



युवा प्रभाग-दिव्य दर्पण ग्रुप
अप्रैल, 2013 मास के पुरुषार्थ की प्वाइंट्स

अप्रैल मास का चार्ट:

लक्ष्य – खुशमिजाज और खुशकिस्मत।

अव्यक्त बापदादा (22/03/13) “भाग्यवान का चेहरा सदा खुशकिस्मत, खुशनुमा होगा। तो हर एक अपने को चेक करे कि अमृतवेले से लेके रात तक खुशमिजाज और खुशकिस्मत रहा? खुशी कभी कम नहीं होनी चाहिए। बापदादा ने देखा कई बच्चे ऐसे खुशमिजाज रहते हैं जो उनका चेहरा देख दूसरा भी बदल जाता है। बाप चाहते हैं हर बच्चा सदा खुशी में उड़ता रहे। खुशी जैसी करामत और कोई में नहीं है। जानते हो ना और जो भी वस्तु होती है वह देने से कम होती है, लेकिन खुशी किसको भी दो, तो कम होगी या बढ़ेगी? तो ऐसी खुशी जो सदा बढ़ती रहती है उसको कभी नहीं छोड़ना। आपका चेहरा कोई भी देखे सदा खुशमिजाज।”

आओ, हम कभी-कभी (खुश) शब्द मिटा दे और सदा (खुश) शब्द को प्रैक्टिकल में लाये। बापदादा को सदा शब्द ही पसंद है।

विधि :

सप्ताह	दिव्य दर्पण का पुरुषार्थ
पहला	वाह! मेरा भाग्य वाह!
दूसरा	वाह रे मैं! वाह!
तीसरा	वाह! बाबा वाह!
चौथा	वाह! मेरा मीठा ब्राह्मण परिवार वाह!

1. वाह! मेरा भाग्य वाह!: कितना श्रेष्ठ मेरा भाग्य है जो स्वयं भगवान ने मुझे अपना बना लिया। इस प्रकार जो भी भाग्य की अनुभूति हुई हो वह लिखना है।
2. वाह रे मैं! वाह!: बाबा का बनने के बाद जो भी स्वमान बाबा से प्राप्त हुए है उसे अनुभव करना। जो विशेषता पहले नहीं थी परन्तु ज्ञान में आने के पश्चात् विकसित हुई हो उसके रूहानी नशे में रहना।
3. वाह! बाबा वाह!: हर वक्त बाबा की मदद, साथ और शक्तियों का अनुभव करते बाबा के गुनगान करते रहना। बाबा करनकरावनहार बनकर कैसे कर्म कराता उसकी अनुभूति करना।
4. वाह! मेरा मीठा ब्राह्मण परिवार वाह!: सारे कल्प में यह सर्व श्रेष्ठ ब्राह्मण परिवार कभी भी किसको भी नहीं मिल सकता जो मुझे प्राप्त हुआ है। जिसका हर सदस्य डबल ताज़धारी हो वो परिवार

कितना श्रेष्ठ एवं सुन्दर है। परिवार में हरेक की विशेषता एवं उनके महत्त्व को जानना और स्वीकार करना।

हर सप्ताह में जो लक्ष्य दिया है उस पर चिन्तन करके 10 लाईन कम से कम लिखनी है। फिर सारे दिन में उसी नशे में रहना है और 10 बार दिल से बोलना है। इस मास स्वमान के बदले यही अभ्यास करना 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. खुशी - 50%
10. गुड नाइट- रात्रि 9.30

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

1. हर पल खुश रहना।
2. खुशी का वायुमण्डल बनाना।

● अभ्यास: कुछ भी हो जाता है तो मन से हो ली करना और होली बनना है।

❖ 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%	
खुशी-50%	गुड नाइट-95%	
चार्ट: OK या OK		टीचर के हस्ताक्षर
मैं मर्यादा पुरुषोत्तम ग्रुप में जुड़ना चाहता हूँ।		