October 2020

Monthly Magazine
Year 6 Issue 10

Satyug

नारायण रेकी सतसंग परिवार
In Giving We Believe

सत्युग

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।"

वुधवार सतसंग

प्रत्येक वुधवार प्रात ११ वजे से ११.३० वजे तक

फेसवुक लाइव पर

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

यादों के झरोखे से ....
अक्टूबर २०१९ नारायण उत्सव की झलकियाँ

॥ 卐 ॥

पावन वाणी

प्रिय नारायण प्रेमियों,

नारायण नारायण

अपना सर्वोत्तम देने का भाव एक ऐसा भाव है जो 'सेवा' के सही अर्थों को समझाता है। वर्तमान की स्थिति ने प्रत्येक व्यक्ति के भीतर अपना सर्वोत्तम देने के भाव को विकसित किया और सर्वोत्तम देने का यह भाव विभिन्न सेवाओं के रूप में दिखाई पड़ रहा है। हर कोई सेवा में लगा है । कहीं बच्चे घर में माँ की किचन में मदद कर रहे हैं। कहीं सेवाधारियों के न आने से पुरुष वर्ग घर के कामों में मदद कर रहा है। घर के वृद्ध दुवाएं कर रहे हैं । संपूर्ण विश्व के कोने-कोने में दुवाएं माँगी जा रही हैं। ब्रहमाण्ड को सुरक्षित रखने के लिए प्रार्थनाएं की जा रही है। वैज्ञानिक वैक्सीन की खोज में लगे है। पी.पी.ई किट पहने डाक्टर निरंतर मरीजों की देखभाल कर रहे हैं। कोई संस्था मास्क और सैनीटाईजर बाँट रही है, कोई अन्नदान कर रहा है, कोई स्वास्थ्य अभियान के तहत इलेक्ट्रोनिक मीडिया के माध्यम से संदेश दे रहे हैं । कोई मरीजों के परिवारों की देखभाल कर रहा है । कोई अपने ऑफिसों को अपनी, प्रयोग में न आने वाली सम्पतियों को क्वारंटाइन सेण्टर बनाने के लिए दे रहा है।

सेवा का यह अद्भुत भाव जगा है संपूर्ण ब्रह्माण्ड में जो एक बेहतर कल का संदेश दे रहा है। सेवा ही एक ऐसा भाव है जो इस ब्रह्माण्ड को स्थिर रख सकता है ।

वर्तमान में तन, मन, धन से सभी लोग सेवा में लगे हुए हैं लेकिन एक ख़ास बात जो इस दौरान देखने में आई है वह है सेवा का एक अनूठा तरीका- प्रार्थना । हर देश में, हर शहर में, हर घर में सबकी सलामती की प्रार्थनाएं हो रही हैं - निस्वार्थ, निश्छल । सेवा तभी सार्थक है जब उसमें आपके तन और धन के साथ मन जुड़ा हुआ हो। जब आप मन में सेवा का भाव लाते हैं तो प्रकृति स्वतः ही धन की भी व्यवस्था कर देती है और आपके तन को भी सेवा के लिए स्वस्थ रखती है । **'सेवा परमो धर्मः'** - यह शास्त्रों में लिखा है और यह ही मानवता का आधार है । जीवन को सफल बनाना सरल है और सार्थक बनाना मनुष्य उद्देश्य और जीवन को सार्थक बनाने का अपने कर्मों को संतुलित करने का सर्वोत्तम उपाय है- सेवा ।

शेष कुशल

R. Modi

-: संपादिका :-
संध्या गुप्ता
09820122502
-: प्रधान कार्यालय :-
राजस्थानी मं डल कार्या लय
बेसमेंट रजनीगं धा बिल्डिं ग, कृ ष्ण वाटिका मार्ग ,
गोकुल धाम, गोरेगां व (ई), मुं बई - ४०० ०६३.
-: क्षेत्रीय कार्यालय :-

अहमदाबाद	जैविनी शाह	:	9712945552
आगरा	अंजनामित्तल	:	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 शारडा	:	9371323367
भीलवाड़ा	रेखा चौधरी	:	8947036241
बस्ती	पूनम गाड़िया	:	9839582411
भोपाल	रेनूगट्टानी	:	9826377979
बीना (मध्यप्रदेश)	रश्मि हुरकट	:	9425425421
बनारस	अनीता भालोटिया	:	9918388543
दिल्ली (पश्चिम)	रेनू विज	:	9899277422
दिल्ली (पूर्व)	मीनू कौशल	:	9717650598
दिल्ली (प्रीतमपुरा	मेघा गुप्ता	:	9968696600
धुले	कल्पना चौरोडिया	:	9421822478
डिब्रूगढ	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
हींगन घाट	शीतल टिबरेवाल	:	9423431068
इंदौर	धनश्री शिरालकर	:	9324799502
इचलकरंजी	जयप्रकाश गोयनका	:	9422043578
जयपुर	सुनीता शर्मा	:	9828405616
जयपुर	प्रीती शर्मा	:	7877339275
जालना	रजनी अग्रवाल	:	8888882666
झुंझुनू	पुष्पा टिबरेवाल	:	9694966254
जलगाँव	कला अग्रवाल	:	9325038277
कानपुर	नीलम अग्रवाल	:	9956359597
खामगांव	प्रदीप गरोदिया	:	8149738686
कोल्हापुर	जयप्रकाश गोयनका	:	9422043578
कोलकत्ता	सी .एसंगीता चांडक	:	9330701290
कोलकत्ता	श्वेता केडिया	:	9831543533
मालेगांव	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
परतवाडा	राखी अग्रवाल	:	9763263911
पूना	आभा चौधरी	:	9373161261
पटना	अरबिंद कुमार	:	9422126725
पुरुलिया	मृदु राठी	:	9434012619
रायपुर	अदिति अग्रवाल	:	7898588999
रांची	आनंद चौधरी	:	9431115477
रामगढ़	पूर्वी अग्रवाल	:	9661515156
राउरकेला	उमा देवी अग्रवाल	:	9776890000
शोलापुर	सुवर्णा बल्दावा	:	9561414443
सूरत	रंजना गाडिया	:	9328199171
सीकर	सुषमा अश्वाल	:	9320066700
सिलीगुड़ी	आकांक्षा मुंधडा	:	9564025556
विशाखापत्तनम	मंजू गुप्ता	:	9848936660
उदयपुर	गुणवंती गोयल	:	9223563020
विजयवाड़ा	किरण झंवर	:	9703933740
वर्धा	अन्नपूर्णा	:	9975388399
यवतमाल	वंदना सूचक	:	9325218899

संपादकीय

॥ 卐 ॥

प्रिय पाठकों,

नारायण नारायण

पिछले दिनों, हमारी बिल्डिंग के एक रहिवासी को सपरिवार शहर के बाहर जाना पड़ा । जब वह एक हफ्ते भर बाद लौटे, तो पूरे परिवार को नियमानुसार क्वॉरटाईन होना पड़ा। उस वक्त मैंने सेवा का खूबसूरत भाव बिल्डिंग के लोगों में देखा। बिल्डिंग के सेक्रेटरी ने एक मुश्त धनराशि सिक्यूरिटी गार्ड के पास रखवा दी कि यदि उस परिवार के लिए कोई पार्सल आता है तो उसका भुगतान कर दिया जाए और तुरंत वह वस्तु उन तक पहुँचाई जाए। कुछ लोगों ने उनको खाना भेजने की ज़िम्मेदारी अपने ऊपर ले ली । कुछ लोगों ने यह ज़िम्मेदारी ली की वह उनसे समय- समय पर बातचीत करके हाल चाल लेते रहेंगे और उसकी जानकारी सबको देते रहेंगे । बाकी लोग निरंतर उनके लिए प्रार्थनाएं कर रहे थे।

निःस्वार्थ सेवा का यह अद्‌भुत भाव मन को गहरे से छू गया। सेवा एक ऐसा भाव है जो अपने भीतर करुणा, दया, ममता, परवाह के भाव को समेटे हुए है। यह ही वो भाव हैं जो सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड को स्थिर रखे हुए है।

बस दोस्तों सोचा, चलो अपने पाठकों से सेवा और स्वयं सेवक जैसे तथ्यों पर बातचीत की जाए।

आपके भीतर के सेवा भाव को नमन करते हुए-

आपकी अपनी
संध्या गुप्ता

अंतरर्राष्ट्रीय 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 है । अपने विचार उदगार, काव्य लेखन हमें पत्र द्वारा, ई-मेल द्वारा भेज सकते हैं ।
हमारा ई-मेल है 2014satyug@gmail.com

we are on net
narayanreikisatsangparivar
@narayanreiki

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

||नारायण नारायण||

॥ 卐 ॥

सतयुग का शंखनाद

नारायण रेकी सतसंग परिवार का मोटो in giving we believe अपने आप में एक बहुत ही खूबसूरत भाव को समेटे हुए है, वह भाव है - सेवा का भाव। हर किसी को आप अपना सर्वोत्तम तभी दे पाते हैं जब आपके भाव **'वसुदैव कुटम्बकम्'** के भाव और 'संसार के हर प्राणी के भीतर एक ही परमात्मा का अंश अवस्थित है' जैसे भावों से भरे होते हैं ।

'प्रकृति गीता' के प्रथम अध्याय में दीदी यह बताती हैं कि हमें मनुष्य जन्म अपने कार्मिक अकाउंट को संतुलित करने के लिए मिला है और हम इस संसार में सेवा के माध्यम से यह कार्य कर सकते हैं । सेवा करने का कार्य हम जन्म से पूर्व ही चुन लेते हैं ।

आपके द्वारा किया गया कोई भी कार्य जो दूसरों को सुख पहुँचाता है सेवा कहलाता है । शास्त्रों में भी लिखा है, **'सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामय, सर्वे भद्राणि पश्यन्तु मा कश्चित् दुःख भाग्भवेत्'** – अर्थात सभी सुखी हों, सभी रोगमुक्त हों, सभी मंगलमय घटनाओं के साक्षी बने, और किसी को भी दुःख का भागी न बनना पड़े । जब यह भाव हमारे भीतर होता है तो अपने पराये का भेद मिट जाता है और हम एकत्व का अनुभव करने लगते हैं । ऐसी अवस्था में हम आत्मा के उस स्तर पर हम परमान्द की अवस्था में पहुँच जाते हैं। आनंद यह अवस्था हमें यह आत्मबोध कराती हैं की जिस असीम अनंत अजेय शक्ति को हम बाहर ढूँढ रहे हैं वह हमें आसानी से प्राप्त हो सकती है यदि हम प्रत्येक प्राणी से प्रेम करें और प्रेम का यह भाव विकसित होता है सेवा के भाव से । शास्त्रों में स्पष्ट : वर्णित है **'मानव सेवा ही माधव सेवा।'**

निःस्वार्थ सेवा जीवन में सुख, शांति, समृद्धि, उन्नति, प्रगति, सेहत, सफलता के दरवाजे खोलती है । जीवन में हर लौकिक और पारलौकिक वस्तु की प्राप्ति का साधन है - सेवा। सर्वोत्तम रूप से यह सेवा की जा सकती है तन, मन, धन संबंधों से सबको अपना सर्वोत्तम देकर । जब हम अपना सर्वोत्तम देने के भाव में होते हैं तो हमारे अंदर दया, ममता, करुणा जैसे सद्गुण विकसित हो जाते हैं ।

संपूर्ण ब्रह्माण्ड और संपूर्ण प्रकृति सेवा का सर्वोत्तम उदहारण है। ब्रह्माण्ड सिर्फ एक ही कार्य करता है, वह है निरंतर हमारे शब्दों को तथास्तु कहने का कार्य, बदले में उसे कुछ भी नहीं होता वह बस निरंतर देता है। प्रकृति हमें सिर्फ सेवा का भाव सिखाती है। सूर्य हमें प्रकाश और गर्मी प्रदान करता है । पवन प्राण वायु बन हमें जीवन प्रदान करता है, कल- कल बहती नदियाँ हमें जीवनदायी जल प्रदान करती हैं, वृक्ष हमें नाना प्रकार के फल प्रदान करके हमारी झुधा को मिटाते हैं । घने वृक्ष हमें शीतलता प्रदान करते हैं । कभी तनिक बैठ कर सोचा है कि बदले में उन्हें हमसे क्या प्राप्त होता है? कुछ भी नहीं । पर वह निरंतर देते ही जाते हैं । जैसा की कहा गया है, **' वृक्ष कबहूँ नहीं फल भखे, नदी न संचय नीर, परमारथ के कारने साधुन धरा शरीर'** -अर्थात वृक्ष कभी फल नहीं खाते, नदी कभी जल संचय नहीं करती, परमार्थ के लिए ही साधु शरीर रूप धरते हैं । प्रकृति का यह गुण हमें निःस्वार्थ देना सिखाते हैं निःस्वार्थ देने का यह भाव ही सेवा है ।

मदर टेरेसा का कहना था, 'जरूरी नहीं कि हम बड़े बड़े कार्य करें पर हम छोटे- छोटे काम बड़े प्रेम से कर सकते है।'

परिवार सेवा का सबसे बड़ा कार्यक्षेत्र है । राज दीदी का तो कहना है यदि आप परिवार में सबका सहयोग कर रहे हैं, सबकी सेवा कर रहे हैं सबको सुख पहुँचा रहे हैं तो आपको किसी पूजा, किसी सतसंग और किसी साधना की आवश्यकता नहीं। परिवार में एक दूसरे का ख्याल रखना, माता- पिता की सेवा करना, उनका सम्मान करना, रोजमर्रा के कार्यों को कर एक दूसरे के जीवन को सरल बनाने के लिए प्रयत्नशील रहना सर्वोत्तम सेवा है। राज दीदी कहतीं है रोज सुबह उठ कर सोचें कि ऐसा में क्या करूँ की मेरे साथ रहने वाले लोगों के जीवन को आसन बना सकूँ। हमें भले ही पूजा स्थल पर जाकर प्रभुभक्ति न करें, पूजा आरती, व्रत, उपवास न करें लेकिन घर के बुजुर्गों के पास पल, दो पल बैठकर उनके हाल चल जान लें, उनके हाथ पैर दबा दें उनकी दवाइयों का ध्यान रख लें। रात को सोते समय उन्हें शुभ रात्रि कह चादर ओढ़ना भी सेवा ही है । बच्चे जब अपने माता पिता का सम्मान करते हैं, हर बात में उनकी राय लेकर उन्हें सुख पहुँचाते हैं वह सेवा का ही रूप है। घर में काम करने वाले सहायकों की परवाह करना, आवश्यकता पड़ने उनकी मदद करना सेवा का ही रूप है।

घर के बाहर आपके कार्य क्षेत्र में किसी की मदद करना, प्यासे को पानी पिलाना, भूखे को खाना खिलाना, बीमार और घायल की मरहम पट्टी करना उन्हें अस्पताल पहुँचाना, अशिक्षित को शिक्षित करना, निराश व्यक्ति के जीवन में जोश और उत्साह को भरना हारे व्यक्ति को जीत के लिए प्रोत्साहित करना, उसके भीतर आत्मविश्वास को जगाना, लोगों को सकारात्मक बनाना, किसी की प्रशंसा करना भी सेवा का ही रूप है।

बड़े स्तर पर कई संस्थाएं, अनाथ बच्चों की देखभाल, बुजुर्गों की देखभाल, भोजन की व्यवस्था, शिक्षा, चिकत्सा जैसे कार्य धर्मार्थ संस्थाओं के रूप में करते हैं ।

यदि हम शारीरिक, मानसिक और आर्थिक रूप से किसी के लिए कुछ नहीं कर सकते तो उनके भले की प्रार्थना और कामना करना उनको आशीर्वाद देना सेवा का ही तो रूप है । नारायण रेकी सतसंग परिवार प्रार्थनाओं के माध्यम से सेवा का कार्य कर रहा है । हमारे यहाँ एक पृथक विभाग है जहाँ स्वयंसेविकाएं दूसरों के लिए प्रार्थनाएं करती हैं। स्वयंसेविकाएं या स्वयं सेवक वह व्यक्ति होता है जो स्व इच्छा से दूसरों के हित, दूसरों के भले के लिए कार्य करते है । एक स्वयं सेवक अपनी इच्छा से सेवा का कार्य चुनता है तो उसके भीतर इन गुणों का होना अति आवश्यक है :-

१) पूर्ण समर्पण का भाव । उसे सेवा के कार्य के लिए समर्पित होना चाहिए । सेवा का कार्य उसके स्वहितों से ऊपर होना चाहिए ।

२) उसे ध्येय निष्ठ होना चाहिए । उसका ध्येय सेवा का ही होना चाहिए न कि उस सेवा के पीछे यह भाव

कि मेरे द्वार यह कार्य करने से मेरा नाम होगा, मुझे लोग पहचानेंगे। उसे बस चुपचाप अपने सेवा के कार्य में लगे रहना चाहिए। क्योंकि सेवा का कार्य अंततः उसके और उस परम पिता के बीच की बात है।

३) स्वयं सेवक को निरंतर अपने भीतर, दया, ममता, करुणा, सकारात्मकता जैसे भावों को विकसित करने की साधना को करते रहना चाहिए जिससे उसके भीतर अहम का विकास न हो सके ।

४) स्वयं सेवक का चरित्र सद्गुणों से भरा होना चाहिए । उसको दृढ़ चरित्र का स्वामी होना चाहिए ।

५) स्वयंसेवक को अहंकार शून्य होना चाहिए ।

६) स्वयंसेवक को अनुशासित जीवन जीना चाहिए और नियमित दिनचर्या का पालन करना चाहिए ।

७) स्वयंसेवक को व्यवहार कुशल होना चाहिए । उसका व्यवहार, सरल और सहज होगा तो सेवा का कार्य उसके लिए इस भक्ति जैसा हो जाएगा छल, कपट, दंभ से परे।

८) स्वयंसेवक को आत्मविश्वास से भरपूर होना चाहिए । उसके भीतर यह भाव होना चाहिए कि में जो कार्य कर रहा हूँ वह सही है, उचित है । सौभाग्यशाली हूं मैं जो ईश्वर ने मुझे इस काम करने के लिए चुना और मुझे सेवा के कार्य के लिए प्रेरित किया ।

९) स्वयंसेवक के भीतर जिनकी वह सेवा कर रहा है उनके लिए आभार का भाव होना चाहिए । यह भाव होना चाहिए कि धन्य हूँ मैं जो इनकी सेवा कर पा रहा हूँ और अपने कर्मों की गठरी का बोझ हल्का कर पा रहा हूँ । धन्यवाद है आपका।

१०) स्वयंसेवक के अंदर ज़िम्मेदारी का भाव होना चाहिए। उसे हर कार्य के लिए तत्पर रहना चाहिए । उसे कार्य के लिस स्वप्रेरित होना चाहिए ।

११) स्वयंसेवक की कथनी और करनी में समरूपता होनी चाहिए। उसे दिखावे, दूर होना चाहिए। वह जो कहे उसे ही कार्य रूप में परिणित करना चाहिए।

१२) स्वयंसेवक को समय समय पर आत्मनिरीक्षण करना चाहिए । इसमें राज दीदी द्वारा बताई तकनीक बहुत कारगर सिद्द होती है । हर दिन रात को सोते समय अपने दिन का अवलोकन करें और यह देखें कि आज कितने लोगों के चेहरे पर मेरे कारण मुस्कान आई । उन कार्यों के लिए स्वयं को हरा स्टार दें। कितने लोगों के चेहरे से मेरे कारण मुस्कान गई, उन कार्यों के लिए स्वयं को लाल स्टार दें । धीरे- धीरे हरे स्टारों की संख्या बढ़नी है । यह प्रक्रिया आपको एक बेहतर मनुष्य बनने में सहायक होगी ।

एक कहावत है दान की शुरुआत घर से होती है । तो बस देर किस बात की छोटे- छोटे कार्यों से शुरुआत कीजिए और सेवा को अपने जीवन का अनिवार्य अंग बना लीजिए और घर में ही सही स्वयंसेवक जैसा स्वभाव विकसित करें और सार्थक जीवन की और कदम बढ़ाएं ।

ज्ञान मँजूषा

इस माह का सतसंग अन्य सतसंगों से अलग रहा हर बार दीदी यह बताती हैं हमें क्या बोलना चाहिए पर इस बार दीदी ने क्या नहीं बोलना चाहिए । इस विषय पर विस्तार से चर्चा की। दीदी ने कहा :-

१) कुछ ऐसे शब्द हैं जिन्हें हमें नहीं बोलना चाहिए, यहां तक कि जब हम कभी-कभी मजाक या गंभीरता से या अनजाने में ऐसी बातें बोल जाते हैं तो वे हमारे जीवन पर असर छोड़ देती हैं। अनचाहे ही हम नकारात्मक चीजों को आकर्षित करते हैं।

राघव के माध्यम से दीदी कहती हैं कि कभी भी इस तरह के स्टेटमेंट न बोलें, न ही बुदबुदाऐं जैसे

अ) मेरी तो कोई सुनता ही नहीं है आप पहले ही घोषणा कर देते हैं कि कोई आपकी बात नहीं सुनता ... अब आपकी बात कौन सुनेगा ?

दूसरे, यह कथन नकारात्मक ऊर्जा से भरा है, यह हर्ट को आकर्षित करता है और फिर यह हर्ट आपको नकारात्मक ऊर्जा से जोड़ता है और आपका स्वस्थ तन, मन, धन और संबंध का पैकेज अस्वस्थ हो जाता है।

जब कभी आपको यह महसूस होता है कि कोई आपकी बात नहीं सुनता है। आपको अपना ... यह विचार या कथन, मंत्र में बदलना होगा

नारायण शास्त्र का मंत्र ' नारायण आपके आशीर्वाद से मेरे परिवार का हर सदस्य मेरी बात सुनता भी है और मानता भी है, नारायण आपका धन्यवाद है'।

पहले देख लें कि जिस व्यक्ति से आप कहने जा रहे हैं वह व्यक्ति सुनने के मूड में है, फिर अपने संदेश को सकारात्मक और स्पष्ट शब्दों के साथ विनम्र तरीके से व्यक्त करें। फिर चमत्कार देखें, वह आपकी सलाह को सुनेगा और मानेगा भी।

सर्वोत्तम परिणाम प्राप्त करने के लिए एक दिन में २०० बार मंत्र दोहराना याद रखें।

२) यह जीवन बहुत मुश्किल है / काम बहुत मुश्किल है।

जब आप 'मुश्किल' शब्द का उपयोग करते हैं। यह नकारात्मक ऊर्जा उत्पन्न करता है। हर कोई सुंदर, सुरक्षित जीवन चाहता है। जब आप इस स्टेटमेन्ट को दोहराते हैं कि आपका जीवन सुंदर है .. तो वह सुंदर बन जाता है और आपको अपने जीवन को सुंदर बनाने के लिए अलग-अलग तरीके मिल जाते हैं।

राघव कहते हैं कि ब्रह्माण्ड एक गुल्लक की तरह काम करता है।

जब आप कहते हैं कि जीवन कठिन है, तो यह गुल्लक में चिल्लर डालने जैसा है, पर जब आप कहना शुरू करते हैं कि जीवन सुंदर है, तो यह गुल्लक में नोट (रुपए) डालने जैसा है। जब आप ताला खोलते हैं तो पहले चिल्लर बाहर आती है, उसके बाद ही आपको नोट मिलेंगे।

जब आप बार-बार कहते हैं कि जीवन सुंदर है तो आपको अपने जीवन को सुंदर बनाने के नए अवसर मिलेंगे।

३) 'यह काम करने का मेरा मन नहीं है या किसी भी काम को करने का मेरा मन नहीं है।'

राघव कहते हैं कि ये शब्द कभी भी न बोलें, वे आपके सिस्टम में एक स्थान बना लेंगे और आपको कोई काम नहीं करने देंगे।

.. मान लीजिए कि आप व्यायाम करना चाहते हैं और अचानक आपको करने का मन नहीं होता है। अब इसे कैसे बदलना है ...

व्यायाम के फायदों को याद रखें और अपने आप को बताएं कि यह आपको स्वस्थ, ऊर्जावान और फिट बना देगा। जब आप इसे अपने दिमाग में दोहराएंगे, नकारात्मक ऊर्जा आपके जीवन से दूर हो जाएगी और आप अपने जीवन में चमत्कार देखेंगे।

४) 'हमेशा' और 'कभी नहीं' शब्द ऊर्जा से भरे हुए हैं। आप जिस तरह से उनका इस्तेमाल करते हैं, उसी तरह से उन्हें ढाला जा सकता है।

यदि आप इसका उपयोग सकारात्मक तरीके से करते हैं, जैसे-आप कहते हैं कि उसका स्वभाव 'हमेशा' दूसरों की मदद करना है और वह किसी के बारे में 'कभी निंदा नहीं' करता है। जब सकारात्मक तरीके से उपयोग किया जाता है तो यह व्यक्ति तक पहुंच जाएगा और उसे सकारात्मक बना देगा।

कभी-कभी इसका उपयोग उदाहरण के लिए नकारात्मक तरीके से किया जाता है। उसकी तो हमेशा देर से आने की आदत है। जब भी आप इसे नकारात्मक तरीके से उपयोग करते हैं, तो सामने वाले में सुधार नहीं आएगा

५) आध्यात्म गुरु राघव के माध्यम से दीदी कहती हैं, जब आप को लगता है कि दूसरे व्यक्ति को मदद की ज़रूरत है तो उसे पूछने के बजाय खुद उसकी मदद करें। जब आप दूसरों को खुशी पहुंचाते हैं तो आपका जीवन चमत्कारों से भर जाता है।

जब आप दूसरों को खुशी देते हैं तो आप सकारात्मक जोन में पहुंच जाते हैं और सुख, शांति, समृद्धि को आकर्षित करते हैं, नकारात्मक ऊर्जा आपसे दूर हो जाती है और आप अपने जीवन में चमत्कार का अनुभव करते हैं।

६) मोटिवेशनल स्पीकर रॉबिन शर्मा कहते हैं कि दिन भर में ऐसा कुछ तो करें कि एक व्यक्ति के चेहरे पर मुस्कान आ जाए।

॥ 卐 ॥

७) जब जॉर्ज बर्नार्ड शॉ मृत्यु शैय्या पर थे, तब उन्हें दुनिया को संदेश देने के लिए कहा गया तो उन्होंने कहा- अच्छे बनें, एक दूसरे की मदद करें, एक दूसरे के लिए अच्छे बनें। चैरिटी घर से शुरू होती है... तो अच्छे काम की शुरुआत घर से ही करें, परिवार को खुशी दें जिन सदस्यों के साथ आप रहते हैं उनकी मदद करें, उनके चेहरों पर मुस्कान लाने की कोशिश करें, फिर देखें कि आपका जीवन कैसे बदल जाता है।

८) अनुशासन, काम के प्रति प्रतिबद्धता और ईमानदारी ऐसे गुण है जिन्हें अपनाकर हम सहज ही सप्त सितारा जीवन के हक़ दार बन जाते है।

९) राधिका के माध्यम से दीदी कहती हैं कि अपने जीवन में हम बहुत कुछ हासिल करना चाहते हैं, बहुत कुछ बनना चाहते हैं पर हम उन चीजों की कद्र नहीं करते हैं जो हमारे पास वर्तमान स्थिति में हैं। जब आप आत्मचिंतन करेंगे, तो आप पाएंगे कि आपका जीवन आशीर्वादों से भरा है, आप अच्छे लोगों और वस्तुओं से घिरे हैं।

राधिका कहती है कि क्यों न कद्र और देखभाल करें और उन सभी के आभारी रहें जो आपके जीवन में हैं और एक खुशहाल और सुंदर जीवन जिएं ...

१०) आध्यात्मिक गुरु राघव के माध्यम से दीदी कहती हैं अगर आप अपने जीवन का एक सिद्धांत बनाते हैं कि अपने हर काम के लिए कृतज्ञता, प्रशंसा, कद्र और आभार व्यक्त करते हैं, तो आप देखेंगे कि आपका जीवन उन्नति, प्रगति,सफलता समृद्धि और बहुतायत से भर जाएगा।

हमेशा कद्र, सराहना, देखभाल करें और सभी चीजों के लिए आभार व्यक्त करें उस 'ईश्वर' का जिसने आपको दिया है और सप्त सितारा जीवन जिएं।

११) खुश रहने के लिए जरूरी है आप अपने आस पास के प्रत्येक व्यक्ति की खुशियों का ध्यान रखें। छोटे-छोटे कामों को भी उत्सव की तरह मनाएं और अपने जीवन को सप्त सितारा बना लें ।

अधिकमास साधना

राम राम के साथ विभिन्न मकसद से आशीर्वाद देने की साधना २१×३३

राज दीदी के निर्देशानुसार हमें प्रार्थनाओं के माध्यम से दान देना है। हम राम राम २१×३३ विभिन्न इरादों से कर सकते हैं जैसे अच्छा स्वास्थ्य, पढ़ाई, शादी, गर्भावस्था या अपनी कोई भी इच्छा के लिए। दांए हाथ की ऊर्जा हमारी इच्छा के लिए व बांए हाथ की ऊर्जा समान इच्छा वाले व्यक्ति के लिए।
या कोई भी दो लोगों को एक साथ किसी भी उद्देश्य के लिए राम राम २१×३३ की आशीर्वाद ऊर्जा दे सकते हैं। संबंधों के लिए राम राम २१ × ६३ की ऊर्जा दें

सेवा परमो धर्म

भारतीय संस्कृति का यह सूत्र बताता है कि, सेवा भाव को भारत ही नहीं सम्पूर्ण विश्व में सर्वोच्च स्थान दिया गया है , महत्वपूर्ण माना गया है । इस भाव को अपनाना अर्थात आनंद की अनुभूति करना है । सेवा करने वाला व सेवा लेने वाला दोनों ही सकारात्मकता से भर जाते हैं और जब हम सकारात्मक होते हैं तो जीवन स्वतः ही आनन्दमय होने लगता है । राज दीदी कहती हैं सेवा होती है तन से, सेवा होती है मन से और सेवा होती है धन से । जितनी हमारी सामर्थ्य है उसी अनुपात में सेवा करना मानव धर्म है । कई दृष्टांत ऐसे भी मिलेंगे जहाँ लोगों ने अपनी जमा पूँजी सेवा को समर्पित कर दी । हाल ही में चल रहे लॉक डाउन के चलते एक दम्पति ने अपनी पूरी जमा पूँजी अड़ोस पड़ोस के गरीब लोगों को आवश्यक सेवाएँ प्रदान करने में समर्पित कर दी । मुंबई में एक अन्य स्थान पर सड़क पर दिन गुज़ार रही महिला ने जब देखा कि मेन होल का ढक्कन खुला है और बारिश के कारण रोड पर चल रहे लोगों के लिए ख़तरनाक साबित हो सकता है तो वह लगातार बिना खाए पिए उस स्थान के पास खड़ी हो कर लोगों को आगाह करती रही । मन से की गयी सेवा के उदाहरण हर सत्संगी के पास होंगे । जब भी किसी व्यक्ति के लिए प्रार्थना का निवेदन आता है, हर सतसंगी नारायण नारायण, राम राम २१ या चक्र हीलिंग के माध्यम से अपनी सेवा देता है ।

लॉकडाउन के चलते, कितने ही रोज़नदारी वाले मज़दूर, सड़क पर ठेला लगाने वाले भाई व ऐसे ही अनेकों कर्मी दो वक्त की रोटी के लिए मजबूर हो गए थे । लाखों प्रवासी कर्मी धन के अभाव में अपने अपने घर पलायन कर रहे थे। बस स्टैंड से लेकर रेल्वे स्टेशन तक लम्बी लम्बी क़तारें लगी थीं । ऐसे समय में हमारे युवा वर्ग ने सहायता के लिए अपने हाथ आगे बढ़ाए । नारायण रेकी सतसंग परिवार के रेडीयंट स्टार्स ने तन, मन व धन से सेवा के अनेक कार्य किए । कुछ ने तो पशु पक्षियों के भी आहार की व्यवस्था की । यह इसलिए सम्भव हुआ क्यूँकि इनके अंदर बचपन से ही इनके माता पिता ने अच्छे संस्कार डाले हैं और उस पर राज दीदी द्वारा निर्देशित कोर्स - लीडिंग अ मीनिंगफुल लाइफ़ ने इन्हें जीवन को सार्थक बनाने के लिए प्रेरित किया।

सेवा के भाव को प्रबलता देता है करुणा का भाव, भाईचारे का भाव और स्वयं को निमित्त मानने का भाव।

आरती में हम हमेशा गाते आए हैं -

तेरा तुझको अर्पण, क्या लागे मेरा - यह वाक्य बताता है कि हमें क़तई अहंकार नहीं करना चाहिए कि यह मैं कर रहा हूँ और जब यह कर्तापन का भाव जाता रहेगा तो अहंकार कहाँ विलीन हो जाएगा पता ही नहीं चलेगा । अहंकार तिरोहित होने पर हमारा मूल स्वभाव प्रकाशित होने लगता है और इस अवस्था में हमारे द्वारा किया गया हर क़र्म आनंददायी हो जाता आकाश है । इस स्थिति में हम अपने साथ साथ जगत का कल्याण करते हैं और सही मायनों में मानव जीवन को सार्थक बनाते हैं । आइए स्वयं को सेवा का निमित्त बनाएँ । तन से, मन से, धन से, समय देकर इस भाव और कार्य को जीवन का अभिन्न अंग बनाएँ ।

बच्चों की फुलवारी

पांच वर्ष का आकाश दौड़ता हुआ अपनी माँ के पास पहुँचा। उसकी माँ ने पूछा, ' आकाश आप कहाँ गए थे।' तो बड़ी ही मासूमियत से आकाश ने कहा, ' शर्मा दादाजी के घर'। जब आकाश की माँ वर्षा ने पूछा, ' तुम शर्मा दद्दाजी के घर क्यों गए थे'?

'मैं उनकी मदद करने गया था।'

'मदद करने? तुमने उनकी कैसे मदद की?' हैरानी से वर्षा ने पूछा ।

'मैंने उनकी रोने में मदद की . मैंने उनका हाथ थामा उनके आँसू पोंछें ।' जवाब सुन वर्षा दंग रह गई । वृद्ध मिस्टर शर्मा वर्षा के पडौसी हैं, जिनकी पत्नी का पिछले दिनों देहांत हो गया था। उनके दोनों बच्चे अमेरिका में हैं और महामारी के कारण वह नहीं आ सके थे । ऐसे समय में सोसाइटी के सदस्य उनकी मदद के लिए आगे आए और उन्होंने उनकी हर संभव मदद की। वर्षा ने बच्चे की बातें सुन उसे गले लगा लिया।

बच्चों सतयुग का इस बार का अंक सेवा पर आधारित है ।

स्वामी चिन्मयानन्द कहते हैं, **'मानवता की सेवा ही ईश सेवा है' ।** राज दीदी का भी कहना है आप को मंदिर में बैठकर घंटों जप करने की आवश्यकता नहीं है । आपको बस उन लोगों के चेहरे पर मुस्कान लाने की आवश्यकता है जिनके साथ आप रहते है या जो आपके साथ रहते हैं ।

'सेवा का तात्पर्य है किसी की मदद करना।'

एक दिन एक पक्षी ने अपनी मधुमक्खी दोस्त से पूछा, 'प्रिय मित्र, पूरे दिन मैं तुम्हें अपने अन्य साथियों के साथ शहद बनाने के लिए मेहनत करते हुए देखता हूँ । इतनी मेहनत और इतने लंबे समय के बाद तुम थोड़ा सा शहद इकट्ठा कर पाती हो और उस शहद को मनुष्य चुरा कर ले जाते हैं, तुमको बुरा नहीं लगता'?

'कभी नहीं' भिनभिनाते हुए मधुमक्खी ने कहा। 'मित्र कोई मेरा शहद चुरा सकता है लेकिन कोई भी मुझसे शहद बनाने की कला कभी नहीं कर सकता।' पक्षी अपनी मित्र मधुमखी के परोपकारी और निःस्वार्थ रवैये को देखकर हैरान था और उसकी बातों से वह प्रेरित भी हुआ । यह कहानी हम मनुष्यों को दूसरों की निःस्वार्थ सेवा और दूसरों के प्रति सहिष्णु होने का सबक सिखाती है।

अभी हाल ही में राज दीदी ने अपनी एक बातचीत में कालेज के एक छात्र ने अपने एक कोर्स को पूरा करने के लिए कालेज से अवकाश लिया था । ६ महीने के बाद जब उसने पहले दिन कालेज अटेंड किया तो वह इस बात से थोड़ी घबराई हुई थी कि जो लेक्चर जो वह अटेंड नहीं कर पाई उनको वह कैसे सीख पायेगी? जब उसने कक्षा में प्रवेश किया तो उसने देखा कि उसकी desk पर बहुत ही करीने से चार नोट बुक जिनपर उसका नाम लिखा था रखी हुई हैं। जब उसने उन नोट बुक्स को खोल कर देखा तो पाया की उसके साथियों ने पिछले ६ महीने के नोट्स उसके लिए तैयार किए थे।

कई बार हम अपने मित्रों, को नोट्स बनाने में मदद करते हैं। कई बार उनको पढ़ाई में मदद की आवश्यकता होती है, कभी उन्हें प्रोत्स्साहन के कुछ शब्दों की आवश्यता होती है जो उनके आत्मिक स्तर को ऊपर उठाने के लिए आवश्यक होता है । बच्चों आगे बढ़ो और उनकी मदद करो । सेवा के यह छोट- छोटे कार्य आपके जीवन

में टनों आशीर्वाद लेकर आएंगे। आपके द्वारा दिए गए दिलासा के शब्द, आपके द्वारा की गई छोटी- छोटी मदद, जिनकी उस समय आपके दोस्तों को बहुत आवश्यकता थी, आपके द्वारा इन दयालुता भरे कार्यों के लिए आपको याद किया जाएगा ।

निः स्वार्थ से सेवा करने से सेवा प्रेरणा बन जाती है। जब दिल में प्यार होगा तब ही हम दूसरों की खुशी के लिए अपने स्वार्थों और इच्छाओं को छोड़ने के लिए तैयार होंगे। सेवा सदैव, मुस्कराहट, विनम्रता और मधुरता के साथ की जानी चाहिए।

आओ बच्चों, सेवा को अपने जीवन का एक अभिन्न अंग बनाएं।

कर्मों को संतुलित करने के लिए रात्रि ध्यान साधना

हर रात सोने से पहले अपने पलंग पर सीधे बैठें। तीन गहरी सांस लें। या व्यक्ति की कल्पना करें जिसे आपने अपने नकारात्मक शब्दों या कर्मों से आहत किया है। उन सभी परिवार के सदस्यों की भी कल्पना करें जो उस समय उपस्थित थे जब आप उस व्यक्ति पर क्रोध कर रहे थे।

विशेष ध्यान उस व्यक्ति पर होना चाहिए जिसके साथ आपने नकारात्मक व्यवहार किया था, दूसरे परिवार के सदस्यों की उसके चारों और कल्पना करें।

अब कहें- नारायण मुझसे गलती हो गयी, कृपया मुझे माफ कर दीजिए। (जब आप नारायण कह रहे है तो इसमें सभी परिवार के सदस्य आते है जो आपके नकारात्मक व्यवहार से आहत हुए है) जब आप माफी मांगते है तो ब्रह्मांड तुरंत आपको माफ कर देता है।ब्रह्मांड को धन्यवाद कहें।

व्यक्ति को ' आई लव यू आई लाइक यू आई रेस्पेक्ट, नारायण आपको सुख शांति, समृद्धि/ उन्नति, प्रगति, सेहत संफलता/ प्रेम आदर सम्मान विश्वास केयर, अच्छा नाम प्रसिद्धि धन का आशीर्वाद दें। व्यक्ति को जो उसके जीवन में सर्वाधिक चाहिए है उसका आशीर्वाद दें।

ब्लेसिंग को कुछ देर दोहराएं और फिर राम राम २१, ५ मिनट/१० मिनट/ १५ मिनट करें। अच्छा रहेगा अगर २१ मिनट करते हैं। आप ५ मिनट से शुरू कर सकते हैं फिर धीरे धीरे बड़ा सकते हैं।

इस ध्यान साधना के दोहरे लाभ होंगे। यह आपके कर्मों को संतुलित करेगा और आप जो ब्लेसिंग ब्रह्मांड में भेजेंगे वह गुणा होकर आपके पास लौटेगी।

अपने कर्मों का हिसाब रखने के लिए हमेशा अपने पास नोटबुक रखें। अगर आप किसी को अपने कर्मों के माध्यम से हर्ट करते हैं तो अपने आप को रेड बॉल दें। अगर किसी को खुशी देते हैं, किसी के लिए प्रार्थना करते हैं या किसी की मदद करते हैं तो स्वयं को ग्रीन स्टार दें।

जैसे जैसे ग्रीन स्टार्स की संख्या बढ़ेगी बुरे कर्म आपके खाते से निकलते जाएंगे।

दीदी के छाँव तले

॥ 卐 ॥

नारायण रेकी सतसंग परिवार का सतसंग इस तरह की बातों का प्रसार करता है कि उनके जीवन की बुनियाद और गहरी होती जाती है । छोटी- छोटी बातें मगर बहुत ही महत्वपूर्ण जिनको जीवन में उतारा गया तो जीवन परिवर्तित हो गया। ऐसे ही कुछ अनुभव :-

उदय भाई (कनेक्टिक):- मैं एक रेकी चैनल हूँ। मैं नियमित रेकी प्रैक्टिस करता हूँ । फरवरी में मैं भारत आया। उस समय मै करी पत्ते का एक पौधा अपने एक रिश्तेदार के यहाँ छोड़ कर आया । उन्होंने उसकी बहुत देखभाल की । जब हम भारत से वापस गए तो हम अपना पौधा उनके यहाँ से ले आए । पौधा एकदम स्वस्थ था । पर एक दिन अचानक वह पूरी तरह सूख गया उसकी जड़ें भी मृत हो गईं । मैंने वह पौधा बाहर बेकार पड़ी पौधों के कचरे में डाल दिया। अचानक ३ महीने के बाद में जब भी ध्यान में बैठता वह पौधा मुझे दिखाई देता । मैंने कचरे से उस पौधे को निकाला जो की अभी भी मृत था । मैंने उसे रेकी सिम्बल्स से रेकी दी और राम- राम २१ की माला की। निरंतर ऐसा करने से १५ दिन में ही वह पौधा जो मर चुका थ पुनः जीवित हो गया और आज बहुत स्वस्थ है और हम उस पौधे के करी पत्तों को प्रयोग कर रहे हैं।

निर्मला (कनाडा) :- मैं कनाडा में रहती हूँ । मैंने अभी हाल में ही रेकी सीखी। हमने पिछले साल ई. एम. आई पर निवेश के हिसाब से घर खरीदा था । कोरोना वायरस के चलते मेरी और मेरी पति की नौकरी चली गई । हमें लगा ई. एम. आई न भरने की वजह से यह घर भी हमारे हाथ से न निकल जाए और जो अब तक किश्तों में हमने पैसा भरा था वह भी व्यर्थ न चला जाए । पर हमारी निरंतर प्रार्थनाओं का यह असर हुआ कि हमें उस घर के बदले में ई.एम. आई चुकाने की व्यवस्था हो गई । नारायण आपका , राज दीदी का रोम- रोम से धन्यवाद ।

प्रमिला (शारजाह):- मैं एक रेकी चैनल हूँ । पिछले दिनों मेरे पति को ब्लड प्रेशर शूट कर जाने के कारण पैरालिसिस का अटैक आया। मैं एक दम घबरा गई । मैं एक नर्स हूँ । मैं उनके लिए कुछ फर्स्ट ऐड की व्यवस्था करने लगी। तभी घर के एक सदस्य ने पुकारा कि उनकी पल्स चली गई है । बदहवाश सी रोत- रोते मैंने उनको कृत्रिम तरीके से स्वांस दी । मैं रोती जा रही थी पर निरंतर राम - राम का जाप करती जा रही थी । किसी तरश इस लॉक डाउन के पीरिएड में डाक्टर्स के व्यवस्था हुई । प्रार्थनाओं का यह असर हुआ कि लगातार अस्पताल और डाक्टर मिलते गए। उनके आवश्यक टेस्ट हो गए और वह अब बहुत हद तक ठीक है।

***निधि लड्ढा* को जन्मदिन (२ अक्टूबर) को सुख शांति,समृद्धि, उन्नति, प्रगति, सेहत, सफलता भरे सप्तसितारा जीवन की शुभकामनाएं ।**

कृष्ण और भिखारी

एक बार कृष्ण और अर्जुन सैर कर रहे थे । तभी उन्हें एक बूढा ब्राहमण भिक्षा माँगता हुआ दिखाई दिया । अर्जुन को उस पर दया आ गई और उन्होंने उसे स्वर्ण सिक्कों से भरी एक थैली दान में दे दी । वह वृद्ध बहुत खुश हुआ । लेकिन रास्ते में एक लुटेरे ने उससे वह स्वर्ण मुद्राएं लूट लीं । दूसरे दिन जब कृष्ण और अर्जुन पुनः सैर पर निकले तब उन्हें वह ब्राह्मण भिक्षा माँगते हुए दिखा। अर्जुन और कृष्ण को कल उसके साथ हुई लूट के बारे में पता चला तो अर्जुन ने उसे एक बड़ा सा बहुमूल्य हीरा दिया। उस वृद्ध ने वह हीरा लिया और अपने घर में एक पुराने घड़े में छिपा दिया जो कि प्रयोग में न आता था।

दूसरे दिन उसकी पत्नी नदी से पानी भरने गई तो उसका मिट्टी का घड़ा फूट गया। तभी उसे याद आया कि उसके घर में पुराना घड़ा रखा है । यह वह ही घड़ा था जिसमें ब्राहमण ने हीरा रखा था । ब्राह्मण की पत्नी ने वह मटका उठाया और पानी भरने के लिए चल पड़ी। जैसे ही पानी लेने के लिए उसने मटके को नदी में डाला वह हीरा नदी में गिर गया जिसे एक मछली ने निगल लिया। जब ब्राह्मण सो कर उठा तो उसने मटके को घर में नहीं देखा तो उसने अपनी पत्नी से पूछा। पत्नी ने सारा किस्सा कह सुनाया। सुनकर ब्राह्मण ने अपना माथा पीट लिया और अगले दिन वह पुनः भिक्षावृति के लिए उद्धत हुआ। जब अगले दिन कृष्ण और अर्जुन ने उसे पुनः भिक्षा माँगते देखा तो उन्हें बहुत अचरज हुआ। पूछने पर ब्राह्मण ने पूरा किस्सा कह सुनाया । तब अर्जुन ने कृष्ण को कहा, 'मुझे लगता है केशव के इस ब्राहमण के भाग्य में कुछ है ही नहीं। अब मैं इसकी क्या मदद कर सकता हूँ' । तब कृष्ण ने उस ब्राह्मण को दो आने दे कर विदा कर दिया। अर्जुन बोले, 'केशव जब स्वर्ण मुद्राएं और इतना बड़ा हीरा उसके लिए कुछ नहीं कर पाया तो इन दो आनों से इसका क्या भला होगा'? कृष्ण ने कहा, 'चलो देखते हैं अर्जुन इन दो आनों से इसका क्या होगा?'

वह ब्राह्मण उन दो आनों को लेकर आगे बढ़ा । उसने देखा एक मछुआरा जाल में फँसी मछली को लेकर आगे जा रहा है और वह मछली बाहर निकलने के लिए तड़प रही है । तब उस ब्राह्मण ने सोचा, 'इन दो आनों से मेरा तो कुछ होने वाला नहीं पर इस मछली की जान जरूर बचाई जा सकती है। ऐसा सोचकर उसने उस मछुआरे से मछली खरीद ली और उसको नदी में फेंकने के लिए ले जाने लगा। तभी उसने देखा मछली के गले में कुछ अटका है जिसके कारण उसकी यह दशा है। उसने उस फँसी हुई चीज को मछली के गले से बाहर निकाला। उसकी खुशी का ठिकाना न रहा क्योंकि यह वह ही बड़ा बेशकीमती हीरा था जो अर्जुन ने उसे दिया था । खुशी के मारे वह चिल्लाने लगा, 'देखो! मुझे क्या मिला है।' उस वक्त वह चोर जिसने उसका धन लूट लिया था वह वहाँ से जा रहा था। उसे लगा कि ब्राह्मण ने उसे देख लिया इसलिए वह लोगों को इकट्ठा करने के लिए चिल्ला रहा है। उसने घबराकर ब्राह्मण का धन उसे लौटा दिया और क्षमा माँगता हुआ वहाँ से रवाना हो गया। ब्राहमण सीधा अर्जुन के पास गया और उसने उन्हें धन्यवाद दिया और पूरी कथा सुना दी।

अर्जुन ने पूछा, 'भगवान, जो काम मेरी स्वर्ण मुद्राएं और हीरा नहीं कर पाया वह काम आपके दिए दो आनों ने कैसे संभव कर दिया'? कृष्ण ने कहा, 'अर्जुन जब उसके पास स्वर्ण मुद्राएं और हीरा था तब वह सिर्फ अपने भले के लिए सोच रहा था। पर जब उसके पास दो आने थे तब भी उसने निःस्वार्थ भाव से उस मछली का भला करने का सोचा । अर्जुन जो लोग दूसरों के बारे में सोचते हैं और उनकी भलाई के लिए कार्य करते हैं उनकी सहायता ईश्वर स्वयं करता है। हे! पार्थ जो भी व्यक्ति दया भाव से भरकर कोइ भी कार्य करता है और स्वयं से पहले दूसरे की भलाई के लिए सोचता है ईश्वर उन्हें स्नेह करते हैं और उनकी मदद के लिए हर पल बिना बुलाए पहुँच जाते हैं क्योंकि पर सेवा प्रभु सेवा' कहकर कृष्ण मुस्कराने लगे।

गरीब की चाय

डा. वसु और डा. वीणा दोनों पति पत्नी थे। बहुत लंबे समस के बाद वह दो दिन के अवकाश के लिए महाकाल का दर्शन करने निकले थे। वह नागपुर में अपना एक अस्पताल चलाते थे। अस्पताल का बहुत नाम था शहर में । वो लोग कार से इंदौर जाने के लिए निकले। रास्ते में कुछ भूख सी लगी तो डा. वसु को अचानक हाई वे पर एक छोटी सी दुकान दिखी। उस दुकान पर वेफर्स के पैकेट लटक रहे थे। डा. वसु ने दुकान पर आवाज लगाई, एक महिला निकल के आई। उसने पूछा, 'क्या चाहिए बाबूजी'? डा. वसु ने वेफर्स के दो पैकेट लिए और दो कप चाय का आर्डर दिया और दोनों पति पत्नी दुकान के बाहर पड़ी कुर्सियों पर जाकर बैठ गए। बहुत देर हो गई थी । चाय अभी तक आई नहीं थी । वसु ने आवाज लगाई तभी वह महिला बाहर आई और बोली, 'बाबूजी बाड़े में तुलसी लाने गई थी, बस अभी दो मिनट में चाय आई । सचमुच दो तीन मिनट में चाय आ गई ।

जिन कपों में वह महिला चाय लाई थी वह बहुत मैले थे। उन्हें देख कर वसु भाई अपसेट हो कर कुछ बोलने ही वाले थे कि डा. वीणा ने उनका हाथ दबा कर उन्हें शांत रहने का इशारा किया। इतनी स्वादिष्ट चाय उन दोनों ने अपने जीवन भर में कभी नहीं पी थी। चाय पीने के बाद वसु भाई ने उस महिला से पैसे पूछे। महिला बोली, सौ रूपये।' वसु आश्चर्य से बोले, ' अरे! २० रूपये तो वेफर्स के ही हो गए हमने तो चाय भी पी है उसका कितना हुआ'? महिला बोली, 'हम सिर्फ वेफर्स और बिस्कुट बेचते हैं यह रूपये उसी के हैं । हम चाय नहीं बेचते।' तो फिर आपने चाय क्यों बना दी? आप मना कर देतीं।' वह महिला बोली आप हमारे अतिथि थे, आपने चाय माँगी कैसे मना करती । घर में बच्चे को पिलाने के लिए दूध रखा था उसी से चाय बना दी पर तुलसी नहीं थी वह ही लेने बाड़े चली गई इसलिए देर हो गई, क्षमा चाहती हूँ।'

वसु और वीणा एक दूसरे का मुँह ताकने लगे । वीणा ने पूछा, 'अब बच्चे को क्या पिलाओगी।' 'कुछ नहीं एक दिन दूध नहीं पीएगा तो कुछ नहीं होगा । कल सुबह उसके पिताजी शहर जाकर दूध ले आएंगे । आज उन्हें

बुख़ार है ।' डाक्टर दंपति उस महिला की बात सुन भौंचक्के रह गए । इस गरीब महिला ने अपने बच्चे के दूध से अतिथियों के लिए चाय बनाने से पहले एक बार भी यह नहीं सोचा कि उसका बच्चा क्या पीएगा'? उसकी महानता के आगे दोनों नतमस्तक हो गए । वीणा ने कहा हम दोनों डाक्टर हैं, बताएं आपके पति कहाँ हैं? हम उनको देखना चाहते है । उन दोनों ने जाकर उसके पति को देखा जो बुख़ार में तप रहा था। डा. वसु ने यह पाया कि उस महिला के पति को इंजेक्शन की आवश्यकता है। वह वीणा को वहीं मरीज के पास बैठाकर इंजेक्शन लेने शहर गए । इंजेक्शन के साथ- साथ उन्होंने फल और दूध की थैलियों के साथ खाने का अन्य समान लिया और उस दुकान तक लौट आए । मरीज को इंजेक्शन दिया और जब उसका बुख़ार उतर गया तब वह वहाँ से जाने के लिए निकले । इस पूरे घटना क्रम में ४ से ५ घंटे लग गए। वीणा ने कहा, 'वसु यदि हम तुरंत ही यहाँ से निकलें तो भी महाकाल के दर्शन नहीं हो पाएंगे । पट बंद होने का समय हो जाएगा।' चलो वापस नागपुर चलते हैं।' वसु बोले, 'वीणा वैसे भी शायद अब महाकाल जाने की आवश्यकता नहीं। महाकाल स्वयं इस महिला के रूप में हमें साक्षात दर्शन दे चुके हैं । चलो चलें।' कहते हुए वह कार की ओर बढ़ गए ।

नागपुर पहुँच कर वसु और वीणा ने एक निर्णय लिया। उन्होंने रिसेशस्ट से कहा, ' आगे से आप सिर्फ मरीजों का नाम लिखेंगे उबसे फीस हम स्वयं ही लेंगे। उस दिन वसु और वीणा ने गरीब मरीजों का मुफ्त इलाज शुरू कर दिया। वह सिर्फ संपन्न मरीजों से ही फीस लेते। धीरे- धीरे- उनके अस्पताल की प्रसिद्धि दूर- दूर तक फ़ैल गई।

एक अखबार से साक्षात्कार के लिए आए पत्रकार से उन्होंने पूछ, ' इतनी महँगाई के ज़माने में आप इतने सारे गरीबों का इलाज मुफ्त में क्यों और कैसे करते हैं? उन्होंने कहा, 'हम जीवन के हर मोड़ पर गोल्ड मेडलिस्ट रहे हैं । उस दिन उस दिन वह महिला अथिति देवो भवः और सेवा के मामले हमें एक अंतर्दृष्टि दे गई कि हम सेवा में भी गोल्ड मेडलिस्ट बनेंगे इसलिए हमने यश निः शुल्क सेवा आरम्भ की है, फिर हमारा तो पेशा भी सेवा का है तो क्यों न उसमें गोल्ड मेडलिस्ट बन जीवन को सार्थक करें।'

कार्मिक हीलिंग

नारायण धन्यवाद प्रार्थना करें

' हे नारायण आपका धन्यवाद है आप हर पल हर क्षण हमारे साथ हैं' , आपकी उपस्थिति में मैं / हम उन लोगों के लिए जाप करने जा रहा/रही हूँ जिन्हें भी मैंने/हमने जाने अनजाने नकारात्मक विचार , वाणी व्यवहार से आहत किया है। हम उनसे क्षमा चाहते हैं , साथ ही जिन्होंने हमारे साथ भी विचार, वाणी व्यवहार से नकारात्मक व्यवहार किया है उन व्यक्तियों को हम क्षमा करते हैं। हम नारायण से प्रार्थना करते हैं उनका जीवन - सुख , शांति , समृद्धि , लव , रेस्पेक्ट, फेथ , केयर , नेम , फेम, मनी , उन्नति , प्रगति, सफलता से भर दीजिए व उनकी सभी शुभ मनोकामनाएँ पूरी कर दीजिए।

यह बोलकर राम राम जाप २१ मिनट तक करें ।

पुलक

१६ वर्षीय पुलक अपने दोस्तों के साथ क्रिकेट खेल रहा था। तभी बल्लेबाज ने जोर से बल्ला घुमाया और बाल समीप के बंगले की दीवार को नाँघ कर अंदर चली गई । पुलक उस बाल को लेने के लिए उस बंगले के भीतर गया। उसने देखा, बंगला वीरान पड़ा है । तभी उसे किसी के खाँसने की आवाज आई । खाँसी की आवाज से यह साफ जाहिर था कि वह किसी बीमार बुजुर्ग की आवाज है । वह सधे कदमों से अंदर की ओर बढ़ा। उसने देखा कमरे में एक पलग के ऊपर एक बुजुर्ग व्यक्ति लेटा हुआ है । वह इतना कमज़ोर था की अपनी पूरी कोशिश के बाबजूद पास ही पड़ी टेबल से पानी उठाने में सफल नहीं हो पा रहा था। पुलक का मन करुणा से भर गया वह उनके नजदीक गया सहारा देकर उन्हें बैठाया और उन्हें पानी पिलाया । पुलक ने देखा कि उनको तेज बुख़ार है। उसने तुरंत डा. को फोन करके बुलाया। बातों में उस बुजुर्ग ने बताया कि वह अपने एक मात्र बेटे के साथ रहते है। पर उनका बेटा शहर से बाहर गया है इसलिए वह अकेले हैं और अचानक ही उनको तेज बुख़ार आ गया। पुलक ने डाक्टर से परचा लिया और अपनी पाकेट में रखे रुपयों को टटोला और दवा लेने चल पड़ा। उसने बुजुर्ग को दवा खिलाई और थोड़ी देर में आने का कहकर चला गया।

घर पहुँचकर उसने अपनी माँ से कहा, 'माँ आज मेरे पेट में दर्द है मेरे लिए खिचड़ी बना दो।' माँ ने जब खिचड़ी बना कर उसे आवाज दी तो उसने कहा, 'माँ यहाँ कमरे में दे दो न।' माँ को आश्चर्य पर आश्चर्य होता जा रहा था पुलक और खिचड़ी और वह भी अपने कमरे में !' वह हौले से मुस्कराई और सोचने लगीं, 'हो रहा है मेरा बेटा।' माँ जब खिचड़ी देकर चली गईं तो पुलक ने उस खिचड़ी को एक डिस्पोजल बॉक्स में डाला और उस वृद्ध को खिलाने के लिए उसनके घर चल पड़ा। माँ से उसने कहा, 'माँ खाना खाने के बाद भारी- भारी लग रहा है क्या मैं बाहर टहल कर आऊं?' माँ जो की पुलक के रवैये से कहीं न कहीं खुश थीं उन्होंने उसे सहर्ष सहमति दे दी। पुलक घर से निकला ही था कि उसकी मुलाक़ात पापा से हो गई जो अभी- अभी ऑफिस से लौटे थे। 'अरे! पुलक कहाँ जा रहे हो' ? तुम्हारे हाथ में क्या है' ? पापा ने पूछा। पुलक ने पापा को उन वृद्ध दद्दाजी के बारे में सब कुछ बता दिया। साथ ही यह भी बता दिया कि वह यह खिचड़ी उनके लिए ले कर जा रहा है।' बेटे की आँखों में सेवा की चमक देख पापा भी उस के साथ उन वृद्ध के घर जा पहुँचे। वृद्ध को अभी भी तेज बुखार था। दोनों पिता पुत्र समझा बुझाकर उन वृद्ध को अपने घर ले आए । पुलक और उसके माता- पिता ने उनकी बहुत सेवा की । तीन दिन में ही वह वृद्ध एकदम ठीक हो गए । चौथे दिन जब उनका बेटा वापस लौटा तो पुलक और उसके परिवार की सहृदयता और सेवा भाव से अति प्रसन्न हुआ और उसने उन्हें अनेकों धन्यवाद दिए ।

उस दिन से पुलक और उन वृद्ध के परिवार में घनिष्ठ सम्बन्ध हो गए। पुलक आई. आई.टी की तैयारी कर रहा था, वरुण भैया (वृद्ध के बेटे) आई. आई. टी से इंजीनियरिंग करके निकले थे। उन्होंने पुलक की पढाई की ज़िम्मेदारी अपने ऊपर ले ली। आज पुलक का आई. आई. टी में सिलेक्शन हो गया था। सभी बहुत खुश थे । सबसे ज्यादा खुश थे दादाजी जिन्हें पुलक के रूप में इतना होनहार पोता जो मिला था।

Pavaan Vani

Dear Readers,

Narayan Narayan,

To give your best is such an emotion which rightfully explains the true meaning of service. The present day scenario has awakened the attribute of **Giving your best** in all people and this can be seen in the various services being provided. Everyone is rendering service. Children are supporting their mother's by helping out in the kitchen. Because of helpers not being allowed in the homes the male members of the house are helping and supporting in the household activity. The elders of the house are offering their support through the medium of prayers. The entire world is praying for the safety and the security of the World. Scientists are dedicated towards researching for the vaccine. The PPE clad Doctors are relentlessly taking care of patients. Some organizations are distributing masks and sanitizers, some are donating food, and some are giving health campaign messages through the electronic media. Some are taking care of the patient's families. Some are allowing their offices or their unused properties, to be converted to quarantine centres.

This wonderful attribute of service which is awakened throughout the universe, is giving us the message of a better tomorrow. Service is the only attribute which can keep this universe stable.

Everyone is giving service by body, mind and wealth, but one particular thing that has come to the light during this period is one unique way of service- Prayer. In every country, in every city, in every house, prayers are being offered by everyone for the safety of everyone- selfless, pure prayers! Service is meaningful only when the mind is connected with your body and wealth. When you adapt the attribute of service in your mind, nature automatically arranges money and also keeps your body healthy for service. **'Seva Parmo Dharma' ('सेवा परमो धर्मः')** - It is written in the scriptures and it is the basis of humanity. To make life successful is simple but to make it meaningful is the purpose of human existence and the best way to make life meaningful and to balance our karmas is- **Service**.

R. Modi.

CO-EDITOR

Deepti Shukla 09869076902

EDITORIAL TEAM

Vidya Shastry 09821327562
Mona Rauka 09821502064

Main Office

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

Editorial Office

Shreyas Bunglow 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 - Sarla 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
Jalgaon - 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 Bhartia : 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 - Suvarna Valdawa : 9561414443
Udaipur - Gunvanti Goyal : 9223563020
Vishakhapattanam - 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 - Apkesha Jogani : 09324889800
London - C.A. Akshata Agarwal : 00447828015548
Singapore - Pooja Agarwal : +659145 4445
America - Sneha Agarwal : +16147873341

Editorial

Dear readers,

A few days bank a resident of our building had to go out of town accompanied by his family. After a week when they returned according to the present day rule they had to be quarantined. It was at that time that I came to notice the beautiful attribute of selfless service in the residents of my building. The secretary of the building had entrusted the watchman with some money with the instructions that if any parcel arrived for the quarantined family he will pay the due and immediately the parcel will be delivered to their flat. Some residents also took the responsibility of providing meals to the family. Some took the responsibility of chatting up with them and lifting their spirits with positive affirmations and also informing the other members about their well being. Some took the responsibility of prayers.

This selfless service of the members touched my heart. Service or Seva is such an attribute which encompasses a sense of compassion, kindness, affection and care. These are the emotions which keep the entire universe stable.

So friends, I thought will discuss with you, readers about this attribute of selfless service and volunteer service.

Bowing to the attribute of service in you,

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

Call of Satyug

The motto of Narayan Reiki Satsang Parivar "**In Giving we Believe**" encompasses in itself a beautiful feeling of Selfless Service.

You will be able to give your best to all only when you have the understanding of Vasudev Kutumbh in you - The feeling that every living being in this world is a part of you and represents the Divine. In the first chapter of the Prakriti Gita Rajdidi states that we have got this human birth only to balance our karmic account and we can balance this through selfless service. The choice to serve is a trait which we have chosen prior our birth.

Any work done by you, if it brings happiness to others is termed as service. In the shastras it has been mentioned **'सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामय, सर्वे भद्राणि पश्यन्तु मा कश्चित् दुःख भाग्भवेत्'** meaning

"May all be prosperous and happy,
May all be free from illness,
May all see what is spiritual uplifting,
May no one Suffer."

If we have the above prayer or thought within ourselves then we will experience a feeling of oneness with all. You will not be able to differentiate between you and others! In this state we experience bliss which is the highest form of Divine experience. The dawn of this experience teaches us that the search of the Divine outside our being can easily be found if we are ready to embrace every living with love and compassion and serve them without any discrimination.

It is described in the scriptures**'मानव सेवा ही माधव सेवा'** Service to humanity is Service to Narayan.

Selfless service opens the door of happiness, peace, prosperity, growth, good health and success. The means of attaining every cosmic and transcendental thing in life is - service. This service can be best done by giving our best to everyone using our body, mind, money and relationships. When we are in the spirit of giving our best, we develop the virtues of kindness, affection, compassion.

The entire universe and nature is an apt example of giving the best. Universe does only one job, the job of saying ***thathastu-*** Yes to every word spoken by us and does not expect anything in return, only says Yes. Nature teaches us the true meaning of service. The sun gives us heat and light, the wind provides us our life breath, the flowing river gives us water to quench our thirst, the trees gives us fruits to satisfy our hunger, the forest gives coolness. Have you ever sat and thought about what they have got from us in return. Nothing. Still they continue to give.

Like it is said - , **' वृक्ष कबहूँ नहीं फल भखे, नदी न संचय नीर, परमारथ के कारने साधुन धरा शरीर'** meaning 'The tree never consumes the fruit it bears the river never accumulates the

water, the sage adorns the human body only for the sake of charity. Nature teaches us to give selflessly and this sense of selfless giving is service.

Mother Theresa says "It is not necessary that we do big tasks, but we can do small small tasks with love.''

Family is the biggest and the best place to express your attitude of Service. Rajdidi affirms that if you support everyone in the family, serve everyone, bring happiness to all then you need not do any Pooja, attend any Satsang or do any kind of Sadhana. Taking care of each other in the family, serving parents, respecting and revering them, trying to simplify each other's life by doing everyday tasks is the best form of service. Rajdidi says every morning when you wake up give a thought as to what you can do today to make the lives of those staying with you easy. It is okay if we do not visit a temple or place of worship, if we do not we do not perform Pooja, arti and keep fast, but we should sit and spend time with the elders of the family and know their condition, massage their hands and feet and take care of their medicines. At night wrapping a bed sheet around them while saying good night is also considered as service. When children respect their parents, take their opinions on everything and bring them happiness is a form of service. Taking care of the helpers working at home, helping them when needed is also a form of service.

Outside your home helping someone in your work area, quenching the thirst of the thirsty, feeding the hungry, dressing the sick and injured, sending them to the hospital, educating the uneducated, filling the zeal and enthusiasm in the life of a depressed person. encouraging and motivating a loser to win, instilling confidence in them, making people positive, praising someone, are all forms of service.

On a larger scale, many charitable institutions take care of orphan children and elderly and arrange for their food, education, medicine as charity.

If we are unable to help physically, mentally or with donations even then we can always help people with prayers, blessings and good wishes. Narayan Reiki Satsang Parivar is doing service through the medium of prayers. We have a department dedicated to prayers where volunteers come and pray for others. Volunteers are individuals who voluntarily work for the benefit of others, the good of others. If a volunteer chooses the work of service with his desire, then it is very important to have these qualities within him/her.

1) The feeling of total surrender should be there in him/her. She/ he should be entirely dedicated to service. Service should be above her/his self-interest.

2) He /she should be sincere in the service he / she is offering. His sincerity should reflect in the selfless service he is giving and he should not have the intention that because of the service he is giving people will recognize him. He should just be

engaged in his service work, because ultimately the work of service is between him and that Divine Father.

3) The volunteer should constantly do *Sadhana* to develop the attribute of kindness, affection, compassion, positivity, so that the Ego within him does not become a hindrance.

4) The character of a volunteer should reflect only positive attributes. He should be of a strong character.

5) Volunteer should not be arrogant.

6) Volunteer should be disciplined and he should follow a daily routine.

7) A volunteer should be tactful. If his/her behavior is simple and easy, then the work of service will become like devotion for him, beyond deceit, fraud, conceit.

8) The volunteer should be full of self-confidence. There should be a sense in him that the work I am doing is right. I am fortunate that God chose me to do this work and inspired me to do the work of service.

9) There should always be a feeling of gratitude within the volunteer for whom he is serving. It should be a feeling that I am blessed that I can serve them and lighten the burden of their deeds. The Thank you.

10) A volunteer should be responsible. She/ he should be ever prepared for any work and should be self-motivated.

11) A volunteer should show balance in his words and actions. He should not exhibit a boastful behaviour. Whatever he/she says should be demonstrated in action.

12) The volunteer should introspect from time to time. A technique described by Raj Didi is very effective. Every day before sleeping at night, introspect and see how many people have smiled because of you. Give yourself a green star for those tasks. How many people's smile has been erased because of me, give yourself a red star for those actions. Gradually the number of green stars has to increase. This process will help you become a better person.

There is a saying 'Charity begins at home'. Then why the delay! Just start with small tasks and make service an indispensable part of your life, and develop the nature of selfless service like a volunteer at home and make your life meaningful.

|| Narayan Narayan ||

This month satsang was a little different from our other satsangs. Usually didi guides us what we should speak but, this month she explained what we should not speak.

Didi said:-

1) There are some words which we should never speak,

Such words even when spoken jokingly / earnestly / or without any intention leave an impact on our lives and we attract negative things in our lives.

Didi conveyed her message through Spiritual Guru Raghav where he says that do not ever speak or even murmur such statements for eg.

1) No one listens to me. Now if you announce this in advance who would listen to you?

Secondly this statement is full of Negative energy. It attracts hurt and hurt connects you to negative energy and your package of good health, wealth, happiness and harmony is disturbed.

Whenever you feel no one listens to you, you will have to convert this thought or statement into a mantra- the Mantra of Narayan shastra ' **Narayan with your blessings every member of my family listens to me and agrees with me . Narayan thank you.**

First check that the person whom you are going to convey your message is in mood of listening to you then express your wish politely and in simple words. Then see the miracle he would listen to you and also follow you.

To get maximum benefit repeat the mantra 200 times in a day.

2) This life is tough/ this work is tough when you use word 'tough' it emits Negative energy.

Everyone wants a safe, secure and beautiful life and when you repeat the statement - life is beautiful ... your life becomes beautiful and you get different ways to make your life more beautiful. The universe is like a piggy bank.

When you say life is difficult it's like putting coins in the piggy bank and when you say 'life is beautiful' it is like putting Rupees in the piggy bank. When you unlock the piggy bank first you will get the coins and then the new notes (rupees).

When you constantly repeat that life is beautiful you will get many opportunities to make the Life beautiful.

3) "I do not feel like doing this work or I do not feel like doing any work".

Raghav says never utter these words as they will make a place in your system and would not allow you to do any work.

Suppose you wish to exercise and suddenly you do not feel like doing it. How to change this attitude? Remind yourself about the benefits of exercise. Tell yourself exercise would make you healthy, energetic and fit. When you will repeat it in your

mind the negative energy will move away from your life and you will experience miracles in your life.

4) The words "Always "and "Never" are full of energy and they mould themselves in the way they are used.

   If you use it in a positive manner for example you say he 'Always helps others and "Never" gossips about anyone. When used in a positive manner the positive vibrations would reach the person and make him positive.

   Sometimes these words are used in negative manner also like he "Always" comes late. Then that person would never change.

5) Didi has conveyed the message through Spiritual Guru Raghav. Raghav says, if you feel that the other person needs help then instead of asking him, just help him. When you give joy to others your life is filled with miracles.

   When you give joy to others you reach in positive zone and attract happiness, peace, prosperity in your life negative energy moves away from your life and you experience miracles in your life.

6) Motivational speaker Robin Sharma says that every day do something which brings smile on face of the other person.

7) When George Bernard Shaw was on death bed he conveyed a message to the world ...He said

   Be good, help one another, charity begins at home so begin good work from your home only. Give joy to your family, help the family members and make them happy and then see how your life will be transformed.

8) Discipline, Devotion towards work and honesty are such qualities by imbibing these qualities you attract a seven star life.

9) Didi conveyed through Radhika that we want to achieve a lot during our lives but do not value the things which we have. When we introspect we will find that our life is full of Blessings and we are surrounded by Good people.

   Radhika further elaborates that why not take care of the people and be grateful for the people who are in your life and lead a blissful and joyous life.

10) Didi conveyed through Spiritual Guru Raghav that if you make it a principle of your life to express gratitude, value and appreciate each and everything you have in your life then your life would be filled with success, progress and abundance.

    Always value, appreciate and take care of things God has granted you and lead a seven star life.

11) Give joy to each and every person you are surrounded with. Celebrate even the small things and make your life seven star.

Youth Desk

Seva Parmo Dharma
(Seva is supreme religion)

"Seva or Service to Others" is a supreme custom being practiced in India for centuries. Not only in India, is service considered supreme and important in the entire world. In other words, inculcating this attribute means experiencing joy. Both the giver and the receiver are filled with positivity and when we are positive, life automatically becomes joyful. Raj Didi says service is given by means of body, by the mind (praying) and by means of money (charity). One should serve in the proportion of one's ability is what our human religion preaches. There are many instances where people offer their accumulated wealth in service. Recently, due to the widespread lock down, a couple utilized their entire accumulated capital for providing essential items to the poor in neighborhood. Another instance in Mumbai, when a woman, who was spending her days on the footpath, saw the lid of a manhole open and rainwater inundating road could prove dangerous to the pedestrians and vehicle owners, she stood next to the manhole without eating her meals and continuously warned the passerby's . Every satsangi has her share of examples of the service done by mind. Whenever a prayer request comes for a person, every satsangi gives service by chanting Narayan Narayan, Ram Ram 21 or Chakra Healing.

Due to lockdown, innumerable daily wagers like the labourers, hawkers on the road were struggling to meet their basic ends. Lakhs of migrant workers were fleeing back to their homes due to lack of resources. There were long queues right from the bus stand to the railway station. In such times, our youth came forward and extended them help. Radiant stars of Narayan Reiki Satsang Parivar performed many tasks of service - manually, by prayers and by money. Some even made food arrangements for animals and birds. This was possible because their parents had instilled good values in them since childhood and the course guided by Raj Didi - Leading a Meaningful Life inspired them to make their and others life meaningful.

The virtue of service is strengthened by the feeling of compassion, a feeling of brotherhood and by thinking that we are simply a medium.

We always sing this Verse in the Aarti -

Tera Tujhko Arpan, Kya Lage Mera - This sentence reinstates that we should not be arrogant - I am doing this or I did that. When this feeling of doer-ship vanishes, the ego is automatically annihilated . When the ego disappears, our basic nature begins to unfold and in this stage every act done by us becomes joyful. In such a case, along with our own well being we help contribute to the welfare of the world and truly make our human birth meaningful. Let's make ourselves instruments for service. Let us make this emotion and act, an integral part of our life by means of body, mind, money and time.

|| Narayan Narayan ||

Children's Desk

Little five year old Akash ran back home to his mother. When his mother questioned where he had been, he replied "Sharma dadaji ke ghar"(Sharma dadaji's house).

When Varsha asked him "Why had you been to Sharma Dadaji's house? The child replied "To help".

How did you help?" asked a perplexed Varsha.

"I helped him to cry. I held his hand while he cried." Varsha was stunned by the reply. Mr. Sharma was Varsha's neighbour

a senior citizen who had recently lost his wife. Both his children were in USA, and due to the pandemic they could not come. The society members had come to his help and supported him in every way in this pandemic time. Varsha hugged the child.

Children, this issue of Satyug is dedicated to - Service.

Swami Chinmayananda says "Service to humanity is service to God". Rajdidi says you need not sit for hours in front of a temple and chant. All you need to do is bring a smile on the face of the people you are with or with whom you live. Service means the action of helping or doing work for someone.

One day a bird, who was a friend with a bee, asks her, "Dear friend, all day I see you working so hard with so many of your other fellow bees to make honey. After such a lot of time and effort, you make a little quantity of honey and then men come and rob you of that honey. Don't you feel bad about it?"

"**Never",** said the beaming **bee**. She said, "One can steal my honey, but one can never steal the art of making honey from me." The bird was astonished to see the altruistic and selfless attitude of her bee friend and was really inspired from her. The story teaches a lesson to all human beings, to be selfless, caring and thoughtful towards others.

Recently Rajdidi in one of her talks shared that a college student had taken a sabbatical from college for six months to complete some course. The first day after six months when she had to attend college she was a little worried about how she would cope with all the lectures she had not attended. When she entered her classroom and went to her desk she saw four note books with her name neatly written. She opened the notebook to find all the notes for the six months. Her bench mates had done this for her.

Many a times we help our friends with notes, at times they need help in academics, sometimes they need just need a few words of encouragement which will lift their spirits. Go ahead and give it. These small acts of service will bring with it tons of blessings. You will always be remembered for little act of kindness, the small words of encouragement and the small help you did for friends when they needed it most.

Service when rendered selflessly becomes an inspiration. Only when there is love in the heart will we be ready to give up our own selfish wants and desires in order to bring joy and happiness to others. Sewa should always be rendered with smile, humility and sweetness.

Children let us make service an integral part of our life.

|| Narayan Narayan ||

Under The Guidance of Rajdidi

Narayan Reiki Satsang Parivar stresses on those factors which strengthen the basic foundation on which our life exists. Small but very important things when adopted in lives brought positive transformation. Some such experiences:-

Uday Bhai (Connecticut) :- I am a Narayan Reiki channel and practice it regularly. In the month of February I visited India. At that time I had left a curry leaf plant with one of my relatives back in USA. They took care of it very well. On our return back to USA, I brought back the plant home. It was a healthy plant at that time. A few days later I found the plant totally dead till the roots. I threw it away it along with the other such waste plants. Three months later, whenever I used to sit in meditation that plant used to come in front of me. I took the dead plant from the pile of waste plants and replanted it. With Reiki symbols I used to regularly give healing to the plant with Ram Ram21. After about fifteen days the plant came back to life. Today we have a healthy curry leaf plant and we use its leaves for cooking.

Nirmala (Canada):- I reside in Canada. I have very recently been introduced to Narayan Reiki. Last year I bought a house on EMI basis. Because of the ongoing pandemic situation both my husband and I lost out jobs. We thought that because of nonpayment of EMI dues we will not only lose ownership of our house but also we would have to forgo the amount we had paid as EMI till now. But because of regular prayers arrangement was made for the payment of EMI. Narayan and Rajdidi dhanyawad

Pramila (Sharjah):- I am a Narayan Reiki channel. Some days back because of high BP my husband had a paralytic attack. I was petrified. I am a nurse by profession. So I tried to give him some first aid, when a relative who was with me shouted that his pulse rate had gone down. Totally devastated crying I gave him the CPR, all the time chanting the Ram Ram mala. The miracle of prayers was he responded, we managed to get a doctor in this period of lockdown, we got him admitted to a good hospital where right treatment was given. Today all parameters are normal range and he is recovering speedily.

- Narayan divine blessings with Narayan Shakti to Nidhi Ladha on her birthday (2nd October) for a seven star life.

- Narayan divine blessings with Narayan Shakti to Ajita Khanna for good business training opportunities in colleges and Corporates and earn jackpot amount from it.

Krishna and the Old Brahmin

One day Krishna & Arjuna were taking their usual walk, when they came across an old Brahmin begging, taking pity on his condition, Arjuna gave him a bag of gold coins.

The man was overjoyed. On his way to home, he was robbed by a thief in the forest. He cursed his fate and the next day set off to beg again.

Arjuna & Krishna saw him again & got to know his story. Arjuna once again took pity and gave him a large diamond.

The man took it home and kept it in an old pot which had been unused for many years in order to keep it safe and went to sleep.

The next morning before he could wake up, his wife went to fetch water from the river & on her way back, she slipped and her pot broke. She immediately remembered the pot at home which lay unused and brought it to fill it with water. Just as she dipped the pot in to the river the diamond escaped the pot and went in to the river.

When she returned home the Brahmin was desperately searching the house for the pot & when he saw it in his wife's hands, he got to know what had happened. Dejected with what had happened, he once again left to go begging.

Once again Arjuna and Krishna saw him and when Arjuna heard of the unfortunate incident that had happened, he told Krishna,

" I don't think this man is destined to be blessed at all; I don't think I can help him anymore".

Krishna then gave the man two pennies and the man took them and walked away.

Arjuna then asked Krishna," My Lord, if gold coins and diamond could not change his condition, what good can two pennies do to him?".

Krishna smiled and replied, "let us see".

As the man walked home he was cursing his fate when he saw a fish that had just been caught by a fisherman and was struggling for its life, he took pity on it and thought to himself, " these two pennies cannot fetch me food anyway, let me at least save the life of this creature" and he purchased the fish and was about to throw it in the river when he saw that the breathlessness of the fish was caused due to some large obstruction in its mouth and when removed it , it was the very diamond he had lost in the river. He was overjoyed

and started shouting “Look what I found! Look what I found”.

At this very time the thief that had robbed him in the forest was passing by and heard his shouts, he recognized the man and thought that man too recognized him and was thus shouting. Fearing that the Brahmin may take him to be executed, he rushed to him and begged for his forgiveness and returned all the gold coins he had stolen from him. The Brahmin was happy and walked away joyfully with all his wealth.

He went straight to Arjuna to narrate the turn of events and thanked him for all his help and went away.

Arjuna then asked Krishna,

“My Lord, how is it that my gold and diamond could not help him but your meagre two pennies did?

Krishna replied,” When he had the gold and diamonds he was only thinking of himself and his needs, but when he had the two pennies he put the needs of another creature before his and so I took care of his needs.

The truth is, ‘ O Partha! When any person filled with empathy does any work and before himself thinks of the benefit of others then God loves you and and comes to your help even before you call out to him because “Serving others is serving divine (पर सेवा – प्रभु सेवा’) Saying this Krishna smiled.

Adhik Mass Sadhana

Adhik mass sadhana to give Blessings for various purposes with Ram Ram 21 x 33

According to Rajdidi’s guidance we have to give (daan) with our Prayers. We can do with Ram Ram 21 x33 for different intentions like good health, studies, marriage, and pregnancy or as per your wish

Right hand energy for your wish and left hand energy for some other person with similar wish or intention.

You can also pray for any two people for the fulfillment of any wish with

Ram Ram 21*33

To harmonize relationship do Ram Ram 21× 63.

A Lesson Learned

Dr Vasu and Dr Veena were husband and wife. After many days they both had taken a break from service and were on a holiday trip to Mahakaleshwar. They were residents of Nagpur where they ran a hospital. The hospital was very well known. They left by car to proceed to Indore. On the way they were feeling a little hungry when Dr Vasu spotted a small a small shop on the high way. Packets of wafers were hanging at that shop. Dr. Vasu stopped his car and called out for someone to serve them. A woman came out and asked, "What do you want, Babuji?" Dr. Vasu took two packets of wafers and ordered two cups of tea and both husband and wife sat on the chairs lying outside the shop. When after about fifteen minutes the tea had still not arrived Dr Vasu called out to the lady. The woman came out and said, 'Babuji I had gone to bring basil in the enclosure, and now the tea came in just about two minutes. In two to three minutes, the tea was served.

The cups in which the woman served the tea were very dirty. On seeing the dirty cups Dr Vasu was a little upset and was about to speak something when Dr. Veena pressed his hand and indicated to him to remain calm. Both of them had never drunk such a delicious tea in their lifetime. After drinking tea, Vasu Bhai asked the woman about the payment. . The lady said, 'Twenty rupees'. A surprised Dr Vasu said, "Hey! 20 rupees is the cost of the wafers we consumed. We have also drunk tea, how much is it? The woman said, "we only sell wafers and biscuit and Rs 20/- is the charges of the wafers. We do not sell tea". "Then why did you make tea? You could have refused", said a perplexed Dr Vasu. That lady said "You are our guest, and you asked for tea. How could I refuse? I had little milk in the house to feed the child with which I made the tea, but basil leaf was not there home so I had to go to the back yard and get it . That is why the tea came late. I am very sorry.

Vasu and Veena stared each. Veena asked, " Now what will you give the baby?" "Nothing, one day if he will not drink milk nothing will happen. Tomorrow morning his father will go to the city and bring milk. Today he is having fever. The doctor couple were stunned to hear the woman. This poor woman did not even think once before making tea for the guests with the milk meant for her baby. What would her child drink? In front of her greatness, both of them bowed down. Veena said "We are doctors. Tell me where your husband is? We want to see him". Both of them went to see her husband who was shivering with high temperature. Dr. Vasu felt that the woman's husband needed an injection. He went to the city to procure the injection, leaving Dr Veena with the patient. Along with the injection, he also brought other food items like fruits, milk bags and other eatables and returned back to that shop. Dr Vasu administered the injection to the woman's husband and only when his fever subsided, they decided to leave. This entire

event had taken four to five hours. As they left Veena said, 'Vasu, even if we leave immediately, we will not be able to see Mahakal on time. It will be time for the temple to close. Let's go back to Nagpur". Vasu said, "Veena we no longer need to go to Mahakal because Mahakaleshwar himself has given us a darshan in the form of this woman. Let's go. Saying, he moved towards the car.

Dr Veena and Dr Vasu after reaching Nagpur took a decision. They told the receptionist "From now onwards you will only note down the names of the patients who come, we will decide about the fees". From that day onwards Dr Veena and Dr Vasu started free treatment for the poor patients who would visit them. They would charge patients according to their affordability. Gradually the name of the hospital spread far and wide.

A journalist who came to interview them asked "In such times of high inflation how are you able to give free treatment and why you are giving free treatment to so many poor patients. They replied "We have been gold medalists at every turn of our life. That day, that lady gave us an insight to the phrase **Guests are equivalent to God (अथिति देवो भवः)** and true service. We also want to earn a Gold medal in the field of service so we have started this service and our profession is also all about service. So then why not do this and become a Gold Medalist and make life meaningful '?

KARMIC HEALING

'I THANK NARAYAN FOR BEING WITH ME ALWAYS'

Narayan in your presence I am doing the Jaap for the people whom I / we (you can imagine other family members ,near dear ones also) have hurt knowingly or unknowingly by our negative thoughts, words and deeds. We seek forgiveness from them, and we forgive the people, who have hurt us knowingly or unknowingly by their negative thoughts, words, and deeds . We request The Divine (Narayan) to fill their lives with Happiness peace prosperity, success ,progress ,good health, achievements .

Love respect faith and care

Good name ,fame and money.

With this intention do Ram Ram Jaap for 21 minutes. (Here You can do Ram 21, or Ram Ram 56, or Ram 108 or sawamani mala. Focus on 21 minutes).

PULAK

13 year old Pulak was playing cricket with his friends. His friend was the batsman and he hit the ball so hard that it landed in the courtyard of the neighbouring bungalow. When Pulak went to retrieve the ball he noticed that the door of the house was open and he heard the sound of someone coughing. The sound was a clear indication that the person was unwell. He tiptoed inside the house. He saw an old man lay on the bed and it was he who was coughing. He was so unwell that he could not even reach out to the glass of water kept on the table beside the bed. Pulak was filled with compassion. Pulak went close to him and asked him, "Uncle are you alright, and helped him to drink some water. The old man was running high temperature. Pulak immediately called the doctor. The old man informed Pulak that his son, who looks after him was on a business tour, that is why he was alone and suddenly he had developed high temperature. The doctor arrived and checked the old man and gave a prescription. Pulak checked his pocket for money and immediately went to the medical store to purchase medicines. He gave the medicines to the old man and with a promise to return soon went back home.

On reaching home he told his mother that he was feeling unwell and he would like to eat khichadi. When his mother had made the khichadi he requested that she serve him in his room. Mother was also very surprised that first Pulak had asked for khichadi and that too he wanted it served in his room. Smilingly she served the khichadi to Pulak in his room. After his mother left the room Pulak put the khichadi in a disposable box and after informing his mother that he was feeling very heavy and wanted to take a walk he stepped out of the house.

As Pulak stepped out of the house he met his Papa, who had just returned from office. 'Hey! Pulak where are you going? What do you have in your hand?" asked his Father. Pulak informed his father everything about those old Dadaji he had met. He also told him that he was taking this khichadi for him. Seeing the glow of service in the eyes of his son, Pulak's father accompanied him to the house of the old man. The old man still had high fever. Both father and son convinced the old man and brought him to their house. Pulak and his parents served him well.

Within three days, the old dadaji felt better. When on the fourth day the old man's son returned he was very happy and grateful to Pulak and his family for the warmth and service they had showered on his father.

From that day on, there was a close relationship between Pulak and the family of the

dadaji. Pulak was preparing for I.I.T. and Varun Bhaiya (son of old man) had done his engineering from IIT. He took the responsibility of tutoring Pulak on himself. Today Pulak has got selection in IIT. Everyone was very happy. The happiest person was the grandfather who had got such a promising grandson in Pulak.

Night meditation to balance karmas
Every night before sleeping

Sit straight on your bed take three deep breaths. Visualise the person whom you have hurt by your negative words or actions also imagine the other family members who were present when you were angry on that particular member.

The main focus should be on the person with whom you behaved in negative manner, imagine the other family members around him.

Now say Narayan 'I am sorry please forgive me'. (When you address as Narayan all family members who were affected by your negative behaviour are included) when you seek forgiveness the universe immediately forgives you .

Say thank you to The universe

Bless the person with 'I love you, like you, respect you

Narayan bless you with sukh shanti Samruddhi / unnati pragarti sehat saflata / love respect faith and care.

Bless the person with,what you feel he needs most in his life .

Repeat the blessings few times then do Ram Ram 21 continue this for 5 / 10/ 15 minutes best is 21 minutes.

You can begin with 5minutes then slowly increase your time

This meditation will have double benefits it would balance your karmas and the blessings which you send in the universe will return to you in multiples

Always keep a note book to keep a record of your actions. If you hurt someone with your words or actions give yourself a red ball if you give joy to someone , did Prayers' for someone or helped someone then give yourself a green star.

As the number of green stars will increase the bad karamas will be released from your karmic accounts.

Do this meditation daily to attain bliss

यादों के झरोखे से....
अक्टूबर २०१९ नारायण उत्सव की झलकियाँ

SAMANK™
Nurturing your health

NEW ADDITION

कीजिए दिन की शुरुआत
समंक चाय की चुस्की के साथ

श्री. कमल पोद्दार

हमसे जुडने के लिए संपर्क करे:

+91 7498 24 24 24 | info@samankindia.com | www.samankindia.com

SAMANK CONSUMER PRODUCTS PVT. LTD.
Shree Shakambhari Corporate Park, Plot No. 156-158, J B Nagar,
Andheri(E), Mumbai - 400099, India.