యువ విభాగము - దివ్య దర్పణ్ గ్రూపు
నవంబరు, 2017 మాసమునకు పురుషార్థం పాయింట్లు

<u>నవంబరు మాసమునకు చార్టు:</u>

లక్ష్యము – స్వమానముతోటే గౌరవము.

ఆత్మలమైన మనము ఒక్క జన్మ స్వమానధారులుగా ఉండి పూర్తి కల్పము గౌరవనీయులుగా అవుతాము. ఈ ఒక్క జన్మలో దేహ అభిమానాన్ని త్యాగం చెయ్యాల్సి ఉంటుంది ఎందుకంటే దేహ అభిమానాన్ని త్యాగం చెయ్యనంత వరకు స్వమానంలో స్థితి అవ్వలేము. మనమెంత భాగ్యశాలురమంటే స్వయంగా భగవంతుడే మనకు గౌరవాన్ని ఇస్తున్నారు. మనల్ని భువినుండి దివికి తీసుకువచ్చారు, పిల్లలైన మీరే విశ్వ కళ్యాణకారులు అంటూ పైకి తెచ్చారు. మనం దేవాత్మలుగా ఉన్నప్పుడు సర్వ శ్రేష్ఠ ఆత్మగా మన ప్రజల నుండి గౌరవం లభించింది, పూజ్య స్వరూపంలో భక్త ఆత్మల నుండి గౌరవం లభించింది... ఎవరైతే స్వమానంలో ఉంటారో వారే ఇతరులకు గౌరవాన్ని ఇవ్వగలరు.

మరి రండి, మనం స్వమానంలో స్థితి అయ్యి సర్వులకు గౌరవాన్ని ఇచ్చే యోగ్యులుగా అవుదాము.

<u>విధి:</u>

వారము	**దివ్య దర్పణ్ యొక్క పురుషార్థము**
మొదటి	స్వమానంలో స్థితి అవ్వడము
రెండవ	ఇతరులలోని విశేషతలను చూడటము
మూడవ	ఇతరుల విశేషతలను వర్ణించడము
నాల్గవ	సర్వులకు గౌరవాన్ని ఇవ్వడము

ప్రతి వారానికి ఇచ్చిన పురుషార్థపు లక్ష్యముపై నడూస్తూ-తిరుగుతూ, పనులు చేసుకుంటూ అభ్యాసము/చింతన చెయ్యాలి. దాని గురించి కనీసం 10 లైన్లు వ్రాయాలి. ఎంత % స్వమానంలో ఉండి గౌరవాన్ని ఇచ్చాను అని రోజూ రాత్రి పరిశీలించుకోవాలి.

❖ **విశేషమైన కార్యము:** మాసములోని ప్రథమ ఆదివారం యువతీయువకులకు మరియు దివ్య దర్పణ్ చార్టును పెట్టే సోదరసోదరీలకు వర్క్‌షాపును నిర్వహించండి. ఆ గ్రూపుకు ఈ క్రింది ప్రశ్నలను చింతనకు ఇవ్వండి:
1. స్వమానము అంటే ఏమిటి?
2. స్వమానము మరియు గౌరవానికి మధ్యనున్న సంబంధం ఏమిటి?
3. కార్య ప్రణాళికను తయారు చెయ్యండి.

❖ **ఫ్రేమ్‌బుక్‌లో పైన నాలుగు వరుసలలో ఈ క్రింద ఇచ్చిన పాయింట్లను వ్రాసుకుని వాటి పరిణామమును ప్రతిరోజూ రాత్రి పడుకునే ముందు వ్రాయండి:**

1. గుడ్‌మార్నింగ్ - 3.30
2. అమృతవేళ - 3.30 నుండి 4.45వరకు, బాబా గదిలో
3. వ్యాయామం/ఉదయపు నడక - చేసాను
4. ట్రాఫిక్ కంట్రోల్ - 5
5. మురళి క్లాసు - క్లాసులో విన్నాను
6. అవ్యక్త మురళి చదివానా - చదివాను
7. స్వమాన స్మృతి - చాలా బాగుంది
8. సాయం సంధ్యా యోగము - చేసాను
9. స్వమానంతో గౌరవం - 40%
10. గుడ్ నైట్ - రా॥ 9.30

❖ ఈ మాసము మనం విశేషంగా క్రింద ఇచ్చిన రెండు మర్యాదల కంకణాన్ని ధరిద్దాము:

1. నేను మర్యాదాపూర్వకమైన మాటలనే ఉపయోగిస్తాను.
2. ప్రతి ఒక్కరిలోని విశేషతలనే చూస్తాను.

- **అభ్యాసము:** ప్రతి గంటకు ఒక నిమిషము స్వమానంలో స్థితి అవ్వాలి మరియు ఇతర ఆత్మలను శ్రేష్ఠ ఆత్మలుగా చూడాలి.

- దివ్య దర్పణ్‌లోని విశేష అభ్యాసంతో పాటు ఫ్రేమ్ బుక్‌లో ఈనాటి మురళి తర్వాత కనీసం 21 సార్లు ఈనాటి స్వమానాన్ని వ్రాయాలి లేక చింతన చేసి 10 పాయింట్లు వ్రాయాలి మరియు ఏదైనా అనుభవం ఉంటే దానిని తప్పక వ్రాయాలి.

వారము	**స్వమానము**
ప్రథమ	నేను ఆత్మను సర్వశ్రేష్ఠుడిని.
రెండవ	నేను ఆత్మను పరమ పవిత్రుడిని.
మూడవ	నేను ఆత్మను గుణగ్రాహిని.
నాల్గవ	నేను ఆత్మను స్వమానధారిని.

❖ ప్రతి మాసములోని ప్రథమ వారంలో ఈ క్రింద ఇచ్చిన పోస్ట్‌కార్డును వ్రాసి మహాదేవనగర్, యువ విభాగ కార్యాలయానికి పంపగలరు. ఒకవేళ మీరు మర్యాదా పురుషోత్తమ గ్రూపులో చేరదల్చుకుంటే పోస్ట్‌కార్డుపై తప్పక వ్రాసి పంపండి :-

పేరు:________ సెంటరు పేరు:________	DiDarNo:________
గుడ్ మార్నింగ్ - 90%	అమృతవేళ-75%
వ్యాయామము/ఉదయపు నడక - 80%	ట్రాఫిక్ కంట్రోల్ - 90%
మురళి క్లాసు - 90%	సాయం సంధ్యా యోగము - 80%
స్వమాన స్మృతి - 75%	అవ్యక్త మురళి చదివానా - 80%
స్వమానంతో గౌరవము - 40%	గుడ్ నైట్ - 95%
చార్టు - OK లేక ~~OK~~	టీచరు సంతకం

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