



युवा प्रभाग - दिव्य दर्पण
अप्रैल, 2024 मास के पुरुषार्थ की पाँड़ट्स

अप्रैल मास का चार्ट:

लक्ष्य: ब्रह्मा बाबा के कदम पर कदम रखना।

हम सभी ब्राह्मण आत्माओं का एक ही संकल्प है कि हमें ब्रह्मा बाबा के समान सम्पूर्ण और सम्पन्न बनना है। ब्राह्मण अर्थात् ब्रह्मा मुखवंशावली। हर ब्राह्मण आत्मा को जन्मते ही स्वयं ब्रह्मा बाबा द्वारा मस्तक में विजय की स्मृति का तिलक लगाते हैं। ब्रह्मा बाबा सदा सहज विजय स्वरूप रहे। अगर हमें भी विजय बनना हो तो हमें भी हर कार्य में ब्रह्मा बाबा के कदम पर कदम रखकर चलना होगा। यही सहज होता है। नया रास्ता नहीं ढूँढना पड़ता। जो भी कार्य करते हैं चाहे मनसा संकल्प करते हैं, चाहे बोल बोलते हैं, चाहे कर्म में संबंध - संपर्क में आते हैं, हर कर्म करने के पहले यह सोचो कि जो मैं ब्राह्मण आत्मा कर्म कर रही हूँ, क्या यह ब्रह्मा बाबा के समान है? अगर नहीं है तो नहीं करना है। न सोचना है, न बोलना है, न करना है। अगर ब्रह्मा के हर कदम समान कदम चलेंगे तो एक तो सदा अपने को सहज पुरुषार्थी अनुभव करेंगे और सदा संपूर्णता की मंजिल समीप अनुभव करेंगे।

तो आईये, हम ब्रह्मा बाबा के कदम पर कदम रखकर सम्पन्न और सम्पूर्ण बनने का अभ्यास करें।

सप्ताह	दिव्य दर्पण का पुरुषार्थ
पहला	ब्रह्मा बाबा के समान संबंध - संपर्क में व्यवहार करना।
दूसरा	ब्रह्मा बाबा के समान कर्म करना।
तीसरा	ब्रह्मा बाबा के समान बोलना।
चौथा	ब्रह्मा बाबा के समान मनसा संकल्प करना।

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 % पास 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 सैम्पल)
 - ब्रह्मा बाबा समान बनना अर्थात् क्या?
 - ब्रह्मा बाबा समान बनने के लिए कौनसी धारणाएं चाहिए?
 - ब्रह्मा बाबा समान बनने वाली आत्माओं की विशेषताएं?
 - 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. ट्रैफिक 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. ब्रह्मा बाबा समान - 80%
 10. गुड नाईट - रात्रि - 10.30
- इस मास हम विशेष निम्नलिखित दो मर्यादाओं का कंगन बांधेंगे:
 - किसी भी आत्मा के प्रति व्यर्थ एवं नेगेटिव भावना नहीं रखेंगे।
 - वृत्ति, दृष्टि सदा सर्व के प्रति बेहद और कल्याण की रखेंगे।
- अभ्यास: हर घंटे एक मिनट के लिए चेक करेंगे कि क्या मेरे संकल्प, बोल और कर्म ब्रह्मा बाबा के समान हैं।
- 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 हैं एवं कोई अनुभव हुआ हो तो वह जरूर लिखें।

सप्ताह	स्वमान
पहला	मैं आत्मा निर्माण हूँ।
दूसरा	मैं आत्मा ट्रस्टी हूँ।
तीसरा	मैं आत्मा निर्मल वाणी बोलने वाली हूँ।
चौथा	मैं आत्मा शुभ भावना और शुभ कामना रखने वाली हूँ।

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