



**lifeschool**  
lets inspire

---

## KMM 2015, SESSION 4: C.R.S.E.

---

### SESSION PLAN

PART 1 - महात्मा आणि गुरुदेव	(5 minutes)
PART 2 - प्रबळ इच्छा शक्ती तंत्र	(5 minutes)
PART 3 - C.R.S.E.	(25 minutes)
PART 4 - BRAIN TATTOOS	(5 minutes)

---

### PART 1 - महात्मा आणि गुरुदेव

महात्मा - “जर तुम्ही कुणाला वचन दिले असेल तर तुमच्या जीवाची पर्वा न करता वचनपूर्ती करा (वचन पाळा)

गुरुदेव - “...आणि जर तुम्हाला लक्षात आलं तुम्ही चुकीच्या मार्गावर आहात, (तुम्ही चुकीचं वचन दिलं आहे) तर त्याचा त्याग करा”

गुरुदेवांच्या आमंत्रणामुळे महात्मा गांधी शांती निकेतनला पोहचले. गांधीजीच्या स्वागताला गुरुदेव उपस्थित राहू शकले नाही. रस्त्याच्या दुतर्फा / दोन्ही बाजूला विध्याथ्यांचे समुह ओळीनं उभं राहून, गांधीजीसाठी गाणं म्हणात होते... “जोदी तोर डाक शुनाय... केऊ ना आशाय...”

---

### PART 2 - प्रबळ इच्छा शक्ती तंत्र

एक रात्री झोपडपट्टीत...

भितीला सामोरे जा.

---

## PART 3 - C.R.S.E.

आज तुम्हाला आम्ही एक देऊ... एक मंत्र, जी तुम्हाला आयुष्यात पाहीजे ते साध्य करायला मदत करेल. हवा आहे का तुम्हाला... मंत्र?

तुमचं ध्येय लिहा.

आयुष्यात आपल्याला ते मिळते नाही जे आपल्याला हवं असतं, पण ते मिळतं ज्यासाठी आपण पात्र (लायक) असतो. आपल्याला जे हवं आहे आणि जे आपल्याला मिळतं आहे / प्राप्त होतयं या मधिल सेतू / पुल म्हणजे C.R.S.E.

EFFORT (प्रयत्न) - आरोग्य संभाळणे / तंदरुस्त राहणे, सिनेमाचा आनंद लुटणे, वडा पाव खाणे, शर्यतीत पहीलं येणे, पोहणं शिकणे, सायकल चालविणे, कटरिना कैफ ला भेटायचं की पी.सी.

SELF-MOTIVATED (स्वयंप्रेरित) - जर आपलं ध्येय स्वयंप्रेरित नसेल तर आपण पहिल्याच अडथळ्यात प्रयत्न करणं थांबवतो. आपण १००% प्रयत्न करत नाही. आपल्याला आनंद / समाधान मिळत नाही.

REFINED - चुकांमध्ये सुधारणा करणे. अनुभवातून / प्रयोगातून एखादी कृती अजून उत्कृष्ट पध्दतीने कधी करता येईल हे शिकत जाणं. अपयश ही एक घटना आहे. अपयश म्हणजे मी नाही. (मी अपयशी नाही) मला काय करायचं ते निट समजलं नसेल. किंवा मी ती कृती / काम योग्य पध्दतीने केलं नसेल. 'I Learn' (मागचं सत्र)

CONSISTENT (सातत्य) - सातत्य म्हणजे तो पर्यंत पाठपुरावा (प्रयत्न / पाठपुरावा / भागोवा) करीत राहणे जो वर आपल्याला अपेक्षित परीणाम साध्य होत नाही जगदिश, अड्डप्पा, हेलिकॉप्टर, पोहणे, खेळणे इत्यादी. त्यातून आपल्या समर्पण व्रत्तीची, अश्वासनाची परिक्षा होते.

आता तुम्ही लिहीलेल्या श्येयाकडे बघा. यासाठी काय C.R.S.E. गरजेचं आहे?

त्यासाठी तुम्ही तयार आहात का?

तुम्हाला शुभेच्छा.

---

## **PART 4 - BRAIN TATTOOS**

वर्गातील विध्याथर्यांना Brain Tattoo विचारा। किमान एक गोष्टं त्यांना लिहायला सांगा जी ते आज शिकले। ज्याने खूप उत्साहाने सहभाग घेतला त्याला वर्गामध्ये chart माहिती फलकावर लावायला सांगा। त्यांना superstar असल्याची जाणीव होवू दया।