Shri Sanjay Sai Seva Organisations International

Holland Chapter

2026-w.. Topic Story SSSSB 082a+b [SSSSB Guru Neerana Shakya]
Website: www.ssssohc.org / www.ssssb.info

Chapter - Coordinator: SssbGuru Daju (Sunil Marapin) Holland Chapter (SSSSOHC)

Time Saturday [weekly]: Nepal 9:00-10:15, Congo 4:15-5:30, Holland 4:15-5:30am India 8:45-10:00
Time Sunday [monthly]: Nepal 19:00-20:00, Congo 14:15-15:15, Holland 14:15-15:15 India 18:45-19:45

The SSSSB classes that follow this program
01-Manage Nepal Balkot 5-12 years Ssssb physical class: Gita Ma'am, with support from our youth team
02-Manage Nepal Balkot 13+ physical Family Ssssb class: Meena Ma'am, with support from our youth team
03-Manage Nepal Sssvm School Ssssb classes: Meena Ma'am, with support of teachers from the class
04-Manage Nepal Katunje physical Ssssb class: Naresh Sairam and Rama Ma'am
05-Manage Online Family Saturday weekly Ssssb class: Guru Daju, with support from the Guru's and youth
06-Manage Online Family Sunday monthly Ssssb class: Guru Daju, with support from the Guru's and youth
07-Manage India, Gokul Gagan Ssssb class: Kusuma Katara
08-Manage Congo 5-12 years physical Ssssb class: Merphia Dilua Madame with other Congo Gurus
09-Manage Congo 13-17 physically Ssssb class: Merphia Dilua Madame with other Congo Gurus
10-Manage Congo 18-30 Youth physical class: Merphia Dilua Madame with other Congo Gurus
11-Manage Congo Womans physical class: Merphia Dilua Madame with other Congo Gurus

Program
1a- 🇬🇧 Bhajans, try so learn and sing new bhajans / 1a 🇫🇷 Bhajans essayez de chanter de nouveaux Bhajans
1b- 🇬🇧 Focusing-Meditation-Concentration: Light Meditation / 1b 🇫🇷 Méditation de concentration et d'attention : Méditation lumineuse

1c - 🇬🇧 Do you want to share or ask something? / 1c 🇫🇷 Voulez-vous partager ou demander quelque chose ?
1d- 🇬🇧 Practice of the Values from the Stories Which values from the stories did you practice during the week?
1d- 🇫🇷 Pratique des valeurs des histoires Quelles valeurs des histoires as-tu mises en pratique cette semaine ?

2- 🇬🇧 Weekly creative presentation with SSSSB values: Each week, a participant or group can present something creative using SSSSB values (e.g., dance, drama, song, drawing, or role-play). Max. 10 minutes.
2- 🇫🇷 Présentation créative hebdomadaire avec les valeurs SSSSB :
Chaque semaine, un participant ou un groupe peut présenter quelque chose de créatif avec les valeurs SSSSB (par exemple : danse, théâtre, chanson, dessin ou jeu de rôle). Max. 10 minutes.

3- 🇬🇧 Games for Physical and Online Classes / 3 🇫🇷 Jeux pour les cours en présentiel et en ligne

4- 🇬🇧 Story / Topic / Question / Speech / Etc. and H-W / practice value / Drama Activity in the Physical Class
4- 🇫🇷 Histoire / Sujet / Question / Discours / Etc. et H-W / valeur de pratique / Activité de théâtre dans la classe physique

5- 🇬🇧 Closing prayers and mantras / 5 🇫🇷 Prières et mantras de cloture

H-w: Let's share our experiences and insights through words and/or creative expression.
Request to all our participants:
1. Let's share our own feelings, experiences, and opinions.
2. Perform Seva daily, and pray daily to God, who is also in our hearts, followed by Jyoti Meditation.
3. Honestly evaluate your words, thoughts, and actions daily, and improve wherever possible.

Fench H-w : Partageons nos expériences et nos idées à travers des mots et/ou des expressions créatives.
Demande à tous nos participants :
1. Partageons nos propres sentiments, expériences et opinions.
2. Pratiquez le Seva quotidiennement, priez chaque jour le Divin qui réside dans nos cœurs, suivi de la Méditation Jyoti.
3. Évaluez honnêtement vos paroles, pensées et actions chaque jour, et améliorez-vous là où c'est possible.

1a - Bhajans, try so learn and sing new bhajans / Bhajans essayez de chanter de nouveaux Bhajans

Om (3x)
Om Sai Thrayaaya Vidmahe,
Sanjay Babaya Dheemahi,
Tanna Sarva Prachodayath (3x)
- Om, Shanti Shanti Shanti

- Lord Ganesha Bhajan
- Guru Bhajan
- Devi Bhajan
- Lord Shiva Bhajan
- Other Bhajans
- Ssssb Song [Our happiest day is]

🇬🇧 English: Our Happiest day of the week is the Shri Sanjay Sai Soul Blossom day

Our happiest day is, Soul Blossom Day, Soul Blossom Day, Our Soul Blossom Day.
Our Shri Sanjay Sai Soul Blossom Day, Is Our Happiest Day

Jyothi Dhyaan [Light Meditation]
Also fun Is Jyothi Dhyaan, Jyothi Dhyaan, Our Jyothi Dhyaan.
Our happiest day is, Dhyaan Day, Om Sai Ram

Bhajans Day
Our happiest day is, Bhajans Day, Bhajans Day, Our Bhajans Day.
Our happiest day is, Bhajans Day, Om Sai Ram

Games Day
Our happiest day is, Games Day, Games Day, Our Games Day.
Our happiest day is, Games Day, Om Sai Ram

Our happiest day is, Soul Blossom Day, Soul Blossom Day, Our Soul Blossom Day.
Our Shri Sanjay Sai Soul Blossom Day, Is Our Happiest Day

Story Day
Our happiest day is, Story Day, Story Day, Our Story Day.
Our happiest day is, Story Day, Om Sai Ram

Questions Day
Our happiest day is, Questions Day, Questions Day, Our Questions Day.
Our happiest day is, Quistions Day, Om Sai Ram

Drama Day
Our happiest day is, Drama Day, Drama Day, Our Drama Day.
Our happiest day Is, Drama Day, Om Sai Ram

नेपाली: हाम्रो हप्ताको सबैभन्दा खुसीको दिन श्री संजय साई सोल ब्लोसम दिन हो।

हा[म्रो खुशीको दिन **हो** सोल ब्लसम दिन, सोल ब्लसम दिन, हाम्रो सोल ब्लसम दिन
हाम्रो श्री संजय साई सोल ब्लसम दिन, **हाम्रो खुशीको दिन ।**
Hamro Khushiko Din ho Soul Blossom Din, Soul Blossom Din, Hamro Soul Blossom Din
Hamro Shree Sanjay Sai Soul Blossom Din, Hamro Khushiko Din

ज्योति ध्यान रमाइलो पनि छ ज्योति ध्यान, ज्योति ध्यान, हाम्रो ज्योति ध्यान ।
हाम्रो खुशीको दिन हो ध्यान दिन, ॐ साई राम ।
Ramailo pani cha Jyoti Dhyan, Jyoti Dhyan, Hamro Jyoti Dhyan
Hamro Khushiko Din ho Dhyan Din, Om Sai Ram

भजन दिन हाम्रो खुशीको दिन हो भजन दिन, भजन दिन, हाम्रो भजन दिन ।
हाम्रो खुशीको दिन हो भजन दिन, ॐ साई राम ।
Hamro Khushiko Din ho Bhajan Din, Bhajan Din, Hamro Bhajan Din
Hamro Khushiko Din ho Bhajan Din, Om Sai Ram

खेल दिन हाम्रो खुशीको दिन हो खेल दिन, खेल दिन, हाम्रो खेल दिन ।
हाम्रो खुशीको दिन हो खेल दिन, ॐ साई राम ।
Hamro Khushiko Din ho Khel Din, Khel Din, Hamro Khel Din
Hamro Khushiko Din ho Khel Din, Om Sai Ram

हाम्रो खुशीको दिन **हो** सोल ब्लसम दिन, सोल ब्लसम दिन, हाम्रो सोल ब्लसम दिन
हाम्रो श्री संजय साई सोल ब्लसम दिन, **हाम्रो खुशीको दिन ।**
Hamro Khushiko Din ho Soul Blossom Din, Soul Blossom Din, Hamro Soul Blossom Din
Hamro Shree Sanjay Sai Soul Blossom Din, Hamro Khushiko Din

कथा दिन हाम्रो खुशीको दिन हो कथा दिन, कथा दिन, हाम्रो कथा दिन ।
हाम्रो खुशीको दिन हो कथा दिन, ॐ साई राम ।
Hamro Khushiko Din ho Katha Din, Katha Din, Hamro Katha Din
Hamro Khushiko Din ho Katha Din, Om Sai Ram

प्रश्न दिन हाम्रो खुशीको दिन हो प्रश्न दिन, प्रश्न दिन, हाम्रो प्रश्न दिन ।
हाम्रो खुशीको दिन हो प्रश्न दिन, ॐ साई राम ।
Hamro Khushiko Din ho Prashna Din, Prashna Din, Hamro Prashna Din
Hamro Khushiko Din ho Prashna Din, Om Sai Ram

नाटक दिन हाम्रो खुशीको दिन हो नाटक दिन, नाटक दिन, हाम्रो नाटक दिन ।
हाम्रो खुशीको दिन हो नाटक दिन, ॐ साई राम ।
Hamro Khushiko Din ho Natak Din, Natak Din, Hamro Natak Din
Hamro Khushiko Din ho Natak Din, Om Sai Ram

🇫🇷French: Le plus beau jour de notre semaine est le jour Shri Sanjay Sai Soul Blossom
[Ssssb Song: Our most beautiful day of the week is the Shri Sanjay Sai Soul Blossom Day]

Notre plus beau jour est, le jour de Soul Blossom, le jour de Soul Blossom, notre jour de Soul Blossom.
Notre Shri Sanjay Sai Soul Blossom Day est notre plus beau jour.

Jyothi Dhyaan [Méditation de la Lumière]
C'est aussi une joie de faire, Jyothi Dhyaan, Jyothi Dhyaan, notre Jyothi Dhyaan.
Notre plus beau jour est le jour de Dhyaan, Om Sai Ram.

Jour des Bhajans
Notre plus beau jour est, le jour des Bhajans, le jour des Bhajans, notre jour des Bhajans.
Notre plus beau jour est le jour des Bhajans, Om Sai Ram.

Jour des Jeux
Notre plus beau jour est, le jour des Jeux, le jour des Jeux, notre jour des Jeux.
Notre plus beau jour est le jour des Jeux, Om Sai Ram.

Notre plus beau jour est, le jour de Soul Blossom, le jour de Soul Blossom, notre jour de Soul Blossom.
Notre Shri Sanjay Sai Soul Blossom Day est notre plus beau jour.

Jour des Histoires
Notre plus beau jour est, le jour des Histoires, le jour des Histoires, notre jour des Histoires.
Notre plus beau jour est le jour des Histoires, Om Sai Ram.

Jour des Questions
Notre plus beau jour est, le jour des Questions, le jour des Questions, notre jour des Questions.
Notre plus beau jour est le jour des Questions, Om Sai Ram.

Jour du Théâtre
Notre plus beau jour est, le jour du Théâtre, le jour du Théâtre, notre jour du Théâtre.
Notre plus beau jour est le jour du Théâtre, Om Sai Ram.

🇳🇱Dutch: *Ons mooiste dag van de week is de Shri Sanjay Sai Soul Blossom dag*
[Ssssb Song: Our most beautiful day of the week is the Shri Sanjay Sai Soul Blossom Day]

Samen [Together] 2x:
Ons mooiste dag is Soul Blossom-dag, Soul Blossom-dag, ons Soul Blossom-dag.
Ons Shri Sanjay Sai Soul Blossom-dag, is ons mooiste dag.

Jyothi Dhyaan [Lichtmeditatie]
Ook vreugdevol is Jyothi Dhyaan, Jyothi Dhyaan, ons Jyothi Dhyaan.
Ons mooiste dag is, Dhyaan-dag, Om Sai Ram.

Bhajans-dag
Ons mooiste dag is Bhajans-dag, Bhajans-dag, ons Bhajans-dag.
Ons mooiste dag is Bhajans-dag, Om Sai Ram.

Spellen-dag [Games day]
Ons mooiste dag is Spellen-dag, Spellen-dag, ons Spellen-dag.
Ons mooiste dag is Spellen-dag, Om Sai Ram.

Ons mooiste dag is Soul Blossom-dag, Soul Blossom-dag, ons Soul Blossom-dag.
Ons Shri Sanjay Sai Soul Blossom-dag, is ons mooiste dag.

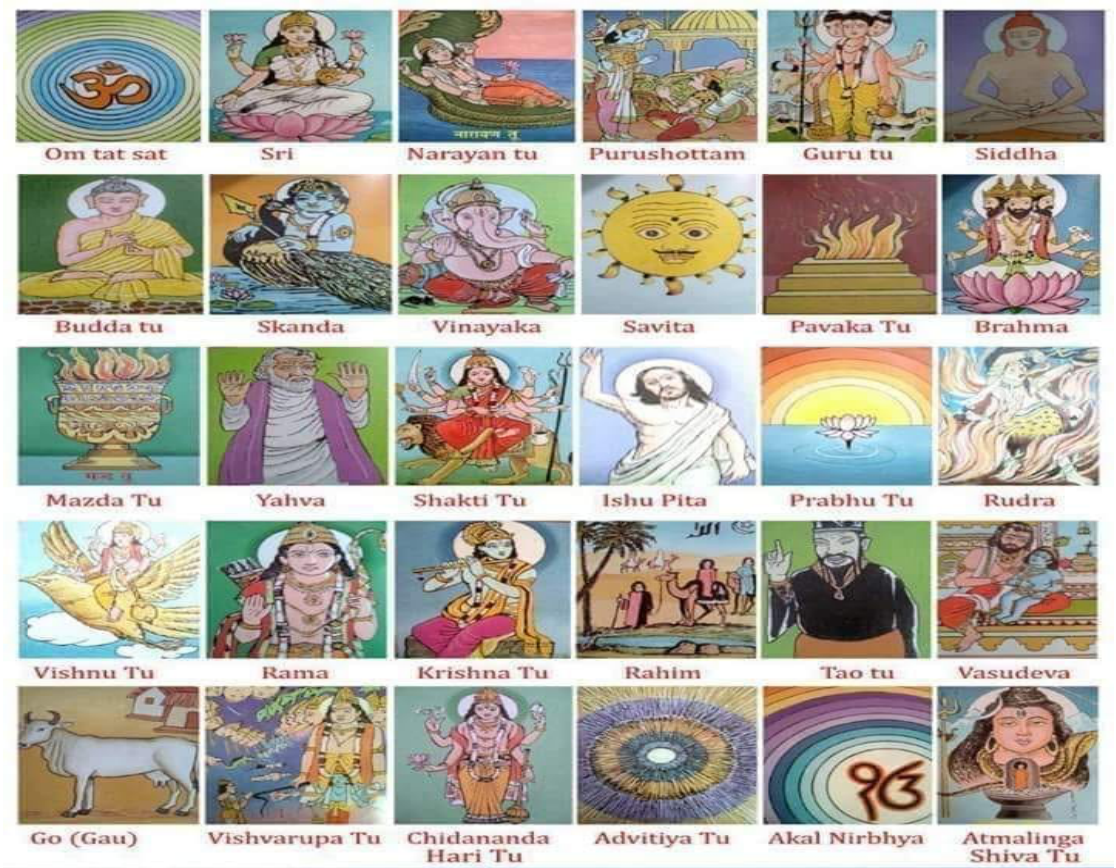
Verhalen-dag [Stories day]
Ons mooiste dag is Verhalen-dag, Verhalen-dag, ons Verhalen-dag.
Ons mooiste dag is Verhalen-dag, Om Sai Ram.

Vragen-dag [Questions day]
Ons mooiste dag is Vragen-dag, Vragen-dag, ons Vragen-dag.
Ons mooiste dag is Vragen-dag, Om Sai Ram.

Toneel-dag [Drama day]
Ons mooiste dag is Toneel-dag, Toneel-dag, ons Toneel-dag.
Ons mooiste dag is Toneel-dag, Om Sai Ram.

- Ram Laxman Janaki, Jay Bolo Hanuman Ki

- Sarva Dharma Prayer



Atma Linga Siva Tu, Sai Atma Linga Siva Tu
- Om, Shanti Shanti Shanti

1b - Focusing-Meditation-Concentration: Light Meditation / Méditation de la lumière



1c - 🇬🇧 Do you want to share or ask something? / 🇫🇷 Voulez-vous partager ou demander quelque chose ?

1d- 🇬🇧 Practice of the Values from the Stories Which values from the stories did you practice during the week?
1d- 🇫🇷 Pratique des valeurs des histoires Quelles valeurs des histoires as-tu mises en pratique cette semaine ?





2- 🇬🇧 Weekly creative presentation with SSSSB values: Each week, a participant or group can present something creative using SSSSB values (e.g., dance, drama, song, drawing, or role-play). Max. 10 minutes.
2- 🇫🇷 Présentation créative hebdomadaire avec les valeurs SSSSB :
Chaque semaine, un participant ou un groupe peut présenter quelque chose de créatif avec les valeurs SSSSB (par exemple : danse, théâtre, chanson, dessin ou jeu de rôle). Max. 10 minutes.





3- 🇬🇧 Games for Physical and Online Classes / 3 🇫🇷 Jeux pour les cours en présentiel et en ligne

4- Topic / Story / Info / Statement / Question / Speech / Situation / Festival / Feelings / Etc.
4- Thème- Histoire- Information- Déclaration- Question- Discours- Situation- Festival-Sentiments-Etc.
English Version - SSSSB Story 082a: Boy and the Prize-Winning Goat [5-12 years]



During the school holidays, a cheerful Boy went to stay at his maternal uncle's village. He was excited because there were many animals there, including a playful monkey named **Momo**, a clever goat named **Golu**, a rabbit named **Lili**, and a slow-moving turtle named **Tinku**.
Every evening, Boy sat with his grandmother under a big mango tree. One day, he proudly said, "Grandma, this year I want to get the highest marks in my class and become the best student!"

Grandmother smiled and replied, "Getting good marks is wonderful, Boy. But do you know what is also important?" Boy shook his head. Just then, Momo the monkey jumped onto a branch and began showing off. "Look at me! I can jump the highest! I am the best animal here!"
While Momo was busy bragging, he slipped from the branch and landed in a pile of hay. All the animals giggled. Grandmother laughed softly. "Being the best is not only about talent."
The next morning, Golu the goat found that Tinku the turtle had fallen onto his back and could not get up. While Momo laughed, Golu gently helped Tinku stand. Lili the rabbit said, "Thank you, Golu. You are so kind!"

Later that day, Boy noticed something interesting.

- Momo was clever, but impatient.
- Lili was fast, but sometimes careless.
- Tinku was slow, but always calm.
- Golu was not the smartest or fastest, but he was helpful, disciplined, and kind.

In the evening, grandmother asked, "Boy, if there were a prize for being a good friend, who would win?"

"Golu!" shouted Boy. "Why?" asked Grandma. "Because he helps others, stays calm, and never shows off."
Grandmother smiled."Exactly! In life, becoming a good human is more important than becoming number one. Good marks are valuable, but kindness, discipline, focus, service, and a calm mind help us grow into wonderful people."

From that day, Boy decided that along with studying hard, he would also help others, be disciplined, and stay calm.
As they walked home, Golu the goat gave a happy little "Maa-aa-aa!"

Everyone laughed, even Momo!

Question: Which at is the most important for you? Getting the first in the class or something else?

Heart-Work: This week, try doing one helpful act every day at home or school. How did it make you and others feel?

Om Sairam 🙏 [September 2026 Bhaktapur, Nepal, SSSSB Student Arya Dhungel]

French Version – SSSSB Histoire 082a: Le Garçon et la Chèvre Gagnante du Prix [5-12 ans]



Pendant les vacances scolaires, un joyeux garçon alla séjourner dans le village de son oncle maternel. Il était très heureux, car il y avait beaucoup d'animaux, dont un singe joueur nommé **Momo**, une chèvre intelligente appelée **Golu**, un lapin nommé **Lili** et une tortue tranquille appelée **Tinku**.

Chaque soir, le garçon s'asseyait avec sa grand-mère sous un grand manguier. Un jour, il dit fièrement: Grand-mère, cette année, je veux obtenir les meilleures notes de ma classe et devenir le meilleur élève !
La grand-mère sourit et répondit : Obtenir de bonnes notes est merveilleux, mon garçon. Mais sais-tu ce qui est également important ?
Le garçon secoua la tête. À ce moment-là, Momo le singe sauta sur une branche et commença à se vanter : Regardez-moi ! Je saute le plus haut ! Je suis le meilleur animal d'ici !

Alors qu'il se vantait, il glissa de la branche et atterrit dans une pile de foin. Tous les animaux éclatèrent de rire. La grand-mère rit doucement : Être le meilleur ne dépend pas seulement du talent.

Le lendemain matin, Golu la chèvre vit que Tinku la tortue était tombée sur le dos et ne pouvait plus se relever. Pendant que Momo riait, Golu l'aida gentiment à se remettre sur ses pattes. Lili le lapin dit : Merci, Golu. Tu es vraiment gentil !
Plus tard dans la journée, le garçon remarqua quelque chose d'intéressant :

- Momo était intelligent, mais impatient.
- Lili était rapide, mais parfois négligente.
- Tinku était lent, mais toujours calme.
- Golu n'était ni le plus intelligent ni le plus rapide, mais il était serviable, discipliné et bienveillant.

Le soir, la grand-mère demanda : Mon garçon, s'il existait un prix du meilleur ami, qui le remporterait ? Golu ! s'écria le garçon. Pourquoi ? demanda la grand-mère. Parce qu'il aide les autres, reste calme et ne se vante jamais.
La grand-mère sourit. Exactement ! Dans la vie, devenir une bonne personne est plus important qu'être numéro un. Les bonnes notes sont précieuses, mais la gentillesse, la discipline, la concentration, le service aux autres et le calme intérieur nous aident à devenir des êtres humains merveilleux.
À partir de ce jour, le garçon décida que, tout en étudiant sérieusement, il aiderait aussi les autres, resterait discipliné et garderait son calme. Alors qu'ils rentraient à la maison, Golu la chèvre lança un joyeux **:** Bêêê !

Tout le monde éclata de rire, même Momo !

Question: Qu'est-ce qui est le plus important pour toi : être premier de la classe ou autre chose ? Explique pourquoi.

Travail du Cœur: Cette semaine, essaie d'accomplir chaque jour une action utile à la maison ou à l'école. Comment cela t'a-t-il fait sentir ? Et comment les autres se sont-ils sentis ?

Om Sairam 🙏 [September 2026 ✍ Bhaktapur, Nepal, SSSSB Student Arya Dhungel]

English Version - SSSSB Story 082b: The Secret of True Success [13+ yrs]



One day during the class break, two friends were sitting together in their classroom, talking about success.

Friend 1: I often wonder how people become successful in life. Is success only for those who are very intelligent?
Friend 2: Intelligence helps, but it is not the most important factor. Many talented people often fail because they give up too easily. True success comes from having a clear goal and making steady efforts every day.

Friend 1: But sometimes I study hard and still don't get the results I expect. Then I feel disappointed.
Friend 2: Don't give up. Failure is often a steppingstone to success because it teaches us what we need to improve. Every mistake becomes a lesson when we learn from it.

Friend 1: So, what should we do when we fail?
Friend 2: Learn from mistakes and keep moving forward. Every challenge is an opportunity to grow. If we keep trying with faith, patience, and determination, we will gradually move closer to our goal.

Friend 1: That means we should stay focused on our goal?
Friend 2: Exactly! Set a goal, make a good plan, and work on it every day. Even small efforts made consistently can bring great results over time.

Friend 1: I understand now. Success is not about working hard for only one or two days.
Friend 2: Yes. Success comes through continuous effort, patience, self-discipline, positive thinking, and the courage to never give up.

Friend 1: Where did you learn all these wonderful things?

Friend 2: Every Saturday, I attend **SSSSB classes**. Our Gurus teach us human values and inspire us to practise them in daily life. They remind us that true success is not only about getting good marks, earning money, or becoming famous. True success is becoming a good human being, serving others, and bringing out the divinity within us. By practicing values, we develop good character, inner peace, self-confidence, and compassion, helping us lead a happy and meaningful life.

Friend 1: That's beautiful. From today, I will set a clear goal, try to stay focused, and work towards it consistently and also try to practice values - help, kind, respectful, disciplined.

Friend 2: My Gurus also teach us that when we combine hard work with good character, Swami's grace supports us.

Just then, the school bell rang, and the two friends returned to class with renewed inspiration.

Question: What does success mean to you?

Heart-Work: Practise hard work, perseverance, and self-discipline in one area of your life for a week. Then share your experience with others.

Om Sairam 🙏 [September 2026 🖋 Bhaktapur, Nepal, SSSSB Student Arya Dhungel]

French Version – SSSSB Histoire 082b : Le Secret du Véritable Succès [13+ans]



Un jour, pendant la récréation, deux amis étaient assis ensemble dans leur salle de classe et parlaient du succès.

Ami 1 : Je me demande souvent comment les gens deviennent prospères dans la vie. Le succès est-il réservé uniquement à ceux qui sont très intelligents ?
Ami 2 : L'intelligence aide, mais ce n'est pas le facteur le plus important. Beaucoup de personnes talentueuses échouent parce qu'elles abandonnent trop facilement. Le véritable succès vient d'un objectif clair et d'efforts réguliers chaque jour.
Ami 1 : Pourtant, il m'arrive d'étudier sérieusement sans obtenir les résultats que j'espère. Alors je me sens découragé.
Ami 2 : Ne baisse pas les bras. L'échec est souvent une étape vers le succès, car il nous montre ce que nous devons améliorer. Chaque erreur devient une leçon lorsque nous en tirons un enseignement.
Ami 1 : Alors, que devons-nous faire lorsque nous échouons ?
Ami 2 : Apprendre de nos erreurs et continuer à avancer. Chaque défi est une occasion de grandir. Si nous persévérons avec foi, patience et détermination, nous nous rapprocherons progressivement de notre objectif.
Ami 1 : Cela signifie donc que nous devons rester concentrés sur notre objectif ?
Ami 2 : Exactement ! Fixe-toi un objectif, établis un bon plan et travaille-y chaque jour. Même de petits efforts réalisés avec régularité peuvent produire de grands résultats avec le temps.
Ami 1 : Je comprends maintenant. Le succès ne consiste pas à travailler dur seulement pendant un ou deux jours.
Ami 2 : Oui. Le succès s'obtient grâce à des efforts continus, à la patience, à l'autodiscipline, à une pensée positive et au courage de ne jamais abandonner.
Ami 1 : Où as-tu appris toutes ces merveilleuses choses ?
Ami 2 : Chaque samedi, je participe aux cours du **SSSSB**. Nos Gurus nous enseignent les valeurs humaines et nous inspirent à les mettre en pratique dans notre vie quotidienne. Ils nous rappellent que le véritable succès ne consiste pas seulement à obtenir de bonnes notes, gagner de l'argent ou devenir célèbre. Le véritable succès, c'est devenir un bon être humain, servir les autres et révéler la divinité qui est en nous. En pratiquant les valeurs humaines, nous développons un bon caractère, la paix intérieure, la confiance en soi et la compassion, ce qui nous aide à mener une vie heureuse et pleine de sens.
Ami 1 : C'est magnifique. À partir d'aujourd'hui, je vais me fixer un objectif clair, rester concentré et travailler avec persévérance. Je vais aussi essayer de pratiquer les valeurs humaines : être serviable, bienveillant, respectueux et discipliné.
Ami 2 : Mes Gurus nous enseignent également que lorsque nous associons le travail acharné à un bon caractère, la grâce de Swami nous soutient.
À ce moment-là, la cloche de l'école sonna, et les deux amis retournèrent en classe avec une nouvelle source d'inspiration.
Question: Que signifie le succès pour toi ?
Travail du Cœur: Pendant une semaine, pratique le travail assidu, la persévérance et l'autodiscipline dans un domaine de ta vie. Ensuite, partage ton expérience avec les autres.
Om Sairam 🙏 [September 2026 ✍ Bhaktapur, Nepal, SSSSB Student Arya Dhungel]

English Version – Physical Class Game – Be Like Golu! - SSSSB Story 082



How to Play:

Children stand in a circle. The teacher reads an action. If it shows a **good value**, children shout: **"Be Like Golu!"** clap and dance.

If it does **not** show a good value, children say NO! NO!, fold their arms and stay silent.

Examples

- Helping a friend who fell down. **Be Like Golu!**
- Sharing your pencils. **Be Like Golu!**
- Waiting patiently for your turn. **Be Like Golu!**
- Speaking kindly to others. **Be Like Golu!**
- Showing off and saying, "I am the best!" Say NO! NO! fold their arms and stay silent.
- Laughing when someone makes a mistake. Say NO! NO! fold their arms and stay silent.
- Refusing to help others. Say NO! NO! fold their arms and stay silent.

Fun Ending

Ask: **"Who wants to win Golu's Friendship Prize?"**

All children raise their hands and together say: **"I will be kind, helpful, calm, and disciplined!"**

Om Sairam 🙏 [September 2026 🔏 Kathmandu, Nepal, SSSSB Guru Neerana Shakya]

French Version – Jeu de classe physique – Sois comme Golu ! - SSSB Histoire 082



Comment jouer:

Les enfants se mettent en cercle. L'enseignant lit une action. Si l'action montre une **bonne valeur**, les enfants crient : **Sois comme Golu !** puis ils applaudissent et dansent.

Si l'action ne montre **pas** une bonne valeur, les enfants disent : **Non ! Non !** croisent les bras et restent silencieux.

Exemples

- Aider un ami qui est tombé. **« Sois comme Golu ! »**
- Partager ses crayons. **« Sois comme Golu ! »**
- Attendre patiemment son tour. **« Sois comme Golu ! »**
- Parler gentiment aux autres. **« Sois comme Golu ! »**
- Se vanter en disant : **« Je suis le meilleur ! » « Non ! Non ! »** Croiser les bras et rester silencieux.
- Rire lorsqu'une personne fait une erreur. **« Non ! Non ! »** Croiser les bras et rester silencieux.
- Refuser d'aider les autres. **« Non ! Non ! »** Croiser les bras et rester silencieux.

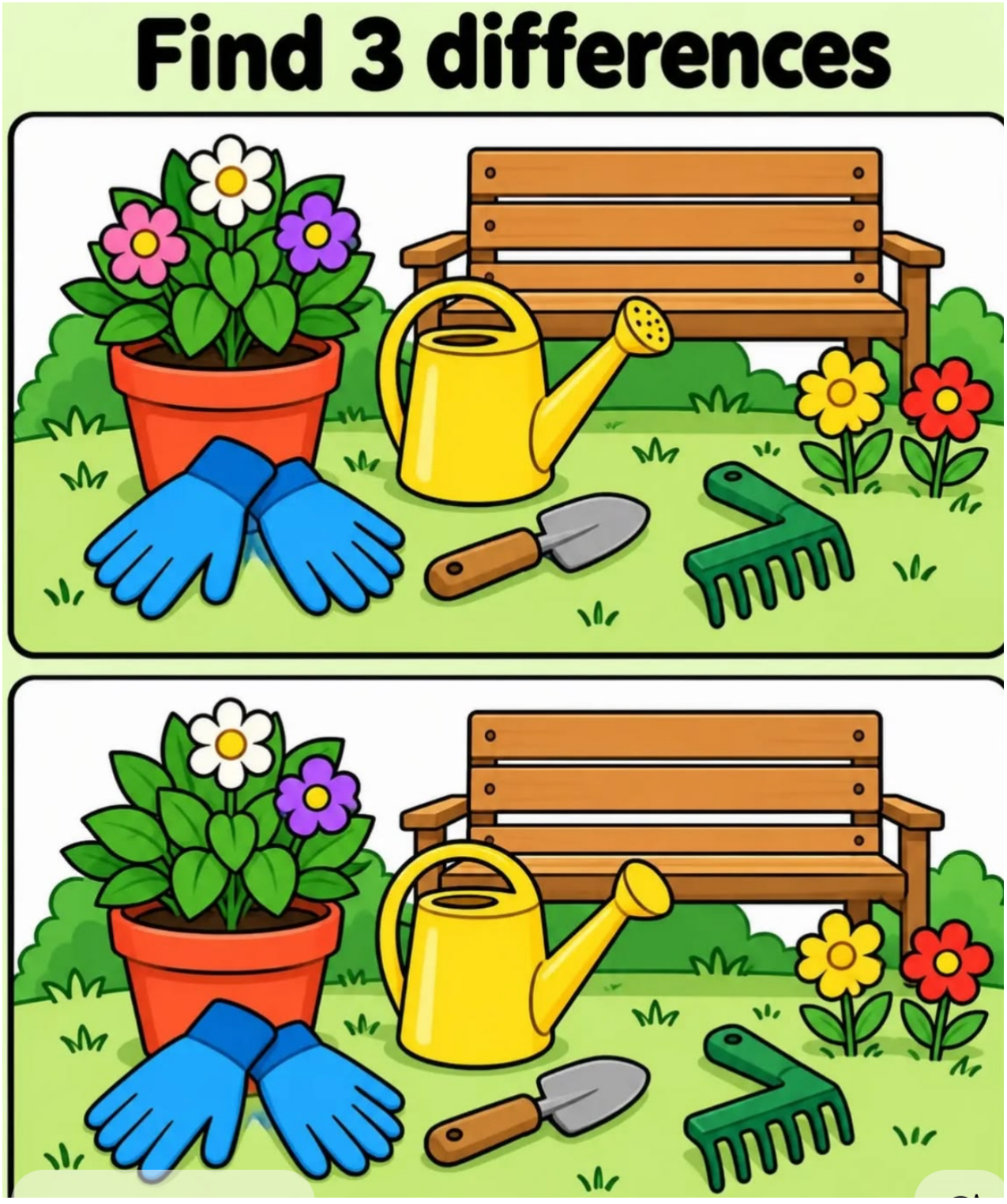
Fin amusante

Demandez : **« Qui veut gagner le Prix de l'Amitié de Golu ? »**

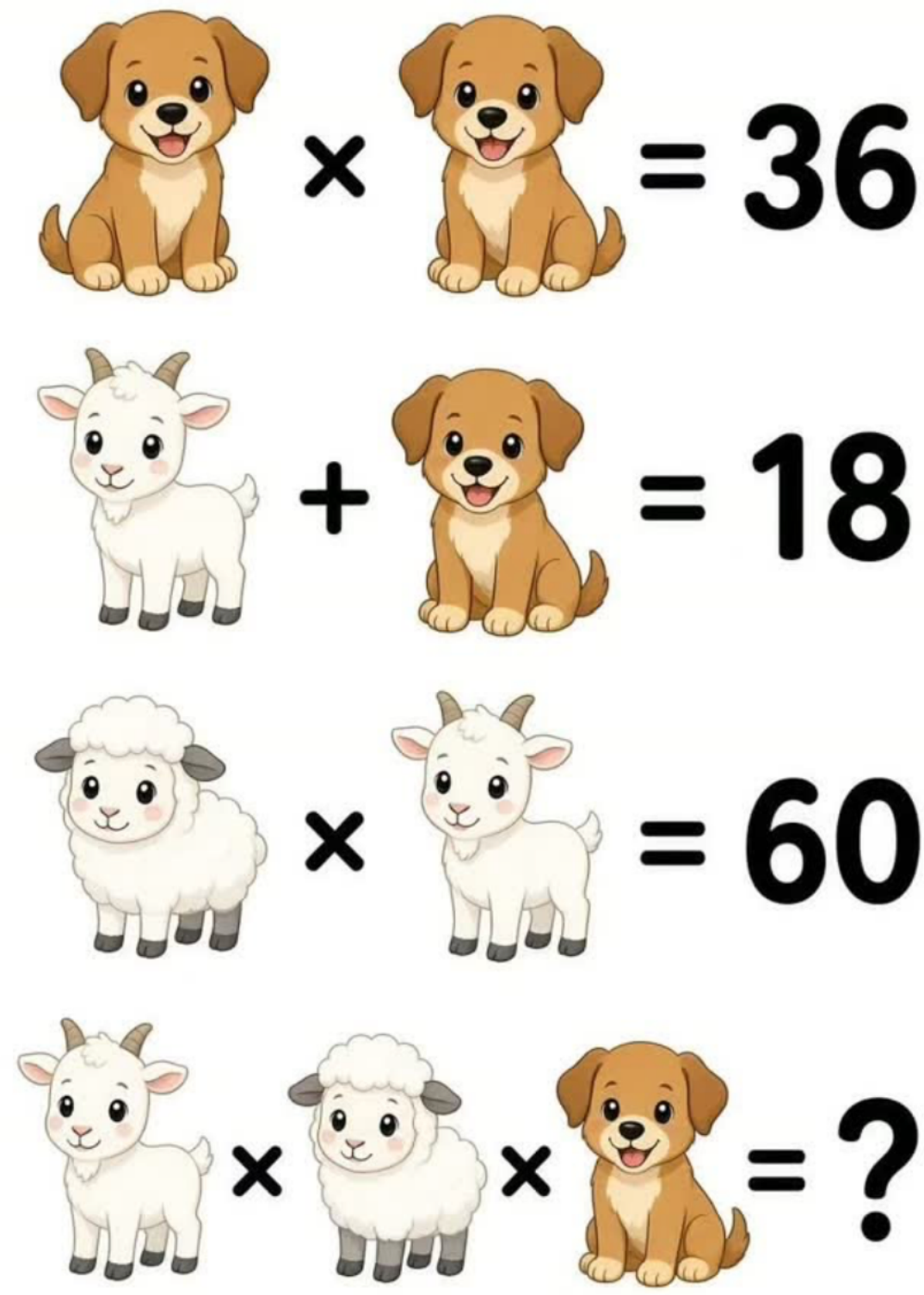
Tous les enfants lèvent la main et disent ensemble : **« Je serai gentil, serviable, calme et discipliné ! »**

Om Sairam 🙏 [September 2026 ✍ Kathmandu, Nepal, SSSSB Guru Neerana Shakya]

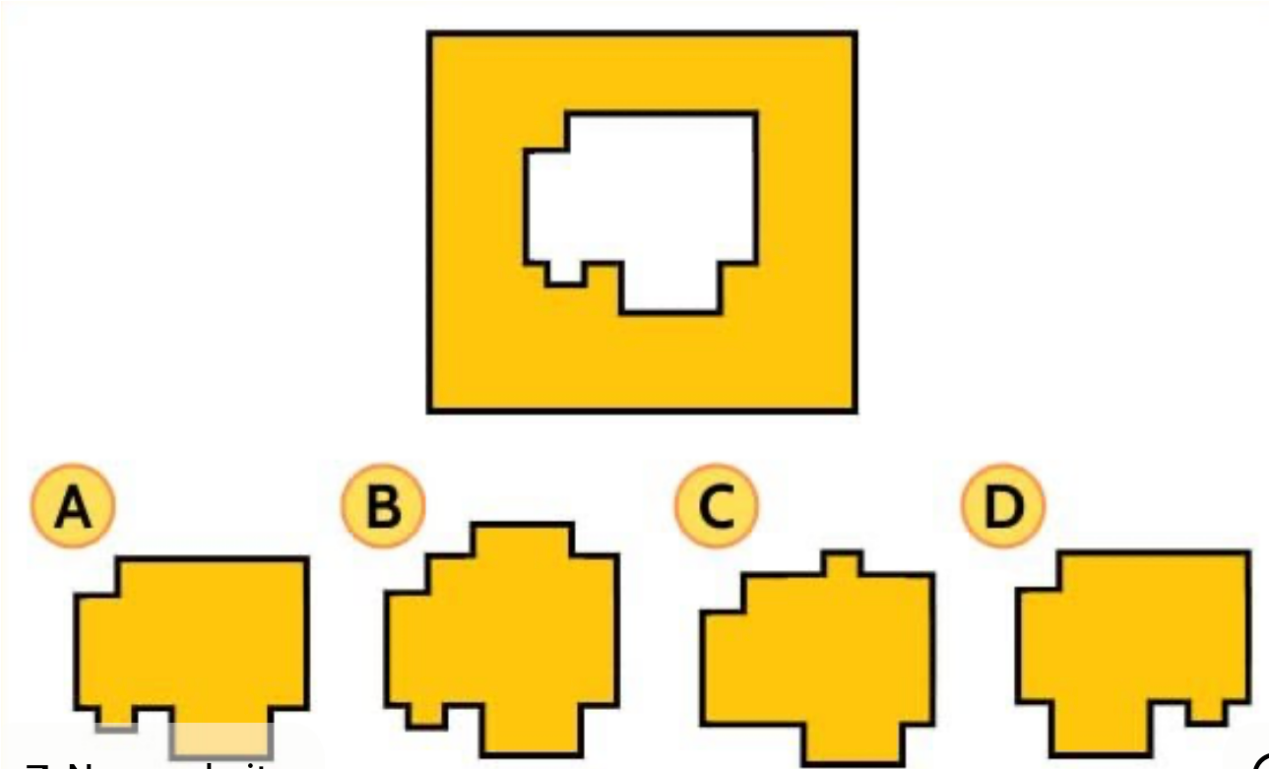
🇬🇧 Game 1/4: Let the youngest children answer first. If they don’t know, help them find the answer.
🇫🇷 Jeu 1/4: Laissez d’abord répondre les plus jeunes enfants. S’ils ne savent pas, aidez-les à trouver la réponse.



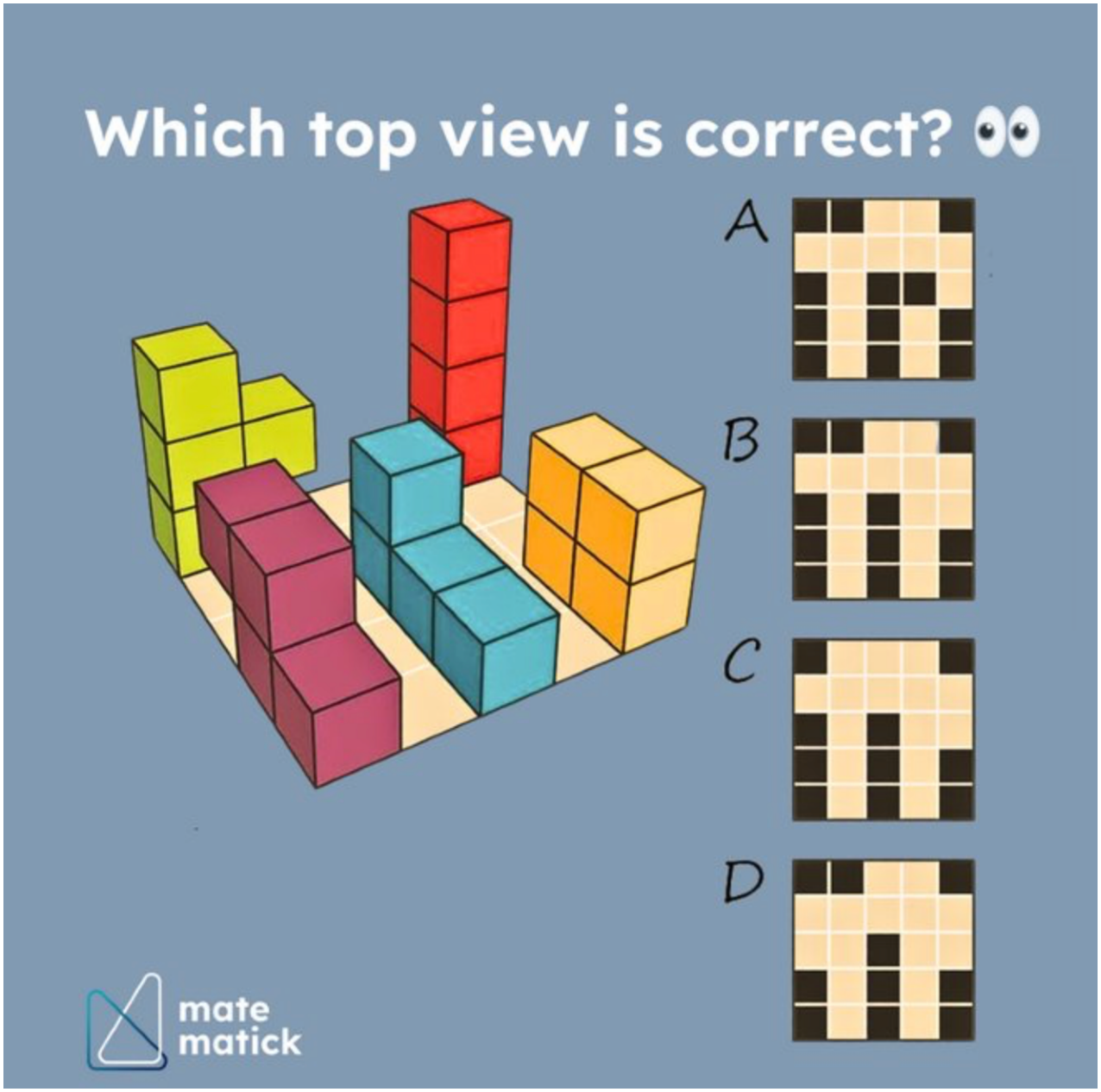
🇬🇧 Game 2/4: Let the youngest children answer first. If they don’t know, help them find the answer.
🇫🇷 Jeu 2/4: Laissez d’abord répondre les plus jeunes enfants. S’ils ne savent pas, aidez-les à trouver la réponse.



Game 3/4: Let the youngest children answer first. If they don't know, help them find the answer.
Jeu 3/4: Laissez d'abord répondre les plus jeunes enfants. S'ils ne savent pas, aidez-les à trouver la réponse.



Game 4/4: Let the youngest children answer first. If they don't know, help them find the answer.
Jeu 4/4: Laissez d'abord répondre les plus jeunes enfants. S'ils ne savent pas, aidez-les à trouver la réponse.



05 Closing: Last part of today's Ssssb Family Class
05 Fermeture: Dernière partie du cours Ssssb Famille d'aujourd'hui

- Asato Ma Sadgamaya
Tamaso Ma Jyotir Gamaya
Mrytyor Ma Amritam Gamaya

- Bhagwan Shri Sanjay Sai Aarati. भगवान श्री संजय साई आरती
Om Jaya Sañjaya Bābā, Swami Jaya Sañjaya Bābā,

ॐ जय संजय बाबा, स्वामी जय संजय बाबा,
Satya Sanātana Nirmala, Satya Sanātana Nirmala,
सत्य सनातन निर्मल, सत्य सनातन निर्मल,
He Jagake Dātā, Om Jaya Sañjaya Bābā
हे जगके दाता, ॐ जय संजय बाबा।

Sumadhura Sundara Vaibhava, Kamala Dalekṣhaṇa He, Svāmi Kamala Dalekṣhaṇa He,
सुमधुर सुन्दर वैभव, कमल दलेक्षण हे, स्वामी कमल दलेक्षण हे,
Kāṣhāyāmbara Dhāraṇa, Kāṣhāyāmbara Dhāraṇa,
काशायाम्बर धारण, काशायाम्बर धारण,
Paṅkaja Caraṇa Namo, Om Jaya Sañjaya Bābā.
पङ्कज चरण नमो, ॐ जय संजय बाबा।

Param Dhāma Parameśhvara, Paramānanda Namo, Svāmi Paramānanda Namo,
परम धाम परमेश्वर, परमानन्द नमो, स्वामी परमानन्द नमो,
Parama Pūjya Sāīśhvara, Parama Pūjya Sāīśhvara,
परम पूज्य साईश्वर, परम पूज्य साईश्वर,
Atmānanda Namo, Om Jaya Sañjaya Bābā
आत्मानन्द नमो, ॐ जय संजय बाबा।

Lakṣhmī Nārāyaṇa Mūrata, Shubhadāyaka Bhagavān, Svāmi Shubhadāyaka Bhagavān
लक्ष्मी नारायण मूरत, शुभदायक भगवान्, स्वामी शुभदायक भगवान्,
Sakala Jagata Ke Rakṣhaka, Sakala Jagata Ke Rakṣhaka,
सकल जगतके रक्षक, सकल जगतके रक्षक,
Maṅgala Kara Prabhu He, Om Jaya Sañjaya Bābā
मङ्गल कर प्रभु हे, ॐ जय संजय बाबा।

Om Jaya Sañjaya Bābā, Swami Jaya Sañjaya Bābā,
ॐ जय संजय बाबा, स्वामी जय संजय बाबा,
Satya Sanātana Nirmala, Satya Sanātana Nirmala,
सत्य सनातन निर्मल, सत्य सनातन निर्मल,
He Jagake Dātā, Om Jaya Sañjaya Bābā,
हे जगके दाता,
Om Jaya Sañjaya Bābā [x3]
ॐ जय संजय बाबा। [x 3]
-Om Shanti, Shanti, Shanti
- ॐ शान्ति, शान्ति, शान्ति

- *Samastha Jiva Sukhino Bhavantu* (3x)

- Sarveshaam Swastir Bhavatu
  Sarveshaam Shaantir Bhavatu
  Sarveshaam Purnam Bhavatu
  Sarveshaam Mangalam Bhavatu
- Om Shanti, Shanti, Shanti

- Jai Bolo Shri Sanjay Sai Soul Blossom Program Ki … Jai (1x)
- Jai Bolo Bhagawan Shri Sanjay Sai Baba Ji Ki … Jai (1x)

- Viebhoote Mantram
Paramam Pavitram Baba Vibhootim.
Paramam Vichitram Leela Vibhootim
Paramartha Isthtratha Moksha Pradhanam
Baba Vibhootim Idam Ashrayami

End, Fin, Ende, Fine, Fim, Konec, Jiéshù, Shūryō, Nihaya, Ant, Anta, Lokola

Short version / Version courte

05 Closing: Last part of today's Ssssb Family Class [Short version]
05 Fermeture: Dernière partie du cours Ssssb Famille d'aujourd'hui [Version courte]

- Asato Ma Sadgamaya
  Tamaso Ma Jyotir Gamaya
  Mrytyor Ma Amritam Gamaya

- *Samastha Jiva Sukhino Bhavantu* (3x)

- Om Shanti, Shanti, Shanti

- Jai Bolo Shri Sanjay Sai Soul Blossom Program Ki … Jai (1x)
- Jai Bolo Bhagawan Shri Sanjay Sai Baba Ji Ki … Jai (1x)

End, Fin, Ende, Fine, Fim, Konec, Jiéshù, Shūryō, Nihaya, Ant, Anta, Lokola