

**Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra**



**WELCOME**

श्री गुरुदेव



# **Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra**



- **Yoga is a gift bestowed to the world by India. Today's uncertain world, lifestyle, increasing levels of stress, junk food have therefore enhanced the need for practicing Yoga.**
- **In order to maintain a healthy lifestyle it has become utmost important for everyone to practice Yoga in a proper scientific way. Considering this need of the society Yogguru DEEPAKJI along with Gurumauli VAISHALIJI have initiated Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra (BYDK) in the year 2015 (5<sup>th</sup> August).**
- **BYDK has understood the importance of Bramha Muhurta (4:00am-6:00am). Bramha Muhurta is an auspicious time of the day when the energy is at its peak and in abundance. BYDK tries to capitalize the use of this abundance energy.**

# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



**BYDK was formed 4 years ago and has successfully conducted 20 Shibirs in the past 3 years and is constantly marching ahead to improve the life of millions in future. During this journey BYDK has successfully trained about 20,000 sadhaks to lead a everlasting happy life.**

**BYDK has been conducting FREE Regular batches of Yoga at following destinations in Pune where classes are conducted from 4.30 am to 6.00 am.**

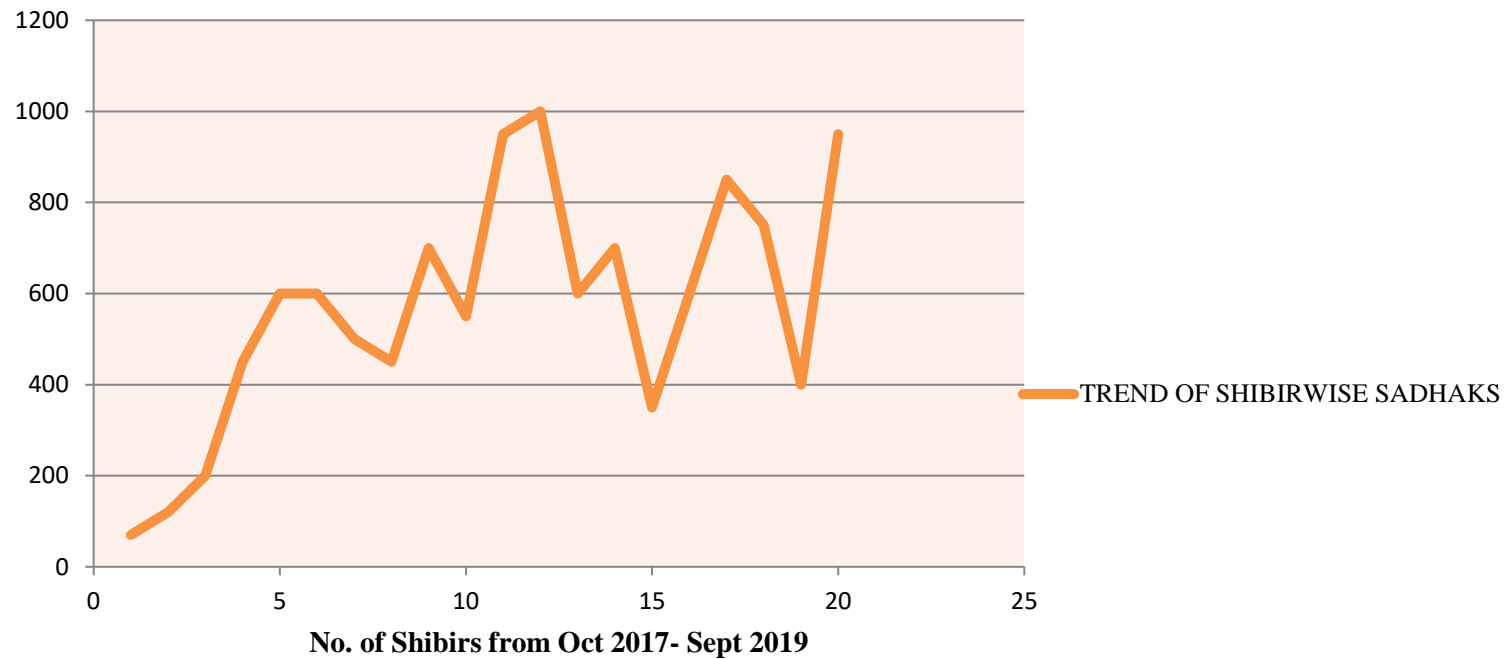
- 1) Vidya Vikas Hall, Padmavati.**
- 2) Pawar Hall, Dhankawdi.**
- 3) Shivarkar Hall ,Wanowarie.**
- 4) Mauli Garden, Katraj.**
- 5) Kunjir Wada, Saswad.**



# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



## TREND OF SHIBIRWISE SADHAKS





## METHODOLOGY OF SHIBIR

- To initiate the working of a new Shibir, pamphlets are distributed in the vicinity of the proposed shibir in nearby locality.
- BYDK volunteers register details of the interested participants and then contact them a day or two prior to the Shibir.
- BYDK Shibir is a 7 day FREE Workshop which transforms the life of the attendees in totality.

(Time: 4 am- 6 am)



# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



**Following are the activities conducted in the 7 day Shibir:**

- a) Music Meditation**
- b) Exercises**
  - **Various Yogasanas**
  - **Stick & Rope**
  - **Cardio**
  - **Bottle**
- c) Zumba Dance/ Aerobics**
- d) Spiritual discourse by Gurudev Deepakji**
- e) Different Sadhanas like Shaktikriya Sadhana, Wahe guru.**
- f) Demonstration of Power Surya Namaskar - which is the unique exercise exclusively developed by BYDK. By performing only 1 Power Surya Namaskar a person can burn away approximately 250 calories.**



# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



## POWER SURYA NAMASKAR





# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



**Music Meditation**



**Stick & Rope Exercise**



**Partner Exercise**



# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra

## VARIOUS EXERCISES





# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



**Dance with Gurudev**



**Spiritual Discourse by Gurudev  
& Gurumauli**



**Wahe Guru Sadhana-  
One of the main  
attractions of the  
shibir.**



# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



BYDK also conducts different activities like stick & rope exercise, bottle exercise, clapping, zumba dance, etc. in the shibir and also in regular classes. Video links of the same are given below:

- <https://photos.app.goo.gl/EKsKKUyKF6K88ebK8> - Stick & Rope
- <https://photos.app.goo.gl/rmfQ3eEwAbo1TW3V9> - Bottle
- [https://drive.google.com/open?id=1kcBjvpwNxQ9TPtYkdfn\\_XmSC8UT74mPB](https://drive.google.com/open?id=1kcBjvpwNxQ9TPtYkdfn_XmSC8UT74mPB) – Radhe Radhe Dance (Cardio)
- <https://photos.app.goo.gl/WzbFHantpePuYP796> - Clapping
- <https://photos.app.goo.gl/2HfY4kHMkcpSfgDF7> - Yoga day

# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



## Wahe Guru Sadhana during Shibir:

- <https://drive.google.com/open?id=14IrV9EblpAyfr4Xu2TyFCgOt1mcAFQqn>
- [https://drive.google.com/open?id=15bWM5ycvwlYE9j\\_1F4Gpbs2hCJElHYgy](https://drive.google.com/open?id=15bWM5ycvwlYE9j_1F4Gpbs2hCJElHYgy)
- <https://drive.google.com/open?id=1Xr3pMdPKQ3fJBkrXngYoipYtU7o1EzIQ>

## Shaktikriya Sadhana:

- <https://drive.google.com/open?id=1h3vcL64tKhpCimHh-Hrm-1V-S5JKsYJu>
- [https://drive.google.com/open?id=1xMbgIJ0twHB12iWmR6\\_2S2v1bQ9xQItE](https://drive.google.com/open?id=1xMbgIJ0twHB12iWmR6_2S2v1bQ9xQItE)
- <https://drive.google.com/open?id=1gxO0k-wgBR5ju83U2ZzcMBj6pEHPTT8o>
- <https://drive.google.com/open?id=1-FOZm4pMGQqDMLUJj0cMUZfJhw0PcfKp>





## UNIQUENESS OF BYDK SHIBIR

- Discipline at all stages right from entry to exit.
- Welcome to all Participants by 'Gandh' & 'Attar' Seva.
- Involvement of participants.
- Free of cost (Zero Fees).



# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



**BYDK Shibir has achieved a huge fame & popularity in the masses, as the shibir leads to outstanding results:**

- **Relief from Stress/tensions which is the root cause for all ailments.**
- **Living life happily in the present.**
- **Control over anger and anxiety.**
- **Getting rid of laziness/ lethargy.**
- **Improvement in spoilt relations within the family.**
- **New enhanced Lifestyle.**
- **Improvement in Mental & Physical Health.**



# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



Apart from the regular shibirs BYDK also conducts following shibirs:

## 1) 3 Day Residential Course





# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



## 2) Divyabodhana Sadhana

- <https://drive.google.com/open?id=1YmIyothxKo5R0SrOzSUaymIOkGxlHeEv>

## 3) Saswad Meditation

- [https://youtu.be/NUq\\_Hm10VzY-](https://youtu.be/NUq_Hm10VzY-)





# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



**BYDK holds special programs to celebrate the following occasions:**

- **Annual Day (BYDK).**
- **Independence Day/ Republic Day.**
- **Tree Plantations.**
- **Medical Check-up Camp.**
- **Warkari Seva Camp.**
- **International Yoga Day.**
- **Gurupoornima.**
- **Sakal Press Shibir.**

ह्रीं गुरुदेव

# **Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra**

## **DIFFERENT SOCIAL ACTIVITIES OF BYDK**



**Tree Plantation**



**International Yoga Day**



**Warkari Seva Camp**



**Independence Day**



**Annual Day**



# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



## BYDK ACTIVITIES RECOGNIZED BY THE MEDIA



धनकवडी : ब्रह्ममुहूर्त योग ज्ञानपीठ केंद्राचे गुरुदेव दीपकजी यांनी कार्यक्रमात साधकांना मार्गदर्शन केले.

### ब्रह्ममुहूर्त ज्ञानपीठतर्फे कार्यक्रम

धनकवडी, ता. २४ : आरोग्य काळात गुंथेचे पीक आले आहे. मात्र, कोणत्याही गुरुदेव यांनी ठोक ठोक विन्यासांनी तो गुंथ ठोकण्याने तपासून घ्यायला हवा, असे आवाहन ब्रह्ममुहूर्त योग ज्ञानपीठ केंद्राचे गुरुदेव दीपकजी यांनी केले. येथील लोकांसाठी अन्ना भांड साठे स्थापनात गुरुपीठमिशनित नुकतेच विशेष कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले होते. या वेळी गुरुदेव दीपकजी

केला होते. साधकांनी स्वतःचीच पूजा करण्यात आलेला 'योग' हा यामिनिताने जुळून आला. फाटे चार वाजता झालेल्या या कार्यक्रमात केंद्राचे साधक मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

गुरुदेव दीपकजी यांनी उपस्थित साधकांना शरीरप्राप्त्या अंगोन्गाले म्हणून पदार्थ दिले. ते पुढे म्हणाले, "सध्याच्या धावपळीच्या युगात अनेक जणांचे आरोग्याकडे दुर्लक्ष होत आहे. मात्र, इतर कोणत्याही

### विद्यार्थ्यांना योगा-प्राणायामचे धडे

पुणे, ता. २७ : बिबवेवाडीतील अण्णा भाऊ साठे सभागृहात ब्रह्ममुहूर्त योग शिबिरात ९९४ नागरिक सहभागी झाले होते. गुरुदेव दीपक यांच्या मार्गदर्शनाखाली पहारे चार ते सहा या वेळेत शिबिर पार पडले. यात योग-प्राणायाम, ध्यानासह सर्वच उपक्रमांत सर्वांनी उत्साहाने सहभाग घेतला. संगीत, भजन, नृत्य, हास्य, टाळ्या बाजविणे यांसह शरीरमनाच्या आरोग्यासोबत आहार, नातेसंबंध

आदींवरही महत्त्वपूर्ण मार्गदर्शन त्यांनी केले. शिबिरात यंत्र निर्माण पतसंस्थेचे अध्यक्ष विकास फाटे, संचालिका सारिका फाटे, उद्योजक बाबा पासलकर, चैतन्य हास्ययोग परिवाराचे अध्यक्ष विठ्ठल काटे, उपाध्यक्ष सुमन काटे आदी उपस्थित होते. केंद्राच्या अध्यक्षा अश्विनी पासलकर, डॉ. आश्विनी गायकवाड, दत्तात्रेय शिळीमकर, संदीप कोठावळे यांनी यासाठी सहकार्य केले.

### 'ब्रह्ममुहूर्त' योग शिबिरात आरोग्याचा मूलमंत्र

नव्हे, ता. ३ : पहारे चार ते सहा या ब्रह्ममुहूर्तच्या वेळेत गंध, अंतर लावून होणारे स्वागत, रांगोळी, फुलांमुळे प्रसन्न झालेले वातावरण, योगगुरू दीपकजी यांच्याकडून घेतली जाणारी विविध योगासने, प्राणायाम, ध्यान, त्याचप्रमाणे संगीत तसेच उड्या मारण्यापासून टाळ्या वाजविण्यापर्यंतच्या अनेक गोष्टींून शिबिरार्थींना आरोग्याचा मूलमंत्रच गवसला. निमित्त होते येथील झील इन्स्टिट्यूट ऑफ मॅनेजमेंटच्या सभागृहात झालेल्या ब्रह्ममुहूर्त योग ज्ञानपीठ केंद्राच्या योग शिबिराचे.

शिबिरात ६४५ जण सहभागी झाले होते. विविध उपक्रमांमुळे सहभागींनी आरोग्यदायी, तणावमुक्त झाल्याची भावना व्यक्त केली. गुरुदेव दीपकजी मार्गदर्शन केले. शिबिरार्थींच्या शंकांचेही त्यांनी समाधान केले. केंद्राच्या अध्यक्षा अश्विनी पासलकर, सुधीर गरूड आदींनी शिबिराच्या यशस्वितेसाठी परिश्रम घेतले. झील एज्युकेशन सोसायटीचे संस्थापक संभाजी काटकर, पंडित अतुलशास्त्री भगरे, पोलिस उपअधीक्षक राजन जगदाळे, संदीप बेलदरे, स्मिता भूमकर शिबिरात सहभागी झाले होते.



नव्हे : येथील झील इन्स्टिट्यूट ऑफ मॅनेजमेंटच्या सभागृहात ब्रह्ममुहूर्त योग ज्ञानपीठ केंद्राच्या योग शिबिरामध्ये योगासने करताना शिबिरार्थी.

### कोंढवावासीयांचा 'जगावेगळ'चा संकल्प

ब्रह्ममुहूर्त योग शिबिरास उत्स्फूर्त प्रतिसाद; पुरुषांसह महिलांची उपस्थिती लक्षणीय



कोंढवा बुद्रुक : योग शिबिरात पुरुषांसह महिलांची उपस्थिती लक्षणीय होती.

कोंढवा बुद्रुक, ता. २१ : 'जगावेगळ' असा संदेश देणाऱ्या ब्रह्ममुहूर्त योग शिबिराला येथील रहिवाशांनी प्रचंड प्रतिसाद दिला. येथील साळवे गाईनमध्ये या आगळ्यावेगळ्या शिबिराचे आयोजन करण्यात आले होते. पहारे चार ते सहाच्या ब्रह्ममुहूर्तावर झालेल्या या सात दिवसीय विनामूल्य शिबिरासाठी तब्बल ५९७ जण उपस्थित होते. यामध्ये २९५ पुरुषांसह २७२ महिलांनीही आवर्जून हजेरी लावली. सध्याच्या सोशल मीडियाच्या युगात पहारे झोपून अनारोग्याचा

संकल्पच नकळत केला जातोय; मात्र याच वेळेत या अनोख्या शिबिराला आवर्जून उपस्थिती लावत सहभागींनी आरोग्यसंवर्धन करण्याचा संकल्प केला. योग, प्राणायाम, ध्यानासह शिबिरातील सर्वच उपक्रमांमध्ये सहभागींनी उत्स्फूर्त सहभाग घेतला. थोडक्यात, संगीत, भजन, हास्य, नृत्यापासून उड्या मारण्यापर्यंतच्या अस्खंध्य गोष्टींचा 'योग' ही या शिबिराच्या निमित्ताने जुळून आला. या वैशिष्ट्यपूर्ण योग शिबिराला नगरसेविका रुपाली धाडवे, संगीता

टोसर, माजी नगरसेवक प्रशांत जगताप, दिनेश धाडवे उपस्थित होते. भूमता गिरेडच्या संस्थापिका तुनी देसाई तसेच, 'डॉक्टर फ्री बेगर्स' या संस्थेचे डॉ. अर्पिता सोनवणे यांनीही आवर्जून हजेरी लावली. योगशिबिराला नगरसेविका रुपाली धाडवे सातही दिवस आवर्जून उपस्थित होत्या. शिबिराचे सर्व नियम पाळतच त्यांनी मागील रांगेत बसणेच पसंत केले. त्यांनी शिबिराला मदतीही केली. त्यांचा या वेळी सकाळ करण्यात आला.





## सासवडकरांनी घेतला योगसाधनेचा आनंद

पुणे, ता. १४ : पहाटे साडेचार ते साडेसहा या ब्रह्ममुहूर्ताच्या वेळेत शिबिरार्थींचे अत्तर लावून होणारे स्वागत आणि रांगोळी, फुलांमुळे झालेल्या प्रसन्न वातावरणात योगगुरू दीपकजी यांच्याकडून विविध योगासने, प्राणायामाचे प्रकार, ध्यान, संगीताचे धडे तसेच उड्या मारण्यापासून टाळ्या वाजविण्यापर्यंतच्या अनेक गोष्टींचा आनंद सासवडकरांनी नुकताच घेतला.

निमित्त होते येथील कुंजीरवाड्यातील यशवंतराव चव्हाण सांस्कृतिक भवनात झालेल्या ब्रह्ममुहूर्त योग ज्ञानपीठ केंद्राच्या योग शिबिराचे. या पहिल्याच शिबिरात ८५० नागरिक सहभागी झाले होते. माजी नगराध्यक्ष चंदूकाका जगताप मित्र परिवाराने शिबिराचे आयोजन केले होते. या सातदिवसीय शिबिरातील

विविध उपक्रमांमुळे सहभागींना आरोग्यदायी, तणावमुक्त जीवनाचा मूलमंत्र गवसला. गुरू दीपकजी यांनी आरोग्याबरोबरच आहार, नातेसंबंध आदींवरही महत्त्वपूर्ण मार्गदर्शन केले. शिबिरार्थींच्या शंकांचे त्यांनी समाधान केले. सासवडसह परिसरातील शेतकरी कुटुंबातील महिलाही शिबिराला आवर्जून उपस्थित होत्या.

योग केंद्राच्या अध्यक्षा अश्विनी पासलकर, सुधीर गरूड आदींनी शिबिराच्या यशस्वितेसाठी परिश्रम घेतले. संत सोपानकाका सहकारी बँकेचे संचालक संजय जगताप, स्मार्ट सिटी प्रकल्पाचे आयुक्त राजेंद्र जगताप, वरिष्ठ पोलिस निरीक्षक क्रांतिकुमार पाटील, सामाजिक कार्यकर्ते मोहन जगताप, सागर जगताप, विश्वजित अनाडे आदी उपस्थित होते.

## सामूहिक सूर्यनमस्कार

ब्रह्ममुहूर्त योग ज्ञानपीठ केंद्रातर्फे तळजाई पठारावर आंतरराष्ट्रीय योग दिन सामूहिक सूर्यनमस्कारातून अनोख्या पद्धतीने साजरा करण्यात आला. यात केंद्राच्या ६०० साधकांनी प्रत्येकी ५० असे एकत्रित ३० हजार सूर्यनमस्कार घातले. योगगुरू दीपकजी यांनी या वेळी मार्गदर्शन केले. केंद्राच्या अध्यक्षा अश्विनी पासलकर, नगरसेविका रूपाली धाडवे, सुभाष जगताप या वेळी उपस्थित होते. केंद्राचे पुण्यामधील महात्मा फुले सभागृह (वानवडी), विद्याविकास सभागृह (सहकारनगर), शरद पवार बहुदेशीय भवन (धनकवडी), माऊली गार्डन (कात्रज) येथील वर्गातील साधक सहभागी झाले होते.



वानवडी : ब्रह्ममुहूर्त योग ज्ञानपीठ केंद्राच्या शिबिरांमध्ये एकमेकांशी संवाद साधताना शिबिरार्थी.

## वानवडीत योग शिबिराला प्रतिसाद

पोरपडी : ब्रह्ममुहूर्त योग ज्ञानपीठ केंद्राच्या वतीने वानवडी परिसरातील नागरिकांसाठी मोफत योग शिबिराचे आयोजन करण्यात आले होते. महात्मा फुले सांस्कृतिक भवनात हे शिबिर झाले. या शिबिराला परिसरातील नागरिकांचा प्रतिसाद मिळाला. योगगुरू दीपक महाराज यांनी नागरिकांना मार्गदर्शन केले. योग शिबिराच्या अखेरच्या दिवशी शिबिरार्थींनी एकमेकांना भेटवस्तू व दिवाळीचे फराळ दिले. काँग्रेसचे माजी आमदार मोहन जोशी, नगरसेवक प्रशांत जगताप, नगरसेविका रत्नमाला जगताप आदी या वेळी उपस्थित होते.



# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



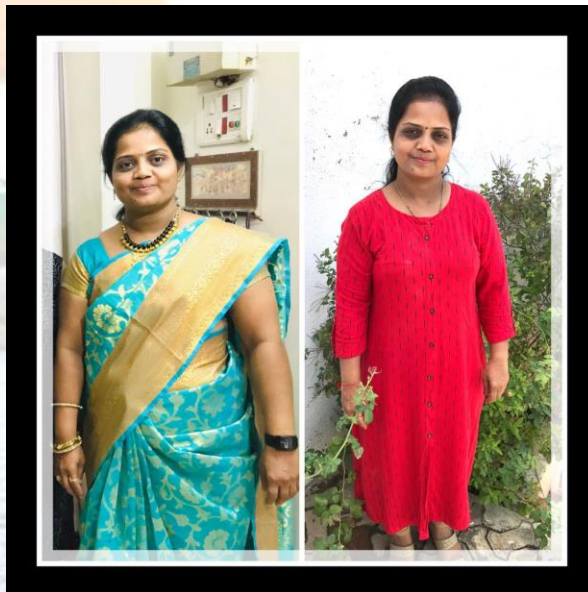
## RESULTS OF BYDK REGULAR CLASS

- [https://drive.google.com/file/d/11kMS\\_NXjoou6zeAhEXNMpBcpyAo0JkLh/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/11kMS_NXjoou6zeAhEXNMpBcpyAo0JkLh/view?usp=sharing)
- [https://drive.google.com/open?id=1Cjvjqu8hu6oLPa7Kt4eSDSq5xvTmOn\\_Z](https://drive.google.com/open?id=1Cjvjqu8hu6oLPa7Kt4eSDSq5xvTmOn_Z)
- <https://drive.google.com/open?id=1qWoM0nJ3loxbZx4YLyRDlrvjTrsK9dja>
- <https://drive.google.com/open?id=1q1vyuvAcSaoLCAv0ulthGwnua0G54LX>
- <https://drive.google.com/open?id=18t3Kg4AXCgDnjhV2E-OyPRLYmDBm6g4G>
- <https://drive.google.com/open?id=1V1aWa94R3YR7MSmnF9LN2l3WvHe1QZo6>

# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



Before. AFTER



before after



Before After



# **Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra**

## **FEEDBACK BY THE SHIBIR SADHAKS**



- <https://drive.google.com/open?id=1YkU3qfum7NSARjGBFX3yTzyTWnY80psp>
- [https://drive.google.com/open?id=1Dn\\_T3lTpZ7Sx040qfDJLNaWHLqiTKS3w](https://drive.google.com/open?id=1Dn_T3lTpZ7Sx040qfDJLNaWHLqiTKS3w)
- <https://drive.google.com/open?id=1G-6rZK2DtKqC3GiiX1JBtJeMCgPYZSTZ>
- [https://drive.google.com/open?id=1pi1eqY0GN\\_3M0Ssn2mrlJH9HEWZqt9kv](https://drive.google.com/open?id=1pi1eqY0GN_3M0Ssn2mrlJH9HEWZqt9kv)
- <https://drive.google.com/open?id=13BLYdq9bwUIE3xabvNGE2HLxsleNvQ2y>
- <https://drive.google.com/open?id=1mmJFNyI63wPQNpCUqUiMZZknibYqoZUM>

# **Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra**



**BYDK always gave outstanding results which benefitted not only the normal people but also to the physically abnormal ones. After a 7 Day shibir people felt satisfied and fresh physically as well as mentally.**

• [https://drive.google.com/open?id=1gFqYd3VHQgX\\_fe0RAkcJiiukCALEyOyf](https://drive.google.com/open?id=1gFqYd3VHQgX_fe0RAkcJiiukCALEyOyf)

**Also, the regular batch Sadhaks and their relatives felt the positivity of the BYDK and Deepakji.**

• <https://drive.google.com/open?id=1GmoeB8ymXZDBrLv3VR8R-yjvu4sNLYJG>



# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



## BRAMHA PRODUCTS



**Bramha Shikakai**



**Bramha Aarogya  
Prarthana Frame**



**Bramha Eye Care**



**Bramha Massage Oil**



**Bramha Sugandhit Utane**

# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



**Bramha Shatavari Kalp**



**Bramha Kesh Tel  
(Hair oil)**



**Bramha Bhagantika  
Cream (Foot Cream)**



**Bramha Gulkand**



**Bramha Gul  
(Jaggery)**



**Bramha Ashtagandh**



# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra Gurudev Deepakji receiving various Awards





## **WAY FORWARD**

**BYDK proposes to further conduct 20 shibirs in the BYDK Year September 2019- August 2020 which will cover around 20,000 Sadhaks.**

**BYDK also plans to conduct below mentioned courses which are conducted once in a year.**

- a) Residential Course – 1 Batch**
- b) Divyabodha Sadhana – 1 batch**

**श्री गुरुदेव**



# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



## TEAM CREDENTIALS & CONTACT

Sr. No.	Name	Contact No.	Post
1.	Mr. Deepak. Shilimkar.	---	Founder
2.	Mrs. Vaishali. Shilimkar.	---	Co-founder
3.	Mrs. Ashwini. Pasalkar.	9604166142	President
4.	Mr. Shashikant. Anandas.	9657056730	President
5.	Mr. Sudhir. Garud.	9823432345	Member
6.	Mrs. Mamta. Chordiya	7020357550	Member
7.	Mrs. Aarti. Kadam.	9822927096	Member

❖ For further details and queries please mail us:  
[bydkpune@gmail.com](mailto:bydkpune@gmail.com)

# Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra



## TEAM MEMBERS





**Bramhamuhurta Yoga Dnyanpeeth Kendra**



**THANK YOU**

श्री गुरुदेव