கிராமிய சேவைத் திட்டம்

காஞ்சிபுரம் மண்டலம்
கிழக்கு தாம்பரம் மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை
இரத்தினமங்கலம் கிராமம்





காஞ்சிபுரம் மண்டலம்
கிழக்கு தாம்பரம் மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை
இரத்தினமங்கலம் 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 9
12. எதிர்காலத் திட்டங்கள்: 14
13. வாழ்த்து: 14

1. செயல்பாட்டு அறிக்கை

S.No	Description	Information		
1.	கிராமத்தின் பெயர்	தண்டரை		
2.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் தொடங்கிய நாள்	12.09.2025		
3.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் நிறைவுநாள்	10.03.2026		
4.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் காலம்	6 மாதங்கள்		
5.	மண்டலம்	காஞ்சிபுரம்		
6.	அறக்கட்டளை	கிழக்கு தாம்பரம்		
7.	நிதி உதவி வழங்கியவர்	*Thiru.J.Subiramanian & Family, Mangadu, Chennai*		
8.	கிராம மக்களின் மொத்த எண்ணிக்கை	ஆண்:120	பெண்:240	மொ:360
9.	கிராமத்தில் உடற்பயிற்சி கற்றவர்கள்	ஆண்:84	பெண்:268	மொ:352
10.	காயகல்ப பயிற்சி கற்றவர்கள் எண்ணிக்கை	ஆண்:84	பெண்:268	மொ:352
11.	தவம் பயின்றவர்களின் எண்ணிக்கை	ஆண்:78	பெண்:238	மொ:316
12.	முதல் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:17	பெண்:121	மொ:138
13.	இரண்டாம் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:14	பெண்:121	மொ:135
14.	மூன்றாம் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:12	பெண்:81	மொ:93
15.	உடற்பயிற்சி பயின்றவர்கள் *(Students below 14)*	ஆண்:05	பெண்:07	மொ:12
16.	உடற்பயிற்சி பயின்றவர்கள் *(Students Above 14)*	ஆண்:292	பெண்:304	மொ:596

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 பத்மபூஷன்.அருள்நிதி.Dr.SKM.மயிலானந்தன் அவர்களால் **379**-வது கிராமமாக இரத்தினமங்கலம் கிராமத்தில் கிராமிய சேவைத்திட்டம் துவங்கப்பட்டது.

இக்கிராமத்தில் *12-09-2025*-ஆம் தேதியிலிருந்து **10-03-2026**-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

Thiru.J.Subiramanian & Family,Mangadu, Chennai அவர்களின் நிதி உதவியுடன் காஞ்சிபுரம் மண்டலம், கிழக்கு தாம்பரம் மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை சார்பாக *12-09.2025*-ஆம் தேதி உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர், பத்மபூஷன்.அருள்நிதி.Dr.SKM.மயிலானந்தன் அவர்களால் அவர்களால் (காணொளி காட்சி) மூலமாக உலக சமுதாய சேவா சங்க கொடியேற்றத்துடன் மரம் நடுதல் விழாவுடனும் இரத்தினமங்கலம் கிராமிய சேவைத் திட்டம் துவக்கி வைக்கப்பட்டுள்ளது.













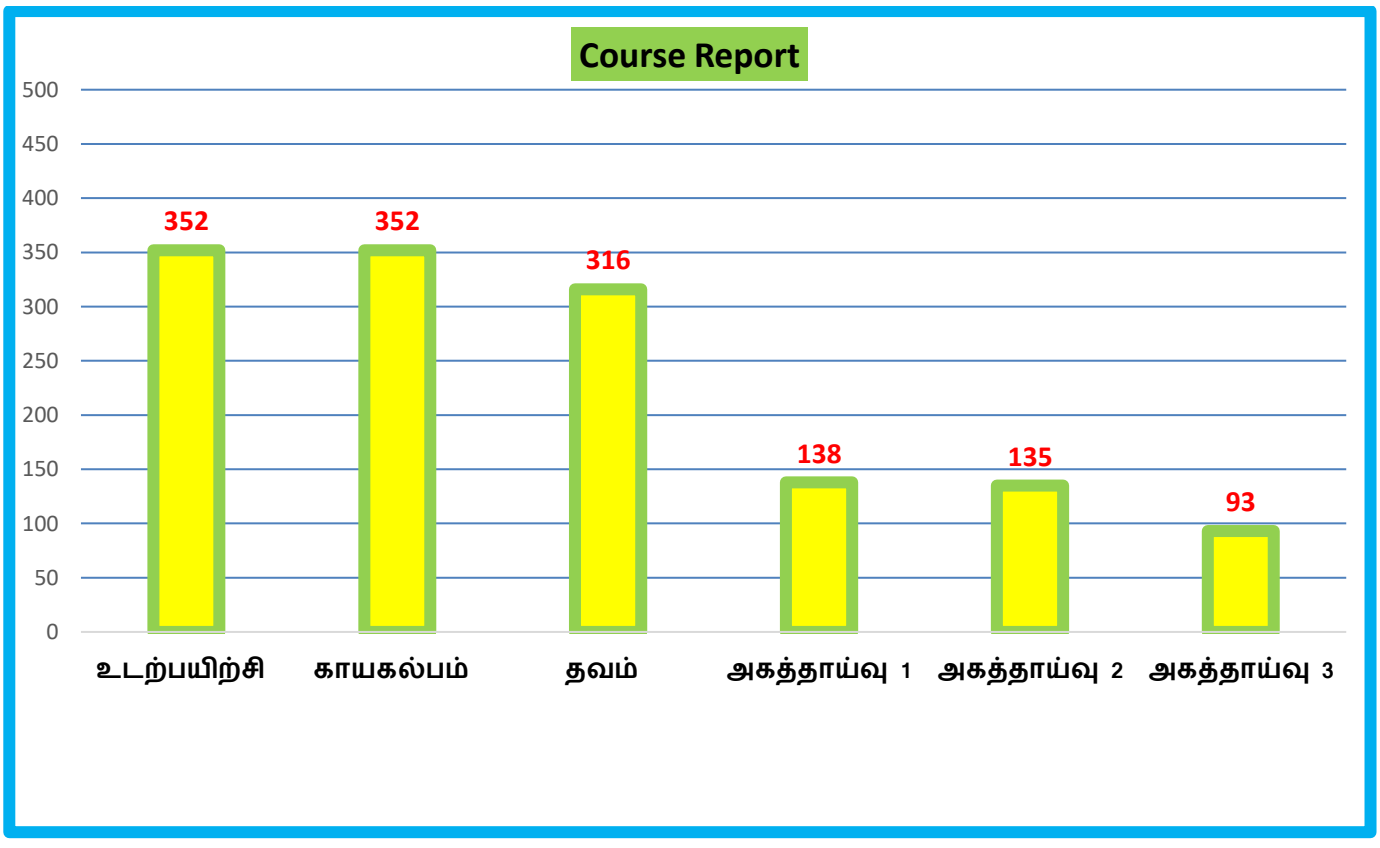
உடற்பயிற்சி, காயகல்பம், தவம், அகத்தாய்வு, பிரம்மஞானம் மற்றும் அருள்நிதியர் பயிற்சி











5. மருத்துவ முகாம்

21.12.2025 அன்று இரத்தினமங்கலம் கிராமத்தில் VSP Medical Team மூலமாக மருத்துவ முகாம் நடைபெற்றது. இதில் கிராம மக்கள் ஆண்கள்-13, பெண்கள்-25, மொத்தம்-38 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டனர்.





6. மனநல ஆலோசனை முகாம்

31.01.2026 அன்று Mr.M.K.Janakiraman, Psychologist அவர்களால் இரத்தினமங்கலம் கிராமத்தில் மன நல ஆலோசனை முகாம் நடத்தப்பட்டது. இம்முகாமில் ஊர்பொதுமக்கள் ஆண்கள்-06, பெண்கள்-56, மொத்தம்-62 பேர் கலந்துகொண்டனர். தனிநபர் ஆலோசனை 08 அன்பர்களுக்கு வழங்கப்பட்டது.





7. சுற்றுப்புற சுகாதார விழிப்புணர்வு முகாம்

20.04.2025 அன்று இரத்தினமங்கலம் கிராமத்தில் மண்டலம், அறக்கட்டளை பொறுப்பாளர்கள் மற்றும் கிராம பொருப்பாளர்களால் கிராம மக்கக்கு 110 மரக்கன்றுகள் வழங்கப்பட்டது.





8. முதல் நிலை அகத்தாய்வு





9. இரண்டாம் நிலை அகத்தாய்வு





10. மூன்றாம் நிலை அகத்தாய்வு



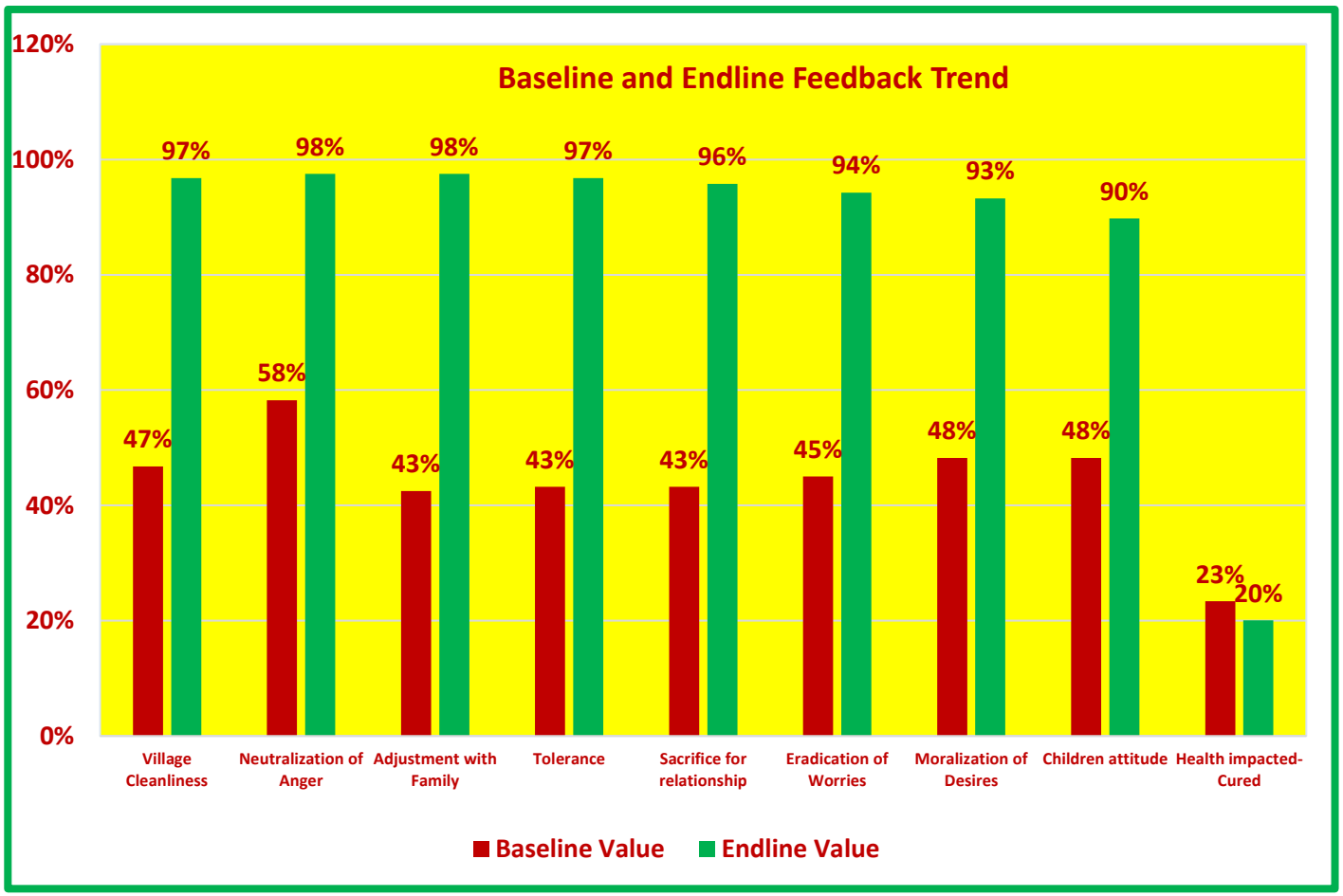


11.அனுபவ உரை

Result Inference

S.No.	Inference
1	98% of the participants are benefitted with the exercises and leading a healthy life
2	Around 98% of the participants are able to remember things
3	Around 98% of the participants mental health has calmed due to the sky meditation
4	Around 98% of the participants are able to control their anger
5	Around 97% of the participants are out of depression compared to before joining the program
6	Around 95% of the participants children able to focus towards education
7	90% (274) of the participants have made progress in family peace
8	Due to SKY Exercises and meditation-61 participants cured of overweight and obesity, 41 participants Migraine and Headache, 30 participants cured of sugar problem, 30 participants cured of Blood Pressure, 30 women participants cured of Menstrual Problem / (PCOD), 20 Participants cured of Joint Pain.
9	**98% of the participants are happy with the VSP Programme compared to only 22% before joining the program.**

Feedback Trend



வாழ்க வளமுடன் வாழ்க வையகம்

குரு வாழ்க குருவே துணை 2-3-2014



என் பெயர்

M. ரேணுகா
No. 5, முத்துமிழ் தெரு
சென்னி நகர்
கேளையூர், சென்னை-73.

எங்கள் ஊரில் நடந்த மனவள கலை பயிற்சியின் நித்தினமங்களம்
நிறைவு நிலை திட்டத்தின் இந்த நான் கலந்து கொண்டேன்
இதன் மூலம் மன நிறைவு பெற்றேன்.
மேலும் மன அமைதி, மற்றும் பயிற்சின் மூலம்
உடல் உபாதைகள் குறை குறைந்துள்ளது
என நான் நம்பிக்கை கொண்டேன். கண் பார்வை
தெரிந்துக் கொண்டேன். மகாகணம் செய்ய
பயிற்சி பெற ஆர்வம் கொண்டேன். மேலும்
பேராசிரியர் ஐயா குமரி, பேராசிரியர் ராமணி அம்மா
அவர்களுக்கும் உலக குருநாத தேவா சங்கத்திற்கும்
என் மனமார்ந்த நன்றியை தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

இவண்
M. ரேணுகா.



5.3.26

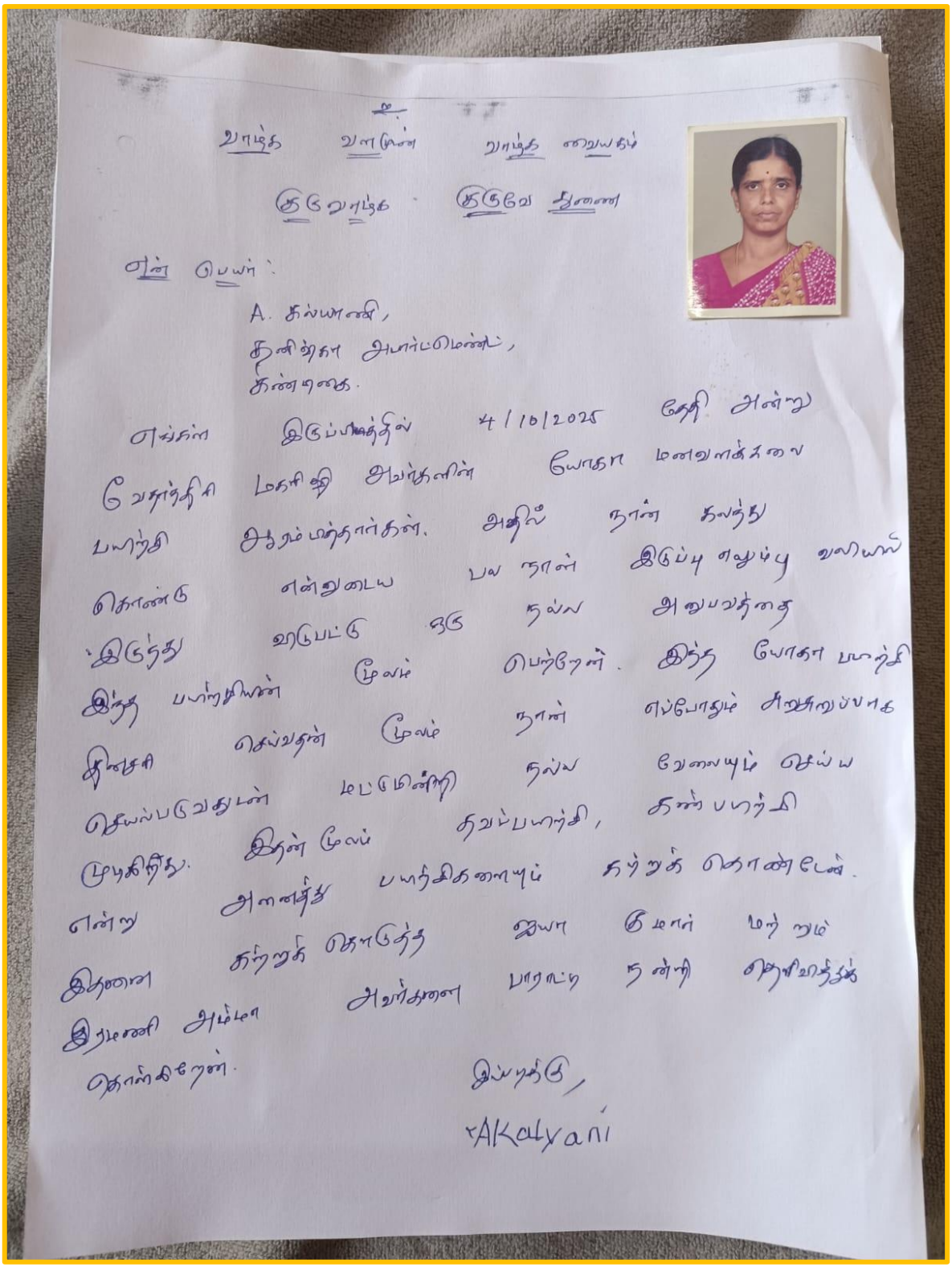
வாழ்க வையகம்
வாழ்க வளமுடன்

என் பெயர்

N. பிரேமா
திருவெங்கிடபுரம் முதல் தெரு.
வெங்கம்பாக்கம்

நான் ஸ்ரீனிவாஸ்விலம் திராபிய சேவை திட்டத்தில் யோக பயிற்சி பெற்றேன். என் உடல் எடை மேன்மேலும் குறைந்து கொண்டே இருந்தது. எனக்கு சர்க்கரை நோய் இருந்தது. தற்சமயம் உடல் சோர்வு நீங்கி நலமாக உள்ளேன். ஆசிரியர் அவர்களுக்கும், ஒருங்கிணைப்பாளர்களுக்கும் WCSC - VSP பொறுப்பாளர்களுக்கும் என் மனமார்ந்த நன்றியை தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

இப்படிக்கு..
N. Prema



வாழ்க வளமுடன் வாழ்க வையகம்

குருவாழ்க குருவே துணை

என் பெயர்:

A. கல்யாணி,
தனிஷ்கா அபார்ட்மெண்ட்,
சென்னை.

எங்கள் இருப்பிடத்தில் 4/10/2025 தேதி அன்று வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் யோகா மனவளக்கலை பயிற்சி ஆரம்பித்தார்கள். அதில் நான் கலந்து கொண்டு என்னுடைய பல நாள் இருப்பு எழுப்பு வலியை இருந்து வந்தபட்டு ஒரு நல்ல அனுபவத்தை இந்த பயிற்சியின் மூலம் பெற்றேன். இந்த யோகா பயிற்சி தினசரி செய்வதன் மூலம் நான் எப்போதும் சுறுசுறுப்பாக செயல்படுவதுடன் மனமென்றி நல்ல வேலையும் செய்ய முடிகிறது. இதன் மூலம் தவப்பயிற்சி, கண் பயிற்சி என்று அனைத்து பயிற்சிகளையும் கற்றுக் கொண்டேன். இதனை கற்றுக் கொடுத்த ஐயா குமார் மற்றும் இருமணி அம்மா அவர்களை பாராட்டி நன்றி தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

இப்படிக்கு,
A.Kalyani

வாழ்க வளமுடன் வாழ்க வையகம்

குரு வாழ்க குருவே துணை



என் பெயர்:

P. Saranya,
தனிஷ்தா அபார்ட்மெண்ட்,
தன்டிகை.
செங்கல்பட்டு மாவட்டம்.

எங்கள் உயிரில் 04/10/2025 தேதி அன்று வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் மனவளக்கலை யோகா ஆசிரியர் பயிற்சி முகாமிய இலவச திட்டத்தின் கீழ் தொடர்ந்து இப்பயிற்சியால் நாமும் தலைத்து கொண்டு ஒரு நல்ல அனுபவத்தை பெற்றேன். இதன் மூலம் எனது சோர்வு, கவலை, உடலின் பல வலிகளில் இருந்து விடுபட்டு நல்ல உள்ளத்தை பெற்று வந்தேன். தினமும் 11 மணிமுதல் 12.30 வரை எடுக்கப்பட்டு அனைத்து வகை Sky Yoga பயிற்சி மற்றும் தவப்பயிற்சி, கண் பயிற்சி, தீபம் பயிற்சி தன்னாறப் பயிற்சி அனைத்தும் கற்று கொடுக்கப்பட்டது மேலும் இப்பயிற்சி கற்று தந்த எங்களை ஊக்குவித்து கற்று கொடுத்த பேராசியர் ஜயா. குமார், பேராசியர் இராணி அம்மா அவர்களுக்கு எங்களுடைய மனமிகுந்த நன்றியை தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

இப்படிக்கு,

P. Saranya

12. எதிர்காலத் திட்டங்கள்:

ஆரோக்கியமும், அமைதியும் மிக்க இரத்தினமங்கலம் கிராமம், கிழக்கு தாம்பரம் 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:

தண்டரை 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 *Thiru.J.Subiramanian & Family, Mangadu, Chennai* அவர்களுக்கும், இத்திட்டத்தை ஒருங்கிணைந்து நடத்தி கொடுத்த காஞ்சிபுரம் மண்டல பொறுப்பாளர்களுக்கும், கிழக்கு தாம்பரம் மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை பொறுப்பாளர்களுக்கும், பல்வேறு சிறப்பு முகாம்களை நடத்திக் கொடுத்த அனைத்து ஒருங்கிணைப்பாளர்களுக்கும், பயிற்சிகளை நடத்திக்கொடுத்த மனவளக்கலை கிராம ஆசிரியர்கள் *Asst.Prof.R.Kumar, Prof.K.Ramanibai* 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