

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

जून मास का चार्ट:

ईश्वरीय मर्यादा ही हमारा स्वधर्म है। जहाँ नियम है, वहाँ संयम है। जहाँ कायदा है, वहाँ फायदा है। जो ब्राह्मण सर्व मर्यादाओं का पालन करते हैं वही 'मर्यादा पुरुषोत्तम' बनते हैं। जब हम स्वयं करते हैं तो हमें देख दूसरे भी करते हैं। बाबा ने हमें सर्वश्रेष्ठ मर्यादाओं के इशारे दिये हैं जिसे पालन करना हमारा परम कर्तव्य है।

हमें अपना वायदा कभी भूलना नहीं है कि "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।"

हर सप्ताह में हम निम्नलिखित एक-एक मर्यादा धारण करेंगे और उस पर सदाकाल के लिए अटेन्शन देंगे। एक के बाद दूसरी धारणा करेंगे तो पहली धारणा को छोड़ नहीं देंगे।

विधि :

सप्ताह	दिव्य दर्पण के लिए मर्यादाएँ
प्रथम	कभी किसी से ईर्ष्या नहीं करनी है
दूसरा	टोंटिंग वाले शब्द नहीं बोलने हैं
तीसरा	मूड ऑफ नहीं करना है
चौथा	ज़िद्द का स्वभाव न हो

1. कभी किसी से ईर्ष्या नहीं करनी: ईर्ष्या करना यह ईश्वरीय मत के विरुद्ध है। ईर्ष्या ही दूसरों की निन्दा कराती है। हमारे आपसी सम्बन्ध बिगाड़ती है। ईर्ष्या के कारण हम किसी का भला नहीं सोच सकते, किसी को आगे बढ़ता नहीं देख सकते, न कभी खुश हो सकते हैं।
2. टोंटिंग वाले शब्द नहीं बोलने हैं: न दुःख देना और न दुःख लेना यह ईश्वरीय मर्यादा है। हम कभी ऐसे शब्द नहीं बोलें जो किसी को दुःख पहुँचे।
3. मूड ऑफ नहीं करना है: हम भगवान के बच्चे हैं। सुख के सागर के बच्चे, हमारा कभी मूड ऑफ होना ही नहीं चाहिए। मूड ऑफ करना बड़ा पाप है जो डिससर्विस कराता है।
4. ज़िद्द का स्वभाव न हो: ज़िद्द का स्वभाव ज्ञान-योग में बहुत विघ्न डालता है। जिद्दी स्वभाव वाले अपना और दूसरों का नुकसान करते हैं। जहाँ 'जी हाँ' का स्वभाव है, वहाँ सब फूल बरसाते हैं, दुआयें देते हैं, जहाँ ज़िद्द है वहाँ खुशियों के लिए तरसते हैं।

❖ 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 कंट्रोल - 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. ईर्ष्या नहीं करना: ✓
10. गुड नाइट - 10.30

❖ दिव्य दर्पण के विशेष अभ्यास के साथ-साथ प्रेम बुक में आज की मुरली के पश्चात् कम से कम 21 बार आज का स्वमान लिखना है या चिन्तन कर 10 प्वाइंट लिखनी है एवं कोई अनुभव हुआ हो तो वह जरूर लिखें:

स्वमान:

1. मैं आत्मा स्नेह का फरिश्ता हूँ।	16. मैं आत्मा सर्वशक्तियों से सम्पन्न हूँ।
2. मैं आत्मा स्नेह की मूर्ति हूँ।	17. मैं सर्व शक्तिवान परमात्मा की छत्रछाया में हूँ।
3. मैं आत्मा आधारमूर्त और उद्धारमूर्त हूँ।	18. मुझ आत्मा का साथी सर्वशक्तिवान है।
4. मैं आत्मा सर्वश्रेष्ठ ब्राह्मण हूँ।	19. मैं आत्मा सन्तुष्टमणि हूँ।
5. मैं आत्मा सच्चे प्यार की मूरत हूँ।	20. मैं आत्मा विघ्न विनाशक हूँ।
6. मैं आत्मा मास्टर क्षमा का सागर हूँ।	21. मैं आत्मा निर्विघ्न हूँ।
7. मैं आत्मा मास्टर प्यार का सागर हूँ।	22. मैं आत्मा ज्ञान सागर की सन्तान हूँ।
8. मैं आत्मा शान्ति प्रिय हूँ।	23. मैं आत्मा आनन्द का सागर हूँ।
9. मैं आत्मा शान्तचित्त हूँ।	24. मैं ज्ञानी तू आत्मा हूँ।
10. मैं आत्मा शान्ति का अवतार हूँ।	25. मैं आत्मा खुशानसीब हूँ।
11. मैं आत्मा शान्ति का सितारा हूँ।	26. मैं आत्मा खुशी की खुराक से तंदुरुस्त हूँ।
12. मुझ आत्मा का स्वधर्म शान्ति है।	27. मैं आत्मा खुशी के खजाने से सम्पन्न हूँ।
13. मैं आत्मा शान्तिधाम की निवासी हूँ।	28. मैं आत्मा ज्ञानामृत का पान करता हूँ।
14. मैं आत्मा शान्तिदूत हूँ।	29. मैं आत्मा ज्ञान नदी हूँ।
15. मैं आत्मा मास्टर सर्व शक्तिवान हूँ।	30. मैं आत्मा ज्ञानस्वरूप हूँ।

❖ हर मास के प्रथम सप्ताह में यह पोस्ट कार्ड 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 कंट्रोल-45%	
मुरली क्लास-90%	नुमा शाम का योग-45%	
स्वमान की स्मृति-55%	अव्यक्त मुरली पढ़ी?-80%	
मर्यादाएँ -70%	गुड नाइट-95% _____	
चार्ट: OK या OK	टीचर के हस्ताक्षर	
मैं मर्यादा पुरुषोत्तम ग्रुप में जुड़ना चाहता हूँ।		

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