



युवा प्रभाग - दिव्य दर्पण ग्रुप
जनवरी, 2023 मास के पुरुषार्थ की पॉइंट्स

जनवरी मास का चार्ट:

लक्ष्य - हाईएस्ट और होलिएस्ट

संगमयुग में हम आत्माएं श्रेष्ठ स्थिति को, श्रेष्ठ पद को प्राप्त करते हैं. इतना श्रेष्ठ पद कोई भी आत्माएं प्राप्त नहीं करती क्योंकि हम ऊँचे ते ऊँच भगवान की डायरेक्ट पालना, पढाई और श्रेष्ठ जीवन की श्रीमत लेने वाली आत्माएं है. अनादि काल परमधाम में परमात्मा के समीप रहने वाली हैं और आदिकाल में भी सृष्टि चक्र के सतयुग काल में देव पद प्राप्त करने वाली आत्माएं हैं. हमारा देवता जीवन ऐसी जीवन है जहाँ तन, मन, धन, जन चारों ही प्रकार की सर्व प्राप्तियां प्राप्त है. मध्यकाल में हम पूज्य आत्माएं बनते हैं. पूज्य में भी देखो सबसे विधि-पूर्वक पूजा देव आत्माओं की होती है और अब अंत में भी हम ऊँचे ते ऊँच ब्राह्मण आत्माएं ब्राह्मण सो फ़रिश्ता बनते हैं. हम अनादि, आदि, मध्य और अंत हाईएस्ट और होलिएस्ट बनते हैं.

तो आईये, हम अपने अनादि, आदि, मध्य और अंत के हाईएस्ट और होलिएस्ट स्थिति के स्मृति स्वरूप हो संसार को साक्षात्कार कराएँ.

सप्ताह	दिव्य दर्पण का पुरुषार्थ
पहला	अनादि स्वरूप.
दूसरा	आदि देवता स्वरूप.
तीसरा	मध्य पूज्य स्वरूप.
चौथा	अंत ब्राह्मण सो फ़रिश्ता स्वरूप.

हर सप्ताह का जो लक्ष्य दिया है उसका अभ्यास एवं चिंतन करना है. उस पर कम से कम 10 लाइन्स में अनुभव लिखना है. रोज रात को चेक करना है कि हम कितना % हाईएस्ट और होलिएस्ट बने.

❖ विशेष Activity: मास के हर रविवार को सभी युवा एवं दिव्य दर्पण चार्ट भरने वाले भाई-बहनों का वर्कशॉप रखें. जिसमें ग्रुप बनाकर उन्हें निम्नलिखित प्रश्नों पर विचार विमर्श कराएं: (एक रविवार का सेम्पल)

1. हाईएस्ट और होलिएस्ट स्थिति अर्थात क्या?
2. हाईएस्ट और होलिएस्ट कैसे बनेंगे?

3. हाईएस्ट और होलिएस्ट स्थिति के फायदे।
4. हाईएस्ट और होलिएस्ट स्थिति के लिए कौनसी धारणाएँ चाहिए?

❖ फ्रेम बुक में ऊपर चार पंक्तियों में निम्नलिखित बिंदु लिखकर उसका परिणाम प्रतिदिन रात को सोने से पहले लिखें:

1. गुड मॉर्निंग – 3.30
2. अमृतवेला—3.30 से 4.45
3. व्यायाम/पैदल- हाँजी
4. ट्रैफिक कंट्रोल - 5
5. मुरली क्लास-क्लास में सुनी
6. अव्यक्त मुरली पढ़ी- हाँजी
7. नुमाशाम का योग-हाँजी
8. स्वमान की स्मृति- बहुत अच्छी
9. हाईएस्ट और होलिएस्ट - 80%
10. गुड नाईट - रात्रि – 10.30

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

1. सदा श्रेष्ठ स्वमान में रहेंगे।
2. कभी भी स्वप्न मात्र भी अपवित्रता को टच नहीं करेंगे।

❖ अभ्यास: हर घंटे एक मिनट के लिए स्वयं के पाचों स्वरूपों का अनुभव करना 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 चिंतन कर 10 पॉइंट्स लिखनी है एवं कोई अनुभव हुआ हो तो वह जरूर लिखें.

सप्ताह	स्वमान
पहला	मैं आत्मा चैतन्य सितारा हूँ.
दूसरा	मैं आत्मा परम पवित्र देवता हूँ.
तीसरा	मैं आत्मा परम पूज्य हूँ.
चौथा	मैं आत्मा ब्राह्मण सो फ़रिश्ता बनने वाली हूँ.

Phone No: (079) 26444415, 26460944 Email: bkyouthwing@gmail.com Website: www.bkyouth.org