## SOUL BLOSSOM CLASS BALKOT / **आत्मा विकशित कक्षा; बालकोट ( एस बि सि ०४) सबै विद्धार्थिहरुलाई**

### ****DAY AND TIME CLASS:**** ****SATURDAY FROM 2:00 PM TO 3:00 PM  /**** ****कक्षा हुने दिन र समय: शनिवार २:०० देखी ३:००****  ****COORDINATOR & GURU: GURU MEENA MA'AM  (MEENA RIJAL) /  संयोजक तथा शिक्षक: गुरु मीना म्याम ( मीना रिजाल )****  ****SUPPORT, HOST & TRANSLATION / समर्थन, सहायता, पाहुना सत्कार तथा अनुवाद तथा रुपान्तरण:**** ****GURU GITA MA'AM  (GITA GAUTAM) /**** ****गुरु गीता म्याम ( गीता गौतम )**** ****GURU DAJU (SUNIL MARAPIN, HOLLAND) / गुरु दाजु (सुनिल मरपिन, हल्याण्ड )लिया)****

**THE 5TH SOUL BLOSSOM CLASS IS SCHEDULED ON:   
SATURDAY, AUGUST 1ST, 2020 FROM 2:00 PM TILL 3:00 PM**

**SOUL BLOSSOM PROGRAM OF AUGUST 1ST**

**Pray for Bhagwan Baba: Our humble pranams at the holy lotus feet of Bhagwan Baba. We are going to start or soul blossom class, be with us and bless us to be a honest and helpful person.**

**01 Opening:**   
**3x Om karam,**  
**3x Gayatri mantra:**

**Om bhur Bhuva Swaha**

**Tat Savitur Varenyam**

**Bhargo Devashya Dhimahi**

**Dhiyo Yo Nah Prachodayat**

**Ganesh mantra:**  
**Bakra tunda mahakaya suryakoti samaprabha, Nirbighnam kurume devo sarva karya su sarvada**   
**Guru mantra:**  
**Guru brahma guru vishnu guru deva maheshwor, guru sakshat param brahma tasmai shree guruve namah**

**02: If there are new students they can tell in short about them self**  
**03: Students who have questions or want tell something can do.**

**04:Gurus ask if students still know what we did last week (weeks) & ask about Heart-work  
Heart-work (Home work) from the last week was:   
Learn the Bhajans and make the drawing about Ganesh / Parwati Story**

**05: Activity:  We talk and ask question about the story**

**06: Bhajans**

**Bhajan 1:**    
**Gauri Ganesh Uma Ganesh**  
**Parvathi Nandana Shree Ganesh**  
**Sharanam Ganesh Sharanam Ganesh**  
**Shiva Nandana Ganapathi Ganesh (Jai)**

**Bhajan 2:**    
**He Krishna hajur le ta maya marnubho , 2**

**Maya marnubho Krishna, maya marnubho, 2**

**He Krishna hajurle ta maya marnubho. 2**

**Kanama kundal shirama mukut ke ramro talkeko. 2**

**Gopini sabalai chalera Krishna kaha chau lukeko. 2**

**He Krishna hajur le ta maya marnu bho. 2**

**Hridayama sajai aakhaama lukai hami chau baseko. 2**

**yasari tadpai katinjel timi basna hau sakeko. 2**

**He Krishna hajurle ta maya marnu bho. 2**

**Gai ra Gwala sangamaa   liyi rana bana dulnu bho. 2**

**Gopini sabalai mohani laune Basuri phuknu bho. 2**

**He Krishna hajur le ta maya marnu bho. 2**

**Maya marnu bho Krishna maya marnu bho. 2**

**He Krishna ------------ slow**

**07 Heart work (Home work) for coming lessons:  
- Make a drawing about todays class**

**- You can practice a song / Bhajan.**

**08 Closing :**  
**3x Om karam,**  
**3x Samasta jiwa Sukhino bhawantu**  
**1x Sarvesham Swastir Vhawantu, Sarvesham Shanti Vhawantu, Sarvesham Purnam Vhawantu, Sarvesham Mangalam Vhawantu**  
**Om Shanti, Shanti, Shanti**

**Thank you to Bhagwan Baba: Thank you Bhagwan Baba being with us in the class and blessed us. Encourage and bless us in our every steps.**

**Note:**

### ****चौथो आत्मा विकशित कक्षा हुने समय तालिका:**** ****शनिवार; अगष्ट १, २०२०; समय: १४:०० - १५:००****

### ****आज अगष्ट १ को आत्मा विकशित कक्षाको कार्यक्रम****

### कार्यक्रमको शुभारम्भ:-

**भगवान बाबालाई प्रार्थना:- भगवान बाबा हजुरको पवित्र चरण कमलमा विनम्र प्रणाम । हामी आत्मा विकशित कक्षा शुरुगर्न गईरहेका छौँ, हामी सँगै बसेर हामीलाई ईमानदार तथा सहयोगी व्यक्ती बन्न सकुँ भन्ने आशिर्वाद दिईबक्सियोस ।**

**०१: तीन पटक ॐ कारको उच्चारण**

**३ पटक गायत्री मन्त्र:**

ॐभूर्भुवःस्वः

तत्सवितुर्वरेण्यं

भर्गोदेवस्यधीमहि

धियोयोनःप्रचोदयात्

**गणेश मन्त्र:**  
बक्रतुण्ड महाकाय सुर्यकोटी समप्रभ, निर्विघ्नमं कुरुमे देव सर्व कार्य सु सर्वदा ।

**गुरु मन्त्र:**  
गुरु ब्रह्मा गुरु बिष्णु, गुरु देव महेश्वर, गुरु साक्षात परम ब्रह्म तस्मै श्री गुरुवे नम :

**०२: यदी नयाँं विद्धार्थिहरुभएमा उनिहरुले आफ्नोबारेमा छोटकरिमा भन्नेछन ।**

**०३: यदी विद्धार्थिहरुले केही प्रश्नगर्न  अथवा केही भन्न मन छ भने भन्नेछन ।**

**०४: गुरुहरुले विद्धार्थिहरुलाई पछील्लो हप्ता के गर्यौ भनेर सोध्ने र आजहुने कार्यक्रमको बारेमा भन्ने।**

**०५a कार्यक्रम:- हृदय कार्य (गृहकार्य ) पछील्लो हप्ताकोलागी**

  :-  भजन सिकेर र गणेश र पार्वतीको कथाको विषयमा आधारित चित्रहरु बनाउनुहोस् ।

**०५ : गतिविधी:- हामीहरु कथाको बारेमा कुरागर्ने तथा केही प्रश्नहरु सोध्नेछौँ ।**

**०६: हामीहरु भजन गाउने छौँ ।**

**भजन:- १**

**गौरी गणेश उमा गणेश ।**

**पार्वती नन्दन श्री गणेश ।**

**शरणम गणेश शरणम गणेश ।**

**शिव नन्दन गणपती गणेश ( जय ) ।**

**भजन:-२**

**हे कृष्ण हजुरले त माया मार्नु भो । २**  
**माया मार्नु भो कृष्ण माया मार्नु भो । २**  
**हे कृष्ण हजुरले त माया मार्नु भो । २**  
**कानमा कुन्डल शिरमा मुकुट के राम्रो टल्केको । २**  
**गोपिनी सबलाई छलेर कृष्ण कहाँँ छौ लुकेको । २**  
**हे कृष्ण हजुरले त माया मार्नु भो । २**  
**हृदयमा सजाई आँखामा लुकाई हामी छौँ बसेको । २**  
**यसरी तडपाई कतिञ्जेल तिमी बस्न हौ सकेको । २**  
**हे कृष्ण हजुरले त माया मार्नु भो । २**  
**गाई र ग्वाला  संगमा लिई रनबन डुल्नु भो । २**  
**गोपिनी सबलाई मोहनी  लाउने बाँसुरी फुक्नु भो । २**  
**हे कृष्ण हजुरले त माया मार्नु भो । २**  
**माया मार्नु भो कृष्ण माया मार्नु भो । २**  
**हे कृष्ण हजुरले त माया मार्नु भो । २**

**०७. कार्यक्रमको अन्त्यमा**

 ३ पटक ॐ कारम मन्त्र :  
३ पटक :  समस्त जिवा सुखिनो भवन्तु ।

१ पटक: सर्वेसाम स्वश्थिर भवतु: सर्वेसाम शान्ती भवतु: सर्वेसाम पूर्णम: भवतु: सर्वेसाम मंगलम भवतु:  
३ पटक:- ॐ शान्ती, शान्ती शान्ती ।

**०८:- भगवान बाबालाई धन्यवाद दिने:-**  
**भगवान बाबा ह्जुर हाम्रो कक्षा अवधीभरी बसी आशिर्वाद दिईबक्सेकोमा धयवाद छ । हाम्रो प्रत्येक पाईलामा उत्साहितगर्दै आशिर्वाद दिईबक्सियोस बाबा।**

**अब आगामी पाठहरुका हृदयकार्य ( गृहकार्य )**

- आजको कक्षाको बारेमा चित्र बनाउनुहोस    
- केही गीतहरु अभ्यास गर्ने ।

**नोट:**