



## युवा प्रभाग-दिव्य दर्पण गुप अगस्त, 2012 के पुरुषार्थ की प्वाइंट्स

### अगस्त मास का चार्ट:

लक्ष्य – सर्व समस्याओं का समाधान आत्म-अभिमानि स्थिति

हम सभी जानते हैं कि सर्व विकारों की जड़ है देह अभिमान। जब तक विकारों का अंश होगा तब तक न बाबा की याद ठहर सकती और ना ही आत्मा सतोप्रधान बन अपने लक्ष्य की ओर अग्रसर हो सकती है। छोटी-छोटी बातों की फिलिंग हमारी आत्मिक शक्ति को क्षीण कर देती है। केवल आत्म-अभिमानि स्थिति का अभ्यास ही हमें एकरस, अचल-अडोल बना सकता है।

तो आओ, हम आत्म-अभिमानि बन स्वयं की हर समस्या का समाधान करें और संसार को भी समस्याओं से मुक्त करें।

विधि :

सप्ताह	दिव्य दर्पण की स्थिति
प्रथम	देव आत्मा
दूसरा	पूज्य आत्मा
तीसरा	ब्राह्मण आत्मा
चौथा	फरिश्ता आत्मा

मास के 4 सप्ताह में यह पुरुषार्थ करना है जिसमें पहले दिन उस पर चिन्तन करना है और कम से कम 15 लाईन्स उस पर लिखनी है। फिर 5 दिन उसी पॉइन्ट को चेक करना है और स्वयं में परिवर्तन लाना है। सातवें दिन उस पुरुषार्थ का अनुभव लिखना है। यह चिन्तन और अनुभव की पॉइन्ट्स आप युवा प्रभाग के राष्ट्रीय कार्यालय – अहमदाबाद, महादेवनगर भेजना जी।

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. आत्म-अभिमानि स्थिति - 80%
10. गुड नाइट- रात्रि 9.30

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

1. हर राज़ को जानकर राजी रहेंगे।
2. ब्राह्मण जीवन की मर्यादा से विपरीत हो ऐसे इन्टरनेट, वेब साइट, sms, mobile और T.V. का उपयोग नहीं करना है।

❖ अभ्यास: आत्मा भाई-भाई देखने का अभ्यास करना है और हर आत्मा को उसके सम्पूर्ण स्वरूप में ही देखना है।

- 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 जरूर लिखें।

❖ स्वमान:

1. मैं आत्मा पवित्र देवात्मा हूँ।	16. मैं आत्मा सर्व श्रेष्ठ ब्राह्मण हूँ।
2. मैं आत्मा सम्पूर्ण सतोप्रधान हूँ।	17. मैं आत्मा ब्रह्मा मुखवंशावली हूँ।
3. मैं आत्मा सतोप्रधान प्रकृति की मालिक हूँ।	18. मैं आत्मा ब्रह्मा बाबा की भूजा हूँ।
4. मैं आत्मा दिव्य गुणों की मूरत हूँ।	19. मैं आत्मा यज्ञ रक्षक हूँ।
5. मैं आत्मा सर्व खज़ानों से सम्पन्न हूँ।	20. मैं आत्मा यज्ञ स्नेही हूँ।
6. मैं आत्मा दिव्य आचरण करने वाली हूँ।	21. मैं आत्मा बाबा के सम्पूर्ण वरसे का अधिकारी हूँ।
7. मैं आत्मा दिव्य कर्म करनेवाली हूँ।	22. मैं आत्मा पवित्र फरिश्ता हूँ।
8. मैं आत्मा परम पूज्य हूँ।	23. मैं आत्मा शान्ति का फरिश्ता हूँ।
9. मैं आत्मा शान्ति की दैवी हूँ।	24. मैं आत्मा प्रेम का फरिश्ता हूँ।
10. मैं आत्मा सर्व की ईष्ट हूँ।	25. मैं आत्मा आनन्द का फरिश्ता हूँ।
11. मैं आत्मा अष्ट भुजाधारी हूँ।	26. मैं आत्मा सुख का फरिश्ता हूँ।
12. मैं आत्मा सर्व की मनोकामना पूर्ण करनेवाली हूँ।	27. मैं आत्मा प्रकाश पूँज हूँ।
13. मैं आत्मा वरदानी हूँ।	28. मैं आत्मा अर्श निवासी हूँ।
14. मैं आत्मा साक्षात्कारमूर्त हूँ।	29. मैं आत्मा अव्यक्त वतन वासी हूँ।
15. मैं आत्मा दर्शनीयमूर्त हूँ।	30. मैं आत्मा शान्ति का सन्देश वाहक हूँ।
	31. मैं आत्मा विश्व को सकाश देने वाला 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 जरूर 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%	
आत्म अभिमानी स्थिति -80%	गुड नाइट-95%	
चार्ट: <b>OK</b> या <b>OK</b>	टीचर के हस्ताक्षर	
मैं मर्यादा पुरुषोत्तम ग्रुप में जुड़ना चाहता हूँ।		