



ओम् शान्ति

युवा प्रभाग-ब्रह्माकुमारीज़

Divya Darpan (DiDar) Group
दिव्य दर्पण ग्रुप (तीव्र पुरुषार्थ के लिए)

अप्रैल मास का चार्ट एवं स्वमान

दिनांक: 27/03/08

अव्यक्तमूर्त बापदादा के नयनों के नूर और शान्ति की शक्ति का अनुभव बढ़ाने वाले, प्रयोग करने वाले, मास्टर शान्तिदेवा बन वायब्रेशन फैलाने वाले, सदा अपने साइलेन्स की शक्ति को आगे बढ़ाने का उमंग-उत्साह देने वाले सर्व निमित्त दैवी टीचर बहनों वा भाईयों और सर्व दिव्य दर्पण ग्रुप के सदस्यों प्रति,

युवा प्रभाग की ओर से दादी रतन मोहिनी जी एवं बी.के.चन्द्रिकाबहन की मधुर याद स्वीकार करना जी।

आपको बताते हुए अति हर्ष हो रहा है कि दिव्य दर्पण ग्रुप के सदस्यों की ओर से बड़े अच्छे अनुभव के समाचार एवं चार्ट की रीजल्ट के पोस्ट कार्ड प्राप्त हो रहे हैं। आज दिन तक 2139 जितने भाई-बहनों ने अपना नाम दर्ज कराया है।

मार्च मास में विशेष 18/02/08 की अव्यक्त मुरली अनुसार हम सब ने शान्ति की देवियां, शान्ति के देव बनकर शक्तिशाली शान्ति की शक्ति का प्रयोग किया होगा और शान्ति की शक्ति के वायब्रेशन चारों ओर फैलाएँ होंगे। तो अभी फिर अप्रैल मास में शान्ति की शक्ति का विशेष अभ्यास बढ़ाने के लिए निम्नलिखित बिन्दुओं को चार्ट में बढ़ायेंगे।

1. परिवर्तन का संकल्प जो चार्ट में 12वीं पोईन्ट थी। उसी प्रकार अप्रैल मास में दो नये पोईन्स बढ़ा रहे हैं-13वीं पोईन्ट प्रतिदिन रात को सोने के पहले अपने दिल की बातें दिलाराम बाप को बताकर हल्के होकर सो जाने के लिए बाबा को खत लिखना। अगर लिखा हो तो ✓ और नहीं लिखा हो तो ✗ और 14वीं पोईन्ट रहेगी सुबह 4 से 8 बजे तक विशेष मन एवं वाणी का मौन का अभ्यास करना है। अगर किया हो तो ✓ और नहीं किया हो तो ✗ करना है।
2. प्रतिज्ञा: (दिन में कम से कम एक बार फ्रेम बुक में लिखनी है)
बापदादा की आशाओं अनुसार मैं आत्मा मन्सा, वाचा, कर्मणा 'दिव्य दर्पण' बन ब्राह्मण जीवन की प्राप्ति को स्मृति में रखते हुए अपने युवा जीवन को सेवा में सफल करूंगा/करूंगी।
3. शान्ति की शक्ति का चार्ट जो हम मार्च मास में भरते थे ठीक उसी प्रकार भरना होगा। जो संलग्न किया गया है। मास के अन्त में यह चार्ट अपनी निमित्त टीचर बहन को दे देना है।
4. स्वमान –इस पत्र के साथ दिये गये हर रोज के स्वमान को एक दिन पहले रात को सोते समय पढ़ें और सुबह बाबा से गुड़मोर्निंग करने के पश्चात् उस स्वमान को प्रैक्टिस करें और अमृतवेला से लेकर दिनभर उस पर विविध रीति पुरुषार्थ करें। फ्रेमबुक में उसे दिनभर में कम से कम 21 बार या ज्यादा बार लिखें। अप्रैल मास के स्वमान अगले पृष्ठ पर लिखे हैं
 - 1 अप्रैल को मार्च मास के पुरुषार्थ का चार्ट एक पोस्टकार्ड पर लिखकर भेजने के लिए पोस्टकार्ड तो आपने खरीद कर लिया होगा। अगर आपको मार्च मास में विशेष अनुभव हुआ हो तो आप चार्ट एवं अनुभव पोस्टकार्ड में लिखकर अहमदाबाद-महादेवनगर सेन्टर पर जरूर भेजे।
 - दिव्य दर्पण ग्रुप की अधिक जानकारी के लिए युवा प्रभाग की वेबसाईट www.bkyouth.org देखे।
सुझाव: आपके पास अगर 'मनोबल एवं मंसा सेवा' की किताब हो तो उसमें से 8.1.7 में 251 पेज पर शान्ति की शक्ति की विशेषताएं जो दी गई हैं उसमें से प्रतिदिन कम से कम एक विशेषता जरूर पढ़ने का लक्ष्य रखें।

स्वमान: मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ।

गुड मोर्निंग- 3.30 AM

अमृतवेला- हॉल में, 3.45 से 4.45AM

व्यायाम/ पैदल - ✓

ट्राफिक कंट्रोल-5

मुरली क्लास- क्लास में सुनी

दिनभर में नींद- 1 hr

स्वमान की स्मृति-बहुत अच्छी

सुबह 4 से 8 मौन रखा: ✓

नुमा शाम का योग-✓

अव्यक्त मुरली पढ़ी? हां

सन्तुष्टता लौकिक/अलौकिक-75%

बाबा को खत लिखा: ✓

क्या परिवर्तन करना है- धीरे बोलना है

गुड नाईट- 10.30 PM

प्रतिज्ञा:

बापदादा की आशाओं अनुसार मैं आत्मा मन्सा, वाचा, कर्मणा दिव्य दर्पण बन ब्राह्मण जीवन की प्राप्ति को स्मृति में रखते हुए अपने युवा जीवन को सेवा में सफल करूंगा/करूंगी।

आज की मुरली:

अपने तन-मन-धन से रूहानी सोशल सेवा करनी है। अपार सुख पाने के लिए पवित्रता की प्रतिज्ञा कर और सब संग तोड़ एक बाप की याद में रहना है।

वरदान: हर एक के स्वभाव-संस्कार को जान, टकराने के बजाए सेफ रहने वाले मा. नालेजफुल भव

स्लोगन: उडती कला का अनुभव करना है तो सदा भाग्य और भाग्य विधाता की स्मृति में रहो।

स्वमान:

मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ।
 मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ।
 मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ।
 मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ।
 मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ।
 मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ।
 मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ।
 मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ।
 मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ।
 मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ।
 मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ।
 मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ।
 मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ।
 मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ।

Chart for the month of April

Divya Darpan Group

Efforts for the month of April-2008

Name:	Centre:												Zone:																	
अलग-अलग समय की स्मृतियां	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
1. आंख खुलते ही मैं आत्मा शान्तिधाम से अवतरित हुई हूँ।																														
2. अमृतवेले योग में स्वमान के अभ्यास के साथ यह विज्युलाईज करते जाएं कि मुझ आत्मा से शान्ति की किरणें चारों ओर फैलती जा रही है और सारा विश्व शान्त होता जा रहा है।																														
3. कार्य व्यवहार में आते अपने को शान्ति का फरिश्ता महसूस किया?																														
4. ट्राफिक कंट्रोल के समय शान्तिधाम (टॉप) की स्थिति में स्थित हुए?																														
5. नुमाशाम शान्ति की दैवी / दैव बन अशान्त आत्माओं को शान्ति का वरदान दिया?																														
6. शान्तिधाम में विश्राम किया?																														

- | | | |
|--|---|--|
| 1) मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। | 12) मैं आत्मा शान्ति का चुम्बक हूँ। | 23) मैं आत्मा शान्तिस्तम्भ हूँ। |
| 2) मैं आत्मा शान्ति का अवतार हूँ। | 13) मैं आत्मा शान्ति का सितारा हूँ। | 24) मैं आत्मा शान्ति के सागर की संतान हूँ। |
| 3) मैं आत्मा शान्ति का दैव/दैवी हूँ। | 14) मैं आत्मा शान्ति की ज्योति हूँ। | 25) मैं आत्मा शान्तिधाम की निवासी हूँ। |
| 4) मैं आत्मा शान्ति का फरिश्ता हूँ। | 15) मैं आत्मा शान्तिदूत हूँ। | 26) मैं आत्मा शान्ति की मणी हूँ। |
| 5) मैं आत्मा मा.शान्ति का सागर हूँ। | 16) मैं आत्मा शान्त स्वरूप हूँ। | 27) मैं आत्मा शान्ति का चुम्बक हूँ। |
| 6) मैं आत्मा शान्ति का पूंज हूँ। | 17) मैं आत्मा शान्ति का अवतार हूँ। | 28) मैं आत्मा शान्ति का सितारा हूँ। |
| 7) मैं आत्मा शान्ति की शक्ति से सम्पन्न हूँ। | 18) मैं आत्मा शान्ति का दैव/दैवी हूँ। | 29) मैं आत्मा शान्ति की ज्योति हूँ। |
| 8) मैं आत्मा शान्तिस्तम्भ हूँ। | 19) मैं आत्मा शान्ति का फरिश्ता हूँ। | 30) मैं आत्मा शान्तिदूत हूँ। |
| 9) मैं आत्मा शान्ति के सागर की संतान हूँ। | 20) मैं आत्मा मा.शान्ति का सागर हूँ। | 31) मैं आत्मा शान्ति का परवाना हूँ। |
| 10) मैं आत्मा शान्तिधाम की निवासी हूँ। | 21) मैं आत्मा शान्ति का पूंज हूँ। | |
| 11) मैं आत्मा शान्ति की मणी हूँ। | 22) मैं आत्मा शान्ति की शक्ति से सम्पन्न हूँ। | |