



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

नवम्बर मास का चार्ट:

लक्ष्य – स्वमान से ही सम्मान।

हम आत्माएं एक जन्म स्वमानधारी और सारा कल्प सम्मानधारी बनते हैं। इस एक जन्म में देह अभिमान का त्याग करना है क्योंकि देह अभिमान के त्याग बिना स्वमान में स्थित हो ही नहीं सकते। हम इतने भाग्यवान हैं जो स्वयं भगवान हम आत्माओं को सम्मान दे रहे हैं। हमें फर्श से अर्श पर बिठाया, हम बच्चों ही विश्व कल्याणकारी है कह कर उँचा उठाया..। हम जब देव आत्माएं थे तब सर्व श्रेष्ठ पावन आत्मा का सम्मान हमारी प्रजा से मिला, पूज्य स्वरूप में भक्त आत्माओं से सम्मान प्राप्त हुआ, आदि। जो स्वमान में रहता है वही दूसरो को सम्मान दे सकता है।

तो आईए, हम स्वमान में स्थित होकर सर्व को सम्मान देने के पात्र बनें।

विधि :

सप्ताह	दिव्य दर्पण का पुरुषार्थ
पहला	स्वमान में स्थित होना
दूसरा	दूसरों की विशेषताओं को देखना
तीसरा	दूसरों की विशेषताओं का वर्णन करना
चौथा	सर्व को सम्मान देना

हर सप्ताह में जो लक्ष्य दिया है उस पर चलते - फिरते, कार्य करते अभ्यास एवं चिन्तन करना है। उस पर 10 लाइन्स कम से कम लिखनी है। रोज रात को चेक करना है कि कितना % स्वमान में स्थित रह सम्मान दिया।

❖ विशेष Activity: मास के प्रथम रविवार को सभी युवा एवं दिव्य दर्पण चार्ट भरने वाले भाई-बहनों का वर्कशोप रखें। जिसमें ग्रुप बनाकर उन्हें निम्नलिखित प्रश्नों पर विचार विमर्श करायें:

1. स्वमान क्या है?
2. स्वमान और सम्मान का आपस में क्या सम्बन्ध है?
3. 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. स्वमान से सम्मान - 40%
10. गुड नाइट- रात्रि 9.30

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

1. हम गरिमायुक्त शब्दों का ही प्रयोग करेंगे।
2. हर एक की विशेषताओं को ही देखेंगे।

- अभ्यास: हर घण्टे, 1 मिनट स्वयं को स्वमान में स्थित करें और अन्य आत्माओं को श्रेष्ठ आत्मा के रूप में देखना है।
- 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।
प्रथम सप्ताह: मैं आत्मा सर्व श्रेष्ठ हूँ।
द्वितीय सप्ताह: मैं आत्मा परम पवित्र हूँ।
तृतीय सप्ताह: मैं आत्मा गुणग्राही हूँ।
चतुर्थ सप्ताह: मैं आत्मा सम्मानधारी 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 कन्ट्रोल-90%
मुरली क्लास-90%		नुमाशाम का योग-80%
स्वमान की स्मृति-75%		अव्यक्त मुरली पढ़ी?-80%
स्वमान से सम्मान -40%		गुड नाइट-95%
चार्ट: OK या ✖		टीचर के हस्ताक्षर

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