Shri Sanjay Sai Seva Organisations International

Holland Chapter

2026-w.. Topic Story SSSSB 086a+b [SSSSB Guru SSSSB Naresh Dhungel]
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- GB Bhajans, try so learn and sing new bhajans / 1a FR Bhajans essayez de chanter de nouveaux Bhajans
1b- GB Focusing-Meditation-Concentration: Light Meditation / 1b FR Méditation de concentration et d'attention : Méditation lumineuse

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

2- GB 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- FR 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- GB Games for Physical and Online Classes / 3 FR Jeux pour les cours en présentiel et en ligne

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

5- GB Closing prayers and mantras / 5 FR 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]

GB 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

FRFrench: 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.

NLDutch: *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



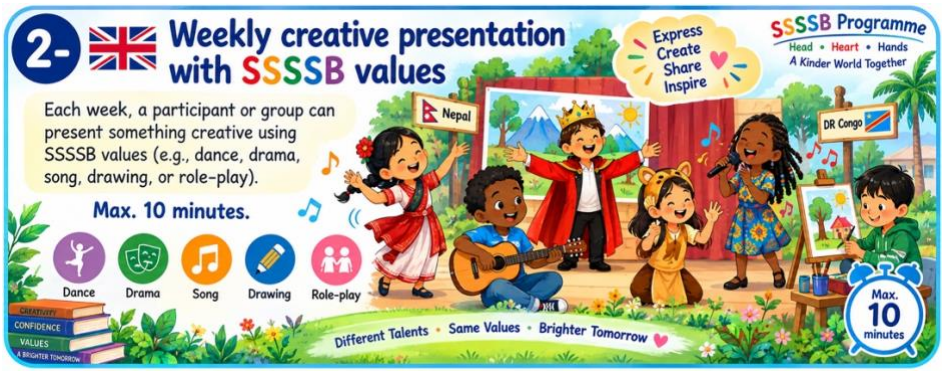
1c - GB Do you want to share or ask something? / FR Voulez-vous partager ou demander quelque chose ?

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





2- GB 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- FR 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- GB Games for Physical and Online Classes / 3 FR 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 086a: The Story of Two Friends and a Wise Parrot [5-12 years]



One day at school, the exam results were announced. During a free period, two Grade 5 friends were talking quietly.

Student A asked kindly: “Friend, how did your results go?”

Student B sighed: “I need to study harder. My parents are unhappy with my marks. How about yours?”

Student A smiled gently: “My results are good.”

Student B looked puzzled: “I studied hard. I even avoided playing the day before the exam. But I still feel confused about how to do better.”

Student A nodded with understanding: “I used to waste time too - playing too much, ignoring my parents, forgetting to pray. But everything changed after I joined the **SSSSB classes**.”

Curious, Student B asked: “What do you do there?”

Student A explained: “Our Gurus lovingly teach us to practice values—kindness, helping, serving, respecting, discipline, and prayer. They remind us that values are not just words we say—we must live them every day. Slowly I started practicing them.

Now, I do a short meditation each morning. In class, I try to give full attention to the teachers. At home, I finish homework first, then help my siblings and parents. Do you know, this has helped me a lot? My results are better, and I feel happier.”

Just then, a **bright green parrot** flew in through the classroom window, squawking loudly: “Love! Serve! Prayer! Discipline! That’s the secret! Sai Ram… ” It flew away.

The children burst into laughter. Student B giggled: “Even the parrot knows your secret!”

Student A laughed too: “Yes, the parrot is right. Practicing values makes life joyful. My parents are happy, my teachers are happy, and I feel peaceful inside.”

Student B’s eyes sparkled: “Can I join too?”

Student A replied joyfully: “Of course! Next Saturday, you come with me. You’ll be warmly welcomed.”

Question: Which student are you—Student A or Student B?

Heart-Work: Give full focus in class. After some time, reflect and share how it made you feel.Om Sairam 🙏

[September 2026 🖋 Bhaktapur, Nepal, SSSSB Guru Naresh Dhungel]

French Version – SSSSB Histoire 086a: L’histoire de deux amis et d’un perroquet sage [5-12 ans]



Un jour à l’école, les résultats des examens furent annoncés. Pendant une période libre, deux amis de la classe de 5e parlaient doucement.

Élève A demanda gentiment : Ami, comment se sont passés tes résultats ?

Élève B soupira : Je dois travailler plus dur. Mes parents ne sont pas contents de mes notes. Et toi ?

Élève A sourit doucement : Mes résultats sont bons.

Élève B semblait perplexe : J’ai étudié sérieusement. J’ai même évité de jouer la veille de l’examen. Mais je me sens encore confus sur la façon de m’améliorer.

Élève A hocha la tête avec compréhension : Moi aussi je perdais du temps — je jouais trop, j’ignorais mes parents, j’oubliais de prier. Mais tout a changé après que j’ai rejoint les classes **SSSSB**.

Curieux, **Élève B** demanda : Que fais-tu là-bas ?

Élève A expliqua : Nos Gurus nous enseignent avec amour à pratiquer des valeurs — la gentillesse, l’aide, le service, le respect, la discipline et la prière. Ils nous rappellent que les valeurs ne sont pas seulement des mots à dire — nous devons les vivre chaque jour. Peu à peu, j’ai commencé à les pratiquer.

Maintenant, je fais une courte méditation chaque matin. En classe, j’essaie de donner toute mon attention aux enseignants. À la maison, je termine d’abord mes devoirs, puis j’aide mes frères et sœurs et mes parents. Tu sais, cela m’a beaucoup aidé. Mes résultats sont meilleurs et je me sens plus heureux.

Juste à ce moment-là, un **perroquet vert vif** entra par la fenêtre de la classe en criant fort : Amour ! Service ! Prière ! Discipline ! Voilà le secret ! Sai Ram… Puis il s’envola.

Les enfants éclatèrent de rire. **Élève B** gloussa : Même le perroquet connaît ton secret !

Élève A rit aussi : Oui, le perroquet a raison. Pratiquer les valeurs rend la vie joyeuse. Mes parents sont heureux, mes enseignants sont heureux, et je me sens en paix intérieurement.

Les yeux de **l’Élève B** brillèrent : Puis-je venir aussi ?

Élève A répondit joyeusement : Bien sûr ! Samedi prochain, viens avec moi. Tu seras chaleureusement accueilli.

Question : Es-tu l’Élève A ou l’Élève B ?

Travail du Cœur : Donne toute ton attention en classe. Après un certain temps, réfléchis et partage ce que tu as ressenti.

Om Sairam [September 2026 Bhaktapur, Nepal, SSSSB Guru Naresh Dhungel]

English Version - SSSSB Story 086b: Two Friends and the Path to Change [13+ yrs]



One day at school, the results of examinations were announced.

Student A, [14 years], gently asked his friend: “Friend, how did your results go?”

Student B, [14 years], sighed: “I studied hard, but now I realize it wasn’t enough. My parents are unhappy with my results, and I feel confused about how to truly succeed. How about you?”

Student A smiled with calmness: “Mine are good. But I’m sure you have done better than before, right?”
Student B nodded: “Yes, I prepared seriously before the exams. I even avoided my mobile, TV, and playing with friends the day before.”

With a gentle glow in his eyes, **Student A** said: “Friend, I used to live like that too — wasting time on TV and mobile, ignoring my parents, and not helping my siblings, did not pray and meditate regularly. But everything changed after I joined the **SSSSB classes**.”

Curious, **Student B** leaned closer: “What happened there?”

Student A replied: “In those classes, Gurus teach us how to balance life by prioritizing what truly matters. They guide us to practice values, not just learn them. Slowly, I began to live differently.

At first, it was difficult to follow this new habit. I practiced for a few days, but then I slipped back into my old ways. Still, I did not give up. I tried again and again, and slowly I began to change.

Now, every morning I meditate — it keeps me calm and patient. In class, I give my full attention to the teachers, so I understand the lessons deeply. At home, I finish my homework first, then I help my siblings with their studies and support my parents with household work.”

He continued: I also realized that when I used my mobile phone, I often spent more time than I intended. Because of this, I didn’t have enough time left for important tasks. Now, I have better control over it, though it is still a challenge. I try to use it only for studies and for necessary communication with my family.”

Student B remarked: “Oh, that’s truly amazing.”

Student A nodded: “Yes, and because of this, my results improved. I feel more confident. Most importantly my parents are happy.”

Curious, **Student B** asked: “But you mentioned SSSSB classes… what exactly is that? Can I join too?”

With joy, **Student A** replied: “In SSSSB classes, Gurus teach us values — discipline, respect, helping others, prayer, and gratitude. Practicing these values makes life brighter and better. Tomorrow is Saturday — come with me. Trust me, you will be warmly welcomed.”

Question: Which student are you — Student A or Student B?
Heart-Work: Prioritize your work based on importance. After some time, reflect and share your experience of how it changed your life.

Om Sairam [September 2026 Bhaktapur, Nepal, SSSSB Guru Naresh Dhungel]

French Version – SSSSB Histoire 086b : Deux amis et le chemin du changement [13+ans]



Un jour à l'école, les résultats des examens furent annoncés.

Élève A (14 ans) demanda doucement à son ami : Ami, comment se sont passés tes résultats ?
Élève B (14 ans) soupira : J'ai étudié dur, mais je réalise maintenant que ce n'était pas suffisant. Mes parents ne sont pas contents de mes résultats, et je me sens confus sur la manière de réussir vraiment. Et toi ?

Élève A sourit calmement : Les miens sont bons. Mais je suis sûr que tu as fait mieux qu'avant, n'est-ce pas ?

Élève B acquiesça : Oui, je me suis préparé sérieusement avant les examens. J'ai même évité mon téléphone, la télévision et les jeux avec mes amis la veille.

Avec un doux éclat dans les yeux, **Élève A** dit : Ami, moi aussi je vivais comme ça — je perdais du temps devant la télé et le portable, j'ignorais mes parents, je n'aidais pas mes frères et sœurs, je ne priais ni ne méditais régulièrement. Mais tout a changé après que j'ai rejoint les classes **SSSSB**.
Curieux, **Élève B** se pencha : Que s'y passe-t-il ?

Élève A répondit : Dans ces classes, les Gurus nous enseignent à équilibrer la vie en donnant la priorité à ce qui compte vraiment. Ils nous guident pour pratiquer les valeurs, pas seulement les apprendre. Peu à peu, j'ai commencé à vivre différemment.

Au début, c'était difficile de suivre cette nouvelle habitude. J'ai pratiqué quelques jours, puis je suis retombé dans mes anciennes façons. Mais je n'ai pas abandonné. J'ai essayé encore et encore, et lentement j'ai commencé à changer.

Aujourd'hui, chaque matin je médite — cela me rend calme et patient. En classe, je donne toute mon attention aux enseignants, ainsi je comprends les leçons profondément. À la maison, je termine mes devoirs d'abord, puis j'aide mes frères et sœurs dans leurs études et je soutiens mes parents dans les tâches ménagères.

Il continua : J'ai aussi réalisé que lorsque j'utilisais mon téléphone portable, j'y passais souvent plus de temps que prévu. À cause de cela, il ne me restait pas assez de temps pour les tâches importantes. Maintenant, j'ai un meilleur contrôle, même si c'est encore un défi. J'essaie de l'utiliser seulement pour mes études et pour la communication nécessaire avec ma famille.

Élève B remarqua : Oh, c'est vraiment incroyable.
Élève A hocha la tête : Oui, et grâce à cela, mes résultats se sont améliorés. Je me sens plus confiant. Le plus important, c'est que mes parents sont heureux.

Curieux, **Élève B** demanda : Mais tu as parlé des classes SSSSB… qu'est-ce que c'est exactement ? Puis-je y participer aussi ?
Avec joie, **Élève A** répondit : Dans les classes SSSSB, les Gurus nous enseignent des valeurs — discipline, respect, aide aux autres, prière et gratitude. Pratiquer ces valeurs rend la vie plus lumineuse et meilleure. Demain c'est samedi — viens avec moi. Fais-moi confiance, tu seras chaleureusement accueilli.

Question : Es-tu l'Élève A ou l'Élève B ?
Travail du Cœur : Priorise ton travail selon son importance. Après un certain temps, réfléchis et partage ton expérience de la façon dont cela a changé ta vie.

Om Sairam 🙏 [September 2026 ✍ Bhaktapur, Nepal, SSSSB Guru Naresh Dhungel]

English Version – Physical Class Game – Choose What Comes First! - SSSSB Story 086



How to play

- Children stand in a circle. Place cards in the centre showing **Study, Mobile, TV, Meditation, Helping Parents, Helping Siblings, Playing, and Resting**.
- The teacher calls out a situation, such as: **"You have homework, but you want to use your mobile."**
- One child quickly picks the card showing **what should come first** and acts it out. The other children guess the good choice.
- If the child makes a poor choice, everyone joyfully says: **"Try again — good habits grow with practice!"**
- Continue with different situations so every child gets a turn.

Ending: At the end, everyone raises their hands and says together: **"Choose wisely, practice daily, and make life brighter!"**

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

French Version – Jeu de classe physique – Choisis ce qui vient en premier ! - SSSB Histoire 086



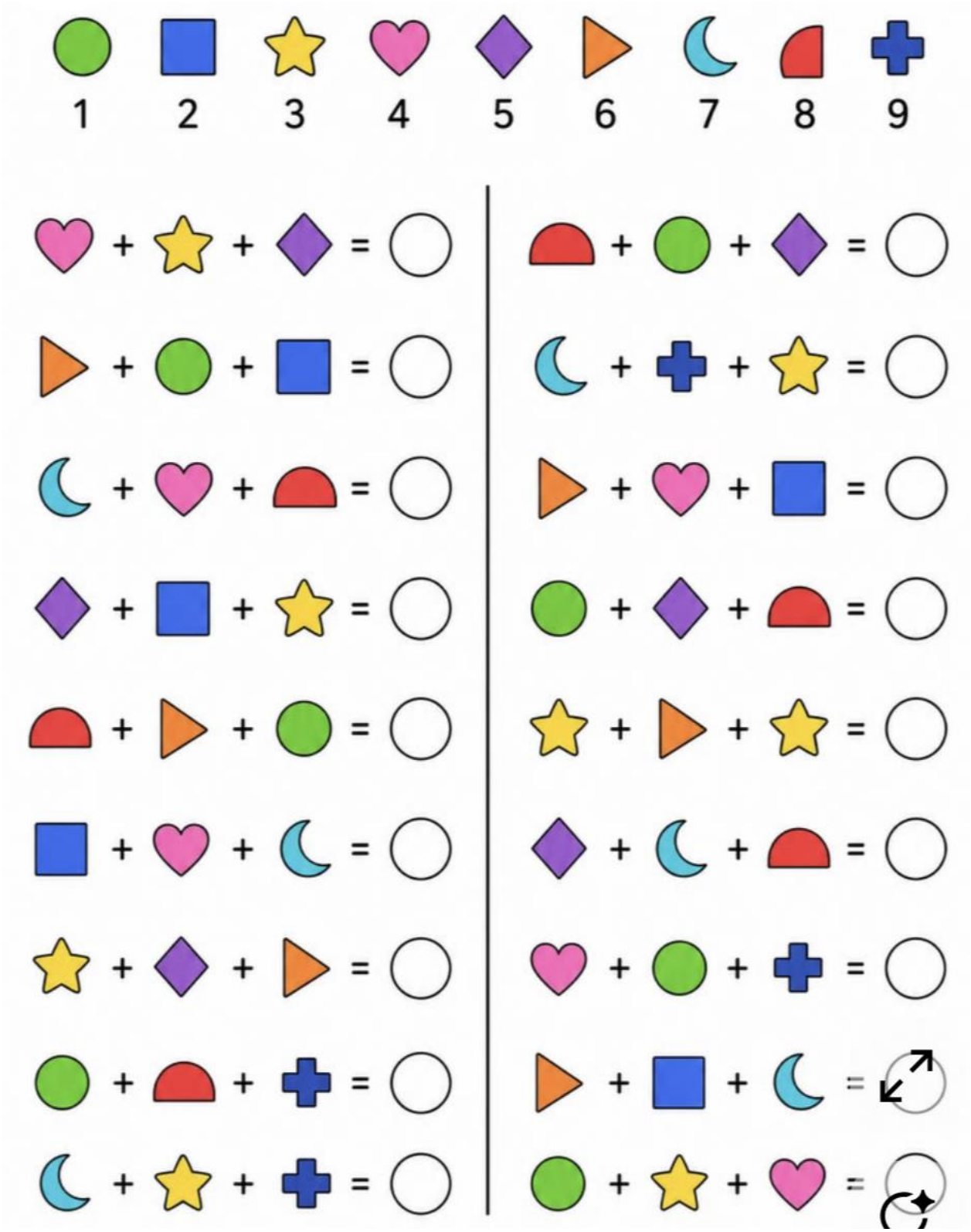
Comment jouer

- Les enfants se tiennent en cercle. Placez au centre des cartes représentant : **Étudier, Téléphone portable, Télévision, Méditation, Aider les parents, Aider les frères et sœurs, Jouer et Se reposer**.
- L'enseignant présente une situation, par exemple : **« Tu as des devoirs à faire, mais tu veux utiliser ton téléphone portable. »**
- Un enfant choisit rapidement la carte qui montre **ce qui doit être fait en premier** et mime l'action. Les autres enfants doivent deviner quel est le bon choix.
- Si l'enfant fait un mauvais choix, tout le monde dit joyeusement : **« Essaie encore — les bonnes habitudes se développent avec la pratique ! »**
- Continuez avec différentes situations afin que chaque enfant puisse participer.

Conclusion: À la fin, tout le monde lève les mains et dit ensemble : **« Choisis avec sagesse, pratique chaque jour et rends ta vie plus lumineuse ! »**

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

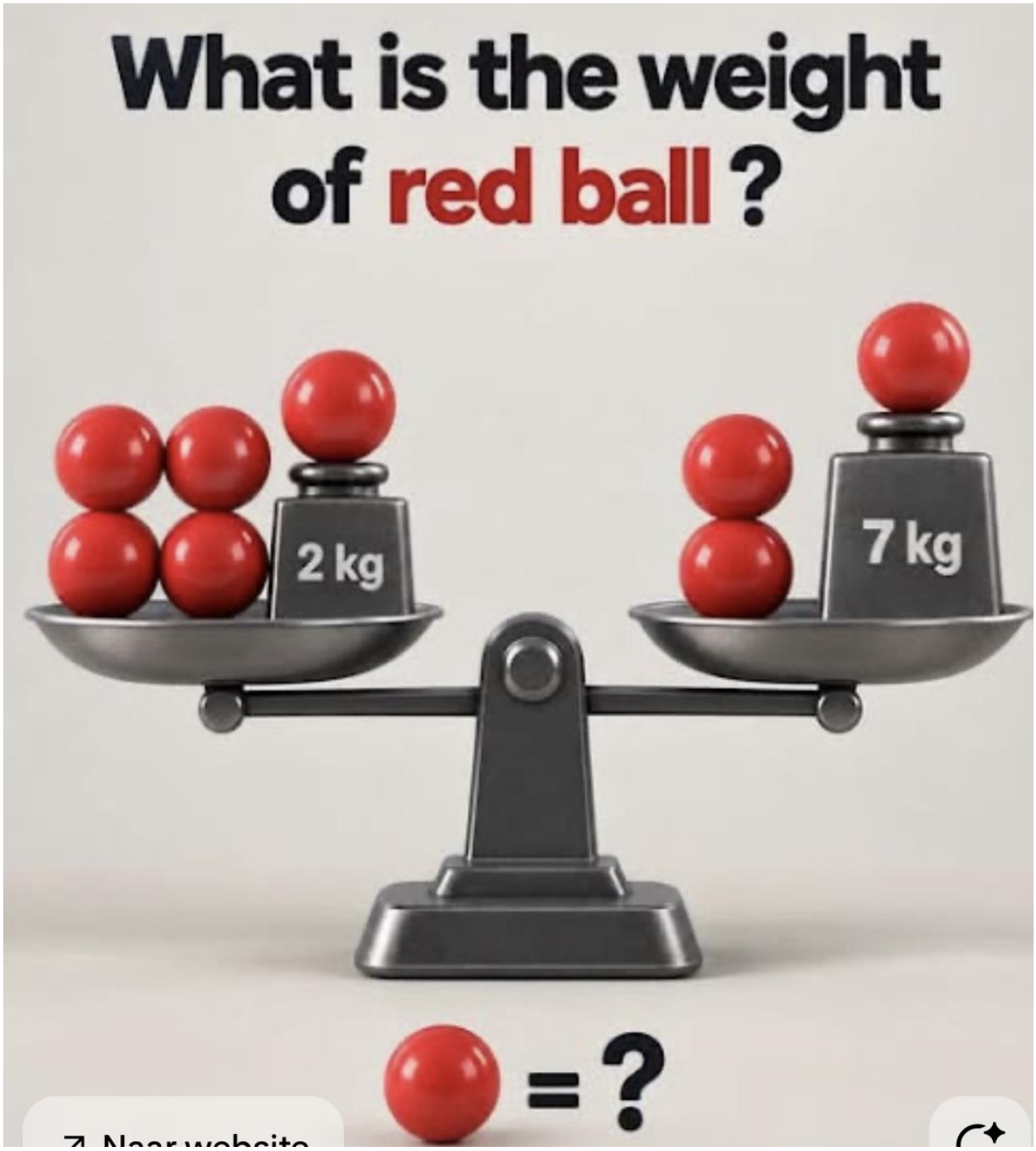
GB Game 1/4: Let the youngest children answer first. If they don't know, help them find the answer.
FR Jeu 1/4: Laissez d'abord répondre les plus jeunes enfants. S'ils ne savent pas, aidez-les à trouver la réponse.



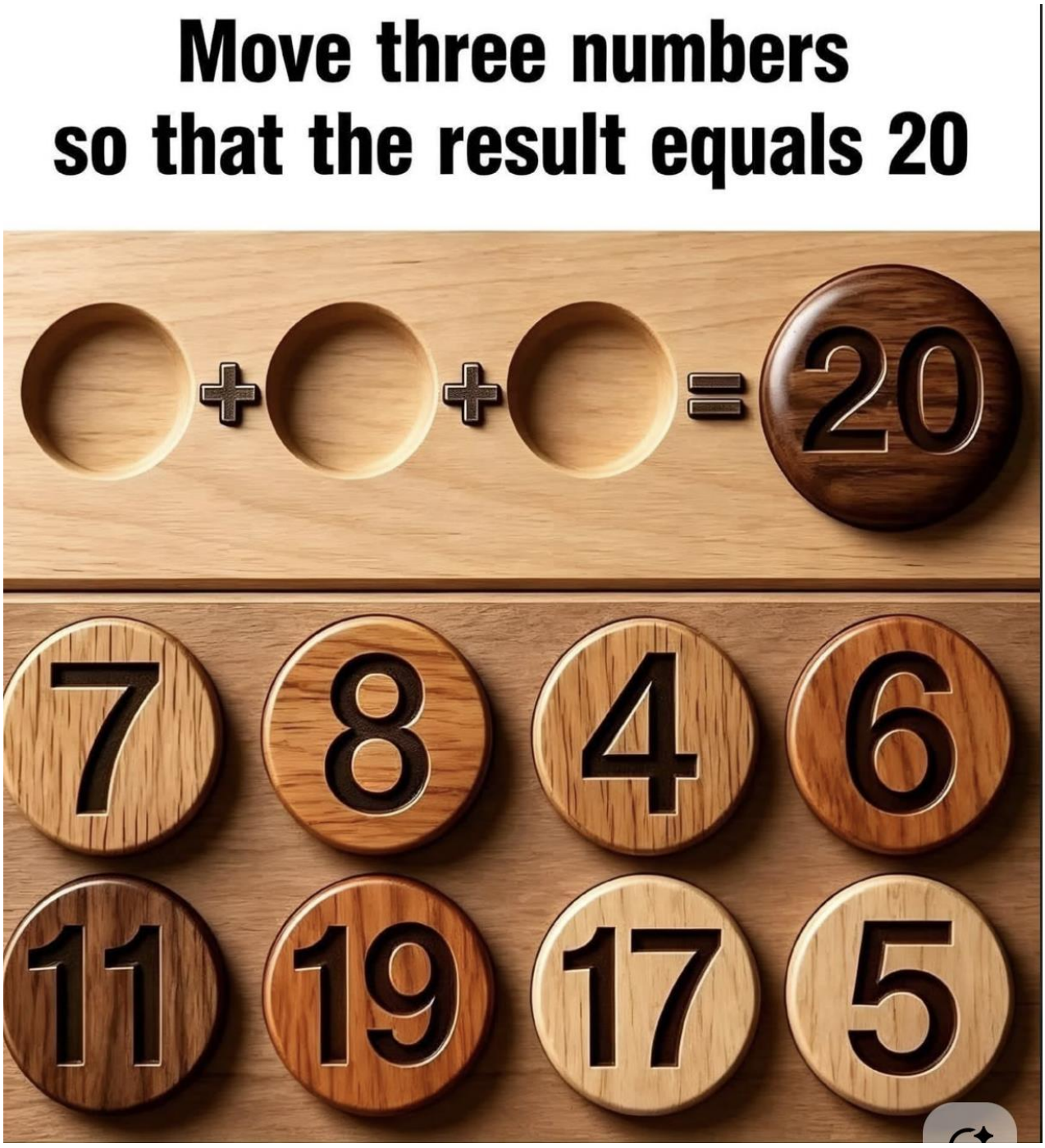
GB Game 2/4: Let the youngest children answer first. If they don't know, help them find the answer.
FR Jeu 2/4: Laissez d'abord répondre les plus jeunes enfants. S'ils ne savent pas, aidez-les à trouver la réponse.



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



GB Game 4/4: Let the youngest children answer first. If they don't know, help them find the answer.
FR 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