरे भाई- बहनों के साथ एक ट्रिप पर गई थी। वहाँ हमारी कार ३ बार एक बस से टकराते टकराते बची। मेरी माँ को शायद पहलेसे आभास था उन्होंने हम पर और हमारी कार पर पहले से नारायण कवच डाल कर रखा था। यह हमारे तप का ही प्रभाव था कि हम सुरक्षित बच गए।

गुंजन टिबरेवाल :- मैं ३ अलग तरीके के तप कर रही हूँ।

१) मैंने यह निश्चय किया है कि मैं उन लोगों के लिए प्रतिदिन दो माला करूंगी जिनकी शेयरिंग से लोगों को प्रेरणा मिलती है।

२) मैंने यह भी तप कर रही हूँ कि पानी बचाने के लिए मैं अपने बर्तन स्वयं धोऊँगी। अपना बिस्तर खुद लगाऊँगी और अपने अन्य काम भी बिना सहायकों कि मदद के करूँगी।

३) मैं यह भी तप कर रही हूँ कि यदि मैं विचार, वाणी, व्यवहार कि साधन से विचलित हुई तो मैं अपना पसंदीदा भोजन नहीं करूँगी और उस भोजन को जरूरत मंद लोगों में बाँट दूँगी।

रश्मि प्रयागराज एल एल एम :- दीदी सतसंग में बताए गए रास्ते पर चलकरन केवल शरीर के हार्डवेयर को बदल है बल्कि सॉफ्टवेयर को भी अपग्रेड किया गया है। पहले हम नकारात्मकता से भरे हुए दूसरों पर दोषारोपण करते रहते थे अब हमें यह एहसास हुआ है कि यह नकारात्मकता हमारे भीतर हमारे ही कारण उत्पन्न हुयी है। हमारे जीवन का बगीचा बहुत सुन्दर है लेकिन यदि हम उसके भीतर कचरा डालते चले जाएंगे तो वह सुन्दर बगीचा गंदा हो जाएगा। उसी तरह हमारे नकारात्मक विचार, दूसरे व्यक्ति को नकारात्मक बना देते हैं। हम बहुत अधिक अहंकार और क्रोध से भरे हुए हैं। दीदी आपके द्वारा बताए गए रास्ते पर चलकर जब हमने धरती माँ को, अपने बड़ों को माथा टेका तो हमारे अंडेर का अहम तिरोहित हो गया और अब हम सभी को अपना शुभचिंतक मानने लगे हैं। जिस क्षण हम दूसरों को दोष देने के बजाय यह स्वीकारते हैं कि हमें वह ही मिल रह है जो हम पहले दे चुके हैं। दीदी हमने बचपन में रहीं और कबीर के दोहे पढ़े थे पर उनपर चलना किस तरह है यह आप से सीख है। मेरी नारायण से यह प्रार्थना है कि, कबीर, रहीं, गौतम बुद्ध, महावीर के साथ- साथ आपके द्वारा बताए गए हर सुझाव को बच्चों के पाठ्यक्रम में शामिल किया जाए जिससे बच्चे देश के महान नागरिक बन सकें।



बड़ों का आशीर्वाद- एक सुरक्षा कवच

एक दिन दुर्योधन के व्यंग्य से आहत होकर भीष्म पितामह घोषणा कर देते हैं, कि मैं कल पाँडवों का वध कर दूँगा। उनकी घोषणा का पता चलते ही पाँडवों के शिविर में बेचैनी बढ़ गई। भीष्म की क्षमताओं के बारे में सभी को पता था, इसलिए सभी किसी अनिष्ट कि आशंका से परेशान हो गए। तब श्रीकृष्ण ने द्रौपदी से कहा, 'अभी मेरे साथ चलो।' श्रीकृष्ण द्रौपदी को लेकर भीष्म पितामह के शिविर में पहुँच शिविर के बाहर खड़े होकर उन्होंने द्रौपदी से कहा, 'अंदर जाकर पितामह को प्रणाम करो।' द्रौपदी ने अन्दर जाकर पितामह भीष्म को प्रणाम किया, तो उन्होंने 'अखंड सौभाग्यवती भव' का आशीर्वाद दे दिया। फिर उन्होंने द्रौपदी से पूछा, 'वत्स, तुम इतनी रात में अकेली यहाँ कैसे आई हो? क्या तुमको श्रीकृष्ण यहाँ लेकर आये हैं?' तब द्रौपदी ने कहा 'हाँ ...और वे कक्ष के बाहर खड़े हैं।' भीष्म भी कक्ष के बाहर आए और दोनों ने एक प्रणाम किया।

भीष्म ने कहा। मेरे एक वचन को मेरे ही दूसरे वचन से काट देने का काम श्रीकृष्ण ही कर सकते हैं।

शिविर से वापस लौटते समय श्रीकृष्ण ने द्रौपदी से कहा, 'तुम्हारे एक बार जाकर पितामह को प्रणाम करने से, तुम्हारे पतियों को जीवनदान मिल गया है। अगर तुम प्रतिदिन .. धृतराष्ट्र, द्रोणाचार्य प्रणाम करती होती, और दुर्योधन-दुःशासन की पत्नियाँ भी पाँडवों को प्रणाम करती होतीं, तो शायद इस युद्ध की नौबत ही न आती।

तात्पर्य यह है कि वर्तमान में हमारे घरों में जो इतनी समस्याएँ हैं, उनका भी मूल कारण यह है कि जाने अनजाने अक्सर घर के बड़ों की उपेक्षा हो जाती है। यदि घर के बच्चे और बहुएँ, प्रतिदिन घर के सभी बड़ों को प्रणाम कर उनका आशीर्वाद लें तो, शायद किसी भी घर में कभी कोई क्लेश न हो।

बड़ों के दिए आशीर्वाद कवच की तरह काम करते हैं उनको कोई 'अस्त्र-शस्त्र' नहीं भेद सकता।

भगवान का मंगल विधान

पुरानी बात है - कलकत्ते में सर कैलासचन्द्र वसु प्रसिद्ध डॉक्टर हो गये हैं। उनकी माता बीमार थीं। एक दिन श्रीवसु महोदय ने देखा—माता की बीमारी बढ़ गयी है, कब प्राण चले जायँ, कुछ पता नहीं। रात्रि का समय था। कैलास बाबू ने बड़ी नम्रता के साथ माताजी से पूछा- 'माँ, तुम्हारे मन में किसी चीज की इच्छा हो तो बताओ, मैं उसे पूरी कर दूँ।'

माता कुछ देर चुप रहकर बोलीं- 'बेटा! उस दिन मैंने बम्बई के अंजीर खाये थे। मेरी इच्छा है अंजीर मिल जायँ तो मैं खा लूँ।' उन दिनों कलकत्ते के बाजार में हरे अंजीर नहीं मिलते थे। बम्बई से मँगाने में समय चाहिए था। हवाई जहाज थे नहीं। रेल के मार्ग से भी आजकल की अपेक्षा अधिक लगता था।

कैलास बाबू बड़े दुखी हो गये - माँ ने अन्तिम समय में एक चीज माँगी और मैं माँ की उस माँग को पूरी नहीं कर सका, इससे बढ़कर मेरे लिये दुःख की बात और क्या होगी ? पर कुछ भी उपाय नहीं सूझा। रुपयों से मिलने वाली चीज होती तो कोई बात नहीं थी।

कलकत्ते या बंगाल में कहीं अंजीर होते नहीं, बाजार में मिलते नहीं। बम्बई से आने में तीन दिन लगते हैं। टेलीफोन भी नहीं, जो सूचना दे दें। तब तक पता नहीं - माता जी जीवित रहें या नहीं, अथवा जीवित भी रहें तो खा सकें या नहीं। कैलास बाबू निराश होकर पड़ गये और मन-ही-मन रोते हुए कहने लगे— 'हे भगवन्! क्या मैं इतना अभागा हूँ कि माँ की अन्तिम चाह को पूरी होते नहीं देखूँगा।' रात के लगभग ग्यारह बजे किसी ने दरवाजा खोलने के लिये बाहर से आवाज दी।

डॉक्टर वसु ने समझा, किसी रोगी के यहाँ से बुलावा आया होगा। उनका चित्त बहुत खिन्न था। उन्होंने कह दिया- 'इस समय मैं नहीं जा सकूँगा'।

बाहर खड़े आदमी ने कहा- 'मैं बुलाने नहीं आया हूँ, एक चीज लेकर आया हूँ-दरवाजा खोलिये।'

दरवाजा खोला गया। सुन्दर टोकरी हाथ में लिये एक दरबान ने भीतर आकर कहा - 'डॉक्टर साहब! हमारे बाबूजी अभी बम्बई से आये हैं, वे सबेरे ही रंगून चले जायँगे, उन्होंने यह अंजीर की टोकरी भेजी है, वे बम्बई से लाये हैं। मुझसे कहा है कि मैं सबेरे चला जाऊँगा अभी अंजीर दे आओ। इसीलिये मैं अभी लेकर आ गया। कष्ट के लिये क्षमा कीजियेगा।'

कैलास बाबू अंजीर का नाम सुनते ही उछल पड़े। उन्हें उस समय कितना और कैसा अभूतपूर्व आनन्द हुआ, इसका अनुमान कोई नहीं लगा सकता। उनकी आँखों में हर्ष के आँसू आ गये, शरीर में आनन्द से रोमांच हो आया। अंजीर की टोकरी को लेकर वे माताजी के पास पहुँचे और बोले— 'माँ! लो - भगवान् ने अंजीर तुम्हारे लिये भेजे हैं।'

उस समय माता का प्रसन्न मुख देखकर कैलास बाबू इतने प्रसन्न हुए, मानो उन्हें जीवन का परम दुर्लभ महान् फल प्राप्त हो गया हो। बात यह थी, एक गुजराती सज्जन, जिनका फार्म कलकत्ते और रंगून में भी था, डॉक्टर कैलास बाबू के बड़े प्रेमी थे। वे जब-जब बम्बई से आते, तब अंजीर लाया करते थे। भगवान्? के मंगल विधान का आश्चर्य देखिये, कैलास बाबू की मरणासन्न माता आज रात को अंजीर चाहती है और उसकी चाह को पूर्ण करने की व्यवस्था बम्बई में चार दिन पहले ही हो जाती है और ठीक समय पर मैं अंजीर कलकत्ते उनके पास आ पहुँचते हैं! एक दिन पीछे भी नहीं, पहले भी नहीं..यही है भगवान्? का मंगल विधान!!

संतोष लड्डा को जन्मदिन (८ फरवरी) पर सुख, शांति, समृद्धि, उन्नति, प्रगति, सेहत, सफलता से भरे सप्तसितारा जीवन का नारायण आशीर्वाद।

नाय जाय

एक बार की बात है राजा एवं महामंत्री ने मार्ग में किसी ब्राह्मण को भीख माँगते देखा। राजा ने महामंत्री से पूछा, 'यह क्या है'? महामंत्री ने तत्काल कहा, महाराज! भूला हुआ है। राजा ने कहा, तो इस पण्डित को रास्ते पे लाओ। महामंत्री ने कहा, 'आ जायेगा, राजन ! पर समय लगेगा। कृपया तीन माह की अवधि दीजिये'।

राजा ने स्वीकृति दे दी। शाम को महामंत्री ब्राह्मण के घर गया और ब्राह्मण से विद्वान होकर भीख माँगने का कारण पूछा। ब्राह्मण के बताने पर महामंत्री ने कहा, कल से प्रातः आप चार बजे जाग जाँ और मेरे लिये दो घण्टे हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे, हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे नाम जप करें, शाम को एक स्वर्ण मुद्रा रोज आपके घर पहुँचा दी जायेगी।

ब्राह्मण को पहले तो यह सुन कर आश्चर्य हुआ, किन्तु मन ही मन सोचा कि ऐसा करने में क्या हर्ज है। जप करना स्वीकार कर लिया। पिछले जन्म के कुल के संस्कार शुभ थे। चार बजे उठने और नाम जप करने में कोई कठिनाई नहीं हुई। रोज शाम को एक स्वर्ण मुद्रिका मिल जाने से धीरे-धीरे ब्राह्मण धनवान हो गया। अभ्यास करते- करते राम कृष्ण नाम के दिव्य संस्कारों ने दबे सुसंस्कारों को उभारा।

एक दिन ब्राह्मण ने सोचा कि यदि महामंत्री के लिए नाम-जप ने धनाढ्य बना दिया तो स्वयं के लिये जपने से तो लोक और परलोक दोनों धनाढ्य हो ही जाएँगे। ऐसा सोच कर रोज दो घण्टे खुद के लिये जपने लगे।

भगवान नाम की ऐसी कृपा हुई की ब्राह्मण की कामनाएँ खत्म होने लगी और एक दिन ब्राह्मण ने महामंत्री से कहा: आप कृपया सोने की मुद्रिका ना भेजें मैं अब केवल अपने लिये ही जप करूँगा। प्रभु नाम की उपासना ने मेरा विवेक एवं वैराग्य जाग्रत कर दिया, प्रभु भक्ति की लग्न लग गयी।

एक दिन ब्राह्मण ने पत्नी से कहा-ईश्वर कृपा से अपनी गरीबी दूर हो गयी। सब ठीक हो गया अब आप अनुमति दें तो मैं एकान्त में रहकर नाम जप साधना करना चाहता हूँ। पत्नी साध्वी थी अतः उसने स्वीकृति दे दी। अब ब्राह्मण देवता सतत प्रभु स्मरण में रंग गये। साधना फलने फूलने लगी। लोग दर्शनार्थ पधारने लगे धीरे-धीरे बात राजा तक पहुँची तो राजा भी एक दिन महामंत्री के साथ महात्मा के दर्शन करने पधारे।

वापिस लौटते समय राजा ने कहा, 'महात्मन मैं भारत का राजा आपसे प्रार्थना करता हूँ, यदि आपको किसी चीज की जरूरत पड़े तो निःसंकोच संदेश भिजवाईयेगा, तत्काल मिलेगी। ब्राह्मण देवता मुस्कराये ओर बोले, 'राजन् आपके पास ऐसा कुछ नहीं जिसकी मुझे जरूरत हो। हाँ यदि आपको कुछ चाहिये तो माँगने में संकोच मत करना।' महामंत्री ने कहा, 'राजन् आपने पहचाना इनको, ये वही ब्राह्मण हैं जो तीन माह पूर्व भीख माँग रहे थे। प्रभु नाम के जप ने एक भिखारी को सच्चा दाता बना दिया है। यह सुनकर राजा बड़े हैरान हुये। ये है नाम जप का प्रभाव जो भिखारी से सच्चा दाता बना दे।

॥ ॐ ॥

Pavaan Vani



**Dear Narayan Premiyo,
Narayan Narayan**

The creation of Narayan Bhavan by NRSP and the efforts, the tap(penance) with Ram Ram Mala are the best example of penance and chanting.

Tap or penance means a determined commitment which not only helps you achieve your goal but also leads you towards Seven-star life. Penance is a promise to oneself for self-appraisal and you have to abide by it. Follow your tap firmly.

Gandhi ji saw the play of Raja Harish Chandra and took a vow to always speak the truth and he abided by it for his entire life. The commitment taken by you imparts strength to your character, leads you in the right path and takes you to the pinnacle of success.

Commitment is a sure shot to nurture self-discipline.

The word commitment seems difficult but to abide by it is easier. Is doing Sashtang Pranaam to elders, giving up your ego, respecting elders, always being in the emotion of giving difficult? No, it is not.

So, to make life meaningful, take small commitments. Take commitment happily and willingly without any pressure. When you abide by your commitment then every task and situation seem easy because your penance stimulates the ebb of positivity.

When you bow your head down then your ego bends and while bending the blood circulation improves and improved blood circulation energizes each cell of our body with divine sanjeevini of love, respect, faith, care, happiness, joy and enthusiasm.

When each and every cell of body is fully nourished then you are filled with happiness, joy and enthusiasm; life automatically attracts happiness, peace, prosperity, growth, progress and success and we start leading a meaningful life.

Rest fine,

R. Modi

R. Modi

|| Narayan Narayan ||

CO-EDITOR

Deepti Shukla 09869076902

EDITORIAL TEAM

Vidya Shastry 09821327562
Mona Rauka 09821502064

Main Office

Rajasthan Mandal Office, Basement Rajnigandha
Building, Krishna Vatika Marg, Gokuldharm,
Goregaon (East), Mumbai - 400 063.

Editorial Office

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

Regional Office

Amravati - Tarulata Agarwal	:	9422855590
Ahmedaba - C. A. Jaiwini Shah	:	9712945552
Akola - Shobha Agarwal	:	9423102461
Agra - Anjana Mittal	:	9368028590
Baroda - Deepa Agarwal	:	9327784837
Bangalore - Shubhani Agarwal	:	9341402211
Bangalore - Kanishka Poddar	:	70455 89451
Bhilwada - Rekha Choudhary	:	8947036241
Basti - Poonam Gadia	:	9839582411
Bhandra - Geeta Sarda	:	9371323367
Banaras - Anita Bhalotia	:	9918388543
Delhi - Megha Gupta	:	9968696600
Delhi - Nisha Goyal	:	8851220632
Delhi - Minu Kaushal	:	9717650598
Dhulia - Kalpana Chourdia	:	9421822478
Dibrugadh - Nirmala Kedia	:	8454875517
Dhanbad - Vinita Dudhani	:	9431160611
Devria - Jyoti Chabria	:	7607004420
Gudgaon - Sheetal Sharma	:	9910997047
Gondia - Pooja Agarwal	:	9326811588
Gorakhpur - Savita Nalia	:	9807099210
Goa - Renu Chopra	:	9967790505
Gouhati - Sarita Lahoti	:	9435042637
Ghaziabad - Karuna Agarwal	:	9899026607
Hyderabad - Snehlata Kedia	:	9247819681
Indore - Dhanshree Shilakar	:	9324799502
Ichalkaranji - Jayprakash Goenka	:	9422043578
Jaipur - Sunita Sharma	:	9828405616
Jaipur - Priti Sharma	:	7792038373
Jaigaon - Kala Agarwal	:	9325038277
Kolkatta - Sweta Kedia	:	9831543533
Kolkatta - Sangita Chandak	:	9330701290
Khamgaon - Pradeep Garodia	:	8149738686
Kolhapur - Jayprakash Goenka	:	9422043578
Latur - Jyoti Butada	:	9657656991
Malegaon - Rekha Garaodia	:	9595659042
Malegaon - Aarti Choudhari	:	9673519641
Morbi - Kalpana Joshi	:	8469927279
Nagpur - Sudha Agarwal	:	9373101818
Navalgadh - Mamta Singodhia	:	9460844144
Nanded - Chanda Kabra	:	9422415436
Nashik - Sunita Agarwal	:	9892344435
Pune - Abha Choudhary	:	9373161261
Patna - Arvindkumar	:	9422126725
Pichhora - Smita Bhartiya	:	9420068183
Raipur - Aditi Agarwal	:	7898588999
Ranchi - Anand Choudhary	:	9431115477
Ramgadh - Purvi Agrwal	:	9661515156
Surat - Ranjana Agrwal	:	9328199171
Sikar - Sarika Goyal	:	9462113527
Sikar - Sushma Agrwal	:	9320066700
Siligudi - Aakaksha Mundhda	:	9564025556
Sholapur - Suvama Valdawa	:	9561414443
Udaipur - Gunvanti Goyal	:	9223563020
Vishakhappattanam - Manju Gupta	:	9848936660
Vijaywada - Kiran Zawar	:	9703933740
vatmal - Vandana Suchak	:	9325218899

International Office

Nepal - Richa Kedia	:	+977985-1132261
Australia - Ranjana Modi	:	+61470045681
Bangkok - Gayatri Agarwal	:	0066897604198
Canada - Pooja Anand	:	+14168547020
Dubai - Vimla Poddar	:	00971528371106
Sharjah - Shilpa Manjare	:	00971501752655
Jakarta - Apkeshia Jogani	:	09324889800
London - C.A. Akshata Agarwal	:	00447828015548
Singapore - Pooja Agarwal	:	+659145 4445
America - Sneha Agarwal	:	+16147873341

॥ ॐ ॥

Dear Readers, Narayan Narayan

A lot of Satsangis have been doing Jap and Tap in the Narayan Bhavan.

These Jap and tap are unlike the tap of the Vedic Rishis and Munis who went in the forests, but are equally important.

Jap includes twenty-four minutes sadhana and tap means to give up your favorite item for a specific purpose and here that purpose is for children's marriage and their settlement. Everyone has given up their favorite food/ habit/ item along with the chanting of Ram Ram. **The people who do not have children of marriageable age and have selflessly given up their favorite thing comes in the category of penance.**

The result of Jap and tap is that most of the children whose names were in the prayer list are engaged and many are married. The reason is that the prayers done in the form of Jap, tap with holy, pious and pure intention fills the universe power with happiness, joy and enthusiasm and opens the doors of blessings for everyone.

Dear readers, your guess is absolutely right, the topic of this edition has of Satyug is - **Jap and Tap.**

To achieve our goals, we will keep doing Jap and tap, with such blessing's good 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

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

|| Narayan Narayan ||



Call of Satyug

Narayan Reiki Satang Parivar and Raj Didi adopt unique measures to make our life Seven-star which not only brings happiness but also ensures success. Last month, Didi suggested to do chanting and penance for a particular purpose in Narayan Bhawan. Satsangis along with their special purposes did karmic healing for youth of marriageable age along with jap and tap.

Raj Didi has given special emphasis on chanting the name of Ram Ram. The continuous chants of Ram Ram pervade every cell of our body. This chanting can be done in any state as there are no rules or restrictions. As chanting increases, the mind becomes calm and purified. The negativity and impurities of mind are removed. Joy and the emotion of feeling good increases. As the chanting's increase, grace of almighty is experienced, and our faith becomes stronger. It is ensured that chanting the name of that ultimate power with total devotion, the ocean of your life swells with happiness, peace, prosperity, growth, progress, health and success. When this chanting is done with full integrity, trust and dedication for any goal or purpose, its results are memorable. **Chanting enhances the concentration power of the mind.** It calms and cools the mind. To make chanting an integral part of your life energy, align it with your inhalation and exhalation and practice so much that it becomes a habit. Along with the mind, the chant should be at the level of the soul. But when will this happen? This will happen when you are selflessly filled with the attitude of giving best by medium of positive thoughts, words and deeds. Let us now understand what penance or Tap is. In ancient times, many people used to leave their households to live in the forests to subdue their senses and to avoid misdeeds. They used to live in thatched huts and observed fasting by eating only tubers and roots. At times they observed silence and other times endured extreme heat and cold. In the Puranas and other ancient texts, many such penances taken up by many sages are mentioned. The main purpose of such penance was to acquire knowledge and siddhis. According to Shrimad Bhagavat Gita, the penance is of three types: -

Physical
Mental
Spoken

The physical acts like the worship of Gods, respect of elders, adherence to

|| Narayan Narayan ||

Brahmacharya, non-violence etc. are the forms of Physical penance. To speak the truth, speak sweetly and softly, reading Vedas etc. are forms of verbal penance. Abstaining from speech, introspection and self-analysis are mental tenacity. In order to live a meaningful life, it is necessary to abide by these tenacities. They help us to achieve the purpose of our life which is self-development.

Jain religion tells the definition of the tenacity in very simple words: -.

कर्मक्षयार्थं तपयत इति तप

The process of tap to annihilate the past karmas is tenacity. That is, to make such a labor from the body to end the impact of negative deeds for the atonement of negative karma. Tenacity means to do such a thing that is contrary to your nature, which is unusual for your habit. You have to take extra efforts.

To minimize your karmas, to increase the good deeds, to avoid sins, for salvation, it is necessary to do penance. In day-to-day life, we do many types of deeds by our thoughts, speech and behavior, due to which the number of negative deeds is more hence the importance of tenacity increases manifold. Tap can be done in two ways - the first is external tenacity like fasting, sacrificing favorite items etc., the second is internal tenacity means atonement. Under the first type of tenacity, we usually keep ourselves away intake of favorite items, such as sacrificing ghee, fruit, sweet etc., keeping away from the means which give pleasure and comfort to the body like sacrificing slippers and walking barefoot, not wearing ornaments and expensive clothes.

In order to repair the past mistakes and promise never to commit them again is the second type of penance.

To give meaning to the life, to reach the pinnacle of humanity it is necessary to take the support of chanting's and penance.

In order to manifest their priority wish, Raj Didi urged the Satsangis to observe tenacity along with chanting. Didi said when you take commitment along with chanting, the negativity within you automatically comes out and you get filled with positivity and start leading a seven-star life. In Narayan Bhawan, the Satsangis did Mahatap along with tap. The commitment taken to fulfill one's own wishes comes in the category of tap and the commitment taken for fulfillment of others wishes



comes into the category of Mahatap. The biggest penance which was done is the sacrifice of ego. This tap became feasible due to the technique taught by Rajdidi to bow the head on the feet of elders. When Satsangis bowed down to Mother Earth and the elders, the negativity was soaked in the earth and the mind became full of peace, happiness, joy, enthusiasm, stamina. Miracles started happening in life. The anger, complaint, condemnation, malice, jealousy inside people vanished. The mind was filled with wonderful peace. Sweetness took place of bitterness in relationships. Obstruction in works got cleared. The tradition of bowing down to the elders which was left behind in many homes started again due to the tenacity taught by Rajdidi to bow down the forehead on the feet of elders and Mother Earth. The honor of the elderly in the house increased, the house was filled with love, respect, faith, care, prosperity started pouring in and every area of life was filled with abundance. So impressive is tenacity.

The small acts of tenacity done by us like sacrifice of favorite items, respecting the elders, recognizing one's mistakes and promise not to repeat them, are very simple forms of penance, are easy and lead us to seven-star life. Knowing the glory of Jap and tap, we all know that it is very easy to undertake them in today's busy life. So why not adopt them in life and make your life seven star.

If you want to succeed in any sphere of life, take any good commitment and follow it with perseverance. Gandhiji, on seeing the play of King Harish Chandra in his childhood, took the fast to speak the truth and followed it.

If you possess the qualities of commitment and perseverance, then the soul becomes Shiva and human becomes Maheshwar (Supreme) .

Narayan divine blessings with Narayan Shakti to Reshma Heda on her birthday (2nd February) for a seven star life and success and happiness in all spheres.

Narayan divine blessings with Narayan Shakti to Santosh Laddha on her birthday (8th February) for a seven star life and success and happiness in all spheres

|| Narayan Narayan ||

Wisdom Box (Glimpses of Satsang)



Wisdom Box is a medium to introduce readers to the life changing tips suggested by Didi so that they can read, imbibe and apply them in their life and take meaningful steps towards a successful life. Here are some such useful tips given by Didi for this month: -

Difference between self-respect and Ego -

Didi, explained that 'We often say that the other person is egoistic, but we do not see our own ego. We call our ego as our self-respect while self-respect of others as his ego

How do you know if it is your self-respect or ego?

If you have been respectful to the other person in spite of differences of opinion, you can see their qualities, you are able to appreciate them, then this is your self-respect. If it is not, it is ego. Difference between pride and self-respect: -

1) Self-respect brings happiness, peace, health, prosperity, progress, success, achievements happiness and enthusiasm. The ego brings sorrow, poverty, turmoil, grief, decline, pain, troubles, stress. When there is even the slightest difference of opinion between two persons and an argument ensues, immediately either self-respect or ego arises between them. The person who has self-respect immediately bows down, starts cooperating and is ready to compromise. The person who has ego gets stuck.

2) A self-respecting person is full of self-confidence and a person with ego is full of pride.

3) A self-respecting person knows and gives respect, appreciation to others. On the other hand, the egoistic person demands respect and praise for himself. He only praises himself.

4) A self-respecting person knows how to let go of small things. Does not take small things to heart. He does not feel humiliated. Gives Priority to relationships, and the other person. On the other hand, a person full of ego feels humiliated on small things, gets hurt. Makes big issue on little things.

5) A self-respecting person is humble and a person full of ego lacks humility.

6) Self-respecting person has patience. He has the ability to convert even adverse situations into favorable due to his patience. A person full of ego is hasty, he converts even favorable situations into unfavorable by his nature.

7) It is easy to live with a self-respecting person, but it is difficult to live with an arrogant person.

Effect of positivity and negativity

a) If the housewife is a spiritual person and husband and children are negative in thoughts, words and behavior, then the impact of negative energy in the family will be more as the ratio of negative energy to positivity is higher. Here one member is only positive the others are negative. Didi further elaborated that despite being a spiritual and positive person, a common problem with women is that they get hurt very quickly. Hurt is a negative form of energy and it accumulates more negative energy. Women get hurt very

|| Narayan Narayan ||

Why a person gets hurt?

A housewife, a woman devotes her whole life to her family, to shape the future of children, to take care of the needs of the family. She sacrifices everything to fulfill their needs. Still family members Hurt her even without any mistake on her part. Why?

Didi further elaborated and said that suppose women are given option about the way she wishes to spend six hours as per her wish, she can go to the movies, or chat with friends, go shopping, party with friends etc. Another option is taken care of children. What would you choose? (These choices are for everyday life)

All the women present in the Satsang chose the second option that is taking care of the family and children. Didi Said, when you yourself have decided to take care of your children and family then what is the complaint about. Didi explained that the women themselves like to decorate and keep the house clean, it is their own choice, and they spend hours doing so, no one forces them to do so.

If your spouse says he will spend all his earned money on himself. Then how will you run your house? It is the system of the society that men go out to earn and women take care of the house. Now many educated girls also go to work, they get full support of family members.

How to maintain balance in family

a) The housewife is the foundation of the family, if people hurt her, she becomes weak and the family gets disturbed, Didi said first of all accept that what you are getting is your karma. Instead of expecting the other person in the family to change, one has to change own self.

b) Didi said, take your own responsibility, balance yourself. Didi narrated the story once Shri Abdul Kalam Azad went to visit a saint in Mumbai. After the meeting Abdul kalam ji had to go to airport. The saint also accompanied him. Abdul kalam ji pressed the button of the lift but it was out of order. Abdul kalam ji immediately climbed down the three floors swiftly, although he was about 80 years old, the saint was only 47 years old. The saint also came down the stairs but at a slow pace. The saint asked, what was the secret of his energy. Abdul kalam ji replied that whenever he meets a person there is only one thought in his mind that. What to do so that the person with him gets happiness and this is the secret of his energy.

Expectations

We do good once, twice or thrice for others but the other person, but his expectations keep on increasing, how long can we keep meeting their expectations? Didi replied that people keep expectations from only those whom they know can fulfill their wishes. Didi gave the example that when a child starts walking, the mother makes him stand at one place and

|| Narayan Narayan ||



quickly and it takes time for them to come out of it. She attracts more negativity in the form of sorrow, disease, loss etc. How to stop this negativity? First of all, she should bless the other person with happiness, peace and prosperity.

b) Before going to sleep, imagine the whole scene (event) of what happened how you were hurt by the words of your loved ones, husband or child. Now delete that picture and create a new scene that how do you want your children or husband to behave when the same situation arises in future? Imagine that they are treating you in a loving, caring and respectful manner.

Didi said, for example, when you go to a jewelry shop to buy jewelry, you explain to the jeweler what kind of jewelry you want, you make your own design. Similarly, you can create the kind of behavior you want from your loved ones.

Didi emphasized that when you do this, the next time when the same situation arises the behavior of your family members towards you will be as loving as your expectations, which will fill you with joy. Usually, women make a common mistake. That is, when a family member behaves negatively towards them, they say that he always behaves like that and attracts more negativity.

c) Negative environment affects prosperity, it has always been seen that when there is any argument or quarrel in the house, then the expenditure of the house increases. If there is positivity in the home environment, then you attract abundance.

Karmic effect

Sometimes we have to suffer the consequences of an action that we have not done. According to God's justice this should not happen but still it happens many times. Why?

Didi said, there is no disorder in the law of God. The fruits of our actions come in our account. Didi further elaborated and said that Sant Ramsukh Dasji said, that there are many drums in the universe, each drum is carrying a person's name. If we do good deeds, wheat is put in the drum and if we do bad deeds, hay is put in the drum. In this way a layer of wheat and hay is formed in the drum. The drum is also open from bottom and through that we get the fruits of our karmas.

Sometimes, it happens that a person is doing wrong but getting good results (wheat), it is because at that time his account of good deeds is active, so he is getting good but once it is over, he will have to face the bad consequences. Similarly, someone is doing good deeds but getting negative results means that the account (hay) of his bad deeds is active. Once it is over, he will get good results (wheat).

b) We should understand that what we get is the result of our own actions.

|| Narayan Narayan ||



sits a little farther away and encourages him to walk towards her. She does it three or four times and when she is sure that the child can walk, she lets him walk on his own. She does all this to make the child strong and independent. If you think that your strength and power increases when someone keeps expectations from you, then it will happen.

During division of ancestral property

Many times, there is estrangement in the family.

Relationship gets affected, how does it affect life and how does one pay for such sanchit karma? Didi replied that all children have equal share in the ancestral property. Father works very hard throughout his life to earn money. Children claim right over his wealth. Have you ever heard parents say that they have the right on children's earnings? Though, it has been possible due to parental upbringing. All the credit goes to the parents, and they can demand their share in his earnings, however it never happens. Even if parents want anything they request their children. Children demand their rights from the father. Only parents have 100% right on father's hard-earned money, and it is their wish to whom they want to give it. Didi elaborated that for parents all children are equal but if they start acting smart then parents also feel....

Didi narrated a story-

Two brothers were living in a joint family with their father. Everything was good in the house; they had enough wealth, and all were living happily together. The father fell ill and announced that as soon as he recovers, he would divide the property between the two sons. The younger brother's wife told him that when the elder brother brings home money from the shop, he takes out a portion and keeps it in his cupboard, before putting it in the family's locker. The younger brother did not pay attention to it. When the wife complained several times, He pacified her and said that he would tell his father about it. Younger brother felt bad for his elder brother and wondered why is he accumulating karma for money as he had lot of respect for his elder brother. Younger brother went to his father and requested him to give entire property to elder brother as elder brother had 3 daughters and his son was very young. The father agreed and told the younger one that the small portion of the money that the father had kept aside for himself would go to the younger son after father's demise. The younger son did not want his wife to disturb the atmosphere of the house, so he told his wife that his father had given cash and other ornaments to the elder brother and all the land and property to the younger son. The elder brother made a deal and lost all the money he had got from his father as well as the money he had hidden. Whereas the younger brother who was on the right track also got all the 3 daughters of his elder brother married. Didi said, if you take money on which you do not have the right, then this money will bring poverty, disease, sorrow etc. Happiness will bring you peace and prosperity.

|| Narayan Narayan ||



Youth Desk

Jap and tap are all over in Narayan Bhavan and doing Jap and tap under the mentorship of Raj Didi has become a blissful experience for people world over.

Jap or chanting not only purifies mind and soul, it is also a type of meditation. In our course - Leading A Meaningful Life, we mentors have taught you the importance of meditation for clarity of thoughts and right decision making. Jap also increases our focus.

Tap means Penance. Penance in other words is absolve · amend · appease · atone · compensate · correct · excuse · forgive.

It is a method to correct oneself by promising oneself to either stay away from favorite food and people, take a commitment and religiously follow it. **The penance or tap acts like a continuous reminder and it subconsciously converges your energies towards the manifestation of the goal you are praying for.**

Our mythology and ancient texts are full of such examples where by means of tap people acquired supernatural powers too.

Our Rishi, munis, devta or Asuras acquired divine powers by doing penance. Bhagirath stood on one foot to please lord Shiva and thus came Ganga on the earth.

When Ram was in exile, Bharat too gave up worldly pleasures and led an ascetic life on the outskirts of Ayodhya to repent his mother's folly. Bhisma Pitamah, a very influential character of Mahabharat took a vow to remain unmarried and the conviction with which he kept his commitment led to the phrase- Bhisma pratigya .

With such rich history to inspire us, **the youth of today can use penance to fuel their objectives, to bring a transformation in themselves and above all increase their will power and confidence.** Why not begin with small tap like taking a vow to stay away from your favorite food until your objective is achieved or take a pledge to go for a walk regardless of the busy schedule. Small steps lead to the bigger goals. Tap or penance not only energizes you but also keeps your life on the track. Adopting virtues and sincerely following them is also a form of penance. Accepting your loved ones as they are and caring for them unconditionally is also tap. Our youth can apply penance in all spheres of life to achieve choicest goals but remember receiving blessings of parents is the biggest penance. Obey them, do gestures which bring joy to them and see yourself leading a meaningful life.

|| Narayan Narayan ||

In the last issue of Satyug we highlighted the importance of commitment in our lives. Raj Didi says for keeping to our commitment, we need to support it with jap and tap (chanting and penance). This means we have to support our resolution to follow our commitment with the positive forces of chanting the Lord's name and a tap means some kind of penance which will motivate us to be steadfast with our commitment.

This issue the topic we are covering is jap and tap.

As Sparkling stars, you have taken your commitment to follow the right path as guided by Rajdidi and follow the principles laid down in our course Foundation to Success. But there are times for us to be steadfast we need a little more push, a motivator. In school they have system where if you have not finished your homework the teacher had the right to make you repent with writing the same some no of times.

Didi as usual has her unique style of reinforcement of commitment.

1) Give yourself a green star when you have been good and a red star when you have deviated.

2) Whenever you deviate take a commitment to sit and chant for others goals for about an hour or so.

Also, we can take the penance

1) To stick to our commitment, we will give up our favorite food., We will eat only healthy food.

2) Children can take the tap that they will follow the routine of regular exercise, meditation.

3) If your commitment is to speak only positive words and you have to be steadfast you can take a tap that every day you will write one page of positive words. This will remind you of your commitment and help you to be steadfast with it.

4) If your commitment is to be regular in your studies and get a cent percent score then you can take a tap to follow your Narayan reiki self-healing every day. This will motivate you to be focused on your goals.

The Valentine week proved how our young sparkling stars stuck to their commitment by following the tap of the of The NRSP Motto in Giving We believe, and did activities, like planting trees, thanking all those who are associated with us and made our lives easy, feeding the stray, showing reverence to elders and all associated with us by bowing down to them and touching their feet and of course making short videos on the power of use of words.



Under The Guidance of Rajdidi

Having realized the positive impact of confessions and in lieu taking up a commitment supported by tap and jap satsangis went all out to give their best. Satsangis in their zest to appease Narayan took vows to abstain from their favorite food, beverage, show respect to Mother Earth and elders by bowing down and touching their forehead to the ground. Satsangis took some unique style of penance too. Some took a vow not to groom for the next 40 days. A satsangi shared that she used to dye her hair every four days and she took a vow till all the girls in the list are married she will not dye her hair. Initially she was hesitant to go out, but then she managed. Even our Radiant stars took tap, so that their priority wish with respect to marriage is manifested. Few sharing related to tap and jap :-

Muskan Aggarwal Radiant Star: I am Muskan Aggarwal, 22 years old, Radiant Star. Myself, my mumma and my brother took a tap to bow/ charansparsh to Mother Earth.

Didi, I went on a trip with cousins, and 3 times, our car was protected from hitting a big bus. Also, the car went on reverse gear also, but we were protected by Dharti Maa. My mother also had an intuition and she put us in Narayan kawach beforehand, because of which we had a nice trip.

Gunjan Tibrewal- Narayan Narayan . Thanks to all the NRSP team and Raj Didi. I bow in reverence (matha tek ke dhok...) Today a question was asked in the bhavan if any of us took a different penance. I would like to share.

1) I took a penance that I will chant two blessing mala for the person whose sharing inspire and motivate me.

2) I will wash my used vessels with minimal water as a repentance of saving water. I will make my own bed and I will also do all my chores on my own without instructing my helpers and taking their support.

3) For the commitment I have taken to do Vani ki sadhana and if I deviate, I have taken a tap that I will give up my favorite food and distribute them among helpers and other needy.

LLM Rashmi Prayagraj:- Didi, abiding by your guidelines this transformation has come that **not only the body hardware but the software is also upgraded**. Earlier we were filled with negativity, and we used to blame others and now we realize that the negativity is within us and because of us alone. Didi the garden of our life is beautiful, but like if we place garbage and wastes in the garden and it becomes unpleasant similarly our negative thoughts and judgement makes the other person so. We were filled with so much anger because of EGO. Didi guided us to bow to elders, to touch our forehead on their feet and we felt peaceful inside, Ego dissolved, and we could accept everyone as a well-wisher.

The minute we stopped blaming others accepting that whatever we are facing, we have given, resolutions happened. Didi, we have learnt the dohas of Kabir and Rahim but to live them, we learnt from you. My prayers to Narayan that along with Kabir, Rahim, Buddha and Mahavir every word spoken by you be a part of the curriculum of our schools, so that young hearts who are a part of your program will definitely be great citizens.

|| Narayan Narayan ||

Blessings from elders- A safety shield

One day seeing the satire of Duryodhana, Bhishma Pitamah plans to kill Pandavas the next day. On getting to know about the announcement, there was a feeling of restlessness amongst the camp of Pandavas. Everyone was well aware about the qualities of Bhishma; hence everyone was worried about the probability of occurrence of some unfavorable situation.

Shri Krishna, said to Draupadi, "Come with me now." Sri Krishna took Draupadi to the camp of Bhishma Pitamah. Standing, outside the camp of Bhishma Pitamah, Shri Krishna said, "Go inside the camp and take blessings from Bhishma Pitamah." Draupadi went inside and took the blessings and in return Bhishma Pitamah said, "May you always be the one whose husband is alive". Then, he asked Draupadi, "How did you come here in midnight?" Did Shri Krishna bring you here? Draupadi said, "Yes. He is standing outside the camp." Bhimsha came outside the camp and greeted each other. Bhimsha said, "My one promise could be annulled with the other promise by Shri Krishna only."

While coming back from the camp, Shri Krishna said to Draupadi, "Going once to Bhimsha Pitamah and seeking blessings from him, gave life to your husbands. If every day, you would have sought blessings from Dhritrashtra, Dronacharya and if Duryodhana and Dhushasna's wife would also greet Pandavas, so maybe war wouldn't have happened.

Meaning of the story is in our present life at our homes there are so many problems and unknowingly we ignore our elders, if everyone starts greeting and seeking blessings from elders, maybe there would be no arguments in house.

Elder's blessings are like shield for us and no weapons can be at par.

Divine Blessings

Years ago, Dr. Kailash Chandra Vasu, a resident of Kolkata was very famous. His mother was ill. One day, Doctor realized that his mother's health problem had increased and she can go any time to Baikunt Dham. It was night time, Dr. very politely asked his mother, "Mom do you wish for anything. Please tell me. I will fulfill it."

Mom was silent for a while and then said, "Son, the other day, I had eaten fig from Mumbai, if I get that I would eat that and be happy. Those days, there was no market of figs in Kolkata. To order from Mumbai, it would take lot of time and there were no airplanes. To

order through rail, it would take a lot of time. Kailash became very sad and thought to himself that mom had asked one last thing and still I won't be able to fulfill it. Won't this incident be the saddest part of my life? He couldn't think of any solution. If anything could be bought from money, it would not be any problem. Kolkata or Bengal, nowhere fig was found. It would take 3 days from Bombay to reach. There was no telephone which can give any notice. Who knows, my mother would be alive or not till then, or even if she is alive, whether she would be able to eat? Kailash was very sad and he started crying and said, "Lord, Am I so unlucky, that I am unable to fulfill my mother's last wish?"

It was around 11pm and there was a knock on the door. Dr. Kailash thought that some patient must have called him. His heart was full of despair. He said, "I won't be able to go to patient's house now."

The man standing on the other side of the door said, "I haven't come to call you instead, I have come to deliver something. Please open the door." Doors were opened. A doorman with a beautiful basket in hand came and said, "Dr.Sahib, Sir has just come from Mumbai in the morning, he will go to Rangoon and has brought figs for you. From Mumbai. He told me as he will be leaving for Rangoon tomorrow morning, I should deliver Figs now. I brought it now only. Please forgive me."

On hearing the name of figs, Kailash became super elated. He was so happy that nobody could even estimate it. He had tears of joy in his eyes and a feeling of happy sensation in his body. He took the basket of figs and went to his mom, "Mom, God has sent figs for you."

Seeing his mother's happy face, Kailash became so

happy as if he has got some rare fruit. It so happened that a Gujarati businessman who had his firm in Kolkata and Rangoon, was a fan of Dr. Kailash. Whenever he used to come from Mumbai, he used to bring figs. This is a miracle of God as Kailash's mother wanted figs today evening and to fulfill that dream, at least 4 days prior they should have been ordered and just that time, figs came. Not the next day or yesterday. This was truly a miracle of God.

The Power of Naam Jap

Once upon a time, the king and his minister saw a Brahmin begging on the road. The king asked his minister, 'What is this'? The minister immediately answered, "Maharaja, he has taken the wrong path." The king directed the general saying, "bring this Pundit on the right path. The General said, 'It will be done, Rajan! But it will take time. Please give a period of three months.



The king gave his approval. In the evening, the minister went to the Brahmin's house and asked the Brahmin that in spite of he being so learned why did he resort to begging. On being told the reason by the Brahmin, the minister suggested to the brahmin that, "From tomorrow you wake up at four o'clock in the morning and chant Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare, Hare Rama, Hare Rama, Rama Rama, Hare Hare, Naam for two hours for me and in

the evening a golden mudra will be delivered to your house.

The Brahmin was surprised to hear this at first but thought to himself what is the harm in accepting the offer and he accepted to chant. The samskaras of his ancestors were very strong so there was no difficulty in getting up at four o'clock in the morning and chanting the Lord's name. With the receipt of the golden mudra every evening, the brahmin gradually became rich. Chanting the Lord's name, the divine samskaras of the chant of Ram Krishna stirred up the suppressed samskaras of the Brahmin.

One day the thought came to the brahmin that if chanting the Lord's name for the minister made him wealthy, then by chanting for oneself, both this world and the next world would become enriched. Thinking like this, he started chanting for himself for two hours every day.

Such was the grace of the Lord that the Brahmin became contented, and he said to the minister, "Please do not send gold coins, I will now chant only for myself. Chanting the name of the Lord has awakened my inner conscience and asceticism in me and now I am surrendered to the devotion to God."

One day the brahmin told his wife – By the grace of God, our poverty is removed. Everything is fine and now if you allow me, I want to do Naam Jaap sadhana by staying in solitude. The wife was a Sadhvi herself, so she readily agreed. Now the Brahmin was totally immersed in remembrance of the Lord. His sadhana began to flourish. People started coming for darshan, gradually the matter reached the king. Then one day the king also came to see the Mahatma along with the minister.

While returning, the king said to the brahmin who now was a saint, 'Mahatman, I the king of India, pray to you that if ever you need anything, without hesitation please send a message to me, it will be delivered immediately. The Brahmin smiled and said, 'Rajan, you do not have anything that I need. But yes, if you want anything, don't hesitate to ask. The minister then said, 'Rajan, you have recognized him, He is the same Brahmin who was begging three months ago. Chanting the name of the Lord has transformed a beggar into a true giver. The king was very surprised to hear this. This is the result of chanting the name of the Lord, which can make you a true giver.

|| Narayan Narayan ||

Narayan Geet

Narayan Narayan ka udghosh jahan
Ram Ram madhur dhun vahan
Sabko khushiyan deta aparam paar
Jeevan mai lata sabke jo bahaar
Khole unnati, pragati, safalta ke dwar
Banata Satyug sa sansar
Wo hai wo hai hamaara Narayan Reiki Satsang Parivar
Hamara NRSP Pyara NRSP, Nyara NRSP
Pyar, adar, vishwas badhata
Rishton ko majboot banata, majboot banata,
Paropkar ka bhav jagata
Sachhayee, namrata, seva mei vishwas badhata
Sat ko karta angikar
Banata Satyug sa sansar
Vo hai, vo hai, hamara Narayan Reiki
Satsang Parivar
Satsang Parivar
Muskan ke raj batata
Tan, man, dhan se dena sikhlata
Humko jeen sikhlata
Ghar ghar prem ke deep jalata
Man, kram se jo hum dete hai
Vahi lout kar aata, vahi lout kat aata
Banata Satyug sa sansar
Vo hai, vo hai hamara Narayan Reiki Satsang Parivar
NRSP, NRSP

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