வாழ்க வையகம் குருவே துணை வாழ்க வளமுடன்

திருச்சி மண்டலம்,
பெரம்பலூர் மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை,
கல்பாடி கிராமம்

பொருளடக்கம்

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 – 07
5	செயல்பாட்டு அறிக்கை	08
6	மனவளக்கலை யோகா பயிற்சி – உடற்பயிற்சி, தவம், காயகல்பம், பிரம்மஞானப் பயிற்சி/ அருள்நிதியர் பயிற்சி	09
7	ஆரம்ப மருத்துவ முகாம்	10
8	மறு பரிசோதனை முகாம்	10 – 12
9	மன நல ஆலோசனை முகாம்	12
10	சித்த மருத்துவ முகாம்	12
11	சுற்றுப்புற சுகாதாரம் மற்றும் மரம் நடுதல் விழா	13
12	குடியரசு தின சிறப்பு நிகழ்ச்சி	13
13	ஆரோக்கிய மேம்பாட்டு முகாம்	13
14	இயற்கை விவசாயம்	13
15	கர்ப்பிணி பெண்களுக்கான வாழ்த்து தவம்	13
16	கிராம மக்களின் அனுபவ உரை	14 – 19
17	நிறைவு விழா அழைப்பிதழ்	20
18	எதிர்கால திட்டங்கள்	21
19	வாழ்த்துரை	21

தொடக்க விழா : 15.12.2018 நிறைவு விழா : 04.05.2019

கிராமிய சேவைத் திட்டத்தின் நோக்கம்

பாமர மக்களின் தத்துவஞானி அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் ஏழை எளிய மக்களும் ஆன்மீக அறிவைப் பெற்று அதன் மூலம் உடல் நலம், உயிர்வளம், மனவளம், நட்பு நலத்துடன் துன்பமில்லா 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 பத்மஸ்ரீ.அருள்நிதி.SKM.மயிலானந்தன் அவர்களால் 143 வது கிராமமாக கல்பாடி கிராமத்தில் கிராமிய சேவைத் திட்டம் துவங்கப்பட்டது.

இக்கிராமத்தில 15.12.2018 ஆம் தேதியிலிருந்து 04.05.2019 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 நல்லிணக்கம்
- மனிதநேயம்

ஆரோக்கியமும் அமைதியும் மிக்க வேதாத்திரி கிராமம்

<u>தேர்வு செய்யப்பட்ட கிராமத்தின் விவரங்கள்</u>

1	கிராமத்தின் பெயர்	கல்பாடி
2	மண்டலம்	திருச்சி
3	அறக்கட்டளை	பெரம்பலூர்
4	பஞ்சாயத்து/ஊராட்சி	கல்பாடி
5	மாவட்டம்	பெரம்பலூர்
6	தாலுகா	பெரம்பலூர்
7	Executive Officer	-
8	பஞ்சாயத்து தலைவர்- சுயேட்சை/கட்சி	-
9	வார்டு உறுப்பினர்	-
10	மக்கள் தொகை	ஆ : 157 பெ : 163 கு:159 மொ: 479
11	வீடுகள் எண்ணிக்கை	110
12	காலனி பகுதி உள்ளதா?	உள்ளது
13	அருகில் உள்ள பள்ளியின் பெயர், மாணவர்கள் எண்ணிக்கை	ஊராட்சி உயர்நிலைப் பள்ளி, அரசு துவக்கப் பள்ளி 225 மாணவர்கள்
14	primary Health Centre	உள்ளது.
15	துவக்க விழா நடைபெறவிருக்கும் இடம்	கல்பாடி பேருந்து நிறுத்தம் அருகில்
16	பயிற்சி நடத்தவிருக்கும் இடங்கள்	சமுதாய கூடம், அரசு துவக்க பள்ளி
17	பயிற்சி நேரம்	முழுநேரம்
18	கிராமிய சேவைத்திட்ட இணை இயக்குனர்	பேரா.K.R.சண்முகம் 9443304901 krshanmugam955@gmail.com
19	கிராமிய சேவைத்திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர் (academy)	பேரா.G.பாலமுருகன் 9486014179, boojamithun@gmail.com
20	கிராமிய சேவைத்திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர் (Admin)	அ.நி.V.ரேவதி 8903638630, vsp@vethathiri.ac.in
21	மண்டல VSP துணைத்தலைவர்,	Dr.R.புவனேஸ்வரி 9487486334
22	அறக்கட்டளை VSP துணைத்தலைவர்,	Dr.R.புவனேஸ்வரி 9487486334

23	கிராமிய சேவைத்திட்ட ஆசிரியர்கள் பெயர், SMART ID NUMBER	அருள்நிதி.T.ராஜா, அருள்நிதி.N.உமா
24	கிராமத்தில் மனவளக்கலை அன்பர்கள், அருள்நிதியர்கள் உள்ளனரா?	இல்லை
25	மரம் நடுதல்	Dr.R.புவனேஸ்வரி
26	மருத்துவ முகாம்	R&D
27	Counselling - நடத்துபவர் பெயர்	M.K.ஜானகிராமன், சென்னை
28	மது ஒழிப்பு முகாம் - நடத்துபவர் பெயர்	திரு.சேகர்
29	சுற்றுப்புற சுகாதாரம்	Dr.R.புவனேஸ்வரி
31	மகளிர் மேம்பாடு	-
32	கிராமிய சேவைத்திட்ட துவக்க விழா தேதி	15.12.2018
33	கிராமிய சேவைத்திட்ட நிறைவு விழா தேதி	04.05.2019
34	புரவலர் பெயர், முகவரி, தொலைபேசி எண்	SKY Yoga Centre, Dubai
35	நிர்வாகக்குழு உறுப்பினர்கள்,	7 நபர்கள்
36	வளாச்சிக்குழு உறுப்பினர்கள்	5 நபர்கள்
37	சேவைக்குழு உறுப்பினர்கள்	6 நபர்கள்

தொடக்க விழா அழைப்பிதழ்

உலக சமுதாய சேவா சங்கம்
கிராமிய சேவைத் திட்டம் (WCSC-VSP)
கல்பாடி கிராமம்

அன்புடையீர், வணக்கம். வாழ்க வளமுடன்.

அருள்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் இலட்சியக் கனவான மனவளக்கலை யோகாவை கிராம மக்களுக்கு இலவசமாக கற்றுத் தரும் கிராமிய சேவைத் திட்டம் தமிழகத்தில் 156 கிராமங்களில் துவங்கப்பட்டு வெற்றிகரமாக செயல்படுத்தப்பட்டு 138 கிராமங்களில் நிறைவு பெற்றுள்ளது. 139வது கிராமமாக திருச்சி மண்டலம், பெரம்பலூர் மாவட்டம், கல்பாடி கிராமத்தில் இத்திட்டம் நிறைவு பெற உள்ளது.

கிராம மக்கள் அனைவருக்கும் முழுமை நல வாழ்விற்கான **மனவளக்கலை யோகா பயிற்சிகள் இலவசமாக கற்றுத்தரப்பட்டுள்ளன.** இதில் உடல், உயிர், மனம், அறிவு, சமுதாய நலன், நற்பண்புகளுக்கான கல்வி மற்றும் பயிற்சிகள் கற்றுத்தரப்பட்டுள்ளன.

திருச்சி மண்டலம், பெரம்பலூர் மாவட்டம், கல்பாடி கிராமம் **ஆரோக்கியமான அமைதி கிராமமாக** மாற்றப்பட்டுள்ளது.

இந்தச் சிறப்பான திட்டத்தின் நிறைவு விழா வருகின்ற 04.05.2019 சனிக்கிழமை அன்று திருச்சி மண்டலம், பெரம்பலூர் மாவட்டம், கல்பாடி கிராமம், பேருந்து நிறுத்தும் இடம் அருகில் மாலை 5.45 மணிக்கு நடைபெற உள்ளது. இவ்விழாவில், பெரம்பலூர் மாவட்ட (Super 30) ஒருங்கிணைப்பாளர், தமிழ் ஆசிரியர், திரு. **இராச.பாண்டியன்** அவர்கள் தலைமையில், உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர் அருள்நிதி.**SKM.மயிலானந்தன்** அவர்கள் திட்டத்தை நிறைவு செய்து சிறப்புரையாற்ற உள்ளார்கள்.

இவ்விழா கீழ்க்கண்ட நிகழ்ச்சி நிரலின்படி நடைபெற உள்ளது. இவ்விழாவில் கிராம மக்கள் அனைவரும் கலந்து கொண்டு பயன்பெற வேண்டுமாய் அன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

நன்றி,
இப்படிக்கு,

தலைவர் மற்றும் உறுப்பினர்கள்,
உலக சமுதாய சேவா சங்கம்.

கிராம பொதுமக்கள்,
கல்பாடி கிராமம்.

கல்பாடி கிராமத்தின் தொடக்க விழா

Dubai, SKY Yoga Centre நிதியுதவியுடன் திருச்சி மண்டலம், பெரம்பலூர் மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை, கல்பாடி கிராமம் தத்தெடுக்கப்பட்டு, 2018 டிசம்பர் 15 ஆம் தேதி, பெரம்பலூர் மாவட்ட ஊரக வளர்ச்சி முகமை, திட்ட இயக்குனர், திரு.T.ஸ்ரீதர் அவர்கள் தலைமையில், உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர் அருள்நிதி.SKM.மயிலானந்தன் அவர்களால் உலக சமுதாய சேவா சங்க கொடியேற்றத்துடன், மரம் நடுதல் விழாவுடனும் கல்பாடி கிராமிய சேவைத் திட்டம் துவக்கி வைக்கப்பட்டது.

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

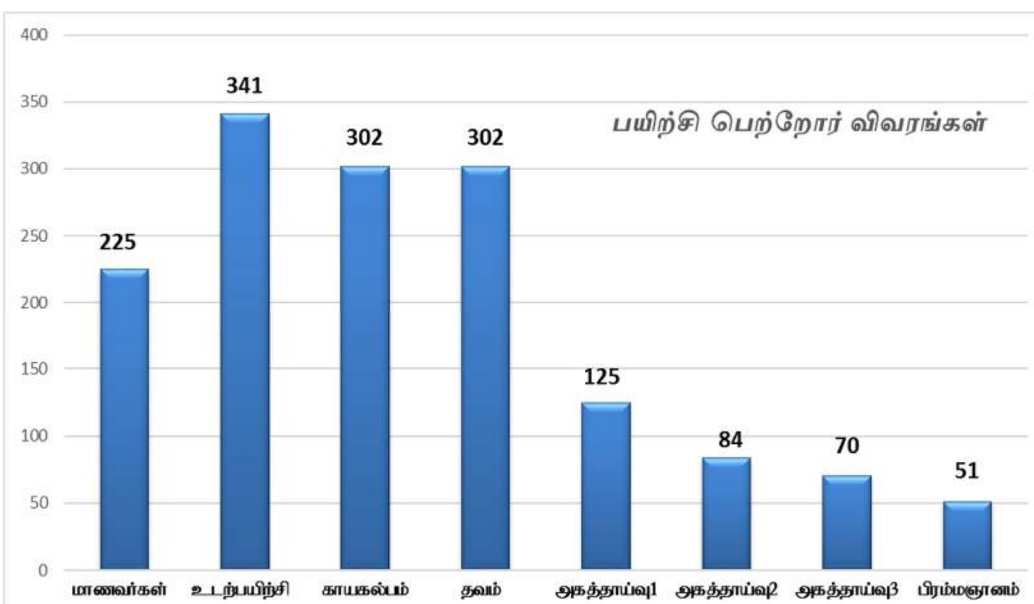
செயல்பாட்டு அறிக்கை

கிராமத்தின் பெயர்	:	கல்பாடி
கிராமிய சேவைத் திட்டம் தொடங்கிய நாள்	:	15.12.2018
கிராமிய சேவைத் திட்டம் நிறைவு நாள்	:	04.05.2019
மண்டலம்	:	திருச்சி
அறக்கட்டளை	:	பெரம்பலூர் மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை
கிராம மக்களின் மொத்த எண்ணிக்கை	:	479
பள்ளியின் பெயர்	:	அரசு துவக்க பள்ளி, அரசு உயர்நிலைப் பள்ளி

உடற்பயிற்சி : 225
துரியம் : 60

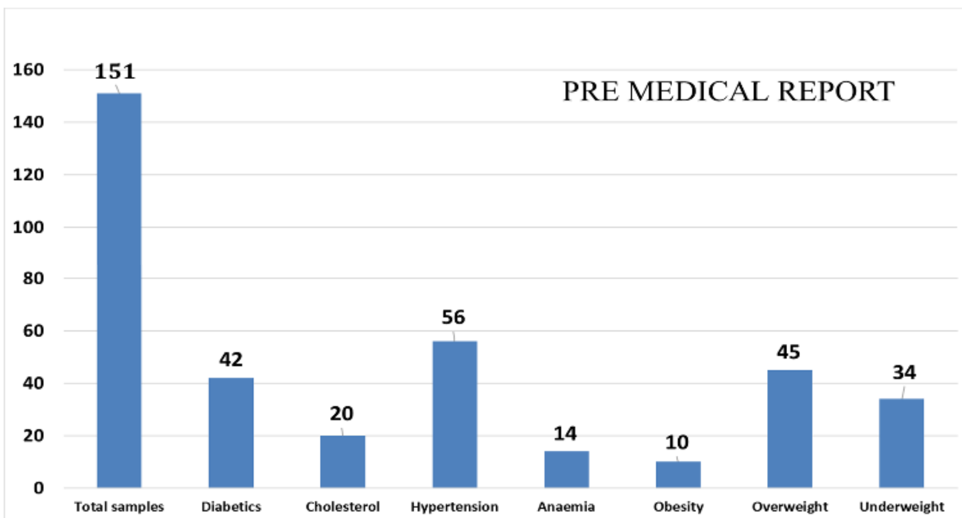
கிராமத்தில் உடற்பயிற்சி கற்றவர்களின் எண்ணிக்கை	:	ஆ:108 பெ:233 மொ:341
காயகல்பம் பயின்றவர்களின் எண்ணிக்கை	:	ஆ:94 பெ:208 மொ:302
தவம் பயின்றவர்களின் எண்ணிக்கை	:	ஆ:94 பெ:208 மொ:302
முதல்நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள் எண்ணிக்கை	:	125
இரண்டாம்நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள் எண்ணிக்கை	:	84
முன்றாம்நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள் எண்ணிக்கை	:	70
பிரம்மஞானப் பயிற்சி பெற்றவர்கள் எண்ணிக்கை	:	51

<u>உடற்பயிற்சி, காயகல்பம், தவம், அகத்தாய்வு, பிரம்மஞானம் மற்றும் அருள்நிதியர் பயிற்சி</u>



<u>ஆரம்ப மருத்துவ முகாம்</u>

எசனை கிராமிய சேவைத் திட்டத்தில் 19.12.2018 மற்றும் 20.12.2018 ஆகிய இரண்டு நாட்கள் ஆழியார் ஆராய்ச்சி மருத்துவ அன்பர்கள் கிராம மக்களிடம் இரத்த மாதிரிகளைச் சேகரித்தனர். இம்முகாமில் மொத்தம் 151 அன்பர்கள் கலந்து கொண்டனர்.



<u>மறு பரிசோதனை மருத்துவ முகாம்</u>

கல்பாடி கிராமிய சேவைத் திட்டத்தில் 28.04.2019 அன்று ஆழியார் R&D மூலமாக கிராம மக்களிடம் இரண்டாம் முறை மருத்துவ முகாம் நடைபெற்றது. இம்முகாமில் மொத்தம் 28 அன்பர்கள் கலந்து கொண்டனர்.

1. Mr. Sekar Reduced the following
    - Blood Pressure reduced from 150/90 to 140/90 mm/hg
2. Mr. Balusamy reduced the following
    - Sugar under fasting reduced from 104 mg/dl to 88 mg/dl
    - Blood Pressure reduced from 130/100 to 130/80 mm/hg
3. Mrs.Vasantha reduced his Blood pressure 130/90 to 130/80 mm/hg.
4. Mr. Thangamani Reduced the following

- Sugar under fasting reduced from 116 mg/dl to 106 mg/dl
- Weight reduce from 53 to 52 kgs
- Blood Pressure reduced from 160/80 to 120/80 mm/hg

5. Mrs.Santhi Reduced the following

- Sugar under fasting reduced from 87 mg/dl to 80 mg/dl
- Blood Pressure reduced from 120/70 to 100/60 mm/hg

6. Mrs. Rani reduced the following

- Weight reduce from 45 to 43 kgs

7. Mrs. Arukkani reduced the following

- Sugar under fasting reduced from 122 mg/dl to 71 mg/dl

8. Mrs. Malarvizhi reduced the following

- Blood Pressure reduced from 150/90 to 120/80 mm/hg

9. Mrs. Nainammal reduced the following

- Sugar under fasting reduced from 92 mg/dl to 85 mg/dl

10. Mrs. Poonkodi reduced the following

- Sugar under fasting reduced from 119 mg/dl to 95 mg/dl

11. Mrs. Tamilselvi reduced the following

- Weight reduced from 46.8 to 45kgs
- Blood Pressure from 150/100 to 140/90 mm/hg

12. Mr. Boopathy reduced Blood Pressure from 140/90 to 120/70 mm/hg.

13. Mr.Kathunabi Reduced the following

- Weight reduced from 52.6 to 51 kgs
- Sugar under fasting reduced from 300 mg/dl to 213 mg/dl

14. Mr. Periyasamy reduced the following

- Blood Pressure from 150/80 to 110/70 mm/hg.
- Sugar under fasting reduced from 108 mg/dl to 98 mg/dl

15. Mr. Natarajan reduced the following

- Weight reduced from 70 to 66 kgs

16. Mrs.Sundarammal reduced the following

- Blood Pressure from 130/80 to 110/70 mm/hg.
- Sugar under fasting reduced from 140 mg/dl to 136 mg/dl

உலக நல வேள்வி

01.01.2019 அன்று உலக நல வேள்வி நிகழ்ச்சி பேரா.கருப்பையா அவர்களால் நடத்தப்பட்டது. அதில் 57 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டனர்

மனநல ஆலோசனை முகாம்

15.02.2019 அன்று A/N. M.K. ஜானகிராமன் அவர்களால் **மனநல ஆலோசனை முகாம்** நடத்தப்பட்டது. இந்த முகாமில் கிராமத்தில் மொத்தம் 150 மாணவர்களும், 50 அன்பர்களும் கலந்து கொண்டனர்.

<u>சித்த மருத்துவ முகாம்</u>

21.01.2019 அன்று அருள்நிதி.கண்ணப்பன் அவர்கள் மூலமாக **<u>சித்த மருத்துவ முகாம்</u>** நடத்தப்பட்டது. இந்த முகாமில் கிராமத்தில் மொத்தம் 14 மாணவர்கள், 15 ஆண்கள், 31 பெண்கள் கலந்து கொண்டனர்.

<u>சுற்றுப்புற சுகாதார விழிப்புணர்வு முகாம்</u>

08.01.2019 அன்று சுற்றுப்புற சுகாதார **விழிப்புணர்வு முகாம்** Dr.புவனேஸ்வரி அவர்களால் நடத்தப்பட்டது. இந்த முகாமில் கிராமத்தில் மொத்தம் 49 அன்பர்கள் கலந்து கொண்டனர். 130 மரக்கன்றுகள் வழங்கப்பட்டது.

<u>குடியரசு தின சிறப்பு நிகழ்ச்சி</u>

26.01.2019 அன்று குடியரசு தின சிறப்பு நிகழ்ச்சி பேரா.கருப்பையா அவர்களால் நடத்தப்பட்டது. அதில் 59 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டனர்.

<u>ஆரோக்கிய மேம்பாட்டு முகாம்</u>

08.03.2019 அன்று அருள்நிதி.சேகர் அவர்கள் மூலமாக **மது ஒழிப்பு விழிப்புணர்வு முகாம்** நடத்தப்பட்டது. இந்த முகாமில் கிராமத்தில் மொத்தம் 120 மாணவர்கள், 10 ஆண்கள், 28 பெண்கள் கலந்து கொண்டனர்.

<u>இயற்கை விவசாயம்</u>

11.04.2019 அன்று இயற்கை விவசாய முகாம் அருள்நிதி. கார்த்திக் அவர்களால் நடத்தப்பட்டது. அதில் 47 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டனர்.

<u>கர்ப்பிணி பெண்களுக்கான வாழ்த்து தவம்</u>

07.04.2019 அன்று கர்ப்பிணி பெண்களுக்கான வாழ்த்து தவம் நடைபெற்றது. பேரா.தியாகராஜன், பேரா.இராதாலட்சுமி அவர்கள் தவம் நடத்தினார்கள். 6 கர்ப்பிணி பெண்களும், அதில் 50 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டனர்.

கிராம மக்களின் அனுபவ உரை

வாழ்க வையகம் [illegible] வாழ்க வளமுடன்

அன்புடையீர் வணக்கம்,

வாழ்க
வளமுடன்

என் பெயர் S. அண்ணாதுரை வயது 58 எனக்கு என் அதிக இரத்தழுத்தத்தின் காரணமாக பக்க வாதம் ஏற்பட்டது என் காலை கடமை செய்வதில் பிறரின் உதவி தேவைபட்டது இதனால் எனக்கு மிகுந்த உடலும், மனமும் பாதிப்பு ஏற்பட்டது இந்த பிரச்சனை எனக்கு கடந்த எட்டு மாதங்களாக இருந்தது. எங்கள் ஊருக்கு கடந்த ஐந்து மாதங்களுக்கு முன் யோகா ஆசிரியர்கள் உடற் பயிற்சி அளித்தனர் மேலும் தியான பயிற்சி அளித்தனர். இதன் மூலம் நான் மிகுந்த முன்னேற்றம் ஏற்பட்டு என் வேலைகளை நானே செய்து கொள்ளும் நிலை ஏற்பட்டது. இந்த பயிற்சியை தந்த வேதாத்திரி மகரிஷிக்கு நன்றி.

இப்படிக்கு
S. அண்ணாதுரை

வாழ்க வையகம் குருவே துணை வாழ்க வளமுடன்

அன்புடையீர் வணக்கம்,

வாழ்க வளமுடன்.

என் பெயர் P. பிச்சை பிள்ளை வயது 62 எனக்கு கடந்த இருபத்தி ஐந்து ஆண்டுகளாக நரம்பு தளர்ச்சியினால் மிகுந்த அவஸ்தை பட்டேன். எங்கள் ஊருக்கு (கல்பாடி) மனவளக்கலை பயிற்சி ஆசிரியர்கள் பயிற்சி அளித்தனர். இதன் மூலம் எனக்கு நன்கு முன்னேற்றம் ஏற்பட்டது. இந்த முன்னேற்றம் முதல் இரண்டு மாதங்களில் ஏற்பட்டது. இப்போது தலை நடுக்கம், வாய் திக்கல், கை நடுக்கம் முழுமையாக குறைந்து விட்டது. இந்த பயிற்சியை எனக்கும், எங்கள் ஊருக்கும் அளித்த மகரிஷிக்கு நன்றி.

இப்படிக்கு

P. பிச்சைபிள்ளை

குருவே துணை.

வாழ்க வையகம்!　　　　வாழ் … !

அன்புடையோர் வணக்கம்.

என் பெயர் M. சரஸ்வதி எனக்கு வயது 47 ஆகிறது. கடந்த 4 ஆண்டுகளாக தைராய்டு மற்றும் சர்க்கரை நோய் இருந்தது. இந்த யோகா பயிற்சி நடந்துகொண்டு இருந்தது. அதில் நான் காலை, மாலை இரு வேளையும் வந்து பயிற்சிக் கற்றுக் கொண்டேன். உடலில் உள்ள உபாதைகள் ஓரளவு சரியாகி விட்டன. காயகல்ப பயிற்சி, உடற்பயிற்சி தியான பயிற்சி, செய்வதால் உடல் ஆரோக்கியமாகவும், உற்சாகமாகவும் எந்த வேலையும் சுறுசுறுப்பாகவும் இருந்து வருகிறது. நாங்கள் குடும்பத்துடன் ஆரோக்கியமாக இருந்து வருகிறோம். இந்த பயிற்சியைத் தந்த உலக சமுதாய சேவா சங்கத்திற்கும் வேதாத்திரி மகரிஷிக்கும் நன்றி. இந்த பயிற்சியைக் கற்று கொடுத்த ஆசிரியர்களுக்கும் நன்றி.

இப்படிக்கு
M. சரஸ்வதி.
9003305505

வாழ்க வையகம்   குருவே துணை   வாழ்க வளமுடன்

அன்புடையீர் வணக்கம்;

வாழ்க வளமுடன் என் பெயர்
M. கஸ்தூரி என் வயது 27 எனக்கு 1 வருடம்
மாதவிலக்கு பிரச்சனை உள்ளது. எங்கள்
ஊரில் மனவளக்கலை பயிற்சி வந்தது. அது மிகவும்
எங்களுக்கு பயன் உள்ளதாக இருக்கிறது. நான்
அதில் பயிற்சியில் கலந்து கொண்டதால் எனக்கு
மிகவும் பயன் உள்ளதாக இருக்கிறது. இதனால்
மாதவிலக்கு பிரச்சனை சரியாகி விட்டது. உடல்
எடையும் குறைந்திருக்கிறது. இந்த பயிற்சி
கொண்டு வந்த ஐயா அவர்களுக்கு மிகவும்
நன்றி. வாழ்க வளமுடன் குருவாழ்க குருவே துணை
மகரிஷி ஐயா அவர்களுக்கு பூரண நன்றி.

இப்படிக்கு
உங்கள் தாழ்மையுடன்
M. Kasthuri
9843683200

வாழ்க வையகம்   இறைநிலை   வாழ்க வளமுடன்

அன்புடையீர் வணக்கம்,
வாழ்க வளமுடன்.

என் பெயர் G. நாகேஸ்வரி வயது 50. எனக்கு கடந்த ஐந்து ஆண்டுகளாக கால்வலியும் நெஞ்சில் கொழுப்பு அடைப்பு நான்கு ஆண்டுகளாகவும் மேலும் உடல் வலியும் இருந்தது. எங்கள் ஊருக்கு (கல்பாடி) இரண்டு மாதங்களுக்கு முன் யோகா ஆசிரியர்கள் வந்து பயிற்சி அளித்தனர். நான் கடந்த இரண்டு மாதங்களாக காலை, மாலை இரு வேளையும் தவறாது யோகா பயிற்சியை செய்து வந்து கொண்டிருக்கிறேன். இதன் பலனாக என் பிரச்சனைகள் இன்றும் சரியாகிவிட்டன. மேலும் மன அமைதியும், பொறுமையும் சுறுசுறுப்பும் எனக்கு அதிகமானதை உணர்ந்து விட்டேன். இப்பயிற்சியை தந்த மகரிஷிக்கு நன்றி.

இப்படிக்கு
G. நாகேஸ்வரி

வாழ்க வையகம்   குருவே துணை   வாழ்க வளமுடன்

அன்புடையீர் வணக்கம்,

என் பெயர் R.தர்ஷினி என்னுடைய வாழ்க வளமுடன் வயது 13.

நான் கடந்த ஒரு வருடத்திற்கு முன்பு வயதுக்கு வந்தேன். அதன் பிறகு மறு மாதவிலக்கு வருவதற்கு சில மாதங்கள் பிடித்தது, ஞாபகமறதி இருந்தது, கோபம் அடிக்கடி வந்தது, உடல் சோர்வாக இருந்தது. எங்கள் ஊருக்கு கடந்த 5 மாதங்களுக்கு முன்பு யோகாஆசிரியர்கள் எங்கள் ஊருக்கு வந்து யோகாபயிற்சி அளித்தனர். இதன் மூலம் நன்கு பயிற்சி கற்றுகொண்டேன். இப்பொழுது மாதவிலக்கு சரியாக வந்து கொண்டிருக்கிறது, கோபம் குறைந்து விட்டது, சுறுசுறுப்பாக இருக்கின்றேன். அதிக மதிப்பெண் பெறுகின்றேன். இந்த பயிற்சியை தந்த மகரிஷிக்கு நன்றி.

இப்படிக்கு,
ரா.தர்ஷினி.
8925947133

நிறைவு விழா அழைப்பிதழ்

வாழ்க வையகம் வாழ்க வளமுடன்

நிகழ்ச்சி நிரல்

மாலை

5.45 மணி : கிராம மக்களின் கலை நிகழ்ச்சி

6.15 மணி : கொடியேற்றம், ஆரோக்கியமான அமைதி கிராமம் போர்டு திறப்பு

6.25 மணி : இறைவணக்கம், குரு வணக்கம், தவம்

6.35 மணி : வரவேற்புரை : மு.பேரா. **மாலா ஜெயப்பிரகாஷ்** அவர்கள்,
தலைவர், WCSC-திருச்சி மண்டலம்.

6.40 மணி : செயல்பாட்டு உரை : அருள்நிதி. **P. முருகானந்தம்** அவர்கள்,
இயக்குனர், WCSC-VSP.

முன்னிலை வகிப்பவர்கள் :

முதுநிலை பேரா.**K.R.சண்முகம்** அவர்கள்,
இணை இயக்குனர், WCSC-VSP.

பேரா.**G.பாலமுருகன்** அவர்கள், ஒருங்கிணைப்பாளர், WCSC-VSP.

திருமதி.**Dr. புவனேஸ்வரி தேவராஜன்** அவர்கள்,
துணைத்தலைவர் (VSP), WCSC-திருச்சி மண்டலம்.

அருள்நிதி.**அகல்யா கண்ணுசாமி** அவர்கள்,
துணைத்தலைவர் (VSP), பெரம்பலூர் ம.வ.க. மன்ற அறக்கட்டளை.

6.50 மணி : தலைமையுரை : திரு. **இராச.பாண்டியன்** அவர்கள்,
தமிழ் ஆசிரியர், பெரம்பலூர் மாவட்ட (Super 30) ஒருங்கிணைப்பாளர்.

6.55 மணி : தலைவரைப் பற்றிய அறிமுகம்

7.00 மணி : திட்டத்தை நிறைவு செய்து சிறப்புரை (காணொலி காட்சி) :

அருள்நிதி.**SKM.மயிலானந்தன்** அவர்கள்,
சமூக சேவைக்காக பத்மஸ்ரீ விருது பெற்றவர்,
தலைவர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம்.

7.20 மணி : நன்றியுரை : அருள்நிதி. **சௌ.சந்திரசேகரன்** அவர்கள்,
தலைவர், பெரம்பலூர் மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை.

7.25 மணி : **ஒளி, ஒலி படக்காட்சி**

உலக நல வாழ்த்து

<u>எதிர்காலத் திட்டங்கள்:</u>

ஆரோக்கியமும் அமைதியும் மிக்க கல்பாடி கிராமம், பெரம்பலூர் 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.

<u>வாழ்த்து:</u>

கல்பாடி கிராமத்தை அமைதி கிராமமாகவும், ஆரோக்கிய கிராமமாகவும் மாறுவதற்கு கிராமிய சேவைத் திட்டத்தை துவக்கி வைத்த உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர் பத்மஸ்ரீ.அருள்நிதி.SKM. மயிலானந்தன் அவர்களுக்கும், இத்திட்டம் சிறப்பாக செயல்படுவதற்கு பொருள் உதவி வழங்கிய SKY Yoga Centre, Dubai அன்பர்களுக்கும், இத்திட்டத்தை ஒருங்கிணைந்து நடத்தி கொடுத்த திருச்சி மண்டல பொறுப்பாளர்களுக்கும், பெரம்பலூர் மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை பொறுப்பாளர்களுக்கும், பல்வேறு சிறப்பு முகாம்களை நடத்திக் கொடுத்த அனைத்து ஒருங்கிணைப்பாளர்களுக்கும், பயிற்சிகளை நடத்திக் கொடுத்த மனவளக்கலை கிராம ஆசிரியர்கள் அருள்நிதி.T.ராஜா, அருள்நிதி.R.உமா 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