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

जनवरी मास का चार्ट:

लक्ष्य – समर्पण।

समर्पण अर्थात् अपना तन, मन, धन, समय, संकल्प, श्वांस, संबंध-सम्पर्क सब कुछ अर्पण करना। अपना सर्वस्व प्रभू अर्पित करना और हर पल हर क्षण अर्पित करते रहना जिससे भगवान जब चाहे, जैसे चाहे वैसे उपयोग कर सके। इसी विश्वास के साथ कि वह जो भी करेगा, जब भी करेगा, जैसे भी करेगा उसमें मेरा कल्याण ही कल्याण समाया हुआ है। जब मैं परमात्मा के साथ हूं तो मेरा कल्-ाण ही होना है। समर्पण अर्थात् अपना तन, मन, धन, समय, संकल्प, श्वांस, संबंध-सम्पर्क सब कुछ ईश्वरीय आज्ञा अनुसार, श्रीमत अनुसार प्रयोग करना। समर्पित आत्मा पर स्वयं भगवान भी बलिहार जाता है।

तो आइ-ो, हम अपना सब कुछ समर्पण कर परमात्म गले का हार बन जायें।

विधि :

सप्ताह	**दिव्य दर्पण का पुरुषार्थ**
पहला	तन
दूसरा	मन
तीसरा	धन
चौथा	समय और श्वांस

हर सप्ताह में जो लक्ष्य दिया है उस पर चलते फिरते, कार्य करते अभ्यास एवं चिन्तन करना है। उस पर कम से कम 10 लाईन्स लिखनी है। रोज रात को चेक करना है कि मैं कितना % समर्पण भाव में सफल रहा/रही हूं।

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

1. समर्पण अर्थात् क्या?
2. समर्पण से लाभ।
3. समर्पण के नियम एवं मर्यादाएं
4. 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 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. समर्पण - 50%
10.गुड नाइट- रात्रि 9.30

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

1. मेरा तो एक शिवबाबा, दूसरा न कोई।
2. हर कर्म श्रीमत अनुसार करेंगे।

अभ्यास: हर कर्म करने से पहले स्वयं को स्मृति दिलाना है कि करनकरावनहार बाबा हैं, मैं आत्मा निमित्त मात्र हूं।

- 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	मुझ आत्मा का तन प्रभू अमानत है।
दूसरा	मुझ आत्मा का मन सदा मनमनाभव में रहने वाला है।
तीसरा	मुझ आत्मा का धन ईश्वरीय सेवा अर्थ है।
चौथा	मुझ आत्मा का समय और श्वांस ईश्वरीय सेवा अर्थ है।

❖ 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%**
समर्पण -50%	**गुड नाइट-95%**

चार्ट: OK या ~~OK~~ **टीचर के हस्ताक्षर**

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