

मार्च, 2014 – सम्पूर्णता की ओर - सम्पूर्ण निश्चय

प्रथम साप्ताहिक पुरुषार्थ- स्वयं में सम्पूर्ण निश्चय

स्वमान : मैं बेफिक्र बादशाह हूँ.

क्रम	चेकिंग के बिन्दु	अंक	1	2	3	4	5	6	7
1.	दिनचर्या एक्क्यूरेट रही ? (अमृतवेला, मुरली, ट्रैफिक कण्ट्रोल, योगयुक्त भोजन, संध्या योग, रात्रि चार्ट...आदि)	20							
2.	मैं बेफिक्र बादशाह हूँ—इस स्वमान का दिन में १० बार अभ्यास किया ?	20							
3.	एकांत में ३० मिनट गहराई से स्वचिन्तन किया ?— मेरा मुझमें पूरा निश्चय है क्यों कि मैं भगवान का सगा-डायरेक्ट बच्चा हूँ...भगवान मेरे साथ हैं , मैं कल्प-कल्प विजयी हूँ आदि संकल्प चलायें । स्वयं में कितना निश्चय रहा ?	20							
4.	दादीजी, वरिष्ठ भाई बहनों के अनुभव की किताब का अध्ययन या क्लास सुने? अपनी धारणा के लिये उनमें से कुछ बातें नोट की ?	20							
5.	सारे दिन में योग का चार्ट कितना रहा? (योग 4 घण्टा हो तो 20 मार्क्स, 3 में 15, 2 में 10 और 1 में 5 मार्क्स देंगे)	20							
		कुल	100						

द्वितीय साप्ताहिक पुरुषार्थ- बाबा में सम्पूर्ण निश्चय

स्वमान : मैं निमित्तमात्र हूँ - बापदादा करन-करावनहार है

क्रम	चेकिंग के बिन्दु	अंक	8	9	10	11	12	13	14
1.	दिनचर्या एक्क्यूरेट रही? (अमृतवेला, मुरली, ट्रैफिक कण्ट्रोल, योगयुक्त भोजन, संध्या योग, रात्रि चार्ट...आदि)	20							
2.	मैं निमित्तमात्र हूँ, करन करावनहार बापदादा हैं - इस स्वमान का दिनभर में १० बार अभ्यास किया ?	20							
3.	एकांत में ३० मिनट गहराई से स्वचिन्तन किया ?— मैं बापदादा का प्यारा बच्चा हूँ और बापदादा मुझे शक्तियों से भरपूर कर रहे हैं.....आदि । बापदादा में कितना निश्चय रहा ?	20							
4.	साकार-अव्यक्त मुरलियाँ, ईश्वरीय साहित्य या अन्य प्रेरक साहित्य का एक अंश अवश्य पढ़ा और सम्पूर्णता से जुड़े हुए प्वाइन्ट्स - ससंदर्भ (स्रोत सहित) नोट किये ?	20							
5.	सारे दिन में योग का चार्ट कितना रहा? (योग 4 घण्टा हो तो 20 मार्क्स, 3 में 15, 2 में 10 और 1 में 5 मार्क्स देंगे)	20							
		कुल	100						

शिवभगवानुवाच

निश्चयबुद्धि अर्थात् किसी भी बात में क्वेश्चन-मार्क का टेढ़ा रास्ता लेने के बजाय कल्याण की बिन्दी लगाना और सदा निश्चिन्त रहना।

‘एक बल एक भरोसा’ – इसी आधार से नम्बरवन विजयी बनना है।

मार्च, २०१४ – सम्पूर्णता की ओर - सम्पूर्ण निश्चय

तृतीय साप्ताहिक पुरुषार्थ- परिवार में संपूर्ण निश्चय

स्वमान : मैं निश्चयबुद्धि विजयती आत्मा हूँ

क्रम	चेकिंग के बिन्दु	अंक	15	16	17	18	19	20	21
1.	दिनचर्या एक्ज्यूरेट रही ? (अमृतवेला, मुरली, ट्रैफिक कण्ट्रोल, योगयुक्त भोजन, संख्या योग, रात्रि चार्ट...आदि)	20							
2.	मैं निश्चयबुद्धि विजयी रत्न हूँ....इस स्वमान का दिन में १० बार अभ्यास किया ?	20							
3.	एकांत में ३० मिनट गहराई से स्वचिन्तन किया ?— मेरा लौकिक-अलौकिक परिवार, स्नेही-स्वजन आदि सब मुझमें निश्चय रखते हैं और मेरे कल्प-कल्प के सहयोगी-सहजयोगी रहे हैं...आदि। ईश्वरीय परिवार में सम्पूर्ण निश्चय रहा?	20							
4.	दादीजी, बरिष्ठ भाई बहनों के अनुभव की किताब का अध्ययन या क्लास सुने? अपनी धारणा में काम लगे ऐसी बातें उनमें से अपने लिये नोट कीं ?	20							
5.	सारे दिन में योग का चार्ट कितना रहा? (योग 4 घण्टा हो तो 20 मार्क्स, 3 में 15, 2 में 10 और 1 में 5 मार्क्स)	20							
	कुल	100							

चतुर्थ साप्ताहिक पुरुषार्थ- ड्रामा में सम्पूर्ण निश्चय

स्वमान : मैं त्रिनेत्री-त्रिकालदर्शी आत्मा हूँ

क्रम	चेकिंग के बिन्दु	अंक	22	23	24	25	26	27	28
6.	दिनचर्या एक्ज्यूरेट रही? (अमृतवेला, मुरली, ट्रैफिक कण्ट्रोल, योगयुक्त भोजन, संख्या योग, रात्रि चार्ट...आदि)	20							
7.	मैं त्रिनेत्री-त्रिकालदर्शी आत्मा हूँ - इस स्वमान का दिनभर में १० बार अभ्यास किया ?	20							
8.	एकांत में कम से कम ३० मिनट गहराई से स्वचिन्तन किया ?— ड्रामा मेरी माँ है और मेरी माँ मेरा अकल्याण नहीं कर सकती...जो हुआ, हो रहा और होगा सब अच्छा ही होगा...ऐसे ड्रामा पर सम्पूर्ण निश्चय रहा?	20							
9.	साकार-अव्यक्त मुरलियाँ, ईश्वरीय साहित्य या अन्य प्रेरक साहित्य का एक अंश अवश्य पढ़ा और सम्पूर्णता से जुड़े हुए प्वाइन्ट्स - ससंदर्भ (स्रोत सहित) नोट किये ?	20							
10.	सारे दिन में योग का चार्ट कितना रहा? (योग 4 घण्टा हो तो 20 मार्क्स, 3 में 15, 2 में 10 और 1 में 5 मार्क्स)	20							
	कुल	100							

शिवभगवानुवाच

‘जिन्हें यह निश्चय है कि जो भी हो रहा है, वह निश्चित है और वही होना चाहिए, वे सदा निश्चित रहते हैं।’

नाम..... मोबाइल..... ईमेल..... सेवाकेन्द्र.....