

మానవీయ విలువలు మరియు వృత్తిపరమైన నైతిక విలువలకు సంబంధించిన నమూనా ప్రశ్నలు- జవాబులు

విభాగము-01

(Source: English : Niyati tyagi : Telugu translation: Dr. Tadepalli patanjali,GDCPatancheru, Medak Dt)

Q 1. What do you mean by values or human values?What is value education? Why there is a need of value education? How does value education helps in fulfilling one's aspirations?

ANS. Character oriented education that instils basic values and ethnic values in one's psyche is called'Value Based Education'. The subject that enables us to understand 'what is valuable' for human happiness is called value education. Value education is important to help everyone in improving the value system that he/she holds and puts it to use. Once, one has understood his/ her values in life he/she can examine and control the various choices he/she makes in his/ her life. Value education enables us to understand our needs and visualize our goals correctly and also helps to remove our confusions and contradictions and bring harmony at all levels. Values form the basis for all our thoughts, behaviours and actions. Once we know what is valuable to us, these values becomes the basis, the anchor for our actions. We also need to understand the universality of various human values, because only then we can have a definite and common program for value education. Then only we can be assured of a happy and harmonious human society.

1.విలువలు లేదా మానవీయ విలువలు అంటే నువ్వు ఏమి అర్థం చేసుకొన్నావు? విలువల విద్య అంటే ఏమిటి? విలువల విద్య అవసరం ఎందుకు ఉంది? విలువ విద్య ఆకాంక్షలు నెరవేర్చటంలో ఎలా సహాయపడుతుంది?

మనస్సులో ప్రాథమిక విలువలు మరియు జాతి విలువలుచొప్పించే నైతిక విద్యను మానవీయ విలువల విద్య అంటారు.విలువైనది ఏదో తెలియచేస్తూ నిజమైన మానవీయ సంతోషాన్ని మనకు సమర్థంగా తెలియచేసే విషయాన్ని విలువల విద్య అంటారు. విలువల ఆధారిత విద్య ప్రతి ఒక్కరికి విలువలుగల వ్యవస్థను పొందటానికి, పొందినది ఉపయోగించటానికి కారకమౌతుంది.ఒకసారి అతను లేదా ఆమె విలువలను అర్థం చేసుకొంటే జీవితంలో వివిధ దశలలో ఎంపికలను పరిశీలించడానికి ,నియంత్రించటానికి ఎంతో ఉపయోగపడుతుంది.

విలువల విద్య మన అవసరాలను అర్థం చేసుకోవటానికి మరియు సరిగ్గా లక్ష్యాలను సరిగ్గా దృశ్యమానం చేయటానికి ఉపకరిస్తుంది. మరియు మన గందరగోళాలను మరియు వైరుధ్యాలను తొలగించి అన్ని స్థాయిలలో సామరస్యాన్ని తీసుకురావటానికి సహాయపడుతుంది

ఆలోచనల, ప్రవర్తనల చర్యలకు - విలువ ఒక ఆధారం ఏర్పాటు చేస్తుంది.ఒకసారి మనకు విలువైనది ఏమిటో తెలిస్తే , ఈ విలువలు మన చర్యలకు జీవాధారమౌతాయి.మనము వివిధ మానవ విలువల సర్వసాధారణత్వంను అర్థం చేసుకోవలసిన అవసరం ఉంది. అప్పుడు మాత్రమే మనం విలువల విద్య కోసం ఒక ఖచ్చితమైన మరియు సార్వజనీనమైన కార్యక్రమాన్ని రూపొందించుకోగలం.

అప్పుడు మాత్రమే మనం సంతోషము మరియు పొందికైన మానవ సమాజం యొక్క స్థిరత్వాన్ని పొందగలం.

Q 2. What are the basic guidelines for value education?

ANS. The subject that enables us to understand 'what is valuable' for human happiness is called value education. In order to qualify for any course on value education, the following guidelines for the content of the course are important:

- Universal: It needs to be applicable to all the human beings irrespective of cast, creed, nationalities, religion, etc., for all times and regions.
- Rational: It has to appeal to human reasoning. It has to be amenable to reasoning and not based on dogmas or blind beliefs.
- Natural and verifiable: It has to be naturally acceptable to the human being who goes through the course and when we live on the basis of such values it leads to our happiness. It needs to be experientially Verifiable, and not based on dogmas, beliefs or assumptions.
- All encompassing: Value education is aimed at transforming our consciousness and living. Hence, it needs to cover all the dimensions (thought, behavior, work and realization) and levels (individual, family, society, nature and existence) of human life and profession.
- Leading to harmony: The value education ultimately is targeted to promote harmony within the individual, among human beings and with nature.

02.విలువల విద్య యొక్క ప్రాథమిక మార్గదర్శకాలు ఏమిటి?

మానవుల సంతోషం కొరకు 'విలువైనది' ఏదో తెలియచేసే విషయాన్ని విలువల విద్య అంటారు.

విలువల విద్యకు సంబంధించిన మార్గదర్శకాలలో ముఖ్యమైనవి ఇవి :

*** సార్వత్రికం :** విశ్వాసం, జాతీయతల, మతం, మొదలైనవి సంబంధం లేకుండా అన్ని ప్రాంతాలలోని

మానవులు వర్తించగలిగేదిగా విలువల విద్య ఉండటం అవసరం.

*** హేతుబద్ధత :** మానవీయ తార్కికం విలువల విద్యలో ఉంది. ఇది హేతువాదానికి అనుకూలంగా ఉంటుంది. మరియు పిడివాదానికి , మూఢవిశ్వాసాలకు దూరంగా ఉంటుంది.

*** సహజమైన మరియు పరిశీలనార్హత :** విలువల విద్య సహజంగా ఆమోదయోగ్యంగా ఉండాలి . విలువలు ఆధారంగా నివసిస్తుంటే ఆ జీవితం ఆనందానికి దారితీస్తుంది. ఆమోదమనేది అనుభవపూర్వకంగా ఉండాలి.ఊహలకు, నమ్మకాలకు , పిడివాదాలకు విలువల విద్య దూరం.

*** అవగాహన:** విలువల విద్య మన స్పృహపై మరియు దేశం పరివర్తన వైద్యుష్టిపెట్టింది. అందువలన, మానవ జీవితం మరియు వృత్తి యొక్క అన్ని కోణాలు (ఆలోచన, ప్రవర్తన, పని మరియు పరిపూర్ణత) మరియు స్థాయిలు (వ్యక్తిగత, కుటుంబం, సమాజం, ప్రకృతి మరియు ఉనికి) విలువల విద్య పరిధిలోకి వస్తాయి.

*** సామరస్యానికి దారి:** విలువల విద్య మానవులమధ్య వ్యక్తిగత మరియు సామూహిక సామరస్యాలను ప్రోత్సహించడానికి ఉద్దేశింపబడింది.

Q 3. What is the need for value education?

ANS. The subject that enables us to understand ‘what is valuable’ for human happiness is called value education. Need for value education is:

1. Correct identification of our aspirations.

VE enables us to understand our needs and visualize our goals correctly and also indicate the direction for their fulfilment. It also helps to remove our confusions and contradictions and bring harmony at all levels.

2. Understanding universal human values to fulfil our aspirations in continuity.

Values form the basis for all our thoughts, behaviours and actions. We also need to understand the universality of various human values, because only then we can have a definite and common program for value education. Then only we can be assured of a happy and harmonious human society.

3. Complementarity of values and skills.

There is an essential Complementarity between values and skills for the success of any human endeavour. For example, I want to lead a healthy life. Only wishing for good health will not help me keep my body fit and healthy and without having understood the meaning of health, I will not be able to choose things correctly to keep my body fit and healthy.

4. Evaluation of our beliefs.

beliefs come to us from what we read, see, hear, what our parents tells us, our friends talk about, what the magazines talk of, what we see from TV etc. Value Education helps us to evaluate our beliefs and assumed values.

5. Technology and human values.

The present education system has become largely skill-based. The prime emphasis is on science and technology. It is not within the scope of science and technology to provide the competence of deciding what really is valuable. Value Education is a crucial missing link in the present education system. Because of this deficiency, most of our efforts may prove to be counterproductive and serious crises at the individual, societal and environmental level are manifesting.

3. విలువల విద్య అవసరం ఏమిటి?

మానవుల సంతోషం కొరకు ‘విలువైనది’ ఏదో తెలియచేసే విషయాన్ని విలువల విద్య అంటారు. విలువల విద్య ఇందుకోసం అవసరం.

1. మన ఆకాంక్షల సరైన గుర్తింపు కొరకు

విలువలవిద్య మన అవసరాలను అర్థం చేసుకోవటానికి లక్ష్యాలను ఊహించడానికి మరియు అవి సక్రమంగా నెరవేరటానికి మార్గ దర్శకత్వం వహిస్తుంది. మన గందరగోళాలు మరియు వైరుధ్యాలు తొలగించి అన్ని స్థాయిలలో సామరస్యాన్ని విలువలవిద్య కలిగిస్తుంది

2. మన ఆకాంక్షలు నెరవేరే క్రమంలో సార్వత్రిక మానవ విలువలను అర్థం చేసుకోవటానికి

విలువలు మన ఆలోచనలను, ప్రవర్తనలకు మరియు చర్యల కొరకు ఆధార మౌతాయి. మనము వివిధ మానవ విలువల సర్వసాధారణత్వంను అర్థం చేసుకోవాలి. ఇందుకు విలువలవిద్య సహకరిస్తుంది. అప్పుడు మాత్రమే మనం సంతోషంగా సామరస్యంగా ఉత్తమ మానవ సమాజాన్ని నిర్మించుకోగలము.

3. విలువలు మరియు నైపుణ్యాలకు మధ్య పూరకత్వము

మానవ ప్రయత్నం విజయం కావటానికి విలువలు మరియు నైపుణ్యాలు మధ్య ఒక ముఖ్యమైన పూరకం కావాలి. ఉదాహరణకు, ఒక ఆరోగ్యకరమైన జీవితాన్ని గడపాలనుకొంటాం. అలా ఉండాలన్న కోరిక మాత్రమే శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచదు. అలాగే మంచి ఆరోగ్యానికి సంబంధించిన సూత్రాలు, విలువలు తెలియకుండా, శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచే పద్ధతులు ఆచరించలేము. (విలువలకు, నైపుణ్యాలకు మధ్య పూరకమైనది అంటే సమన్వయం కలిగించేది విలువల విద్య అని భావం)

4. మన నమ్మకాల మూల్యాంకనం కొరకు

మనము చదివినదాన్ని బట్టి, తల్లిదండ్రులు చెప్పిన దానినిబట్టి, పత్రికల్లో ఉన్నదానిని బట్టి, టీవీలో చూసినదానినిబట్టి మనకు కొన్ని నమ్మకాలు ఏర్పడుతాయి. విలువల విద్య మన నమ్మకాలను, ఊహించిన విలువలను మూల్యాంకనం చేయటానికి సహాయపడుతుంది.

5. సాంకేతిక శాస్త్రం మరియు మానవ విలువల సమన్వయం కొరకు

ప్రస్తుతం విద్యా వ్యవస్థ ఎక్కువగా నైపుణ్యపు ఆధారితమయింది. ప్రధానమైన అవధారణ సైన్సు మరియు సాంకేతికతపై ఉంది. జీవితానికి సంబంధించి నిజమైన విలువైనది ఏమిటో నిర్ణయించే అధికారంవిజ్ఞాన మరియు శాస్త్ర విద్యల పరిధిలో లేదు. విలువల విద్య ప్రస్తుతం విద్యా వ్యవస్థ లో ఒక కీలకమైన తెగిపోయిన సంబంధాలను కలిపే మెలిక. విలువలు లేని విద్యావిధానం వల్ల చాలావరకు మన ప్రయత్నాలు వ్యక్తిగత సామాజిక, పర్యావరణ స్థాయిలో ప్రతికూల మరియు తీవ్రమైన సంక్షోభంలో అభివ్యక్తమౌతాయి. అందువల్ల విలువల విద్య అవసరం. చాలా ఉంది.

Q 4. Define self exploration. What is the content of self – exploration?

ANS. Self exploration is the process to find out what is valuable to me by investigating within myself, what is right for me, true for me, has to be judged within myself. Through self exploration we get the value of our self. We live with different entirety (family, friends, air, soil, water, trees, etc.) and we want to understand our relationship with all these. For this we need to start observing inside.

The main focus of self-exploration is myself - the human being. Content of self exploration is just finding answers to the following fundamental questions of all human beings:

1. The Desire/Goal: What is my (human) Desire/ Goal? What do I really want in life, or what is the goal of human life?
2. Program: What is my (human) program for fulfilling the desire? How to fulfil it? What is the program to actualize the above?

In short, the above two questions cover the whole domain of human aspirations and human endeavor. Thus, they form the content of self- exploration.

4. స్వీయ అన్వేషణ నిర్వచించండి. స్వీయ అన్వేషణ యొక్క విషయం ఏమిటి?

స్వీయ అన్వేషణ అనేది ఒక ప్రక్రియ. తనలోకి తాను అన్వేషణ చేసుకొంటూ , తనకు మంచిదేదో, తనకు ఉన్న నిజమైన హక్కు ఏమిటో , స్వీయ నిర్ణయం ద్వారా ఆవిష్కరించుకొనే ప్రక్రియ స్వీయ అన్వేషణలో ఉంటుంది. స్వీయ అన్వేషణ ద్వారా మనము మన విలువను ఆవిష్కరించుకొంటాం.

మనము వివిధ రకాలుగా ఉన్న సమస్తం తో (కుటుంబం, స్నేహితులు, గాలి, మట్టి, నీరు, చెట్లు మొదలైనవి) తో నివసిస్తున్నాము. వీటి అన్నింటితో మన సంబంధాన్ని అర్థం చేసుకోవాలి. వీటి అన్నింటి కోసం మనము అంతరాన్వేషణ ప్రారంభించడం అవసరం.

స్వీయ అన్వేషణ ప్రధానాంశం నేను -మానవుడు.

స్వీయ అన్వేషణ యొక్క విషయం మానవులందరూ క్రింది ప్రాథమిక ప్రశ్నలకు సమాధానాలు గుర్తించడం :

1.కోరిక, లక్ష్యం: నా కోరిక, లక్ష్యం ఏమిటి? జీవితంలో నేను నిజంగా ఏది కోరుకొంటున్నాను? లేక మానవ జీవిత లక్ష్యము ఏమిటి?

2. కార్యక్రమ ప్రకటన: కోరిక నెరవేరటం కోసం నా (మానవ) కార్యక్రమం ఏమిటి?ఇది పూర్తి చేయడం ఎలా ? పైన చెప్పినవాటిని ప్రత్యక్షీకరించే కార్యక్రమం ఏమిటి?

సంక్షిప్తంగా, పైన రెండు ప్రశ్నలు మానవ ఆకాంక్షలు మరియు మానవ ప్రయత్నం యొక్క మొత్తం పరిధిని తెలియచేస్తాయి. .

అందువలన, ఆ రెండు ప్రశ్నలు స్వీయ అన్వేషణ యొక్క విషయాన్ని రూపొందిస్తాయి.

English : niyatigarg Telugu: Dr. T.patanjali, GDC , patancheru, Medak Dt

Q 5. What do you mean by self-exploration? What is the need for self-exploration?

ANS. Self exploration is the process to find out what is valuable to me by investigating within myself, what is right for me, true for me, has to be judged within myself. Through self exploration we get the value of our self. For self exploration we need two expects:

1. Natural acceptance: Natural acceptance implies unconditional and total acceptance of the self, people and environment. It also refers to the absence of any exception from others. Once we fully and truly commit our self on the basis of natural acceptance, we feel a holistic sense of inner harmony, tranquility and fulfillment.
2. Experiential validation: Experiential validation is a process that infuses direct experience with the learning environment and content. It may be regarded as a philosophy and methodology in which the direct experience and focused reflection of the individual helps to increase knowledge, develop skill and clarify values. Self exploration takes place in the self and not the body.

5. స్వీయ అన్వేషణ అంటే ఏమిటి? స్వీయ అన్వేషణ అవసరం ఏమిటి?

స్వీయ అన్వేషణ అనేది ఒక ప్రక్రియ. తనలోకి తాను అన్వేషణ చేసుకొంటూ , తనకు మంచిదేదో, తనకు ఉన్న నిజమైన హక్కు ఏమిటో , స్వీయ నిర్ణయం ద్వారా ఆవిష్కరించుకొనే ప్రక్రియ స్వీయ అన్వేషణలో ఉంటుంది. స్వీయ అన్వేషణ ద్వారా మనము మన విలువను ఆవిష్కరించుకొంటాం.

స్వీయ అన్వేషణ కోసం మనము రెండింటినీ ఆశించటం అవసరం

1. సహజ అంగీకారం : తనయొక్క, ప్రజలయొక్క , పరిసరాలయొక్క షరతులు లేని సంపూర్ణ అంగీకారాన్ని సూచిస్తుంది. ఇది కూడా ఇతరుల నుండి ఏ మినహాయింపు లేకపోవటం లేకపోవడం సూచిస్తుంది. ఒకసారి మనము పూర్తిగా , నిజంగా సహజ అంగీకార సిద్ధాంతానికి కట్టుబడి ఉంటే , మనము అంతర్గత సామరస్యాన్ని, శాంతిని మరియు సిద్ధి భావనను పొందగలం.

2. అనుభవ ధ్రువీకరణ

అనుభవ ధ్రువీకరణ ఒక ప్రక్రియ. ఇది ప్రత్యక్ష అనుభవాన్ని నేర్చుకునే పరిసరాల ద్వారా, విషయం ద్వారా మనసులో దృఢంగా కలిగిస్తుంది. ఇది ఒక తత్వశాస్త్రంగా మరియు పద్ధతిగా భావించవచ్చు. ప్రత్యక్ష అనుభవం వ్యక్తిత్వపు ఆలోచనలో ప్రతిఫలిస్తుంది. ఇది జ్ఞానం, నైపుణ్యాలు పెంచుతుంది. మరియు విలువలను స్పష్టం చేస్తుంది. స్వీయ అన్వేషణ ఆత్మలోనే (స్వానుభూతి) జరుగుతుంది. శరీరంలో కాదు.

Human values and professional Ethics notes

Q 8. What is happiness?(04-10-2013)

ANS. Happiness may be defined as being in harmony/synergy in the state/ situation that I live in. "A state or situation in which I live, if there is harmony in it then I like to be in that state / situation. The state of liking is happiness." Happiness is a state of mind or feeling characterized by contentment, love, satisfaction, pleasure or joy. Happiness may be described as consisting of positive emotions and positive activities. There may be three kinds of happiness: pleasure, engagement, and meaning. In other words, freedom from want and distress, consciousness of the good order of things, assurance of one's place in the universe or society, inner peace and so forth. Happiness is the state of mind, where we feel good in most of the walk of life.

8.ఆనందం అంటే ఏమిటి?

ఆనందం అనే పదాన్ని - తన జీవితంలో /సామరస్యంగా /స్థితి సమాహారంగా /సన్ని వేశ గతంగా నిర్వచించవచ్చు .

తాను జీవించే ఒక అవస్థ లేదా పరిస్థితిలో సామరస్యము ఉంటే అప్పుడు తాను ఆ అవస్థ లేదా పరిస్థితిని ఇష్టపడతాడు.

ఇష్టపడే అవస్థను సంతోషంగా చెప్పవచ్చు.

ఆనందం అనేది ఒక మనఃస్థితి . సమ్మతము, , ప్రేమ, సంతృప్తి, వినోదం లేదా సుఖం లక్షణాల వలన కలిగే తలంపు.

ఆనందం అనేదాన్ని సానుకూల భావోద్వేగాలు మరియు అనుకూల కార్యకలాపాలు కూడుకొని ఉన్నదానిగా వర్ణించవచ్చు

ప్రీతి, , ఒప్పుదల , మరియు ఉద్దేశము (అభిప్రాయము) అని మూడు రకాల ఆనందం ఉండవచ్చు .

ఇంకొక విధంగా చెప్పాలంటే కోరిక మరియు బాధ నుండి స్వేచ్ఛ, సక్రమ విషయ స్పృహ, విశ్వం లేదా సమాజంలో స్థానము యొక్క హామీ, లోపలి శాంతి మొదలయిన వాటిని ఆనందంగా చెప్పుకోవచ్చు.

మన జీవన వ్యాపారంలో ఎక్కడ మనము మంచి అనుభూతిని పొందుతామో , ఆ మనస్థితిని ఆనందంగా చెప్పుకోవచ్చు.

Telugu : Dr.T.patanjali GDC Patancheru, Medak dt

Q 9. What is the meaning of prosperity? How can you say that you are prosperous?

ANS. The feeling of having or making available more than required physical facilities is prosperity. Almost all of us feel that wealth alone means prosperity and try to explain this phenomenon on this nonexistent or half fact. We are trying to achieve happiness and prosperity by maximizing accumulation and consumption of physical facilities. It is becoming anti-ecological and anti-people, and threatening the human survival itself. For prosperity, two things are required-

1. Identification of the required quantity of physical facilities, and
2. Ensuring availability / production of more than required physical facilities.

We can be prosperous only if there is a limit to the need for physical facilities. If there is no limit what so ever be the availability the feeling of prosperity cannot be assured.

Secondly, just assessing the need is not enough. We need to be able to produce or make available more than the perceived need.

9 . సమ్పద్ధి అంటే అర్థం ఏమిటి ? మీకు శ్రేయస్కరమైనది ఇది అని ఎలా చెప్పగలరు?

(05-10-2013)

అందుబాటులో కంటే ఎక్కువ అవసరమైన భౌతిక సౌకర్యాలు కలిగి ఉండుట లేదా అవసరమైన భౌతిక సౌకర్యాలు ఉండుట కూడా సమ్పద్ధి. దాదాపుగా మనమందరము ఐశ్వర్యము మాత్రమే సమ్పద్ధి అని భావిస్తాము. ఈ తత్కాలానికి సంబంధించని , సగం నిజపు నేపథ్యంలో ఈ దృగ్విషయాన్ని వివరించడానికి ప్రయత్నిద్దాం. మనమందరం అధిక వస్తు సమీకరణముల ద్వారా , భౌతిక సౌకర్యాలు వినియోగాన్ని పెంచటం ద్వారా ఆనందం మరియు సమ్పద్ధి సాధించడానికి ప్రయత్నిస్తున్నాము. . ఇది పర్యావరణ వ్యతిరేకము మరియు ప్రజావ్యతిరేకము. ఇది మానవ మనుగడకు కూడా భయానకమైనది. సమ్పద్ధి కోసం , రెండు విషయాలు అవసరం

1 . అవసరమైన పరిమాణంలో భౌతిక సౌకర్యాల గుర్తింపు , మరియు

2 . లభ్యతపై భరోసా / అవసరమైన భౌతిక సౌకర్యాలు కంటే ఎక్కువ ఉత్పత్తి

భౌతిక సౌకర్యాలకు ఒక పరిమితి ఉంటే మనకు శ్రేయస్కర ముగా ఉంటుంది . కనుక ఏది ఎప్పుడు అందుబాటులో ఉంటుందో , దానికి పరిమితి లేకపోతే శ్రేయో భావన రూఢి కాదు.

రెండవది , శ్రేయస్సు కొరకు కేవలం అవసరము యొక్క అంచనా సరిపోదు .మనకు అవసరమైన దానికంటే ఎక్కువగా ఉత్పత్తి చేసే సామర్థ్యం లేదా కావలసినది ఎక్కువగా ఉండేటట్లు చేయాలి.

UNIT 2 (CHAPTER FIVE)

Q 1. “Human being is more than just the body” – Explain.

ANS. There is the familiar shape and structure of a human being that is immediately apparent to us and we imagine someone with similar human body-like features. But in addition to the body, there is also the alive-ness of the person – the entity that keeps the body ‘alive’ and makes it operate in various ways.

We perceive this aliveness in the activities demonstrated by the person like their seeing, talking, listening, walking, and eating, etc. This aliveness is called Jivana. Thus, a human being is coexistence of the body and jivan. This jivan refers to itself as ‘I’ (self). Thus we say “I am so and so” or “I feel tired” or “I am happy” and not “my body is happy”. This I or self is also called ‘consciousness’ and is the sentient constitute of the human being.

We can make this distinction between the self and the body in three ways in terms of the needs, activities and the types of these two entities.

The needs of the body are physically in nature . (savidha)

The needs of the self (I) are not physical in nature -like trust , respect , happiness etc.

The activities of ‘I’ are activities like, desire, thinking, selection, while the activities of body are activities like eating, breathing etc.

1.మానవుడంటే కేవలం శరీరం మాత్రమే కాదు- వివరించండి?

మనిషి అనగానే మనకు తెలిసిన మానవ శరీరాకృతి కనుక మనుషులను అటువంటి లక్షణాలతో ఊహించుకొంటాం. ఆ శరీరాన్ని 'సజీవంగా' ఉంచి, వివిధ మార్గాల్లో ఆ శరీరాన్ని ఉపయోగించే ప్రాణ చైతన్యాన్ని కూడా మనిషి అనగానే గుర్తుకు తెచ్చుకొంటాం. ఈ ప్రాణ చైతన్యాన్నే జీవం అంటాము . అందువలన, మానవుడు అంటే శరీరం మరియు జీవాల సహజీవనం. ఈ జీవమే 'నేను' (స్వీయ) గా సూచిస్తుంది. అందువలన మనము "నేను అలసట చేందాను" లేదా "నేను సంతోషంగా ఉన్నాను" అని చెబుతుంటాం. ఈ నేను లేదా ఆత్మ అనేదే 'స్పృహ' లేదా అస్తిత్వం అని చెప్పవచ్చు. ఇది మానవునిలో అంతర్భాగంగా ఉంటుంది.

మనము అవసరాలు, కార్యకలాపాలు మరియు విధానాలు అనే మూడు పద్ధతులలో నేను, శరీరాల మధ్య తేడాను తెలుసుకోవచ్చు.

సువిధకి సంబంధించిన శారీరక అవసరాలు భౌతికమైనవి.

సుఖానికి సంబంధించిన నమ్మకం, గౌరవం, ఆనందం మొదలైన 'నేను' (స్వీయ) అవసరాలు భౌతికమైనవి కావు.

శరీరం యొక్క కార్యకలాపాలు తినడం, శ్వాసించడం వంటివి. 'నేను' యొక్క కార్యకలాపాలు శ్వాస, కోరిక, ఆలోచన, ఎంపిక మొదలైనవి.

Q 2. Distinguish between the needs of the Self and the needs of the Body.

ANS. The human being is the co-existence of 'I' and the body, and there is exchange of information between the two. We can make this distinction between the self and the body in terms of the needs as shown in the table below:

		I	Body
	→	Trust, Respect....	Food, Clothing...

Needs	Needs are →	Happiness (sukh)	Physical Facilities (suvidha)
	In time needs are..... →	Continuous	Temporary
	In quantity, needs are... →	Qualitative	Quantitative (limited in quantity)
	Needs are fulfilled by..... →	Right understanding and Right Feelings	Food, clothing, etc.

2. నేను మరియు శరీర అవసరాల మధ్య తేడాను గుర్తించండి?

మానవుడనగా 'నేను' మరియు శరీరాల సహజీవనము. అందువల్ల ఈ రెండింటి మధ్య సమాచార మార్పిడి ఉంది. అవసరాల ను ప్రాతిపదికగా తీసుకొని ఈ రెండింటి మధ్య తేడా క్రింది పట్టికలో చూపిన విధంగా చేయవచ్చు

		నేను	శరీరం
అవసరాలు	→	నమ్మకం, గౌరవం	ఆహారం ,దుస్తులు
	అవసరాలు →	ఆనందం (సౌఖ్యము)	భౌతిక సౌకర్యాలు (సౌకర్యము)
	అవసరాల సమయంలో →	తాత్కాలికము	నిరంతరము
	అవసరాలు పరిమాణంలో, →	గుణాత్మకము	పరిమాణాత్మకము (పరిమాణం పరిమితం)
	అవసరాలను తీర్చేవి →	సరైన అవగాహన మరియు సరైన భావన	ఆహారం , దుస్తులు, మొదలైనవి

Q 3.What is the qualitative difference between the activities of the Self and those of the Body?Illustrate with one example.

3.నేను శరీరాల కార్యకలాపాల మధ్య గుణాత్మకమైన తేడా ఏమిటి? ఒక ఉదాహరణ తో వివరించండి ?

All our activities

మన కార్య కలాపాలు

1.Activities going in the self

'నా' లో కార్య కలాపాలు

2. Activities involving both "I"and body
నాలోను శరీరంలోను జరిగే

కార్య కలాపాలు

3.Activities going in the Body నాశరీరంలోజరిగే

కార్య కలాపాలు

Activities that are only happening in 'I'

'నా' లో మాత్రమే జరిగే కార్య కలాపాలు

Activities that are only happening With the involvement of both "I" And body

'నేను' నా శరీర ప్రమేయంతోనూ జరిగే కార్యకలాపాలు

Activities that are going only in the body , but with the consent of "I"

నా ఆమోదంతో నా శరీరంలో మాత్రమే జరిగే కార్యకలాపాలు

Thinking ఆలోచన
Dreaming కలలు కనటం

These are my activities

They are in 'I'

ఇవి 'నా' కార్య కలాపాలు

'నా' లో మాత్రమే జరిగేవి

Seeing చూడటం
Talking మాట్లాడటం

These activities require my activeparticipation

ఈ కార్య కలాపాలు

'నా'ప్రమేయంతో జరుగుతాయి.

Breathing శ్వాస
Blood flow రక్త ప్రసరణ

These activities donot require my activeparticipation

ఈ కార్య కలాపాలలో

'నా'ప్రమేయం అవసరం లేదు .

These activities are not happening by 'themselves'

The entity that is responsible for all these activities

Is the self or 'I'

ఇవి వాటంతట అవే జరిగే కార్య కలాపాలు కావు. వాటిని జరిపించేది 'నేను' .

These activities are not happening by 'themselves'

'but with the consent of "I"

I don't need to pay particular

Attention to these activities

For them to take place

నా ఆమోదంతోనే ఈ కార్య

కలాపాలు వాటంతట అవే

జరుగుతాయి. అయితే వాటి మీద

నేను ప్రత్యేకంగా దృష్టి ఉంచనవసరంలేదు.

Q 4. What are the consequences of confusing between Sukh and Suvidha?

ANS. The needs of the body like food for nourishment , clothes for protection , and instruments to ensure right utilization can be categorised as physical in nature also called physical acilities (Suvidha)

'I' is live in a state of continuous happiness.

The needs of the body are physically in nature . (suvidha)

The needs of the self (I) are not physical in nature -like trust , respect , happiness etc.

People think that their happiness depends upon suvidha (facilities) but is it not so; happiness depends upon our thinking or our mental satisfaction. Note that this gap.

4.సుఖము, సువిధ వీటి మధ్య ఉన్న అంతరాన్ని గుర్తించకపోవటం వలన కలిగే ఫలితమేమిటి?

శరీర అవసరాలకు కావలసిన ఆహార ము , రక్షణ కోసం బట్టలు, పనులు సులభంగా చేసుకోవటానికి

అవసరమయ్యే సాధనాలు ఇవన్నీ భౌతిక సౌకర్యాలు. ఇదే సువిధ.

నేనుకి కావలసిన నిరంతర ఆనంద స్థితి సుఖము.

సువిధకి సంబంధించిన శారీరక అవసరాలు భౌతికమైనవి.

సుఖానికి సంబంధించిన నమ్మకం, గౌరవం, ఆనందం మొదలైన ' నే ను (స్వీయ) అవసరాలు

భౌతికమైనవి కావు.

ప్రజలు వారి ఆనందం సువిధ (సౌకర్యాలు) మీద ఆధారపడి ఉంటుంది అనుకుంటున్నారు. అయితే

ఆనందం అనేది ఆలోచన లేదా మానసిక సంతృప్తి మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. ఈ అంతరాన్ని గుర్తించాలి.

UNIT 1 CHAPTER FOUR

Q1.Explain the basic requirements to fulfil human aspirations. Give the correct priority among them.

ANS. Our basic aspirations are happiness (mutual fulfilment) and prosperity (mutual prosperity).

1. Right Understanding 2. Relationship 3. Physical Facilities

We need to have the right understanding. We need to understand the harmony at all levels of our living. —ourselves, family, society, society and nature/ existence. This is our programme to fulfil our basic desire of continuous happiness and prosperity.

1.మానవుల ప్రాథమికమైన కోరికలు నెరవేరాలంటే కావలసినవేమిటి? వాటి ప్రాధాన్యతలతో వివరించండి?

మన ప్రాథమికమైన కోరికలు ఆనందం (పరస్పరానందం) మరియు సమృద్ధి(పరస్పర సమృద్ధి).

ఇతర మానవులతో గల సంబంధాలు ఆనందాన్ని, భౌతిక సౌకర్యాలు సమృద్ధిని నిర్ధారిస్తాయి.

సరైన అవగాహనను కలిగించుకోవటం చాలా అవసరం. మన జీవితంలోని అన్ని స్థాయిల్లోను వ్యక్తిగతం,

కుటుంబం, సమాజం, ప్రకృతి/ సృష్టిలో సామరస్యాన్ని అర్థం చేసుకోవటం చాలా అవసరం. ఇదే మన

మౌలికమైన కోరికైన నిరంతరానందంతో సంపదలతో జీవించటం కోసం మనం చేసుకొన్న ప్రణాళిక.

Q 2. What do the abbreviations given as SVDD, SSDD and SSSS signify?

ANS. To achieve our basic aspirations we need to work for right understanding as the base on which we can work for relationship and then physical facilities. There are three kind of people in the world:

1. Those that do not have physical facilities/ wealth and feel unhappy and deprived.

i.e. SVDD: SadhanViheen Dukhi Daridra – Materially Deficient, Unhappy and Deprived.

2. Those that have physical facilities/ wealth and feel unhappy and deprived. i.e.

SSDD: Sadhan Sampann Dukhi Daridra – Materially Affluent, Unhappy and Deprived.

3. Having physical facilities and feeling happy and prosperous i.e. SSSS:

Sadhan Sampann SukhiSamriddha – Materially Adequate, Happy and Prosperous.

Presently, as we look around, we find most of the people in the above two categories called SVDD and SSDD, while the natural acceptance of all human beings is to be in the category of SSSS.

2. సావిదుద, సాసదుద, సాససుస దేనిని తెలియ చేస్తాయి?

మనకు సరైన అవగాహన ఉండాలి. దాని ఆధారంగా మంచి సంబంధాలను, సంపదలను కృషితో సాధించుకోవచ్చు. ఈ రోజుల్లో మనం మూడు రకాల మనుష్యులను గమనించవచ్చు.

1. సాధన విహీన దుఃఖ దరిద్రులు (సావిదుద)

భౌతికమైన వస్తు సంపదలు లేని స్థితిలో విచారంలో మునిగిపోయి నీరసంతో ఉన్నవారు.

2. సాధన సంపన్న దుఃఖ దరిద్రులు (సాసదుద)

వస్తు సంపదలు ఉన్నప్పటికీ సంతోషం లేక నిరాశలో ఉన్నవారు.

3. సాధన సంపన్న సుఖ సమృద్ధులు (సాససుస)

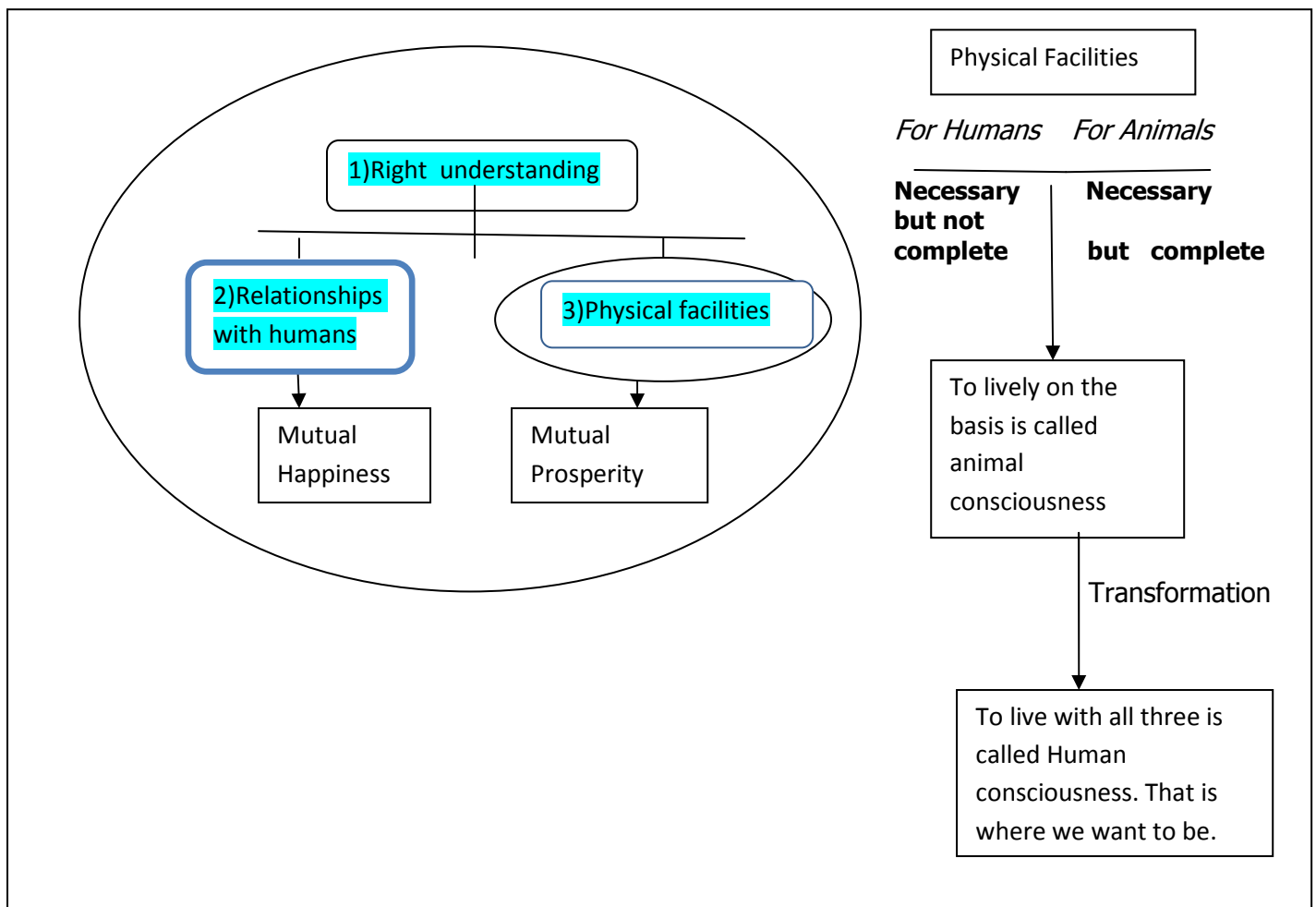
వస్తు సంపదలు కలిగి సంతోషంలో ఉన్నవారు.

మన చుట్టూ ఉన్నవారిలో ఎక్కువమంది మొదటి రెండు విభాగాలలో ఉంటారు.

మనము మూడవ విభాగంలో ఉండాలంటే మనకు సరైన అవగాహన ఉండాలి.

Q 3. What do you mean by animal and human consciousness? Explain with the help of a diagram.

ANS. Giving all priorities to physical facilities only, or to live solely on the basis of physical facilities, maybe termed as 'Animal Consciousness'. Living with all three: Right understanding, Relationship and Physical facilities is called 'Human Consciousness'.



From the diagram we can say that:

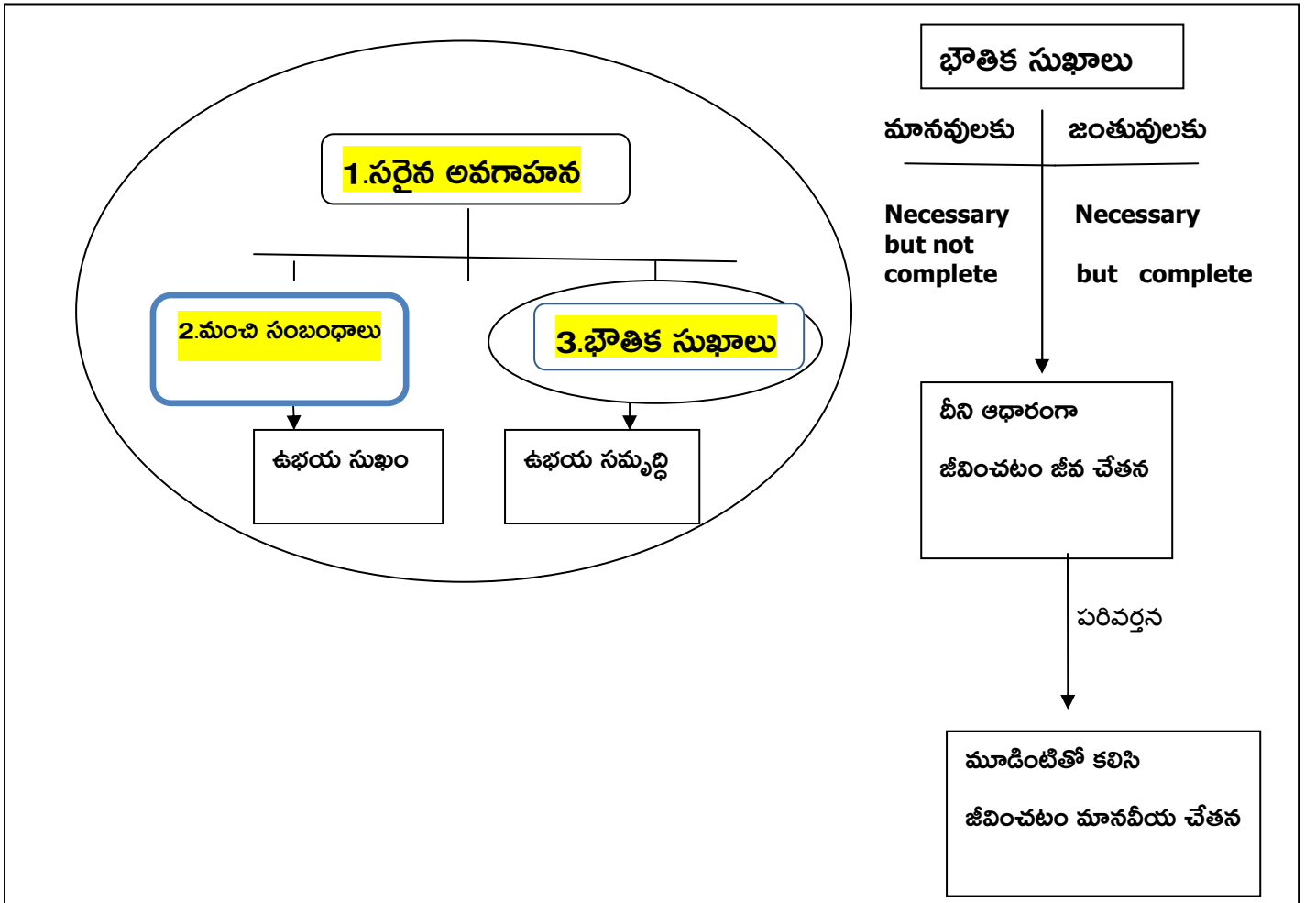
* There is a need for transformation from Animal Consciousness to Human Consciousness. This transformation from Animal Consciousness to Human Consciousness forms the basis for human values and values based living.

3. జంతు అస్తిత్వానికి, మానవ అస్తిత్వానికి తేడా ఏమిటి? రేఖాచిత్రం సహాయంతో వివరించండి?

కేవలం భౌతికమైన సౌకర్యాలతోనే జీవనం గడపటాన్ని జంతు అస్తిత్వం అంటారు.

1.సరైన అవగాహన, 2. మంచి సంబంధాలు, మరియు భౌతిక సుఖాలు ఈ మూడింటితో కలిపి జీవనాన్ని

కొనసాగించటమే మానవ అస్తిత్వం అంటారు.



పై రేఖాచిత్రం నుండి మనము ఇలా చెప్పగలము:

జీవ చేతన నుండి మానవీయ చేతనకు పరివర్తన చెంద వలసిన అవసరం ఉంది. ఇది అస్తిత్వంలో గుణ
పరంగా జరిగే అభివృద్ధి. అటువంటి పరివర్తనను మనలో కలిగించటమే విలువల విద్య.

Q 3. What is the need for value education?

ANS. The subject that enables us to understand ‘what is valuable’ for human happiness is called value education. Need for value education is:

1. Correct identification of our aspirations.

VE enables us to understand our needs and visualize our goals correctly and also indicate the direction for their fulfilment. It also helps to remove our confusions and contradictions and bring harmony at all levels.

2. Understanding universal human values to fulfil our aspirations in continuity.

Values form the basis for all our thoughts, behaviours and actions. We also need to understand the universality of various human values, because only then we can have a definite and common program for value education. Then only we can be assured of a happy and harmonious human society.

3. Complementarity of values and skills.

There is an essential Complementarity between values and skills for the success of any human endeavour. For example, I want to lead a healthy life. Only wishing for good health will not help me keep my body fit and healthy and without having understood the meaning of health, I will not be able to choose things correctly to keep my body fit and healthy.

4. Evaluation of our beliefs.

beliefs come to us from what we read, see, hear, what our parents tells us, our friends talk about, what the magazines talk of, what we see from TV etc. Value Education helps us to evaluate our beliefs and assumed values.

5. Technology and human values.

The present education system has become largely skill-based. The prime emphasis is on science and technology. It is not within the scope of science and technology to provide the competence of deciding what really is valuable. Value Education is a crucial missing link in the present education system. Because of this deficiency, most of our efforts may prove to be counterproductive and serious crises at the individual, societal and environmental level are manifesting.

3. విలువల విద్య అవసరం ఏమిటి?

మానవుల సంతోషం కొరకు ‘విలువైనది’ ఏదో తెలియచేసే విషయాన్ని విలువల విద్య అంటారు. విలువల విద్య ఇందుకోసం అవసరం.

1. మన ఆకాంక్షల సరైన గుర్తింపు కొరకు

విలువలవిద్య మన అవసరాలను అర్థం చేసుకోవటానికి లక్ష్యాలను ఊహించడానికి మరియు అవి సక్రమంగా నెరవేరటానికి మార్గ దర్శకత్వం వహిస్తుంది. మన గందరగోళాలు మరియు వైరుధ్యాలు తొలగించి అన్ని స్థాయిలలో సామరస్యాన్ని విలువలవిద్య కలిగిస్తుంది

2. మన ఆకాంక్షలు నెరవేరే క్రమంలో సార్వత్రిక మానవ విలువలను అర్థం చేసుకోవటానికి

విలువలు మన ఆలోచనలను, ప్రవర్తనలకు మరియు చర్యల కొరకు ఆధార మౌతాయి. మనము వివిధ మానవ విలువల సర్వసాధారణత్వంను అర్థం చేసుకోవాలి. ఇందుకు విలువలవిద్య సహకరిస్తుంది. అప్పుడు మాత్రమే మనం సంతోషంగా సామరస్యంగా ఉత్తమ మానవ సమాజాన్ని నిర్మించుకోగలము.

3. విలువలు మరియు నైపుణ్యాలకు మధ్య పూరకత్వము

మానవ ప్రయత్నం విజయం కావటానికి విలువలు మరియు నైపుణ్యాలు మధ్య ఒక ముఖ్యమైన పూరకం కావాలి. ఉదాహరణకు, ఒక ఆరోగ్యకరమైన జీవితాన్ని గడపాలనుకొంటాం. అలా ఉండాలన్న కోరిక మాత్రమే శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచదు. అలాగే మంచి ఆరోగ్యానికి సంబంధించిన సూత్రాలు, విలువలు తెలియకుండా, శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచే పద్ధతులు ఆచరించలేము. (విలువలకు, నైపుణ్యాలకు మధ్య పూరకమైనది అంటే సమన్వయం కలిగించేది విలువల విద్య అని భావం)

4. మన నమ్మకాల మూల్యాంకనం కొరకు

మనము చదివినదాన్ని బట్టి, తల్లిదండ్రులు చెప్పిన దానినిబట్టి, పత్రికల్లో ఉన్నదానిని బట్టి, టీవీలో చూసినదానినిబట్టి మనకు కొన్ని నమ్మకాలు ఏర్పడుతాయి. విలువల విద్య మన నమ్మకాలను, ఊహించిన విలువలను మూల్యాంకనం చేయటానికి సహాయపడుతుంది.

5. సాంకేతిక శాస్త్రం మరియు మానవ విలువల సమన్వయం కొరకు

ప్రస్తుతం విద్యా వ్యవస్థ ఎక్కువగా నైపుణ్యపు ఆధారితమయింది. ప్రధానమైన అవధారణ సైన్సు మరియు సాంకేతికతపై ఉంది. జీవితానికి సంబంధించి నిజమైన విలువైనది ఏమిటో నిర్ణయించే అధికారంవిజ్ఞాన మరియు శాస్త్ర విద్యల పరిధిలో లేదు. విలువల విద్య ప్రస్తుతం విద్యా వ్యవస్థ లో ఒక కీలకమైన తెగిపోయిన సంబంధాలను కలిపే మెలిక. విలువలు లేని విద్యావిధానం వల్ల చాలావరకు మన ప్రయత్నాలు వ్యక్తిగత సామాజిక, పర్యావరణ స్థాయిలో ప్రతికూల మరియు తీవ్రమైన సంక్షోభంలో అభివ్యక్తమౌతాయి. అందువల్ల విలువల విద్య అవసరం. చాలా ఉంది.

Q 7.. How can we verify proposals on the basis of our natural acceptance? Explain with example.

ANS. Natural acceptance implies unconditional and total acceptance of the self, people and environment. It

also refers to the absence of any exception from others. Once we fully and truly commit ourself on the basis of natural acceptance, we feel a holistic sense of inner harmony, tranquillity and fulfilment. Actually natural acceptance is way to accept the good things naturally. Learn everything that is good from others, but bring it in, and in our own way absorb it; do not become others. We can easily verify proposals in the basis of characteristics of natural acceptance mentioned below:

- Natural acceptance does not change with time. It remains invariant with time. For example our natural acceptance for trust and respect does not change with age.
- It does not depend on the place. Whatever we have accepted, in our life, at any time of our age, does not change, even if we move from one place to another one.
- It does not depend on our beliefs or past conditionings.
- This natural acceptance is 'constantly there', something we can refer to. Natural acceptance is always there. Whatever we do, this natural acceptance is within us, it is telling us what is right.
- Natural acceptance is the same for all of us: it is part and parcel of every human being, it is part of humanness. Though each one of us, may have different likes and dislikes and means to live and to react etc. but if we go deep in our mind the purpose of our work, behaviour, efforts etc. are based on common goals like need to be happy, need to be respected, need to get prosperity. So our basic acceptance remains the same.

07. ఎలా మనము మన సహజ అంగీకారం ఆధారంగా ప్రతిపాదనలు సరిచూసుకోవచ్చు? ఉదాహరణలతో వివరించండి ?

సహజ అంగీకారం తనయొక్క , ప్రజల యొక్క మరియు పర్యావరణం యొక్క షరతులు మరియు మొత్తం అంగీకారాన్ని సూచిస్తుంది

ఇది కూడా ఇతరుల నుండి ఏదైనా అసాధారణత్వం లేకపోవడాన్ని సూచిస్తుంది.

ఒకసారి మనము పూర్తిగా నిజంగా సహజ అంగీకారం ఆధారంగా కట్టుబడి ఉంటే , మనము అంతర్గత సామరస్యాన్ని, శాంతిని మరియు సఫలీకృత మైన సంపూర్ణ అనుభూతిని పొందుతాము. వాస్తవంగా సహజ అంగీకారం అనేది సహజంగా మంచి విషయాలు అంగీకరించడానికి మార్గం .

ఇతరుల నుండి మంచి ప్రతి మంచి విషయాన్ని తెలుసుకోండి , కానీ దానిని మీ సొంత మార్గంలో గ్రహించండి. ఇతరుల వలె మీరు కావద్దు. మనము సులభంగా సహజ అంగీకారం లక్షణాలు ఆధారంగా చేసే ప్రతిపాదనలను క్రింద పేర్కొన్న విధంగా సరిచూసుకోవచ్చు :

1. సహజ అంగీకారం సమయాన్ని అనుసరించి మారదు . ఇది కాలానుగుణంగా స్థిరంగా ఉంది . ఉదాహరణకు నమ్మకం మరియు గౌరవం పట్ల మన సహజ అంగీకారం వయస్సు తో మారదు .
2. మనము మన జీవితకాలంలో ఒకసారి అంగీకరించిన సహజాంగీకారం ఒక స్థలం నుండి ఇంకొక స్థలానికి మారినా ఏ వయస్సులోనైనా , ఏ సమయంలోనైనా , మారదు .
3. ఇది మన నమ్మకాలు లేదా గత నిబంధనలపై ఆధారపడి ఉండదు .
4. సహజ అంగీకారం ఎల్లప్పుడూ ఉంది .మనము ఏమి చేస్తున్నా ఈ సహజ అంగీకారం మనలోనే ఉంటుంది. ఇది మన హక్కు ఏమిటో చెబుతుంటుంది .
5. సహజ అంగీకారం మన అందరిలో సమానమే : అది మనలో అంతర్భాగంగా ఉంది. ఇది మానవీయతలో ఒక భాగం. మనలో ప్రతి ఒక్కరికి వివిధములైన ఇష్టములు, అయిష్టములు ఉన్నాయి. జీవితార్థాలలో , ప్రతిచర్యలలో తేడాలున్నాయి. కానీ మనము మన మనస్సు లోతు లోకి వెళ్ళితే మన పని , ప్రవర్తన , ప్రయత్నాలు **-సంతోషంగా ఉండాలి, శ్రేయస్సు పొందాలి** - మొదలైన సాధారణ లక్ష్యాల ఆధారంగా ఉంటాయి. కనుక మన ప్రాథమిక అంగీకారం అందరిలోను సమానమే.

English : Niyati garg

Telugu : Dr.T.patanjali, GDC patancheru, Medak Dt

Q6.. What do you understand by the terms svatva, swatantrata and swarajya?(30-09-2013)

ANS. This process of self exploration helps us to identify our swatva and through that acquiring swatantrata and swarajya.

Swatva means innateness of self – the natural acceptance of harmony.

Swatantrata means being self- organized – being in harmony with oneself

Swarajya means self-expression, self- extension – living in harmony with others

Swatva Swatantrata → Swarajya

The swatva is already there, intact in each one of us. By being in dialogue with it, we attain swatantrata enabling us to work for swarajya. Living in contradiction, means we are not self-organized and living with pre-conditionings where we have assumed certain things, have accumulated desires without having first evaluated them, then it means we are partantra. On the other hand, when we identify our innateness, what we really want to be and establish a dialogue with it, it enables us to start living with this harmony, it starts expressing itself through our harmonious behaviour and work, and it naturally extends to our participation with the surroundings. This is working towards swarajya.

Q 14. స్వత్వ, స్వతంత్రత మరియు స్వరాజ్య నిబంధనలను మీరు ఎలా అర్థం చేసుకొంటారు?

స్వీయ అన్వేషణ అను ప్రక్రియ స్వతంత్రత మరియు స్వరాజ్య ద్వారా పొందిన స్వత్వ ను గుర్తించడానికి సహాయపడుతుంది.

స్వత్వ అంటే స్వీయ స్వాభావికత అని అర్థం. సామరస్య పూర్వకమైన సహజ అంగీకారం

స్వతంత్రత అంటే స్వీయ సంఘటితము -తాను సామరస్యంగా ఉండటం స్వరాజ్యము అంటే స్వీయ వ్యక్తికరణ స్వీయ విస్తృతి. -ఇతరులతో సామరస్యంగా నివసించడం

స్వత్వ స్వతంత్రత → స్వరాజ్య

స్వత్వ, ఇప్పటికే మన అందరిలోను చెక్కుచెదరకుండా ఉంది. సంభాషణ ఉండటం ద్వారా, స్వతంత్రతని సాధించడానికి స్వరాజ్య కోసం పని చేయటానికి - స్వత్వ - అనుమతిస్తుంది.

విరుద్ధంగా జీవించడం ద్వారా ,మనము స్వీయ సంఘటితాన్ని కాదని, కొన్ని విషయాలను భావిస్తూ , ముందస్తు నిబంధనలతో మదింపు చేయకుండా కోరికలు పేరుకుపోయిన స్థితినే , పరతంత్రత అంటారు.

మరోవైపు, మనము మన స్వాభావికత గుర్తించడానికి సిద్ధమై ఉన్నప్పుడు, మనము నిజంగా ఏమి కావాలో గుర్తించగలిగినప్పుడు ,దానితో సంభాషణ చేయగలిగినప్పుడు అది మనకు సామరస్యాన్ని కలిగిస్తుంది. అది మన సామరస్య ప్రవర్తన మరియు పని ద్వారా కూడా వ్యక్తమవుతుంది. మరియు అది సహజంగా పరిసరాలకు విస్తరిస్తుంది. ఇది స్వరాజ్యం కొరకు చేసే పని.

English: niyatigarg ; Telugu: Dr.T.patanjali GDC Patancheru