



యువ విభాగము - దివ్య దర్శన్ గ్రూపు

జనవరి, 2016 మాసమునకు పురుషార్థం పాయింట్లు

జనవరి మాసమునకు చార్టు :

లక్ష్యము - శ్రేష్ఠ సాంగత్యంతో శ్రేష్ఠ స్థితి

పురుషోత్తమ సంగమయుగంలో మనం శ్రేష్ఠ సాంగత్యంలో ఉన్నప్పుడే మన కళ్యాణము జరుగుతుంది. సత్సాంగత్యం ఉన్నతిలోకి తీసుకువెళ్ళే కుసాంగత్యం ముంచేస్తుంది అని అంటారు... మనం ఒప్పుకున్నా ఒప్పుకోకపోయినా, సాంగత్య ప్రభావం మన ఆత్మపై తప్పకుండా పడుతుంది. సాంగత్యం అనగా ఎక్కడ మన మనసు మరియు బుద్ధి నిరంతరం ఉంటుందో, అక్కడి ప్రభావం మన మీద పడటం. కనుక బాబా పదే పదే పిల్లలైన మనల్ని సావధానపరుస్తూ ఉంటారు, పిల్లలూ, ఈ పురుషార్థపు మార్గంలో సాంగత్యంతో ఎప్పుడూ జాగ్రత్తగా ఉండండి.

రండి, మనం ఈ తపస్యా మాసంలో శ్రేష్ఠ సాంగత్యంతో మన శ్రేష్ఠ స్థితిని తయారు చేసుకుందాం.

విధి:

వారము	దివ్య దర్శన్ యొక్క పురుషార్థము
మొదటి	బాబా సాంగత్యం
రెండవ	జ్ఞాన సాంగత్యం
మూడవ	ద్రామా సాంగత్యం
నాల్గవ	శ్రేష్ఠ బ్రాహ్మణ పరివార సాంగత్యం

ప్రతి వారానికి ఏ లక్ష్యమైతే ఇవ్వబడిందో దానిని నడుస్తూ తిరుగుతూ, పనులు చేస్తూ అభ్యాసము/ చింతన చెయ్యాలి. దాని గురించి కనీసం 10 లైన్లు వ్రాయాలి. ఎంత % శ్రేష్ఠ సాంగత్యం ఆధారంగా శ్రేష్ఠ స్థితిని తయారు చేసుకోగలిగారో రోజూ రాత్రి చెక్ చేసుకోండి.

❖ **ప్రత్యేక యాక్టివిటీ:** నెలలోని మొదటి ఆదివారం యువతీయువకులకు మరియు దివ్యదర్శన్ చార్టును నింపే సోదరీసోదరులకు వర్క్ షాపును పెట్టండి. వారిని గ్రూపులుగా చేసి ఈ క్రింది ప్రశ్నలను చింతన కోసం ఇవ్వండి:

1. శ్రేష్ఠ సాంగత్యం అనగా ఏమిటి?
2. శ్రేష్ఠ సాంగత్యం కోసం ఎటువంటి ధారణలు కావాలి?
3. శ్రేష్ఠ సాంగత్యం వలన వచ్చే లాభాలు ఏమిటి?
4. యాక్సన్ ప్లాన్ ను 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. శ్రేష్ఠ స్థితి - 60% | 10. గుడ్ నైట్ - రా 9.30 |

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

1. కుసాంగత్య ప్రభావంలోకి ఎప్పుడూ రాను.
2. ఎల్లప్పుడూ శ్రేష్ఠ సాంగత్యంలోనే ఉంటాను.

● అభ్యాసము: ప్రతి గంట స్వయానికి శ్రేష్ఠ సాంగత్యపు రంగును అద్దుకుని ఇతరులకు కూడా ఆ రంగును వెయ్యాలి.

● దివ్య దర్పణ్ లోని విశేష అభ్యాసంతో పాటు ఫ్రేమ్ బుక్ లో ఈనాటి మురళి తర్వాత కనీసం 21 సార్లు ఈనాటి స్వమానాన్ని వ్రాయాలి లేక దాని గురించి చింతన చేసి 10 పాయింట్లు వ్రాయాలి, దానికి సంబంధించి ఏదైనా అనుభవం ఉంటే దానిని తప్పక వ్రాయాలి.

ప్రథమ వారము: ఆత్మనైన నాకు సహచరుడు స్వయంగా భగవంతుడు.

రెండవ వారము: నేను నిరంతరం జ్ఞానాన్ని రమించే శ్రేష్ఠ ఆత్మను.

మూడవ వారము: ఆత్మనైన నాకు ఈ డ్రామాలో ఎల్లప్పుడూ కళ్యాణమే ఉంది.

నాల్గవ వారము: ఆత్మనైన నా సాంగత్యం శ్రేష్ఠ బ్రాహ్మణులతో ఉంది.

❖ ప్రతి మాసములోని ప్రథమ వారంలో ఈ క్రింద ఇచ్చిన పోస్ట్ కార్డును వ్రాసి మహదేవనగర్, 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%	
శ్రేష్ఠ స్థితి - 60%	గుడ్ నైట్ - 95%	
చార్జ్ - OK లేక OK		_____
		టీచరు సంతకం
నేను మర్యాద పురుషోత్తమ గ్రూపులో చేరదలచుకున్నాను.		