கிராமிய சேவைத் திட்டம்

காஞ்சிபுரம் மண்டலம்
காஞ்சிபுரம் மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை
VRB சத்திரம் கிராமம்





காஞ்சிபுரம் மண்டலம்
காஞ்சிபுரம் மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை
VRB சத்திரம் கிராமம்

Contents

1. செயல்பாட்டு அறிக்கை 3
2. கிராமிய சேவைத் திட்டத்தின் நோக்கம் 4
3. திட்டத்தின் நோக்கமும் இலக்கும் 4
4. தண்டரை கிராமத்தின் தொடக்கவிழா 5
5. மருத்துவ முகாம் 7
6. மனநல ஆலோசனை முகாம் 7
7. சுற்றுப்புற சுகாதார விழிப்புணர்வு முகாம் 7
8. முதல் நிலை அகத்தாய்வு 8
9. இரண்டாம் நிலை அகத்தாய்வு 8
10. மூன்றாம் நிலை அகத்தாய்வு 8
11. அனுபவ உரை - Result Inference 9
12. எதிர்காலத் திட்டங்கள்: 15
13. வாழ்த்து: 15

1. செயல்பாட்டு அறிக்கை

S.No	Description	Information		
1.	கிராமத்தின் பெயர்	*VRB சத்திரம்*		
2.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் தொடங்கிய நாள்	**13-09-2025**		
3.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் நிறைவுநாள்	**08.02.2026**		
4.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் காலம்	**5** மாதங்கள்		
5.	மண்டலம்	*காஞ்சிபுரம்*		
6.	அறக்கட்டளை	*காஞ்சிபுரம்*		
7.	நிதி உதவி வழங்கியவர்	*Asst.Prof.R.Soodamani, Kanchipuram MVKM Trust*		
8.	கிராம மக்களின் மொத்த எண்ணிக்கை	*ஆண்:130*	*பெண்:260*	*மொ:390*
9.	கிராமத்தில் உடற்பயிற்சி கற்றவர்கள்	*ஆண்:130*	*பெண்:259*	*மொ:389*
10.	காயகல்ப பயிற்சி கற்றவர்கள் எண்ணிக்கை	*ஆண்:123*	*பெண்:242*	*மொ:365*
11.	தவம் பயின்றவர்களின் எண்ணிக்கை	*ஆண்:123*	*பெண்:242*	*மொ:365*
12.	முதல் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	*ஆண்:98*	*பெண்:179*	*மொ:277*
13.	இரண்டாம் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	*ஆண்:77*	*பெண்:127*	*மொ:204*
14.	மூன்றாம் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	*ஆண்:59*	*பெண்:109*	*மொ:168*
15.	பிரம்மஞானம் பயிற்சி பெற்றவர்கள்	*ஆண்:02*	*பெண்:15*	*மொ:17*
16.	உடற்பயிற்சி பயின்றவர்கள் *(Students below 14)*	*ஆண்:29*	*பெண்:23*	*மொ:52*

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 **380**-வது கிராமமாக *VRB* சத்திரம் கிராமத்தில் கிராமிய சேவைத்திட்டம் துவங்கப்பட்டது.

இக்கிராமத்தில் *07.10.2025*-ஆம் தேதியிலிருந்து **08.02.2026**-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. தண்டரை கிராமத்தின் தொடக்கவிழா

Asst.Prof.R.Soodamani, Kanchipuram MVKM Trust அவர்களின் நிதி உதவியுடன் காஞ்சிபுரம் மண்டலம், காஞ்சிபுரம் மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை சார்பாக *13.10.2025*-ஆம் தேதி உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர், பத்மஸ்ரீ.அருள்நிதி.**SKM.**மயிலானந்தன் அவர்களால் (காணொளி காட்சி) மூலமாக உலக சமுதாய சேவா சங்க கொடியேற்றத்துடன் மரம் நடுதல் விழாவுடனும் *VRB* சத்திரம் கிராமிய சேவைத் திட்டம் துவக்கி வைக்கப்பட்டுள்ளது.













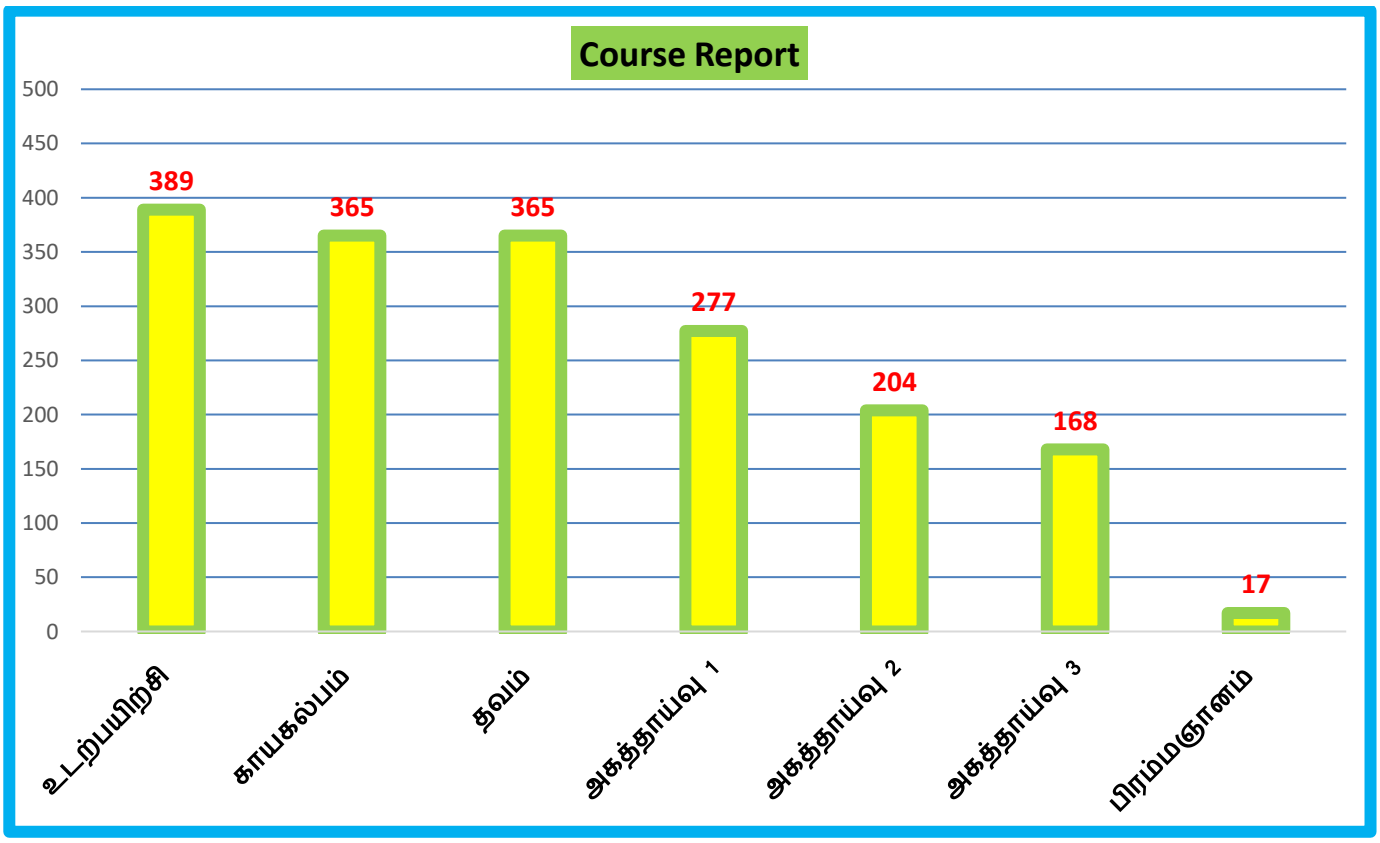
உடற்பயிற்சி, காயகல்பம், தவம், அகத்தாய்வு, பிரம்மஞானம் மற்றும் அருள்நிதியர் பயிற்சி











5. மருத்துவ முகாம்

28.12.2025 அன்று VRB சத்திரம் கிராமத்தில் மருத்துவ முகாம் நடைபெற்றது. இதில் கிராம மக்கள் ஆண்கள்-14, பெண்கள்-14, மொத்தம்-28 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டனர்.





6. மனநல ஆலோசனை முகாம்

16.12.2025 அன்று Mr.M.K.Janakiraman, Psychologist அவர்களால் VRB சத்திரம் கிராமத்தில் மன நல ஆலோசனை முகாம் நடத்தப்பட்டது. இம்முகாமில் ஊர்பொதுமக்கள் ஆண்கள்-05, பெண்கள்-37, மொத்தம்-42 பேர் கலந்துகொண்டனர். தனிநபர் ஆலோசனை 10 அன்பர்களுக்கு வழங்கப்பட்டது.





7. சுற்றுப்புற சுகாதார விழிப்புணர்வு முகாம்

14.11.2025 அன்று VRB சத்திரம் கிராமத்தில் மண்டலம், அறக்கட்டளை பொறுப்பாளர்கள் மற்றும் கிராம பொருப்பாளர்களால் கிராம மக்கக்கு 110 மரக்கன்றுகள் வழங்கப்பட்டது.





8. முதல் நிலை அகத்தாய்வு





9. இரண்டாம் நிலை அகத்தாய்வு





10. மூன்றாம் நிலை அகத்தாய்வு

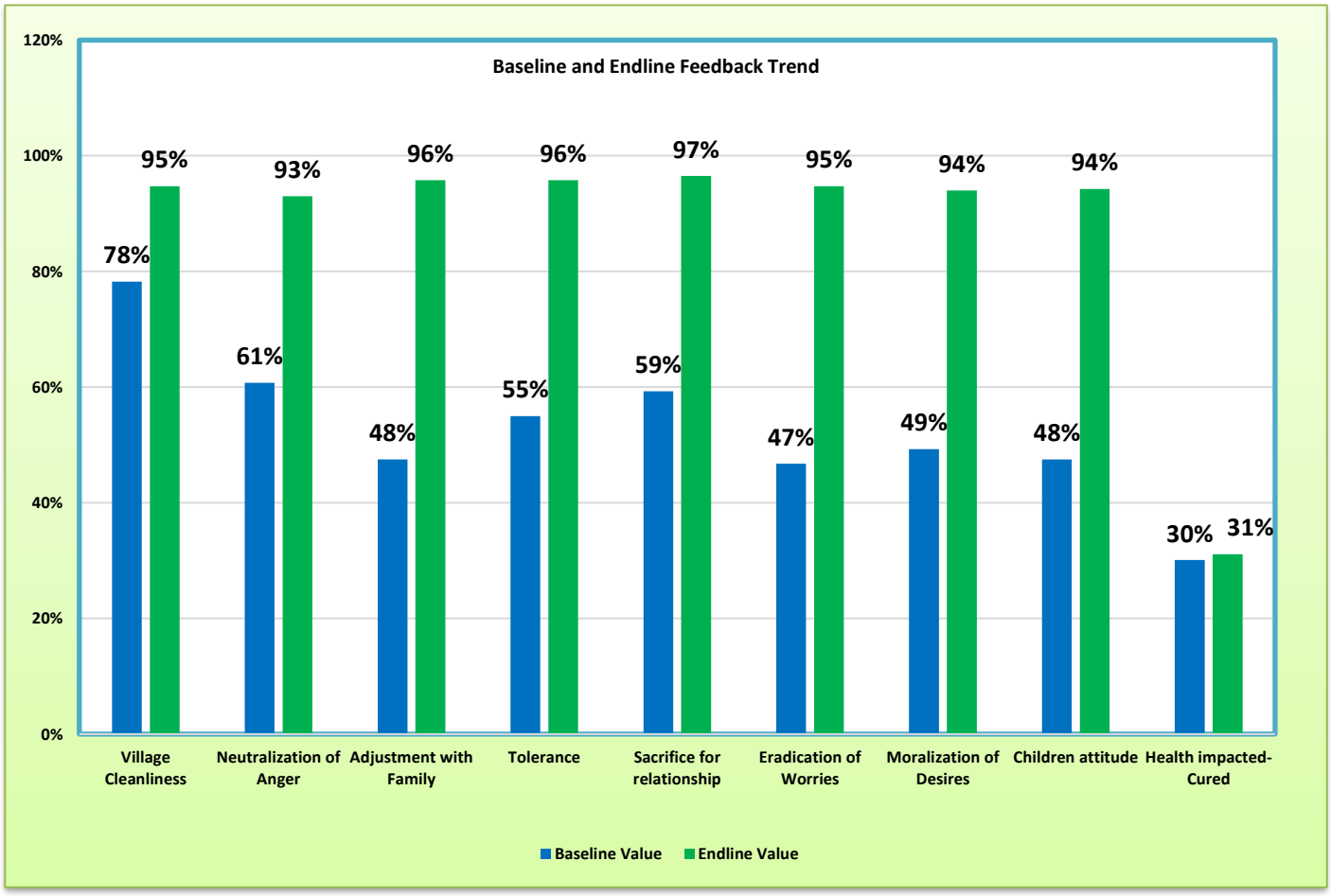


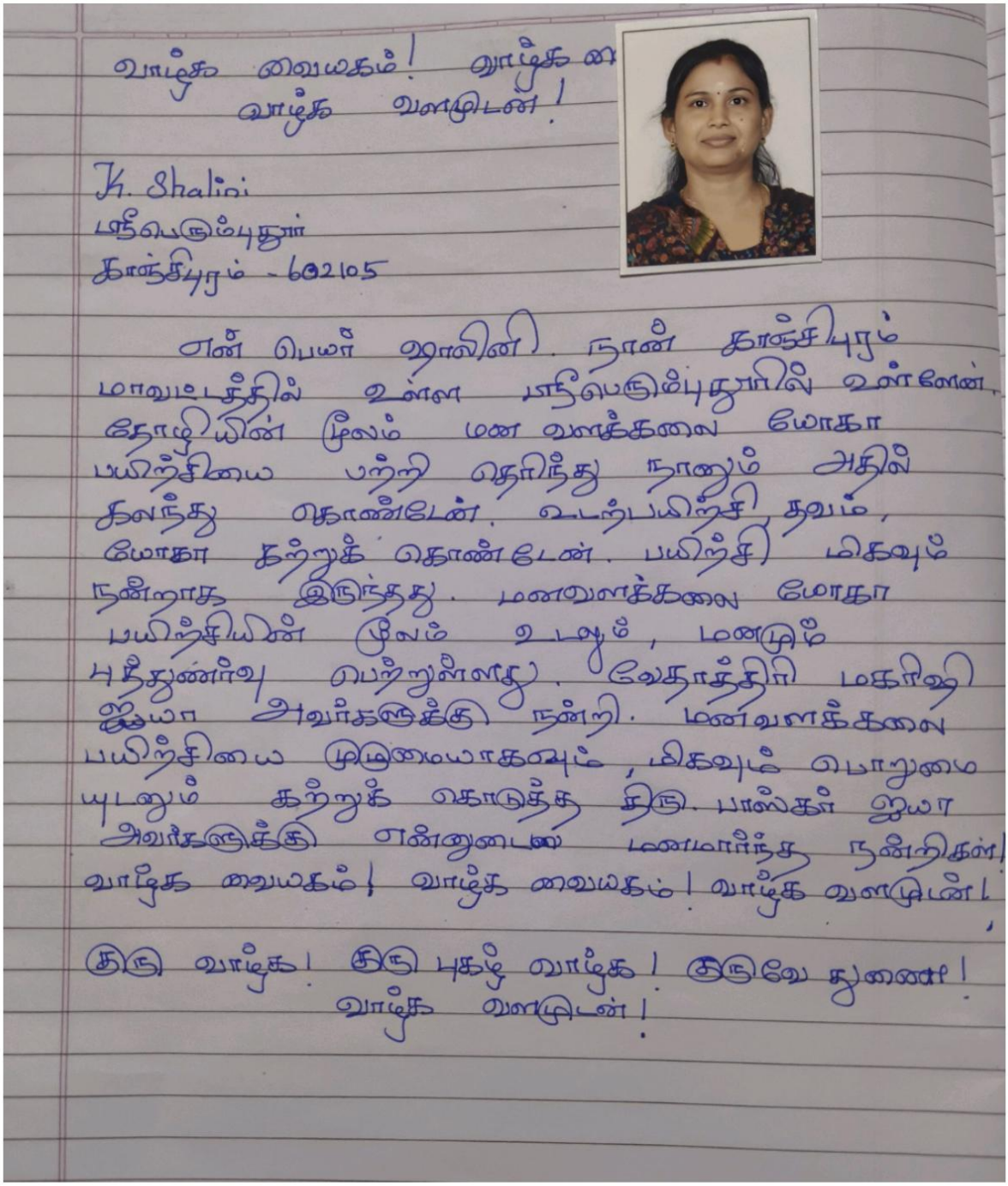


11.அனுபவ உரை - Result Inference

S.No.	Inference
1	100% of the Student Participants are good in studies and other Activities
2	Around 97% of the participants are benefitted with the exercises and leading a healthy life
3	95% of the participants are able to eradicate worries and maintain a healthy life
4	94% of the participants mental health has calmed due to the SKY Meditation
5	94% of the participants are able to moralize their desire to be contented
6	94% of the participants satisfied with their children's attitude
7	Around 86% (335) of the participants have made progress in family peace
8	86 % of the participants are out of the depression compared to before joining the program
9	Due to SKY Exercises and meditation- 121 participants cured of Joint Pain, 54 participants cures of Migraine and Headache, 80 participants cured of Blood Pressure, 27 participants cured of sugar problem, 54 participants cured of Asthma and Breathing Problem, 94Women Participants cured of Menstrual Problem (PCOD).
10	**100% of the participants are happy with the VSP Programme compared to only 37% before joining the program**

Feedback Trend





வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!

K. Shalini
பரீபெரும்புதூர்
காஞ்சிபுரம் - 602105

என் பெயர் ஷாலினி. நான் காஞ்சிபுரம் மாவட்டத்தில் உள்ள பரீபெரும்புதூரில் உள்ளேன். தொழியின் மூலம் மன வளக்கலை யோகா பயிற்சியை பற்றி தெரிந்து நானும் அதில் கலந்து கொண்டேன். உடற்பயிற்சி, தியம், யோகா கற்றுக் கொண்டேன். பயிற்சி மிகவும் நன்றாக இருந்தது. மனவளக்கலை யோகா பயிற்சியின் மூலம் உடலும், மனமும் புதுணர்வு பெற்றுள்ளது. வேதாத்திரி மகரிஷி ஐயா அவர்களுக்கு நன்றி. மன்வளக்கலை பயிற்சியை முழுமையாகவும், மிகவும் பொறுமை யுடனும் கற்றுக் கொடுத்த திரு. பாஸ்கர் ஐயா அவர்களுக்கு என்னுடைய மனமார்ந்த நன்றிகள்! வாழ்க வையகம்! வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!

திரு வாழ்க! திரு புகழ் வாழ்க! திருவே துணை!
வாழ்க வளமுடன்!

வாழ்க வையகம்! வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்

J. சத்யா
53, ராஜீவ் காந்தி நகர்
V.R.P. சத்திரம்
பூவெரும்புதூர்



வாழ்க வளமுடன்

நான் பூவெரும்புதூரில் வசித்து வருகிறேன். நான் இல்லத்தரசியாகஇருக்கிறேன். மனவளக்கலை பயிற்சி செய்து வருவதற்கு முன் உடல்நிலை, உடலில் அடிக்கடி சோர்வு ஏற்படும். தலைவலி வரும். தூக்கம் சரியாக இருப்பது இல்லை. அதிக மன அழுத்தம், கோபம், பதற்றம், கவலை அதிகமாக இருக்கும். மனவளக்கலை பயிற்சி, உடல் பயிற்சி வந்த தொடர்ந்து செய்து வந்த பின், உடலில் சுறுசுறுப்பு, உடல்வலி, தலைவலி குறைந்தது. தூக்கம் ஆழ்மாகவும். சீராகவும் வந்தது. மனதில் அமைதி, தெளிவு, மன அழுத்தம் குறைந்து தன்னம்பிக்கை அதிகரித்தது. இந்த மனவளக்கலை உடல் பயிற்சி உடலும் மனமும் இணைந்து ஆரோக்கியமாகவும், அமைதியான வாழ்க்கை பெற உதவுகிறது. அதே போல், இப்பயிற்சியை, முழுமையாகவும், மிகவும் பொறுமையுடனும் கற்றுக் கொடுத்த திரு. நளினிபால்கரன் அவர்களுக்கு என்னுடைய மனமார்ந்த நன்றி! வாழ்க வளமுடன்!

குருவாழ்க! குருவே துணை! வாழ்க வளமுடன்!

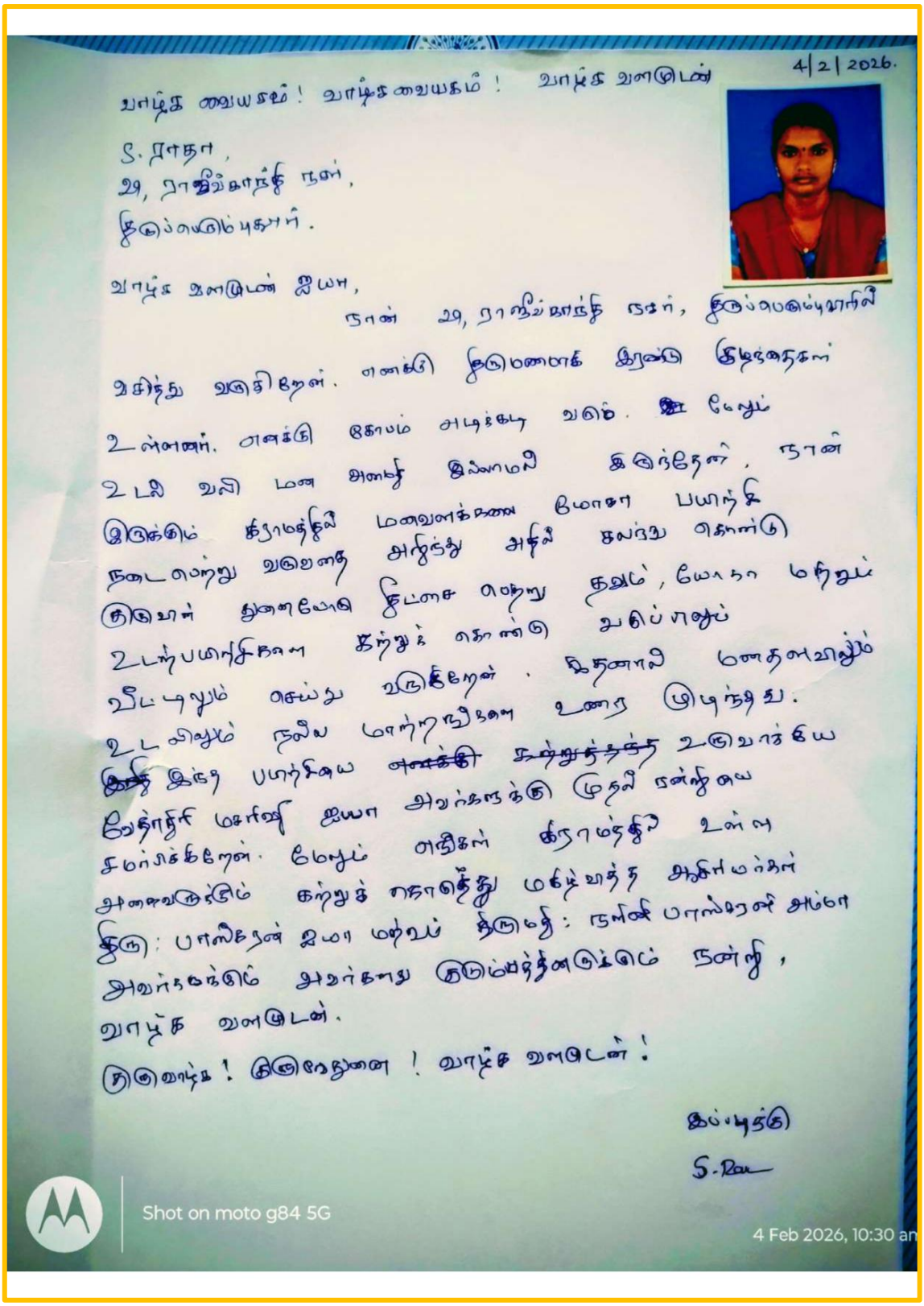


வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!

M. K. தீபா
வயது: 42.
கோவை மாவட்டம்

நான் VRP சத்சங்கத்தில் இணைந்து வருகின்றேன். நான் இந்த பயிற்சி வகுப்பதற்கு முன்பு அதிகமாக சிந்தித்து கொண்டிருப்பேன். இந்த பயிற்சியின் தியானத்தினால் நான் இப்பொழுது தேவையில்லாத சிந்தனைகளில் நான் ஈடுபடுவதில்லை. இந்த பயிற்சி மன்ற மற்ற எனக்கு மன அமைதியும், உடல் ஆரோக்கியமும் நல்ல சிந்தனைகளும் எனக்கு கிடைக்கிறது. எந்த ஒரு முக்கிய முடிவுகளை தேர்ந்தெடுக்கும் பொழுது நன்கு சிந்தித்து செயல்படுகின்றேன். இதனால் எனது கோபத்தை என்னால் கட்டுப்படுத்த முடிந்தது. குறைத்துகொள்ள முடிந்தது. மற்றவர்களை பார்த்து வாழ்க வளமுடன் என வாழ்த்துவதால் எனக்குள் புத்துணர்ச்சி தோன்றுகின்றது. இந்த மனோகரமான பயிற்சியை கற்றுகொண்டதின் மூலம் எனது மனம் மிகவும் சிறப்பான நிலையில் இருக்கின்றது. இந்த பயிற்சியை பொறுமையாகவும் சிறப்பாகவும் கற்றுக்கொடுத்த ஐயா ஐயா பாஸ்கர் அவர்களுக்கும், அவரது மனைவியான நளினி அவர்களுக்கும் எனது மனமார்ந்த நன்றியையும், மரியாதையும் தெரிவித்துக் கொள்கின்றேன். நான் இந்த பயிற்சியை தொடர்ந்து செய்வேன் என்று உறுதி அளிக்கின்றேன். மற்றும் வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களுக்கும் நன்றியை தெரிவித்துக்கொள்கின்றேன்.

வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!
குரு வாழ்க! குருவே துணை!



4/2/2026.

வாழ்க வையகம்! வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்

S. ராதா,
29, ராஜீவ்காந்தி நகர்,
திருப்பெரும்புதூர்.

வாழ்க வளமுடன் ஐயா,

நான் 29, ராஜீவ்காந்தி நகர், திருப்பெரும்புதூரில் வசித்து வருகிறேன். எனக்கு திருமணமாகி இரண்டு குழந்தைகள் உள்ளனர். எனக்கு ஒரு சகோதரி மட்டுமே உள்ளார். நான் உடல் மன அமைதி இல்லாமல் இருந்தேன். நான் இருக்கும் கிராமத்தில் மலைவளக்கண்ணை மோகா பயிற்சி நடைபெறுவதை அறிந்து அதில் கலந்து கொண்டு குருவின் துணையோடு தியானம் என்று தவம், யோகா மற்றும் உடற்பயிற்சிகளை கற்றுக் கொண்டு பயிற்சியும் செய்து வருகிறேன். இதனால் மனதளவிலும் உடலிலும் நல்ல மாற்றத்தினை உணர முடிந்தது. ~~இந்த~~ இந்த பயிற்சியை ~~எனக்கு~~ ~~கற்றுத்தந்த~~ உருவாக்கிய ஸ்ரீ ஸ்ரீ ரவிசங்கர் குருதேவ் அவர்களுக்கு முதலில் நன்றியை சமர்ப்பிக்கிறேன். மேலும் எனது கிராமத்தில் உள்ள அனைவருக்கும் கற்றுக் கொடுத்து மகிழ்வித்த ஆசிரியர்கள் திரு: பாஸ்கரன் ஐயா மற்றும் திருமதி: நளினி பாஸ்கரன் அம்மா அவர்களுக்கும் அவர்களது குடும்பத்தினருக்கும் நன்றி,

வாழ்க வளமுடன்.

நன்றி! குருதேவன்! வாழ்க வளமுடன்!

இப்படிக்கு
S. ராதா

Shot on moto g84 5G
4 Feb 2026, 10:30 am

4/2/2026.

வாழ்க வையகம்! வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!

I. சாந்தகுமார்
29, ராஜீவ் காந்தி நகர்
திருப்பெரும்புதூர்.



வாழ்க வளமுடன் ஐயா!

நான் 29, ராஜீவ்காந்தி நகர், திருப்பெரும்புதூரில் வசித்து வருகிறேன். நான் தனியார் நிறுவனத்தில் சுழற்சி முறையில் (இரவு பகல்) பணிபுரிந்து வருகிறேன். பணிச்சூழல் காரணமாக மன அமைதியின்மை, தூக்கம் உடல் நலம் பிரச்சனைகளை சந்தித்தபடி கொண்டிருந்தேன். மேலும் உலக பிரசித்திய சேவா சங்கம் சிறாமிய சேவை திட்டம் மூலம் நான் வசிக்கும் இடத்தில் மனவளக்கலை யோகா பயிற்சி நடந்து கொண்டிருப்பதை அறிந்து அதில் சேர்ந்து கொண்டேன். இந்த பயிற்சி வகுப்பில் குருவின் திருவேலி தீட்சையைப் பெற்று முறையாக தவம், யோகா, உற்பயிற்சி, காயகல்பம் மற்றும் அகத்தாய்வு போன்ற பயிற்சியை கற்றுக்கொண்டு வகுப்பிலும் தினமும் செய்து வருகிறேன். இதனால் மனதளவிலும், உடலளவிலும் நல்ல மாற்றம் உணர்கிறேன். இந்த பயிற்சியை உலகிற்கு அடிவகைந்த அகான் ஹெசதாதர் மகரிஷி அவர்களுக்கு நன்றியை தெரிவிக்கிறேன். மேலும் இப்பயிற்சியை எனக்கு கற்றுத் தந்த திரு: பாலேசுவரன் ஐயா, திருமதி: நளினி பாலேசுவரன் அம்மா அவர்களுக்கு நன்றியை தெரிவிக்கிறேன் அவர்களது குடும்பத்தாருக்கும் நன்றியை தெரிவிக்கிறேன்,

வாழ்க வளமுடன்!

குருவாழ்க! குருதுணை வாழ்க! வாழ்க வளமுடன்.

4/2/2026.

12. எதிர்காலத் திட்டங்கள்:

ஆரோக்கியமும், அமைதியும் மிக்க *VRB* சத்திரம் கிராமம், காஞ்சிபுரம் 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.

13. வாழ்த்து:

VRB சத்திரம் 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 காஞ்சிபுரம் மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை-க்கும் இத்திட்டத்தை ஒருங்கிணைந்து நடத்தி கொடுத்த காஞ்சிபுரம் மண்டல பொறுப்பாளர்களுக்கும், காஞ்சிபுரம் மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை பொறுப்பாளர்களுக்கும், பல்வேறு சிறப்பு முகாம்களை நடத்திக் கொடுத்த அனைத்து ஒருங்கிணைப்பாளர்களுக்கும், பயிற்சிகளை நடத்திக்கொடுத்த மனவளக்கலை கிராம ஆசிரியர்கள் *Asst.Prof.R. Baskaran & Asst.Prof.B.Nalini* 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