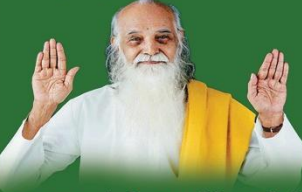


கிராமிய சேவைத் திட்டம்

ஈரோடு மண்டலம்
சத்தியமங்கலம் மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை
தொட்டம்பாளையம் கிராமம்

வாழ்க வையகம்
குருவே துணை
வாழ்க வளமுடன்

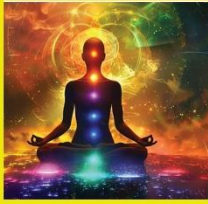


வேதாத்திரி கிராமம்

தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி



**உலக சமுதாய சேவா சங்கம்
கிராமிய சேவைத் திட்டம்
ஆரோக்கியமான அமைதி கிராமம்**



தொட்டம்பாளையம்



(WCSC-VSP) கிராமிய சேவைத் திட்டத்தின் இலக்கு

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ☞ நோயற்ற வாழ்வு ☞ கல்வியில் மேன்மை ☞ சுற்றுப்புற சுகாதாரம் ☞ முதியோரைப் பாதுகாத்தல் ☞ மகளிர் மேம்பாடு | <ul style="list-style-type: none"> ☞ குடும்ப அமைதி ☞ கர்மயோக வாழ்க்கைநெறி ☞ மனிதநேயம் ☞ மதநல்லிணக்கம் ☞ சமுதாய விழிப்புணர்வு |
|---|---|

தூய்மையும் பசுமையும் மிக்க ஆரோக்கியமான அமைதி கிராமம்

ஈரோடு மண்டலம்
சத்தியமங்கலம் மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை
தொட்டம்பாளையம் கிராமம்

Contents

1. செயல்பாட்டு அறிக்கை	3
2. கிராமிய சேவைத் திட்டத்தின் நோக்கம்	4
3. திட்டத்தின் நோக்கமும் இலக்கும்	4
4. தொட்டம்பாளையம் கிராமத்தின் தொடக்கவிழா	5
5. மருத்துவ முகாம்	7
6. மனநல ஆலோசனை முகாம்	7
7. சுற்றுப்புற சுகாதார விழிப்புணர்வு முகாம்	7
8. ஆரோக்கிய மேம்பாட்டு முகாம் (மது ஒழிப்பு முகாம்)	8
9. மகளிர் மேம்பாட்டுத் திட்டம் -இலவச தையல் கலை பயிற்சி	8
10. பிரம்மஞானம் & ஆசிரியர் பயிற்சி	9
11. மனைவிநல வேட்பு தினம்	9
12. சர்வதேச யோகாதினம்	9
13. முதல் நிலை அகத்தாய்வு	10
14. இரண்டாம் நிலை அகத்தாய்வு	10
15. மூன்றாம் நிலை அகத்தாய்வு	10
16. அனுபவ உரை Result Inference	11
17. எதிர்காலத் திட்டங்கள்:	17
18. வாழ்த்து:	17

1. செயல்பாட்டு அறிக்கை

S.No	Description	Information		
1.	கிராமத்தின் பெயர்	தொட்டம்பாளையம்		
2.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் தொடங்கிய நாள்	20-05-2025		
3.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் நிறைவுநாள்	09-11-2025		
4.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் காலம்	5 மாதங்கள்		
5.	மண்டலம்	ஈரோடு		
6.	அறக்கட்டளை	சத்தியமங்கலம்		
7.	நிதி உதவி வழங்கியவர்	Bannari Rural Foundation		
8.	கிராம மக்களின் மொத்த எண்ணிக்கை	ஆண்:120	பெண்:180	மொ:300
9.	கிராமத்தில் உடற்பயிற்சி கற்றவர்கள்	ஆண்:115	பெண்:225	மொ:340
10.	காயகல்ப பயிற்சி கற்றவர்கள் எண்ணிக்கை	ஆண்:115	பெண்:225	மொ:340
11.	தவம் பயின்றவர்களின் எண்ணிக்கை	ஆண்:115	பெண்:225	மொ:340
12.	முதல் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:37	பெண்:116	மொ:153
13.	இரண்டாம் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:35	பெண்:105	மொ:140
14.	மூன்றாம் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:30	பெண்:95	மொ:125
15.	பிரம்மஞானம் பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:13	பெண்:34	மொ:47
16.	ஆசிரியர் பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:05	பெண்:10	மொ:15
17.	உடற்பயிற்சி பயின்றவர்கள் (Students below 14)	ஆண்:20	பெண்:26	மொ:46

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 பத்மஜீ.அருள்நிதி.SKM.மயிலானந்தன் அவர்களால் 369-வது கிராமமாக தொட்டம்பாளையம் கிராமத்தில் கிராமிய சேவைத்திட்டம் துவங்கப்பட்டது.

இக்கிராமத்தில் 20-05-2025-ஆம் தேதியிலிருந்து 09-11-2025-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. தொட்டம்பாளையம் கிராமத்தின் தொடக்கவிழா

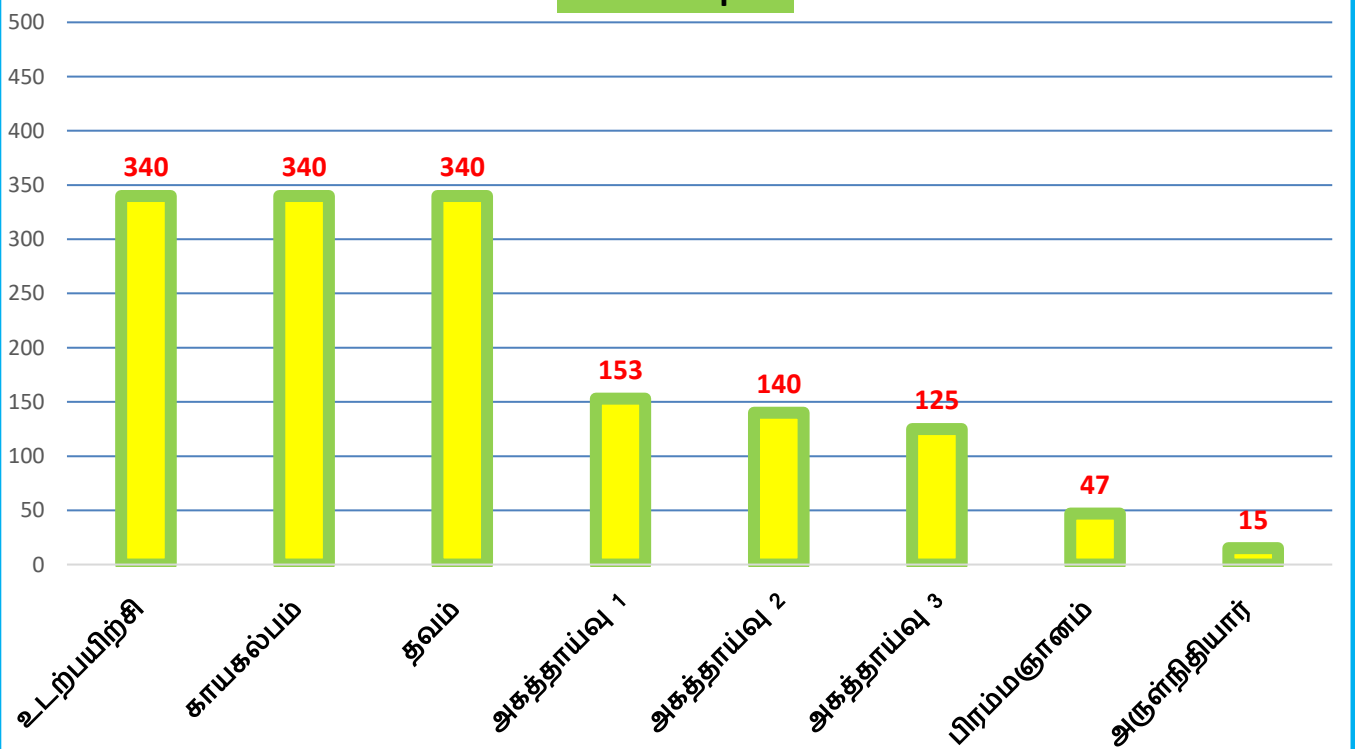
Bannari Rural Foundation நிறுவனத்தின் நிதி உதவியுடன் ஈரோடு மண்டலம், சத்தியமங்கலம் மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை சார்பாக 20-05-2025- தேதி உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர், பத்மஸ்ரீ. அருள்நிதி.SKM. மயிலானந்தன் அவர்களால் (காணொளி காட்சி) மூலமாக உலக சமுதாய சேவா சங்க கொடியேற்றத்துடன் மரம் நடுதல் விழாவுடனும் தொட்டம்பாளையம் கிராமிய சேவைத் திட்டம் துவக்கி வைக்கப்பட்டுள்ளது.



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



Course Report



5. மருத்துவ முகாம்

25.06.2025 அன்று தொட்டம்பாளையம் கிராமத்தில் VSP Medical Team மூலமாக மருத்துவ முகாம் நடைபெற்றது. இதில் கிராம மக்கள் ஆண்கள்-08, பெண்கள்-23, மொத்தம்-31 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டனர்.



6. மனநல ஆலோசனை முகாம்

25.08.2025 அன்று Dr.Ramesh அவர்களால் தொட்டம்பாளையம் கிராமத்தில் மன நல ஆலோசனை முகாம் நடத்தப்பட்டது. இம்முகாமில் ஊர்பொதுமக்கள் ஆண்கள்-10, பெண்கள்-67, மொத்தம்-77 பேர் கலந்துகொண்டனர். தனிநபர் ஆலோசனை 27 அன்பர்களுக்கு வழங்கப்பட்டது.



7. சுற்றுப்புற சுகாதார விழிப்புணர்வு முகாம்

28.06.2025 அன்று தொட்டம்பாளையம் கிராமத்தில் மண்டலம் அறக்கட்டளை பொறுப்பாளர்கள் மற்றும் கிராம பொருப்பாளர்களால் கிராம மக்களுக்கு 135 மரக்கன்றுகள் வழங்கப்பட்டது.



8. ஆரோக்கிய மேம்பாட்டு முகாம் (முது ஒழிப்பு முகாம்)

25.10.2025 அன்று தொட்டம்பாளையம் கிராமத்தில் முது ஒழிப்பு விழிப்புணர்வு முகாம் Mr.Jagadeesan and AAA Counsellors அவர்களால் சிறப்பாக நடத்தப்பட்டது. இதில் கிராம மக்கள் மொத்தம் 50 நபர்கள் கலந்துகொண்டு சிறப்பித்தனர்.



9. மகளிர் மேம்பாட்டுத் திட்டம் -இலவச தையல் கலை பயிற்சி

தொட்டம்பாளையம் கிராமத்தில் மகளிர் மேம்பாட்டுத் திட்டம் -இலவச தையல் கலை பயிற்சி துவக்கவங்கப்பட்டது. இலவச தையல் பயிற்சி மூலமாக 30 கிராமப் பெண்கள் பயிற்சி பெற்று பயனடைந்துள்ளனர்.



10. பிரம்மஞானம் & ஆசிரியர் பயிற்சி



11. மனைவிநல வேட்பு தினம்



12. சர்வதேச யோகாதினம்



13. முதல் நிலை அகத்தாய்வு



14. இரண்டாம் நிலை அகத்தாய்வு

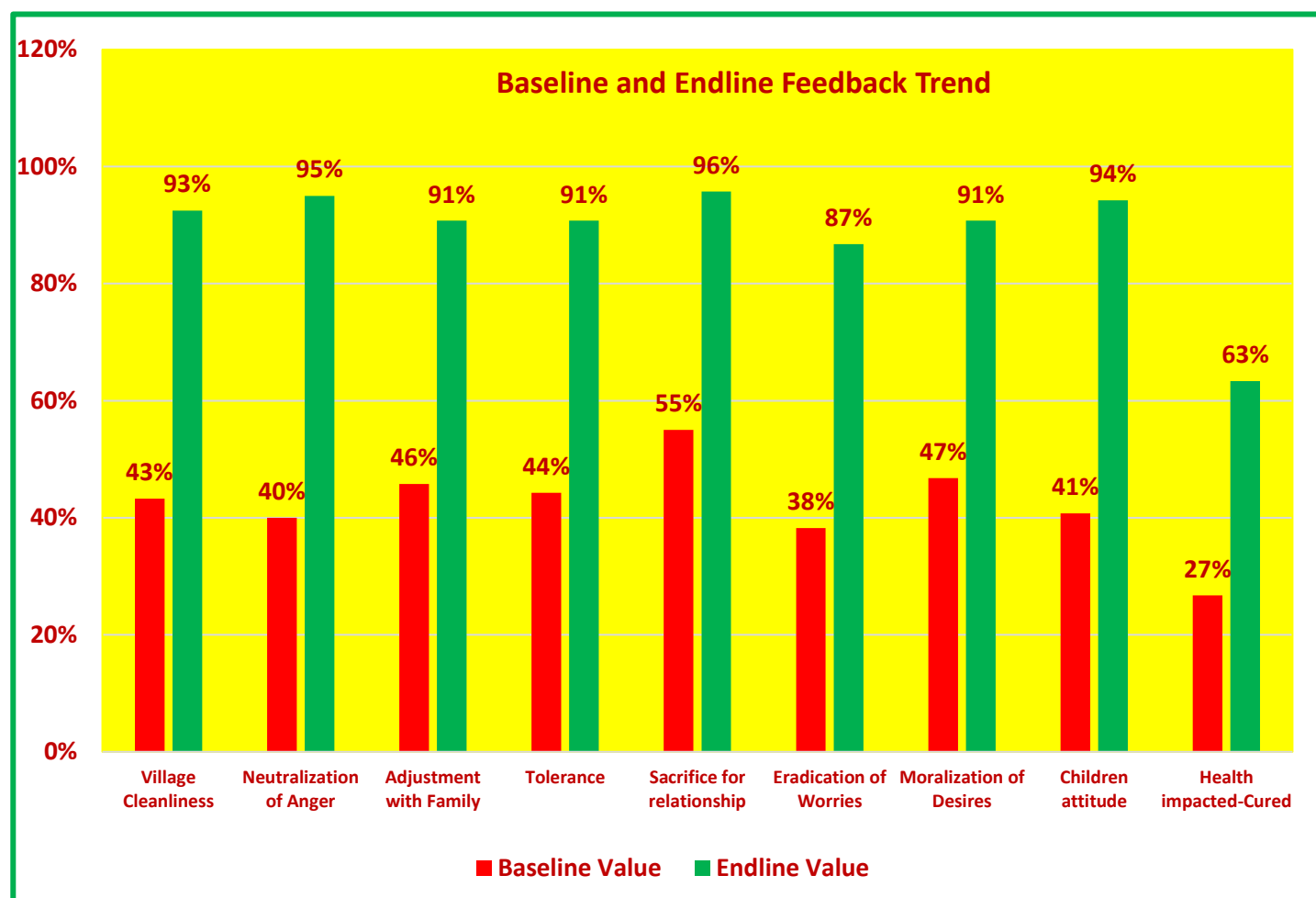


15. மூன்றாம் நிலை அகத்தாய்வு



16. அனுபவ உரை **Result Inference**

S.No.	Inference
1	Around 99% of the Women participants are satisfied with their tailoring skills developed.
2	Around 96% of the participants are benefitted with the exercises and leading a healthy life
3	95% of the participants are able to control their anger
4	95% of the students able to focus on studies and other activities (School/College)
5	94% of the participants are satisfied with their children education and attitude
6	Around 93% of the participants of the people now keep the village cleaner than before
7	90% of the participants are out of the depression compared to before joining the program
8	83% (220) of the participants have made progress in family peace
9	Due to SKY Exercises and meditation-310 participants cured of Joint Pain, 120 participants cured of Migraine and headache, 105 participants cured of Blood pressure, 62 cured of sugar problem, 31 participants cured of Asthma and Breathing Problem, 15 women participants cured of Menstrual Problem (PCOD).
10	98% of the participants are happy with the VSP Programme compared to only 30% before joining the program

Feedback Trend

வாழ்க வையகம்

வாழ்க வளமுடன்.

K-கார்த்திகா.

8/179. தேவாங்குரம்

தொட்டம்பாளையம்

சத்தியமங்கலம் வட்டம்

A-ஹோடுமாவட்டம் - 638451



நான் தொட்டம்பாளையம் கிராமத்தில் மேற்படி
 முகவரியால் வசித்து வருகிறேன். நான் மனவேதனை
 யால் மிகவும் சும்பப்பட்டுக் கொண்டு திரும்பினேன்.
 எங்கள் ஊரில் உலக சமூகாய சேவா சங்கம் -
 கிராமிய சேவை திட்டம் மூலமாக மனவளக்கலை
 யோகா பயற்சியை தொட்டங்கினார்கள். கிம்பயாந்தியில்
 நான் சேர்ந்த பின்பு தவம் செய்வதினால் எனது
 மனமும் உடம்பயாந்த்சியினால் என் உயரும்.
 உடலும் மிகவும் சிறுபொருள் உண்டாகு.
 என் கோபம் குறைந்து, கிம்பொருள் பெறும்
 யாக பேசுகிறேன். மேலும் அகத்தாய்வு
 பயற்சியும் எனக்கு மிகவும் பயனுல்லதாக
 அமைந்தது. இந்த பயற்சியை எங்கள்
 ஊருக்கு கொண்டு வந்தவர்களுக்கும்
 சந்திரியருக்கும் யோகதன பயற்சிக்கு
 உடல் மனிதர்களுக்கும் மனமும் வேகாந்த மகிழ்.
 அவர்களுக்கும் எனது மனமார்த்த நன்றிகள்

உாழ்த வையகம்

உாழ்தவள முன்

ப. பண்ணாரி

8/178 தேவாங்குரும்

தொடல்பண்ணாயம் (P.உ)

தொடல்பண்ணாயம்



எண்ணைய பெயர் ப. பண்ணாரி தொடல்பண்ணாயத்தில்
வசித்து வருகிறார். எனக்கு உடல் உபாதைகள் இருந்தது.
முடிவது, இருப்பது, மன இடம்பம், உடல் கோபம், அகிய
வற்றால் மிகவும் கஷ்டப்பட்டு வந்தேன்.

கிட்டி சமயத்தில் தான் எங்கள் கிராமத்திற்கு உலக சமுதாய சேவை
சங்கம் பண்ணாரி அம்மன் சதர்ப்புண்டரன் கிணைந்த
கிராமிய சேவைத்திட்டம் தொடங்கி வந்தார்கள். கிட்டித்திட்டம்
பாணம் அருட்பம் முதலே சேரிந்த அகியார்கள் கற்றல்பாணம்
பயிற்சிகளை எச்சும் வந்தேன். மிகவும் குறுகிய காலத்தில்
கிறிசு கிறிசு மார்புகளை உடலில் அறிந்தேன்.
காயகல்ப பயிற்சி, தியானம், சக்தியம் பயிற்சி, மூலம்
கூடாய் எதிர்ச்சி சக்தி, மன சிதை, உாழ்தத்தை மகிழ்ச்சியை
உாழ் கற்றல் தொண்டை. இவ்வளவு நன்மைகளை
கருவிற மனவளத்தை கிவ்வளவிற்கு கிட்டி ருசான அருள்
கிட்டி உாழ்தத்திடு மகிழ் அறிந்தேன் கூடாய் கூடாய்
நன்றியை சமர்ப்பிக்கிறேன். தொடல்பண்ணாயம் கிராமிய
சேவைத்திட்டத்திற்கு துதிவழியில் பண்ணாரி அம்மன்
சதர்ப்புண்டரன் அறிந்தேன் என் நன்றியை
தொழிந்தேன் தொண்டிடுகிறேன்.

இப்படித்த

17. எதிர்காலத் திட்டங்கள்:

ஆரோக்கியமும், அமைதியும் மிக்க தொடர்புபாளையம் கிராமம், சத்தியமங்கலம் 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.

18. வாழ்த்து:

தொட்டம்பாளையம் கிராமத்தை அமைதி கிராமமாகவும், ஆரோக்கிய கிராமமாகவும் மாற்றுவதற்கு கிராமிய சேவைத் திட்டத்தை வழிநடத்திக் கொண்டிருக்கும் உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர், பத்மஸ்ரீ.அருள்நிதி.SKM.மயிலானந்தன் அவர்களுக்கும், இத்திட்டம் சிறப்பாக செயல்படுவதற்கு பொருள் உதவி Bannari Rural Foundation நிறுவனத்திற்கும் இத்திட்டத்தை ஒருங்கிணைந்து நடத்தி கொடுத்த ஈரோடு மண்டல பொறுப்பாளர்களுக்கும், சத்தியமங்கலம் மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை பொறுப்பாளர்களுக்கும், பல்வேறு சிறப்பு முகாம்களை நடத்திக் கொடுத்த அனைத்து ஒருங்கிணைப்பாளர்களுக்கும், பயிற்சிகளை நடத்திக்கொடுத்த மனவளக்கலை கிராம ஆசிரியர்கள் Asst.Prof.K.Balasubramaniam & Asst.Prof.B.Ezhil 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