



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

जून मास का चार्ट:

**लक्ष्य: देह से न्यारे उड़ते फ़रिश्ते**

फरिश्ता अर्थात जिसका पुरानी देह और पुरानी दुनिया से कोई रिश्ता नहीं। फरिश्ता बनने में जो रुकावट होती है उसका कारण है देहभान और देह अभिमान को नहीं छोड़ना। देहभान से न्यारा होना फिर भी थोड़ा सहज है परंतु जितने ज्ञानी तू आत्मा, योगी तू आत्मा बनते हैं उतना देह अभिमान रुकावट डालता है। अनेक प्रकार का देह अभिमान आता है। अपने बुद्धि का अभिमान, अपने श्रेष्ठ संस्कार का अभिमान, अपने अच्छे स्वभाव का अभिमान, अपनी सेवा की सफलता का अभिमान। अभिमान का दरवाजा है - मैं पन और मेरा पन। फरिश्ता का अर्थ यह नहीं कि देह भान वा देह के आकर्षण से परे होना लेकिन फरिश्ता अर्थात देह के सूक्ष्म अभिमान से भी न्यारा होना। अभिमान की निशानी है कि जहां अभिमान होता है वहाँ अपमान भी जल्दी फ़ील होता है।

तो आईये, हम देहभान और देह अभिमान से न्यारे होकर ब्राह्मण सो फरिश्ता की सम्पूर्ण स्थिति का अनुभव करें और सर्व के सामने फ़रिश्ते स्थिति का example बनें।

सप्ताह	दिव्य दर्पण का पुरुषार्थ
पहला	देह भान से न्यारा
दूसरा	देह के संबंधों से न्यारा
तीसरा	देह के साधनों से न्यारा
चौथा	देह अभिमान से न्यारा

हर सप्ताह का जो लक्ष्य दिया है उसका अभ्यास एवं चिंतन करना है। उस पर कम से कम 10 लाइन में अनुभव लिखना है। रोज रात को चेक करना है कि हम फ़रिश्ते स्थिति के कितने नजदीक पहुंचे हैं?

- **विशेष Activity:** मास के हर रविवार को सभी युवा एवं दिव्य दर्पण चार्ट भरने वाले भाई-बहनों का वर्कशॉप रखें। जिसमें ग्रुप बनाकर निम्नलिखित प्रश्नों पर विचार विमर्श करें: (एक रविवार का सेमपल)

1. फरिश्ता अर्थात् क्या?

2. फरिश्ता स्थिति के लिए कौनसी धारणाएं चाहिए?
3. फरिश्ता स्थिति वाली आत्माओं की विशेषताएं?
4. Action Plan बनाएं.

- 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. टैफिक कंट्रोल - 5
5. मुरली क्लास - क्लास में सुनी
6. अव्यक्त मुरली पढ़ी? हाँ
7. नुमाशाम का योग-हाँ जी
8. स्वमान की स्मृति-बहुत अच्छी
9. फरिश्ता स्थिति - 80%
10. गुड नाईट - रात्रि - 10.30

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

- सदा मैं पन और मेरे पन से न्यारे रहेंगे।
- सदा double light स्थिति में स्थित रहेंगे।

- **अभ्यास:** हर घंटे एक मिनट के लिए फरिश्ता बनकर वतन में जाएंगे और अव्यक्त बापदादा से नयन मुलाकात करके सर्व गुण और सर्व शक्तियों की किरणें लेंगे।

- 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 चमकता हुआ सितारा हूँ।
दूसरा	मैं आत्मा सर्व से न्यारा और बाबा का प्यारा हूँ।
तीसरा	मैं आत्मा साधना के आधार से साधनों को चलनेवाली हूँ।
चौथा	मैं आत्मा डबल लाइट फ़रिश्ता हूँ।

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