



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

अक्टूबर मास का चार्ट:

लक्ष्य – रूहानियत

रूहानियत की शक्ति वाली आत्मा सदा नयनों से औरों को भी शक्ति देती है। रूहानी मुस्कान औरों को भी खुशी की अनुभूति कराती है। उनका चलन, चेहरा, फरिश्तों के समान डबल लाइट दिखाई देता है। ऐसी रूहानियत का आधार है पवित्रता। जितनी-जितनी मन, वाणी, कर्म में पवित्रता होगी उतनी ही रूहानियत दिखाई देगी। पवित्रता ब्राह्मण जीवन का श्रृंगार है। पवित्रता ब्राह्मण जीवन की मर्यादा है। हमें अपने में चेक करना है कि हमारे संकल्प, बोल में रूहानियत कितनी है? रूहानी संकल्प अपने में भी शक्ति भरने वाले होते हैं और दूसरों को भी शक्ति देते हैं। रूहानी बोल स्वयं को और दूसरे को सुख का अनुभव कराते हैं। शांति का अनुभव कराते हैं। एक रूहानी बोल अन्य आत्माओं को आगे बढ़ने का आधार बन जाता है। रूहानी बोल बोलने वाला वरदानी आत्मा बन जाता है। रूहानी कर्म सहज स्वयं को भी कर्मयोगी स्थिति का अनुभव कराते हैं और दूसरों को भी कर्मयोगी बनाने के सैम्पल बन जाते हैं। रूहानियत का बीज है पवित्रता। पवित्रता स्वप्न तक भी भंग न हो तब रूहानियत दिखाई देगी।

तो आईये, हम एकत्रता बन पवित्रता की धारणा द्वारा रूहानियत में रह सर्व को रूहानियत का अनुभव कराएं।

सप्ताह	दिव्य दर्पण का पुरुषार्थ
पहला	रूहानी संकल्प
दूसरा	रूहानी बोल
तीसरा	रूहानी कर्म
चौथा	रूहानी संबंध संपर्क

हर दिन 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 हम कितना % रूहानियत में रहे।

❖ 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 सैम्पल)

1. रूहानियत अर्थात क्या?
2. रूहानियत में स्थित होने की धारणाएं?
3. रूहानियत से संपन्न आत्माओं की निशानियां।
4. रूहानियत में रहने का 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. रूहानियत - 60%               |
| 10. गुड नाईट - रात्रि – 10.30 |                                 |                                 |

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

1. सदा संकल्प, बोल और कर्म में ब्रह्माचारी बनकर रहेंगे।
2. सदा एकव्रता होकर रहेंगे

❖ अभ्यास: हर घंटे एक मिनट के लिए अनुभव करेंगे कि बाबा से पवित्रता की किरणें निकलकर मुझ

आत्मा पर पड़ रही है और मैं आत्मा रूहानियत से भरपूर बन रही हूँ।

- 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 पूर्वज हूँ.
दूसरा	मैं आत्मा पूज्य हूँ.
तीसरा	मैं आत्मा संगमयुगी फ़रिश्ता हूँ.
चौथा	मैं आत्मा ब्राह्मणकुल का दीपक हूँ.

Phone No: (079) 26444415, 26460944 Email: [bkyouthwing@gmail.com](mailto:bkyouthwing@gmail.com) Website: [www.bkyouth.org](http://www.bkyouth.org)