கிராமிய சேவைத் திட்டம்

சேலம் மண்டலம்
எடப்பாடி மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை
கச்சுப்பள்ளி கிராமம்

(WCSC-VSP) கிராமிய சேவைத் திட்டத்தின் இலக்கு

- நோயற்ற வாழ்வு
- கல்வியில் மேன்மை
- சுற்றுப்புற சுகாதாரம்
- முதியோரைப் பாதுகாத்தல்
- மகளிர் மேம்பாடு
- குடும்ப அமைதி
- கர்மயோக வாழ்க்கைநெறி
- மனிதநேயம்
- மதநல்லிணக்கம்
- சமுதாய விழிப்புணர்வு

தூய்மையும் பசுமையும் மிக்க ஆரோக்கியமான அமைதி கிராமம்

சேலம் மண்டலம்
எடப்பாடி மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை
கச்சுப்பள்ளி கிராமம்

Contents

1. செயல்பாட்டு அறிக்கை....3
2. கிராமிய சேவைத் திட்டத்தின் நோக்கம்....4
3. திட்டத்தின் நோக்கமும் இலக்கும்....4
4. கச்சுப்பள்ளி கிராமத்தின் தொடக்கவிழா....5
5. மருத்துவ முகாம்....7
6. மனநல ஆலோசனை & மது ஒழிப்பு முகாம்....7
7. மரக்கன்று வழங்குதல் & சுற்றுப்புற சுகாதார விழிப்புணர்வு முகாம்....7
8. அனுபவ உரை....8
9. எதிர்காலத் திட்டங்கள்:....14
10. வாழ்த்து:....14

1. செயல்பாட்டு அறிக்கை

S.No	Description	Information		
1.	கிராமத்தின் பெயர்	***கச்சுப்பள்ளி***		
2.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் தொடங்கிய நாள்	**12-06-2023**		
3.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் நிறைவுநாள்	**14-11-2023**		
4.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் காலம்	***5 மாதங்கள்***		
5.	மண்டலம்	**சேலம்**		
6.	அறக்கட்டளை	***எடப்பாடி***		
7.	கிராம மக்களின் மொத்த எண்ணிக்கை	*ஆண்:107*	*பெண்:340*	*மொ :447*
8.	பள்ளியின் பெயர்	*அரசு உயர் நிலை பள்ளி*		
9.	உடற்பயிற்சி பயின்றவர்கள் *(Students)*	*ஆண்:48*	*பெண்:56*	*மொ:104*
10.	கிராமத்தில் உடற்பயிற்சி கற்றவர்கள்	*ஆண்:107*	*பெண்:340*	*மொ: 447*
11.	காயகல்ப பயிற்சி கற்றவர்கள் எண்ணிக்கை	*ஆண்:84*	*பெண்:340*	*மொ: 424*
12.	தவம் பயின்றவர்களின் எண்ணிக்கை	*ஆண்:74*	*பெண்:328*	*மொ: 402*
13.	முதல் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	*ஆண்:58*	*பெண்:216*	*மொ: 274*
14.	இரண்டாம் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	*ஆண்:42*	*பெண்:224*	*மொ: 266*
15.	மூன்றாம் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	*ஆண்:47*	*பெண்:213*	*மொ: 260*
16.	பிரம்மஞானம் பயிற்சி பெற்றவர்கள்	*ஆண்:16*	*பெண்:37*	*மொ: 53*

2. கிராமிய சேவைத் திட்டத்தின் நோக்கம்

பாமர மக்களின் தத்துவஞானி அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் ஏழை, எளிய மக்களும் ஆன்மிக அறிவைப்பெற்று 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 பெறமுடியும் 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* **293-***வது கிராமமாக* ***கச்சுப்பள்ளி*** *கிராமத்தில் கிராமிய சேவைத்திட்டம் துவங்கப்பட்டது.*

இக்கிராமத்தில் **12-06-2023-***ஆம் தேதியிலிருந்து* **14-11-2023-***ஆம் நாள் வரை மனவளக்கலை யோகா பயிற்சிகளும், பலசிறப்பு முகாம்களும் நடத்தப்பட்டன. இதன் மூலம் கிராம மக்கள் அன்பும், அமைதியும் மற்றும் ஆரோக்கியமும் அடைந்துள்ளனர்.*

3. திட்டத்தின் நோக்கமும் இலக்கும்

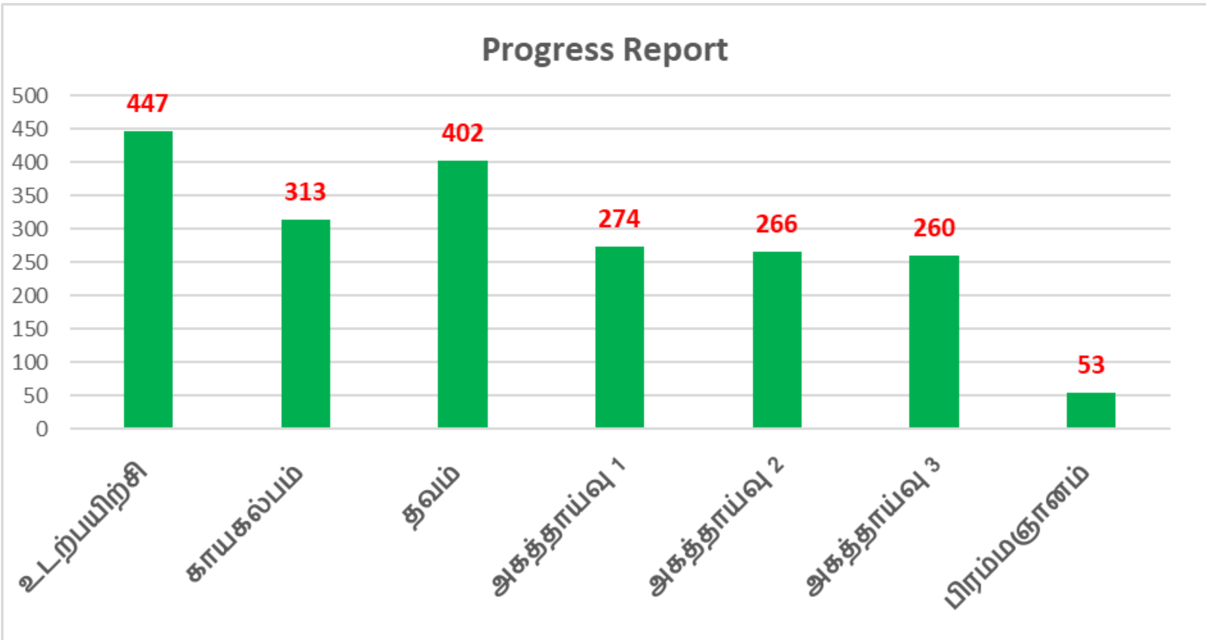
- நோயற்றவாழ்வு
- குடும்பஅமைதி
- முதியோரைபாதுகாத்தல்
- கல்வியில்மேன்மை
- சுற்றுப்புறசுகாதாரம்
- சமுதாயவிழிப்புணர்வு
- மதநல்லிணக்கம்
- மனிதநேயம்

ஆரோக்கியமும் அமைதியும் மிக்க வேதாத்திரி கிராமம்

4. கச்சுப்பள்ளி கிராமத்தின் தொடக்கவிழா

SKY Yoga Centre, USA நிதி உதவியுடன் **சேலம் மண்டலம், எடப்பாடி** மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை, 12-06-2023-ஆம் தேதி உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர், ***பத்மஸ்ரீ.அருள்நிதி.SKM. மயிலானந்தன்*** அவர்களால் (காணொளி காட்சி) மூலமாக உலக சமுதாய சேவா சங்க கொடியேற்றத்துடன் மரம் நடுதல் விழாவுடனும் ***கச்சுப்பள்ளி*** கிராமிய சேவைத் திட்டம் துவக்கி வைக்கப்பட்டுள்ளது.

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



5. மருத்துவ முகாம்

05.08.2023 *அன்று கச்சுப்பள்ளி கிராமத்தில் அரசு ஆரம்ப சுகாதார நிலையம் மூலமாக மருத்துவ முகாம் நடைபெற்றது. இதில் கிராம மக்கள் **83** அன்பர்கள் கலந்துகொண்டனர்.*

6. மனநல ஆலோசனை & மது ஒழிப்பு முகாம்

*09.09.2023அன்று **Dr. Ramesh** அவர்களால்* **மன நல ஆலோசனை முகாம் மற்றும் மது ஒழிப்பு ஆலோசனை முகமம்** *நடத்தப்பட்டது. இம்முகாமில் மொத்தம் 99 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டனர். மேலும் தனிநபர் ஆலோசனை 10 அன்பர்களுக்கு வழங்கப்பட்டது.*

7. மரக்கன்று வழங்குதல் & சுற்றுப்புற சுகாதார விழிப்புணர்வு முகாம்

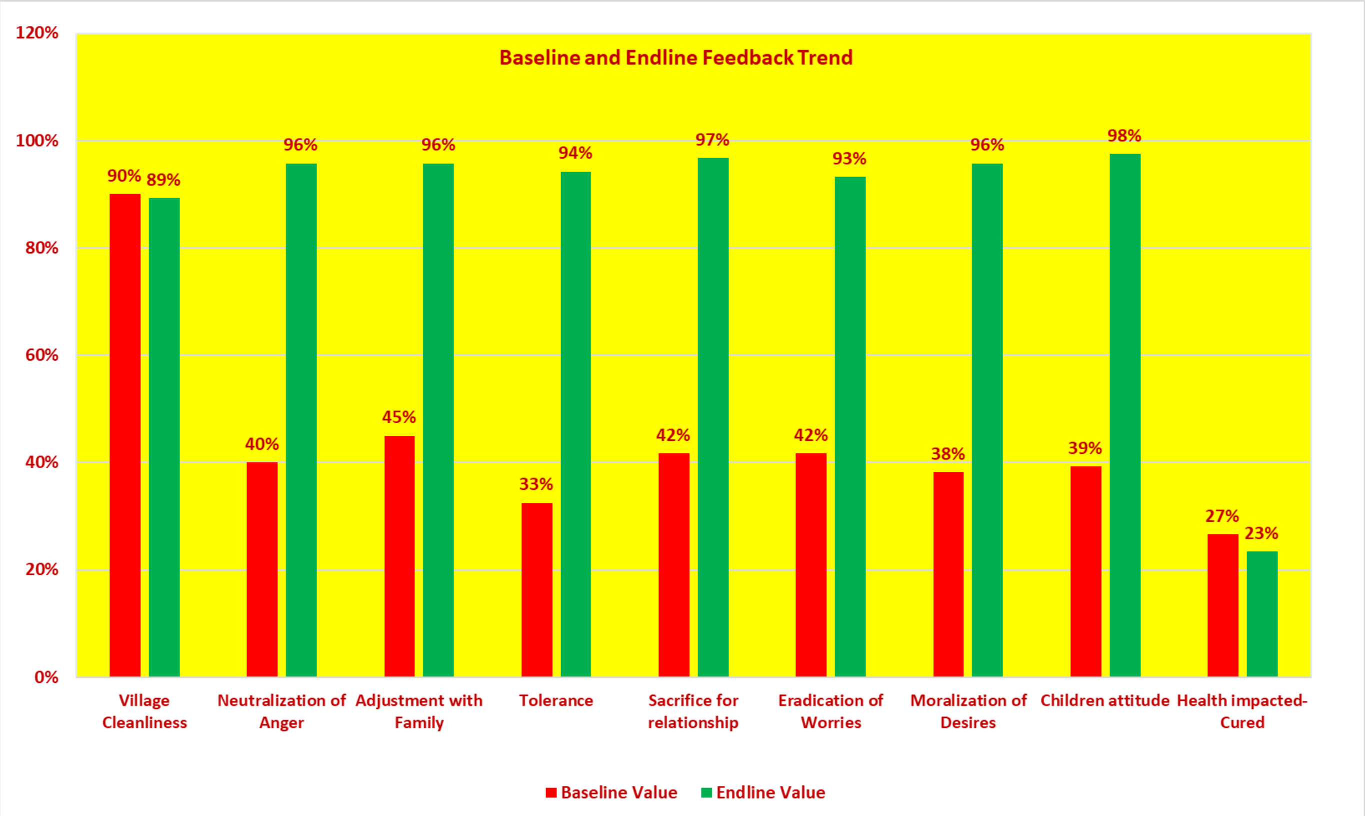
09.09.2023 *அன்று கச்சுப்பள்ளி கிராம மக்களுக்கு சேலம்* ***மண்டல மற்றும் எடப்பாடி அறக்கட்டளை பொறுப்பாளர்கள்*** *100 மரக்கன்றுகள் வழங்கப்பட்டது. இந்நிகழ்வில் பள்ளி மாணவர்கள் மற்றும் கிராம மக்கள் மொத்தம் 99 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டனர்.*

8. அனுபவ உரை

Result Inference

S.No.	Inference
1	100% of the student participants are good in studies and other activities(school/colleges)
2	98% of the participants are satisfied with change their children's attitude and Education
3	Around 96% of the participants are able to moralize their desires to be contented
4	Around 96 % of the participants are out of the depression compared to before joining the program
5	Around 96% of the participants able to control their anger
6	94% of the participants mental health has calmed due to the SKY Meditation
7	87% of the participants have made progress in family peace
8	Due to SKY Exercises and meditation-78 participants cured of joint pain, 53 participants cured of Overweight and Obesity, 44 participants cured of migraine and headache,33 participants cured of Ulcer, 22 participants cured of Blood pressure, sugar problems and Cholesterol.
9	**100% of the participants are happy with the VSP Programme compared to only 45% before joining the program.**

Feedback Trend



வாழ்க வையகம்

வாழ்க வையகம்

வாழ்க வளமுடன்

தேதி : 08/11/23

வணக்கம்

பெயர் : செ. வளர்மதி

வயது : 39

நான் கச்சுப்பள்ளி கிராமத்தில் வசித்து வருகிறேன். எனக்கு கடந்த சில ஆண்டுகளாக மனஅழுத்தம், உடல்உபாதையும் போன்ற பிரச்சனைகள் இருந்தது. இந்த பிரச்சனைகளுக்கு என்ன தீர்வு என்று யோசனை செய்து கொண்டிருந்த போது நமது கிராமத்திற்கு அடியார் அறிவு திருக்கோயில் மூலம் வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் மனவளக்கலைமூலம் யோகாசனம், காயகல்பம், அகத்தாய்வு போன்ற பயிற்சிகளில் நான் கலந்து கொண்டதன் மூலம் மனஅழுத்தம், உடல்உபாதையும் தீர்ந்து பல மாற்றங்கள் என்னுள் ஏற்பட்டுள்ளது. அடியாருக்கு சென்று பிரம்மஞானம் பயிற்சிக்க நான் கலந்து கொண்டு மனநிம்மதி, ஆசையினை சீர்றமைத்தல் எண்ணங்களை ஆராய்ந்து எண்ணுதல், கடைப்பிடித்து அறவாழ்வை வாழ அருளைநிறைய தொடர்ந்துயுள்ளோம். இதன் மூலம் நானும் என் குடும்பத்தார், உறவினர்கள், சுற்றார் எல்லாம் பயன் பெற்று நோய் இல்லாத சுக வாழ்வினை வாழ்கின்றோம். இதனை அமைத்துக்கொடுத்த வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களுக்கு மிக்க நன்றி. மேலும் எங்களுக்கு சிறப்பாக பயிற்சி அளித்த ஆசிரியர்களுக்கு நன்றி. இதனை அமைத்துக் கொடுத்த அனைத்து நல் உள்ளங்களுக்கும் நன்றி. மேலும் மனவளக்கலை கிராம சேவை மையம் தொடரவேண்டும்.

இப்படிக்கு.

S. வளர்மதி

குரு வாழ்க குருவே துணை

வாழ்க வளமுடன்.

வணக்கம் வாழ்க வளமுடன்

தேதி : 06.11.2023

பெயர் : S. குணசேகரன்

வயது : 41

நான் சேலம் மாவட்டம், கச்சுப்பள்ளி கிராமத்தில் வசித்து வருகிறேன். எனக்கு கடந்த சில ஆண்டுகளாக அதிக மன உளைச்சல் காரணமாக தூக்கம் இல்லாமல் மிகவும் கஷ்டப்பட்டு கொண்டிருந்தேன். இப்போது வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் மனவளக்கலை பயிற்சியின் மூலம் பயிற்சி பெற்றபின் தூக்கம் நன்றாக வருகிறது. மனமானது மிகவும் அமைதியாக இருக்கின்றது. காயகல்ப பயிற்சியினையும், உடற்பயிற்சியையும் நன்றாக கற்றுக் கொண்டேன். அகத்தாய்வு பயிற்சியில் கலந்து கொண்டபின் பல செயல்களில் மாற்றம் வந்துள்ளது. ஆசையினை சீரமைத்தல், எண்ணங்களை ஆராய்ந்து எண்ணுதல், அறநெறியை கடைப்பிடித்து அறவாழ்வை வாழ தொடங்கியுள்ளேன். இத்தகைய பயிற்சியின் மூலம் நானும் எனது குடும்பத்தார், உறவினர்கள், அறிந்தோர் எல்லோரும் பயன் பெற்று நோயில்லாத சுக வாழ்வினை வாழ்கின்றோம்.

இத்தகைய கிராம சேவை திட்டத்தினை அமைத்துக் கொடுத்த அடியார் அறிவுத் திருக்கோவில் நிர்வாகத்திற்கு எங்கள் குடும்பத்தின் சார்பாக நன்றியை தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

இப்படிக்கு

[illegible signature]

வாழ்க வையகம் வாழ்க வளமுடன்

வணக்கம் வாழ்க வளமுடன்

தேதி : 07.11.2023

பெயர் : S. புவனேஸ்வரி

வயது : 30.

நான் சேலம் மாவட்டம் கக்கபப்பள்ளி கிராமத்தில் வசித்து வருகிறேன். கிராமிய சேவை திட்டத்தில் சேர்ந்த பிறகு நான் பெற்ற அனுபவங்கள்.

உடற்பயிற்சி, காயகல்ப பயிற்சி இவற்றையும் செய்வதன் மூலம் உடல் ஆரோக்கியமாக உள்ளது.

தியானம் தொடர்ந்து செய்வதால் பிரச்சனைகளை கையாள்வதில் பொறுமையும், முடிவுகளை சரியாக எடுப்பதற்கான தெளிவும் கிடைக்கிறது.

ஆழியார் அறிவு திருக்கோயிலில் நான் யார், குரு என்பவர் யார்? இறைவனை அடையும் வழி ஆகியன பற்றி தெளிவு கிடைத்தது.

எண்ணத்தின் வலிமையை உணர்ந்தேன். எண்ணத்தை ஆராய கற்றுக் கொண்டேன்.

இந்த கிராம சேவை திட்டத்தை அமைத்துக் கொடுத்து தனிமனித ஒழுக்கம், குடும்ப ஒழுக்கம் மேம்பட உதவிய ஆழியார் அறிவுத் திருக்கோயிலுக்கு மிகவும் கடமைப்பட்டுள்ளேன்.

நன்றி

வாழ்க வையகம் வாழ்க வளமுடன்

வணக்கம் வாழ்க வளமுடன்

தேதி : 7/11/2023
பெயர் : சக்திவேல் .M
வயது : 25

நான் சேலம் மாவட்டம், கர்சுப்பள்ளி கிராமத்தில் வசித்து வருகிறேன். நான் இந்த பிரபஞ்சத்தில் மிகவும் சிறந்ததாக நினைப்பது அமைதியே. அந்த அமைதியை தேடிய பயணத்தில் தியானம் என்ற பரிசு கிடைத்தது. சில மாத காலமாக சரியான குரு இல்லாமல் தியானத்தில் ஈடுபட்டிருந்தேன். அப்பொழுதுதான் வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் அடியார் அறிவுத் திருக்கோவில் நிர்வாகத்தின் கீழ் கிராமிய சேவை திட்டத்தில் மனவளக்கலையை கற்றுக்கொடுக்க குருமார்கள் கிடைத்தனர். அங்கு ஒன்பது மைய தவம், பஞ்சபூத தவம், நவகிரக தவம் உடற்பயிற்ச்சி மற்றும் காயகல்பம் போன்றவற்றை கற்றுக்கொண்டேன். இப்பொழுது முழுமையான மன அமைதி கிடைத்தது.

வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் அடியார் அறிவுத் திருக்கோவில் மற்றும் கிராமிய சேவை திட்டத்தில் குருமார்கள் அவர்களுக்கும் எனது நன்றியை தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

இப்படிக்கு
7/11/2023

வாழ்க வையகம் வாழ்க வளமுடன்

மதிப்பிற்குரிய ஐயா,

வணக்கம், என்னுடைய பெயர் P. ஏழுமலை நான் சேலம் மாவட்டம் எடப்பாடி வட்டம் கோரணம்பட்டி காட்டுவளவில் வசித்து வருகின்றேன். ஆழியார் அறிவுத்திருக்கோயில் மூலம் கச்சுப்பள்ளி கிராம சேவா திட்டத்தில் வேதாத்திரி மகரிஷி மனவளக்கலை பயிற்சியில் கலந்துகொண்டு காயகல்ப, உடற்பயிற்சி, தியானம், அகத்தாய்வு மற்றும் பிராணாயாமம் பயிற்சி முடித்து தற்போது நன்றாக பயிற்சி செய்து வருகிறேன். பயிற்சிக்கு முன்னால் எனது வேலை பளு காரணமாக டென்சன் மன உளைச்சல், கோபம், கைகால் வலி, உடம்பு வலி இருந்தது. தற்போது உடலில் நல்ல சுறுசுறுப்பு, மனதில் அமைதியான தெளிவான சிந்தனை, கைகால் வலி இல்லை, நல்ல உறக்கம் கிடைக்கின்றன.

இத்தகைய கிராம சேவைத்திட்டத்தினை அமைத்துக்கொடுத்த ஆழியார் அறிவுத்திருக்கோயில் நிர்வாகம் மற்றும் ஆசிரியர்களுக்கும் எங்கள் குடும்பத்தின் சார்பாக நன்றியினை தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

வாழ்க வையகம் வாழ்க வையகம் வாழ்க வளமுடன்.

பெயர்: P. ஏழுமலை
ஊர்: கோரணம்பட்டி
தேதி: 7/11/2023

இப்படிக்கு
[signature]

9. எதிர்காலத் திட்டங்கள்:

*ஆரோக்கியமும், அமைதியும் மிக்க **கச்சுப்பள்ளி** கிராமம், **எடப்பாடி** 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.*

10. வாழ்த்து:

*__கச்சுப்பள்ளி__ கிராமத்தை அமைதி கிராமமாகவும், ஆரோக்கிய கிராமமாகவும் மாற்றுவதற்க்கு கிராமிய சேவைத் திட்டத்தை வழிநடத்திக் கொண்டிருக்கும் உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர்,**பத்மஸ்ரீ.அருள்நிதி**.SKM.**மயிலானந்தன்** அவர்களுக்கும், இத்திட்டம் சிறப்பாக செயல்படுவதற்கு பொருள் உதவி வழங்கிய **SKY YOGA Centre, USA-க்கும்,** இத்திட்டத்தை ஒருங்கிணைந்து நடத்தி கொடுத்த **சேலம்** மண்டல பொறுப்பாளர்களுக்கும், **எடப்பாடி** மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை பொறுப்பாளர்களுக்கும், பல்வேறு சிறப்பு முகாம்களை நடத்திக் கொடுத்த அனைத்து ஒருங்கிணைப்பாளர்களுக்கும், பயிற்சிகளை நடத்திக்கொடுத்த மனவளக்கலை கிராம ஆசிரியர்கள் **Asst.Prof.S.K.Ramu & Asst.Prof.P.Mariyammal** அவர்களுக்கும் சிறப்பு வகுப்புகள் நடத்திய ஆசிரிய பெருமக்களுக்கும், இத்திட்டம் முழுமையாக செயல்பட ஒருங்கிணைந்து சேவையாற்றிய **VSP நிர்வாகக்குழு, வளர்ச்சிக்குழு மற்றும் சேவைக்குழு** உறுப்பினர்களுக்கும், பயிற்சிகள் பெற்று பயனடைந்த ஊர்ப்பொது மக்கள் அனைவர்க்கும் உலக சமுதாய சேவா சங்கம் கிராமிய சேவைத்திட்ட இயக்குனரகத்தின் சார்பாக மனமார்ந்த நன்றிகளையும், வாழ்த்துக்களையும் தெரிவித்து மகிழ்கின்றோம்.*

உயர்ந்தோர்கள் ஒன்றுபட்டு, தாழ்ந்தோர்கள் தம்மை
உயர்த்துவதே தொண்டு நிலையங்கள் நோக்கம்.
உயர்ந்தநிலை அனைவருக்கும் கிட்டும் போதே
உலக சமாதனம் என்ற அமைதி உண்டாம்.

-வேதாத்திரி மகரிஷி

தொண்டாற்றி இன்பம் காண்போம்! *நன்றி, வாழ்க வளமுடன்!*

குருவின் சேவையில்
WCSC-VSP இயக்குனரகம்
அறிவுத்திருக்கோயில், ஆழியார்