



युवा प्रभाग-दिव्य दर्पण ग्रुप  
दिसम्बर 2012 मास के पुरुषार्थ की प्वाइंट्स

**दिसम्बर मास का चार्ट:**

लक्ष्य – पवित्रता के पथ पर अग्रसर होना।

हम संसार में सर्व श्रेष्ठ पवित्र आत्माएं हैं जो परमात्म श्रीमत पर पवित्रता के बल को स्वयं में भर रहे हैं। पवित्रता ही हमारी पर्सनालिटी है और पवित्रता ही हमारी रॉयलीटी है। हमें संसार के सामने सर्व श्रेष्ठ चारित्र्य का उदाहरण प्रस्तुत करना है।

हे पवित्रता के पथ पर अग्रसर होने वाले पथिकों, आओ हम अपने परम पवित्र पूज्य बनने के लक्ष्य को प्राप्त करें।

विधि :

सप्ताह	दिव्य दर्पण की धारणा
पहला	मनसा – फुलस्टोप लगाना और फुलस्टॉक जमा करना
दूसरा	वाचा – कल्याणकारी, मृदु, मितभाषी, उत्साह वर्धक, सम्मानपूर्ण
तीसरा	कर्मणा – आदर्श, परोपकारी, सहयोगी, ईमानदारी
चौथा	संबंध और सम्पर्क – वफादारी, स्नेही, शुभ और शुद्ध भाव

मास के 4 सप्ताह में यह पुरुषार्थ करना है जिसमें पहले दिन उस पर चिन्तन करना है और कम से कम 15 लाइन्स उस पर लिखनी हैं। फिर 5 दिन उसी पॉइन्ट को चेक करना है और स्वयं में परिवर्तन लाना है। सातवें दिन उस पुरुषार्थ का अनुभव लिखना है।

❖ 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. पवित्रता - 80%
10. गुड नाइट- रात्रि 9.30

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

1. ब्राह्मण कुल की मर्यादा अनुसार ड्रेस पहनना।
2. न दुःख देंगे और न दुःख लेंगे।

❖ अभ्यास: अमृतवेले, ट्रैफिक कंट्रोल एवं रात्री योग के समय विशेष पवित्रता की शक्ति बाबा से ग्रहण करनी है। कर्म करते अभ्यास करना है कि मैं परम पवित्र पूज्य आत्मा इस देह रूपी मन्दिर में विराजमान हूँ, कोई भी व्यर्थ संकल्प मन्दिर में प्रवेश कर नहीं सकता।

- 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 प्वाइंटस लिखनी है एवं कोई अनुभव हुआ हो तो वह ज़रूर लिखें।

❖ स्वमान:

सप्ताह	दिव्य दर्पण के स्वमान
पहला	मैं परम पवित्र आत्मा हूँ।
दूसरा	मैं आत्मा वरदान देनेवाली वरदाता हूँ।
तीसरा	मैं आत्मा परम पूज्य हूँ।
चौथा	मैं आत्मा पूर्वज हूँ।

- ❖ हर मास के प्रथम सप्ताह में निम्नलिखित पोस्टकार्ड लिखकर महादेवनगर युवा प्रभाग कार्यालय में भेजना है। अगर आप मर्यादा पुरुषोत्तम ग्रुप में शामिल होना चाहते हैं तो पोस्टकार्ड में ज़रूर से लिखें:

नाम: _____	सेन्टर का नाम: _____	DiDar No: _____
गुड मॉर्निंग-90%		अमृतवेला-75%
व्यायाम/पैदल-80%		ट्रैफिक कंट्रोल-90%
मुरली क्लास-90%		नुमाशाम का योग-80%
स्वमान की स्मृति-75%		अव्यक्त मुरली पढ़ी?-80%
पवित्रता -80%		गुड नाइट-95%
चार्ट: <b>OK</b> या <b>OK</b>		टीचर के हस्ताक्षर
मैं मर्यादा पुरुषोत्तम ग्रुप में जुड़ना चाहता हूँ।		

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