

हो चुके हैं। जब मैंने होश में आकर मम्मी—पापा से पूछा कि कोई था क्या कमरे में मेरे साथ, तब पापा ने कहा कि गुरु महाराज तेरे साथ पहले दिन से आकर बैठे हैं।

2. एक दिन मुझे बहुत असहनीय खुजली हुई और दर्द हो रहा था। मेरे घावों के कारण ऐसा अकसर हुआ करता था। ऐसा कुछ एक घंटे से चल रहा था। उस समय doctors ने मुझे दवा देने के लिए मना कर दिया था। मैं दर्द के मारे चीख रही थी। मेरे सामने श्री महाराज जी की तस्वीर लगी हुई थी। मैंने उनसे कहा “आप कहाँ चले गए हो, please जहाँ पर भी हो, मेरे पास आ जायो।” उसके बाद मम्मी—पापा ने कहा कि बस दस मिनट wait करो, मैंने वैसा ही किया और एकदम से मेरा सारा दर्द और खुजली गायब हो गई।

3. जब मैं private room में थी, मुझे याद है मैं बहुत ज्यादा दर्द में थी उस दिन कोई भी कुछ नहीं कर सकता था मेरी उस स्थिति का। लेकिन मुझे पता था कि श्री महाराज जी उस room में मेरे साथ थे। उस दिन मैं महाराज जी से बहुत चिल्ला कर लड़ी, जैसे किसी अपने से लड़ते हैं। मैंने उनसे पूछा “मेरे साथ क्यूँ ऐसा कर रहे हो? मेरे साथ ऐसा क्यूँ हो रहा है?” बहुत देर तक मैंने उनसे बातें की, फिर थोड़ी ही देर में सब सही हो गया, सारा दर्द गायब हो गया।

4. मुझे अक्सर dressing के समय बहुत ज्यादा दर्द हुआ करता था। ये बात मेरी second surgery से पहले की है जब मेरे सारे घाव खुले हुए थे। मैंने मम्मी से कहा कि

मुझे dressing करवाने से बहुत कष्ट होता है, मैं नहीं करवा पाऊँगी लेकिन मम्मी ने कहा कि dressing करवाना जरूरी है। फिर मैंने श्री महाराज जी से कहा “आप देखें कैसे होगी dressing. Please आप देखलो मुझे दर्द न हो।” उस दिन मुझे बिल्कुल कष्ट नहीं हुआ और न ही उस दिन के बाद कभी भी।

5. ये बात तब की है जब अस्पताल में चंद ही दिन बचे थे। उस दिन मेरी बहुत इच्छा थी कि अब बस मुझे घर लौटना है, वापिस दिल्ली आना है और doctors मुझे जाने नहीं दे रहे थे। उस दिन मैं श्री महाराज जी से फिर लड़ी। मैंने उनसे कहा “आप आइए यहाँ देखिए कोई कुछ नहीं कर रहा, मुझे कोई indication दीजिए कि आप मेरी बात सुन रहे हैं।” कुछ देर बाद मुझे ऐसा लगा कि मेरे कमरे में एक अनजान Aunty आई हैं, मुझे पता चला कि वह specially मुझसे मिलने आई थीं। उनसे मिलकर ऐसा लगा कि श्री महाराज जी ही हैं, बहुत positive vibe आई। मानो श्री महाराज जी ने बखूबी अपना संकेत दे दिया। ये बात 6 अक्तूबर शुक्रवार की है तब तक न मैं अपने बल से बैठ पा रही थी और न ही खड़ी हो पा रही थी। इसके अगले दिन से ही मैं खड़ी भी होने लग गई और कुछ देर तक अपने बल से बैठने भी लग गई। श्री महाराज जी की कृपा से 11 अक्तूबर को मैं 8 घंटे में आराम से बिना किसी परेशानी के दिल्ली आ गई। श्री महाराज जी की कृपा का मैं क्या बखान करूँ, आज जो मेरा ये नया जीवन है वह उन्हीं की कृपा से है। ■

Power of Good Thoughts

Do you realise that our mind is constantly creating thoughts throughout the day.

For example, when your parents request you to tidy up your room, what thoughts might get created in your mind?

Thought 1: This is so boring, I don't want to do this.

Thought 2: Why me? Can they not do it themselves if my messy room bothers them?

Thought 3: Sure, this will just take me 5 minutes.

Thought 4: This is an easy way to help my parents, perhaps I can help them in other ways too.

Thought 5: (Write your thought in the space below, for this scenario)

These thoughts are super important because they finally guide our behaviour, words and actions.

The way we think influences how we behave, what we say and what we do.

Good thoughts are those which will allow you to be kind and generous towards everyone. If your thoughts are good, then all your words and actions will also be good. The more good thoughts you create, the more help you are able to provide to everyone around and the closer to Shree Ram you become.

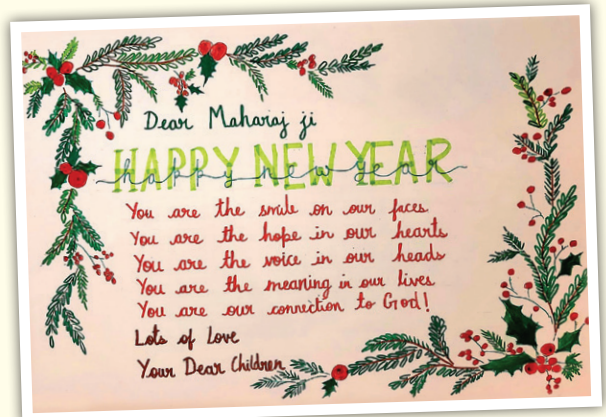
In the above example, Thought 3 and 4 are good thoughts as it helps you stay calm, happy and kind.

So today, let us take 5 minutes to sit down and observe our thoughts. Find a

comfortable spot and sit in silence. Notice all the thoughts that come and go in your mind. Write or draw all the thoughts that come to you in the space provided below.



Now it is time to check your thoughts. Look at all the thoughts you have written or drawn and decide for yourself which thoughts according to you are good. Check if your thoughts would make you and everyone around you feel happy. Repeat this activity as often as possible. ■



**CONTACTING THE SHREE SWAMI
SATYANAND DHARMARTH TRUST DELHI
Jai Jai Ram!**

Organisers and Sadhaks in different Shree Ram Sharnam / Shree Amritvani Satsang centres can contact the Trust in Delhi regarding Satsang-related matters using the following

WhatsApp: **+91 98105 08480**

Kindly send WhatsApp or text messages only and please do not call.

Shree Swami Satyanand Dharmarth Trust,
Shree Ram Sharnam, Delhi

**श्री स्वामी सत्यानंद धर्मार्थ ट्रस्ट से सम्पर्क
जय जय राम!**

विभिन्न श्रीरामशरणम्/श्री अमृतवाणी सत्संग केंद्रों के व्यवस्थापक एवं साधक सत्संग सम्बंधित किसी भी विषय पर दिल्ली ट्रस्ट से निम्नलिखित नम्बर पर सम्पर्क कर सकते हैं

WhatsApp: **+91 98105 08480**

कृपया कॉल न करें। केवल WhatsApp या text message ही भेजें।

श्री स्वामी सत्यानंद धर्मार्थ ट्रस्ट।
श्रीरामशरणम्, दिल्ली।

विभिन्न केन्द्रों पर सम्पन्न कार्यक्रम (सितम्बर से दिसम्बर 2023)

साधना सत्संग, खुले सत्संग एवं नाम दीक्षा का विवरण

- **पठानकोट**, पंजाब में 23 से 24 सितम्बर तक दो दिवसीय खुले सत्संग का आयोजन हुआ जिसके पश्चात् 175 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **हरिद्वार** में 30 सितम्बर से 3 अक्टूबर 2023 तक परम पूजनीय श्री प्रेम जी महाराज के अवतरण दिवस के उपलक्ष्य में तीन रात्री साधना सत्संग का आयोजन हुआ जिसमें 18 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **पतलीकुल**, नज़दीक मनाली, हिमाचल प्रदेश 5 अक्टूबर को एक दिवसीय खुले सत्संग का आयोजन हुआ जिसके पश्चात् 34 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **गुरदासपुर**, पंजाब में 6 से 8 अक्टूबर तक तीन दिवसीय खुले सत्संग का आयोजन हुआ जिसके पश्चात् 223 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **हरिद्वार** में 15 से 24 अक्टूबर तक नौ रात्री रामायणी सत्संग का आयोजन हुआ।
- **सुजानपुर**, पंजाब में 27 से 29 अक्टूबर तक तीन दिवसीय खुले सत्संग का आयोजन हुआ

जिसके पश्चात् 159 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।

- **जम्मू**, में 3 से 5 नवम्बर तक तीन दिवसीय खुले सत्संग का आयोजन हुआ जिसके पश्चात् 213 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **फाज़लपुर**, कपूरथला, पंजाब में 17 से 20 नवम्बर तक तीन दिवसीय साधना सत्संग का आयोजन हुआ जिसके पश्चात् 12 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **कटुआ**, जम्मू कश्मीर में 25 नवम्बर को एक दिवसीय खुले सत्संग का आयोजन हुआ जिसके पश्चात् 72 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **सांपला**, हरियाणा में 26 नवम्बर को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के बाद 35 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **मैलबोर्न**, आस्ट्रेलिया में 1 से 3 दिसम्बर तक खुले सत्संग का आयोजन हुआ जिसके पश्चात् 6 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **अमृतसर**, पंजाब में 3 दिसम्बर को एक दिवसीय खुले सत्संग का आयोजन हुआ जिसके पश्चात् 31 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।

- **ग्वालियर**, मध्यप्रदेश में 4 दिसम्बर को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के बाद 52 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **भोपाल**, मध्यप्रदेश में 10 दिसम्बर को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के बाद 98 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **सूरत**, गुजरात में 16 से 17 दिसम्बर तक दो दिवसीय खुले सत्संग का आयोजन होगा जिसके पश्चात् 17 दिसम्बर को नाम दीक्षा होगी।
- **भिवानी**, हरियाणा में 23 से 24 दिसम्बर तक दो दिवसीय खुले सत्संग का आयोजन होगा जिसके पश्चात् नाम दीक्षा होगी।
- **उज्जैन**, मध्यप्रदेश में 25 दिसम्बर को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन का कार्यक्रम होगा जिसके बाद नाम दीक्षा होगी।
- **श्रीरामशरणम् दिल्ली** में नव वर्ष के उपलक्ष्य में 31 दिसम्बर साप्ताहिक सत्संग के बाद श्री रामायण जी का अखण्ड पाठ का शुभारम्भ होगा जिस की पूर्ति 1 जनवरी 2024 को प्रातः 7 बजे होगी। तत्पश्चात् दैनिक सत्संग होगा।
- **श्रीरामशरणम् दिल्ली** में अक्तूबर, नवम्बर और दिसम्बर में कुल 92 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ली।

निर्माणाधीन श्रीरामशरणम् की प्रगति

- **नागौद**, मध्यप्रदेश में श्रीरामशरणम् का निर्माण कार्य प्रगति पर है। ■

Calendar

Naam Deeksha In Shree Ram Sharnam Delhi (2024)			
January	21	Sunday	11:00 AM
March	24	Sunday	11:00 AM
April	14	Sunday	10.30 AM
May	19	Sunday	10.30 AM
July	21	Sunday	4.00 PM
August	18	Sunday	10.30 AM
September	22	Sunday	10.30 AM
October	13	Sunday	10.30 AM
November	3	Sunday	11:00 AM
December	8	Sunday	11:00 AM

Naam Deeksha in Other Centers (2024)

Place	Date	Day
Indore	07-Jan	Sunday
Bolasa	11-Jan	Thursday
Dahod	12-Jan	Friday
Kupda	13-Jan	Saturday
Jhabua	14-Jan	Sunday
Pune	20-Jan	Saturday
Banmore (M.P.)	22-Jan	Monday
Faridabad	26-Jan	Friday
Ropar (Pb.)	28-Jan	Sunday
Hansi	04-Feb	Sunday
Gurugram	07-Feb	Wednesday
Pilibanga	11-Feb	Sunday
Rohtak	18-Feb	Sunday
Sardarshahar	24-Feb	Saturday
Amarpattan (M.P.)	29 Feb	Thursday
Bilaspur	03-Mar	Sunday
Kapurthala	10-Mar	Sunday
Jabalpur	12-Mar	Tuesday
Ratangarh	16-Mar	Saturday
Hisar	31-Mar	Sunday
Bhareri	06-Apr	Saturday
Mandi	07-Apr	Sunday
Jawali	13-Apr	Saturday
Kandaghat	12-May	Sunday
Faridabad	25-May	Saturday
Chambi	26-May	Sunday
Jalandhar	02-Jun	Sunday
Chandigarh	09-Jun	Sunday
Manali	16-Jun	Sunday
Kishtwar	22-Jun	Saturday
Badherwah	23-Jun	Sunday
Hoshiarpur	08-Sep	Sunday
Gurdaspur	29-Sep	Sunday
Pathankot	27-Oct	Sunday
Jammu	10-Nov	Sunday
Kathua	17-Nov	Sunday
Sujanpur	24-Nov	Sunday
Kapurthala	01-Dec	Sunday
Alampur	03-Dec	Tuesday
Melbourne	08-Dec	Sunday
Devas (M.P.)	15-Dec	Sunday
Surat	22-Dec	Sunday
Bhiwani	29-Dec	Sunday

Open Satsang (2024)		
Jhabua	14 to 16 January	Sunday to Tuesday
Pune	20 January	Saturday
Pilibanga	10 to 11 February	Saturday to Sunday
Sardarshahar	24 to 25 February	Saturday to Sunday
Bilaspur	1 to 3 March	Friday to Sunday
Kapurthala (Fazalpur)	9 to 10 March	Saturday to Sunday
Rattangarh	16 to 17 March	Saturday to Sunday
Delhi (Holi)	23 to 25 March	Saturday to Monday
Hisar	30 to 31 March	Saturday to Sunday
Bhareri	06 April	Saturday
Mandi	07 April	Sunday
Jhabua(Maun Sadhna)	8 to 17 April	Monday to Wednesday
Kandaghat	12 May	Sunday
Manali	14 to 16 June	Friday to Sunday
Delhi	27 to 29 July	Saturday to Monday
Rohtak	10 to 11 August	Saturday to Sunday
Hoshiarpur	08 September	Sunday
Rewari	14 to 15 September	Saturday to Sunday
Gurdaspur	27 to 29 September	Friday to Sunday
Pathankot	26 to 27 October	Saturday to Sunday
Jammu	8 to 10 November	Friday to Sunday
Kathua	17 November	Sunday
Sujanpur	22 to 24 November	Friday to Sunday
Alampur	3rd December	Tuesday
Melbourne (Australia)	6 to 8 December	Friday to Sunday
Surat	21 to 22 December	Saturday to Sunday
Bhiwani	28 to 29 December	Saturday to Sunday

Sadhna Satsang (2024)		
Indore	5 to 8 January	Friday to Monday
Hansi	2 to 5 February	Friday to Monday
Haridwar	13 to 16 March	Wednesday to Saturday
Haridwar	19 to 24 April	Friday to Wednesday
Haridwar (Only Jhabua)	27 to 30 April	Saturday to Tuesday
Haridwar (Only Jhabua)	2 to 5 May	Thursday to Sunday
Haridwar	30 June to 3rd July	Sunday to Wednesday
Haridwar	16 to 21 July	Tuesday to Sunday
Haridwar	30 September to 3 October	Monday to Thursday
Haridwar (Ramayani)	3 to 12 October	Thursday to Saturday
Haridwar	11 to 14 November	Monday to Thursday
Kapurthala	29 November to 2 December	Friday to Monday

Poornima (2024)		
January	25	Thursday
February	24	Saturday
March	25	Monday
April	23	Tuesday
May	23	Thursday
June	22	Saturday
July	21	Sunday
August	19	Monday
September	18	Wednesday
October	17	Thursday
November	15	Friday
December	15	Sunday



यदि आप 'सत्य साहित्य' की इस प्रति को नहीं रखना चाहते,
तो कृपया इसे अपने स्थानीय केन्द्र या निकटतम श्रीरामशरणम् को लौटा दें।

प्रकाशक मुद्रक श्री अनिल दीवान द्वारा श्री स्वामी सत्यानन्द धर्मार्थ ट्रस्ट, 8 ए रिंग रोड, लाजपत नगर-IV नई दिल्ली. 110024 से प्रकाशित
एवं रेव स्कैनस प्राइवेट लिमिटेड, 216, सेक्टर-4, आई.एम.टी. मानेसर, गुरुग्राम, हरियाणा-122051 से मुद्रित। संपादक: मेधा मलिक कुदेसिया एवम् मालविका राय

Publisher and printer Shri Anil Dewan for Shree Swami Satyanand Dharmarth Trust, 8-A Ring Road, Lajpat Nagar IV, New Delhi 110024 and
printed at Rave Scans Private Limited, 216, Sector-4, IMT Manesar, Gurugram, Haryana-122051. Editors: Medha Malik Kudaisya and Malvika Rai.

©श्री स्वामी सत्यानन्द धर्मार्थ ट्रस्ट, नई दिल्ली

E-mail of Satya Sahitya: srs.satyasahitya@gmail.com

E-mail of Shree Ramsharnam: shreeramsharnam@hotmail.com

वेबसाईट: www.shreeramsharnam.org