SPIRITUAL APPLICATION RESEARCH CENTRE

Local Chapter BARSHI (SOLAPUR) MAH.

PROJECT REPORT

प्रोजेक्ट टाईटल ः Project Title ः **ज्वालामुखी योग के तरफ बढते कदम...**

उददेश ः **अपनी योग की अवस्था को ज्वालामुखी योग अवस्था की दिशा मे बढाना |**
सिर्फ योग लगानेवाला योगी नही तो योगी जीवनवाला योगी बनना |

लक्ष ः १. ज्वालामुखी योग की संकल्पना के बारे मे स्पष्ट ज्ञान अवगत करना |
२. ज्वालामुखी योग की आवश्यकता महसूस करना |
३. ज्वालामुखी योग की अवस्था प्राप्त करने के लिए पूर्व तैयारी करना |
४. अपनी वर्तमान अवस्था एवं ज्वालामुखी योग की अवस्था इन का तुलनात्मक अवलोकन करना |
५. अपने व्यक्तिगत पुरूषार्थ का सुंदर प्लॅन तैयार करना |
६. उस प्लॅनअनुसार हर रोज अभ्यास करते करते करते अपनी योग की अवस्था तो ज्वालामुखी योग की अवस्था की दिशा मे बढाना |
७. अपना विशिष्ट संस्कार जो हमे अपने योगाभ्यास मे अथवा अपने पुरूषार्थ मे अथवा अपने आध्यत्मिक प्रगती मे बाधा डालता है |उसे पहचाननाऔर उस संस्कार के अंतिम संस्कार अर्थात समाप्ती के लिए अपने व्यक्तिगत स्तर पर योजना प्लॅन बनाना |
८. अपना विशिष्ट संस्कार जो हमे अपने योगाभ्यास मे अथवा अपने पुरूषार्थ मे अथवा अपने आध्यत्मिक प्रगती मे सदा मदतगार रहा है | उसे पहचानना और उस संस्कार को सदा अपने जीवन मे प्रयोग मे लाने के लिए अपने व्यक्तिगत स्तर पर योजना प्लॅन बनाना |
९. अपनी योग की प्रगती एवं ज्वालामुखी योग अवस्था की दिशा मे जो पुरूषार्थ चल रहा है उस की चेकिंग के लिए चार्ट बनाना |

समयावधी ः **१ मार्च २०१२ से १८ जनवरी २०१३स्मृती दिन तक**

Inspirations: प्रेरणास्तोत्र ः
अव्यक्त बापदादा, आदरणीय ब्र. कु. रमेशभाईजी, आदरणीय अंबिकाबहजी तथा आदरणीय ब्र. कु. सोमप्रभाबहनजी

Guidline :
आदरणीय ब्र. कु. आत्मप्रकाशभाईजी माउंट आबू एवं ब्र. कु. अजयभाई, बेंगलोर
Group Co ordinator Facilitator
Group Volcanic Stage : Yoga and Experimentations

उमंगउत्साहदाता ः आदरणीय ब्र. कु. संगीताबहनजी, बार्शी

Subzoanl Co ordinator & Facilator ब्र. कु. मोहनभाई, बार्शी

Contact Address संपर्क पत्ता
ब्रहमाकुमारीज , ' शिवप्रकाश भवन ' ,सम्राट चौक , सोलापूर जि. सोलापूर महाराष्ट्र
फोन ः 0217-2325671 मो. 09422067369
ब्रहमाकुमारीज़ , ' राजयोग भवन' , शिवाजी नगर , बार्शी , जि. सोलापूर, महाराष्ट्र
फोन ः 02184-223777 मो. 09423536277, मोहनभाई ः9850530669
Email : barshi@bkivv.org, bkbarshi@gmail.com

साधन एवं युक्तियॉ ः

१. मददगार रूप मे बाबा के साथ का अनुभव | २. पॉच स्वरूपों के ड्रील |
३. अपनी योग की प्रगती एवं ज्वालामुखी योग अवस्था की दिशा मे जो पुरूषार्थ चल रहा है उस की चेकिंग के लिए चार्ट | ४. संगठित रूप से योग का प्रयोग... कॉमेंट्रीज के साथ |
५. अव्यक्त वाणीयों से ज्वालामुखी योग के प्वाईंटस का संकलन |
६. सूरजभाईजीद्वारा प्राप्त इस सप्ताह का पुरूषार्थ ७. युथविंगद्वारा प्राप्त दिव्यदर्पण चार्ट |

Work-Done ः

* हर एक ब्रहमावत्सद्वारा व्यक्तिगत स्तर पर *

१. योगी जीवन वाला योगी बनने का उमंग उत्साह, हिम्मत तथा आत्मविश्वास निर्माण करने हेतू तथा कायम रखने हेतू स्वयं का व्यक्तिगत जीवन, व्यक्तिगत पुरूषार्थ, लौकिक एवं अलौकिक संबंध संपर्क के बारे मे सकारात्मक प्रेरणास्पद संकल्पो का तथा दैवी गीतों का अमृतवेले तथा दिन भर मे बार बार चिंतन करने का अभ्यास सभी ने किया |

For Eg. **Yes! I Will Win !!**

हॉ ! मेरी जीत निश्चित है!!

हॉ! मै ज्वालामुखी योग की अवस्था तक जरूर पहुँचूँगा!!

हॉ! मै ही विजयी था! मै ही विजयी हूँ !!

और मै ही विजयी होकर रहूँगा!!!

२. अभी तक के ब्राहमण जीवन के अनुभव अनुसार

योग की अवस्था बढाने मे आनेवाली बाधाएँ

तथा योग की अवस्था बढाने मे आनेवाली बाधाओं का निवारण तथा योग की अवस्था बढाने मे सहाय्यक बातों

की लिस्ट बनाई गयी और उस अनुसारअपने पुरूषार्थ को दिशा देने का प्रयास किया गया|यह लिस्टसंलग्न है|

३. अमृतवेले से रात सोने तक दिनचर्या पर अटेंशन रखा गया| जल्दी सोना जल्दी उठना |
४. अमृतवेले उठते ही बापदादा का **वरदानी हाथ सिर पर अनुभव करना एवं बापदादा से विजयीभव का वरदान लेने का अभ्यास** सभी ने किया गया |
५. मुरली क्लास के पूर्व दस मिनिट तथा मुरली क्लास के पश्चात आधा घंटा योगाभ्यास पर अटेंशन दिया गया |
६. **मुरली सुनते विशेष योगानुभूती करानेवाला अभ्यास ः**

व्हिज्युलायझेशन टेक्निक ...दृश्यावलोकान के विधि के साथ

अ. मुरली के हेडलाईन अर्थात मीठे बच्चे का महावाक्य सुनते समय ः

जैसे मॉ बाप अपने बच्चे को उस के गालों पर हाथ घुमाते हुए प्यार की अनुभती करानेवले बोल बोलते है ऐसे बापदादा मेरे सामने खडे है और मेरे गालों पर हाथ फिराते हुए मुझे समझा रहे है |

ब. मुरली का प्रश्नउत्तर सुनते समय ः

बापदादा मेरे सामने खडे है और कोई रहस्ययुक्त बात अंगुली से इशारा कर के मुझे समझा रहै है |

क. बापदादा का याद प्यार सुनते समय ः

बापदादा मेरे सामने खडे है और हाथ से नमस्ते की मुद्रा करते हुए मुझे नमस्ते बोल रहे है |

ड. धारणा का सार सुनते समय ः

जैसे मॉ बाप अपने बच्चे से कोई अच्छा कार्य करने के लिए उस के पीठ पर हाथ घुमाते हुए उसे प्रेरणा देते है; ऐसे बापदादा मेरे बाजू मे खडे है और मेरे पीठ पर हाथ घुमाते हुए मुझे मुझे मुरली से कुछ महत्वपूर्ण सार धारण करने के लिए प्रेरणा दे रहै है |

इ. बापदादा मेरे सामने खडे है और उन का वरदानी हाथ मेरे सिर पर है और वह मेरे लिए मुख से वरदान का उच्चारण कर रहे है |

ई. स्लोगन सुनते समय ः

बापदादा मेरे सामने खडे है और मेरा हाथ अपने हाथ मे लेकर मेरे लिए प्रेरणादायी सुविचार अर्थात स्लोगन का उच्चारण कर रहे है |

७. सारा दिन आत्मिक दृष्टी का अभ्यास करना ही है इस पर अटेंशन दिया गया |

८. **हर घंटे को एक बार पॉच मिनिट अपनी जो लौकिक या अलौकिक सेवा शुरू है वह स्टॉप कर के पॉच स्वरूपों की ड्रिल तथा मन्सा सेवा का अभ्यास किया गया |**

९. सूरजभाईजीद्वारा प्राप्त इस सप्ताह के लिए पुरूषार्थ अनुसार स्वमान, योगाभ्यास, धारणा एवं चिंतन प्रमाण पुरूषार्थ मे तीव्रता लाने का पुरूषार्थ किया गया |

१०. आहार नियंत्रण करना, रात का भोजन सोने से पूर्व तीन घंटा पूर्व करना इस पर अटेंशन |

११. हर रोज रात को सोते समय चार्ट लिखना , १० मिनिट बिस्तर पर योग कर के बाबा को सारा समाचार देना तथा दुसरे दिन के प्रगती के लिए बाबा से वरदान लेना यह भी अभ्यास दृढतापूर्वक किया गया | विभिन्न चार्टस साथ मे संलग्न है |

१२. **अपना विशिष्ट संस्कार जो हमे अपने योगाभ्यास मे अथवा अपने पुरूषार्थ मे अथवा अपने आध्यत्मिक प्रगती मे बाधा डालता है उसे पहचानना और मन्सा, वाचा, कर्मणा, संबंध संपर्क मे आते समय उसे तुरंत चेक करना तथा उसे सिर्फ चेंज ही नही तो उस संस्कार के अंतिम संस्कार अर्थात समाप्ती के लिए अपने व्यक्तिगत स्तर पर योजना प्लॅन बनाकर हिम्मत न हारते हुए दृढतापूर्वक अटेंशन देकर पुरूषार्थ करना यह भी अभ्यास किया गया |**

१३. अपना विशिष्ट संस्कार जो हमे अपने योगाभ्यास मे अथवा अपने पुरूषार्थ मे अथवा अपने आध्यत्मिक प्रगती मे सदा मददगार रहा है | उसे पहचानना और उस संस्कार को सदा अपने जीवन मे मन्सा,वाचा, कर्मणा, संबंध संपर्क मे आते समय प्रयोग मे लाना | इस अभ्यास पर भी विशेष अटेंशन दिया गया |

१४. अव्यक्त वाणीया, दादीयॉ और महारथीयों के ज्वालामुखी योग के बारे मे क्लास पढना, सुनना तथा उन से प्वाईंट का संकलन करने का काम शुरू है जल्दी ही पुरा हो जाएगा |

१५. **<u>कर्मयोगी बनने के लिए विशेष अभ्यास</u>** ः

१. **<u>रात को सोते समय दस मिनिट के योग के समय बिस्तरपर लेटते समय अभ्यास करना</u>**

सुक्ष्म देह धारण कर स्थूल देह से बाहर निकल रहा हूँ|आकाश मार्ग से वतन की ओर उड रहा हूँ| सुक्ष्म देह सुक्ष्म वतन मे संपूर्ण फरिश्ता ब्रहमाबाबा के गोदी मे लेट गया |सुक्ष्म ते सुक्ष्म आत्मा बिंदी सुक्ष्म देह से निकलकर... मुलवतन शांतिधाम मे पहुंच गई और सुक्ष्म ते सुक्ष्म बिंदू शिवबाबा के समीप स्थित होकर शांती और पवित्रता का अनुभव करते हुए गहरी नींद मे खो जाना |

२. **<u>सुबह नीद से जागृत होते समय और ऑख खोलते समय अभ्यास करना</u>**

शांतिधाम से मै आत्मा बिंदू... सुक्ष्म वतन मे आकर... सुक्ष्म देह धारण कर... स्थूलवतन की तरफ आ रहा हूँ ...तथा फरिश्ता रूप सहीत स्थुल वतन की ओर आकर...स्थूल देह मे प्रवेश कर रहा हूँ... मै पवित्रस्वरूप एवं शांतस्वरूप आत्मा... चारो तरफ पवित्रता और शांति की किरणे फैला रहा हूँ...

३. अमृतवेले के योगाभ्यास के बाद मुरली क्लास को आने तक फरिश्ता स्थिती पर विशेष अटेंशन देना |

४. **<u>पाखाने मे प्रातःर्विधी करते समयः</u>**

स्थूल देह से ...एक बाजू से सूक्ष्म देहधारी फरिश्ता बाहर निकल रहा हूँ और फिर दुसरे बाजू से स्थूल देह मे प्रवेश कर राहा हूँ... .ऐसा अभ्यास बार बार करना |

५. **<u>स्नान करते समय ः</u>**

स्वयं बापदादा मॉ बनकर मुझे स्नान डाल रहे है ... जैसे इस जल से मेरा स्थूल देह स्वच्छ हो रहा है ...वैसे बापदादा मुरली क्लस के समय ज्ञानस्नान से मुझ आत्मा को साफ स्वच्छ करते है
वाह रे ! मै ! ! वाह ! ! !

६. मुरली सुनने जाते समय स्वयं भगवान द्वारा ज्ञानश्रृंगार करने जा रहा हूँ ... इस नशे के साथ जाना और मुरली सुनकर आते समय ज्ञानमंथन करते हुए घर पहूंचना |

७. नाष्टा एवं भोजन के पहले तीन से पॉच मिनिट तक योग के द्वारा एवं पाणी एवं चाय एक मिनिट योग के द्वारा चार्ज करने के बाद ही ग्रहण करना है उस पर अटेंशन दिया गया |

८ . भोजन बनाते और खाते समय दैवी गीत लगाना एव परमधाम से पवित्रता सूर्य शिवबाबा की पवित्रता की किरणे मुझ आत्मा पर पड रही है और आत्मा मे पवित्रता का बल निर्मान कर रही है और यह पवित्रता का बल पवित्रता की किरणों के रूप मे ऑखो के तरफ प्रवाहित हो रहा है और ऑखो मे पवित्रता का प्रकाश भर रहा है यह पवित्रता का प्रकाश पवित्रता के किरणों के रूप मे इस अन्न पर पड रहे है और पवित्रता का बलसंपन्न यह अन्न प्रसाद के रूप मे परिवर्तन हो रहा है ... .

* सेवाकेंद पर सामुहिक रूप मे

१. पूरा साल सेवाकेंद्र पर बीच बीच मे ११ दिन या २१ दिन की योगभटटी के कार्यकम का आयोजन किया गया|जिस का लाभ हर बार पचास से भी जादा बी. के.भाई बहनों ने लिया और विभिन्न गीतापाठशालाओं मे भी भटटी का आयोजन किया गया |

२. हर रोज सेवाकेंद्र पर शाम को ६.३0 से ७.३0 बजे तक योग तपस्या का कार्यकम चलता रहा |

३. **सेवाकेंद्र पर सामुहिक रूप से रचनात्मक योग के प्रयोग किये गये** |

* गीत और कॉमेंट्री के आधार पर फरिश्तेपन की अनुभूति कराई गयी |
* ज्वालामुखी योग की अवस्था बनाते समय आनेवाली सफलता और असफलता मे स्थिरचित्त रहे इस हेतू सभी के हाथ मे जलती हुई मोमबत्ती दी गई और सभी को ज्योति पर अपनी दृष्टी को स्थिर करने के लिए बोला गया और उसी समय ये कहानी है ...ऑधी और तुफान की यह गीत सभी को सुनाया गया दो स्टान्झा के बीच मे संगीत के समय हिम्मत बढानेवाले स्वमानयुक्त विचार सुनाये गये |

ज्वालामुखी योग के तरफ बढते कदम

बार्शी सोलापूर लोकल चॅप्टर

क	योग की अवस्था बढाने मे आनेवाली बाधाएँ	क	योग की अवस्था बढाने मे आनेवाली बाधाओं का निवारण तथा योग की अवस्था बढाने मे सहाय्यक बाते
१	नींद आना, गुटके (डुकली) खाना	१	दिनचर्या निश्चित करना, आहारनियंत्रण, डॉक्टर की सलाह
२	साधारण , व्यर्थ कमजोर, नकारात्मक संकल्प	२	श्रेष्ठ, समर्थ शक्तिशाली, सकारात्मक संकल्प
३	बीती बातों का चिंतन	३	वर्तमान मे प्राप्त सुअवसर तथा श्रेष्ठ भविष्य का चिंतन करते हुए बीती को बिंदी लगाना
४	घृणाभाव	४	परमात्मा का सब से प्यार है...मुझे भी सब से प्यार करना है |
५	ईर्ष्या तथा देहधारीयों के साथ कंपॅरिझन	५	सिर्फ संपूर्ण फरिश्ता ब्रहमाबाबा से कंपॅरिझन करना है |
६	बदले की भावना	६	क्षमाभाव... परमात्मा सभी को क्षमा करते है मुझे भी सभी को क्षमा करना है |
७	कामनाए ... देहधारी से, यज्ञ से नाम, मान, शान, सॅलव्हेशन,पालना	७	मै ज्ञान मार्ग पर जिस अंतिम लक्ष को लेकर आगे बढ राहा हूँ...उस अंतिम लक्ष पर संपूर्ण स्थिती तथा सतयुगी देवपद पर अर्जुन के समान मनबुध्दी को केंद्रित करना
८	स्वयं के प्रती तथा औरों को प्रती हिन भावना	८	सदा स्वमान मे रहना तथा औरों को सम्मान देना
९	सुक्ष्म छोटे छोटे पापकर्म	९	श्रेष्ठ कर्म तथा यज्ञसेवा मे तथा औरों को दिया गया सहयोगद्वारा प्राप्त दुआ
१०	दैहिक दृष्टी...याद रहे देह को देखना माना साप को देखना ... साप तो डसेगा ही |	१०	आत्मिक दृष्टी ... आत्मा को देखना माना मणि को देखना ...मणि तो प्रकाश ही देगा |

हर घंटे मे एक बार पॉच स्वरूपों का अभ्यास एवं मन्सा सेवा हेतू चिंतनबिंदूअर्थात योग कॉमेंट्री

अनुभव कहता है दृढतापूर्वक प्रयास से यह सब चिंतन पॉच मिनिट के अंदर बडे शांतिपूर्वक और अनुभुति के साथ पुरा होता है...

मै ज्योतिर्बिंदू आत्मा ...भृकूटी के बीच चमक रहा हूँ ...पवित्र स्वरूप हूँ...परमधामनिवासी मेरे पिता पवित्रता सूर्य शिवबाबा से पवित्रता की सफेद किरणे...परमधाम से निकलकर...सूक्ष्मवतन...आकाश से...मुझ आत्मा के तरफ आकर... मुझ आत्मा को मिल रही है...यह पवित्रता की किरणे मुझ आत्मा मे पवित्रता का बल प्रदान कर रही है...यह पवित्रता का बल...मन बुध्दी संस्कार को प्रभावित कर रहा है...यह पवित्रता का बल...पवित्रता की किरणो के रूप मे ...ऑख्रो के तरफ प्रवाहित हो रहा है...ऑख्रो मे पवित्रता का प्रकाश भर रहा है...यह पवित्रता का बल...सिर के बालों से लेकर...पॉव के नाख्रून तक...पूरे शरिर मे...हर कर्मेंद्रिय मे ...हर ख्रूनवाहिनी नलिका मे...हर पेशी मे...प्रवाहित हो रहा है...मुझ आत्मा से और मेरे शरिर से चारो तरफ ...पवित्रता का सफेद प्रकाश ...फैल रहा है...मै इस स्थूल देह का भान भूलकर...प्रकाशमय देह धारण कर...मै फरिश्ता आकाश मार्ग से उडत उडते...सूर्य चॉद से पार एक अनोख्रा सफेद प्रकाश फैली हुई दुनिया सूक्ष्मवतन में...फरिश्तारूपधारी ब्रहमाबाबा के सामने पहुँच गया हूँ...उनका वरदानी हाथ मेरे सिर पर है ...फरिश्तारूप ब्रहमाबाबा के दिव्य नयनोंद्वारा मुझे ...शिवबाबा का पवित्रता का सफेद,शांति का हरा एवं सुख्र आनंद का रंगबिरंगी सकाश मिल रहा है...मै पवित्रता...सुख्र शांति से भरपूर हो रहा हूँ... इस दिव्य अनुभूति के साथ प्रकाशमय देह छोडकर मै सिर्फ एक ज्योतिर्बिंदू आत्मा...शांतिधाम की ओर उड रहा हूँ...शांतिधाम...लाल सोनेरी प्रकाश फैली हुई दुनिया...इस दुनिया मे पहुँचकर...मै आत्मा निराकार...ज्योतिर्बिंदु शिव परमात्मा के समीप पहुँच गया हूँ... शांतिसुर्य शिवबाबा से मुझे शांति का हरा रंग का तथा पवित्रता का सफेद सकाश मिल रहा है...अब मै ज्योतिर्बिंदू आत्मा...शांतिधाम से स्थूलवतन की ओर आ रहा हूँ...स्थूलवतन पर स्वर्गीय दुनिया मे...देवता रूप मे सदा सुख़...शांति...आनंद... ऐश्वर्य का अनुभव करते हुए...मैने२५00 वर्ष...स्वर्गीय दुनिया मे राज्य किया...द्वापरयुग से मेरे ही जड मूर्तियों की भक्त आत्माये पूजा कर रही है...मेरे दैवी स्वरूप की मुर्तियोंद्वारा...स्वयं परमात्मा... भक्तों की मनोकामनाए पूर्ण कर रहा है ...अभी संगम पर स्वयं शिवबाबा ने मुझे ब्रहमामुख्र द्वारा अपना बनाया है ...मै ब्रहमामुख्र वंशावली श्रेष्ठ ब्राहमण हूँ...शिवपरमात्मा ने मुझे अपना राईटहॅड...मददगार बनाया है...अब मै स्थूल देह से अलग होकर...फरिश्ता रूप धारण कर रहा हूँ...और आकाश मार्ग से उडते ...उडते ... विश्व गोले पर... कुछ अंतर पर... मै ख्रडा हुआ हूँ...परमधाम निवासी परमात्मा से मेरा संबंध...पवित्रता के सफेद प्रकाश के द्वारा...शांति के हरे किरणद्वारा...शक्ति के लाल किरणद्वार ...जुटा हुआ है... मेरे द्वारा सारे विश्व ग्लोब पर ...पवित्रता का सफेद ...शांति का हरा...शक्ति का लाल...प्रकाश फैल रहा है... विश्व की सभी आत्माओं को तथा पांत्च तत्वों को ...पवित्रता का बल प्रदान हो रहा है...शांति की अनुभूती हो रही है...सभी का मनोबल बढ रहा है ... अब मै फरिश्ता उडते... उडते... बार्शी शहर के उपर आकाश मे आकर ख्रडा हूँ... मेरे द्वारा सारे संपूर्ण बार्शी शहरपर... पवित्रता का सफेद ...शांति का हरा...शक्ति का लाल...प्रकाश फैल रहा है... बार्शी की सभी आत्माओं को ...पवित्रता का बल प्रदान हो रहा है...शांति की अनुभूती हो रही है...सभी का मनोबल बढ रहा है ... अब मै फरिश्ता उडते उडते सेवाकेंद्र सेंटर के उपर आकाश मे आकर ख्रडा हूँ...मेरे द्वारा सारे संपूर्ण सेंटर की इमारत पर ... पवित्रता का सफेद ...शांति का हरा...शक्ति का लाल...प्रकाश फैल रहा है... सेंटर मे रहनेवाली और आनेवाली ...सभी आत्माओं को ... पवित्रता का बल प्रदान हो रहा है...शांति की अनुभूती हो रही है...सभी का मनोबल बढ रहा है ... अब मै फरिश्ता उडते... उडते... लौकिक घर के उपर आकाश मे आकर ख्रडा हूँ... मेरे द्वारा सारे घर की इमारत पर ...पवित्रता का सफेद...शांति का हरा...शक्ति का लाल... प्रकाश फैल रहा है... घर मे रहनेवाली और आनेवाली...सभी आत्माओं को ...पवित्रता का बल प्रदान हो रहा है... शांति की अनुभूती हो रही है...सभी का मनोबल बढ रहा है...अब मै फरिश्ता उडते... उडते... नौकरी के कार्यालय के उपर आकाश मे आकर ख्रडा हूँ...मेरे द्वारा नौकरी के कार्यालय पर ...पवित्रता का सफेद...शांति का हरा... शक्ति का लाल...प्रकाश फैल रहा है... य्हा पर मेरे सेवासाथी और आनेवाली...सभी आत्माओं को ...पवित्रता का बल प्रदान हो रहा है...शांति की अनुभूती हो रही है... सभी का मनोबल बढ रहा है ... फरिश्तारूप मे मै श्री भगवंत मंदिर मे पहुँच गया हूँ.....मै फरिश्तारूप मे श्री भगवंत मुर्ति मे प्रवेश कर रहा हूँ... इष्टदेव के रूप मे श्री भगवंत के मूर्ति के नयनोंद्वारा...सामने मंदिर मे आये हुए भक्तों को...पवित्रता...शांति... सुख्र की किरणे दे रहा हूँ...सभी भक्त एक अनोख्रे सुख्र शांति की अनुभूति कर रहे हैं...मुझ इष्टदेवद्वारा सुख्र शांति की किरणे...सारे शहर मे फैल रही है...शहर के भक्त एवं दुःख्री आत्माये इस दिव्य सकाश को पाकर सुख़...शांति का अनुभव कर रहे है ... अब मै फरिश्ता भगवंत मूर्ती से बाहर निकलकर...आकाशमार्ग से उडते ...उडते... मेरे ही स्थूल देह के सामने ख्रडा हूँ...स्थूल देह को...पवित्रता...शांति...शक्ति...का सकाश देते...देते ... स्थूल शरिर मे प्रवेश कर रहा हूँ... मुझ आत्मा से और मेरे शरिर से ...चारो ओर पवित्रता...शांति और शक्ति की किरणे फैल रही है... ओम शांति...

RESULT

सेवाकेंद्र का Overall Result

१. भटटीयों के कारण तथा हर रोज के योगाभ्यास के कारण **सेवाकेंद्र का वातावरण शक्तिशाली** बना|

२. **ब्राहमणपरिवार मे मनोबलवृध्दि** दिखाई दे रही है |

३. एक दो की **भावनाओं की समझकर** आपस मे समायोजनAdjust कर लेने की भावना बढ गई|

४. परिणामस्वरूप **परस्पर संबंधो मे मधुरता एवं दृढता** |

५. बापदादा की आशाओं अनुसार **निर्विघ्न सेंटर का सपना साकार हो रहा है** |

६. **ज्वालामुखी योग के भटटीयों के कारण सेवाओं का उमंग उत्साह बढ गया और सेवाओं को नये तरीके स्पष्ट हुए और साकार हुए** |

७. * **बार्शी सेवाकेंद्र के कुमार साधक मोहनभाई के लौकिक माताजी का अमृतमहोत्सव सेवाकेंद्र के द्वारा सभी ने मिलकर उमंग उत्साह से और बडे धुमाधाम से मनाया** |

* जिस मे महाराष्ट्र के विभिन्न एरिया से लगभग १५00 लोग उपस्थित थे |
* जिस मे महाराष्ट्र राज्य मार्केट फेडरेशन के अध्यक्ष दिलीपराव सोपल श्री १0८ रेवणसिध्द शिवाचार्य परंडकर महाराज सहित अन्य मान्यवर तथा मधुबन से वारिष्ठ राजयोग शिक्षिका गीताबहनजी उपस्थित थे |
* जिस मे महाराष्ट्र राज्य मार्केट फेडरेशन के अध्यक्ष दिलीपराव सोपल इन्हों ने निम्नलिखित गौरवोदगार निकाले

' कुमार साधक मोहनभाई के माताजी सुशिलाताई का अमृतमहोत्सव इतनी बडी मात्रा मे और इतने सुंदर ढंग से संपन्न करना यह ब्रहमाकुमारी परिवार के मन का बडप्पन है तथा संस्था का यह कार्य आदर्शवत एवं अनुकरणीय है |'

८. फलस्वरूप आठ दस स्थानों पर साप्ताहिक पाठय्क्रम संपन्न हुए तथा चार स्थानों पर गीतापाठशाला खुल गई|

९. शहर मे ब्रहमाकुमारी संस्था के बारे मे **सन्मान की भावना** बढ गई एवं **सकारात्मक दृष्टिकोन** नि्र्माण हुआ |

१0. अनेक **व्हीआयपी संपर्क मे आये तथा गुलदस्ता मे बाबा को मिलकर भी आये** |

११. महिला सुरक्षा अभियान संपन्न करने के लिए महिला संस्थाओं के अध्यक्षा का स्नेहमिलन सेवाकेंद्रपर संपन्न हुआ जिस मे सभी ने उमंग उत्साह से सहभाग लेकर अभियान को सफल करने का दृढ संकल्प किया |

१२. शहर के अन्य नामीग्रामी संस्थाओं के द्वारा आयोजित कार्यकम मे **ब्रहमाकुमारी बहनों को सन्मानपूर्वक अतिथी के रूप मे निमंत्रण** मिल रहा है |

* व्यक्तिगत अनुभव *

मोहनभाई ः

'ज्वालामुखी योग के तरफ बढते कदम... '

इस प्रोजेक्ट के अनुसार निर्धारित विधी एवं चेकिंग चार्ट के अनुसार पुरूषार्थ शुरू किया

*** स्वयं को व्यक्गित स्तर पर अनुभव होनेवाला परिवर्तन** ः

१. **आत्मविश्वास बढ गया**

हर घंटे मे एक बार पॉच मिनिट हाथ का कार्यव्यवहार रूकाकर पॉच स्वरूपों की ड्रील तथा मन्सा सेवा द्वारा पुरा विश्व , अपना शहर , अपना सेंटर ,अपना लौकिक घर , अपना कर्तव्य स्थल एवं शहर का ग्रामदैवत का मंदिर को पवित्रता, शांति एवं शक्ति के वायब्रेशन फैलाने का अभ्यास दृढतापूर्वक शुरू किया और शुरू रखा भी | तो इस अभ्यास मे सफलता मिलने के कारण

*** आत्मविश्वास बढ गया * डर निकल गया * मन की प्रसन्नता बढ गई**

२. **कर्मयोग का अभ्यास** बढा |

३. **अशरिरी और विदेही स्थिती का अभ्यास** उस स्थिती की अच्छी अनुभूती होने की मात्रा तक बढ गया | कर्म करते **सारा दिन भृकूटी के बीच चमकती हुई आत्मा को शरिर से अलग देखने का अनुभव स्पष्ट और क्लियर तरीके से होने लगा** |

४. **आसक्ति और अनासक्ति का भेद** धीरे धीरे मन बुध्दि मे क्लियर हुआ और आसक्ति से अनासक्ति के ओर मनपंछी का प्रवास शुरू हुआ |

५. **न्यारे और प्यारे...निमित्त भाव, निर्माण स्वभाव और निर्मल वाणी ...उपराम स्थिती... साक्षी दृष्टा बेहद का वैराग्य...** ऐसी अन्य गहन संकल्पनाए बुध्दि मे सही तरीके से स्पष्ट होने लगी और इन्हे साकार करने का उमंग बढ गया |

५. **मन की गहन शांति का अनुभव इतना बढ गया है की ब्रेन मे भी शांति के वायब्रेशन शांति के करंट के रूप मे घुम रहे है** ऐसा अनुभव हो रहा है |

६. **परमधाम मे बाप के समीप** मन बुध्दि को स्थिर कर वहॉ की **गहन शांति और बाप की समीपता** का परमानंद का अनुभव होने लगा |

* ज्वालामुखी योग के प्रयोग से और एक एक घंटे के योग के प्रयोग से परिवार रिश्तेदार एवं कार्यालयीन स्टाफ को होनेवाले परिवर्तन का अनुभव ः

अ.क	परिवर्तन का अभिप्राय देनेवाला संबंधी	सकारात्मक परिवर्तन	अभी तक रही हुई त्रुटी
१	मॉ	मोहन के चेहरे बोल एवं व्यवहार मे से शांती का अनुभव होता है |सहनशीलता बढ गई है|	
२	सौ. ज्योत्स्ना गुळमिरे लौकिक छोटी बहन	* स्वभाव मे शांति * दुसरों को समझने की कला अवगत हुई * कोई भी समस्या शांती से सुलझाने की कला अवगत हुई| * नौ बहने और जिजाजी सहित अन्य भाई , भाभी मोहनदादा मे होनेवाला परिवर्तन देख खुश है|	* थोडी मात्रा मे बचे हुए क्रोध पर दादा जल्दी ही विजय पा सकेंगा|
कार्यालय के साथी			
१	सौ. चोरमले सुवर्णा कनिष्ठ लिपिक	मोहनभाई ने क्रोध पर ८० परसेंट विजय पाया है |	* बचा हुआ२० परसेंट विजय पा सकेंगे | * कम्युनिकेशन मे दुसरो की बाते , दुसरों का मत रिस्पेक्ट से सुन लेते है लेंकिन अपनी बाते ठीक होते भी फास्ट बोलने की आदत के कारण दुसरों को ठीक ढंग से समझाने मे कम पडते है सुननेवाले व्यक्ति को लगता है मोहनभाई गुस्सा कर रहे है इसलिए सामनेवाला व्यक्ति गुस्से मे आ जाता है तो मोहनभाई को भी गुस्सा आने लगता है |
२	सौ. मेनकुदळे सुलभा प्रयोगशाळा सहाय्यक कडवे संगीता किसन संगणक शिक्षिका	इतनी जिम्मेवारीया निभाते हुए भी सतत हर्षितमुख एवं प्रसन्न रहते है यह केवल उन के हर घंटे के अभ्यास से ही संभव हुआ |	कभी कभी थोडा थोडा गुस्सा प्रकट होता है लेकिन पहले की तुलना मे बहुत ही कम
३	श्री. हलगे गजानान सिद्राम सहशिक्षक	पहले मोहनभाई का स्वभाव बहुत घमेंडी अहंकारी था अभी इस साल मोहनभाई के स्वभव मे आनेवाला परिवर्तन एवं उन का शांतियुक्त बोल एवं व्यवहार से मेरे जैसा नास्तिक व्यक्ति भी अचंभित हो गया है |	
४	श्री. उंबरदंड दिपक कांतराव श्री. खुडे संतोष नरेंद्र श्री. उन्हाळे रविंद्र	मोहनभाई का स्वभाव पहले बहुत क्रोधी था छोटी छोटी बात मे गुस्सा करते थे मौनतपस्या द्वारा उन्होंने जो क्रोध पर नियंत्रण पाया है ऐसा परिवर्तन सामान्य व्यक्ति के लिए असंभव है |	