



యువ విభాగము - బివ్య దర్పణ గ్రూపు
మే, 2016 మాసమునకు పురుషార్థం పాయింట్లు

మే మాసమునకు చార్లు :

లక్ష్యము - సాధి(తోడు) మరియు సాక్షి అవస్థ.

పురుషోత్తమ సంగమయుగం ఎంతటి సుందరమైన యుగమంటే ఇక్కడ స్వయంగా భగవంతుడు మనకు తోడుగా ఉంటారు. ప్రతి సంబంధంతో వారు మనకు తోడుగా నిలవడానికి బంధింపబడి ఉన్నారు. దేహధారుల తోడు అయితే మనకు పూర్తి కల్పము లభిస్తూనే ఉంది, కానీ భగవంతుని తోడు మాత్రం కేవలం ఇప్పుడే ప్రాప్తిస్తుంది. దేహధారుల తోడు కోసం భగవంతుడి తోడును దూరం చేసుకోకూడదు. సాధీగా ఉండటంతో పాటు భగవంతుడు మనకు సాక్షిగా ఉండటం కూడా నేర్పించారు. స్వయం మరియు ఇతరుల పాత్రను సాక్షిగా ఉండి చూడాలి మరియు ఈ డ్రామాలో వచ్చే సైడ్ సీన్లను కూడా సాక్షిగా అయ్యి చూస్తూ ఆనందంగా ఉండాలి.

మరి రండి, మనం సాధి మరియు సాక్షి అవస్థతో స్థితిని అచలంగా, నిశ్చలంగా చేసుకుందాం.

విధి:

వారము	బివ్య దర్పణ యొక్క పురుషార్థము
మొదటి	ఏడు రోజులలో బాబాతో ఏడు సంబంధాల అనుభూతి
రెండవ	స్వయం యొక్క పాత్రను సాక్షిగా అయ్యి చూడాలి
మూడవ	ఇతరుల పాత్రను సాక్షిగా అయ్యి చూడటము
నాల్గవ	డ్రామాలోని విభిన్న దృశ్యాలను సాక్షిగా అయ్యి చూడటము

ప్రతి వారానికి ఏ లక్ష్యమైతే ఇవ్వబడిందో దాని గురించి మురళిల నుండి పాయింట్లను వెతికి రోజంతా దానిపై అటెన్షన్ ఉంచి పురుషార్థం, అభ్యాసం/చింతన చెయ్యాలి. రోజూ రాత్రి కనీసం 10 లైన్లు డైరీలో వ్రాయాలి.

❖ **ప్రత్యేకమైన ఏకీకరణ:** నెలలోని మొదటి ఆదివారం యువతీయువకులకు మరియు దివ్యదర్పణ చార్లు నింపే సోదరసోదరీలందరికీ ఈ క్రింది వర్క్ షాపును పెట్టండి:

1. సాధి మరియు సాక్షి అవస్థ అంటే ఏమిటి?
2. సాధి మరియు సాక్షి అవస్థ వలన కలిగే లాభాలు ఏమిటి?
3. సాధి మరియు సాక్షి అవస్థ కోసం చేయాల్సిన పురుషార్థం ఏమిటి?
4. కార్య ప్రణాళికను తయారు చెయ్యండి.

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

- | | |
|-------------------------------------|--|
| 1. గుడ్ మార్నింగ్ - 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. సాధి మరియు సాక్షి అవస్థ - 70% | 10. గుడ్ నైట్ - రా 9.30 |

- ❖ ఈ మాసము మనం విశేషంగా క్రింద ఇచ్చిన రెండు మర్యాదల కంకణాన్ని ధరిద్దాము:
 1. ఏ దేహధారితోనూ మనసులోని విషయాలను చర్చించకుండా కేవలం బాబాతోటే చర్చిస్తాను.
 2. డ్రామాలోని ఏ దృశ్యాన్ని చూసినాకానీ చలించను.
- అభ్యాసము: రోజంతా ప్రతి గంటకు 1 నిమిషం బాబా తోడును అనుభవం చెయ్యడం.
- 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
మొదటి	ఆత్మనైన నాకు తోడుగా స్వయంగా భగవంతుడే ఉన్నారు
రెండవ	ఆత్మనైన నా పాత్ర ఈ విశ్వ డ్రామాలో హీరో పాత్ర
మూడవ	ఆత్మనైన నేను ప్రతి ఒక్కరి పాత్రను సాక్షిగా ఉండి చూస్తాను
నాల్గవ	ఆత్మనైన నాకు ఈ విశ్వ డ్రామా చాలా కళ్యాణకారి.

- ❖ 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%
సాధి మరియు సాక్షి - 40%	గుడ్ నైట్ - 95%
చార్జ్ - OK లేక OK	_____
	టీచరు సంతకం
నేను మర్యాద పురుషోత్తమ గ్రూపులో చేరదలచుకున్నాను.	