கிராமிய சேவைத் திட்டம்

காஞ்சிபுரம் மண்டலம்
குரோம்பேட்டை ராதாநகர் மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை
பொழிச்சலூர் கிராமம்





காஞ்சிபுரம் மண்டலம்
குரோம்பேட்டை ராதாநகர் மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை
பொழிச்சலூர் கிராமம்

Contents

1. செயல்பாட்டு அறிக்கை 3
2. கிராமிய சேவைத் திட்டத்தின் நோக்கம் 4
3. திட்டத்தின் நோக்கமும் இலக்கும் 4
4. பொழிச்சலூர் 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	பொழிச்சலூர்		
2.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் தொடங்கிய நாள்	**11-09-2025**		
3.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் நிறைவுநாள்	**11-03-2026**		
4.	கிராமிய சேவைத் திட்டம் காலம்	**6** மாதங்கள்		
5.	மண்டலம்	காஞ்சிபுரம்		
6.	அறக்கட்டளை	குரோம்பேட்டை ராதாநகர்		
7.	நிதி உதவி வழங்கியவர்	திரு. ஜெயராமன் சீனிவாசன், கிராமிய சேவை திட்டம், காஞ்சிபுரம் மண்டலம்		
8.	கிராம மக்களின் மொத்த எண்ணிக்கை	ஆண்:110	பெண்:240	மொ:350
9.	கிராமத்தில் உடற்பயிற்சி கற்றவர்கள்	ஆண்:60	பெண்:265	மொ:325
10.	காயகல்ப பயிற்சி கற்றவர்கள் எண்ணிக்கை	ஆண்:60	பெண்:262	மொ:322
11.	தவம் பயின்றவர்களின் எண்ணிக்கை	ஆண்:60	பெண்:265	மொ:325
12.	முதல் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:45	பெண்:191	மொ:236
13.	இரண்டாம் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:45	பெண்:191	மொ:236
14.	மூன்றாம் நிலை அகத்தாய்வு பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:45	பெண்:191	மொ:236
15.	பிரம்மஞானம் பயிற்சி பெற்றவர்கள்	ஆண்:06	பெண்:20	மொ:26
16.	உடற்பயிற்சி பயின்றவர்கள் *(Students below 14)*	ஆண்:20	பெண்:23	மொ:43

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 **378**-வது கிராமமாக பொழிச்சலூர் கிராமத்தில் கிராமிய சேவைத்திட்டம் துவங்கப்பட்டது.

இக்கிராமத்தில் *11-09-2025*-ஆம் தேதியிலிருந்து **11.03.2026**-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. பொழிச்சலூர் கிராமத்தின் தொடக்கவிழா

திரு. ஜெயராமன் சீனிவாசன், கிராமிய சேவை திட்டம், காஞ்சிபுரம் மண்டலம் அவர்களின் நிதி உதவியுடன் காஞ்சிபுரம் மண்டலம், குரோம்பேட்டை ராதாநகர் மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை சார்பாக 23.02.2025-ஆம் தேதி உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர், பத்மபூஷன்.அருள்நிதி.Dr.SKM.மயிலானந்தன் அவர்களால் (காணொளி காட்சி) மூலமாக உலக சமுதாய சேவா சங்க கொடியேற்றத்துடன் மரம் நடுதல் விழாவுடனும் பொழிச்சலூர் கிராமிய சேவைத் திட்டம் துவக்கி வைக்கப்பட்டுள்ளது.







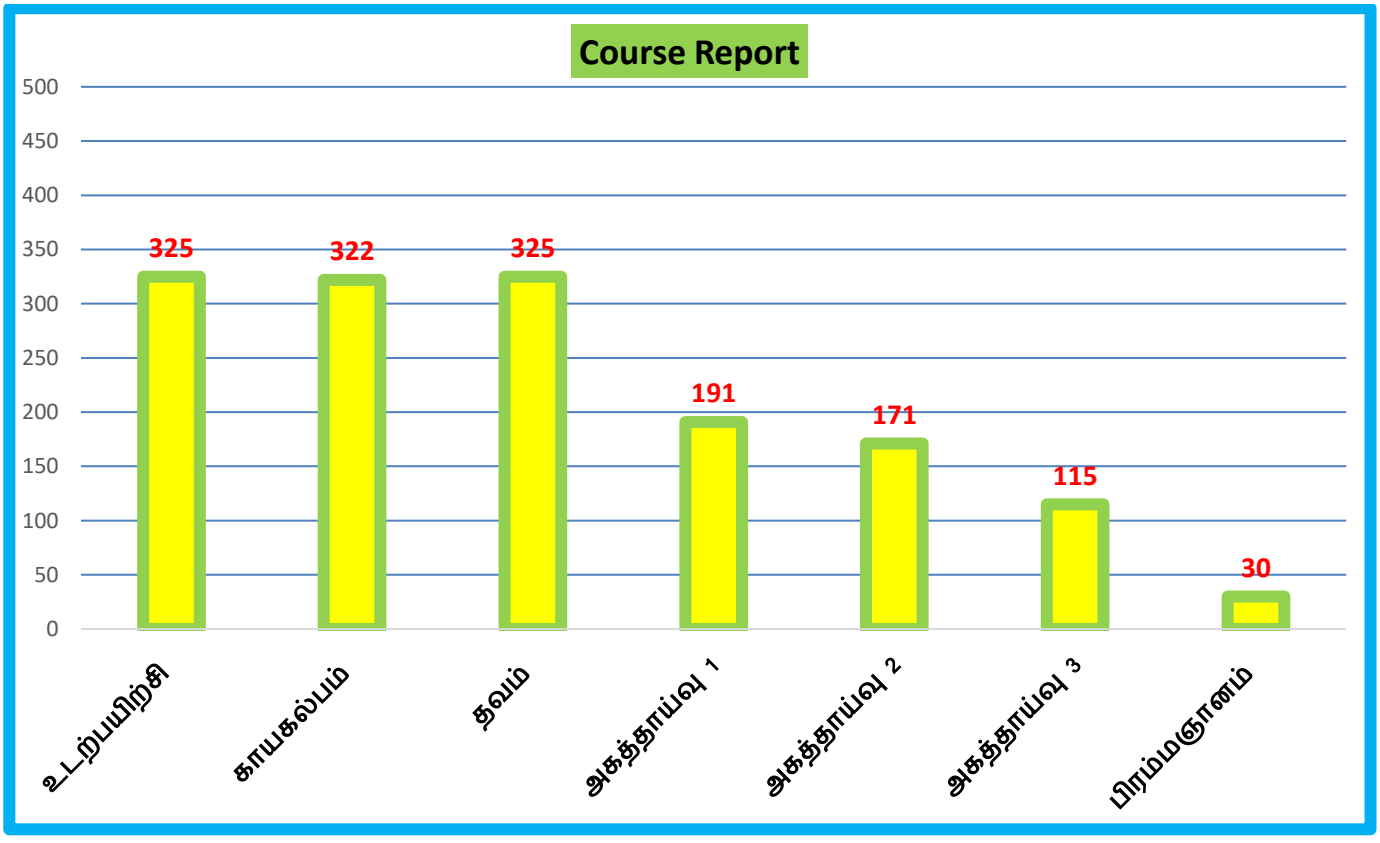

உடற்பயிற்சி, காயகல்பம், தவம், அகத்தாய்வு, பிரம்மஞானம் மற்றும் அருள்நிதியர் பயிற்சி











5. மருத்துவ முகாம்

14.12.2026 அன்று பொழிச்சலூர் கிராமத்தில் மருத்துவ முகாம் நடைபெற்றது. இதில் கிராம மக்கள் ஆண்கள்-10, பெண்கள்-32, மொத்தம்-42 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டனர்.





6. மனநல ஆலோசனை முகாம்

28.02.2026 அன்று Mr.M.K.Janakiraman, Psychologist அவர்களால் பொழிச்சலூர் கிராமத்தில் மன நல ஆலோசனை முகாம் நடத்தப்பட்டது. இம்முகாமில் ஊர்பொதுமக்கள் ஆண்கள்-10, பெண்கள்-50, மொத்தம்-60 பேர் கலந்துகொண்டனர். தனிநபர் ஆலோசனை 10 அன்பர்களுக்கு வழங்கப்பட்டது.





7. சுற்றுப்புற சுகாதார விழிப்புணர்வு முகாம்

28.02.2026 அன்று பொழிச்சலூர் கிராமத்தில் மண்டலம், அறக்கட்டளை பொறுப்பாளர்கள் மற்றும் கிராம பொருப்பாளர்களால் கிராம மக்கக்கு 110 மரக்கன்றுகள் வழங்கப்பட்டது.





8. முதல் நிலை அகத்தாய்வு





9. இரண்டாம் நிலை அகத்தாய்வு





10. மூன்றாம் நிலை அகத்தாய்வு



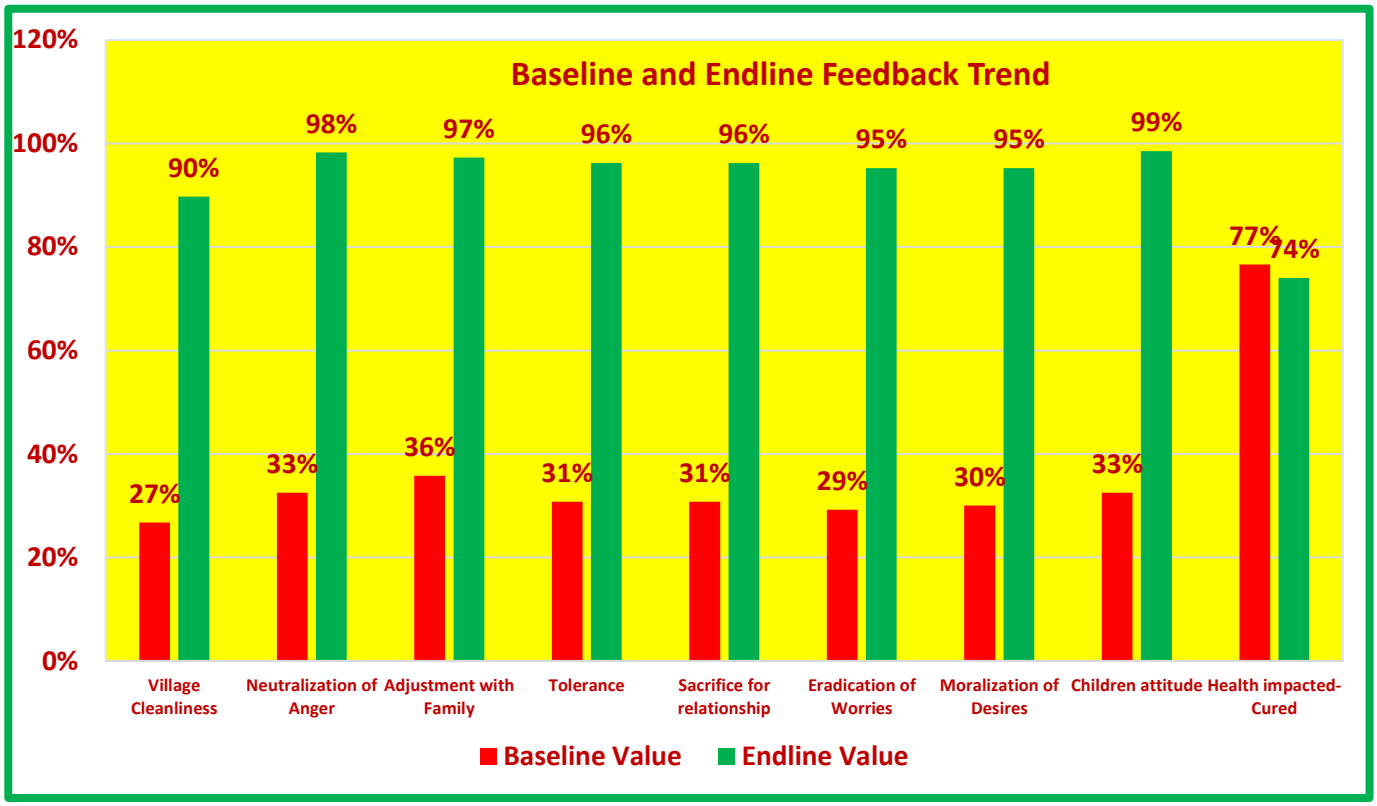


11.அனுபவ உரை

Result Inference

S.No.	Inference
1	100%of the participants are out of the depression compared to before joining the program
2	98% of the participants able to control their anger
3	Around 98% of the participants are benefitted with the exercises and leading a healthy life
4	Around 98% of the participants are able to control their anger
5	Around 98% of the participants are satisfied with their children education and attitude
6	Around 97% of the participants mental health has calmed due to the SKY Meditation
7	94% of the participants are able to eradicate worries and maintain a healthy life
8	Around 89% (320) of the participants have made progress in family peace
9	Due to SKY Exercises and meditation-101 participants cured of Joint Pain, 53 Participants cured of Blood Pressure, 33 Participants cured of Asthma / Breathing Problem, 38 participants cured of Sugar Problem, 20 participants cured of Migraine and Headache, 12 participants cured of Overweight / obesity, 23 Women Participants cured of Menstrual Problem.
10	**100% of the participants are happy with the VSP Programme compared to only 25% before joining the program**

Feedback Trend



2

K. அமராவதி
பொழிச்சலூர், சென்னை - 74.



வாழ்க வையகம் வாழ்க வையகம்
வாழ்க வளமுடன்.

முதலில் இந்த சந்தர்ப்பத்தை ஏற்படுத்திக் கொடுத்த இந்த பிரபஞ்ச சக்திக்கும் ஐயா வேதாத்ரி மகரிஷிக்கும் கோடான கோடி நன்றிகள். ஆசிரிய பெருமக்களுக்கும் எனது மனமார்ந்த நன்றிகள்.

நான் எனது உறவினர் மூலம் இந்த மனவளக்கலையில் வந்து சேர்ந்தேன். அங்கு உடற்பயிற்சி, தியானம் மற்றும் அகத்தாய்வு, காயகல்பம் முதலியன நடத்தப்பட்டது. இந்த பயிற்சிகள் எல்லாம் என் உடலிலும், மனதிலும் இருந்த பிரச்சனைகளை நாளடைவில் தெளிய வைத்தது. முகமும் தேஜஸ் பெற்றது. மருத்துவர்களுக்கே ஆச்சர்யம். பிறகு என்னிடம் கேட்டார்கள் வேறு எங்காவது மருத்துவம் பார்த்தீர்களா என்று நான் சொன்னேன் ஐயா உங்கள் மருந்துகள் எனக்கு தற்காலிக நிவாரணத்தை அளித்ததே தவிர நிலையான தீர்வு கிடைக்கவில்லை.

இந்நிலையிலிருந்தான் ஐயா வேதாத்ரி மகரிஷியின் மனவளக்கலையில் இலவசமாக பயிற்சியும், தியானமும் கிடைத்ததைக் கூறினேன். அவர்களும் இதைப்பற்றிய விளக்கத்தை வரும் மக்களுடன் பகிர்ந்துக்கொள்வதாக கூறியதோடு மட்டுமல்லாமல் இப்பயிற்சிகளை தொடரப்போவதாக கூறினார்கள். இவை எல்லாவற்றுக்கும் மேலாக நமது கர்மாவைப்பற்றி கூறியதும் நமக்கு துரோகம் செய்தவர்களையும் சபிக்காமல் மன்னித்து அவர்களும் நல்வாழ்வு வாழ வாழ்த்தச் சொன்னாங்க. இது நாளடைவில் எனக்குள் மிகப்பெரிய மாற்றத்தை தந்தது. ஏனென்றால் நமது கர்மா அவர்கள் மூலமாக கழிந்தது என தெரிந்துக் கொண்டேன்.

[வாழ்க வளமுடன்]



வாழ்க வையகம், வாழ்க வளமுடன்

ஜெ. வித்யாலஷ்மி
பொழிச்சலூர்
சென்னை

நான் வித்யாலஷ்மி, திருமணமாகி பொழிச்சலூரில் வசித்து வருகிறேன். தினந்தோறும் அலுவலகத்திற்கு சென்று அன்றாட வேலையை செய்து வருகிறேன். உடற்பயிற்சி, கண் பயிற்சி, காயகல்ப பயிற்சி பெரிய அளவில் உதவியது. என் உடல்வலி மிகவும் குறைந்தது. நான் இப்போது கருவுற்ற நிலையில் இந்த பயிற்சி மிகவும் உதவியாக இருந்தது. காயகல்பமும் செய்துவர என் உடல், மனம் மேம்படுவதையும், தெளிவுற்றதையு நான் உணர்ந்தேன். இப்பயிற்சியை கற்றுக்கொள்ளும் வாய்ப்பை ஏற்படுத்தி கொடுத்து, கற்றுக்கொடுத்த வேதாத்தி மகரிஷி ஐயா அவர்களின் மன்றத்திற்கும், குரு அனைவருக்கு என் மனமார்ந்த நன்றியை தெரிவிக்கிறேன்.

வாழ்க வையகம், வாழ்க வளமுடன்.

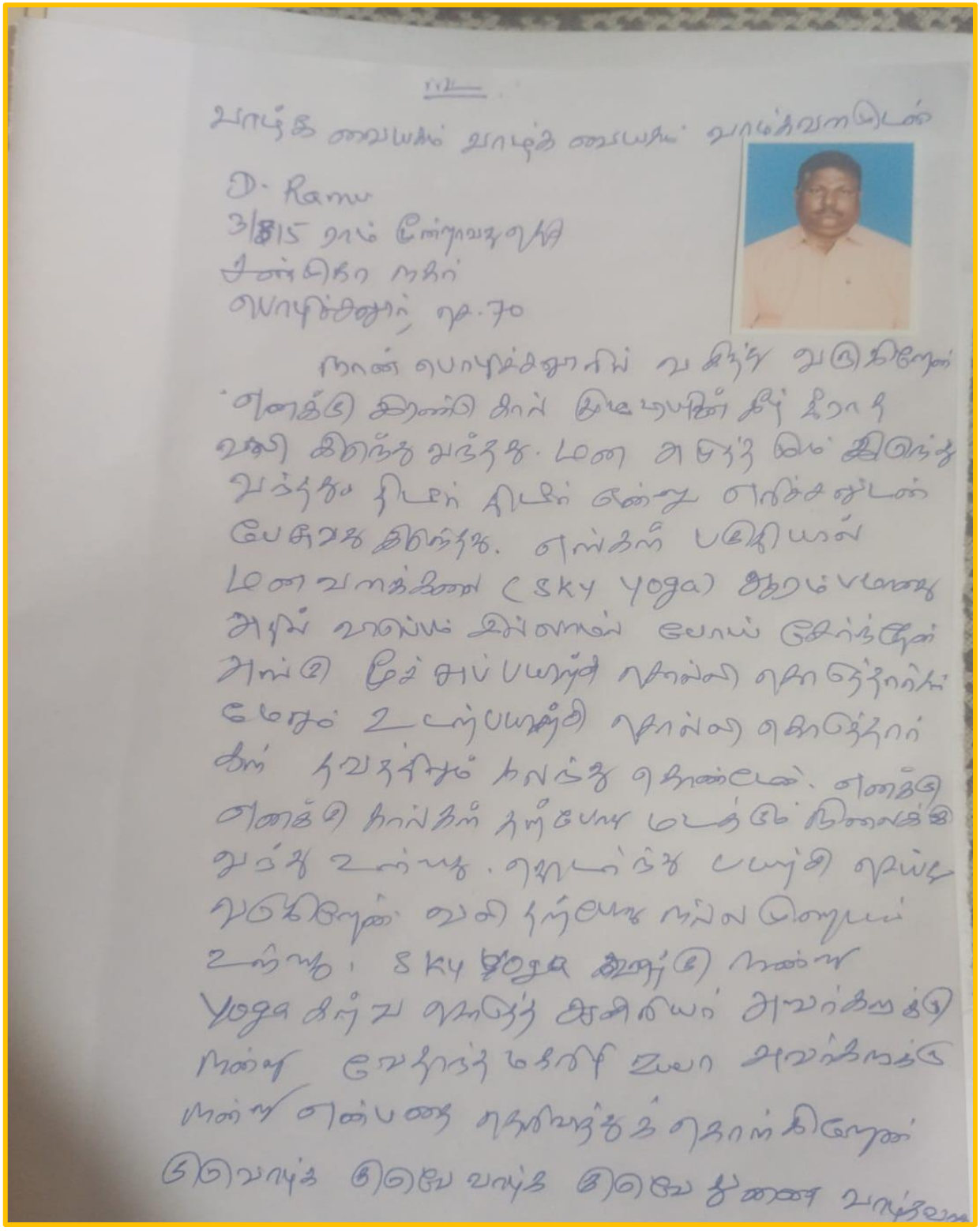


வாழ்க வையகம், வாழ்க வளமுடன்

S. நந்தினி தேவி
பொழிச்சலூர்
சென்னை

நான் நந்தினி, பொழிச்சலூரில் வசித்து வருகிறேன். நான் இல்லத்தரசியாக அன்றாட வேலைகளை பார்த்து, குடும்பத்தையும் கவனித்து வருகிறேன். வேலை, வயது காரணமாக என் உடலும் சோர்வுற்று. கால், இடுப்பு வலி, கண் பார்வை, சளி பிரச்சனை இருந்தது. பொழிச்சலூர் VSP மன்றத்தில் சேர்ந்து, 6 மாத காலமாக தகுந்த முறையில் உடற்பயிற்சி, கண் பயிற்சி, மூச்சு பயிற்சி செய்து வந்தேன். இந்துடன் தினந்தோறும் காயகல்பம், தியானம், அகத்தாய்வு செய்துவர என் மனம் அமைதியும், தெளிவும் பெற்றது. சீரான பயிற்சி பெரிய விதத்தில் என் கால் வலி, கண் பார்வையை மேம்படுத்த உதவியது. என் மன உறுதியையும் அதிகரித்துள்ளது. இப்பயிற்சியை முழுமையாக கற்றுக் கொள்ளும் இந்த வாய்ப்பை ஏற்படுத்தி கொடுத்த வேதாத்திரி மகரிஷி ஐயா அவர்களுக்கும் அதை சார்ந்து கற்றுக்கொடுத்த குரு அனைவருக்கும் என் மனமார்ந்த நன்றியை தெரிவிக்கிறேன்

வாழ்க வையகம், வாழ்க வளமுடன்.



வாழ்க வையகம் வாழ்க வையகம் வாழ்கவளமுடன்

D. Ramu
3/815 ராம் மேன்ஷாவது தெரு
சண்டிகா நகர்
பொழிச்சலூர், தெ.70

நான் பொழிச்சலூரில் வசித்து வருகிறேன் எனக்கு இரண்டு கால் இடையின் கீழ் கீராத வலி கிடைந்து வந்தது. மன அழுத்தமும் இருந்து வந்தது. திடீர் திடீர் என்று எரிச்சலுடன் பேசுவது கிடைந்தது. எங்கள் பகுதியில் மனவளக்கலை (Sky Yoga) ஆரம்பமானது அதில் வாலிப்பம் இல்லாமல் போய் சேர்ந்தேன் அங்கு மூச்சுப்பயிற்சி தொல்லி தொடுத்தார்கள் மேலும் உடற்பயிற்சி தொல்லி தொடுத்தார்கள் தவத்திலும் கலந்து தொண்டேன். எனக்கு எனக்கு கால்கள் தற்போது மடக்கும் நிலைக்கு வந்து உள்ளது. தொடர்ந்து பயிற்சி செய்து வருகிறேன் வலி தற்போது நல்லமுறையில் உள்ளது. Sky Yoga கூறுக்கு நன்று Yoga கற்று தொடுத்த ஆசிரியர் அவர்களுக்கு நன்று வேதாந்த மகரிஷி ஐயா அவர்களுக்கு நன்று என்பதை தெரிவித்துக் கொள்கிறேன் குருவாழ்க குருவே வாழ்க குருவே துணை வாழ்கவள

12. எதிர்காலத் திட்டங்கள்:

ஆரோக்கியமும், அமைதியும் மிக்க பொழிச்சலூர் கிராமம், குரோம்பேட்டை ராதாநகர் 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:

பொழிச்சலூர் 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 அளித்த திரு.ஜெயராமன் சீனிவாசன், கிராமிய சேவை திட்டம், காஞ்சிபுரம் மண்டலம் அவர்களுக்கும் இத்திட்டத்தை ஒருங்கிணைந்து நடத்தி கொடுத்த காஞ்சிபுரம் மண்டல பொறுப்பாளர்களுக்கும், குரோம்பேட்டை ராதாநகர் மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை பொறுப்பாளர்களுக்கும், பல்வேறு சிறப்பு முகாம்களை நடத்திக் கொடுத்த அனைத்து ஒருங்கிணைப்பாளர்களுக்கும், பயிற்சிகளை நடத்திக்கொடுத்த மனவளக்கலை கிராம ஆசிரியர்கள் *Prof.G.Ramakrishnan & Prof.Mariyammal* 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