



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

नवम्बर मास का चार्ट:

लक्ष्य – सर्व खजानों से सम्पन्न बनो।

बाबा ने हर एक बच्चे को सर्व खजानों से सम्पन्न बनाया है। जो सम्पन्न होते हैं उनकी निशानी सदा प्राप्ति स्वरूप, तृप्त आत्मा दिखाई देते हैं। सदा खुश नजर आएं। यह अविनाशी खजाने अब भी प्राप्त हैं और भविष्य में अनेक जन्म साथ रहेंगे। ज्ञान के खजाने से बाबा ने हम सभी को मुक्ति और जीवनमुक्ति अनुभव कराया है। जीवन में रहते, तमोगुणी वायुमंडल, वाइब्रेशन से न्यारे मुक्त किया, कमल पुष्प समान मुक्त आत्माएं दुःख से, चिंताओं से, अशान्ति से मुक्त किया। जीवन में रहते बुराइयों के बंधनों से मुक्त किया। योग के खजानों द्वारा सर्व शक्तियों को जमा करना सिखाया। धारणाओं के खजाने से सर्व गुणों का खजाना दिया। सेवा द्वारा आत्मिक खुशी की प्राप्ति कराई। संबंध संपर्क द्वारा दुआओं के खजाने से भरपूर किया।

तो आईये, हम इस कल्याणकारी पुरुषोत्तम संगमयुग पर इन अविनाशी खजानों से स्वयं को भरपूर करे और सर्व आत्माओं को भी इसकी प्राप्ति कराएं।

| सप्ताह | दिव्य दर्पण का पुरुषार्थ |
|--------|--|
| पहला | ज्ञान द्वार मुक्ति और जीवन मुक्ति का खजाना जमा करना। |
| दूसरा | योग द्वारा सर्व शक्तियों का खजाना जमा करना। |
| तीसरा | धारणाओं द्वारा सर्व गुणों का खजाना जमा करना। |
| चौथा | सेवा और संबंध संपर्क द्वारा दुआओं का खजाना जमा करना। |

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 हम कितना % खजानों को जमा किया।

❖ 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. सर्व खजानों को जमा किस विधि से करेंगे?
2. सर्व खजानों को जमा क्यों करना चाहिए?
3. सर्व जमा खजानों की प्राप्ति की लिस्ट बनाएं।
4. सर्व खजानों को जमा करने के लिए 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
7. नुमाशाम का योग-हाँ जी
8. स्वमान की स्मृति-बहुत अच्छी
9. सर्व खजानों को जमा किया - 80%
10. गुड नाईट - रात्रि – 10.30

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

1. सदा व्यर्थ और नेगेटिव बातों से मुक्त रहेंगे.
2. सदा स्वचिंतन और प्रभु चिंतन में रहेंगे।

❖ अभ्यास: हर घंटे एक मिनट के लिए अपने में सर्व खजानों को अनुभव करना है और सर्व को वरदान देने हैं।

- 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 ज्ञानी तू आत्मा हूँ. |
| दूसरा | मैं योगी तू आत्मा हूँ. |
| तीसरा | मैं आत्मा धारण स्वरूप हूँ. |
| चौथा | मैं आत्मा सर्व की दुआओं से भरपूर हूँ. |

Phone No: (079) 26444415, 26460944

Email: bk youthwing@gmail.com

Website: www.bkyouth.org