



## युवा प्रभाग-दिव्य दर्पण ग्रुप

सितम्बर, 2017 मास के पुरुषार्थ की ज्वाइंट्स

### सितम्बर मास का चार्ट:

लक्ष्य – बिन्दु रूप अवस्था।

बिन्दु रूप में स्थित होने से एक तो न्यारापन का अनुभव होता है और आत्मा के जो वास्तविक गुण है उसका भी अनुभव होता है। यह अभ्यास की बहुत आवश्यकता है क्योंकि अभी समय कम है और कार्य ज्यादा करना है। बाबा ने कहा है कि समय ऐसा आयेगा जो यह दिन और रात दो घण्टे के समान महसूस करोगे। ऐसा समय आने वाला है जो कि आप अपनी कमाई नहीं कर सकोगे परन्तु दूसरों की सेवा में अपनी कमाई करनी पड़ेगी। ऐसे समय में कमाई का साधन हमारी बिन्दु रूप स्थिति होगी। अभी से अभ्यास होगा तब उस समय सहज रूप से हम बिन्दु रूप में स्थित हो सकेंगे।

तो आईये, हम बिन्दु रूप के अभ्यास द्वारा स्वयं को भरपूर करें और अन्य आत्माओं की भी पालना करें और उन्हें जो भी गुण एवं शक्ति कि अनुभूति करनी हो तो उन्हें करायें।

विधि :

सप्ताह	दिव्य दर्पण का अभ्यास
पहला	भुकुटी के मध्य बिन्दु आत्मा को देखने का अभ्यास
दूसरा	जिन आत्माओं के सम्पर्क में आते हैं उन्हें भी बिन्दु रूप में देखने का अभ्यास
तीसरा	परमधाम में बिन्दु आत्मा को देखने का अभ्यास
चौथा	बिन्दु आत्मा का शरीर से न्यारा होना वा प्रवेश करने का अभ्यास

हर सप्ताह में जो भी पुरुषार्थ का लक्ष्य दिया गया है उस पर सारे दिन में अटेन्शन देना है और रात्रि सोने से पूर्व क्या अनुभूति रही वह कम से कम 10 लाईन्स डायरी में लिखें।

❖ 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 कन्ट्रोल- 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. बिन्दु रूप - 60%
10. गुड नाइट- रात्रि 9.30

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

1. देह और देह की दुनिया की बातों से न्यारा रहेंगे।
2. आत्मा भाई-भाई की दृष्टि रखेंगे।

- ❖ अभ्यास: हर घण्टे एक मिनट 5 स्वरूप (अनादि, आदि, पूज्य, ब्राह्मण और फरिश्ता) में आत्मा बिन्दु को देखेंगे।
- 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 प्वाइंट्स लिखनी है एवं कोई अनुभव हुआ हो तो वह जरूर लिखें।

सप्ताह	स्वमान
पहला	मैं आत्मा मस्तिक के मध्य में प्रकाश पुंज हूँ।
दूसरा	मैं आत्मा, आत्मा भाई को देख रही हूँ।
तीसरा	मैं आत्मा परमधाम निवासी हूँ।
चौथा	मैं आत्मा देह से न्यारी और बाप की प्यारी 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 कन्ट्रोल-90%	
मुरली क्लास-90%	नुमाशाम का योग-80%	
स्वमान की स्मृति-75%	अव्यक्त मुरली पढ़ी? -80%	
बिन्दु रूप -60%	गुड नाइट-95%	
<b>चार्ट: OK या OK</b>	<b>टीचर के हस्ताक्षर</b>	

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