



MANAVATHA NAVODAYA FOUNDATION®

Transforming with a human touch



# స్వావలంబనం స్వాభిమానం

## Swavalamban Swabhimanam

Transforming Rural India to Sustainable Prosperity

**Illiteracy** – Educate yourself and become literate; go back to learning  
**Ignorance** – Remove the darkness from your life; gain knowledge for better living  
**Indulgence** – Engage in social causes like environment protection, personal hygiene etc.

**Take care of your environment; Nature will take care of you.**

### స్వావలంబనం

స్వావలంబనం అంటే ఒకరిమీద ఆధారపడకుండా, ఒకరి సహాయం కోసం చూడకుండా మనకి మనమే చేయూతను కల్పించుకోవడం. మనల్ని మనమే తీర్చిదిద్దుకోవడం. ఈ ప్రక్రియలో కష్టనష్టాలు ఎదురయినా సంతోషంగానే ఉంటుంది. కన్నీళ్ళొచ్చినా బాధపడం. విజయాన్ని సాధించేవరకు నిద్రపోం. ఆఖరికి విజయాన్ని సాధిస్తాం. ఇందులో ఎలాంటి అనుమానం లేదు. అయితే విజసాధనకు మనం చేయాల్సిందేమిటంటే.....

- నిద్రను వదిలించుకోవాలి. అదే బద్దకాన్ని వదులుకోవాలి. చురుగ్గా ఉండాలి.
- మీ భవిష్యత్తు మీ చేతుల్లోనే ఉంది. కాబట్టి మీ భవిష్యత్తును నిర్మించుకునేందుకు మీరే ముందడుగు వెయ్యాలి.
- సంకల్పబలాన్ని, కార్యకారణ సంబంధాల్ని అలవరచుకోవాలి.
- గమ్యానికి చేరుకునే దిశగా మిమ్మల్ని మీరే నడిపించుకోవాలి. ఆలోచనలూ అంచనాలూ మీరే రూపొందించుకోవాలి.
- నిర్దేశించుకున్న గమ్యం, మీ సామర్థ్యం మీ భవిష్యత్తునే మార్చివేస్తాయి. అందుకు మీరు సంసిద్ధులు కావాలి.
- ఇతరులకు సాయం చెయ్యండి! చేసిన సాయం వూరకనే పోదు. కష్టాల్లో ఉన్నప్పుడు మీరెప్పుడో చేసిన సాయం పదింతలై మిమ్మల్ని ఆదుకుంటుంది.
- ఏది కావాలనుకుంటున్నారో, ఏది సాధించాలని ప్రయత్నిస్తున్నారో, ఆ ప్రయత్నం ఎలాగో.... వీటన్నిటి పట్ల సరయిన అవగాహనను అలవరచుకోండి.
- ఓటమిని భరించాల్సి వస్తే మిమ్మల్ని మీరే ఉత్తేజపరచుకుని ముందుకు నడవండి. అంతేగాని డీలా పడకండి.

### స్వాభిమానం

స్వాభిమానం అంటే ఆత్మాభిమానం. ఆత్మాభిమానం అంటే మిమ్మల్ని మీరు గౌరవించుకోవడం. మీ ఉన్నతిని మీరు కోరుకోవడం. అదెలా సాధ్యం అంటే.....

- విలువల్ని కాపాడుకుంటూ మీ మీద మీరు అపారమయిన నమ్మకాన్ని ఏర్పరుచుకోవాలి.
- ధర్మబద్ధంగా వ్యవహరిస్తూ వినాశకరశక్తుల్ని ఎదుర్కోవాలి.
- నిజాయితీగా నడిచి సమాజానికి సేవ చేయగలగాలి.
- చిన్న చిన్న అవకాశాలను అందిపుచ్చుకుని బలోపేతమై పెద్ద పెద్ద గమ్యాల వైపు చూపు సారించాలి.
- మీ ఆలోచనలు మీవే! మీ ఆలోచనలు సరయినవి అవునో కాదో మీరే నిర్ణయించుకోవాలి.
- ముందు మీరు మారాలి! మీరు మారితే ప్రపంచం మారుతుంది. మారిన ప్రపంచంలో మీరు ఆశించింది అందిపుచ్చుకోవచ్చు.
- మనసు చెప్పినట్టుగా నడుచుకోవాలి. ఆత్మబలాన్ని పెంచుకోవాలి. అప్పుడే విజయం మీదవుతుంది.
- అవినీతి ప్రపంచంలో మీ విలువల్ని మీరు అనుక్షణం కాపాడుకోగలగాలి. కాపాడుకుంటేనే బలం, బలగం మీదవుతుంది.



**MANAVATHA NAVODAYA FOUNDATION®**

*Transforming with a human touch*



# స్వావలంబనం స్వాభిమానం

## Swavalamban Swabhimanam

Transforming Rural India to Sustainable Prosperity

**Illiteracy** – Educate yourself and become literate; go back to learning  
**Ignorance** – Remove the darkness from your life; gain knowledge for better living  
**Indulgence** – Engage in social causes like environment protection, personal hygiene etc.

**Take care of your environment; Nature will take care of you.**

### Self reliance (Swavalamban)

Self reliance is the ability to rely only on oneself and not depending on others for any help. Self reliance results in realization of one's strengths and enables you to succeed in life and be an example for others to follow you.

- Wake up from your sleep (give up your lazy attitude).
- Take a first step towards creating your own future.
- Use your divine gift of reasoning and will power.
- Use your self direction and chart your own course towards your goals.
- Master your destiny and capacity to change your future.
- Help others and help will come to you when in need.
- Have a clear vision of where you want to go and what you want to do and how.
- Inspire yourself and overcome failures on the way.

### Self respect (Swabhimanam)

Self respect is understand your own strengths and appreciate your divine powers. Self respect enables you to have a healthy life and social freedom. Self respect is the magnet that attracts the world towards you and makes them respect you.

- Preserve your values and increase your trust in yourself.
- Be self-righteousness and upright in fighting against destructive forces.
- Do the right thing and be of service to society.
- Leverage your strengths and aim for the stars.
- Be a master of your own thinking.
- Be the change you want to see in the world (change yourself to change the world).
- Follow your heart and strengthen your will to succeed.
- Never allow your values to be corrupted by the forces around you.