கிராமிய சேவைத் திட்டம்

மதுரை மண்டலம்
மதுரை அறிவுத்திருக்கோயில்

பசுக்காரன்பட்டி 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

மதுரை மண்டலம்
மதுரை அறிவுத்திருக்கோயில்
பசுக்காரன்பட்டி கிராமம்

Contents

1. செயல்பாட்டு அறிக்கை 3
2. கிராமிய சேவைத் திட்டத்தின் நோக்கம் 4
3. திட்டத்தின் நோக்கமும் இலக்கும் 4
4. பசுக்காரன்பட்டி கிராமத்தின் தொடக்கவிழா 5
5. மருத்துவ முகாம் 7
6. மனநல ஆலோசனை முகாம் 7
7. சுற்றுப்புற சுகாதார விழிப்புணர்வு முகாம் 8
8. ஆரோக்கியமேம்பாட்டு விழிப்புணவு முகாம் (மது ஒழிப்பு) 8
9. அனுபவ உரை 9
10. எதிர்காலத் திட்டங்கள்: 15
11. வாழ்த்து: 15

1. செயல்பாட்டு அறிக்கை

S.No	Description	Information		
1.	கிராமத்தின் பெயர்	பசுக்காரன்பட்டி		
2.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் தொடங்கிய நாள்	**10-05-2025**		
3.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் நிறைவுநாள்	**08-10-2025**		
4.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் காலம்	**5** மாதங்கள்		
5.	மண்டலம்	மதுரை		
6.	அறக்கட்டளை	மதுரை அறிவுத்திருக்கோயில்		
7.	நிதி உதவி வழங்கியவர்	*RAMRAJ COTTON*		
8.	கிராம மக்களின் மொத்த எண்ணிக்கை	ஆண்:*100*	பெண்:*250*	மொ:*350*
9.	கிராமத்தில் உடற்பயிற்சி கற்றவர்கள்	ஆண்:*85*	பெண்:*221*	மொ:*306*
10.	காயகல்ப பயிற்சி கற்றவர்கள் எண்ணிக்கை	ஆண்:*75*	பெண்:*221*	மொ:*296*
11.	தவம் பயின்றவர்களின் எண்ணிக்கை	ஆண்:*69*	பெண்:*211*	மொ:*280*
12.	முதல் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:*25*	பெண்:*70*	மொ:*95*
13.	இரண்டாம் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:*05*	பெண்:*60*	மொ:*65*
14.	மூன்றாம் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:*05*	பெண்:*55*	மொ:*60*
15.	பிரம்மஞானம் பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:*03*	பெண்:*03*	மொ:*06*
16.	உடற்பயிற்சி பயின்றவர்கள் *(Students below 14)*	ஆண்:*38*	பெண்:*50*	மொ:*88*

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 **367**-வது கிராமமாக பசுக்காரன்பட்டி கிராமத்தில் கிராமிய சேவைத்திட்டம் துவங்கப்பட்டது.

இக்கிராமத்தில் 10-05-2025-ஆம் தேதியிலிருந்து **08-10-2025**-ஆம் நாள் வரை மனவளக்கலை யோகா பயிற்சிகளும், பலசிறப்பு முகாம்களும் நடத்தப்பட்டன. இதன் மூலம் கிராம மக்கள் அன்பும், அமைதியும் மற்றும் ஆரோக்கியமும் அடைந்துள்ளனர்.

3. திட்டத்தின் நோக்கமும் இலக்கும்

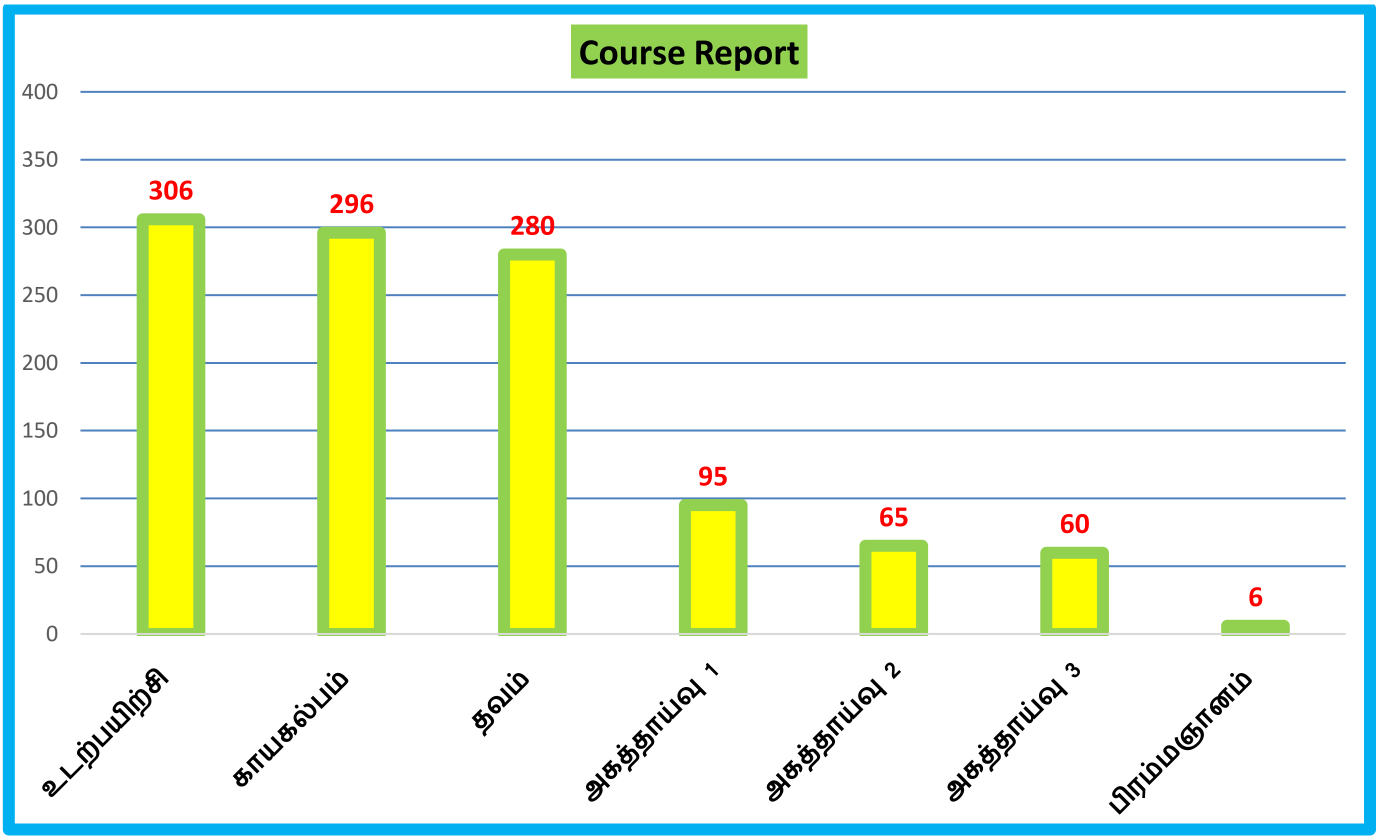
- நோயற்றவாழ்வு
- குடும்பஅமைதி
- முதியோரைபாதுகாத்தல்
- கல்வியில்மேன்மை
- சுற்றுப்புறசுகாதாரம்
- சமுதாயவிழிப்புணர்வு
- மதநல்லிணக்கம்
- மனிதநேயம்

ஆரோக்கியமும் அமைதியும் மிக்க வேதாத்திரி கிராமம்

4. பசுக்காரன்பட்டி கிராமத்தின் தொடக்கவிழா

*RAMRAJ COTTON நிறுவனத்தின் நிதி உதவியுடன் மதுரை மண்டலம், மதுரை அறிவுத்திருக்கோயில் சார்பாக 10-05-2025-ஆம் தேதி உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர், பத்மஸ்ரீ.அருள்நிதி.***SKM.***மயிலானந்தன் அவர்களால் உலக சமுதாய சேவா சங்க கொடியேற்றத்துடன் மரம் நடுதல் விழாவுடனும் பசுக்காரன்பட்டி கிராமிய சேவைத் திட்டம் துவக்கி வைக்கப்பட்டுள்ளது.*

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



5. மருத்துவ முகாம்

28.05.2025 அன்று பசுக்காரன்பட்டி கிராமத்தில் *VSP Medical Team* மூலமாக மருத்துவ முகாம் நடைபெற்றது. இதில் கிராம மக்கள் ஆண்கள்-*12*, பெண்கள்-*18*, மொத்தம்-*30* அன்பர்கள் கலந்துகொண்டனர்.

6. மனநல ஆலோசனை முகாம்

25.08.2025 அன்று *A/N.M.K.Janakiraman, Psychologist* அவர்களால் பசுக்காரன்பட்டி கிராமத்தில் மன நல ஆலோசனை முகாம் நடத்தப்பட்டது. இம்முகாமில் ஆண்கள்-*12*, பெண்கள்-*60*, மொத்தம்-*72* பேர் கலந்துகொண்டனர். தனிநபர் ஆலோசனை *18* அன்பர்களுக்கு வழங்கப்பட்டது.

7. சுற்றுப்புற சுகாதார விழிப்புணர்வு முகாம்

21.09.2025 அன்று பசுக்காரன்பட்டி கிராமத்தில் மண்டலம் மற்றும் அறக்கட்டளை பொறுப்பாளர்களால் கிராம மக்களுக்கு 110 மரக்கன்றுகள் வழங்கப்பட்டது.

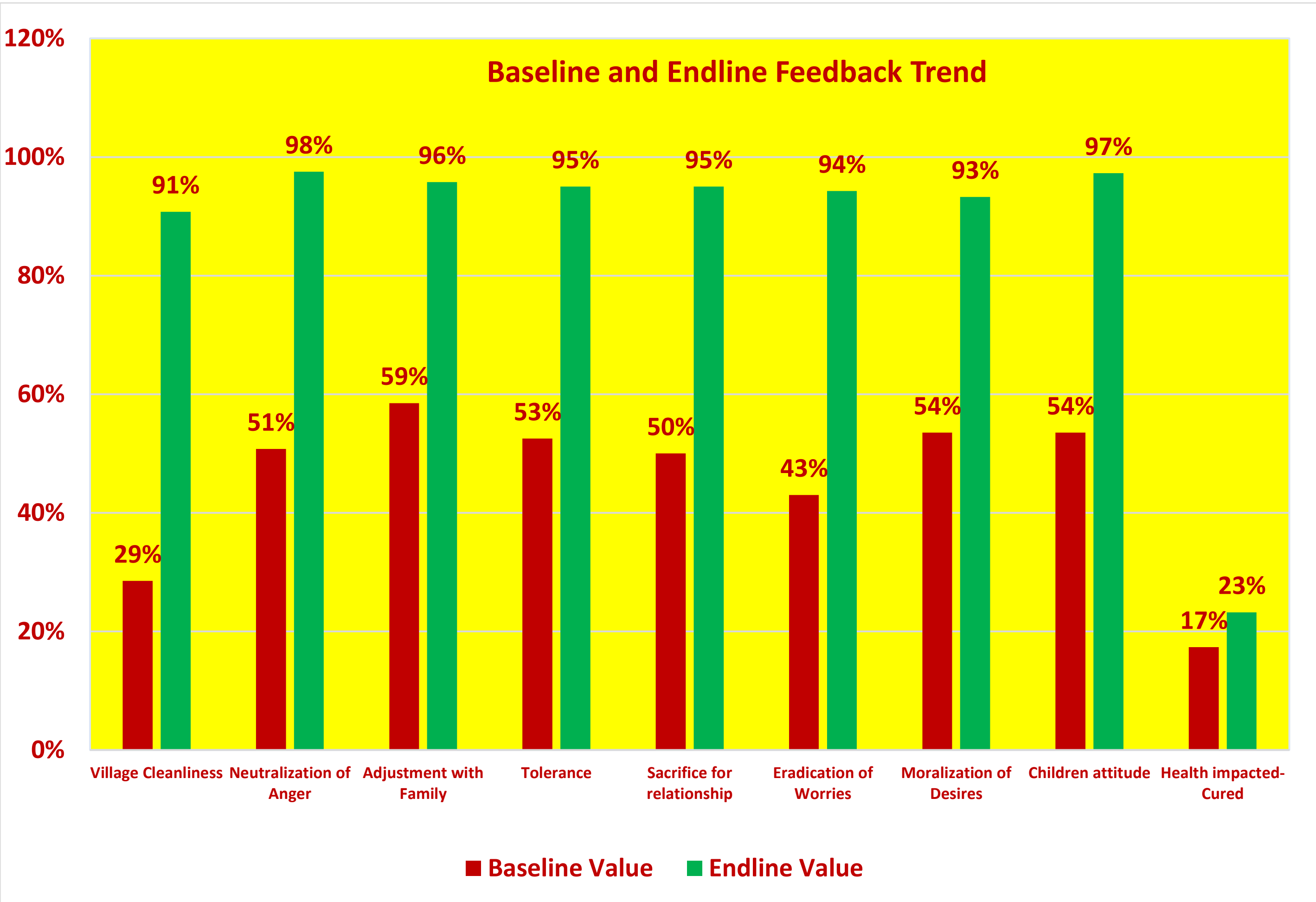
8. ஆரோக்கியமேம்பாட்டு விழிப்புணவு முகாம் (மது ஒழிப்பு)

21.09.2025 அன்று பசுக்காரன்பட்டி கிராமத்தில் AAA Counsellors அவர்களால் கிராம மக்களுக்கு மது ஒழிப்பு விழிப்புணர்வு முகாம் நடத்தப்பட்டது.

9. அனுபவ உரை

S.No.	Inference
1	96%of the participants are out of the depression compared to before joining the program
2	95% of the participants are benefitted with the exercises and leading a healthy life
3	Around 94% of the participants are able to control their anger
4	95% of the participants are benefitted with the exercises and leading a healthy life
5	95% of the participants are satisfied with their children education and attitude
6	Around 93% of the participants mental health has calmed due to the SKY Meditation
7	Around 83% (220)of the participants have made progress in family peace
8	Due to SKY Exercises and meditation-75 Participants cured of Joint pain, 25 participants cured of blood pressure, 22 participants cured of Migraine and Headache, 10 participants cured of Sugar problem, 5 participants cured of obesity and overweight and 10 women participants cured of Menstrual problem (PCOD).
9	**98% of the participants are happy with the VSP Programme compared to only 34% before joining the program**

Feedback Trend



வாழ்க வையகம் குருவாழ்க வாழ்க வளமுடன்

குருவே துணை

வணக்கம், வாழ்க வளமுடன்

என் பெயர் R. பெரிய செல்வி என் வயது : 59 நான் பசுக்காரன்பட்டி கிராமத்தில் வசித்து வருகிறேன்

எனக்கு 3 ஆண்டுகளாக மூல நோய் இருந்தது. இதனால் மிகவும் அவதிபட்டேன்.

எங்கள் ஊரில் கிராமிய சேவை திட்டம் ஆரம்பிக்க பட்டது அங்கு நடைபெற்ற பயிற்சி வகுப்பில் நான் கலந்து கொண்டேன் காய கல்ப பயிற்சி கற்று தந்தார்கள். அதை கற்று கொண்டு தொடர்ந்து செய்து வந்தேன். என்னுடைய மூல நோய் முழுமையாக குணமாகி விட்டது. இதை அறிந்து என்னுடைய கணவரும் பயிற்சியில் கலந்து கொண்டார்கள்.

நாங்கள் விவசாயம் செய்கிறோம். எங்கள் தோட்டத்தில் பூ பறிக்க தொடங்கும் போது "வாழ்க வளமுடன்" என்று சொல்லி பூ எடுக்க ஆரம்பிக்கும் போது எங்கள் தோட்டத்தில் பூக்கள் வருகை அதிகரித்தது.

எனது உடல் எடை பயிற்சிக்கு முன்பு 75 கிலோ இருந்தது. தொடர்ந்து பயிற்சி செய்தால் கடந்த மூன்று மாதங்களில் "5" கிலோ எடை குறைந்தது.

இந்த பயிற்சியை நாங்கள் இருவரும் தொடர்ந்து செய்வோம். இந்த பயிற்சியை தந்த "குரு மகரிஷி"க்கு நன்றி! எங்கள் ஊருக்கு கொண்டு வந்த அன்பு உள்ளங்களுக்கு நன்றி!!

வாழ்க வையகம்
வாழ்க வளமுடன்

வாழ்க வளமுடன்

குருவே துணை

வணக்கம்,

என் பெயர் R. முத்தம்மாள். வயது . 60 நான் பசுக்காரன் பட்டி கிராமத்தில் இருக்கிறேன்.

எனக்கு, கை, கால் வலியும் எரிச்சலும் அதிகமாக இருக்கும். ரத்தத்தில் சர்க்கரையின் அளவு "500" ஆக இருப்பதால் மிகவும் கஷ்ட பட்டேன். இரவில் தூக்கம் குறைவாக தான் வரும். அன்றாட வேலைகளில் பாதிப்பு ஏற்பட்டது.

எங்கள் ஊரில் மகரிஷியின் யோக பயிற்சி ஆரம்பிக்க பட்டது. நானும் கலந்து கொண்டேன். அங்கு கற்று தந்த பயிற்சிகளை தொடர்ந்து செய்வதால் எனக்கு சர்க்கரையின் அளவு "150" ஆக குறைந்தது.

கை பயிற்சி, கால் பயிற்சி செய்வதால் என்னுடைய கை, கால் எரிச்சல் குணமாகியது.

அக்குபிரசர் பயிற்சியும், ஓய்வு தரும் பயிற்சியும் செய்வதால் ஆழ்ந்த அமைதியான உறக்கம் வருகிறது.

தொடர்ந்து பயிற்சிகள் செய்வதால் நாள் தோறும் சுறுசுறுப்பாக இருக்க முடிகிறது.

மகரிஷிக்கு வாழ்க வளமுடன்

பசுக்காரன் பட்டி U.S.P வாழ்க வளமுடன்

ஆசிரியருக்கும் வாழ்க வளமுடன்

நன்றி

வாழ்க வையகம்
வாழ்க வையகம் குருவே துணை வாழ்க வளமுடன்

வாழ்க வளமுடன்,

எனது பெயர் K. ஆரிய மாலை என்னுடைய வயது 63. நான் பசுக்காரன்பட்டி கிராமத்தில் வசித்து வருகிறேன்.

எனக்கு கடந்து 15 ஆண்டுகளாக சர்க்கரை நோய் இருக்கிறது. அதற்காக தொடர்ந்து மருந்து சாப்பிட்டு வருகிறேன்.

இந்நிலையில் எங்கள் ஊரில் இலவசமாக மனவளக்கலை பயிற்சி ஆரம்பம் ஆனது. அதை அறிந்து நானும் பயிற்சியில் கலந்து கொண்டேன்.

மனவளக்கலை தொடர்ந்து செய்வதால் சர்க்கரையின் அளவு 300ல் இருந்து 148 ஆக குறைந்தது. மிகவும் மகிழ்ச்சி அடைந்தேன்.

தொடர்ந்து தவங்கள் செய்து வருகிறேன். வாழ்த்தின் மூலம் குடும்பம் ஒற்றுமை கிடைத்தது.

தீப பயிற்சி மிகவும் அருமையாக இருந்தது.

மனவளக்கலை பயிற்சியை தந்த 'மகரிஷி' நன்றிகள்.

எங்கள் ஊரில் இலவசமாக தந்த அனைவருக்கும் வாழ்க வளமுடன். எங்களுக்கு பயிற்சி தந்த ஆசிரியருக்கும் வாழ்க வளமுடன்

அன்புடன்,
K. அரியமாலை

உ .

வாழ்க வையகம்! குருவேதுணை வாழ்க வளமுடன்!

வணக்கம்!

என் பெயர் P. செச்சம்மாள்
என் வயது 68
நான் பசக்காரன்பட்டி கிராமத்தில் வசிக்கிறேன்

எனக்கு இரத்தத்தில் சர்க்கரையின் அளவு யோகா செய்வதற்கு முன்னால் 357 இருக்கும். கை கால் வலி அதிகமாக இருக்கும். ஒற்றைத் தலைவலி இருப்பதால் தூக்கம் வரவில்லை. எனக்கு கோபம் அதிகமாக வரும்.

எங்கள் ஊரில் மனவளக்கலை யோகப் பயிற்சி ஆரம்பிக்கப்பட்டது. அங்கு இலவசமாக யோகப் பயிற்சி கற்றுத் தந்தார்கள். அந்தப் பயிற்சியில் நான் கலந்து கொண்டேன். தொடர்ந்து பயிற்சியில் செய்வதால் சர்க்கரையின் அளவு 150 ஆக குறைந்தது, சாந்தி தவம் செய்வதால் ஒற்றைத் தலைவலி பிரச்சனை சரியாகி விட்டது.

வாழ்க வளமுடன் என்று தினமும் சொல்ல, சொல்ல கோபம் குறைந்தது. ஓய்வு தரும் பயிற்சி செய்வதால் இரவில் ஆழ்ந்த அமைதியான தூக்கம் வருகிறது.

மனவளக் கலை பயிற்சி தந்த மகரிஷிக்கு நன்றி! எங்கள் ஊருக்கு கொண்டு வந்ததற்கு நன்றி! வாழ்க வளமுடன்!

P. செச்சம்மாள்.

வாழ்க வையகம் வாழ்க வளமுடன்

குருவாழ்க

வணக்கம்,

என் பெயர் P. வருசராணி பால்ராஜ் என் வயது : 57 நான் பசுக்காரன் பட்டி கிராமத்தில் வசித்து வருகிறேன்.

எனக்கு கடந்த 7 ஆண்டுகளாக சர்க்கரை நோய் இருக்கிறது அதனால் கை, கால் வலி பாத எரிச்சல் இருக்கும். தினமும் மாத்திரை சாப்பிட்டாலும் சர்க்கரையின் அளவு குறைய வில்லை.

எங்கள் ஊரில் இலவசமாக மனவளக்கலை பயிற்சி ஆரம்பிக்கபட்டது. அதனை அறிந்து நானும் அந்த பயிற்சியில் கலந்து கொண்டேன்.

பயிற்சியில் கலந்து கொள்வதற்கு முன்பு சர்க்கரையின் அளவு 300 இருந்தது. தொடர்ந்து பயிற்சிகள் செய்வதால் சர்க்கரையின் அளவு 130 நன்றாக குறைவதை உணர்ந்தேன். காய கல்ப பயிற்சி செய்வதால் மலச்சிக்கல் பிரச்சனை சரியாகி விட்டது.

தவங்கள் செய்வதால் எனக்கும், என் வீட்டிலும் அமைதி கிடைத்தது. போன் பேச ஆரம்பிக்கும் போது "வாழ்க வளமுடன்" என்று சொல்லி பேசுவதால் என் வீட்டில் உள்ள அனைவரும் மகிழ்ச்சி அடைந்தார்கள்.

எனது மகன் வெளியூரில் வசித்து வருகிறன். தினமும் என்னுடன் போன் பேசும் போது யோகாவில் என்ன சொல்லி கொடுத்தார்கள் என்று விசாரிக்கும் உடற்பயிற்சி, தவங்கள் கற்று கொடுத்தார்கள் என்று நான் கூறுவதை கண்டு என்னுடைய பசங்க மிகவும் மகிழ்ந்தார்கள்.

மனவளக்கலை பயிற்சி தந்த மகரிஷி அய்யாவுக்கு

10. எதிர்காலத் திட்டங்கள்:

ஆரோக்கியமும், அமைதியும் மிக்க பசுக்காரன்பட்டி கிராமம், பசுக்காரன்பட்டி அறிவுத்திருக்கோயிலின் 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.

11. வாழ்த்து:

பசுக்காரன்பட்டி 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 *RAMRAJ COTTON* அவர்களுக்கும், இத்திட்டத்தை ஒருங்கிணைந்து நடத்தி கொடுத்த மதுரை மண்டல பொறுப்பாளர்களுக்கும், மதுரை அறிவுத்திருக்கோயில் பொறுப்பாளர்களுக்கும், பல்வேறு சிறப்பு முகாம்களை நடத்திக் கொடுத்த அனைத்து ஒருங்கிணைப்பாளர்களுக்கும், பயிற்சிகளை நடத்திக்கொடுத்த மனவளக்கலை கிராம ஆசிரியர்கள் *Prof.Panchavarnam & Prof.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