

January 2026

Monthly Magazine  
Year 12 Issue 1

# Satyug

नारायण रेकी सतसंग परिवार  
*In Giving We Believe*

## सतयुग



### 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 वजे से ११.३० वजे 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 की मजबूत बनाता, मजबूत बनाता  
परोपकार का भाव जगाता  
सच्चाई, नम्रता सेवा में विश्वास बढ़ाता  
सत की करता अंगीकार  
बनाता सतयुग सा संसार  
वो है, वो है हमारा नारायण रेकी सतसंग परिवार  
मुस्कान के राज बताता,  
तन, मन, धन से देना सिखलाता  
हमको जीना सिखलाता  
घर-घर प्रेम के दीप जलाता  
मन क्रम से जो हम देते वही लौटकर आता, वही लौटकर आता  
बनाता सतयुग सा संसार  
वो है, वो है हमारा नारायण रेकी सतसंग परिवार  
सन.आर.सस.पी.,सन.आर.सस.पी.

॥ ॐ ॥

## पावन वाणी



प्रिय नारायण प्रेमियों,

॥ नारायण नारायण ॥

ईमानदारी मनुष्य के चरित्र का वह गुण है जो उसे भीतर से मजबूत बनाता है। ईमानदारी सिर्फ झूठ न बोलना नहीं बल्कि सच का साथ देना है वो भी जब कोई आपको देख नहीं रहा, जब कोई आपको जज नहीं कर रहा भले ही आपका नुकसान हो रहा है बस अपनी नज़रों में सही बने रहने का विश्वास सत्य के साथ खड़े रहने की भावना ईमानदारी है। सत्य के मार्ग पर चलना आसान नहीं होता, लेकिन यही मार्ग व्यक्ति को सच्चा सम्मान और आत्म-संतोष देता है।

ईमानदारी का अर्थ केवल झूठ न बोलना नहीं, बल्कि विचार, वाणी और कर्म-तीनों में सच्चाई रखना है। जब आप ऐसा करते हैं तब आप ईमानदार होते हैं, जब आप ईमानदार होते हैं तो आपके जीवन में सुख, शांति, सेहत, समृद्धि, उन्नति, प्रगति, सफलता के द्वार सहजता से खुल जाते हैं और ईमानदार आप मान, सम्मान के हकदार हो जाते हैं। ईमानदारी खुद का खुद से किया वादा है।

एक बार एक महिला अपने बच्चे को लेकर महात्मा गांधी जी के पास आई और बोली, 'बापूजी यह गुड बहुत खाता है आप इसे गुड न खाने के लिए कहें'। गांधीजी ने उस महिला को कहा आप पंद्रह दिन बाद आये तब मैं आपके बेटे को गुड न खाने की सलाह दूँगा।

पंद्रह दिन बाद वह महिला आई तो गांधीजी ने उसके बेटे से कहा, 'बेटा अधिक गुड खाना सेहत के लिए अच्छा नहीं है अतः तुम गुड खाना छोड़ दो देखो मैं भी गुड नहीं खाता'। इतना कहकर गांधीजी ने उस बालक को आशीर्वाद दिया और उसे जाने को कहा।

महिला ने गांधीजी से कहा, 'बापूजी आप इतनी-सी बात तो उस दिन भी कह सकते थे इसके लिए आपने हमें १५ दिन बाद क्यों बुलाया?'

गांधीजी ने कहा, 'बेन उस दिन तक मैं भी गुड खाता था तो मैं आपके बेटे को गुड न खाने की सलाह कैसे देता'? १५ दिन में मैंने अपने भीतर गुड न खाने की आदत विकसित की और फिर आज आपके बेटे को गुड न खाने की सलाह दे सका। यह थी गांधीजी की ईमानदारी।

शेष कुशल

R. Modi

॥ नारायण नारायण ॥

--: संपादिका :-

संध्या गुप्ता

09820122502

--: प्रधान कार्यालय :-

नारायण भवन

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

--: क्षेत्रीय कार्यालय :-

अहमदाबाद	जैविनी शाह	9712945552
अकोला	शोभा अग्रवाल	9423102461
अकोला	रिया अग्रवाल	9075322783
अमरावती	तरुलता अग्रवाल	9422855599
औरंगाबाद	माधुरी धानुका	7040666999
बंगलोर	कनिष्का पोद्दार	7045724921
बंगलोर	शुभांगी अग्रवाल	9327784837
बंगलोर	शुभांगी अग्रवाल	9341402211
बस्ती	पूनम गाडिया	9839582411
धनबाद	विनीता दुधानी	9431160611
भीलवाड़ा	रेखा चौधरी	8947036241
भोपाल	रेनु गुट्टानी	9826377979
चेन्नई	निर्मला चौधरी	9380111170
दिल्ली ( नोएडा )	तरुण चण्डक	9560338327
दिल्ली ( नोएडा )	मेधा गुप्ता	9968696600
दिल्ली ( डब्ल्यू )	रेनु विज	9899277422
धुलिया	रेणु भटवाल	8785716880
गोदिया	पूजा अग्रवाल	9326811588
गोहटी	सरला लाहोटी	9435042637
हैदराबाद	स्नेहलता केडिया	9247819681
इंदौर	धनश्री शिरालकर	9324799502
जालना	वर्षा अग्रवाल	9822009200
जलगांव	काला अग्रवाल	9325038277
जयपुर	प्रीति शर्मा	9461046537
जयपुर	सुनीता शर्मा	8949357310
झुनझुनू	पुष्पा देवी टिबेरेवाल	9694966254
इचलकरंजी	जय प्रकाश गोयनका	9422043578
कोल्हापुर	राधिका कुमटेकर	9518980632
कोलकता	स्वेटा केडिया	9831543533
कानपुर	नीलम अग्रवाल	9956359597
लातूर	ज्योति भूतडा	9657656991
मालगांव	रेखा गारोडिया	9595659042
मालगांव	आरती चौधरी	9673519641
मोरबी	कल्पना चोरोडिया	8469927279
नागपुर	सुधा अग्रवाल	9373101818
नांदेड	चंदा काबरा	9422415436
नवलगाव	ममता सिंगोडिया	9460844144
नासिक	सुनीता अग्रवाल	9892344435
पुणे	आभा चौधरी	9373161261
पटना	अरविंद कुमार	9422126725
पुर्लिया	मृदु राठी	9434012619
परतवाड़ा	राखी मनीष अग्रवाल	9763263911
रायपुर	अदिति अग्रवाल	7898588999
रांची	आनंद चौधरी	9431115477
सुरत	रंजना अग्रवाल	9328199171
सांगली	हेमा मंत्री	9403571677
सिकर ( राजस्थान )	सुषमा अग्रवाल	9320066700
श्री गंगानगर	मधु त्रिवेदी	9468881560
सतारा	नीलम कदम	9923557133
शोलापुर	सुवर्णा बलदवा	9561414443
सिलीगुडी	आकांक्षा मुधरा	9564025556
टाटा नगर	उमा अग्रवाल	9642556770
राउरकेला	उमा अग्रवाल	9776890000
उदयपुर	गुणवंती गोयल	9223563020
उबली	पल्लवी मलानी	9901382572
वाराणसी	अनीता भालोटिया	9918388543
विजयवाड़ा	किरण झंवर	970393740
वर्धा	रूपा सिंघानिया	9833538222
विशाखापतनम	मंजू गुप्ता	9848936660
गुडगांव	मेधा गुप्ता	9968696600
यवतमाल	वंदना सूचक	9325218899
अंतर्राष्ट्रीय केंद्र का नाम		
ऑस्ट्रेलिया	सुमन शर्मा	+9167063589
दुबई	विमला पोद्दार	+971528371106
काठमांडू	रिचा केडिया	+977985-1132261
सिंगापुर	पूजा गुप्ता	6591454445
शारजाह	शिल्पा मंजरे	+971501752655
बैंकाक	गायत्री अग्रवाल	66952479920
विराटनगर	मंजू अग्रवाल	+977980-2792005
विराटनगर	वंदना गोयल	+977984-2377821

॥ ॐ ॥

## संपादकीय

प्रिय पाठकों,

॥ नारायण नारायण ॥

राज दीदी प्रतिदिन ब्रह्म मुहूर्त में हमारे भीतर रॉयल संस्कारों को हमारे भीतर समाहित कराने के लिए कटिबद्ध हैं। जिस में से एक संस्कार है - ईमानदारी। दीदी के प्रयत्न फलीभूत हो रहे हैं इस बात की पुष्टि उस दिन नारायण भवन में हुई। नारायण भवन की सेल्स टीम के एक सदस्य से पेमेंट के दौरान कुछ कम पेमेंट लिया गया। जब काउंटिंग हुई तो पता चला कि ५०० रुपये का पेमेंट कम लिया गया है। उस सहायक ने तुरंत ही कहा- दी, मुझे लगता है यह पेमेंट मेरी वजह से हुआ है। क्योंकि इसके लिए मैं जिम्मेदार हूँ तो यह पेमेंट मैं अपनी पाकेट से करूंगी।

बात ५०० रुपये की नहीं जिम्मेदारी लेने की और अपने ईमानदारी के आदर्शों पर खरा उतरने की थी।

उसकी ईमानदारी को देखते हुए उससे वो रुपये नहीं लिए गए तो उसने वो अमाउंट भवन कि रसोई सेवा में दान देकर अपनी ईमानदारी दिखाई और अपने कार्मिक अकाउंट को तुरंत बैलेंस कर लिया। ईमानदारी की इस पराकाष्ठा को शत-शत-नमन। यहाँ एक ध्यान देने योग्य बात है कि यह सभी बहनें सेवा भाव से यह कार्य करती हैं और उन्हें किसी तरह का कोई मनी एक्सचेंज नहीं दिया जाता।

आप समझ ही गए होंगे इस बार की सतयुग का विषय है - ईमानदारी आप सदैव ईमानदारी की मार्ग पर चलें,

इन शुभकामनाओं के साथ -

आपकी अपनी  
संध्या गुप्ता

## अंतर्राष्ट्रीय कार्यालय :

नेपाल  
आस्ट्रेलिया  
बैंकाक  
कनाडा  
दुबई  
शारजाह  
जकार्ता  
लन्दन  
सिंगापुर  
डबलिन ओहियो  
अमेरिका

रिचा केडिया 977985-1132261  
सुमन शर्मा +9167063589  
गायत्री अग्रवाल 66897604198  
पूजा आनंद 14168547020  
विमला पोद्दार 971528371106  
शिल्पा मंजरे 971501752655  
अपेक्षा जोगनी 9324889800  
सी.ए. अक्षता अग्रवाल 447828015548  
पूजा गुप्ता 6591454445  
स्नेह नारायण अग्रवाल 1-614-787-3341

## अमेरिका

सिसिनाती मेधा अग्रवाल +1(516)312-4189  
कनेक्टिकट रुष्मा जोशी  
फ्लोरिडा बीना पटेल +1(904)343-9056  
शिकागो चाँदनी ठक्कर +12247700252  
कैलिफोर्निया सुशीला तयाल +12247700252  
न्यू जर्सी शैली अग्रवाल +912012842586

we are on net



narayanreikisatsangparivar @narayanreiki

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

॥ नारायण नारायण ॥



ईमानदारी मनुष्य के चरित्र की वह कसौटी है, जिस पर उसके विचार, व्यवहार और निर्णय खरे उतरते हैं। यह केवल सच बोलने तक सीमित नहीं है, बल्कि सही को सही और गलत को गलत मानने का साहस भी ईमानदारी का ही रूप है।

Honesty is the best policy

बचपन से हम इस कहावत को सुनते आए हैं। ईमानदारी का संबंध केवल बाहरी आचरण से नहीं, बल्कि आंतरिक नैतिकता से होता है। जब कोई व्यक्ति बिना किसी डर या लालच के सत्य का पालन करता है, तब वह स्वयं के साथ भी न्याय करता है।

ईमानदारी एक ऐसा जीवन मूल्य है, जो मनुष्य को मनुष्यता के सबसे सही रूप के दर्शन कराता है क्योंकि यह एक ऐसा गुण है जो व्यक्ति को आत्मसंतुष्टि दिलाता है और व्यक्ति विश्वास, सम्मान पाता है। उन्नति के मार्ग पर आगे बढ़ता है और मजबूत रिश्तों की डोर थामता है।

ईमानदारी केवल सच बोलने का नाम नहीं है। यह वह निर्णय है जो हम तब लेते हैं, जब कोई हमें देख नहीं रहा होता। यह भीतर की आवाज़ है, जो कहती है 'सही वही है, जो मन को शांत रखे।' समाज की नींव ईमानदारी पर ही टिकी होती है। परिवार में माता-पिता का ईमानदार आचरण बच्चों के संस्कारों को गढ़ता है। शिक्षा जगत में ईमानदारी ज्ञान को पवित्र बनाए रखती है। व्यापार और प्रशासन में ईमानदारी पारदर्शिता और विश्वास को जन्म देती है। जब किसी समाज में ईमानदारी कमजोर पड़ती है, तो भ्रष्टाचार, अन्याय और अव्यवस्था पनपने लगती है। इसलिए ईमानदारी केवल व्यक्तिगत गुण नहीं, बल्कि सामाजिक आवश्यकता भी है। आज के समय में अक्सर यह तर्क दिया जाता है कि 'ईमानदारी से काम नहीं चलता।' यह धारणा न केवल गलत है, बल्कि खतरनाक भी है। सच यह है कि ईमानदारी से काम भले ही धीरे चलता हो, पर टिकाऊ और स्थायी होता है। इतिहास गवाह है कि जिन व्यक्तियों और संस्थाओं ने ईमानदारी को अपना मूल मंत्र बनाया, उन्होंने ही दीर्घकालिक सफलता प्राप्त की।

आज की तेज़ दुनिया में सफलता को अक्सर shortcuts से जोड़ा जाता है। लेकिन सच्चाई यह है कि ईमानदारी ही वह नींव है जिस पर भरोसा खड़ा होता है और भरोसा ही रिश्तों, काम और समाज को टिकाए रखता है।

ईमानदार व्यक्ति हमेशा आसान रास्ता नहीं चुनता, वह सही रास्ता चुनता है। और यही चुनाव उसके चरित्र को गढ़ता है। ईमानदारी हमें केवल सम्मान नहीं देती, बल्कि आत्मसम्मान भी देती है जो किसी भी बाहरी उपलब्धि से बड़ा होता है।

ईमानदार होना कई बार कठिन लगता है, क्योंकि सच और सुविधा अक्सर साथ नहीं चलते। फिर भी, ईमानदारी चुनना साहस का काम है।

जब हम अपने काम, रिश्तों और जिम्मेदारियों में ईमानदार रहते हैं, तो हम एक अदृश्य विश्वास का पुल बनाते हैं। लोग हम पर भरोसा करते हैं और यही भरोसा हमारी असली पहचान बन जाता है।

ईमानदारी हमें सिखाती है कि जीत केवल परिणाम में नहीं, बल्कि नीयत में होती है। हार भी सम्मानजनक हो सकती है अगर वह ईमानदारी से मिली हो। ईमानदारी बाहरी दुनिया के लिए नहीं, सबसे पहले अपने भीतर के लिए होती है। जब हम ईमानदार होते हैं, तो मन हल्का रहता है। हमें कुछ छुपाने या साबित करने की जरूरत नहीं होती। ईमानदारी जीवन को सरल बनाती है। यह हमें सिखाती है कि आत्मसम्मान किसी भी तात्कालिक लाभ से बड़ा है। और जब मन शांत होता है, तो जीवन की हर चुनौती आसान लगती है। ईमानदारी वह आईना है जिसमें व्यक्ति स्वयं को बिना डर देख सकता है। यह सफलता का शॉर्टकट नहीं, स्थायी रास्ता है। जो ईमानदारी चुनता है, वह देर से सही, पर गहराई से जीतता है।

ईमानदार होना हमेशा आसान नहीं होता। कई बार ऐसा लगता है कि थोड़ा समझौता कर लेने से काम जल्दी हो जाएगा। पर हर छोटा समझौता भीतर एक हल्की बेचैनी छोड़ जाता है। इसके विपरीत, ईमानदारी भले ही समय ले लेकिन मन को स्थिर रखती है। यह आत्मसम्मान देती है, जो किसी भी बाहरी उपलब्धि से कहीं अधिक मूल्यवान है। ईमानदारी का सबसे सुंदर पक्ष यह है कि यह व्यक्ति को भीतर से मजबूत बनाती है। ईमानदार व्यक्ति को किसी दिखावे या झूठे बहानों की आवश्यकता नहीं होती। उसका आत्मविश्वास उसके सत्य पर आधारित होता है। वह गलती होने पर उसे स्वीकार करता है और सुधार का प्रयास करता है। यही गुण उसे निरंतर बेहतर बनाता है।

ईमानदारी का सबसे बड़ा लाभ यह है कि यह विश्वास बनाती है। और विश्वास वह पूंजी है जो पैसे से नहीं खरीदी जा सकती। जब लोग जानते हैं कि आप अपने शब्द और कर्म में सच्चे हैं, तो आपका व्यक्तित्व अपने आप मजबूत हो जाता है। यही विश्वास रिश्तों को गहराई देता है और काम को स्थायित्व देता है।

प्रेरक बात यह है कि ईमानदारी कोई जन्मजात गुण नहीं यह रोज़ के छोटे-छोटे निर्णयों से विकसित होती है। समय पर काम करना, अपनी गलती स्वीकार करना, दूसरों के अधिकार का सम्मान करना यही ईमानदारी के वास्तविक रूप हैं।

अंततः ईमानदारी हमें केवल अच्छा इंसान नहीं बनाती यह हमें भीतर से निर्भय बनाती है। जब छिपाने को कुछ नहीं होता, तब आत्मविश्वास स्वाभाविक रूप से बढ़ता है। यही आत्मविश्वास जीवन की हर चुनौती का सामना करने की शक्ति देता है।

याद रखिए दुनिया को प्रभावित करने के कई तरीके हो सकते हैं, पर खुद को गर्व महसूस कराने का रास्ता केवल एक है 'ईमानदारी' क्योंकि अंत में जीत उसी की होती है जो अपने मूल्यों से समझौता नहीं करता। महात्मा गांधी और अब्राहम लिंकन जैसे कई महान नेताओं ने ईमानदारी का मार्ग अपनाया और दुनिया के लिए

॥ ॐ ॥

आदर्श बने। झूठ बोलने से भले ही क्षणिक लाभ मिले, लेकिन अंततः इससे मुसीबत ही आती है। इसलिए, हमें जीवन के हर पहलू में ईमानदारी का पालन करना चाहिए, क्योंकि सत्य की ही जीत होती है। अंततः, ईमानदारी कोई बोझ नहीं, बल्कि जीवन को सरल और सार्थक बनाने का मार्ग है। यदि हम छोटे-छोटे निर्णयों में भी ईमानदारी को स्थान दें—जैसे समय की पाबंदी, सही कार्य करना, दूसरों के अधिकारों का सम्मान—तो धीरे-धीरे यह आदत हमारे व्यक्तित्व का हिस्सा बन जाती है। एक ईमानदार व्यक्ति न केवल स्वयं का भविष्य उज्ज्वल करता है, बल्कि समाज और राष्ट्र के निर्माण में भी सकारात्मक योगदान देता है।

निष्कर्षतः, ईमानदारी वह दीपक है जो अंधकार में भी सही मार्ग दिखाता है। इसे अपनाकर हम न केवल बेहतर इंसान बन सकते हैं बल्कि एक बेहतर समाज की नींव भी रख सकते हैं।



**नारायण**  
**नारायण**  
आज का विचार

**नारायण शास्त्र के अनुसार हम जो देते हैं  
वही हमारे पास लौट कर आता है।  
इसलिए अपने संपर्क में आने वाले हर  
व्यक्ति के साथ वही व्यवहार करें जो आप  
चाहते हैं कि दूसरे आपके साथ करें। ऐसा  
करने से आप भी खुश और आपके संपर्क  
में आने वाला हर व्यक्ति भी खुश।**

-रजदीदी

॥नारायण नारायण॥



## ज्ञान मँजूषा

॥ ५ ॥

ज्ञान मँजूषा के इस अंक में हम राज दीदी द्वारा अपनी इच्छाओं को पूरा करने की विभिन्न विधियों को बता रहे हैं:-

हमारा व्यवहार हमारा स्वभाव जीवन में आने वाले आशीर्वादों को रोक देता है। आप लोग यदि इस बात पर विश्वास करते हैं कि हर माता-पिता अपने बच्चों को सर्वोत्तम देते हैं तो आपको इस बात पर भी विश्वास करना होगा कि वह परमपिता परमात्मा जो सर्व समर्थ है, उसने भी हमारा जीवन आशीर्वादों से, चमत्कारों से तथा कृपा से लबालब भर रखा है। लेकिन हमारा स्वभाव और व्यवहार जीवन में आने वाले आशीर्वादों को, हमारी ओर प्रवाह होती कृपा को, झोली में आते हुए चमत्कारों को रोक देता है। हम जाने-अंजाने ऐसा कुछ कर जाते हैं कि हमें यह समझ नहीं आता कि हमने जो किया वह गलत है, और तो और हम दूसरों से भी गलत करवाते हैं। इसके बाद आप लोग सवाल करते हैं कि हम इतनी प्रार्थना करते हैं उसके बावजूद भी वह हमारी सुनता क्यों नहीं है। जब आपका ईगो एक्टिवेट होता है तो आपको ऐसा लगता है कि हर बात आपके मुताबिक ही होनी चाहिए।

राज दीदी ने कहा कि आप लोग हर बात में दूसरों को पूछते हैं क्या? हर बात दूसरों को बताते हैं क्या? जब आप लोग खुद नहीं करते हो तो दूसरों से कैसे उम्मीद कर सकते हो। आप लोग छोटी-छोटी बातों का इश्यू बना कर कहते हैं कि मेरी भी कोई सेल्फ रिस्पेक्ट है। आप लोगों को यह नहीं पता होता है कि यह आपका ईगो है। जिनके भीतर स्वाभिमान होता है, वे ना तो खुद के भीतर हलचल होने देते हैं और ना ही दूसरों को कहते हैं कि मुझे क्यों नहीं बताया, मुझसे क्यों नहीं पूछा।

अच्छा दें अच्छा पायें राज दीदी ने आगे कहा कि फेमस मंदिरों के दर्शन के लिए बहुत भीड़ होती है, पट खुलते ही भारी तादाद में लोगों का झुंड मंदिर के भीतर प्रवेश करता है। वैसे ही जब कोई चीज आपके प्रतिकूल होती है और आपका ईगो ट्रिगर होता है तो नकारात्मक विचारों का झुंड एक के बाद एक आपके मस्तिष्क में प्रवेश करने की कोशिश करता है। इसके बाद आप मुंह से जो भी बोलेंगे उसमें असहयोग का भाव रहेगा। जैसे ही आपके भीतर हलचल हुई वैसे ही सामने वाले के भीतर भी हलचल हो गई। जिसके घर शीशे के होते हैं वह दूसरों के घरों पर पत्थर नहीं फेंका करते, क्योंकि 'वाटएवर यू गिव, यू रिसीव।' अगर आपको कुछ अच्छा चाहिए तो यह ध्यान में रखिए कि यदि आप दूसरों को अच्छा दोगे तो ही आपको अच्छा मिलेगा अन्यथा नहीं मिलेगा।

**कॉन्सटेंट नेगेटिव थॉट्स विशेष को पूरा होने से रोकते हैं :-** जब मस्तिष्क में नकारात्मक विचारों की भीड़ कैपेसिटी से ज्यादा बढ़ जाती है तो उसका प्रेशर आपकी जुबान पर पड़ता है। इसका परिणाम यह होगा कि आप जो भी बोलोगे उसमें 'ना और नहीं होगा' ऐसे ही शब्दों का इस्तेमाल करोगे, तो आपकी वाणी में सहयोग का भाव नहीं रहेगा। आपके कांस्टेंट ना और नहीं शब्दों के प्रयोग से यह नेगेटिव एनर्जी जो कि बहुत स्ट्रॉन्ग है, आपके wishes पर जाकर बैठ जाती है। इस नेगेटिव एनर्जी की वजह से आपकी बॉडी अकड़ जाती है और जो इसमें से

॥ नारायण नारायण ॥

केमिकल रिलीज होते हैं उसका नेगेटिव इंपैक्ट आपके शरीर पर होता है। कभी-कभी बीपी शुगर की दवाई लेने के बावजूद भी आपका बीपी और शुगर बढ़ा हुआ ही दिखता है, इसकी वजह यह नेगेटिव ऊर्जा ही है।

**ईगो छोड़ झुकना सीखें :-** ईगो आपको हर्ट के अलावा और कुछ भी नहीं दे सकता है। जैसे नमक नमकीनता के अलावा और कुछ नहीं दे सकता है। यह पैकेज डील है जिसे आप आकर्षित करते हैं। आपको ईगो आएगा तो वो आपके पास hurt अपने साथ में लेकर ही आएगा। आपने यदि ईगो को आने से रोक दिया तो hurt आपके पास नहीं आएगा। शरीर में चोट लगती है तो उसका घाव भर जाता है लेकिन ईगो का घाव बरसों-बरसों तक जीवित रहता है। जब तक आपका शरीर सही सलामत चल रहा है तब तक ही ईगो आपके पास रहता है। चाहे आपके पास धन और बाकी चीजें भी हैं, फिर भी ईगो को अट्रैक्ट नहीं कर पाओगे क्योंकि उस धन को तो आप भोग ही नहीं पाओगे। खुद का ईगो हमें नहीं समझ में आता है लेकिन सामने वाले का ईगो एक्टिवेट हो गया है यह हमें जब समझ जाता है तो हमें यह ध्यान रखना चाहिए कि उसके छिंटे हम पर ना पड़े। आप सोचते हैं कि सामने वाला अड़ रहा है तो मैं भी अड़ुंगी। अड़ने में ताकत नहीं चाहिए, झुकने में ताकत चाहिए। यदि कोई व्यक्ति अड़ा हुआ है तो उस वक्त आपको विनम्र रहना चाहिए क्योंकि प्रकृति हर चीज का इशारा करती है। सामने वाले के ईगो को शांत करने का एक ही तरीका है, आप उनसे कह दीजिए कि आई एम वेरी वेरी सॉरी। जब तक सामने वाला शांत नहीं होता तब तक हमें उसे सॉरी बोलते रहना है। कई बार हम लोग कहते हैं कि 'हमें टेकन फॉर ग्रांटेड' लिया जा रहा है। लेकिन टेकन फॉर ग्रांटेड जैसा कोई शब्द है ही नहीं, हमारे ईगो ने बनाया है इसे। हम अपने बच्चों को भी तो कहते हैं ना कि यदि तू जरा सा झुक जाता तो क्या होता। जो चीज हम अपने बच्चों को सिखाते हैं वह हम अपने जीवन में भी अप्लाई कर लें तो कितना अच्छा होगा। हमारा भी कल्याण हो जाएगा और हमें देख देखकर हमारे बच्चों का भी कल्याण हो जाएगा। राज दीदी ने आगे कहा कि आप घमंड किस चीज पर करते हैं? जो चीज भी आपके जीवन में दूसरों की तुलना में अतिरिक्त है। चाहे अच्छा घर हो, चाहे रूप-रंग हो, चाहे एक्टिवनेस हो, चाहे कोई वस्तु हो, गाड़ी हो, बंगला हो। जिन चीजों पर भी आप गर्व करते हैं, इसका असर आपकी चाल और वाणी में दिखाई देने लगता है। जिस चीज पर आपने गर्व किया वह चीज आपके पास धीरे-धीरे कम होती चली जाती है। जो लोग नियमित रूप से ब्रह्म मुहूर्त की प्रार्थनाओं से जुड़े हुए हैं उन सभी लोगों ने ऐसे एक्सपिरिअंस बहुत बार सुन लिए हैं। गर्व किया वही चीज उसके हाथ से चली गई।

**माता पिता का आदर करें :-** राज दीदी ने आगे कहा कि मैंने हाल ही में कुमार विश्वास का एक वीडियो देखा, उसमें उन्होंने कहा कि मेरे पिताजी ८४ साल के हैं, अभी भी जब उनका फोन आता है तो मैं मेरी सीट से खड़ा होकर आदर पूर्वक उनसे बात करता हूं, इसका अर्थ यह नहीं है कि मैं उनसे डरता हूं। उन्होंने कहा कि मैं ऐसा इसलिए करता हूं कि मेरे बच्चे मुझे देख रहे हैं कि मैं किस तरीके से अपने माता-पिता से व्यवहार करता हूं। यदि मैं यह चाहता हूं कि मेरे बच्चे भी मुझसे अच्छे से व्यवहार करें तो मुझे उन्हें यह एक्शंस के द्वारा बताना होगा,

मुंह से बोल-बोल कर कोई नहीं सीख पाएगा । राज दीदी ने आगे कहा, नारायण कहते हैं कि कोई भी आरती, कोई भी चालीसा, कोई भी पाठ हो सभी में मेरा गुणगान किया हुआ है । तुम भी मेरा गुणगान करते हो, तुम जो मेरा गुणगान करते हो उसे मुझ तक पहुंचाने के लिए ताकत चाहिए, फोर्स चाहिए क्योंकि तुम नीचे रहती हो और मैं ऊपर रहता हूं । तुम्हारे भीतर सहनशक्ति हो, संतुष्टता हो, पवित्रता हो, अच्छाई, भलाई, करुणा हो । यह फोर्स चाहिए, यह गुण चाहिए तब जाकर तुम मेरा जो गुणगान करती हो वह मुझ तक पहुंचेगा । नारायण कहते हैं कि मेरा गुणगान करने के बजाय तुम अपने माता-पिता का गुणगान करो, जिसने तुम्हें यह जीवन दिया और आज इस अवस्था तक पहुंचा दिया । परिवार के जो दूसरे सदस्य हैं जिनके भीतर जो भी गुण हैं उनके गुणों की तुम कदर करो, उनका गुणगान करो । माता-पिता के पास कभी थोड़ी देर बैठो, जरा सा उन्हें पूछ लो कि कैसे हो, कुछ चाहिए क्या ? वह गदगद हो जाते हैं । जब उनके होठों पर मुस्कान हो, आंखें भीगी भीगी हों और आवाज भर्राई हुई सी हो तो गदगद अवस्था होती है । तुम्हारे किसी कार्य से यदि तुम्हारे माता-पिता खुश होकर गदगद होते हैं तो तुम्हारी घंटियों की आवाज मुझ तक पहुंच जाती है । मंदिर के पास बैठकर मेरा गुणगान करने से अधिक फलदाई है तुम्हारे इर्द गिर्द जो मेरी रचना है उनके गुणों का गान करो, उनके चेहरे पर मुस्कान लाओ । जब उनके चेहरे पर मुस्कान आती है मेरी घंटियां बजने लगती हैं । अन्यथा नारायण कहते हैं कि मैं जब किसी को घंटी बजाते सुनता हूं तो मैं विजिट पर रहता हूं ।

राज दीदी ने आगे कहा, नारायण कहते हैं कि तुम कहती हो कि 'नारायण मैं आपके नजदीक बैठकर आपकी सेवा करना चाहती हूं, भोग लगाना चाहती हूं।' तुम जो मंदिर के सामने भोग धरते हो पता नहीं वह मुझ तक पहुंचता है कि नहीं पहुंचता पर यदि घर के भीतर माता-पिता हैं, बड़े बुजुर्ग हैं यदि तुमने उनके समय पर उनकी पसंद का भोजन करा दिया और भोजन करने के बाद उनके चेहरे को ध्यान से देखना यदि तुम्हें वहां पर संतोष नजर आया तो यह समझ लेना कि तुम्हारा लगाया हुआ ५६ भोग मुझ तक पहुंच गया और मैंने पा लिया ।

**ईश्वर की कृपा की अनुभूति करें :-** राज दीदी ने आगे कहा कि हमें एक और चीज ध्यान रखनी होगी कि जब जीवन में सब कुछ अच्छे तरीके से चल रहा हो और हमारे मुख से कदम-कदम पर निकलता है कि ईश्वर की बहुत कृपा है, तो विपरीत परिस्थितियों में भी उसकी कृपा की अनुभूति करने की शुरुआत कर दीजिए । ना ही मैं मेरे भीतर हलचल लाऊंगा ना ही किसी और के भीतर क्योंकि मैंने यूनिवर्स में शांति और सहयोग डिपॉजिट कर रखा है । सिर्फ पैसा ही डिपॉजिट नहीं होता है, आपकी हर चीज ब्रह्मांड में डिपॉजिट होती है और समय रहते आप तक पहुंच जाती है । आप withdraw करो या ना करो, वह अपने आप, आप तक पहुंचा देता है । हलचल डिपॉजिट है तो हलचल और शांति डिपॉजिट है तो शांति । आपने जो भी डिपॉजिट किया है वह आपको अवश्य ही मिलेगा । घर के सदस्यों को समय पर भोजन करा दिया वह सेवा मुझ तक पहुंचती है बजाय तुम भोग को

मंदिर में रखती हो। तुमने क्यों उस आधी घंटा, १ घंटा की साधना के पीछे मन में भाव रखा है जबकि तुम्हें २४ घंटे की सेवा हाथों से और वाणी से दे रखी है ताकि तुम निरंतर मेरे संपर्क में रहो। विचारों के माध्यम से, वाणी के माध्यम से, कर्मों के माध्यम से।

आत्मविश्वास, विल पावर, साहस, प्रेजेंस ऑफ माइंड और सही समय पर सही निर्णय लेने की क्षमता बढ़ायें :- श्रीमती लक्ष्मी लिखती है, हम में से कई सारे लोग ऐसे हैं जो नियमित रूप से एक्सरसाइज करते हैं। नियम के पक्के हैं कि एक घंटा एक्सरसाइज करना है तो करना ही है। रेग्युलर एक्सरसाइज करने के बावजूद भी किसी-किसी दिन उनके मन में यह भाव आता है कि आज एक्सरसाइज करने का मन नहीं है, आज नहीं करते हैं। लक्ष्मी कहती है कि यह हमारे मन के कमजोर क्षण होते हैं। मन की अवस्था ऐसी है कि प्रतिपल प्रतिक्षण, दिन प्रतिदिन बदलते ही रहता है। यदि इस मन को हम एक सही दिशा दे दें तो यही मन हमें जीवन के कमजोर क्षणों में मजबूती प्रदान करता है। श्रीमती लक्ष्मी एग्जांपल देते हुए कहती है कि महान अमेरिकन चैंपियन बॉक्सर मोहम्मद अली लिखते हैं कि ट्रेनिंग का एक पल मुझे नापसंद था लेकिन मैं मेरे मन से कहता था कि अभी मेहनत कर लो और आजीवन चैंपियन बने रहो। मोहम्मद अली आगे लिखते हैं कि कई बार ट्रेनिंग कंटीन्यू रखना मेरे लिए बहुत मुश्किल होता था, लगता था कि ट्रेनिंग छोड़कर भाग जाऊं लेकिन अपने विल पावर को जमा करके मैं अपने मन से कहता था कि अभी मेहनत कर लो और आजीवन चैंपियन बने रहो।

श्रीमती लक्ष्मी आगे लिखती है कि हम सभी के भीतर दो तरह के दिमाग चलते हैं। एक वह जो हमें कमजोरी प्रदान करता है और एक वह जो हमें मजबूती प्रदान करता है। एक हमें रोकता है और एक हमें पुश करता है। रोकने वाला दिमाग हमें कहता है कि एक दिन एक्सरसाइज नहीं करेंगे तो कोई फर्क नहीं पड़ेगा। पुश करने वाला दिमाग हमें कहता है कि कैसे छोड़ोगे एक्सरसाइज, एक दिन भी भोजन छोड़ते हो क्या तो एक्सरसाइज भी नहीं छोड़ सकते। श्रीमती लक्ष्मी लिखती है कि यदि हमें स्वस्थ रहना है तो हमें हमारे तन को ट्रेन करने के साथ-साथ हमारे मन को भी ट्रेन करना होगा। रेग्युलर एक्सरसाइज न सिर्फ आपके तन को स्वस्थ रखेगी बल्कि मन को भी मजबूती प्रदान करेगी। रोकने वाला मन तो रोकेगा ही लेकिन यदि आपको स्वस्थ रहना है तो रोकने वाले मन को रोक देना होगा।

श्रीमती लक्ष्मी ने एक एग्जांपल देते हुए कहा, समझो आपका मन हुआ कि कल से एक्सरसाइज करते हैं, आपने अलार्म सेट कर दिया। अलार्म बजते ही आपने अलार्म बंद कर दिया और रजाई ओढ़ कर वापस सो गए। होना यह चाहिए था कि आप अलार्म सुनते ही झट से खड़े हो गए। जीवन में यदि कुछ पाना है तो कुछ चीजों को आपको छोड़ना होगा। एक्सरसाइज करनी है तो नींद को छोड़ना होगा, यदि ऊर्जा से भरपूर रहना चाहते हैं तो जंक फूड छोड़ना होगा, यदि स्वस्थ रहना चाहते हैं तो आपको अपने विल पावर से उस मन को रोकना होगा जो आपको

एक्सरसाइज करने से रोकता है। जैसे मोहम्मद अली ने कहा ना कि मेरा भी प्रेक्टिस करने का मन नहीं करता था लेकिन अपने विल पावर से मैं अपने मन को कहता था कि आज मेहनत कर लो और आजीवन चैंपियन कहलाओ।

श्रीमती लक्ष्मी लिखती है, हम में से सबको यह अच्छे से पता है कि रेगुलर एक्सरसाइज के क्या-क्या बेनिफिट्स हैं और यह भी निश्चित है कि हम सब एक्सरसाइज करना भी चाहते हैं लेकिन दो एक्सक्यूज हैं - एक तो टाइम नहीं मिल पाता, दूसरा यह कि मन तो बहुत करता है कि हम एक्सरसाइज करें लेकिन हमसे होती ही नहीं है। दूसरे काम याद आ जाते हैं और एक्सरसाइज छूट जाती है।

श्रीमती लक्ष्मी लिखती है कि आपको घंटो एक्सरसाइज करने के लिए नहीं कहा जा रहा है, केवल १० मिनट जो कि आपके व्यस्त जीवन में से आसानी से निकाले जा सकते हैं, सिर्फ व्हाट्सएप देखना छोड़ दीजिए। सिर्फ व्हाट्सएप देखना छोड़ते ही आपको आपके जीवन में एबंडेंस में समय मिलेगा। एक टीवी सीरियल मिस करोगे ना तो आराम से समय मिल जाएगा। ५ मिनट से एक्सरसाइज करना शुरू कीजिए, जैसे-जैसे आपको अच्छा लगेगा वैसे-वैसे एक्सरसाइज का टाइम बढ़ता चला जाएगा।

ध्यान रखिए कि जैसे ही आपकी एक्सरसाइज बढ़ेगी वैसे ही आपके भीतर आत्मविश्वास, विल पावर, साहस, प्रेजेंस औफ माइंड और सही समय पर सही निर्णय लेने की क्षमता बढ़ती चली जाएगी।

**सकारात्मक शब्दों का प्रयोग:-** नारायण कहते हैं कि १ घंटे के मंत्र जाप से जो फल तुम्हें मिलेगा उससे कई गुना अधिक फलदाई होगा यदि तुमने अपने शब्दों के माध्यम से एक व्यक्ति के मन को ठंडक पहुंचा दी। तुम घंटे भर मंत्र जाप करती हो और उसके बाद चीखना, चिल्लाना ताने मारना यह सब करती हो तो यह मंत्र मुझ तक कैसे पहुंचेगा। मंत्र जाप से कई अधिक शक्तिशाली है तुम्हारे मुख से निकले हुए शब्द।

**आप चुने गए हैं :-** जैसे ही आपने कहा कि ईश्वर की बहुत कृपा है, शरीर स्वस्थ है, जो भी संसाधन मिला है वह ईश्वर की कृपा से ही मिला है, तो इसमें बढ़ोतरी होती चली जाती है। जितना आप झुक कर आभार प्रकट करते जाएंगे उतना ही आपके जीवन में बरकत बढ़ोतरी का साइज बढ़ता चला जाएगा। आपके भीतर जो भी ईगो है उसे छोड़कर आगे बढ़ना है, विनम्रता साथ में लेकर जाना है, झुकना सीखना है। इस वाक्य को यही भूल जाइए कि 'मुझे टेकन फॉर ग्रांटेड लिया जाता है।' मैं सबका करती हूँ इसलिए मुझे ही सुनना पड़ता है और मुझे ही करना पड़ता है, ऐसी धारणा मत बनाइए। यू आर एलिजिबल, आपको चुना है उसने करने के लिए। जब तक वह चुनता है तब तक आपकी हेल्थ को भी वह सही रखता है ताकि आप वह काम करते रहें। ध्यान रहे कि जिस दिन आप अड़ते हैं तो सबसे पहले आपकी हेल्थ पर असर पड़ता है।

**विजुलाइजेश :-** आंखें बंद कर लीजिए और यह कल्पना कीजिए कि आज आपका सी ए का रिजल्ट डिक्लेयर होने वाला है। ११:०० बजे का समय है और ११ बज चुके हैं। आपने अपना लैपटॉप ओपन किया, जरूरी जानकारी उसमें फीड की, अपना रोल नंबर उसमें फीड किया और सामने स्क्रीन पर आपका फैंटास्टिक रिजल्ट दिखाई दे रहा है कि आप पास हो गए हैं, क्लियर हो गए हैं। ज्यों ही आपने आपका रिजल्ट देखा आप उछल पड़े 'यूरेका.!' आपकी आवाज सुनकर आपकी मां दौड़ी दौड़ी आई, पिताजी भागे भागे आए, परिवार के सदस्य आए। आप उछल रहे हैं - मैं पास हो गया, मैं पास हो गया। मां का हाथ जोड़कर भगवान को धन्यवाद करना, पिताजी का फोन हाथ में लेकर सभी परिवार के सदस्यों को समाचार देना, पूरा उत्साह भरा वातावरण। आप भी बेहद एक्साइटेड हैं। अब आप अपना नतीजा जान चुके हैं तो आप इसमें लगे हैं कि मेरे उस मित्र का क्या नतीजा है, उसका क्या है, उसका क्या है, उसको कितना मिला, पास हुआ कि नहीं। आप उसमें व्यस्त हो गए हैं। इस पूरी पिच्चर को आपको कम से कम ६० सेकंड तक देखना है। मुस्कुराते हुए, गहरी सांस लेकर आंखें खोल लीजिए। राज दीदी ने आगे कहा, शास्त्रों में इस बात को बहुत अधिक महत्व दिया गया है, अंडरलाइन किया गया है, बारंबार इस पर फोकस किया गया है। आप यह नियम बना लीजिए कि दिन में कितनी बार आपको यह सीन देखना है। सुबह आपकी नींद खुली, बिस्तर से उठने के पहले ही अभी जो सीन आपने देखा उस सीन पर आपको फोकस करना है और यही सीन आपको कम से कम १ मिनट तक देखना है। ब्रेकफास्ट के पहले, लंच के पहले, पढ़ने के पहले और रात को आप जब बिस्तर पर सोने जाते हैं तब इस सीन को फिर से विजुलाइज कर लीजिए। इससे आपके भीतर पॉजिटिविटी का निर्माण होगा और आपका कॉन्सन्ट्रेशन पावर बढ़ेगा, आपका पढ़ने में इंटरैस्ट जगेगा। जब भी आप पढ़ने बैठते हैं, दो-तीन चीजें आपको खास ध्यान रखनी हैं ताकि आप आपके रिजल्ट के साथ पूरे पैकेज को आकर्षित कर सकें।

राज दीदी ने आगे कहा, हम शास्त्रों की बात आप तक पहुंचा रहे हैं। तीन बार आपको गहरी सांस लेनी है, जो सीन आपने विजुलाइज किया उसके बाद आपको पुस्तक खोल के पढ़ने बैठना है। जो चैप्टर निकल रहे हैं, जो बुक खोल रहे हैं उसके बाबत पहले ही कह दीजिए कि यह बहुत आसान है, बहुत इंटरैस्टिंग है, मैं जो पढ़ने जा रहा हूँ मुझे बेहद आसानी से याद होता जा रहा है और आगे भी मुझे याद रहेगा। बार-बार एफर्मेशंस देने हैं। नारायण शास्त्र कहता है कि जो आप सोचते हैं, बारंबार जो आप कहते हैं वही आप बनते जाते हैं, वही चीज आपके सामने प्रकट होने लगती है। पढ़ाई के दौरान जो जो प्रश्नों का उत्तर आपको लगता है कि मुझे बाय हार्ट हो गया है, उस प्रश्न को देखकर जरूर उससे कहिए कि मुझे पता है कि तू क्यों मुझे बाय हार्ट हुआ, क्योंकि फाइनल एजाम में आने वाला है, यह निश्चित है। कंटिन्यू यह मैसेज कन्वे कीजिए कि क्यों मुझे याद हुआ, यह मुझे इतने अच्छे से याद आ रहा है क्योंकि यह फाइनल एजाम्स में आने वाला है। आप जितना उसे मैसेज देंगे, फाइनल एजामिनेशन में आपको वह सामने मिल जाएगा। यह मैसेज कन्वे करना है कि वहां से मैं यहां पहुंच गया।

**स्वयं को पॉजिटिविटी से भरें :-** राज दीदी ने आगे कहा कि आपके भीतर जितनी अधिक पॉजिटिविटी होगी आप उतना अधिक आगे बढ़ेंगे। उसके लिए आपको एक काम और करना होगा कि अपने आप को यह एहसास दिलाएं कि मैं एक महत्वपूर्ण व्यक्ति हूं, वी.आई.पी पर्सन हूं, जिसे ईश्वर ने किसी खास मकसद से इस पृथ्वी पर भेजा है। पूरी पॉजिटिविटी के साथ अपने आप को कहें कि मैं एक महत्वपूर्ण व्यक्ति हूं, जिसे ईश्वर ने किसी खास मकसद से इस पृथ्वी पर भेजा है ताकि आपकी पॉजिटिविटी और बढ़े। जितनी पॉजिटिविटी बढ़ेगी, उतना ही आपका पावर बढ़ेगा और वह शक्तियां उतना ही आपके साथ कार्य करती रहेंगी।

**फोकस करें :-** एक अंतिम बिंदु है, इसे आप नोट कर लीजिए। यह राज दीदी ने सत्र की शुरुआत करते हुए कहा कि यदि मेरे मन में कोई विचार आया है तो इट इज इक्विवेलेंट टू मेरे जन्म कुंडली में लिखा होना। यह निश्चित है कि मेरी सी ए की डिग्री, मेरा विजिटिंग कार्ड गोल्डन ट्रे में रेडी है, मेहनत करना है और जाकर लेकर आना है। इस बात पर हमें कैसे फोकस करना है इसके बारे में दीदी ने विस्तार से बताया।

आपकी लाइफ में मिरेकल उत्पन्न करता है, चमत्कार लाता है। इस क्षण से मैं हर दिखाई देने वाली और संपर्क में आने वाली वस्तु, घटनाएं, व्यक्ति इनके बारे में जानबूझकर अच्छा ही सोचूंगा, अच्छा ही बोलूंगा और आशावादी रवैया ही अपनाऊंगा।

राज दीदी ने आगे कहा, आपके सामने भोजन आया, दाल में स्वाद नहीं है पर आपने नियम लिया है कि आज मुझे जानबूझकर अच्छा ही बोलना है। दाल ठीक है, टेस्टी है, ऐसा ही बोलना है। दही है, सब्जी है, चटनी है, दाल भी बढ़िया है। ऐसा करने से आपकी पॉजिटिविटी इंटैक्ट रहेगी। कोई और पॉइंट छूटे तो चलेगा लेकिन आपको इस पर फोकस करना जरूरी है कि कोई घटना आपके विपरीत घटी, इसमें भी कुछ बढ़िया ही होने वाला है, भगवान कुछ अच्छा ही करने वाले हैं। कोई व्यक्ति सामने से आ रहा है, आपका वह मित्र आपको बिल्कुल भी पसंद नहीं है, वह ऐसा है, वैसा है यह नहीं बोलना है। उसकी जो खासियत है उसके बारे में बोलो कि यह बहुत पर्टिकुलर है, रेगुलर जिम जाता है, जल्दी उठता है, या उसके बाल अच्छे हैं या कपड़े पहनने का तरीका अच्छा है, कुछ तो अच्छाई उसमें होगी ही। आपको बस उसी अच्छाई पर फोकस करना है ताकि आप पॉजिटिविटी से लबालब रहें और आपके भीतर कंसंट्रेशन पावर इंटैक्ट रहे।

ईमानदारी का सच्चा अर्थ केवल झूठ न बोलना ही नहीं है; यह शब्दों, कार्यों और इरादों में सच्चाई, निष्पक्षता, सत्यनिष्ठा और प्रामाणिकता का प्रदर्शन करते हुए स्वयं और दूसरों के प्रति सच्चा रहना, गहरा विश्वास, खुले संबंध और व्यक्तिगत प्रामाणिकता को बढ़ावा देना है। इसमें कठिन परिस्थितियों में भी, अपने कहे, किए और महसूस किए गए हर पहलू को वास्तविकता के अनुरूप रखना शामिल है, जिसके लिए संवेदनशीलता, साहस और आत्म-जागरूकता की आवश्यकता होती है।

नीचे ईमानदारी के कुछ मूल पहलू दिए गए हैं। हमें आत्मनिरीक्षण करने की आवश्यकता है कि हम पूर्ण ईमानदारी का पालन करते हैं या आंशिक ईमानदारी का।

**सच्चाई :** तथ्यों के आधार पर बोलना और कार्य करना, तोड़-मरोड़, छल या दूसरों को गुमराह करने से बचना।

**सत्यनिष्ठा :** मजबूत नैतिक सिद्धांतों का पालन करना और आचरण में ईमानदार रहना, भले ही कोई देख रहा हो या नहीं।

**प्रामाणिकता :** दिखावा किए बिना, आप कौन हैं, आप क्या महसूस करते हैं और आपको क्या चाहिए, इसके बारे में वास्तविक और सच्चे होना।

**पारदर्शिता :** महत्वपूर्ण जानकारी को खुलकर साझा करना और अपने व्यवहार में स्पष्ट होना।

**निष्पक्षता :** अपने आचरण और व्यवहार में स्पष्ट और न्यायसंगत होना।

**ईमानदारी के लाभ-**

**दूसरों के साथ:** ईमानदारी विश्वास पैदा करती है, रिश्तों को मजबूत बनाती है, सम्मान को बढ़ावा देती है और अपनी कमजोरियों को खुलकर व्यक्त करने और अपनी जरूरतों को बताने के माध्यम से वास्तविक जुड़ाव का मार्ग प्रशस्त करती है।

**स्वयं के साथ:** इसमें आत्म-जागरूकता, अपने वास्तविक स्वरूप को स्वीकार करना और अपने कार्यों को अपने मूल्यों के अनुरूप ढालना शामिल है, जो आंतरिक शक्ति और आत्मविश्वास का निर्माण करता है।

**शब्दों से परे:** यह आपके इरादों और कार्यों की ईमानदारी के बारे में भी है, यह सुनिश्चित करना कि वे आपके शब्दों से मेल खाते हों और किसी छिपे हुए मकसद या पाखंड से प्रेरित न हों।

संक्षेप में, ईमानदारी एक मूलभूत गुण है जो स्वस्थ मानवीय संबंधों और व्यक्तिगत विकास को संभव बनाता है, जिसके लिए सत्य बोलने का साहस और करुणा और सत्यनिष्ठा के साथ ऐसा करने की बुद्धिमत्ता दोनों की आवश्यकता होती है।

उपरोक्त सभी लाभों के बावजूद, लोग हर समय ईमानदारी का पालन नहीं करते हैं। समाज में ईमानदारी को व्यापक रूप से महत्व दिया जाता है, लेकिन यह कोई जन्मजात जैविक प्रवृत्ति नहीं है; बल्कि, यह एक सचेत चुनाव और एक अनुशासन है जिस पर व्यक्तियों को सक्रिय रूप से काम करना चाहिए।

सवाल उठता है - लोग हमेशा ईमानदार क्यों नहीं होते?

**सामाजिक सुविधा:** लोग अक्सर टकराव से बचने, दूसरों की भावनाओं की रक्षा करने या सामाजिक सद्भाव बनाए रखने के लिए झूठ बोलते हैं या जानकारी छिपाते हैं।

**परिणामों का डर:** सच बोलने से कभी-कभी हमारी इच्छाएं, अवसर या रिश्ते खतरे में पड़ सकते हैं, जिससे लोग अपनी इच्छा पूरी करने या नकारात्मक परिणामों से बचने के लिए सच को तोड़-मरोड़ कर पेश करते हैं।

**आत्म-धोखा और औचित्य:** व्यक्ति अक्सर आत्मसम्मान की रक्षा करने या अपने कार्यों या परिस्थितियों के बारे में असहज सच्चाइयों का सामना करने से बचने के लिए खुद को धोखा देने और अपने व्यवहार को तर्कसंगत ठहराने में माहिर होते हैं।

**आदत और आसानी:** झूठ बोलना एक आदत बन सकता है, जो छोटे-छोटे झूठों से शुरू होकर समय के साथ बढ़ती जाती है। कभी-कभी, बेईमान होना सबसे आसान रास्ता होता है।

**कौशल की कमी:** ईमानदारी के साथ सहानुभूति और संवाद कौशल का होना आवश्यक है।

निष्कर्ष यह है कि ईमानदारी का मतलब कठोर या निर्दयी होना नहीं है, बल्कि इसके अलावा यह सबसे अनमोल गुण है जो जीवन की यात्रा में आपको बहुत आगे ले जाता है।



**नारायण  
नारायण**

**आज का विचार**

**प्रकृति कॉन्फेशन के माध्यम से बारंबार ये संदेश दे रही है कि गर्व करना, ईगो रखना हमेशा नकारात्मकता को आकर्षित करता है। अपनी काबलियत पर गर्व किया, अभी तक सेटल नहीं हो पाए। दूसरों की चर्चा की कि वे अशिक्षित है, कैसे मैनेज करेंगे, वे सेटल हो गए। यदि कृपा का भाव रखते, सांत्वना का भाव रखते, मदद का भाव रखते, खुद भी अच्छे से सेटल होते और सामने वाला भी अच्छा रहता।**

**-राजदीदी**





ईमानदारी से भरोसा और चरित्र बनता है। गांधीजी हमेशा मानते थे कि सच ही सबसे बड़ी ताकत है।

गांधीजी की ऑटोबायोग्राफी, 'सत्य न प्रयोगों' (सच के साथ मेरे एक्सपेरिमेंट की कहानी) से एक हिस्सा।

'मेरे चाचा को सिगरेट पीने की आदत थी। जब भी हम उन्हें सिगरेट पीते देखते थे, तो मेरा भाई और मैं भी सिगरेट ट्राई करना चाहते थे। लेकिन, हमारे पास सिगरेट खरीदने के लिए पैसे नहीं थे, इसलिए हमने चाचा की बची हुई सिगरेट के टुकड़े चुराना शुरू कर दिया।

लेकिन हमें हमेशा सिगरेट के टुकड़े नहीं मिलते थे और वैसे भी उनसे ज़्यादा धुआँ नहीं निकलता था। इसलिए, हम नौकरों को दिए गए पैसे में से दो-चार सेंट चुराकर कुछ सिगरेट खरीद लेते थे। लेकिन, सवाल यह था कि हम उन्हें कहाँ छिपाएँ? हम जानते थे कि बड़ों के सामने सिगरेट पीना बेइज़्जती है। फिर भी, हम कुछ हफ़्तों तक ऐसे ही करते रहे। इस बीच, हमने सुना कि एक खास पौधे (मैं उसका नाम भूल गया हूँ) के तने सिगरेट की तरह जलते हैं और नौकरों से सिगरेट खरीदने के लिए पैसे चुराना आसान भी नहीं था।

मैं सिगरेट के टुकड़े और नौकर की पॉकेट मनी चुराने की गलती को सिगरेट पीने से कहीं ज़्यादा खतरनाक मानता हूँ। इसके अलावा, मैंने एक और चोरी की। मैं बारह से तेरह साल का या उससे भी छोटा रहा होऊँगा, जब मैंने यह गलती की। सिगरेट पीने की।

मैं करीब पंद्रह साल का था जब मैंने चोरी का यह दूसरा जुर्म किया था। यह चोरी मेरे भाई के बाजूबंद से सोने का एक टुकड़ा थी। उसे लगभग पच्चीस रुपये का छोटा सा कर्ज़ चुकाना था। हम दोनों सोच रहे थे कि यह कर्ज़ कैसे चुकाएं। मेरे भाई ने सोने का बाजूबंद पहना हुआ था। उसमें से एक तोला (११.६६५) का एक छोटा सा टुकड़ा काटना मुश्किल नहीं था। हमने कंगन काटा, सोने का वह टुकड़ा बेचा और कर्ज़ चुका दिया।

लेकिन बाद में यह बात मेरे लिए बर्दाश्त से बाहर हो गई। मैंने ठान लिया कि मैं फिर कभी चोरी नहीं करूँगा। मुझे लगा कि मुझे अपने पिता के सामने यह सब कुछ कबूल कर लेना चाहिए। मैं यह बात उगलने की हिम्मत नहीं करूँगा। मुझे इस बात का डर नहीं था कि पिता मुझे पीटेंगे। मुझे इस बात की ज़्यादा चिंता थी कि वो बहुत हर्ट हो जायेंगे . क्या होगा अगर हर्ट में वह दीवार से अपना सिर मार लें? हालांकि इस बेईमानी से बरी होने के लिए, उसे स्वीकारना ज़रूरी था, भले ही इसके लिए वह रिस्क उठाना पड़े।

आखिरकार, मैंने एक चिट्ठी में सब कुछ स्वीकार करने और माफ़ी मांगने का फैसला किया। मैंने चिट्ठी लिखी और अपने पिता को दे दी। मैंने अपने हर गुनाह का खुलासा किया। मैंने उनसे प्यार से रिक्वेस्ट की कि वे परेशान न हों और कसम खाई कि दोबारा ऐसी गलती नहीं करूँगा।

मैंने कांपते हाथों से वह नोट अपने पिता के हाथों में रख दिया। मैं उनके लकड़ी के बिस्तर के सामने बैठ गया। उस समय वे बिस्तर पर थे। उन्होंने नोट पढ़ा। उनकीउनकी आँखों से आंसू बह निकले। नोट गीला हो गया। उन्होंने एक पल के लिए अपनी आंखें बंद कीं और फिर नोट साइड रख लिया। वे पढ़ने के लिए बैठे थे और

अब फिर से लेट गए।

मैं भी रोया। मैं उनका दर्द समझ सकता था। उनके सच्चे प्यार के आंसुओं से मैं बहुत इमोशनल हो गया था। जिसने ऐसा प्यार महसूस किया हो, वही जान सकता है कि यह क्या होता है।

मुझे उम्मीद थी कि मेरे पिता मुझसे गुस्सा होंगे, मुझे डांटेंगे या अपना सिर भी पीटेंगे। मेरा मानना ?? है कि इस ईमानदारी से किए गए कबूलनामे की वजह से उन्हें बहुत शांति मिली। मेरे पिता को मुझ पर भरोसा हो गया और मेरी ईमानदारी की वजह से उनके मन में मेरे लिए दया और बढ़ गई।

बच्चों, ईमानदारी एक ऐसी खूबी है जो हम सभी को अपने हर सेल में होनी चाहिए। बेईमानी से कुछ देर के लिए पैसा, शोहरत, पावर मिल सकती है, लेकिन इसके साथ ही यह ज़िंदगी की सारी नेगेटिविटी भी लाती है। ईमानदारी प्यार, सम्मान, देखभाल, तारीफ़, नाम, शोहरत, पैसा और जैकपॉट के साथ आती है।

एक रेडियंट स्टार ने एक बार बताया कि उसे २ मार्क्स ज़्यादा मिले थे। रिपोर्ट करने का मतलब होता कि वह वे २ मार्क्स से हाथ धो बैठती और एकरैंक नीचे चली जाती। थिड़ होने के नाते उसने तय किया प्दहोह रे पू ज्दत्म्ह वह अपनी क्लास टीचर के पास गई और बताया कि २ मार्क्स ज़्यादा दिए गए हैं। टीचर ने प्रिंसिपल से बात की जिन्होंने बच्चे को २ ग्रेस मार्क्स दिए और बच्चे की पोजीशन वैसी ही रही।

ईमानदारी हमेशा पहचान के साथ जैकपॉट लाती है।

## नारायण नारायण

आज का विचार



**जीवन में आई चुनौतियों का सामना सकारात्मकता से करें। याद रखिए जो होता है अच्छा ही होता है। हर कार्य को १००% दें और पूर्ण समर्पित होकर करें और फिर देखिए आपका जीवन कहां से कहां जाता है।**

राजदीदी

०६ फरवरी



सतयुग के इस अंक में हम सत्संगियों द्वारा किए गए कॉन्फेशन और दीदी द्वारा बताए गए सुझावों पर उन सत्संगियों ने अमल करके अपने जीवन में जो चमत्कार और परिवर्तन पाये उनको पाठकों के साथ शेयर करते हैं ताकि जो लाभ उनको मिला वो पाठकों को भी मिले। प्रस्तुत हैं ऐसे ही कुछ कॉन्फेशन और उनके परिणाम ?

**पैसे देने से मना किया :-** बड़ी दीदी की डिलीवरी के लिए मैं उनके घर गई थी। तब मेरे जीजाजी दीदी से बहुत झगड़ा करते थे, नारायण शब्द बोलते थे उन्हें मारते थे। मैं भी पलट कर बोल दिया करती थी। मेरी दीदी उनको पैसे देती थीं, मैंने कहा कि आप पैसे देती हो इसलिए उनके भाव बढ़े हुए हैं। मैंने उनका पैसे देना बंद करवा दिया।

परिणाम यह हुआ कि जो संपत्ति मेरी माँ ने मेरे नाम की थी घर बनाने के लिए, वह कुछ सालों में मुझसे लड़ झगड़ कर अपने पोते के लिए वापस ले ली।

### अनैतिक संबंध:-

१) मेरे कई वर्षों तक अनैतिक संबंध रहे हैं जिसका भुगतान मैं आज तक तन मन धन संबंधों की अस्वस्थता से चुका रही हूँ।

मुझे अपने ऊपर ईगो था, परिणाम -शरीर नारायण नारायण हुआ। यहाँ तक कि मेरी बेटी भी किसी नारायण नारायण संबंध में पड़ गई थी। आपसे जुड़ कर समृद्धि लौटी है, बेटी सही राह पर चल रही है। आपका आशीर्वाद दें।

**रानी से नौकरानी :-** मैं अनैतिक समबन्धों में चौदह वर्षों तक थी, उसका परिणाम मैं आज तक भुगत रही हूँ। सासु माँ इस दुनिया में नहीं हैं, पति का लिवर ट्रांसप्लांट हुआ है। मैं रानी से नौकरानी बन गयी हूँ, मुझे क्षमा दिलवाएं। बिज़नेस से कोई पैसा नहीं आता, कमाती हूँ पर घर के कामों में खर्च हो जाता है। बाजार से कर्जा उठाया हुआ है। पहले मैं रानियों की तरह रहती थी परन्तु अब सब बदल गया है। मैं अपने किये पर बहुत पछता रही हूँ। मैं ३०,००० रूपए महीने के कमाती हूँ परन्तु कुछ नहीं बचता है। कृपया मुझे क्षमा दिलवाएं। मैं ससुर जी और घर में सभी से प्रेम से बात करती हूँ। मैं अपने लिए कुछ भी नहीं रखती हूँ। पूरे समर्पण के भाव से काम करती हूँ।

**ब्लॉक करने के फायदे :** जब से मैंने उसे ब्लॉक किया है, मैं लोगों को ब्लेस्स करती हूँ। मैं बहुत सदाचार से रहती हूँ। रिएक्शन की बजाय, रिस्पांस देती हूँ। हेल्पर्स को एक्स्ट्रा पेमेंट करती हूँ। लोगों को भी सतसंग से जोड़ने की कोशिश करती हूँ।

**सास ससुर की अलमारी से चोरी :-** मैं अपने सास ससुर की अलमारी में से पैसे चुराती थी, अब

परिणामवश मेरा बेटा भी हमारे पर्स से पैसे चुराता है और ऑनलाइन गेमिंग में पैसे लगाता है , मुझे मेरे कर्मों की सज़ा मिल रही है, मुझे क्षमा दिलवाएं दीदी।

**ग़लत विचार वाणी व्यवहार का परिणाम :-** एक सतसंगी है बहुत कड़क स्वभाव की। उनकी उम्र ७० वर्ष की है। विवाह हो के जब से आयीं हैं , तब से वाणी कड़वी , हर किसी को अपनी वाणी से हर्ट किया है उन्होंने। अब परिणाम यह है कि अचानक यह स्थिति है कि उनका गर्दन नीचे की तरफ झुक गई , टेस्ट करवाए तो पता चला कि दिमाग में पानी भर गया है। डॉक्टर उनका इलाज भी नहीं कर पा रहे हैं , अब उन्हें दस दिन तक लेटे रहने की सलाह दी है ताकि पानी थोड़ा स्थिर हो जाये , तब ही इलाज संभव है। उनकी ओर से उनके लिए क्षमा मांगते हैं।

**अहंकार का परिणाम :-** मुझे अपने आप पर अहंकार हो गया था , जिसके कारण यह कहती थी कि सब काम करने का ठेका मेरा ही है क्या ? मम्मी पापा बहन भाई सभी को नीचा दिखाती थी। आज मेरा स्वास्थ्य नारायण हेल्प है , मानसिक रूप से अस्वस्थ हूँ। मेरे भाई का जॉब पांच साल से नहीं है। मुझे पर ७०-७५ लाख का बैंक लोन हो गया है। मुझे नारायण भवन में क्षमा दिलवाये। मैं अब सकारात्मक शब्दों का ही प्रयोग करूँगी।

**सत्संग को जीवन में उतारा :-** मैंने एक ऑनलाइन वर्क के लिए फॉर्म भरा था और मुझे वह जॉब मिल गया। जब काम करने लगी तब पता चला कि गलत रिज्यु दे कर गूगल पर पोस्ट करना था। मैं जब पोस्ट करने लगी तब आपकी याद आ गयी, आपने कहा था कि कोई भी ऐसा काम नहीं करना है जो कि झूठ के द्वारा किया गया हो, उसका पैसा फलता नहीं है बल्कि दुःख दरिद्रता लाता है। मैंने पोस्ट नहीं किया , सही राह पर चलाने के लिए दीदी आपका और नारायण का बहुत बहुत धन्यवाद।



**॥ नारायण नारायण ॥**  
**आज का विचार**

गुलाब का फूल अपनी खुशबू से चारों ओर को महकाता है। वैसे ही हमें भी अपने भीतर प्रेम, करुणा, आदर सम्मान की तरंगों को सक्रिय रखना चाहिए ताकि दूसरे भी इसका लाभ ले सकें। जब हम प्रेम बाँटते हैं, मुस्कान बाँटते हैं और सहयोग का हाथ बढ़ाते हैं, तो हम अपने और दूसरों के जीवन में प्रकाश और खुशी फैलाते हैं। यही असली सेवा और सत्संग है, जो हमें और दुनिया को ऊँचाई की ओर ले जाता है।

०७ फरवरी - राज दीदी




## राजा हरीश चंद्र

राजा हरिश्चंद्र का नाम लेते ही ईमानदारी का सर्वोच्च उदाहरण सामने आता है। वे केवल सच बोलने वाले राजा नहीं थे। वे अपने वचन, कर्तव्य और धर्म के प्रति पूरी तरह ईमानदार थे।

एक दिन ऋषि विश्वामित्र ने उनकी परीक्षा लेने का निश्चय किया। उन्होंने दान में पूरा राज्य माँग लिया। राजा ने बिना हिचक राज्य त्याग दिया। लेकिन परीक्षा यहीं समाप्त नहीं हुई। ऋषि ने दक्षिणा भी माँगी। दक्षिणा चुकाने के लिए राजा को अपनी पत्नी और पुत्र को बेच देना पड़ा और स्वयं श्मशान में काम करना पड़ा।

समय ने सबसे कठिन मोड़ लिया जब उनकी पत्नी अपने मृत पुत्र का अंतिम संस्कार करने आई। नियम के अनुसार शुल्क देना आवश्यक था। एक पिता का हृदय टूट रहा था पर एक कर्मनिष्ठ सेवक और ईमानदार व्यक्ति नियम नहीं तोड़ सकता था। उन्होंने शुल्क माँगा।

यही वह क्षण था जहाँ उनकी ईमानदारी ने मानवीय पीड़ा की पराकाष्ठा छू ली। अंततः देवता प्रकट हुए। परीक्षा समाप्त हुई। परिवार जीवित हुआ और हरिश्चंद्र की ईमानदारी अमर हो गई।

**सीख:** ईमानदारी का असली मूल्य तब समझ आता है जब वह सुविधा नहीं, त्याग माँगती है।

## ईमानदारी का पथ

स्कूल का वार्षिक खेल दिवस था और सभी बच्चे बड़ी दौड़ के लिए इकट्ठे हुए थे। जीतने वाले को मेडल मिलेगा और उसका नाम स्कूल की वॉल ऑफ़ फ़ेम पर लिखा जाएगा।

पहली दौड़ लड़कों की ८०० मीटर की थी। सीटी बजते ही सभी बच्चे अपनी पूरी ताकत से दौड़ने लगे। विवेक पूरी मेहनत से दौड़ रहा था, जबकि राघव ने, किसी भी कीमत पर जीतने के लिए, एक बच्चे को धक्का देकर शॉर्टकट ले लिया।

राघव पहले फिनिश लाइन पर पहुँचा और गर्व से हाथ ऊपर उठाकर बोला, 'मैं जीता!' उसने चिल्लाया।

टीचर पुरस्कार देने के लिए आगे बढ़ीं। लेकिन इससे पहले कि वह मेडल दें, अन्य बच्चों ने कहा, 'राघव ने धोखा दिया! उसने मुझे धक्का दिया।' वह पूरा रास्ता नहीं दौड़ा, दूसरे ने कहा।

टीचर ने राघव की तरफ देखा, 'क्या यह सच है?' राघव ने सिर झुका लिया। उसे पता था कि उसने गलत किया। फिर उन्होंने विवेक की तरफ देखा। वह थका हुआ था, घुटने पर मिट्टी लगी थी, लेकिन उसने ईमानदारी से पूरा दौड़ पूरा किया था।

टीचर मुस्कुराई और बोलीं, 'बच्चों, याद रखना जो हमारे शास्त्र कहते हैं: सत्यमेव जयते, नानृतं जिसका मतलब है: केवल सत्य ही जीतता है, झूठ नहीं। बेईमानी से जीत कोई जीत नहीं होती।'

उन्होंने मेडल विवेक को दिया और राघव के कंधे पर हाथ रखकर कहा, 'जीत स्वादिष्ट होती है, लेकिन केवल तब जब वह ईमानदारी से कमाई जाए। झूठ एक पल के लिए चमकता है, लेकिन ईमानदारी हमेशा चमकती है।'

राघव ने आँखों से आँसू पोंछते हुए कहा, 'मैं कभी धोखा नहीं दूँगा। आज से मैं ईमानदार रहूँगा।'

सभी बच्चों ने तालियाँ बजाईं, क्योंकि उस दिन उन्होंने भी सीख लिया कि अंत में सत्य ही हमेशा जीतता है।

## रामायण महाभारत से ईमानदारी के वृत्तांत

### रामायण

अयोध्या में उत्सव का वातावरण था। राम का राज्याभिषेक होने वाला था। तभी कैकेयी ने दशरथ से अपने पुराने वचन की याद दिलाई, राम को १४ वर्ष का वनवास।

राम जानते थे कि यह अन्याय है। वे चाहते तो विरोध कर सकते थे। पर उनके लिए पिता के वचन की मर्यादा सर्वोपरि थी। उन्होंने बिना शिकायत वनवास स्वीकार किया। वन में उन्होंने हर परिस्थिति का सामना शांत मन से किया। न सत्ता का मोह, न शिकायत। यही कर्तव्य के प्रति ईमानदारी थी। अपने धर्म से विचलित न होना।

**सीख:** ईमानदारी केवल दूसरों के प्रति नहीं, अपने मूल्यों के प्रति निष्ठा है।

### महाभारत

पांडवों में सबसे बड़े युधिष्ठिर को धर्मराज कहा जाता था क्योंकि उनके लिए ईमानदारी केवल व्यवहार नहीं जीवन का नियम थी।

वनवास के दौरान एक घटना हुई। उनके भाई एक झील से पानी पीते ही बेहोश हो गए। एक अदृश्य यक्ष ने चेतावनी दी थी कि पहले प्रश्नों का उत्तर देना होगा। युधिष्ठिर पहुँचे। उन्होंने धैर्य और ईमानदारी से हर प्रश्न का उत्तर दिया। जब यक्ष ने पूछा 'तुम किस भाई को जीवित करना चाहोगे?' वे चाहते तो शक्तिशाली भीम या अर्जुन को चुन सकते थे। लेकिन उन्होंने नकुल को चुना ताकि दोनों माताओं के एक-एक पुत्र जीवित रहें। यह निर्णय न्याय और ईमानदारी का था, न कि स्वार्थ का। यक्ष प्रसन्न हुआ और सभी भाई जीवित हो गए।

**सीख:** ईमानदारी का मतलब है निर्णय लेते समय न्याय को स्वार्थ से ऊपर रखना।

॥५॥

## Pavaan Vani

Dear Narayan Premiyo,



॥ Narayan Narayan ॥

Honesty is one of the human qualities that strengthens a person from within. Honesty is not just about lying, but about standing by the truth, even when no one is watching, no one is judging you, even if you are harmed. The belief- being right in your own eyes, the spirit of standing by the truth, is honesty. Walking on the path of truth is not easy, but it is this path that brings true respect and self-satisfaction.

Honesty means not only not lying, but also being truthful in thought, word, and deeds. When you do this, you are honest. When you are honest, the doors to happiness, peace, health, prosperity, progress, progress, and success open easily in your life, and you become worthy of respect and honour. Honesty is a promise made to yourself.

Once, a woman came to Mahatma Gandhi with her child and said, "Bapuji, he eats too much jaggery. Please tell him not to eat it." Gandhiji told the woman, "Come back after fifteen days, and I will advise your son not to eat jaggery."

When the woman returned after fifteen days, Gandhiji told her son, "Son, eating too much jaggery is not good for your health, so you should stop eating it. I also don't eat jaggery." With this, Gandhiji blessed the boy and asked him to leave.

The woman said to Gandhiji, "Bapuji, you could have told him this simple thing that day itself. Why did you call us 15 days later?"

Gandhiji replied, "Ben, I was also a jaggery eater until that day, so how could I advise your son not to eat jaggery?" In 15 days, I developed the habit of not eating jaggery, and today, I am able to advise your son not to eat it. This was Gandhi Ji's manner of being honest.

R. Modi

॥नारायण नारायण॥

## CO-EDITOR

Deepti Shukla 09869076902

## EDITORIAL TEAM

Vidya Shastry 09821327562

Mona Rauka 09821502064

### Main Office

Narayan Bhawan

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

### Editorial Office

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

### Regional Office

AHMEDABAD	JAIWINI SHAH	9712945552
AKOLA	SHOBHA AGRAWAL	9423102461
AKOLA	RIYA AGARWAL	9075322783
AMRAVATI	TARULATA AGRAWAL	9422855590
AURANGABAD	MADHURI DHANUKA	7040666999
BANGALORE	KANISHKA PODDAR	7045724921
BANGALORE	SHUBHANGI AGRAWAL	9341402211
BASTI	POONAM GADIA	9839582411
BIHAR	POONAM DUDHANI	9431160611
BHILWADA	REKHA CHOUDHARY	8947036241
BHOPAL	RENU GATTANI	9826377979
CHENNAI	NIRMALA CHOUDHARY	9380111170
DELHI (NOIDA)	TARUN CHANDAK	9560338327
DELHI (NOIDA)	MEGHA GUPTA	9968696600
DELHI (W)	RENU VIJ	9899277422
DHULIA	RENU BHATWAL	878571680
GONDIYA	POOJA AGRAWAL	9326811588
GAUHATI	SARLA LAHOTI	9435042637
HYDERABAD	SNEHALATA KEDIA	9247819681
INDORE	DHANSHREE SHIRALKAR	9324799502
JALANA	VARSHA AGRAWAL	9822009200
JALGAON	KALA AGARWAL	9325038277
JAIPUR	PREETI SHARMA	9461046537
JAIPUR	SUNITA SHARMA	8949357310
JHUNJHNU	PUSHPA DEVI TIBEREWAL	9694966254
ICHAKARANJ	JAY PRAKASH GOENKA	9422043578
KOLHAPUR	RADHIKA KUMTHEKAR	9518980632
KOLKATTA	SWETA KEDIA	9831543533
KANPUR	NEELAM AGARWAL	9956359597
LATUR	JYOTI BHUTADA	9657656991
MALEGAON	REKHA GARODIA	9595659042
MALEGAON	AARTI CHOUDHARY	9673519641
MORBI	KALPANA CHOUARDIA	8469927279
NAGPUR	SUDHA AGRAWAL	9373101818
NANDED	CHANDA KABRA	9422415436
NAWALGARH	MAMTA SINGRODIA	9460844144
NASIK	SUNITA AGARWAL	9892344435
PUNE	ABHA CHOUDHARY	9373161261
PATNA	ARBIND KUMAR	9422126725
PURULIYA	MRIDU RATHI	9434012619
PARATWADA	RAKHI MANISH AGRAWAL	9763263911
RAIPUR	ADITI AGRAWAL	7898588999
RANCHI	ANAND CHOUDHARY	9431115477
SURAT	RANJANA AGARWAL	9328199171
Sangli	Hema Mantri	9403571677
SIKAR (RAJASTHAN)	SUSHMA AGRAWAL	9320066700
SHRI GANGANAGAR	MADHU TRIVEDI	9468881560
SATARA	NEELAM KDAM	9923557133
SHOLAPUR	SUVARNA BALDEVA	9561414443
SILIGURI	AKANKSHA MUNDHRA	9564025556
TATA NAGAR	UMA ARAWAL	9642556770
ROURKELA	UMA ARAWAL	9776890000
UDAIPUR	GUNWATI GOYAL	9223563020
HUBLI	PALLAVI MALANI	9901382572
VARANASI	ANITA BHALOTIA	9918388543
VIJAYWADA	KIRAN JHAWAR	9703933740
WARDHA	RUPA SINGHANIA	9833538222
VISHAKAPATTNAM	MANJU GUPTA	9848936660
YAVATMAL	VANDANA SUCHAK	9325218899
<b>INTERNATIONAL CENTRE NAME AND NUMBER</b>		
AUSTRALIA	RANJANA MODI	61470045681
DUBAI	VIMLA PODDAR	+971528371106
KATHMANDU	RICHA KEDIA	+977985-1132261
SINGAPORE	POOJA GUPTA	+6591454445
SHRJAH-UAE	SHILPA MANJARE	+971501752655
BANGKOK	GAYATRI AGARWAL	+66952479920
VIRATNAGAR	MANJU AGARWAL	+977980-2792005
VIRATNAGAR	VANDANA GOYAL	+977984-2377821

## Editorial

Dear Readers,

### II Narayan Narayan II

Raj Didi is committed to inculcate royal values within us every day, during Brahma Muhurta. One of these values is honesty. Didi's efforts are bearing fruit. This was confirmed at Narayan Bhawan that day. A member of Narayan Bhawan's sales team deposited 500 less while giving account. When the account was counted, it was discovered that 500 rupees are less. The assistant immediately remarked, "I think this payment is due on me. Since I am responsible for this, I will make the payment from my own pocket."

It wasn't about the 500 rupees; it was about taking responsibility and living up to the ideals of honesty.

Recognizing her honesty, she wasn't charged, so she demonstrated her honesty by donating the amount to the Bhawan's kitchen seva and immediately correcting her personnel account. A heartfelt salute to this pinnacle of honesty. It is worth mentioning that these sevikas serve honorary and work with dedication. It is only with the spirit of service and are not given any monetary rewards.

You must have already understood that this month's issue is about honesty.

With best wishes, may you always follow the path of honesty.

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](mailto:narayanreikisatsangparivar@narayanreiki)

<sup>©</sup> Publisher **Narayan Reiki Satsang Parivar,**  
Printer - **Shrirang Printers Pvt. Ltd.,** Mumbai.  
Call : 022-67847777

|| Narayan Narayan ||

॥ॐ॥

## Call of Satyug

Honesty is that standard of a person's character, which impacts their thoughts, behaviour, and decisions. It's not just about telling the truth; the courage to accept right as right and wrong as wrong, is also a form of honesty.

Honesty is the best policy

We've heard this saying since childhood. Honesty isn't just about external behaviour, but also about inner morality. When a person follows the truth without fear or greed, they do justice to themselves.

Honesty is a life value that reveals the truest form of humanity because it is a quality that brings self-satisfaction, trust, respect, progress, and strengthens strong relationships.

Honesty isn't just about speaking the truth. It's the decisions we make when no one is watching. It's the inner voice that says, "The right thing is, what keeps the mind calm." The foundation of society rests on honesty. The honest conduct of parents in the family shapes children's values. Honesty in education keeps knowledge pure. Honesty in business and administration fosters transparency and trust. When honesty weakens in a society, corruption, injustice, and chaos flourish. Therefore, honesty is not just a personal virtue, but also a social necessity. Nowadays, it is often argued that "honesty doesn't work." This notion is not only wrong but also dangerous. The truth is that honest work, though slow, is sustainable and lasting. History bears witness that individuals and organizations that have made honesty their core principle have achieved long-term success.

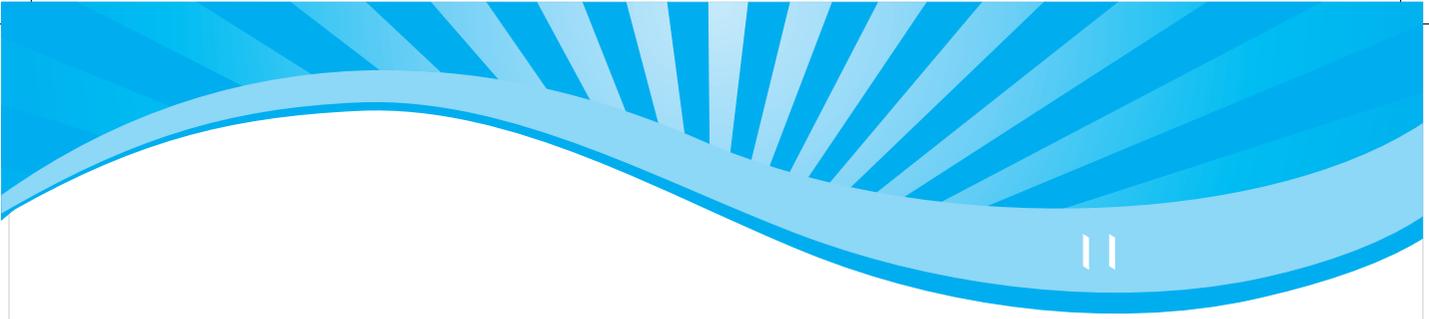
In today's fast-paced world, success is often associated with shortcuts. But the truth is that honesty is the foundation on which trust is built, and trust sustains relationships, work, and society.

An honest person doesn't always choose the easy path; they choose the right path. And this choice shapes their character. Honesty not only earns us respect, but also self-respect, which is greater than any external achievement.

Being honest sometimes feels difficult because truth and convenience often don't go together. Still, choosing honesty is an act of courage.

When we are honest in our work, relationships, and responsibilities, we build an invisible bridge of trust. People trust us, and this trust becomes our identity.

॥नारायण नारायण॥



Honesty teaches us that victory lies not only in results, but in intentions. Even defeat can be honourable if it is met with honesty. Honesty is not for the outside world, but first and foremost for our inner selves. When we are honest, our minds are at ease. We don't need to hide or prove anything. Honesty simplifies life. It teaches us that self-respect is greater than any immediate gain. And when the mind is calm, every challenge in life seems easy. Honesty is a mirror in which one can see oneself without fear. It is not a shortcut to success, but a permanent path. Those who choose honesty, though late, win for sure.

Being honest isn't always easy. Sometimes it seems like a little compromise will get the job done faster. But every small compromise leaves a slight uneasiness within. On the contrary, honesty, even though it takes time, keeps the mind stable. It gives self-respect, which is far more valuable than any external achievement. The most beautiful aspect of honesty is that it strengthens a person from within. An honest person doesn't need any pretence or false excuses. Their self-confidence is based on their truth. This quality continuously improves and by abiding with it anyone can become a better person.

The greatest benefit of honesty is that it builds trust. And trust is an asset that money can't buy. When people know you're truthful in your words and actions, your personality automatically strengthens. This trust deepens relationships and gives stability to work.

The inspiring thing is that honesty isn't an innate quality; it develops from small, everyday decisions. Working on time, admitting mistakes, and respecting the rights of others are the true forms of honesty.

Ultimately, honesty not only makes us good people, it also makes us fearless from within. When there's nothing to hide, self-confidence naturally grows. This confidence empowers us to face every challenge in life.

Remember, there are many ways to influence the world, but there's only one way to make yourself proud: "honesty."

Because ultimately, victory is always for those who don't compromise their values. Many great leaders, like Mahatma Gandhi and Abraham Lincoln, followed the path of honesty and became role models for the world. Lying may bring

॥ॐ॥

temporary benefits, but ultimately, it only leads to trouble. Therefore, we must practice honesty in every aspect of life, because truth always prevails. Ultimately, honesty is not a burden, but a path to make life simple and meaningful. If we incorporate honesty into even small decisions—such as punctuality, doing the right thing, and respecting the rights of others—this habit gradually becomes a part of our personality. An honest person not only brightens his own future but also contributes positively to the development of society and the nation.

In conclusion, honesty is a lamp that shows the right path even in darkness. By adopting it, we can not only become better people but also lay the foundation for a better society.



**NARAYAN  
NARAYAN**

Thought of the day

**According to Narayan Shastra,  
whatever we give comes back to  
us. Therefore, treat everyone you  
come in contact with the way you  
want others to treat you. By  
doing this, you will be happy and  
everyone you come in contact  
with, will also be happy.**

-Raj Didi



॥नारायण नारायण॥



## Wisdom Box (Glimpses of Satsang)

॥ ॐ ॥

In this issue of Wisdom Box, Raj Didi shares various insights for fulfilling our desires:

**Our behaviour and nature block blessings from coming into our lives.** If you believe that every parent gives their children the best, then you must also believe that the Almighty has filled our lives with blessings, miracles, and grace. But our nature and behaviour block blessings from flowing into our lives, the grace flowing toward us, and the miracles that come our way. We knowingly or unknowingly do things that we don't understand are wrong, and we even make others do wrong. After this, you question why God doesn't listen to us despite our so much prayer. When your ego is activated, you feel that everything should be according to your wishes.

Raj Didi said, "Do you ask others about everything? Do you tell others everything?" When you don't do it yourself, how can you expect anything from others? You make an issue out of small things and say, "I have self-respect." You don't realize that this is your ego. Those with self-respect neither allow themselves to be disturbed nor do they ask others, "Why didn't you tell me?" or "Why didn't you ask me?"

**Give good and get good.** Raj Didi further explained that famous temples are crowded with visitors; as soon as the doors open, a huge crowd of people enters the temple. Similarly, when something adverse happens to you and your ego is triggered, a swarm of negative thoughts tries to enter your mind one after another. Whatever you say will then be accompanied by a sense of dissent. As soon as you are disturbed, the other person is also disturbed. People with glass houses don't throw stones at others, because "whatever you give, you receive." If you want something good, keep in mind that you will receive it only if you give good to others, otherwise you won't.

**Constant Negative Thoughts Prevent Desires from Fulfilling:** When the multitude of negative thoughts in your mind exceeds its capacity, their pressure exerts pressure on your tongue. As a result, you'll use words like "no" and "it won't happen" in everything you say, leaving your speech lacking in cooperation. Constantly using "no" and "no" words, this negative energy, which is very strong,

॥ नारायण नारायण ॥



॥ ॐ ॥

settles on your desires. This negative energy causes your body to become stiff, and the chemicals released from it have a negative impact on your body. Sometimes, despite taking medication for blood pressure and sugar, your blood pressure and sugar levels remain elevated; this negative impact on health is the result of this negative energy.

**Learn to let go of your ego and surrender:** Ego can cause you nothing but hurt, just as salt can cause you nothing but saltiness. It's a package deal that you attract. If you develop ego, it will bring hurt with it. If you prevent ego from coming, hurt won't come to you. When your body is injured, the wound heals, but the wound of ego lingers for years. Ego remains with you only as long as your body is healthy. Even if you have wealth and other things, you won't be able to enjoy the wealth if you don't have good health. We don't understand our own ego, but when we understand that the other person's ego has been activated, we must ensure that its splashes don't fall on us. You think that if the other person is stubborn, I will also be stubborn. It doesn't take strength to be stubborn; it takes strength to yield. If someone is stubborn, you should remain humble at that time, because nature indicates everything. There's only one way to calm the other person's ego: tell them, "I'm very, very sorry." We have to keep saying sorry until they calm down. Sometimes we say, "We're being taken for granted." But there's no such word as "taken for granted," our ego has created it. We even tell our children, "What if you had just given up a little?" It would be so great if we could apply what we teach our children to our own lives. It would be beneficial for us, and by watching us, our children would be benefited as well. Raj Didi continued, "What are you proud of?" Anything that's extra in your life compared to others; Whether it's a nice house, your looks, your activity, your possessions, a car, a bungalow. Whatever you're proud of, it reflects in your behaviour and speech." The thing you were proud of gradually diminishes with you. Those who are regularly involved in Brahma Muhurta prayers have heard such experiences many times. The thing that one was proud of, lost it.

**Respect your parents:** Raj Didi further said that she recently saw a video of Kumar Vishwas, in which he said that his father is 84 years old. Even now, when he calls, he

॥ नारायण नारायण ॥

stands up from his seat and speaks to him respectfully. This does not mean that he is afraid of him. He said that he does this because his children are watching how he treats his parents. If he wants his children to treat him well, he must show them this through actions; no one will learn this by mere words. Raj Didi further said, "Narayan says that every aarti, every chalisa, every paath (text) praises me. You too sing my praises. To convey your praises to me requires strength and force, because you reside below, and I reside above. You must have within you the strength, contentment, purity, goodness, kindness, and compassion." You need this strength, these qualities, only then will your praises reach me. Narayana says that instead of praising me, praise your parents, who gave you this life and brought you to this state today. Appreciate the qualities of other family members, whatever qualities they possess. Sit with your parents for a while, ask them how they are, do they need anything? They become overwhelmed. When there is a smile on their lips, moist eyes, and a choked voice, it is a state of joy. If your parents are happy and overwhelmed by something you do, the sound of your bells reaches me. More fruitful than sitting near a temple and singing my praises is to sing the virtues of those around you who are my creations, to bring a smile to their faces. When a smile appears on their faces, bells start ringing. Otherwise, Narayana says that when I hear someone ringing the bell, I'm on a visit.

Raj Didi continued, Narayan says, "You say, 'Narayan, I want to sit near you and serve you, I want to offer you food.'" I don't know if the offerings you place in front of the temple reach me, but if you have your parents or elders at home, and you serve them their favourite food on time, and after eating, look carefully at their faces. If you see satisfaction, then understand that the 56 offerings you made have reached me, and I have received them.

**Experience God's Grace:** Raj Didi further said that we must keep one more thing in mind: when everything in life is going well and we say at every step that God is very kind, then begin to experience His grace even in adverse circumstances. I will not cause any disturbance within myself or anyone else, because I have deposited peace and support in the universe. It's not just money that gets deposited; everything you own is deposited in the universe and reaches you in time. Whether you withdraw or not, it automatically reaches you. If there's a deposit of turmoil,

॥नारायण नारायण॥



॥ ॐ ॥

there's a deposit of turmoil, and if there's a deposit of peace, there's peace. Whatever you've deposited, you'll receive it. Feeding your family members on time, that service reaches me, instead of keeping the food in the temple. Why do you have any intention of doing that half-hour or one-hour meditation, when you've been given 24 hours of service with your hands and words, so that you can constantly stay in touch with me. Through thoughts, words, and actions.

**Improving self-confidence, willpower, courage, presence of mind, and the ability to make the right decisions at the right time:** Mrs. Lakshmi writes, "Many of us exercise regularly. They are strict about the rule that if you want to exercise for an hour, you have to do it." Despite regular exercise, sometimes they feel like they don't feel like exercising today. Lakshmi says these are the weak moments of our mind. The state of mind is such that it keeps changing every moment, every day. If we give this mind the right direction, it provides strength in life's weak moments. Mrs. Lakshmi gives an example, saying that the great American champion boxer Muhammad Ali wrote, "I disliked a moment of training, but I told my mind to work hard now and remain a champion for life." Muhammad Ali further writes that sometimes it was very difficult for me to continue training. I felt like abandoning training, but by gathering my willpower, I told my mind to work hard now and remain a champion for life.

Mrs. Lakshmi further writes that we all have two types of minds: one that weakens us and one that strengthens us. One that stops us, and the other that pushes us. The restraining mind tells us that if we skip exercise for a day, it won't make any difference. The pushing mind tells us, "How can we skip exercise? Will you skip meals for even a day, similarly, can't skip exercise either." Mrs. Lakshmi writes that if we want to stay healthy, we must train our minds in addition to our bodies. Regular exercise will not only keep your body healthy but also strengthen your mind. The mind will certainly resist, but if you want to stay healthy, you must control the mind.

Mrs. Lakshmi gives an example, saying, "Suppose you feel like exercising tomorrow, and you set an alarm. As soon as the alarm goes off, you turn it off, cover yourself with the blanket, and go back to sleep. What should have happened is that

you got up immediately upon hearing the alarm. If you want to achieve something in life, you must give up certain things. If you want to exercise, you must give up sleep; if you want to remain energetic, you have to give up junk food; if you want to stay healthy, you have to use your willpower to stop the mind that prevents you from exercising. Like Muhammad Ali said, “I too didn’t feel like practicing, but with my willpower, I told my mind to work hard today and be called a champion for life.” Mrs. Lakshmi writes, “We’re all well aware of the benefits of regular exercise, and it’s also certain that we all want to exercise, but there are two excuses: first, we don’t find the time. Second, we really want to exercise but we just can’t. We remember other things, and we skip the exercise.”

Mrs. Lakshmi writes, “You’re not being asked to exercise for hours, just 10 minutes, which can easily be found in your busy life. Just stop checking WhatsApp. By simply stopping WhatsApp, you’ll find abundant time in your life. You’ll miss a TV serial, but you’ll easily find time. Start exercising for 5 minutes. As you enjoy it, increase the time.

Keep in mind that as your exercise increases, your confidence, willpower, courage, presence of mind, and ability to make the right decisions at the right time will also increase.” Use positive words: Narayana says that the benefits you get from chanting mantras for an hour will be many times greater if you soothe a person’s mind through your words. If you chant mantras for an hour and then resort to screaming, shouting, and taunting, how will this mantra reach me? The words that come out of your mouth are far more powerful than chanting mantras.

**You are chosen:** As soon as you say that God has blessed you greatly, that your body is healthy, and that whatever resources you have are due to God’s grace, they will continue to increase. The more you bow down and express gratitude, the greater the blessings in your life will increase. Let go of any ego within you and move forward, carrying humility with you, and learning to bow down. Forget the phrase “I am taken for granted.” Don’t form the notion that “I do everything for everyone,” and therefore, I must listen and do everything. You are worthy; He has chosen you to do this. If **He chooses you**, He will ensure your health so that you can continue to do that work. Remember, the day you become stubborn, your health is the first to be affected.



॥ॐ॥

**Visualize:** Close your eyes and imagine your CA result is about to be announced today. You open your laptop, enter the necessary information, enter your roll number, and your fantastic result appears on the screen, declaring that you've passed, that you've cleared. As soon as you see your result, you jump with a cry of "Eureka!" Hearing your voice, your mother comes running, your father comes running, and family members come running. You're jumping with joy—I passed, I passed. Your mother folds her hands and thanks God, your father takes the phone and informs all the family members—the whole atmosphere is filled with excitement. You're also incredibly excited. Now that you know your result, you're preoccupied with what your friend's result is—what's his, what's his, how much did he get, did he pass or not? You're engrossed in that. You must watch this entire picture for at least 60 seconds. Smiling, take a deep breath and open your eyes. Raj Didi continued, "This has been given great importance in the scriptures, underlined, and focused on repeatedly. Make a rule about how many times you should visualize this scene a day. As soon as you wake up in the morning, before getting out of bed, focus on the scene you just saw and watch it for at least one minute. Visualize this scene again before breakfast, before lunch, before studying, and at night when you go to bed. This will build positivity within you, increase your concentration power, and awaken your interest in studying. Whenever you sit down to study, you must pay special attention to two or three things so that you can attract the full package along with your results."

Raj Didi continued, "We are bringing the message of the scriptures to you. You must take three deep breaths. After visualizing the scene, open the book and sit down to study." Regarding the chapters you're reading or the books you're opening, say in advance that this is very easy, very interesting. I'm remembering what I'm about to read very easily, and I'll remember it in the future as well. Repeat affirmations. Narayan Shastra states that you become what you think, what you repeatedly say, and that's what begins to manifest. While studying, if you find yourself feeling overwhelmed by the answers to any questions, look at them and say, "I know why I was overwhelmed, because it's definitely going to come up in the final exam." Continue to convey the message: "Why did I remember this so well? I remember it so well because it's going to come up in the final exam." The more you

convey this message, the more you'll find it in the final exam. Convey this message: "From there, I reached here."

**Fill yourself with positivity:** Raj Didi further said that the more positivity you have within you, the more you'll progress. For that, you need to do one more thing: make yourself realize that you are an important person, a VIP person, sent to this earth by God for a special purpose. Tell yourself with complete positivity that you are an important person, sent to this earth by God for a special purpose, so that your positivity increases. The more your positivity increases, the more your power will increase, and the more those powers will work with you.

**Focus:** There is one final point, please note this. Raj Didi started the session by saying, "If a thought comes to my mind, it is equivalent to it being written in my birth chart. It is certain that my CA degree, my visiting card, is ready on a golden tray; I just have to work hard and go and get it." Didi explained in detail how we should focus on this.

It creates miracles in your life, it brings miracles. From this moment on, I will consciously think positive, speak positive, and adopt an optimistic attitude about every object, event, and person I see and meet.

Raj Didi continued, "Food is presented to you. The dal tastes bad, but you have made a vow to consciously speak positive words today. The dal is fine, tasty, I must say so. There is yogurt, vegetables, chutney, the dal is also good." By doing this, your positivity will remain intact. It's okay to miss other points, but it's important to focus on the fact that even if something happens adversely to you, something good is going to happen. God is going to do something good. Someone is coming in front of you, your friend, you don't like him at all. Don't say he's this way or that. Speak about his special qualities: "He's very particular, he goes to the gym regularly, he wakes up early, or he has good hair, or he dresses well. There must be some good in him." You must focus on that goodness so that you remain full of positivity and your concentration power remains intact.

## Youth Desk

The true meaning of honesty goes beyond just not lying; it's about truthfulness in words, actions, and intentions, demonstrating fairness, integrity, and sincerity while being true to oneself and others, fostering deep trust, open relationships, and personal authenticity. It involves consistently aligning what you say, do, and feel with reality, even when it's difficult, requiring vulnerability, courage, and self-awareness.

Below given are some core aspects of honesty. We need to introspect whether we adhere to Total honesty or partial honesty.

**Truthfulness:** Speaking and acting factually, avoiding distortion, deceit, or misleading others.

**Integrity:** Having strong moral principles and being upright in conduct, even when no one is watching.

**Authenticity:** Being genuine and real about who you are, what you feel, and what you need, without pretence.

**Transparency:** Openly sharing important information and being clear in your dealings.

**Fairness:** Acting straightforwardly and justly in your conduct and dealings.

### Benefits of being honest-

**With others:** Honesty builds trust, strengthens relationships, promotes respect, and allows for genuine connection by being vulnerable and communicating needs openly.

**With yourself:** It involves self-awareness, accepting your true self, and aligning your actions with your values, which builds inner strength and confidence.

**Beyond words:** It's also about the honesty of your intentions and actions, ensuring they match your words and aren't driven by hidden motives or hypocrisy.

In essence, honesty is a foundational virtue that allows for healthy human connection and personal growth, requiring both courage to speak truth and the wisdom to do so with compassion and integrity.

Despite all the above benefits, people do not practice honesty all the time. Honesty is widely valued in society, but it is not an innate biological instinct; rather, it is a conscious choice and a discipline that individuals must actively work on.

The question arises - why people are not always Honest-

**Social Convenience:** People often use “white lies” or withhold information to avoid conflict, protect others’ feelings, or maintain social harmony.

**Fear of Consequences:** Telling the truth can sometimes put our desires, opportunities, or relationships at risk, leading people to bend the truth to get what they want or avoid negative outcomes.

**Self-Deception and Rationalization:** Individuals are often adept at deceiving themselves and rationalizing their behaviour to protect their self-esteem or avoid confronting uncomfortable truths about their own actions or circumstances.

**Habit and Ease:** Lying can become a habit, starting with small lies that grow over time. Sometimes, the path of least resistance is to be dishonest.

**Lack of Skill:** Honesty needs to be paired with empathy and communication skills.

To conclude, honest doesn’t mean being brutally blunt or unkind but other than that it is the most priced virtue which takes you long way in the journey of life.



**NARAYAN  
NARAYAN**

**Thought of the day**

**Nature repeatedly sends the message that pride and ego always attract negativity. You were proud of your abilities, yet you haven't settled down. You criticized others, saying they were uneducated and wouldn't be able to manage, but they have settled down successfully. If you had shown kindness, compassion, and a willingness to help, you would have settled down well yourself, and those around you would also have thrived.**

05 February

-Raj Didi



## Children's Desk

Honesty builds trust and character. Gandhiji always believed truth is the ultimate strength.

An extract from Gandhiji's autobiography, 'Satya Na Prayogo' (The story of My experiments with truth).

"My uncle had a habit of smoking. My brother and I also wanted to try it whenever we saw him making puffs of smoke. However, we didn't have money to buy cigarette, hence we started stealing my uncle's left-over cigarette butts.

But we could not always find the cigarette butts and anyway they did not give out much smoke. So, we would steal two to four cents from the money allotted to the servants to buy some cigarettes. But the question was, where should we hide them? We knew that it was disrespectful to smoke in front of elders. However, we managed to carry on like this for a few weeks. In the meantime, we heard that the stems of a certain plant (I have forgotten its name) burn like cigarettes and money from the servants to buy cigarettes was not easy to steal.

I would consider the fault of stealing the cigarette butts and servant's pocket money far more dangerous than smoking. In addition, I carried out another theft. I must have been twelve to thirteen years old or even younger, when I made this mistake of smoking cigarettes.

I was about fifteen years old when I committed this other offence of stealing. This theft was a piece of gold from my brother's armlet. He had to repay about a small debt of twenty-five rupees. Both of us were wondering how to

repay this debt. My brother was wearing a gold armlet. It was not difficult to cut off a little piece worth one tola (11.66 gm) from it. We cut the bracelet sold that piece of gold and repaid the debt.

But this matter later became intolerant for me. I resolved never to steal again. I felt I should confess everything to my father. I wouldn't dare blurt it out. I was not scared that father would beat me. I was more worried that he would be hurt, what if he bangs his head against the wall? However, in order to be cleansed of this dishonesty, it was important to confess, even if meant taking that risk.

At last, I decided to confess everything in a letter and ask for forgiveness. I wrote the letter and handed it over to my father. I disclosed every sin I had committed and asked for punishment. I humbly requested him not to be upset and vowed never to make such a mistake again.

I placed the note in my father's hands with trembling hands. I sat down in front of his wooden bed. He was bedridden at that time. He read the note. Tears rolled down. The note became wet. He closed his eyes for a moment and then tore off the note. He had sat up to read and now he lay down again.

I cried too. I could understand his pain. I was deeply moved by his tears of pure love. Only he who has experienced such love can know what it is.

I had expected my father to be angry with me, scold me or even bang his head. I believe he maintained immense peace because of this honest confession. My father felt confident about me and his compassion for me increased because of my honesty."

Children honesty is one trait we all should ensure is embedded in every cell. Dishonesty may momentarily bring money, fame, power but along with that it will bring all the negativity life has to give. Honesty comes with a positive package of love, respect, care, appreciation, name, fame, money and jackpots.

A sparkling star once shared that she was awarded 2 marks excess. Reporting would mean she would lose those 2 marks and would be one position down. Being NRSP she decided honesty was the best policy. She approached her class teacher and pointed out that 2 marks were awarded extra. The teacher took up the matter with the principal who awarded 2 grace marks to the child and the position of the child remained the same.

Honesty always brings jackpots with recognition.

**NARAYAN  
NARAYAN**



Thought of the day

**Face the challenges that come your way in life with positivity. Remember, whatever happens, happens for the best. Give 100% to every task and do it with complete dedication, and then see how far your life goes.**

-Raj Didi

06 February

॥ॐ॥

## Under The Guidance of Rajdidi

In this issue of Satyug, we share with readers the confessions made by satsangis and the radiance and transformation they experienced in their lives by following Didi's suggestions, so that readers may also experience the benefits they experienced. Here are some such confessions and their results:

**Refused to give money:** I went to my elder sister's house for her delivery. At that time, my brother-in-law would quarrel with her, calling her Narayan names and hitting her. I would retaliate. My sister used to give him money. I told her that his ego was high because she gave money. I stopped her from giving him money.

The result was that the property my mother had transferred to my name for building a house, she took it back for her grandson after a few years of fighting with me.

### **Immoral Relationships:**

1) I have had immoral relationships for many years, for which I continue to pay the price through unhealthy relationships, both physically and financially.

I had ego, and the result was a Narayan Narayan with my body.

Even my daughter was involved in a Narayan Narayan (immorall) relationship.

By associating with you, prosperity has returned, and my daughter is walking on the right path. Please bless me.

**Queen to Maid:** I was in an immoral relationship for fourteen years, and I still suffer the consequences. My mother-in-law is no longer alive, and my husband has had a liver transplant. From a queen, I have become a maid. Please forgive me. My business doesn't bring in any money; I earn some, but it's spent on household chores. I've been cut off from the market. I used to live like a queen, but now everything has changed. I deeply regret my actions. I earn 30,000 rupees a month, but I have nothing left. Please forgive me. I speak lovingly to my father-in-law and everyone at home. I keep nothing for myself. I work with complete dedication.

**Benefits of Blocking:** Ever since I blocked him, I bless people. I live a very virtuous life. Instead of reacting, I respond. I pay helpers extra. I also try to connect people with Satsang.

### **Stealing from my in-laws' cupboard:**

I used to steal money from my in-laws' cupboard. Now, as a result, my son also

॥नारायण नारायण॥

steals money from our purse and spends it on online gaming. I am being punished for my actions. Please forgive me, Didi. December 13, 2025

### **Consequence of Wrong Thoughts, Speech, and Behaviour**

There is a Satsangi with a very strict nature. She is 70 years old. Ever since she got married, her speech has been harsh, and she has hurt everyone with her words. Now, the result is that her neck has suddenly bent downwards. After getting tested, it was discovered that she has water in her brain. The doctors are unable to treat her. Now, they've advised her to lie down for ten days so that the fluids settle down, and only then will treatment be possible. We apologize on her behalf.

### **The Consequence of Ego:**

I had become arrogant about myself, which led me to say, "Do I have the sole responsibility for doing everything?" I used to belittle my parents, sisters, and brothers. Today, my health is in Narayan's hands; I am mentally unwell. My brother has been unemployed for five years. I have a bank loan of 70-75 lakh rupees. Please help me get forgiveness at Narayan Bhavan. I will now only use positive words.

### **Implementing Satsang in my life**

I filled out a form for an online job and got it. When I started working, I realized I had posted a false review on Google. When I started posting, I remembered you. You had said that one should not do any work done through lies; it does not bring money but instead brings sorrow and poverty. I did not post, but many thanks to you and Narayan for guiding me on the right path, Didi.



**॥ Narayan Narayan ॥**  
**Thought of the day**

Just as a rose flower fills the air with its fragrance. Similarly, we must activate the vibrations of love, compassion, and respect within ourselves so that others can benefit.

When we share love, smile, and extend a helping hand, we spread light and happiness in our own lives and the lives of others. This is true service and satsang, which elevates us and the world.

**07 February** - Raj Didi

॥ ॐ ॥

# Inspirational Memoirs

## King Harish Chandra

The very mention of King Harishchandra evokes the supreme example of honesty. He wasn't just a king who spoke the truth. He was completely faithful to his word, duty, and religion.

One day, the sage Vishwamitra decided to test him. He demanded his entire kingdom as a donation. The king relinquished it without hesitation. But the test didn't end there. The sage also demanded a donation. To pay the donation, the king had to sell his wife and son and work at the crematorium himself.

Times took a most difficult turn when his wife came to perform the last rites of her deceased son. According to the rules, a fee was required. A father's heart was broken, but a devoted servant and an honest man could not break the rules. He demanded a fee.

That was the moment when his honesty touched the pinnacle of human suffering. Finally, the Gods appeared. The test ended. The family was saved, and Harishchandra's honesty became immortal.

**Lesson:** The true value of honesty is understood when it demands sacrifice, not convenience.

## The Path of Honesty

It was the school's annual sports day, and all the children had gathered for a big race. The winner would receive a medal, and his name would be inscribed on the school's Wall of Fame.

The first race was the boys' 800-meter race. As soon as the whistle blew, all the children started running with all their might. Vivek was running with all his might, while Raghav, determined to win at any cost, pushed a child and took a shortcut.

Raghav reached the finish line first and proudly raised his hands and said, "I won!" he shouted.

The teacher stepped forward to give the prizes. But before she could give the medals, other children said, "Raghav cheated! He pushed me." "He didn't run the whole way," another said.

The teacher looked at Raghav, "Is that true?" Raghav bowed his head. He knew he had done wrong. Then he looked at Vivek. He was tired, his knees were caked in mud, but he had completed the race honestly.

॥ नारायण नारायण ॥

The teacher smiled and said, “Children, remember what our scriptures say: Satyameva Jayate, which means: Only truth triumphs. There is no victory through dishonesty.”

She gave the medal to Vivek and, placing her hand on Raghav’s shoulder, said, “Victory is delicious, but only when it is earned honestly. Lies shine for a moment, but honesty shines forever.”

Raghav, wiping tears from his eyes, said, “I will never cheat. From today on, I will be honest.”

All the children applauded, because that day they too learned that truth always triumphs in the end.

### Accounts of Honesty from the Ramayana and Mahabharata

## Ramayana

Rama knew this was injustice. He could have protested if he wanted. But for him, the dignity of his father’s word was paramount. He accepted exile without complaint.

In the forest, he faced every situation with a calm mind. Neither lust for power nor complaint. This was honesty towards duty. Not deviating from one’s dharma.

**Lesson: Honesty is not just loyalty to others, but loyalty to one’s own values.**

## Mahabharata

Yudhishtira, the eldest of the Pandavas, was called Dharmaraja because for him honesty was not just behaviour but a rule of life.

An incident occurred during the exile. His brothers fell unconscious after drinking water from a lake. An invisible Yaksha warned them that they must first answer questions. Yudhishtira arrived. He answered every question with patience and honesty. When the Yaksha asked, “Which brother would you like to keep alive?” he could have chosen the mighty Bhima or Arjuna. But he chose Nakula so that both mothers would each have a son alive. This decision was based on justice and honesty, not self-interest. Yaksha was pleased, and all the brothers were brought back to life.

**Lesson: Honesty means prioritizing justice over self-interest when making decisions.**

## GOLDEN SIX

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

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

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

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

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

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

# Finest Pure Veg Hotels & Resorts



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

**THE BYKE HOSPITALITY LIMITED**

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

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

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