



युवा प्रभाग - दिव्य दर्पण
जून, 2024 मास के पुरुषार्थ की पॉइंट्स

जून मास का चार्ट:

लक्ष्य: संकल्प शक्ति

सबसे बड़ा खजाना है जो वर्तमान और भविष्य बनाता है, वह है श्रेष्ठ संकल्पों का खजाना। संकल्प शक्ति बहुत बड़ी शक्ति है जो हम बच्चों के पास है। हमारे पास शुभभावना - शुभकामना की संकल्प शक्ति है। मन-बुद्धि को एकाग्र करने की शक्ति हमारे पास है। संकल्प शक्ति व्यर्थ गँवाने का मुख्य कारण है व्यर्थ संकल्प। श्रेष्ठ शुद्ध संकल्प में इतनी ताकत है जो हमारी कैचिंग पावर, वायब्रेशन कैच करने की पावर बहुत बढ़ सकती है। अंतिम समय में यह संकल्प शक्ति बहुत फास्ट सेवा करायेगी। मन को जहाँ चाहो, जैसे चाहो जितना समय चाहो वहाँ लगा सको यह है संकल्प शक्ति का जमा होने का परिणाम। संकल्प के आधार पर बोल और कर्म औटोमेटिक चलते हैं। इस संकल्प शक्ति से हर एक के बुद्धि को परिवर्तित कर सकते हो।

तो आईये, हम संकल्प शक्ति को जमा कर उसका प्रयोग करें और मनोबल बढ़ाएं।

सप्ताह	दिव्य दर्पण का पुरुषार्थ
पहला	नकारात्मक संकल्पों से मुक्त
दूसरा	व्यर्थ संकल्पों से मुक्त
तीसरा	शुद्ध संकल्पों की रचना करना
चौथा	सर्व के प्रति शुभभावना - शुभकामना रखना

हर सप्ताह का जो लक्ष्य दिया है उसका अभ्यास एवं चिंतन करना है। उस पर कम से कम 10 लाइन्स में अनुभव लिखना है। रोज रात को चेक करना है कि हमने कितनी % संकल्प शक्ति जमा की।

- विशेष **Activity**: मास के हर रविवार को सभी युवा एवं दिव्य दर्पण चार्ट भरने वाले भाई-बहनों का वर्कशॉप रखें। जिसमें ग्रुप बनाकर उन्हें निम्नलिखित प्रश्नों पर विचार विमर्श कराएं: (एक रविवार का सेम्पल)
 1. संकल्प शक्ति अर्थात् क्या?
 2. संकल्प शक्ति को दृढ़ करने के लिए कौनसी धारणाएं चाहिए?
 3. संकल्प शक्ति को जमा करने से क्या-क्या प्राप्तियाँ होती हैं?
 4. Action Plan बनाएं।

- फ्रेम बुक में ऊपर चार पंक्तियों में निम्नलिखित बिंदु लिखकर उसका परिणाम प्रतिदिन रात को सोने से पहले लिखें:
 1. गुड मॉर्निंग - 3.30
 2. अमृतवेला-3.30 से 4.45
 3. व्यायाम/पैदल-हाँ जी
 4. ट्रैफिक कंट्रोल - 5
 5. मुरली क्लास - क्लास में सुनी
 6. अव्यक्त मुरली पढ़ी? हाँ जी
 7. नुमाशाम का योग-हाँ जी
 8. स्वमान की स्मृति-बहुत अच्छी
 9. संकल्प शक्ति - 80%
 10. गुड नाईट - रात्रि - 10.30
- इस मास हम विशेष निम्नलिखित दो मर्यादाओं का कंगन बांधेंगे:
 - कभी व्यर्थ वा साधारण संकल्प नहीं करेंगे।
 - सदा शुद्ध और श्रेष्ठ संकल्प ही करेंगे।
- अभ्यास: हर घंटे एक मिनट के लिए मन-बुद्धि को एकाग्र कर स्वयं में शांति की शक्ति भरेंगे।
- 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 चिंतन कर **10** पॉइंट्स लिखनी है एवं कोई अनुभव हुआ हो तो वह जरूर लिखें।

सप्ताह	स्वमान
पहला	मैं आत्मा सदा उन्नति करने वाली हूँ।
दूसरा	मैं आत्मा सर्व प्राप्ति सम्पन्न हूँ।
तीसरा	मैं आत्मा संतुष्ट हूँ।
चौथा	मैं आत्मा मास्टर विश्व कल्याणकारी हूँ।

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