युवा प्रभाग-दिव्य दर्पण ग्रुप
मार्च,09 मास के पुरुषार्थ की प्वाइंटस

<u>मार्च मास का चार्ट</u>:

बापदादा के महावाक्य है (18/01/09): युथ ग्रुप "आजकल की गवर्मेन्ट का भी युवा के लिए बहुत उमंग है, संकल्प है क्योंकि युवा की विशेषता है जो चाहेगा, जो सोचेगा वह करके ही दिखाता है। युवा की डबल शक्ति है, शारीरिक भी और मन की भी। युवा संगठित होके जो चाहे वह कर सकते हैं, पाण्डव गवर्मेन्ट भी देख रही है कि युवा चारों ओर खास अपने स्कूल साथियों की सेवा अच्छी कर रहे हैं। बापदादा के पास युवा वर्ग की रिपार्ट आती रहती है। अभी एडीशन यह करो कि इस वर्ष में जो भी ब्राह्मणों की मर्यादायें हैं, एक एक मर्यादा को पूर्ण रीति से, मन्सा से, वाचा से, कर्मणा से और सम्बन्ध-सम्पर्क से, चारों ही रूप में पालन करने वाला हो – ऐसा ग्रुप तैयार करो, इस वर्ष में कोई भी मर्यादा भंग न हो। ऐसा ग्रुप बनाओ, आपस में बनाओ। जो ओटे सो अर्जुन। पसन्द है? कौन करेगा? हाथ उठाओ। करेंगे? सभी युवा करेंगे? कितने हैं? आपस में ग्रुप ग्रुप में पक्का करो फिर गवर्मेन्ट को दिखायेंगे कि यह मर्यादा पुरुषोत्तम हैं। गवर्मेन्ट भी चाहती है लेकिन कर नहीं पाती है आप करके दिखाओ। एक्जैम्पुल बनके दिखाओ। होमवर्क मिल गया ना। बापदादा यही चाहते हैं कि चारों ओर के ब्राह्मण आत्मायें इस वर्ष में कमाल करके दिखायें। व्यर्थ संकल्प की धमाल भी नहीं हो। शुद्ध संकल्प इतना जमा करो जो व्यर्थ को आने का समय नहीं मिलें। है ना खजाना। शुद्ध संकल्प का इतना खजाना इकट्ठा है? है हाथ उठाओ। शक्तियां भी हैं, अच्छा है, शक्तियां भी एक्जैम्पुल बनें और पाण्डव भी एक्जैम्पुल बनें। अच्छा। बापदादा खुश है।"

हम सब युवा बाबा की आशाओं के दिपक है। सम्पूर्ण सच्चा मर्यादा पुरुषोत्तम ब्राह्मण क्या होता है वह एक्जैम्पुल बनने का समय अब आ गया है। हम अब नहीं बनेंगे तो कब बनेंगे और कौन बनेंगे। हम जो चाहे वह कर सकते है, जो सोचते है वह कर दिखाते है तो "अब हमें बापदादा के महावाक्यों को साकार स्वरूप देना ही है और 2009 में गवर्मेन्ट के सामने मर्यादा पुरुषोत्तम ग्रुप में मुझे जाना ही है।" यह हम स्वयं के साथ दृढ़ प्रतिज्ञा लें।

जो बीत गया उसे बिन्दी लगाकर फिर से 20 नाखुनों का जोर देकर हम पुरुषार्थ करेंगे यह सभी नये और पुराने दिव्य दर्पण ग्रुप के भाई-बहनों से मेरा अनुरोध है। चार्ट ही एक हमारे सामने आईना है जिसमें हम कितने तैयार हुए है वह देख सकते है। तो फ्रेम बुक (Frame Book)भरने के लिए आप सभी तैयार होना?

हमे यह बताते बेहद खुशी हो रही है कि दिव्य दर्पण के सदस्यों की संख्या आज 4124 है।

हर सप्ताह में हम एक एक मर्यादा धारण करेंगे और सदा काल के लिए एटेन्शन देंगे। एक के बाद दुसरी धारण करेंगे तो पेहली धारणा को छोड नहीं देंगे।

1. ब्राह्मण जीवन की दिनचर्या अर्थात् अमृतवेला, मुरली क्लास, ट्रफिक कन्ट्रोल, नुमाशाम योग समय पर एक्युरेट करना यही सबसे पेहली मर्यादा है। यह ब्राह्मण जीवन में पुरुषार्थ का हाई वे है, मुल नियम है। हमारे सामने हमारी दादियाँ एक्जैम्पुल है जिन्हों ने कभी मिस नहीं किया है। यह छोड़ कर कोई भी पुरुषार्थ करो हमें सफलता नहीं मिल सकती।
2. पहेरवाईस मर्यादा पूर्वक हो अर्थात् भाईयों को कुर्ता पाइजामा और पेन्ट शर्ट, बहनों को सलवार कमिज़ एवं मर्यादा पूर्वक दुपट्टा डाला हुआ हो। हमारी पहेरवाईस सिम्पल हो, फेशनुबल न हो। किसी का हमारे प्रति ध्यान जाना, संकल्प चलना यह भी हमारी कमी है। कोई भी चीज पेहनते यह चेक करना है कि क्या यह सर्व श्रेष्ठ ब्राह्मण को वा होवनहार देवता/देवी को शोभा दे ऐसा है।

3. न्युज पेपर केवल समाचार के लिए पढ़ना है। यह चेक करना है कि मेरा शौक और कुछ व्यर्थ पढ़ने का या फोटो देखने का तो नहीं है। पुराने संस्कारो की पालना तो नहीं कर रहे है यह चेक करना है।
4. टी.वी में कोई सिरियल वा फिल्म नहीं देखनी है। पाप (Sin) की मां सिनेमा है। हमारी द्रष्टि, वृत्ति, व्यवहार, सम्बन्ध बिगडने का कारण ही यह है। इससे हमारा संगमयुग का सुहावना समय नष्ट होता है जो एक सेकण्ड एक साल के बराबर है।

विधि :

सप्ताह	दिव्य दर्पण के लिए मर्यादाएं
प्रथम	दिनचर्या में एक्युरेट
दूसरा	पहेरवाईस मर्यादा पूर्वक
तीसरा	न्युज पेपर में केवल समाचार देखना
चौथा	टी.वी सिरियल एवं फिल्म नहीं देखना

❖ फ्रेमबुक में ऊपर चार पंक्तियों में निम्नलिखित बिन्दु लिखकर उसका परिणाम प्रतिदिन रात को सोने से पहले लिखे:

1.गुड मोर्निंग - 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. नुमा शाम का योग- हाँ जी　9.दिनचर्या में एक्युरेट रहे: ✓
10.गुड नाइट- 10.30

❖ 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 पोईन्ट लिखनी है एवं कोई अनुभव हुआ हो वह जरूर से लिखे:

स्वमान:

अनादि स्वरूप:	16. मैं आत्मा पवित्रता की मूर्ति हूं।
1. मैं आत्मा पवित्र सितारा हूं।	17. मैं आत्मा पूर्वज हूं।
2. मुझ आत्मा का स्वधर्म पवित्रता है।	18. मैं आत्मा कमलआसनधारी हूं।
3. मैं आत्मा परम पवित्र हूं।	19. मैं आत्मा वरदाता हूं।
4. मैं आत्मा पवित्रता का सूर्य हूं।	20. मैं आत्मा सर्व की मनोकामनाए पूर्ण करने वाली हूं।
5. मैं आत्मा पवित्रता की मणि हूं।	21. मैं आत्मा ईष्ट देव हूं।
6. मैं आत्मा परम पवित्र परमात्मा की सन्तान हूं।	ब्राह्मण स्वरूप:
7. मैं आत्मा बेदाग हीरा हूं।	22. मैं आत्मा सर्वश्रेष्ठ ब्राह्मण हूं।
आदि स्वरूप:	23. ज्ञानसूर्य परमात्मा की शक्तिशाली किरणों से मैं आत्मा पवित्र बन गई हूं।
8. मैं आत्मा पवित्रता की देवी हूं।	24. मैं आत्मा कुल दीपक हूं।
9. मैं आत्मा पवित्र ताजधारी हूं ।	25. मैं आत्मा यज्ञ रक्षक हूं।
10. मैं आत्मा पवित्रता का अवतार हूं।	26. मैं आत्मा यज्ञ स्नेही हूं।
11. मैं पवित्र राज्याधिकारी आत्मा हूं।	27. मैं आत्मा पवित्र ब्राह्मण हूं।
12. मैं आत्मा सम्पूर्ण सतोप्रधान हूं।	28. मैं आत्मा खुदाई खिदमदगार हूं।
13. मैं आत्मा इच्छा मात्रम् अविद्या हूं।	29. मैं आत्मा ब्रह्मा बाप की भुजा हूं।
14. मैं पवित्र देवात्मा हुं।	30. मैं आत्मा श्रीमत अनुसार कर्म करने वाली हूं।
पूज्य स्वरूप:	31. मैं आत्मा पुरुषोत्तम संगमयुगी ब्राह्मण हूं।
15. मैं आत्मा पूजनीय हूं।	

❖ दिव्य दर्पण के चार्ट के लिए आपको एक डायरी रखनी है जिसका नाम फ्रेमबुक रहेगा। जो हर रोज़ आपको भरनी है और सप्ताह में एक बार अपने निमित्त टीचर को बताके उसमें हस्ताकक्षर लेने है।

फ्रेमबुक का सेम्पल पेज

01-03-09

स्वमान: मैं आत्मा पवित्र सितारा हूं।

गुड मोर्निंग- 3.30 AM	अमृतवेला- हॉल में, 3.45 से 4.45AM	व्यायाम/ पैदल - ✓
ट्राफिक कन्ट्रोल-5	मुरली क्लास- क्लास में सुनी	स्वमान की स्मृति-बहुत अच्छी
नुमा शाम का योग-✓	अव्यक्त मुरली पढ़ी? हां	दिनचर्या में एक्युरेट रहे: ✓
गुड़ नाईट- 10.30 PM		

प्रतिज्ञा: “अब हमें बापदादा के महावाक्यों को साकार स्वरूप देना ही है और 2009 में गवर्मेन्ट के सामने मर्यादा पुरुषोत्तम ग्रुप में मुझे जाना ही है।”

आज की मुरली:

अज्ञान अन्धियारे से बचने के लिए आत्मा रूपी दीपक को ज्ञान घृत से सदा प्रज्जवलित रखना है। दूसरों को भी अज्ञान अन्धियारे से निकालना है।

वरदान: किसी भी परिस्थिति में फुलस्टॉप लगाकर स्वयं को परिवर्तन करने वाले सर्व की दुआओं के पात्र भव:

स्लोगन: जो संकल्प करते हो उसे बीच-बीच में दृढ़ता का ठप्पा लगाओ तो विजयी बन जायेंगे।

स्वमान:

मैं आत्मा पवित्र सितारा हूं। मैं आत्मा पवित्र सितारा हूं।

❖ हर मास के प्रथम सप्ताह में यह पोस्ट कार्ड लिखकर महादेवनगर युवा प्रभाग कार्यालय में भेजना है। अगर आप मर्यादा पुरुषोत्तम के ग्रुप में शामिल होना चाहते हो तो फरवरी के पोस्ट कार्ड में जरूर से लिखे:

नाम:____________ सेन्टर का नाम:__________ DiDar No:___

गुड मोर्निंग-90%	अमृतवेला-75%
व्यायाम/पैदल-80%	ट्राफिक कन्ट्रोल-45%
मुरली क्लास-90%	नुमा शाम का योग-45%
स्वमान की स्मृति-55%	अव्यक्त मुरली पढ़ी?-80%
मर्यादाएं -70%	गुड नाईट-95%

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

मैं मर्यादा पुरुषोत्तम ग्रुप में जुडना चाहता हूँ।

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

To Get sms Daily for Swaman Please type “JOIN Divyadarpan” and sms to 567678.