கிராமிய சேவைத் திட்டம்

ஆழியார் அறிவுத்திருக்கோயில்
பொள்ளாச்சி மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை
S. மலையாண்டிபட்டிணம் கிராமம்

(WCSC-VSP) கிராமிய சேவைத் திட்டத்தின் இலக்கு

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

தூய்மையும் பசுமையும் மிக்க ஆரோக்கியமான அமைதி கிராமம்

ஆழியார் அறிவுத்திருக்கோயில்
பொள்ளாச்சி மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை
S. மலையாண்டிபட்டிணம் கிராமம்

Contents

1. செயல்பாட்டு அறிக்கை 3
2. கிராமிய சேவைத் திட்டத்தின் நோக்கம் 4
3. திட்டத்தின் நோக்கமும் இலக்கும் 4
4. S.மலையாண்டிபட்டிணம் கிராமத்தின் தொடக்கவிழா 5
5. மருத்துவ முகாம் 7
6. மனநல ஆலோசனை முகாம் 7
7. சுற்றுப்புற சுகாதார விழிப்புணர்வு முகாம் - மரக்கன்று வழங்குதல் 7
8. மகளிர் மேம்பாட்டுத் திட்டம் -இலவச தையல் கலை பயிற்சி 8
9. பிரம்மஞானம் மற்றும் ஆசிரியர் பயிற்சி 8
10. அகத்தாய்வு 1 9
11. அகத்தாய்வு 2 9
12. அகத்தாய்வு 3 9
13. அனுபவ உரை 10
14. எதிர்காலத் திட்டங்கள்: 16
15. வாழ்த்து: 16

1. செயல்பாட்டு அறிக்கை

S.No	Description	Information		
1.	கிராமத்தின் பெயர்	*S. மலையாண்டிபட்டிணம்*		
2.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் தொடங்கிய நாள்	**29-03-2025**		
3.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் நிறைவுநாள்	**19-08-2025**		
4.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் காலம்	**5** மாதங்கள்		
5.	மண்டலம்	கோவை		
6.	அறக்கட்டளை	பொள்ளாச்சி		
7.	நிதி உதவி வழங்கியவர்	ஆழியார் அறிவுத்திருக்கோயில்		
8.	கிராம மக்களின் மொத்த எண்ணிக்கை	ஆண்:150	பெண்:150	மொ:300
9.	கிராமத்தில் உடற்பயிற்சி கற்றவர்கள்	ஆண்:93	பெண்:323	மொ:416
10.	காயகல்ப பயிற்சி கற்றவர்கள் எண்ணிக்கை	ஆண்:84	பெண்:305	மொ:389
11.	தவம் பயின்றவர்களின் எண்ணிக்கை	ஆண்:82	பெண்:305	மொ:387
12.	முதல் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:46	பெண்:189	மொ:235
13.	இரண்டாம் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:25	பெண்:121	மொ:146
14.	மூன்றாம் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:16	பெண்:87	மொ:103
15.	பிரம்மஞானம் பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:13	பெண்:26	மொ:39
16.	ஆசிரியர் பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:01	பெண்:03	மொ:04
17.	உடற்பயிற்சி பயின்றவர்கள் (Students below 14)	ஆண்:65	பெண்:97	மொ:162

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 **361**-வது கிராமமாக S. மலையாண்டிபட்டிணம் கிராமத்தில் கிராமிய சேவைத்திட்டம் துவங்கப்பட்டது.

இக்கிராமத்தில் **29-03-2025**-ஆம் தேதியிலிருந்து **19-08-2025**-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

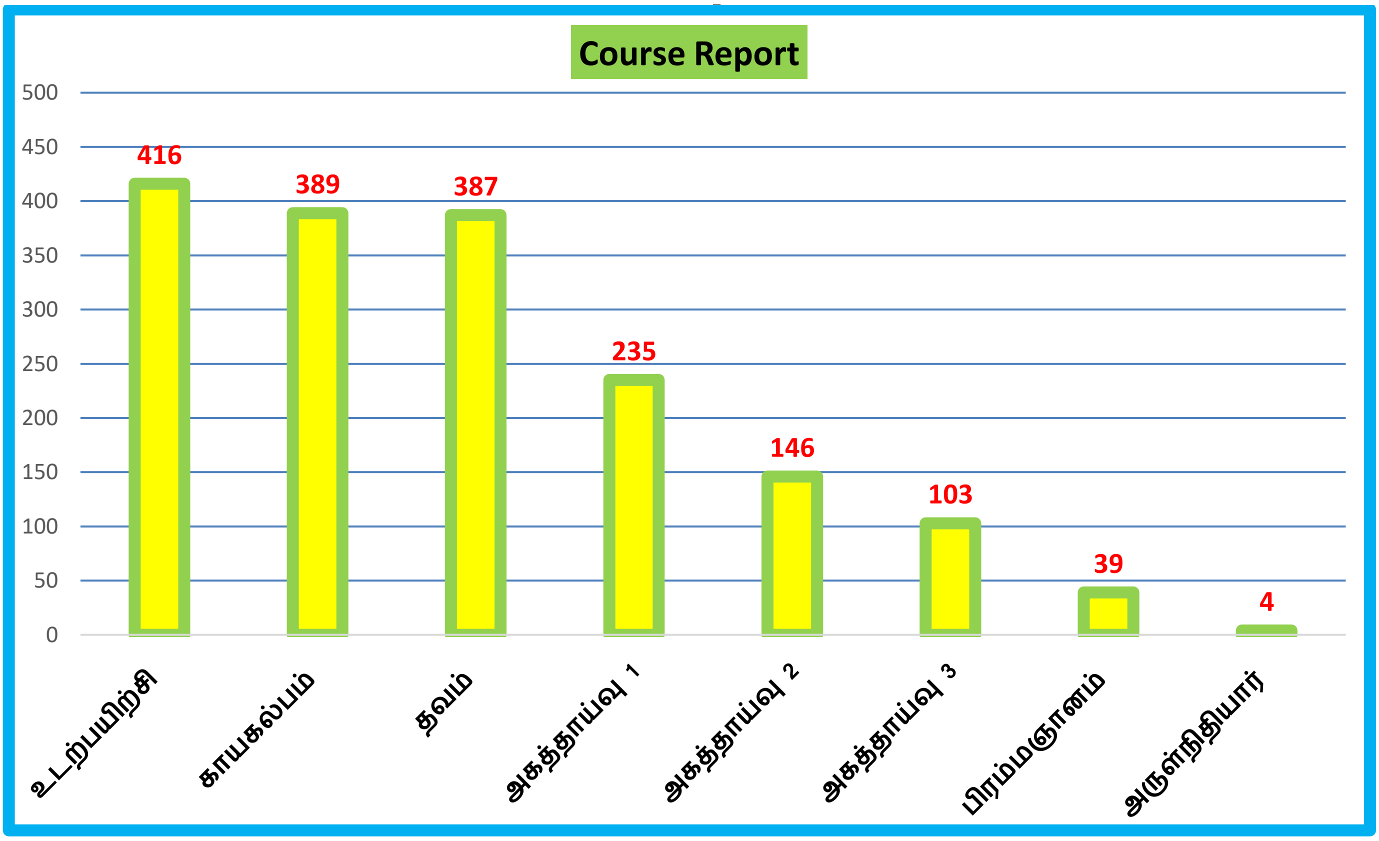
ஆரோக்கியமும் அமைதியும் மிக்க வேதாத்திரி கிராமம்

4. *S.மலையாண்டிபட்டிணம் கிராமத்தின் தொடக்கவிழா*

*ஆழியார் அறிவுத்திருக்கோயில் நிதி உதவியுடன் கோவை மண்டலம், பொள்ளாச்சி மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை சார்பாக 29-03-2025 -ஆம் தேதி உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர், பத்மஸ்ரீ.அருள்நிதி.***SKM.** *மயிலானந்தன் அவர்களால் (காணொளி காட்சி) மூலமாக உலக சமுதாய சேவா சங்க கொடியேற்றத்துடன் மரம் நடுதல் விழாவுடனும் S. மலையாண்டிபட்டிணம் கிராமிய சேவைத் திட்டம் துவக்கி வைக்கப்பட்டுள்ளது.*

வாழ்க வையகம் குருவே துணை வாழ்க வளமுடன்

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



5. மருத்துவ முகாம்

26.06.2025 அன்று S. மலையாண்டிபட்டிணம் கிராமத்தில் VSP மருத்துவ குழு மூலமாக மருத்துவ முகாம் நடைபெற்றது. இதில் கிராம மக்கள் மொத்தம் 30 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டனர்.

6. மனநல ஆலோசனை முகாம்

15.08.2025 அன்று A/N.M.K.Janakiraman, Psychologist அவர்களால் S. மலையாண்டிபட்டிணம் கிராமத்தில் மன நல ஆலோசனை முகாம் நடத்தப்பட்டது. இம்முகாமில் ஆண்கள்-04, பெண்கள்-37 மொத்தம்-41 பேர்கள், தனி நபர் ஆலோசனை 5 பேர் கலந்துகொண்டனர்.

7. சுற்றுப்புற சுகாதார விழிப்புணர்வு முகாம் - மரக்கன்று வழங்குதல்

28.09.2024 S. மலையாண்டிபட்டிணம் கிராமத்தில் கிராம மக்களுக்கு 150 மரக்கன்றுகள் வழங்கப்பட்டது.

8. மகளிர் மேம்பாட்டுத் திட்டம் -இலவச தையல் கலை பயிற்சி

29.03.2025 அன்று அ/நி.M.சின்னசாமி, நிர்வாக அறங்காவலர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம் அவர்களால் மகளிர் மேம்பாட்டுத் திட்டம் -இலவச தையல் கலை பயிற்சி துவக்கவங்கப்பட்டது. இலவச தையல் பயிற்சி மூலமாக 32 கிராமப் பெண்கள் பயிற்சி பெற்று பயனடைந்துள்ளனர்.

9. பிரம்மஞானம் மற்றும் ஆசிரியர் பயிற்சி

10.அகத்தாய்வு 1

11.அகத்தாய்வு 2

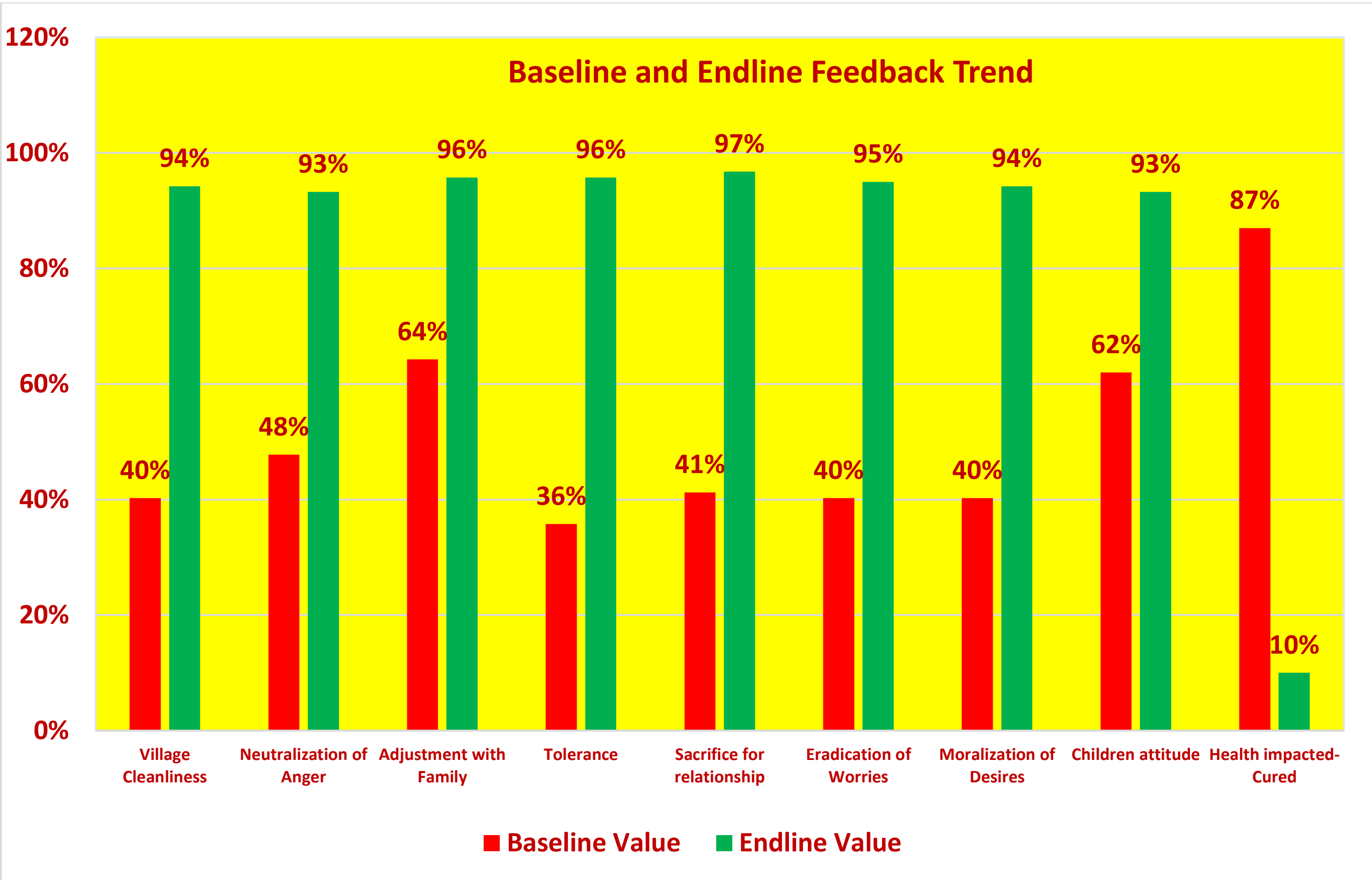
12. அகத்தாய்வு 3

13.அனுபவ உரை

Result Inference

S.No.	Inference
1	100% of the Student Participants are good in studies and other Activities (School/College)
2	100% of the addicted participants are able to completely control tobacco/alcohol/drugs
3	100% of the Women participants are satisfied with their tailoring skills developed.
4	Around 97% of the participants are benefitted with the exercises and leading a healthy life
5	95% of the participants are able to eradicate worries and maintain a healthy life
6	94% of the participants mental health has calmed due to the SKY Meditation
7	93% participants are able to control their anger
8	Around 87% (260) of the participants have made progress in family peace
9	90% of the participants are out of the depression compared to before joining the program
10	Due to SKY Exercises and meditation- 30 participants cured of migraine and Headache, 30 participants cured of sugar problem, 30 women participants cured of Menstrual Problem, 10 participants cured of Joint Pain, 20 participants cured of Asthma Problem and cholesterol, 20 participants cured of overweight and obesity.
11	**100% of the participants are happy with the VSP Programme compared to only 51% before joining the program**

Feedback Trend



S. மல்லிகா
சீலக்காம்பட்டி
6381 646244

வணக்கம்,

நான் கலந்து கொண்ட யோகா வகுப்பின் மூலம் எனது மூச்சுக் கட்டுப்பாடு, உடல் நலம் மற்றும் மன அமைதி ஆகியவை மிகவும் மேம்பட்டுள்ளன. ஆசிரியர்கள் மிக அருமையாக கற்பித்ததினால், நான் வீட்டிலும் தொடர்ந்து பயிற்சி செய்யும் திறனை பெற்றுள்ளேன்.

இந்த பயிற்சியை சிறப்பாக நடத்தி வழங்கிய அனைத்து ஆசிரியர்களுக்கும் என் மனமார்ந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன். மேலும், இத்தகைய அருமையான வாய்ப்பை ஏற்பாடு செய்த கிராம சேவா யோகா மையத்திற்கும் எனது இதயபூர்வமான நன்றி.

யோகத்தின் பயன்களை இன்னும் பலருக்கும் சேர்க்கும் உங்களின் முயற்சி தொடர வாழ்த்துகிறேன்.

மிகுந்த நன்றியுடன்,
S. மல்லிகா

பொ[illegible]
13/08/25

N. சீனிவாசன்.
1/101, S. மலையாண்டிபட்டிணம்
பொள்ளாச்சி (T.K)

ஐயா வணக்கம்,

தங்களது பயிற்சி வகுப்பின் சில நாட்களிலேயே வெற்றி நடை பதித்த காலடித்தடத்தின் சுவடுகளை கண்டேன். எனவே இதை தவறாமல் பயன்படுத்த வேண்டும் என நினைத்தேன். அதனின் பயிற்சி வகுப்பின் மூலம்

(i) வரைமுறை இல்லாத எனது உறக்கம் வரை முறை அடைந்தது.
(ii) கண்கள் ஒளி மிகுதியானது,
(iii) சுவாசங்கள் சுத்தமானது. மனம் அமைதி பெற்றது.
(iv) உடல் சுறுசுறுப்பாக இயங்குகிறது.
(v) ஆசிரியரின் வழி நடத்தலின் கீழ் யோகாசனம் செய்வது எங்களுக்கு மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கிறது.
(vi) அதிகாலை யோகா பயிற்சி மற்ற வேலைகளை சுறுசுறுப்பாக இயக்கிறது.
(vii) சக மாணவர்களுடன் சேர்ந்து யோகாசனம் செய்வதால் மனதிற்கும் புத்துணர்ச்சி அளிக்கிறது.

மொத்தத்தில் இந்த சில நாட்களில் ~~[illegible]~~ தலை என்னும் பெட்டகத்தில் மூலையில் முடங்கி கிடந்த மூளை என்ற வைரம் பட்டை தீட்டப்பட்டது என்று சொல்லும் அளவிற்கு தங்களின் பயிற்சி வகுப்புகள் இருந்தன.

நன்றி / வாழ்க வையகம்
வாழ்க வளமுடன்
வளர்க இந்த சேவை

தொலைபேசி
8675083002

இப்படிக்கு தங்களின்
பயனாளி
N. சீனிவாசன்.

எஸ் புலையாண்டிபட்டணம்
16.08.25.

வாழ்க வையகம், வாழ்க வளமுடன்.

நான் எஸ் புலையாண்டிபட்டணத்தின் கிராமிய சேவைத் திட்டத்தின் மூலம் நடத்திய
நடந்த கிராமிய சேவைத் திட்டத்தின் மூலம் நடத்திய
ஆசிரியர் அறிவுத் திருக்கோயில் நடத்திய அனைத்து
பயிற்சிகளிலும் கலந்து கொண்டு ஒரு மாதம் பயிற்சி
பெற்றேன். மேலும் முறைப்படி ஞான பயிற்சிக்கு
ஆழியார் சென்றிருந்தேன். எளியமுறை உடற்பயிற்சி
தவங்கள். அகத்தாய்வுப் பயிற்சிகள் அனைத்தும்
மிகவும் பயனுள்ளதாக உள்ளது உடலுக்கும், மனதிற்கு
மன அமைதி, நல்ல தூக்கம், சினம் தவிர்த்தல், போன்ற
மாற்றங்கள் எனக்கு தெரிகிறது. மிகவும் பயனுள்ளதாக
அமைந்த இப்பயிற்சியினை அளித்த ஆசிரியர்களுக்கு
எனது மனப்பூர்வமான நன்றிகள்.

வாழ்க வையகம்
வாழ்க வளமுடன்.

த. கிருஷ்ணசாமி.
இப்படிக்கு

வாழ்க வளமுடன். 13.8.2025

அனுப்புனர்: ம. சித்ரா
S. மணியாண்டிபட்டணம்
சீலக்காட்டுப்பட்டி.
அலைபேசி: 9047043093

பெறுநர்: VSP. கிராமிய சேவை திட்டம்.
ஆழியார் அறிவுத் திருக்கோவில்.
ஆழியார்..

வாழ்க வளமுடன்..

நான் கிராமிய சேவை திட்டத்தின் மூலம் S. மணியாண்டிபட்டணம் கிராமத்தில் மனவளக்கலை யோக பயிற்சி கற்றுக் கொண்டேன். எனக்கு இப்போது உடல் நலமாக உள்ளது. மன அழுத்தம் குறைந்தது. நான் முழுவதும் சுறுசுறுப்பாக எனது பணிகளை இஷ்டப்பட்டு செய்கிறேன். மேலும் நான் ஆழியார் அறிவுத் திருக்கோவில் பயிற்சி 3 நாட்கள் சென்றேன். பயிற்சிகள் சிறப்பாக இருந்தது. எங்களுக்கு கேட்டு தெரிந்து கொள்ள முடியாத பல விஷயங்கள். (உடல், உயிர், மனம் சார்ந்தது) இறைநிலையே திருமாற்றம் பெற்ற எல்லா உயிர்களாகவும் இருக்கின்றது என்பதை உணர்ந்தேன். அனைவரிடமும் அன்புடன் நடந்து கொள்கிறேன். இந்த பயிற்சிகள் அனைத்தும் அனைவருக்கும் தேவை. பயிற்சி கொடுத்த ஆசிரியர் பயிற்சிகளை நன்றாக சொல்லித் தந்தார்கள் அனைவருக்கும் வாழ்க வளமுடன்...

நன்றி!

ம. சித்ரா

P. சந்திரசேகர்
S. மலையாண்டி பட்டணம்
சிலக்காம் பட்டி

அன்புடையீர் வணக்கம்!-

எங்கள் கிராமத்தில் கடந்த இரண்டு மாதம் அறிவுத்திருக்கோவில் மூலம் கிராம சேவா யோகா திட்டத்தில் சேர்ந்து நான் கலந்து கொண்டதன் மூலம் தேகப்பயிற்சி. காயகல்பப் பயிற்சி உடல் பயிற்சிகள் கற்று கொண்டேன். ஆசிரியர்கள் மிக அருமையாக கற்பித்ததினால் நான் விருப்பம் தொடர்ந்து பயிற்சி செய்யும் திறனை பெற்றுள்ளேன்.

இந்த பயிற்சியை சிறப்பாக நடத்தி ஏற்பாடு செய்த அனைத்து ஆசிரியர்களுக்கும் மனமார்ந்த நன்றியைத் தெரிவித்து கொள்கிறேன். மேலும் இத்தகைய அருமையான வாய்ப்பை ஏற்பாடு செய்த கிராம சேவா திட்டத்தி ஆழியார் அறிவுத் திருக்கோயில் அங்கு அனைத்து ஆசிரியர்களுக்கு இதயபூர்வமான நன்றி

இப்படிக்கு
P. Chandr... [signature]

14. எதிர்காலத் திட்டங்கள்:

ஆரோக்கியமும், அமைதியும் மிக்க S.மலையாண்டிபட்டிணம் கிராமம், பொள்ளாச்சி 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.

15. வாழ்த்து:

S. மலையாண்டிபட்டிணம் 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 ஆழியார் அறிவுத்திருக்கோயில்-க்கும், இத்திட்டத்தை ஒருங்கிணைந்து நடத்தி கொடுத்த கோவை மண்டல பொறுப்பாளர்களுக்கும், பொள்ளாச்சி மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை பொறுப்பாளர்களுக்கும், பல்வேறு சிறப்பு முகாம்களை நடத்திக் கொடுத்த அனைத்து ஒருங்கிணைப்பாளர்களுக்கும், பயிற்சிகளை நடத்திக்கொடுத்த மனவளக்கலை கிராம ஆசிரியர்கள் *Asst.Prof.V.Appadhurai & Asst.Prof.M.Dhanalakshmi* 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