



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

जून मास का चार्ट:

लक्ष्य – सन्तुष्टता से रूहानियत की ओर।

सन्तुष्टता रूहानियत की सहज विधि है। प्रसन्नता सहजसिद्धि है। जिसके पास सन्तुष्टता है वह सदा प्रसन्न अवश्य दिखाई देगा। सन्तुष्टता सर्व प्राप्ति स्वरूप है। सन्तुष्टता सदा हर विशेषता को धारण करने में सहज साधन है। सन्तुष्टता का खजाना सर्व खजानों को स्वतः ही अपनी तरफ आकर्षित करता है। सन्तुष्टता ज्ञान की सबजेक्ट का प्रत्यक्ष प्रमाण है। सन्तुष्टता बेफिकर बादशाह बनाती है। सन्तुष्टता सदा स्वमान की सीट पर सेट रहने का साधन है। सन्तुष्टता हृद के मेरे तेरे के चक्र से मुक्त कराए स्वदर्शन चक्रधारी बनाती है। सन्तुष्टता ब्राह्मण जीवन का जीयदान है। सन्तुष्टता ब्राह्मण जीवन की उन्नति का सहज साधन है।

तो आइये, हम सन्तुष्टता को धारण के इस संसार में रूहानियत का प्रकाश फैलायें।

विधि :

सप्ताह	दिव्य दर्पण का पुरुषार्थ
पहला	आप से सन्तुष्ट
दूसरा	बाप से सन्तुष्ट
तीसरा	ड्रामा से सन्तुष्ट
चौथा	ईश्वरीय परिवार से सन्तुष्ट

हर सप्ताह में जो लक्ष्य दिया है उस पर मुरली में से 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 निम्नलिखित वर्कशोप रखें:

1. स्वयं से सन्तुष्ट कैसे रहे।
2. बाबा हमसे सन्तुष्ट कैसे रह सकते है।
3. ड्रामा की हर सीन देखते कैसे सन्तुष्ट रहे।
4. ईश्वरीय परिवार से सन्तुष्ट कैसे रहे।

❖ 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 कन्ट्रोल- 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. सन्तुष्टता - 70%
10. गुड नाइट- रात्रि 9.30

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

1. सदा मेरे को तेरे में परिवर्तित करेंगे।
2. जहाँ बिठाये, जो खिलाये, जहाँ रखें – राजी रहना है।

अभ्यास: हर घण्टे सर्व आत्माओं के प्रति संकल्प करना है “सब का भला हो सब सुख पायें”।

- 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 सन्तुष्टमणी हूँ।
दूसरा	मैं आत्मा बाबा की प्रिय सन्तान हूँ।
तीसरा	मैं आत्मा अचल-अडोल हूँ।
चौथा	मैं आत्मा सर्व स्नेही 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%	
सन्तुष्टता -40%	गुड नाइट-95%	
चार्ट: OK या OK		टीचर के हस्ताक्षर

Phone No: (079) 26444415, 26460944 Email: bkyouthwing@gmail.com

Website: www.bkyouth.org