

வாழ்க வையகம்

குருவே துணை

வாழ்க வளமுடன்

கும்பகோணம் மண்டலம்,
காரூர்க்கால் மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை,
கோட்டுச்சேரி கிராமம்

பொருளாடக்கம்

வ.எண்	செயல்பாடுகளின் விவரம்	பக்க எண்
1	கிராமிய சேவைத் திட்டத்தின் நோக்கம்	02
2	கிராமத்தின் விபரம்	03 - 04
3	கிராமத்தின் தொடக்க விழா அழைப்பிதழ்	05
4	கிராமத்தின் தொடக்க விழா	06
5	செயல்பாட்டு அறிக்கை	07
6	மனவளக்கலை யோகா பயிற்சி – உடற்பயிற்சி, தவம், காயகல்பம், பிரம்மஞானப் பயிற்சி/ அருள்நிதியர் பயிற்சி	08
7	ஆரம்ப மருத்துவ முகாம்	09
8	மனநல ஆலோசனை முகாம்	09
9	சுற்றுப்புற சுகாதாரம் மற்றும் மரம் நடுதல் விழா	10
10	மது ஒழிப்பு விழிப்புணர்வு முகாம்	10
11	சர்வதேச யோகா தினம்	11
12	மனைவி நல வேட்பு விழா	11
13	கிராம மக்களின் அனுபவ உரை	12 – 15
14	நிறைவு விழா அழைப்பிதழ்	16 – 17
15	எதிர்கால திட்டங்கள்	18
16	வாழ்த்துறை	18

தொடக்க விழா : 31.05.2019

நிறைவு விழா : 07.11.2019

கிராமிய சேவைத் திட்டத்தின் நோக்கம்

பாமர மக்களின் தத்துவங்களி அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் ஏழை எளிய மக்களும் ஆண்மீக அறிவைப் பெற்று அதன் மூலம் உடல் நலம், உயிர்வளம், மனவளம், நட்பு நலத்துடன் துண்பமில்லா இன்பமான வாழ்க்கையை மேற்கொண்டு வாழ்வின் நோக்கமான இறைநிலையை உணர்வதற்கான வழிமுறைகளை வழங்கி உள்ளார்.

அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் குறிக்கோள் உலக அமைதி. தனிமனித அமைதியின் மூலமே உலக அமைதி பெற முடியும் என்பது மகரிஷியின் திண்ணமான எண்ணமாகும். மகான் அவர்கள் வழிமுறைப்படுத்திய மனவளக்கலை SKY யோகா பயிற்சிகள் கிராம மக்கள் அனைவருக்கும் சென்று அடைய வேண்டும் என்பது குருவின் விருப்பம்.

மகானின் எண்ணத்தை செயல்படுத்தும் வகையில் உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர் பத்மா.அருள்நிதி. SKM.மயிலானந்தன் அவர்களால் 158 வது கிராமமாக கோட்டுச்சேரி கிராமத்தில் கிராமிய சேவைத் திட்டம் துவங்கப்பட்டது.

இக்கிராமத்தில் 31.05.2019 ஆம் தேதியிலிருந்து 07.11.2019 ஆம் நாள் வரை மனவளக்கலை யோகா பயிற்சிகளும், பல சிறப்பு முகாம்களும் நடத்தப்பட்டன. இதன் மூலம் கிராம மக்கள் அன்பும், அமைதியும் மற்றும் ஆரோக்கியமும் அடைந்துள்ளனர்.

திட்டத்தின் நோக்கமும் இலக்கும்

- நோயற்ற வாழ்வு
- குடும்ப அமைதி
- முதியோரை பாதுகாத்தல்
- கல்வியில் மேன்மை
- சுற்றுப்புற சுகாதாரம்
- சமுதாய விழிப்புணர்வு
- மத நல்லினக்கம்
- மனிதநேயம்

ஆரோக்கியமும் அமைதியும் மிக்க வேதாத்திரி கிராமம்

கேர்வு செய்யப்பட்ட கிராமத்தின் விவரங்கள்

1	கிராமத்தின் பெயர்	கோட்டுச்சேரி
2	மண்டலம்	கும்பகோணம்
3	அறக்கட்டளை	காரைக்கால்
4	பஞ்சாயத்து/ஊராட்சி	கோட்டுச்சேரி
5	மாவட்டம்	காரைக்கால்
6	தாலுகா	காரைக்கால்
7	Executive Officer	-
8	பஞ்சாயத்து தலைவர்- சுயோட்சை/கட்சி	இல்லை
9	வார்டு உறுப்பினர்	இல்லை
10	மக்கள் தொகை	ஆ : 183 பெ: 217 கு : 67 மொ : 407
11	வீடுகள் எண்ணிக்கை	128
12	காலனி பகுதி உள்ளதா?	-
13	அருகில் உள்ள பள்ளியின் பெயர், மாணவர்கள் எண்ணிக்கை	அன்னை அபிராமி தேசிய பள்ளி மாணவர்கள் :200
14	primary Health Centre	உள்ளது
15	துவக்க விழா நடைபெறவிருக்கும் இடம்	சீதளாதேவி மாரியம்மன் கோவில் வளாகம்
16	பயிற்சி நடத்தவிருக்கும் இடங்கள்	சீதளாதேவி மாரியம்மன் கோவில், சிவன் கோவில், பள்ளி
17	பயிற்சி நேரம்	முழு நேரம்
18	கிராமிய சேவைத்திட்ட இணை இயக்குனர்	பேரா. K.R.சண்முகம் 9443304901 krshanmugam955@gmail.com
19	கிராமிய சேவைத்திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர் (academy)	பேரா.பாலமுருகன் 9486014179, boojamithun@gmail.com
20	கிராமிய சேவைத்திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர் (Admin)	அ.நி.ரேவதி 8903638630, vsp@vethathiri.ac.in
21	மண்டல VSP துணைத்தலைவர்,	அருள்நிதி. S.முத்து 9443585894 smuthutrv@gmail.com
22	அறக்கட்டளை VSP துணைத்தலைவர்,	து.பேரா. S. மோகன் 9442917661

23	கிராமிய சேவைத்திட்ட ஆசிரியர்கள் பெயர், SMART ID NUMBER	து.பேரா.S.K.ராமு து.பேரா.P.N.கிருஷ்ணவேணி
24	கிராமத்தில் மனவளக்கலை அன்பர்கள், அருள்நிதியர்கள் உள்ளனரா?	உள்ளனர்.
25	மரம் நடுதல்	அருள்நிதி.S.கைலாசம்
26	மருத்துவ முகாம்	R&D
27	Counselling - நடத்துபவர் பெயர்	அருள்நிதி.M.K.ஜானகிராமன்
28	மது ஒழிப்பு முகாம் - நடத்துபவர் பெயர்	அருள்நிதி.V.ஜவஹர்
29	சுற்றுப்புற சுகாதாரம்	ஆசிரியர்கள்
31	மகளிர் மேம்பாடு	இல்லை
32	கிராமிய சேவைத்திட்ட துவக்க விழா தேதி	31.05.2019
33	கிராமிய சேவைத்திட்ட நிறைவு விழா தேதி	07.11.2019
34	புரவலர் பெயர், முகவரி, தொலைபேசி எண்	P.ஸ்ரீதர், பெக்ரைன்
35	நிர்வாகக்குழு உறுப்பினர்கள்,	7 நபர்கள்
36	வளாச்சிக்குழு உறுப்பினர்கள்	6 நபர்கள்
37	சேவைக்குழு உறுப்பினர்கள்	5 நபர்கள்

தொடக்க விழா அமைப்பிதழ்

<p style="text-align: center;">வாழ்க வையகம்</p>	<p style="text-align: center;">வாழ்க வளமுடன்</p>
நிகழ்ச்சி நிறல்	
<p>மாலை</p> <p>6.15 மணி : கொடியேற்றம்</p> <p>6.30 மணி : இறைவணக்கம், குரு வணக்கம், தவம்</p> <p>6.45 மணி : வரவேற்புரை : அருள்நிதி. V.பெரியசாமி அவர்கள், தலைவர், WCSC-கும்பகோணம் மண்டலம்.</p> <p>6.50 மணி : திட்ட அறிமுகவுரை : அருள்நிதி. P. முருகானந்தம் அவர்கள், இயக்குனர், WCSC-VSP.</p> <p>முன்னிலை வகிப்பவர்கள் :</p> <p style="text-align: center;">அருள்நிதி. P.பழீதர் M.E., (Camp : Bahrain) அவர்கள் மற்றும் பஹ்ரைன் மனவளக்கலை மன்ற அன்பர்கள் (திட்ட நன்கொடையாளர்கள்)</p> <p>முதுநிலை பேரா. K.R.சண்முகம் அவர்கள், இணை இயக்குனர், WCSC-VSP.</p> <p>பேரா. G.பாலமுருகன் அவர்கள், ஒருங்கிணைப்பாளர், WCSC-VSP.</p> <p>அருள்நிதி. S. முத்து அவர்கள், துணைத்தலைவர் (VSP), WCSC-கும்பகோணம் மண்டலம்.</p> <p>அருள்நிதி. S.மோகன் அவர்கள், துணைத்தலைவர் (VSP), காரைக்கால் ம.வ.க. மன்ற அறக்கட்டளை.</p> <p>7.00 மணி : தலைமையுரை :</p> <p style="text-align: center;">திரு. K.குமாரத்தங்கம் அவர்கள், தனி அதிகாரி, அருள்மிகு பூர்கோஸ்வரமுடையார் தேவஸ்தானம், கோட்டுச்சேரி.</p> <p>7.10 மணி : மரக்கன்றுகள் வழங்குதல் மற்றும் விருந்தினரை கெளரவித்தல்.</p> <p>7.15 மணி : தலைவரை பற்றிய அறிமுகம்</p> <p>7.20 மணி : திட்டத்தை துவக்கி வைத்து சிறப்புரை (காணொலி காட்சி) :</p> <p style="text-align: center;">அருள்நிதி. SKM.மயிலானந்தன் அவர்கள், சமூக சேவைக்காக பத்மபூர்வி விருது பெற்றவர், தலைவர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம்.</p> <p>7.35 மணி : நன்றியுரை : அருள்நிதி. K.N.சண்முகானந்தம் அவர்கள், நிர்வாக அறங்காவலர், காரைக்கால் ம.வ.க. மன்றம் அறக்கட்டளை.</p> <p>7.40 மணி : கிராமியக் கலை நிகழ்ச்சி</p> <p style="text-align: center;">அருமைக் கலைக்காரியாலயம் குழுவினர், திருச்சி.</p> <p style="text-align: center;">உலக நல வாழ்த்து</p>	

கோட்டுச்சேரி கிராமத்தின் தொடக்க விழா

அருள்நிதி. P.ஸ்ரீதர் அவர்கள் மற்றும் பெக்ரைன் மனவளக்கலை மன்ற அன்பர்கள் நிதியுதவியுடன், காரைக்கால் மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை, கும்பகோணம் மண்டலம், கோட்டுச்சேரி கிராமம் தத்தெடுக்கப்பட்டு, 2019 மே 31ஆம் தேதி, கோட்டுச்சேரி, அருள்மிகு ஸ்ரீகோவைஸ்வரமுடையார் தேவஸ்தானம், சிறப்பு அதிகாரி, திரு. K.குமாரதங்கம் அவர்கள் தலைமையில், உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர் பத்மஸ்ரீ.அருள்நிதி. SKM.மயிலானந்தன் அவர்களால் காணொலிக்காட்சி மூலமாக உலக சமுதாய சேவா சங்க கொடியேற்றம் மற்றும் மரம் நடுதல் விழாவுடனும் கோட்டுச்சேரி கிராமிய சேவைத் திட்டம் துவக்கி வைக்கப்பட்டது.

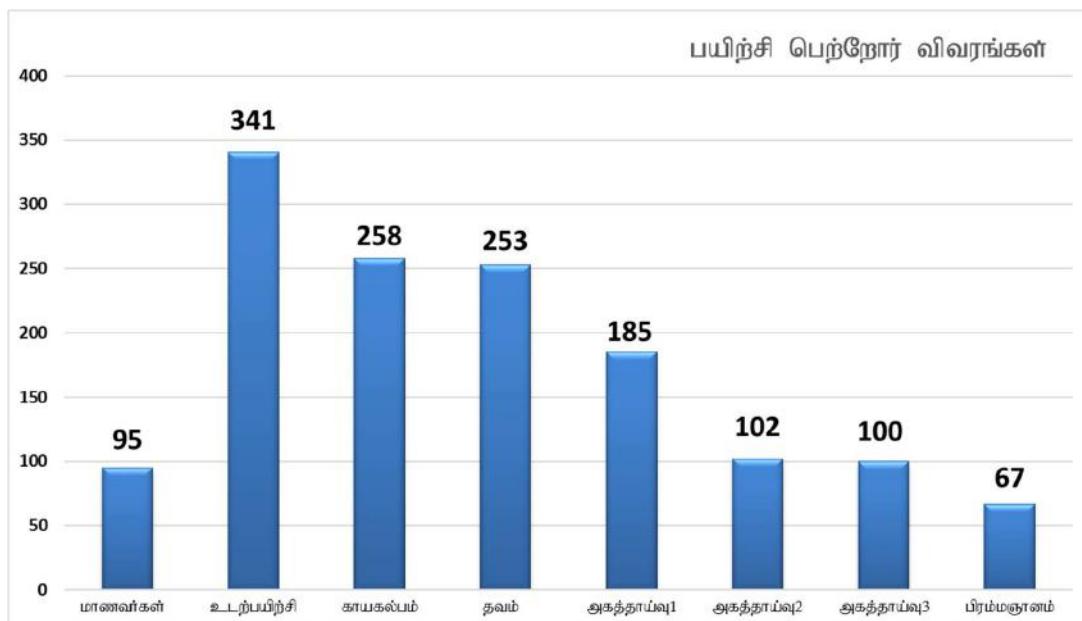


மேலும் முக்கிய பிரமுகர்கள், பேராசிரியர்கள், பொதுமக்கள், மண்டல மற்றும் அறக்கட்டளை நிர்வாகிகள், கிராம பொதுமக்கள் ஆகியோர் கலந்து கொண்டு சிறப்பித்தார்கள்.

செயல்பாட்டு அறிக்கை

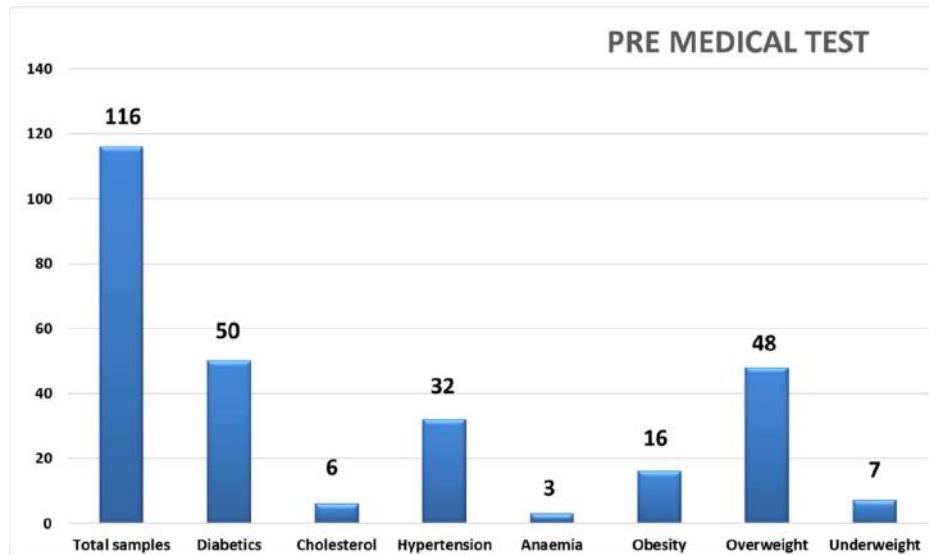
கிராமத்தின் பெயர்	: கோட்டுச்சேரி
கிராமிய சேவைத்திட்டம் தொடங்கிய நாள்	: 31.05.2019
கிராமிய சேவைத்திட்டம் நிறைவு நாள்	: 07.11.2019
மண்டலம்	: கும்பகோணம்
அறக்கட்டளை	: காரைக்கால் MVKM trust
கிராமமக்களின் மொத்த எண்ணிக்கை	: 407
அரசு மகளிர் உயர்நிலைப் பள்ளி	
	உடற்பயிற்சி : 95 நபர்கள்
14 வயதிற்கு கீழ் உடற்பயிற்சி யான்றவர்கள்	: 27 மாணவர்கள்
கிராமத்தில் உடற்பயிற்சி கற்றவர்களின் எண்ணிக்கை	
	ஆ: பெ: மொ: 341
காயகல்ப பயிற்சி கற்றவர்களின் எண்ணிக்கை	: ஆ: பெ: மொ: 258
தவம் பயின்றவர்களின் எண்ணிக்கை	: ஆ: பெ: மொ: 253
முதல்நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள் எண்ணிக்கை	: 185
இரண்டாம் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள் எண்ணிக்கை	: 102
முன்றாம்நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள் எண்ணிக்கை	: 100
பிரம்மஞானப் பயிற்சி பெற்றவர்கள் எண்ணிக்கை	: 67

உட்பயிற்சி, காயகல்பம், தவம், அகத்தாய்வு, பிரம்மஞானம் மற்றும் அருள்நிதியர் பயிற்சி



ஆரம்ப மருத்துவ முகாம்

தண்டந்தோட்டம் கிராமிய சேவைத் திட்டத்தில் 13.06.2019 மற்றும் 14.06.2019 ஆகிய இரண்டு நாட்கள் ஆழியார் ஆராய்ச்சி மருத்துவ அன்பர்கள் கிராம மக்களிடம் இரத்த மாதிரிகளைச் சேகரித்தனர். இம்முகாமில் மொத்தம் 116 அன்பர்கள் கலந்து கொண்டனர்.



மனநல ஆலோசனை முகாம்



11.08.2019 அன்று பேரா.முத்து அவர்களால் மனநல ஆலோசனை முகாம் நடத்தப்பட்டது. இந்த முகாமில் கிராமத்தில் 40 ஆண்கள், 65 பெண்கள் கலந்து கொண்டனர்.

20.08.2019 அன்று A/N. M.K. ஜானகிராமன் அவர்களால் மனநல ஆலோசனை முகாம் நடத்தப்பட்டது. இந்த முகாமில் கிராமத்தில் 12 ஆண்கள், 28 பெண்கள் கலந்து கொண்டனர்.

மரம் நடுதல் மற்றும் சுற்றுப்புற சுகாதார விழிப்புணர்வு முகாம்



04.07.2019 அன்று அருள்நிதி.முத்து அவர்களால் சுற்றுப்புற சுகாதார விழிப்புணர்வு முகாம் நடத்தப்பட்டது. இந்த முகாமில் 100 மரக்கன்றுகள் கிராம மக்களுக்கு வழங்கப்பட்டது. 28 ஆண்கள், 42 பெண்கள் கலந்து கொண்டனர்.

மதுழூபிப்பு விழிப்புணர்வு முகாம்



21.09.2019 அன்று A/N.ஜவஹர் அவர்களால் மதுழூபிப்பு விழிப்புணர்வு முகாம் நடத்தப்பட்டது. இந்த முகாமில் கிராமத்தில் 20ஆண்களும், 20பெண்களும் கலந்து கொண்டனர்.

சர்வதேச யோகா தினம்



21.06.2019 அன்ற சர்வதேச யோகா தினம் கொண்டாடப்பட்டது. அதில் 50 மாணவர்கள், 30 ஆண்கள், 45 பெண்களும் கலந்து கொண்டனர்.

மனைவி நலவேப் பு விழா மற்றும் மகரிஷி ஜெயந்தி விழா



29.09.2019 அன்று பேரா.புருசோத்தமன் அவர்களால் மனைவி நலவேட்பு விழா நடத்தப்பட்டது. அதில் 33 தம்பதியர்கள் மற்றும் 60 ஆண்கள், 67 பெண்கள் கலந்து கொண்டனர். ஜெயந்தி விழாவில் 65 அன்பர்கள் கலந்து கொண்டனர்.

കിരാമ മക്കൾിന് അനുപാത ഉണ്ട്

வாட்டுக் கலைக்கம், துறை குழுமம்
வாட்டுக் கலைக்கம், துறை குழுமத்தின்
பொயிர் : P. சீனிவாசன்,
10, அந்தாராஜம்,
நோட்டீசரி.
0498164889.



ମୋହନାକଣ୍ଠଙ୍କରାମ ପାତ୍ରିକାଙ୍କ ଗୁଡ଼ି :

1. எனக்கு பயிற்சிக்குமேன் ஏந்து அழக்கம் கிருந்தது.
 2. எனக்கு அழங்கடி கோபம் வந்து.
 3. மனாஅழக்கம் திடுந்தது.
 4. எனது ஒடல் பருமனாகவும், நூற்கபை பெளிநால் திடுந்து.
 5. ஈவாஸப் ஏராச்சனை இருந்தது.

பொருளாக கணம் பயிற்சிக்குப் பின் :

மக்ரிஷி அவர்களின் எளிதையான உடற்பயிற்சிகளை
 -யும், கியங்களுக்கூடியும், காய்களுப் பயிற்சியும்
 01-06-2019 முதல் கிராமிய செலவு கிட்டம் மூலம்
 கொட்டுச்சளிக் கிராமத்தை ஒவக சமூகாய செலவா நங்கும்
 அவர்கள் கஞ்சிகுத்து ஆசிரியர் ராமு அவர்கள்
 மற்றும் பேராசிரியர் கிருஷ்ணஹேனி அம்மா அவர்களு
 கிருஷ்ண எங்களுக்கு பயிற்சி அளித்துநாள் என்கு
 ரத்த அழுகும் சீராக உள்ளது, கோபங்கள் குறைந்த
 துறம்பத்தினாட்டும், குணப்பாட்டும் அன்பால்
 பழகுகின்றோன். மேலும் மன அழுகும் குறைந்து மன
 நித்தமகியாகயுள்ளோன். எளிதையான உடற்பயிற்சிக்கு விட
 உடல் பறுமுன் குறைந்து, சுவாசப் பிரச்சனையும் சீராக
 உடலும், மனமும் ஆஸ்ராக்கியமாக உள்ளது.

ନୂଆତ୍ମକ ପଣ୍ଡମୁଦ୍ରି

କୋଡ଼ିଟାର୍ ଓ ପାଇପଲାଇନ,
୦୩-୧୧-୨୦୧୯

புதுக்கு,
P. Siva
3/11/19

From

R. சுசித்ரீஸர்
கிளாஸிய போன்ற திட்டம் (WES-E - VSP)
தேவாஸ் கோபி
கிழாக்கால்



இயா வணக்கம்,

நான் இந்த Yoga (E) தியாகம் மகிள்வுள்ளட்டு முன் எடுத்து, தீவிர வளி எடுத்து, இனித்தால் நல்ல சூழல் கிடைவது விரும்புகிறது. அதிகமாக என்ன ஏற்ற விஷயத்தை முன் வீராக விடுவது விரும்புகிறது. ஆகையால் முன்வரும் விஷயத்தை விடுவது விரும்புகிறது. முன்வரும் விஷயத்தை விடுவது விரும்புகிறது. ஆகையால் முன்வரும் விஷயத்தை விடுவது விரும்புகிறது.

அதேவேளும் முன்வரும் விஷயத்தை விடுவது விரும்புகிறது. முன்வரும் விஷயத்தை விடுவது விரும்புகிறது.

வாழ்ந்த விஷயங்கள்
வாழ்ந்த விஷயங்கள்
வாழ்ந்த விஷயங்கள்

அம்மூத்து
R. Sudheer

ந. சுப்பிரமணி
204 வட்டி அலைக்கு விரும்புவ
ஒன்றி ஏற்றி
கோட்டையில் Post- 609 609
(காங்கிரஸ் பேரவை)



BEFORE JOINING THE YOGA CLASS

- ① මෙයෙන්ම එකු ප්‍රතිඵලිත ස්වරුත්‍රා යොමු + උග්‍රාධී රැකිවීම් සඳහා ② මෙයෙන්ම එකු ප්‍රතිඵලිත ස්වරුත්‍රා යොමු + උග්‍රාධී රැකිවීම් නොවේ නොවේ ප්‍රතිඵලිත ස්වරුත්‍රා යොමු + උග්‍රාධී රැකිවීම්.

③ ඩීටි ඩීප්ලිස් - ④ ප්‍රියාදා ප්‍රතිඵලිත ප්‍රතිඵලිත ප්‍රතිඵලිත ස්වරුත්‍රා යොමු නොවේ නොවේ නොවේ නොවේ නොවේ නොවේ.

⑤ ඩීටි ප්‍රතිඵලිත ප්‍රතිඵලිත ප්‍රතිඵලිත ස්වරුත්‍රා යොමු + උග්‍රාධී රැකිවීම් නොවේ නොවේ - evening class නොවේ නොවේ නොවේ.

AFTER JOINING THE YOGA CLASS

- ① மனிதனின் இயங்கு + உயர்வை எவ்வளவு ஏற்படும் என மாண்பும் நீதி வெளியிடப் போது வேலை செய்யுதலை ஏற்படுத்து.
 - ② அதில் நீதி அடிக்காலியை எவ்வளவு 1,2,3 attend என்றிரு, அதைப் போது வெளியிட வகுப்பை, விவசாய அதிகாரங்கள். அதிலிருந்து மனிதனின் அடிக்காலியை விவரித்து விவரித்து ALIYAR எடுத்து, என வருத்தமிழில் இதை விவரிப்பதோடு.
 - ③ என அப்பு வகுப்பு எடுத்து எல் எல் எல் எடுத்து அடிக்காலியை, எனதை விவரித்து, மனிதனின் மனிதனிலும் + ஓய்விறா மனிதனிலும் இனாங்கின் அமைந்துள்ள ஒரு அங்கீர்ணத்தை அறியும் என்று, என வகுப்பை விவரித்து அமைத்து என்று, என அங்கீர்ணத்தை விவரித்து பிரசுரம் செய்து.
 - ④ அவைகளின் அங்கீர்ணத்தை மனிதன் வருத்தில் எடுத்துவிட்டு, இதை முன் விதிவிளை முன் விதிவிளை 16/09/2019 அன்றை 7:30 மாண்புதல் மனிதன் மனிதனிலும் போது, இனாங்கின் அமைத்து என மனிதன் எல்லை விவரித்துவதை (எல் எல் எல் எல் மனிதனிலும் விவரித்து) விவரித்து, விவரித்து விவரித்து, மனிதன் மனிதனிலும் அங்கீர்ணத்தை என்று என்று என்று என்று.
 - ⑤ ALIYAR என்கிறும் பார்ஸிக்காலி 2 லூட் Company (கூடு) Application என்று விதிவிளை. முன்பு 19/09/2019 என்றாலும் அங்கீ, பார்ஸிக்காலி இல்லை அங்கீ அங்கீ, அங்கீ, பார்ஸிக்காலி இல்லைலைப் பார்ஸிக்காலி என்று என்று என்று என்று, interview என்று என்று, ② முதல் Training என்று, மனிதன் மனிதனில் அமைத்து விவரித்துவதை என்று என்று.
 - ⑥ முதல் முன் மனிதனின் அமைத்துவதை M.Sc-YOGA முன்பு என்று என்று என்று.

N.G.
(N. GOPINATH)

வாய்க்கால விவசாயத்தில்
 முன்வடிவ பல நிலைகள்
 இடம்: அடுத்தத்தெரு க. முத்துக்காமி
 NO. 29, உத்தவந்தீ சீடி
 சௌபாண்டிங்
 கார்பாக்ஸன்

இடம்: வாய்க்கால, குடும்ப திட்டங்கள்
 கொட்டுத்தெரு மூலத்தெரு மூலத்தெரு திருக்காட்டோல்
 திரும்பிய சேவைகளை (WESI-VSP)
 திரும்பி : சௌபாண்டிங் சீடி திரும்பிய : திட்டங்கள் கார்பாக்ஸன், முத்துக்காமி
 வாய்க்கால முறைகளில் ஏதேனும் விவரம் கிடையாது

① எதுவு நிலை ஓட்டுப்பாட்டின் பாரி (Pain) கோர்க்க அழுகினாலும்
 ② பூஷை ஒப்பாட்டு சீட்டுக்காலம் தீவிரமாக விளைவு கிடையால்
 ③ சீட்டுக் கால விவர எந்தெங்களைக் கூட்டி முறைகளை கிடையால்
 ④ திரும்பி அடிக்கடி விடிப்பு வீஸ்பாட்டு ஜாஸ்ட் வாய்க் காலமாக விவரம் கிடையால் அதைக் காலம் கொட்டுத் திரும்பி.
 ⑤ ஏதோ ஏதோ ஒரு பயிற்சி, துவக், கொயக்கும் உபயோகங்கள்
 ⑥ காக் கீட்டாகும், மிழுங்காத்திரியல், மாப்பு காலங்களில் ஒவ்வொரு கிட்டத்தின் காலங்களை, அங்கே வீசுவது திட்டங்கள் ஒன்றும் திட்டங்களும் கொண்ட கூடுதல் நடத்துத் திரும்பி.
 ⑦ குவிம் குதியியும் போதுமாக ஏதேனும் முறைகளை கொண்டு திரும்பி.
 ⑧ வேலையை ஏதையாக்கும் நோக்கங்களை உபயோகித்து
 ⑨ திடும்பதிரின், ஒரு அமைப்பு ஏர்பாஸ்கள், தீவிர உடலமாற்றங்கள்
 ⑩ காலத்தில் அடிக்கால விவரங்கள், அதில் வீஸ்பாட்டு கிடையால் குவிம் குதியியில் கொண்டு வருவது திரும்பி.

⑪ மூன்றில் குதியியாக்கும்போது, ஏதுமிரும்பாத்து வேலை சொல்
 படிக்க வேண்டும் காலங்கள் - காலங்கள் மிகுந்த விரைவில் வேலை
 படிக்க வேண்டும், வீஸ்பாட்டு காலங்கள் மிகுந்த விரைவில்
 ⑫ வாய்க் கால விவரங்கள் காலங்கள் வேலைகளில் வேலை
 முறைகளில் காலங்கள் வேலை விரைவில் வேலை
 ⑬ ஏதுமிரும்பாத்து வேலை சொல் கால விவரங்கள்
 ⑭ ஏதுமிரும்பாத்து வேலை சொல் கால விவரங்கள்

திட்டம்: சௌபாண்டிங் திட்டம்: வாய்க்கால
 திட்டம்: 03.11.2019 திட்டம்: 03.11.2019
 (K-க்காமி) (K-க்காமி)

நிறைவு விழா அழைப்பிதழ்

<p style="text-align: center;">வாழ்க வையகம்</p>	<p style="text-align: right;">வாழ்க வளமுடன்</p>
நீகழ்ச்சி நிரல்	
<p>மாலை</p> <p>5.45 மணி : கொடியேற்றம், ஆரோக்கியமான அமைதி கிராமம் போர்டு திறப்பு</p> <p>6.00 மணி : இறைவணக்கம், குரு வணக்கம், தவம்</p> <p>6.15 மணி : வரவேற்புரை : அருள்நிதி. V.பெரியசாமி அவர்கள், தலைவர், WCSC-கும்பகோணம் மண்டலம்.</p> <p>முன்னிலை வகிப்பவர்கள் :</p> <p>அருள்நிதி. P.ஸ்ரீதர் M.E., (Camp. Bahrain) மற்றும்</p> <p style="text-align: center;">பஹ்ரைன் மனவளக்கலை மன்ற அன்பர்கள் (திட்ட நன்கொடையாளர்கள்)</p> <p>முதுநிலை பேரா. K.R.சண்முகம் அவர்கள், இணை இயக்குனர், WCSC-VSP.</p> <p>பேரா. G.பாலமுருகன் அவர்கள், ஒருங்கிணைப்பாளர், WCSC-VSP.</p> <p>முதுநிலை பேரா. K.சுரவணன் அவர்கள், செயலாளர், WCSC-கும்பகோணம் மண்டலம்.</p> <p>அருள்நிதி. S.முத்து அவர்கள், துணைத்தலைவர் (VSP), WCSC-கும்பகோணம் மண்டலம்.</p> <p>அருள்நிதி. K.N.சண்முகானந்தம் அவர்கள், நிர்வாக அறங்காவலர், காரைக்கால் ம.வ.க. மன்ற அறக்கட்டளை.</p> <p>அருள்நிதி. S.மோகன் அவர்கள், துணைத்தலைவர், காரைக்கால் ம.வ.க. மன்ற அறக்கட்டளை.</p> <p>6.20 மணி : தலைவரை பற்றிய அறிமுகம்</p> <p>6.25 மணி : திட்டத்தை நிறைவு செய்து சிறப்புபை (காணொலி காட்சி) :</p> <p>அருள்நிதி. SKM.மயிலானந்தன் அவர்கள், சமூக சேவைக்காக பத்மஸீ விருது பெற்றவர், தலைவர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம்.</p> <p>6.40 மணி : செயல்பாட்டு உரை : அருள்நிதி. P. முருகானந்தம் அவர்கள், இயக்குனர், WCSC-VSP.</p> <p>6.45 மணி : தலைமையுரை : திரு. K.குமாரத்தங்கம் அவர்கள், சிறப்பு அதிகாரி, அருள்மிகு பூர்ணோக்கோட்டையார் தேவஸ்தானம், கோட்டுச்சேரி.</p> <p>7.00 மணி : நன்றியுரை : அருள்நிதி. M.செல்வராஜ் அவர்கள், செயலாளர், காரைக்கால் மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை.</p>	

7.05 மணி : **கிராம மக்களின் அனுபவ உரையுடன் கூடிய
லவி, ஓளி படக்காட்சி**

7.25 மணி : **கிராம மக்களின் கலை நிகழ்ச்சி**

உலக நல வாழ்த்து

சிறப்பு அமைப்பாளர்கள்

அருட்செல்வர். P.சீனிவாசன்,
தலைவர், கோட்டுக்கேரி VSP மனவளக்கலை மன்றம் தவமையம்.

அருட்செல்வர். G.சேகர்,
செயலாளர், கோட்டுக்கேரி VSP மனவளக்கலை மன்றம் தவமையம்.

அருட்செல்வர். K.S.நாகராஜன்,
தலைவர், கோட்டுக்கேரி VSP மனவளக்கலை மன்றம் தவமையம்.

(WCSC-VSP) கிராமிய சேவைத் தீட்டத்தின் லைக்கு

- | | |
|-------------------------|-------------------------|
| ☛ நோயற்ற வாழ்வு | ☛ குடும்ப அமைதி |
| ☛ கல்வியில் மேன்மை | ☛ கர்மயோக வாழ்க்கை நெறி |
| ☛ சுற்றுப்புற சுகாதாரம் | ☛ மனித நேயம் |
| ☛ முதியோரை பாதுகாத்தல் | ☛ மதநல்லினங்ககம் |
| ☛ மகளிர் மேம்பாடு | ☛ சமுதாய விழிப்புணர்வு |

தூய்மையும் பசுமையும் மிக்க ஆரோக்கியமான அமைதி கிராமம்



உனக்கும் நல்லதாய் ஊருக்கும் நல்லதாய்
நினைப்பதும் செய்வதும் நித்தியக்கடன்.

- தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி



ஏதிர்காலத் திட்டங்கள்:

ஆரோக்கியமும் அமைதியும் மிக்க கோட்டுச்சேரி கிராமம், காரைக்கால் மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளையின் கீழ் தவமையமாக தொடர்ந்து செயல்படும். இத்தவமையத்தில் தினமும் மனவளக்கலை யோகா பயிற்சிகள் நடத்தப்படும். பயிற்சி எடுத்த அன்பர்கள் தொடர்ந்து பயிற்சியில் தங்களை ஈடுபடுத்திக் கொள்வதற்கும், பயிற்சி எடுக்காத அன்பர்கள் பயிற்சிகளை எடுத்துக் கொள்வதற்கும் இத்தவமையம் தனது ஒப்பற்ற சேவையை செயல்படுத்த உறுதுணையாக இருக்கும்.

வாழ்த்து:

கோட்டுச்சேரி கிராமத்தை அமைதி கிராமமாகவும், ஆரோக்கிய கிராமமாகவும் மாறுவதற்கு கிராமிய சேவைத் திட்டத்தை வழிநடத்தி கொண்டிருக்கும் உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர் பத்மஸீ.அருள்நிதி. SKM. மயிலானந்தன் அவர்களுக்கும், இத்திட்டம் சிறப்பாக செயல்படுவதற்கு பொருள் உதவி வழங்கிய பெக்ரென் மனவளக்கலை மன்ற அன்பர்கள் மற்றும் அருள்நிதி. P. ஸ்ரீதர் அவர்களுக்கும், இத்திட்டத்தை ஒருங்கிணைந்து நடத்தி கொடுத்த கும்பகோண மண்டல பொறுப்பாளர்களுக்கும், காரைக்கால் மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை பொறுப்பாளர்களுக்கும், பல்வேறு சிறப்பு முகாம்களை நடத்திக் கொடுத்த அனைத்து ஒருங்கிணைப்பாளர்களுக்கும், பயிற்சிகளை நடத்திக் கொடுத்த மனவளக்கலை கிராம ஆசிரியர்கள் து.பேரா. SK.ராமு து.பேரா. P.N.கிருஷ்ணவேணி அவர்களுக்கும், சிறப்பு வகுப்புகள் நடத்திய ஆசிரிய பெருமக்களுக்கும், இத்திட்டம் முழுமையாக செயல்பட ஒருங்கிணைந்து சேவையாற்றிய நிர்வாகக்குழு, வளர்ச்சிக்குழு மற்றும் சேவைக்குழு உறுப்பினர்களுக்கும், பயிற்சிகள் பெற்று பயனடைந்த ஊர்ப்பொது மக்கள் அனைவருக்கும், உலக சமுதாய சேவா சங்கம் கிராமிய சேவைத் திட்ட இயக்குனரகத்தின் சார்பாக மனமார்ந்த நன்றிகளையும், வாழ்த்துக்களையும் தெரிவித்து மகிழ்கின்றோம்.

உயர்ந்தோர்கள் ஒன்றுபட்டு, தாழ்ந்தோர்கள் தம்மை

உயர்த்துவதே தொண்டு நிலையங்கள் நோக்கம்.

உயர்ந்தநிலை அனைவருக்கும் கிட்டும் போதே

உலக சமாதானம் என்ற அமைதி உண்டாம்.

- வேதாத்திரி மகரிஷி

தொண்டாற்றி இன்பம் காண்போம்!

நன்றி, வாழ்க வளமுடன்!

குருவின் சேவையில்
WCSC – VSP இயக்குனரகம்
அறிவுத்திருக்கோயில், ஆழியார்