



యువ విభాగము - దివ్య దర్పణ గ్రూపు

జనవరి, 2018 మాసమునకు పురుషార్థం పాయింట్లు

సాధన మార్గంలో ముందుంటూ, అనేక సాధకులకు పురుషార్థంలో ప్రేరణను ఇస్తూ ఈ దివ్య దర్పణ్ చార్టు 10 సంవత్సరాలు పూర్తి చేసుకుని 11వ సంవత్సరంలో అడుగు పెట్టిందని తెలియజేయడానికి మేము ఎంతగానో సంతోషిస్తున్నాము. చాలామంది సోదరసోదరీలు ఈ 10 సంవత్సరాలు చార్టును నియమితంగా నింపుతూ వచ్చారు. కొంతమందికైతే కొన్ని సంవత్సరాల నుండి నింపడం ప్రారంభించారు. ఎవరైతే 5 సంవత్సరాల నుండి నిరంతరం చార్టును నింపుతూ ఉన్నారో వారు తమ పేరు, సెంటరు పేరు, ఎన్ని సంవత్సరాల నుండి నింపుతున్నారు మరియు తమ అనుభవాన్ని మాకు అనగా యువ ప్రభాగము యొక్క bkyouthwing@gmail.com ఈమెయిల్ కు తప్పకుండా మెయిల్ చెయ్యగలరు. వారి పేరు మరియు అనుభవాన్ని మేము యువ విభాగ వెబ్ సైట్ లో ప్రత్యేకంగా వేస్తాము. సత్యతయే నిజమైన పురుషార్థి లక్షణము.

జనవరి మాసమునకు చార్టు:

లక్ష్యము - తపస్సుకు పునాది అనంతమైన వైరాగ్యము.

త్యాగము, తపస్సు మరియు సేవ - ఇవే మన బ్రాహ్మణ జీవితానికి పునాది. తపస్సు కోసం త్యాగం అనివార్యము. చేసిన త్యాగం నిలిచి ఉండాలంటే అనంతమైన వైరాగ్యము కావాలి. కనుక తపస్సుకు పునాది - అనంతమైన వైరాగ్యము. అనంతమైన వైరాగ్యము అంటే నలువైపుల ఉన్న ఒడ్డులను విడిచిపెట్టడము ఎందుకంటే ఒడ్డులనే మన ఆధారంగా చేసుకున్నాము. ఒడ్డును విడిచిపెట్టడము అంటే అతీతంగా అవ్వడము. అతీతంగా అవ్వనంత వరకు తపస్సు చెయ్యడం సహజమవ్వదు. సమయానుసారంగా వచ్చే పరిస్థితులు, స్వ ఉన్నతి అనుసారంగా, సేవలో ఉన్న తీవ్రవగతి అనుసారంగా, బాప్ గాగా స్నేహానికి రిటర్న్ ఇచ్చే అనుసారంగా తపస్సు అతి ఆవశ్యకము.

మరి రండి, మనం అనంతమైన వైరాగిగా అయ్యి, తపస్వీ కుమార్/కుమారి అవుదాము మరియు తపస్సు యొక్క మాధ్యమంతో ప్రపంచాన్ని పావనంగా చేద్దాం.

విధి:

| వారము | దివ్య దర్పణ్ యొక్క పురుషార్థము |
|--------|--------------------------------|
| మొదటి | దైహిక సాధనాలతో వైరాగ్యము |
| రెండవ | దైహిక సంబంధాలతో వైరాగ్యము |
| మూడవ | దైహిక ధర్మాలతో వైరాగ్యము |
| నాల్గవ | దేహ అభిమానంతో వైరాగ్యము |

ప్రతి వారానికి ఇచ్చిన పురుషార్థపు లక్ష్యముపై నడుస్తూ-తిరుగుతూ, పనులు చేసుకుంటూ అభ్యాసము/చింతన చెయ్యాలి. దాని గురించి కనీసం 10 లైన్లు వ్రాయాలి. ఎంత % అనంతమైన వైరాగిగా అవ్వడంలో ఎంత సఫలమయ్యాను అని రోజూ రాత్రి పరిశీలించుకోవాలి.

❖ **విశేషమైన కార్యము:** మాసములోని ప్రథమ ఆదివారం యువతీయువకులకు మరియు దివ్య దర్పణ్ చార్టును పెట్టే సోదరసోదరీలకు వర్క్ షాపును నిర్వహించండి. ఆ గ్రూపుకు ఈ క్రింది ప్రశ్నలను చింతనకు ఇవ్వండి:

1. దైహిక సాధనాలతో వైరాగ్యము అంటే ఏమిటి?
2. దైహిక సాధనాలపై వైరాగ్యము ఉంటే కనిపించే లక్షణాలు ఏమిటి?
3. దైహిక సాధనాలపై వైరాగ్యము ఉంటే కలిగే లాభాలు ఏమిటి?
4. కార్య ప్రణాళికను తయారు చెయ్యండి.

❖ ఫ్రేమ్ బుక్ లో పైన నాలుగు వరుసలలో ఈ క్రింద ఇచ్చిన పాయింట్లను వ్రాసుకుని వాటి పరిణామమును ప్రతిరోజూ రాత్రి పడుకునే ముందు వ్రాయండి:

1. గుడ్ మార్నింగ్ - 3.30
2. అమృతవేళ - 3.30 నుండి 4.45 వరకు, 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. అనంతమైన వైరాగ్యము - 50%
10. గుడ్ నైట్ - రా|| 9.30

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

1. ప్రతి రోజూ కనీసం రెండు గంటలు కూర్చుని యోగం చేస్తాను.
2. పరచింతన మరియు పరదర్శన నుండి దూరంగా ఉంటాను.

- అభ్యాసము: ప్రతి గంటకు ఒక నిమిషము ఈ అభ్యాసాన్ని చెయ్యండి - ఈ దేహం నుండి అతీతమైన ఆత్మనైన నేను పరంధామానికి వెళ్తున్నాను.
- దివ్య దర్పణ్ లోని విశేష అభ్యాసంతో పాటు ఫ్రేమ్ బుక్ లో 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 సాధనాలకు యజమానిని. |
| రెండవ | ఆత్మనైన నా సర్వ సంబంధాలు ఒక్క బాబాతోటే. |
| మూడవ | ఆత్మనైన నా స్వధర్మము శాంతి, ప్రేమ మరియు పవిత్రత. |
| నాల్గవ | నేను ఆత్మను దేహాన్ని నడిపించే చైతన్య సత్తాను. |

❖ ప్రతి మాసములోని ప్రథమ వారంలో ఈ క్రింద ఇచ్చిన పోస్ట్ కార్డును వ్రాసి మహాదేవనగర్, యువ విభాగ కార్యాలయానికి పంపగలరు. ఒకవేళ మీరు మర్యాదా పురుషోత్తమ గ్రూపులో చేరదలచుకుంటే పోస్ట్ కార్డుపై 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% | |
| అనంతమైన వైరాగ్యము - 50% | గుడ్ నైట్ - 95% | |
| చార్జ్ - OK లేక OK | | టీచరు సంతకం |