



युवा प्रभाग-दिव्य दर्पण ग्रुप
जुलाई, 2017 मास के पुरुषार्थ की प्वाइंट्स

जुलाई मास का चार्ट:

लक्ष्य – अब घर जाना है।

अब आ पहुँची है वह मंगल वेला जो बाबा और समय दोनों ही हम बच्चों का आवाहन कर रहे हैं और घर जाने का संकेत दे रहे हैं। हे आत्माओं! क्या हम अपने घर जाने के लिए तैयार हैं? इस संसार की आत्माओं पर भी हमें रहम आना चाहिए जो दुःख से त्राहि त्राहि कर रही है, हमारे भक्त भी पुकार रहे हैं। सब तरफ से एक ही आवाज़ उठ रही है कि अब तो मुक्ति के द्वार खोलो, अब तो घर ले चलो। जब यह आवाज़ बार-बार हमारे भीतर उठेगी तब इस संसार में भी लहर उठेगी। इस दुःखधाम में और कितने दिन अभी रहना है। अब यह दुनिया तो गई की गई।

तो आइये, हम प्यारी मनमोहिनी दीदीजी का स्लोगन “अब घर जाना है” याद करके अपनी अवस्था को उपराम बनाएं और समस्त संसार को मुक्ति एवं जीवनमुक्ति की प्राप्ति कराएं।

विधि :

सप्ताह	दिव्य दर्पण का पुरुषार्थ
पहला	देहभान का त्याग
दूसरा	देह के संबंधियों का त्याग
तीसरा	देह की कर्मेन्द्रियों के द्वारा होने वाले विकर्मों का त्याग
चौथा	व्यर्थ और विकल्पों का त्याग

हर सप्ताह में जो लक्ष्य दिया है उस पर मुरली में से घर जाने की पॉइन्ट निकालकर सारा दिन उस पर अटेन्शन रख पुरुषार्थ करते अभ्यास एवं चिन्तन करना है। रोज रात को कम से कम 10 लाईन्स डायरी में लिखनी है।

- ❖ विशेष Activity: मास के प्रथम रविवार को सभी युवा एवं दिव्य दर्पण चार्ट भरनेवाले भाई-बहनों के लिए सामूहिक योगाभ्यास रखें और सभी व्यक्तिगत Action Plan बनाएं।
- ❖ फ्रेमबुक में ऊपर चार पंक्तियों में निम्नलिखित बिन्दु लिखकर उसका परिणाम प्रतिदिन रात को सोने से पहले लिखें:
 1. गुड मॉर्निंग - 3.30
 2. अमृतवेला - 3.30 से 4.45, बाबा के कमरे में
 3. व्यायाम/पैदल- हाँ जी
 4. ट्रैफिक कंट्रोल- 5
 5. मुरली क्लास - क्लास में सुनी
 6. अव्यक्त मुरली पढ़ी? - हाँ जी
 7. स्वमान की स्मृति - बहुत अच्छी
 8. नुमाशाम का योग- हाँ जी
 9. त्याग और वैराग्य - 70%
 10. गुड नाइट- रात्रि 9.30

❖ इस मास हम विशेष निम्नलिखित दो मर्यादाओं का कंगन बाँधेंगे:

1. विस्तार को सार में लायेंगे।

2. इस संसार की किसी भी बात से प्रभावित नहीं होंगे।

अभ्यास: हर घण्टे में एक मिनट अपने मीठे वतन परमधाम और अपनी राजधानी स्वर्ग में जाकर अपने में सुख, शान्ति, प्रेम और पवित्रता को भरे।

- दिव्य दर्पण के विशेष अभ्यास के साथ-साथ फ्रेम बुक में आज की मुरली के पश्चात् कम से कम 21 बार आज का स्वमान लिखना है या चिन्तन कर 10 प्वाइंट्स लिखनी है एवं कोई अनुभव हुआ हो तो वह जरूर लिखें।

सप्ताह	स्वमान
पहला	मैं आत्मा चमकता हुआ श्रेष्ठ सितारा हूँ।
दूसरा	मुझ आत्मा का साथी स्वयं भगवान है।
तीसरा	मैं आत्मा विकर्माजीत हूँ।
चौथा	मैं महान संकल्प, महान बोल और महान कर्म करनेवाली महान आत्मा हूँ।

❖ हर मास के प्रथम सप्ताह में निम्नलिखित पोस्टकार्ड लिखकर महादेवनगर युवा प्रभाग कार्यालय में भेजना है। अगर आप मर्यादा पुरुषोत्तम ग्रुप में शामिल होना चाहते हैं तो पोस्टकार्ड में जरूर से लिखें:

नाम: _____	सेन्टर का नाम: _____	DiDar No: _____
गुड मॉर्निंग-90%	अमृतवेला-75%	
व्यायाम/पैदल-80%	ट्रैफिक कंट्रोल-90%	
मुरली क्लास-90%	नुमाशाम का योग-80%	
स्वमान की स्मृति-75%	अव्यक्त मुरली पढ़ी?-80%	
त्याग और वैराग्य -80%	गुड नाइट-95%	
चार्ट: OK या OK		टीचर के हस्ताक्षर

Phone No: (079) 26444415, 26460944 Email: bkyouthwing@gmail.com
Website: www.bkyouth.org