அமைதியும் ஆரோக்கியமும்

புதுயுகத்தின் வழிகாட்டி

அமைதி - 3 | ஆரோக்கியம் - 10 | மே : 2016

குழந்தைகள் கண்களை மூடி படிப்பது (Mid Brain Activation) உண்மையா ?

அமைதியும் ஆரோக்கியமும் 2016 மாத இதழ்

எண்ணம் போல் வாழ்க்கை

ஹீலர் பாஸ்கரின் சென்ற மாத நிகழ்ச்சிகள்...

03.04.2016 திருச்சி

10.04.2016 கோவை

17.04.2016 போடிநாயக்கனூர்

ஐந்து நாள் பயிற்சி முகாம்
சென்னை 15.04.2016 முதல்
19.04.2016 வரை

ஐந்து நாள் பயிற்சி முகாம் கோவை 22.04.2016 முதல் 26.04.2016 வரை

கோவை நிஷ்டை ஆசிரமத்தில்

ஹீலர் பாஸ்கரின் நேரடி பயிற்சி வகுப்பு

அனாடமிக் தெரபி ஒருநாள் பயிற்சி முகாம்

அனைத்து நோய்களுக்கும் ஆறு மணிநேரத்தில் தீர்வு !

நன்கொடை ரூ. 150/-
தேநீர் மற்றும் மதிய உணவு உட்பட
22.05.2016
ஞாயிற்றுக்கிழமை
9.30am 5.00pm

பயிற்சி நடைபெறும் இடம்

நிஷ்டை

சர்வதேச வாழ்வியல் பயிற்சி மையம்

நெ.1, லக்ஷ்மி நகர், பரிபூர்ணா எஸ்டேட் அருகில்,
கோவைபுதூர், கோயமுத்தூர் - 641 042.

+91 99442 21007 / +91 98424 52508

www.anatomictherapy.org

குறிப்பு : 22.05.2016 அன்று கோவை பெர்க்ஸ் பள்ளி வளாகத்தில் நடைபெறவதாக இருந்த நிகழ்ச்சி 03.07.2016 தேதி அன்று மாற்றப்பட்டுள்ளது.

அனைவரும் வாருங்கள் ! கலந்து கொண்டு பயன்பெறுங்கள் !!

மேலும் விபரங்களுக்கு : www.anatomictherapy.org

ஆசிரியர் மடல்

வாழ்க வானகம் ! வாழ்க பூலோகம் !! தூயவைகளே துணை !!!

எல்லாப் புகழும் இறைவனுக்கே !

உலக மக்கள் அனைவருக்கும் வணக்கம்

'அமைதியும் ஆரோக்கியமும்' என்ற இந்த மாத இதழின் ஆசிரியரான நாம் உலக மக்களுக்கு இந்த புத்தகத்தின் வழியாக தெரியப்படுத்த நினைப்பது என்னவென்றால்,

உலக மனிதர்கள் அனைவரின் நோக்கமும் ஆரோக்கியமாக, அன்பாக, தெளிவாக, புத்திசாலித்தனமாக, அமைதியாக, நிம்மதியாக, வளமாக, மகிழ்ச்சியாக, குடும்பம் அமைதியாக, தொழில் சிறப்பாக மற்றும் வசதியாக வாழ வேண்டும் என்பதே.

ஆனால் அதை அடைய சரியான வழி தெரியாமல் தேடி அலைகிறோம். அந்த எளிமையான, சிறந்த, நல்ல மற்றும் அறிவியல் பூர்வமான வழிமுறைகளைக் கண்டறிந்து அனைத்து நாட்டு, மத, இன, ஜாதி மக்களுக்கும் எளிமையாக புரியும் விதத்தில் எடுத்துக் கூறுவதே இந்த மாத இதழின் முழு நோக்கமாகும்.

வாருங்கள் நாம் ஒன்று சேர்ந்து தெளிவு பெறுவோம்.

மகிழ்வித்து மகிழ்வோம் !

புரியவைத்து பூரிப்போம் !!

தெளிவுபடுத்தித் தெளிவோம் !!!

என்னைப்போல் வாழ்க்கை

ஆசிரியரின் வேண்டுகோள் / அறிவிப்பு

1. இந்த புத்தகத்தை நகல் எடுத்து மற்றவர்களுக்கு இலவசமாக கொடுக்க அனுமதிக்கிறோம்.
2. உங்கள் நண்பர்கள், உறவினர்களை இந்த புத்தகத்தின் சந்தாதாரராக இருக்க தெளிவு படுத்துங்கள்.
3. இந்த மாத இதழ் "அனாடமிக் செவிவழி தொடு சிகிச்சை" என்ற புத்தகத்தை முழுவதுமாகப் படித்தவர்களுக்கு மட்டுமே முழுமையாகப் புரியும். எனவே படிக்காதவர்கள் உடனே கொரியர் மூலம் அல்லது www.anatomictherapy.org - என்ற எங்கள் இணையதள முகவரி மூலம் படித்து தெளியுங்கள்.
4. நான் எனக்கு இந்த வயதில் இந்த வாழ்க்கையில் கிடைத்த அனுபவத்தை வைத்து தகவல்களை எழுதுகிறேன். (கற்றது கைமண் அளவு) எனவே என்னைவிட அதிக விசயங்கள் தெரிந்த தூயவர்கள் தயவுசெய்து என்னை தெளிவுபடுத்துங்கள்.
5. இந்த புத்தகத்தின் நோக்கம் உலக மக்களின் அமைதி மற்றும் ஆரோக்கியம். எனவே யார் வேண்டுமானாலும் சமூக சிந்தனை கட்டுரைகள், கவிதைகள், கல்வி மேம்பாடு, மருத்துவம், கலாச்சாரம், சட்டம், பொருளாதார வளர்ச்சி மற்றும் வேலை வாய்ப்பு சம்பந்தப்பட்ட கட்டுரைகள் எழுதி அனுப்பி வைக்கலாம். சிறந்த கட்டுரைகள், புகைப்படம் மற்றும் பெயருடன் பிரசுரிக்கப்படும்.
6. ஆசிரியரிடம் நீங்கள் கேட்க நினைக்கும் கேள்விகளை எழுதி அனுப்புங்கள்.

ஆசிரியர் குழு

ஆசிரியர்	:	திரு. **ஹீலர் பாஸ்கர்,** நிறுவனர், அனாடமிக் தெரபி ஃபவுண்டேஷன்.
துணை ஆசிரியர்	:	திரு. **சுகுமார்** (மருத்துவர்) பொள்ளாச்சி.
வடிவமைப்பு	:	திரு. **ல. விஜய்,** கோவை.
நிர்வாக அலுவலர்கள்	:	திரு. **ரா.ஸ்ரீனிவாசன்**, கோவை. திரு. **கோ. நந்தகோபால்,** கோவை. திரு. **ரவி,** சென்னை.
அச்சகம்	:	**கிரியேட்டிவ்ஸ் டிசைன் & பிரிண்ட்ஸ்** கோவை.

I வருட சந்தா - ரூ. 400/-

அமைதி	: 3
ஆரோக்கியம்	: 10
இதழ்	: 34
விலை	: ரூ. 35

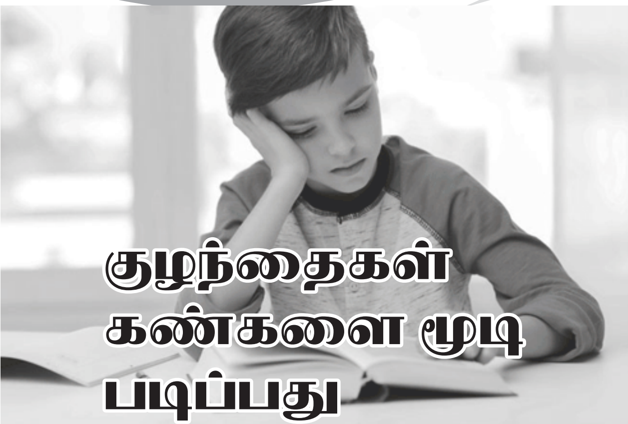
அமைதியும் ஆரோக்கியமும்
மாத இதழ்

வெளியீடு

கிரிஜயா பப்ளிகேஷன்ஸ்

நெ.69, NSK வீதி, செல்வபுரம்,
கோயம்புத்தூர் – 641 026.
தமிழ்நாடு, இந்தியா.
போன் : + 91 96290 32767

E-mail : giriiyyapublications@gmail.com
Website : www.giriiyyapublications.com



குழந்தைகள் கண்களை மூடி படிப்பது உண்மையா?

சமீப காலமாக உலகின் பல்வேறு இடங்களில் மிட் ப்ரெய்ன் ஆக்டிவேசன் (Mid Brain Activation) என்ற பெயரில் குழந்தைகளுக்கு கண்களை மூடி படிப்பதற்கு பயிற்சிகளைக் கொடுத்து வருகின்றனர். இந்த பயிற்சியினை தயவு செய்து யாரும் நம்ப வேண்டாம். இது ஒரு ஏமாற்று வேலை என்பதைப் பற்றி தான் இந்தக் கட்டுரையில் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ள இருக்கிறோம்.

இப்பொழுது பல இடங்களில் குழந்தைகளின் கண்களைக் கட்டிவிட்டுப் புத்தகங்களை படிப்பதற்கும், கண்களுக்கு முன்னால் உள்ள பொருட்களை அடையாளம் காண்பதற்கும் பயிற்சிகள் நடத்தப்பட்டு வருகிறது. மேலும் லீஃப் ரீடிங் (Leaf Reading) என்ற பெயரில் புத்தகத்தினைத் திறந்து படிக்காமலேயே பக்கங்களை வேகமாகப் புரட்டிப் பார்த்தே படித்து விடமுடியும் என்று பயிற்சி கொடுக்கின்றனர். இதுதவிர புத்தகத்தினைப் புரட்டிப் பார்க்காமல் உள்ளங்கையை புத்தகத்தின் மேல் வைத்து ஐந்து முதல் ஏழு பக்கங்கள் வரை உள்ள விசயங்களை படிக்க முடியும் என்றும் பயிற்சிகளை அளித்து வருகின்றனர்.

மேலும் 300 பக்க புத்தகத்தினை 3 நிமிடத்தில் படித்து விட முடியும் என்று டிவி, செய்தித்தாள்கள் என பலவற்றிலும் விளம்பரங்களைக் கொடுத்து பல நிறுவனங்கள் குழந்தைகளையும், பெற்றோர்களையும் ஏமாற்றி வருகின்றன.

இந்த பயிற்சி 12 வயதிற்கு உட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு மட்டுமே கற்றுக் கொடுக்க முடியும் என்று கூறுகிறார்கள். இந்த பயிற்சிக்காக 15,000 முதல் 1,00,000 ரூபாய் வரை கட்டணமாகப் பெறப்படுகிறது. இரண்டு நாட்களில் இப்பயிற்சியினைக் கற்றுக் கொடுக்க முடியும் என்று கூறுகின்றனர். மேலும் இதே போன்ற பயிற்சி வகுப்புகளை நீங்களும் உங்கள் ஊரில் நடத்தலாம் என்று பெற்றோர்களிடம் 10 இலட்சம் முதல் 50 இலட்சம் ரூபாய்கள் வரை டெபாசிட் தொகை பெற்றுக் கொள்கின்றனர்.

இந்த பயிற்சி உண்மையானதா? என்றால் முற்றிலும் பொய். இதைப் பற்றி இந்தக் கட்டுரையில் நாம் விரிவாகவும், தெளிவாகவும் பார்ப்போம்.

கண்களை மூடிக் கொண்டு உலகில் உள்ள அனைத்து விசயங்களையும் பார்க்க முடியும் என்று நமது முன்னோர்களான சித்தர்கள், ஞானிகள் போன்றோர் கூறியிருக்கின்றனர். எனக்கு கண்களை மூடினால் ஒன்றும் தெரிவதில்லை. கண்களை மூடிக் கொண்டு பல விசயங்களைப் பார்க்கும் மனிதர்களை நான் நேரில் பார்த்ததும் இல்லை. ஆனால் கண்களை மூடிக் கொண்டு அண்ட

ஹீலர் பாஸ்கர்

பிரம்மாண்டத்தையும், இந்த உலகத்தினையும் பார்க்க முடியும் என்று நான் நம்புகிறேன்.

இரண்டே நாளில் 25000 ரூபாய் கட்டணம் வாங்கிக் கொண்டு குழந்தைகளுக்கு கண்களை மூடிக்கொண்டு பார்க்கவும், படிக்கவும் பயிற்சியளிக்க முடியும் என்பதை நிச்சயமாக ஒப்புக்கொள்ள முடியவில்லை. இது ஒரு ஏமாற்று வேலையாகத் தெரிகிறது.

முதலில் கண்களை மூடி படிக்கும் குழந்தைகள் எப்படிப் படிக்கிறார்கள் என்பதைப் பார்ப்போம்.

இதற்கு மிட் ப்ரெய்ன் ஆக்டிவேசன் என்று பெயர் கூறுகிறார்கள். அதாவது குழந்தைகள் கண்கள் மூலமாகப் பார்க்காமல் நடு மூளை வழியாகப் பார்க்கிறார்கள். எனவே கண்களைக் கட்டிக் கொள்கிறோம் என்று கூறுகிறார்கள். இதற்கென பிரத்யேகமாகத் தயாரிக்கப்பட்ட கண்களைக் கட்டிக்கொள்ளும் துணி என்று கருப்பு நிறத்தில் ஒன்றை தருகிறார்கள். அதைக் ஒன்றை கட்டிக் கொண்டால் மூக்கின் அருகே சிறு துவாரத்தின் மூலமாக பொருட்களை பார்க்க முடியும். இதைப் பரிசோதிப்பதற்காக நீங்கள் வேண்டுமானால் இந்த துணியைக் கண்ணில் கட்டிக் கொண்டு பாருங்கள். மூக்கின் அருகில் உள்ள துவாரத்தின் வழியாக கண்களால் கண்டிப்பாக பார்க்க முடியும்.

எனவே கண்ணைக் கட்டிக்கொண்டு குழந்தைகள் பார்க்கிறார்கள் என்பது மூக்கின் அருகே உள்ள துவாரத்தின் வழியாகத் பார்ப்பதைத்தான். ஆனால் நடு மூளை வழியாகப் பார்ப்பதாக அந்தக் குழந்தை நம்புகிறது. அதாவது அவ்வாறு நம்ப வைத்து குழந்தைகளையும், நம்மையும் ஏமாற்றுகிறார்கள்.

உங்கள் ஊரில் உள்ள குழந்தைகளில் எவரேனும் இதுபோன்ற கண்ணைக் கட்டிக்கொண்டு படிப்பவர்களாக இருந்தால் அவர்களைக் கூட்டிக் கொண்டு வந்து பரிசோதனை செய்து பாருங்கள். அக்குழந்தைகளின் மூக்கிலிருந்து 45டிகிரி கோணத்தில் ஒரு புத்தகத்தினை கொண்டு சென்று காண்பித்தால் மட்டுமே அக்குழந்தைகளால் அதைப்பார்த்து படித்து சொல்ல முடியும். கண்களுக்குநேராக ஒரு புத்தகத்தினைக் காட்டினால் அதைப் படிக்கத் தெரிவதில்லை. கண்களுக்கு மேல் அரைஅடி அல்லது ஒரு அடி உயரத்தில் புத்தகங்களை உயர்த்திக் காண்பித்தாலும் அவற்றைப் படிப்பதில்லை. மேலும் நாம் சில பொருட்களை கையில் வைத்துக்கொண்டு அவர்களது கண்களுக்கு முன்னால் சென்று காட்டினாலும் அவர்களால் அடையாளம் காண முடியவில்லை. அப்பொருட்களை தனது கையில் வாங்கிக்கொண்டு மூக்கு துவாரத்தின் வழியாக பார்த்து அதாவது 45டிகிரி கோணத்திற்கு கொண்டு சென்று பார்த்த பின்னர் தான் கூறுகிறது. இவ்வாறு பார்த்து கூறுவதையே கண்களை மூடி அப்பொருளைப் பற்றி கூறுவதாக சொல்கிறார்கள்.

ஒரு பொருளை எடுத்து கையில் உரசினால் அது எந்தப் பொருள் என்று கூறுவதும் இதே போலத்தான். ஒரு பொருளை எடுத்து கையில் உரசும் பொழுது மூக்கின் அருகே உள்ள துவாரத்தின்

வழியாகப் பார்க்கிறார்கள். மேலும் ஒரு பொருளின் வாசனையை முகர்ந்து பார்த்தே அப்பொருள் என்ன என்று கண்டுபிடித்து கூறுகிறோம் என்று சொல்வதும் இதே போன்றது தான். மூக்கின் அருகே உள்ள துவாரத்தின் வழியாக அது என்ன பொருள் என்று பார்த்துக் கொள்கிறார்கள்.

காதின் அருகே ஒரு பொருளைக் கொண்டு சென்றால் அது என்ன பொருள் என்று பார்க்காமல் கூறுகிறோம் என்று கூறுகிறார்கள். காதின் அருகே ஒரு பொருளைக் கொண்டு சென்றால் பக்கவாட்டில் அப்பொருளை சிறு துவாரத்தின் வழியே கண்களால் பார்த்துவிட்டுத்தான் கூறுகிறார்கள்.

ஆரம்பத்தில் இந்தச் செய்திகளைக் கேள்விப்படும் பொழுதும், நேரில் பார்க்கும் பொழுதும் நான் மிகவும் ஆச்சர்யப்பட்டிருக்கிறேன். பத்திரிகை, இணையதளம், யூடியூப் மற்றும் நேரில் நான் நடத்தும் பல நிகழ்ச்சிகளிலும் இதுபற்றிக் கூறி பொதுமக்களிடம் தங்கள் குழந்தைகளையும் இதுபோன்ற பயிற்சிகளுக்கு அனுப்பி வைக்குமாறு கூறியிருக்கிறேன். ஆனால் தற்போது இது ஒரு ஏமாற்றுவேலை என்று தெரிந்த பிறகு அதை மாற்றவேண்டிய கட்டாயத்தில் நாம் இருக்கிறோம்.

சில பயிற்சி வகுப்புகளில் முகத்தினை முழுவதுமாக மூடுவதற்கு முகமூடி கொடுக்கிறார்கள். இந்த முகமூடியை அணிந்துகொண்டு அதை கழுத்துப்பகுதியில் இறுக்கமான கயிறால் கட்டிக்

கொண்டால் மேற்சொன்னவாறு கண்களை மூடிப்பார்க்கலாம் என்று கூறுகிறார்கள். பார்ப்பதற்கு இந்த கருப்பு நிறமுகமூடியைக் கட்டிக் கொண்டு பார்த்தால் ஒன்றும் தெரியாதது போல் இருக்கும். அந்த முகமூடியை அணிந்து கொண்டு பார்க்கும் பொழுது சாதாரணமாக நாம் வெறும் கண்களால் பார்ப்பதைப் போன்று நன்றாகவே பார்க்க முடிகிறது. மேலும் அவர்கள் கொடுக்கும் துணி மற்றும் முகமூடியை மட்டும் தான் கட்டிக்கொண்டு பார்க்கச் சொல்கிறார்கள். அந்த துணிகளில் உள்ள சிறுசிறு துவாரங்கள் அதன் வழியே பொருட்களை நன்றாக பார்க்க முடியும். இது ஒரு மேஜிக் கேம் *(Magic Game)*.

பல மேடை நிகழ்ச்சிகளையும் இதுபோன்ற பயிற்சி நிறுவனங்கள் செய்து காண்பித்து பொதுமக்களையும், குழந்தைகளையும் அவர்கள் பணம் சம்பாதிப்பதற்காக நம்பவைத்து ஏமாற்றுகின்றனர். பொதுமக்கள் முன்னிலையில் செயல்விளக்கம் (டெமோ) காட்டுகிறோம் என்ற பெயரில் சில குழந்தைகளின் காதுகளில் செல்போன் ப்ளூடூத் ஸ்பீக்கரை முன்னேற்பாடாக சொருகி வைத்து விடுகிறார்கள். அக்குழந்தைக்கு முன்புறமாக உள்ள கேமிராவில் இதெல்லாம் தெரியாதவாறு படம் பிடிக்கிறார்கள். மறைவான இடத்திலிருந்து ஒருவர் செல்போன் மூலமாக குழந்தை முன் காட்டப்படும் பொருள் பற்றிக் கூறுகிறார். காதில் உள்ள ப்ளூடூத் வழியே அதைக் கேட்டு குழந்தை அப்படியே சொல்லி விடுகிறது. பார்ப்பவர்கள் இதை உண்மை என்று நம்பி

விடுகிறார்கள். இது ஒரு மாயாஜாலம், கண்கட்டி வித்தை என்று இதை கூறலாம்.

இவ்வாறு கண்களைக் கட்டிக்கொண்டு படிக்கும் குழந்தைகளை உண்மையிலேயே அவர்கள் கண்களை மூடிக்கொண்டுதான் படிக்கிறார்களா என்று சோதனை செய்து பார்ப்பதற்கான சில வழிமுறைகளைக் கூறுகிறேன். அவர்கள் இதில் தேர்ச்சி பெற்றுவிட்டால் நான் நம்புகிறேன். அவர்கள் உண்மையில் கண்களைக் கட்டிக்கொண்டுதான் படிக்கிறார்கள் என்பதை ஏற்றுக் கொள்கிறேன்.

சோதனை 1

ஆரம்பத்தில் அவர்கள் விருப்பம் போல் கண்களைக் கட்டிக்கொண்டு குழந்தைகளை படிக்கச் சொல்லுங்கள். திடீரென அறையில் உள்ள விளக்கினை அணைத்துவிட்டு முற்றிலும் இருட்டாக உள்ள ஒரு அறையில் அதேபோல தொடர்ந்து அவர்களைப் படிக்கச் சொல்லுங்கள் பார்க்கலாம். அவ்வாறு அவர்கள் படிக்கிறார்கள் எனில் நம்புங்கள். இல்லையென்றால் இது ஒரு ஏமாற்று வேலை.

சோதனை 2

உங்கள் கைகளால் குழந்தைகளின் கண்களை மூடிக் கட்டும் துணியினை மூக்கின் அருகே ஓட்டை இல்லாதவாறு நன்றாக அடைத்துவிட்டு பின்னர் அவர்களைப் படிக்கச் சொல்லுங்கள் கண்டிப்பாக அவர்களால் படிக்க முடியாது.

சோதனை 3

கண்களை முழுவதுமாக அடைத்து பின்னர் ஒரு துணியால் அதன் மேல் ரிப்பன் போல் தலையை சுற்றிக் கட்டிக் கொள்ள வேண்டும். அதாவது கண் ஆப்ரேஷன் செய்து கொள்பவர்களுக்கு ஒரு பிளாஸ்டர் வைத்து அடைத்து அதன்மேல் திரைபோல ஒரு துணியை தொங்கவிட்டு தலை சுற்றிக் கட்டியிருப்பதைப் பார்த்திருப்பீர்கள். அதுபோன்று செய்து கண்களைக் கட்டிக்கொள்ள வேண்டும். இந்தப் பொருட்கள் சாதாரணமாக மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும். கண்களைக் சுற்றிலும் வட்டமாக பிளாஸ்ட்ரால் சிறிதளவும் துளையில்லாதவாறு செய்துவிட்டு குழந்தையைப் படிக்கச் சொன்னீர்கள் எனில் அவர்களால் படிக்க முடியாது.

சோதனை - 4

கண்கள் மூலமாக பார்த்து அவர்கள் படிப்பதில்லை நடுமூளையின் மூலமாகவே படிப்பதாகவே அவர்கள் கூறுகின்றார்கள். அப்படியெனில் இந்த உலகில் கண்பார்வையற்ற பலரும் இருக்கிறார்கள். அவர்களுக்கு ஏன் இந்த பயிற்சியை அளித்து அவர்களை படிக்க, பார்க்க வைக்க கூடாது? இவ்வாறு அவர்கள் செய்துவிட்டால் உலகில் மிகப் புரட்சியாக அது அமையுமல்லவா?

நானும் ஆரம்பத்தில் இவர்கள் சொல்வது அனைத்தும் உண்மை என்று நம்பி மிகவும் சந்தோசப்பட்டு கொண்டு இருந்தேன். அப்பொழுதுதான் திரு. ஜெகதீஸ் என்ற அன்பர் எனக்கு இதுபற்றி விளக்கமாக கூறினார். அதன் பிறகு தான் எனக்கு உண்மை புரிந்தது. இது தொடர்பான மேலும் விரிவான செய்திகளை கீழ்க்காணும் யூடியூப் லிங்கில் கண்டு அறிந்து கொள்ளலாம்.

1.https://www.youtube.com/watch?v=V6dDfGqnZQM (Midbrain activation scam dr narendra nayak)
2.https://www.youtube.com/watch?v=IinioHjK204 (Midbrain expose muthukad)

மேற்சொன்ன இரண்டு வீடியோக்களையும் யுடியூப் லிங்கில் பார்க்கும் பொழுது உங்களுக்கு அனைத்தும் புரிந்துவிடும்.

மிட் ப்ரெய்ன் ஆக்டிவேசன் என்ற பெயரில் நமது குழந்தைகளையும், நம்மையும் ஏமாற்றிக்கொண்டு ஆயிரக்கணக்கிலும், இலட்சக்கணக்கிலும் நம்மிடமே கட்டணம் வசூலித்துக் கொண்டு நமது குழந்தைகளுக்கு ஏமாற்று வேலையை கற்றுக் கொடுத்துக் கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

12 வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு மட்டும் தான் இப்பயிற்சியை கற்றுக் கொடுப்போம் என்று ஏன் கூறுகிறார்கள் தெரியுமா?

12 வயதிற்குள் உள்ள ஒரு குழந்தை எதைச் சொன்னாலும் நம்பும். எனவே அந்தப் பயிற்சி வகுப்புகளில் பல்வேறு விதமான மூளை சலவை செய்யப்பட்டு ஏமாற்று வேலைகளை கற்றுக் கொள்கிறது. இதனால் ஏமாற்றுவது தவறே இல்லை என்பதாக அது நினைத்து நம்பிக் கொள்கிறது. பல குழந்தைகளும் தாங்கள் பார்ப்பது வெறும் கண்களால் தான், நடுமூளையினால் அல்ல என்ற விசயம் கூட தெரியாமல் ஏமாற்றும் வேலையைச் செய்கிறது.

சில குழந்தைகள் தாங்கள் ஏமாற்றுகிறோம் என்று தெரிந்தும் இப்படித்தான் வாழவேண்டும் என்று நினைத்துக் கொண்டு இருக்கிறது. பல குழந்தைகளும் மற்ற குழந்தைகள் செய்வதைப் பார்த்து தாங்களும் பொய் சொல்ல ஆரம்பிக்கின்றனர்.

நான் நேரடியாக சிலகுழந்தைகளை சோதித்துப் பார்த்தேன். ஆரம்பத்தில் ஆச்சர்யப்பட்டேன். அதை காட்சிகளாக பதிவு செய்து வீடியோவும் எடுத்து வைத்திருந்தேன். அவை ஏமாற்று வேலை என்று அறிந்த பின்னர் தற்போது அதே வீடியோவை இப்பொழுது பார்க்கும் பொழுதுதான் உண்மை என்னவென்று தெளிவாக தெரிகிறது.

ஆம்! அவர்கள் கண்கள் மூலமாக மட்டுமே பார்த்துப் படிக்கிறார்கள் என்பதைப் புரிந்து கொண்டேன்.

எனவே நமது குழந்தைகளை இதுபோன்ற ஏமாற்று வேலையிலிருந்து காப்பாற்ற வேண்டிய கட்டாயத்தில் இருக்கிறோம்.

பல பெற்றோர்கள் தங்கள் குழந்தை கண்களை மூடி படிப்பதைப் பார்த்து தனது நண்பர்கள், உறவினர்கள் அனைவருக்கும் இதை பெருமையாக காண்பித்து சந்தோசப்பட்டு கொண்டிருக்கின்றனர். திடீரென அவர்களுக்கு இது ஏமாற்றுவேலை, மேஜிக் என்று தெரியும் பொழுது தன் குழந்தையை அவமானப்படுத்திவிடக் கூடாது என்று நினைத்து இதை மறைக்கிறார்கள்.

பெற்றோர்களே ! உண்மையை உண்மையாக மட்டுமே என்றும் பேசுவோம். இதனால் நாமும் நமது குழந்தைகளும் உண்மையை உணர்ந்தவர்களாகவே வாழ்வோம் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். பல பெற்றோர்களுக்கு இந்த ஏமாற்று விசயம் பற்றித் தெரியாது. சில பெற்றோர்களும், தெரிந்தவர்களும் வெளியில் இதுபற்றித் தெரிந்தால் அவமானம் என்று எண்ணி யாரிடமும் சொல்லாமல் இருக்கிறார்கள். தங்களது குழந்தையின் எதிர்காலம் பாதிக்கும் என்று நினைத்து இது ஒரு ஏமாற்று வேலை என்று வெளியே சொல்லாமல் இருக்கிறார்கள்.

தற்பொழுது பல்வேறு ஆசிரமங்களில் பல குருநாதர்கள் இப்பயிற்சியை ஆரம்பித்து சொல்லிக் கொடுத்து வருகிறார்கள். அவர்களுக்கு இந்த விசயம் தெரியுமா? அல்லது தெரியாதா என்பது பற்றி எனக்குத் தெரியவில்லை.

எனவே உடனடியாக அவர்களுக்கு இந்த தகவலைப் பரிமாறுங்கள். இவ்வாறு கண்களை மூடிக்கொண்டு படிப்பதற்காக உலகில் பல்வேறு இடங்களில் பயிற்சி வகுப்புகளை ஆரம்பித்து வருகிறார்கள். இதன் தலைமையகம் மலேசியாவில் உள்ளது. சிங்கப்பூர், இந்தோனேசியா, இந்தியா போன்ற நாடுகளில் அதன் கிளைகளை வேகமாக துவங்கி வருகின்றனர். இதன்மூலம் உலகின் ஒவ்வொரு ஊரிலும், ஒவ்வொரு தெருவிலும் இப்பயிற்சி வகுப்பின் கிளைகளை ஐந்து வருடத்திற்குள் ஆரம்பித்து விட வேண்டும் என்பது தான் அவர்களது இலக்கு. குழந்தைகளையும், பொதுமக்களையும் ஏமாற்றி பல ஆயிரம் கோடி ரூபாய்கள் சுருட்டுவது தான் அவர்களது திட்டம். எனவே முன்னெச்சரிக்கையாக நம்மை இதிலிருந்து காப்பாற்றிக் கொள்வதை விரைந்து செய்ய வேண்டியது அவசியமானதாகும்.

சிலமாதங்களுக்கு முன்பு எனக்கு பழங்கால ஓலைச்சுவடிகள் கிடைத்தன. அதில் 1700 பழங்கால வித்தைகள் அதில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன. இந்த ஓலைச்சுவடிகளை திருக்கோவிலூரை சேர்ந்த திரு. சிலம்பரசன் என்பவர் எனக்கு அளித்தார். அந்த ஓலைச்சுவடிகளை தற்போது நான் படித்து வருகிறேன்.

அந்த ஓலைச் சுவடியில் பல்வேறு இரகசியங்கள் அடங்கியிருக்கின்றன. கண்கட்டிவித்தை, மாயாஜாலம் எனப்படும் பல வித்தைகள் அதில் குறிப்பிடப் பட்டுள்ளன. நமது அமைதியும் ஆரோக்கியமும் என்ற மாத இதழின் வழியாக ஒவ்வொரு மாதமும் அதிலிருந்து ஐந்து கண்கட்டி வித்தைகளை கொடுக்கப் போகிறோம்.

எனவே அந்த வித்தைகளையெல்லாம் அறிந்துகொண்டு விழிப்புணர்வுடன் இருங்கள். அதைப் பற்றி மற்றவர்களுக்கும் புரிய வையுங்கள்.

மிட்ப்ரெய்ன் ஆக்டிவேசன் என்ற பெயரில் யாரேனும் உங்களிடம் அப்பயிற்சி பற்றி கூறும் பொழுது நான் ஏற்கனவே கூறிய

நான்கு வழிகளிலும் சோதித்துப் பாருங்கள். நான்கு வழிகளிலும் சோதனையில் தேர்ச்சி பெற்றால் மட்டுமே உங்கள் குழந்தைகளை அப்பயிற்சிக்கு அனுப்புங்கள். இல்லையென்றால் அந்த பயிற்சி நிறுவனத்தை உடனே இழுத்து மூடுங்கள்.

நாம் எப்பொழுதும் பாதுகாப்பான
விசயங்களை மட்டுமே ஏற்போம் !
நல்ல விசயங்களை மட்டுமே நம்புவோம் !!
உண்மையை உலகெங்கும் பரப்புவோம் !!!

செழிக்கட்டும் விவசாயம்!
சீர்ப்படட்டும் நிர்வாகம் !!
உலக மக்கள் அனைவரின் முகத்திலும்
நிலவட்டும் புன்சிரிப்பு !!!
வளர்க ஆன்மீகம் ! வாழ்க வாழ்வாங்கு !!
வாழ்க வையகம் !
வாழ்க வளமுடன் !!
-சந்தோஷம்-

ஹீலர் பாஸ்கர், நிறுவனர், அனாடமிக் தெரபி ஃபவுண்டேஷன், கோவை.

திரு. எம் இர்ஃபான்

சில விநாடி சிந்தனைக் கதைகள்

பசி : “என் குரு வரும் வரை காத்திருப்பேன். வந்தவுடன் அவருக்கு தேவையான அளவு பண்டங்களை படைத்து மரியாதை செய்வேன். மாறாக அவர் என் ஒவ்வொரு அணுவுக்கும் உயிர் கொடுத்து வாழ வரம் கொடுப்பார்” அந்த மகாராஜன் யார் தெரியுமா? அந்த குரு என்பவர் தான் பசி.

அடிமை : இந்த குடிகார பசங்க ஏன் இந்த சாராயத்துக்கு அடிமையா இருக்காங்கன்னு தெரியல என்று சொன்னபடி கேன்டி கிராஷ் ல அடுத்த லெவலுக்கு முன்னேறுகிறான் மொபைல் கேம்ஸ் அடிமை மோகன்.

அம்மா : “போகாத இடம் இல்லை பாக்காத டாக்டர் இல்ல அம்மான்னு சொல்ல எனக்கு இந்த உலகத்துல ஒரு குழந்தையும் இல்ல சாமி நீ கல்லா இல்ல” என்று முடிக்கும் முன் அம்மா என்று ஆதரவற்ற குழந்தை பிச்சை கேட்டது கண்ணீருடன் நின்றாள் கீதா

வட்டி : “ஏன்டா நல்ல போன், க்ரெடிட் கார்ட்ல வாங்கி நல்லா வாழவேண்டியது தானே ஏன் இப்படி முட்டாள் தனமா வாழுற?” கேட்டான் ராமு, “ஆமா நீங்க வட்டி எங்க கம்மியா இருக்கும் என்று கணக்கு போடுவீங்க நான் வட்டிக்கே வாங்காம இருக்க கணக்கு போடுவேன் அதனால் இப்போது உள்ளது போதும் தேவைப்படும் போது பார்க்கலாம்” என்றான் சோமு.

தவணை : அப்பா எனக்கு பப்பி கொடுப்பா என்று குழந்தை ஆசையாக கேட்டதும் ஒரு கன்னத்தில் முத்தம் கொடுத்துவிட்டு அடுத்த கன்னத்தில் அடுத்த மாதம் தரலாம் என்று நினைத்தப்படி இ.எம்.ஐ கட்ட சென்றான் ராம்.

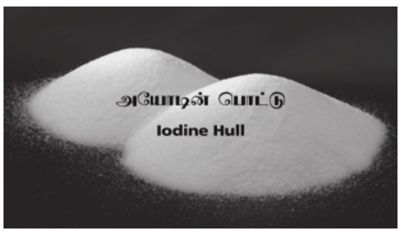
பிளேஸ்டேஷன் : வாழ்த்துக்கள் 2015 உலககோப்பை கால்பந்தை வென்றது இந்தியா வெற்றி அணி என்று திரையில் தோன்றிய காட்சியை பார்த்து கை தட்டி கொள்கிறார்கள் இரண்டு சிறுவர்கள். 2022 உலககோப்பை சீடி வாங்க 500 கட்டுங்கள் என்றது ப்ளேஸ்டேஷன் டிவி திரையில் வேண்டுகோள் வந்தது அடுத்த நொடியில்.

அயோடின் பொட்டு

- ஹீலர் பாஸ்கர்

சமீபகாலமாக இந்தியாவில் குறிப்பாக வட இந்தியாவில் ரேஷன் கடைகளின் மூலமாக அயோடின் பொட்டுகளை இந்திய அரசாங்கம் பொதுமக்களுக்கு இலவசமாக விநியோகம் செய்து வருகிறது.

இந்த பொட்டை தயவு செய்து பொதுமக்கள் யாரும் வாங்கவும் வேண்டாம். அதைப் பயன்படுத்தவும் வேண்டாம் என்பதைப் பற்றிக் கூறுவதே இக்கட்டுரையின் நோக்கமாகும்.



நமது உடலில் அனைத்து சுரப்பிகளையும் ஒழுங்காக சுரக்க வைப்பது பிட்யூட்டரி சுரப்பி என்னும் தலைமை சுரப்பி (மாஸ்டர் க்ளாண்ட்) ஆகும். இது நமது உடலில் தலைப்பகுதியில் இரு புருவத்திற்கும் இடைப்பட்ட பகுதியில் இருக்கிறது. இந்த சுரப்பி ஒழுங்காக வேலை செய்தால் தான் உடம்பு ஆரோக்கியமாக இருக்கும். எனவே தான் பொட்டு வைக்கும் பழக்கத்தினை நமது தாத்தா பாட்டியினர் நமக்குக் கற்றுக் கொடுத்திருக்கின்றனர். அதிலும் கண்ணாடியை பார்க்காமல் விரலின் நுனியைப் பார்த்து பொட்டு வைக்கும் பொழுது இந்த பிட்யூட்டரி சுரப்பி உடனடியாக வேலை செய்ய ஆரம்பித்து நமது உடலில் உள்ள பல்வேறு சுரப்பிகளை ஒழுங்குபடுத்துகிறது.

இந்த சுரப்பியை ஒழுங்காக வேலை செய்யாமல் செய்வதற்காகவே அயோடின் பொட்டு என்ற பெயரில் அரசாங்கம் இலவசமாக கொடுத்து வருகிறது. வட இந்தியாவில் கொடுத்து வருவதைப் போலவே விரைவில் இந்தியா முழுவதிலும் ரேஷன் கடைகளில் இதுபோன்ற பொட்டுக்களைக் கொடுக்க திட்டமிட்டுள்ளனர். எனவே இந்தக் கட்டுரையைப் படிப்பதன் மூலமாக உண்மையைப் புரிந்து கொண்டு இப்படிப்பட்ட பொட்டுக்களை வாங்கிப் பயன்படுத்தாமல் நம்மை நாம் காப்பாற்றிக் கொள்ள வேண்டும்.

இஸ்ரேல் நாட்டைச் சேர்ந்த இலுமினாட்டிகள் எனப்படும் 13 குடும்பங்களைச் சேர்ந்த 6000 பேர் இந்த உலகினைக் கெடுத்து குட்டிச் சுவராக்கி மக்களைத் துன்புறுத்தி அதன் மூலமாக உலகை தங்கள் வசப்படுத்திக் கொள்வதற்காக உலகில் பல திட்டங்களை அமல்படுத்தி வருகின்றனர். அதில் இந்த அயோடின் பொட்டு திட்டமும் ஒன்று.

நமது நாட்டில் உள்ள அப்பாவி பொதுமக்கள், அரசாங்கம் கொடுக்கும் இலவச பொருட்களை பயன்படுத்துவதன் மூலமாக அவர்களுக்கு நன்மை என்பது

நிச்சயமாக நடக்காது என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். இவ்வாறு கொடுக்கப்படும் அயோடின் பொட்டை ஒருவேளை நாம் பயன்படுத்துவோமானால் பிட்யூட்டரி சுரப்பி ஒழுங்காக வேலை செய்யாது. இதனால் உடலில் சுரக்கும் மற்ற சுரப்பிகளும் பாதிக்கப்படும். எனவே இந்த விசயத்தினை உங்களது உறவினர்கள், நண்பர்கள் மற்றும் உங்களுக்குத் தெரிந்த அனைவருக்கும் தெரியப்படுத்துங்கள். வருமுன் காப்போம் ! ஆரோக்கியமாக வாழ்வோமாக !

நீங்கள் ஒரு விசயத்தினைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். அரசாங்கம் என்பது பொதுமக்களுக்கு நல்லது மட்டுமே செய்து கொண்டிருக்கும் என்ற எண்ணத்தை கைவிடுங்கள். அரசியல்வாதிகளும், பல பண முதலாளிகளும் பல்வேறு விதத்தில் பொதுமக்களிடமிருந்து பணத்தை சுருட்டிக் கொண்டிருக்கும் பொழுது இலவசமாக ஏன் ஒரு பொட்டைக் கொடுக்க வேண்டும் என யோசியுங்கள் ?

இதே போல சென்னையில் கடந்த சில மாதங்களுக்கு முன்பு 30,000 வீடுகளுக்கு இலவசமாக விதைகளைக் கொடுத்து மாடித்தோட்டம் அமைத்துக் கொள்ள கூறியிருக்கின்றனர். அதில் விளையும் காய்கறிகளை அவர்கள் வீட்டு உபயோகத்திற்கு பயன்படுத்திக் கொள்ள கூறியிருக்கின்றனர். தயவு செய்து இந்த விதைகளைப் பயிரிட்டு அதில் விளையும் காய்கறிகளை சாப்பிடுவதற்கு பயன்படுத்தி விடாதீர்கள். ஏனென்றால் அரசாங்கம் கொடுக்கும் இந்த விதைகள் அனைத்தும் உடலுக்கு கேடுவிளைவிக்கும் ஜி.எம்.ஓ. எனப்படும் ஜெனிடிக்கலி மாடிஃபைடு சீட்ஸ் எனும் மரபணுக்கள் மாற்றப்பட்ட விதைகள் ஆகும்.

நமது பாரம்பரிய விதைகளை அழித்துவிட்டு மரபணு மாற்றப்பட்ட விதைகளை அரசாங்கம் பொதுமக்களுக்கு கொண்டு சேர்ப்பதில் எவ்வளவு அக்கரை காட்டுகிறது என்பதைப் பாருங்கள்.

எனவே இலவச பொட்டு, இலவச புண்ணாக்கு என்று எதையும் வாங்காமல் அவற்றை அவர்களின் முகத்திலேயே விட்டெறியுங்கள். உடனே தன்னார்வ கொண்டு நிறுவனத்தைச் சேர்ந்த பலரும், இதற்கு ஒரு போராட்டத்தை ஆரம்பிப்பது தான் சரி என ஆரம்பித்து விடாதீர்கள். இப்படிப் போராடிப் போராடியே நமது வாழ்க்கையே ஒரு போராட்டமாக மாறிவிட்டது.

இதுவரை அரசாங்கத்தின் திட்டத்தினை எதிர்த்து யாராவது கலெக்டர் அலுவலகம் முன்பு போராடியோ, சாலை மறியல் செய்தோ இதுவரை வெற்றி பெற்றது உண்டா?

நாமும் போராட்டத்தை நடத்திவிட்டு வீட்டிற்கு வந்துவிடுவோம். அவர்கள் அவர்களின் காரி

யத்தை செய்து கொண்டே இருக்கிறார்கள். எனவே இனிமேல் போராட்டங்களைத் தவிர்த்து விட்டு பொதுமக்களுக்கு இந்த விசயங்களைப் புரியவைக்கும் வேலையினைச் செய்வோம்.

அரசாங்கத்தை மாற்றுவதைவிட நாம் அறிவினால் மாறுவோம்!

போராட்டத்தினை கைவிட்டுவிட்டு அதற்காக ஒதுக்கும் நேரத்தினை பொதுமக்களுக்குப் புரியவைக்கும் வேலையைச் செய்துவிட்டால் அதை வாங்கவும் மாட்டார்கள் அதைப் பயன்படுத்தவும் மாட்டார்கள்.

இனிமேல் புரட்சி என்பது உலகில் அறிவுப் புரட்சியாக மட்டுமே இருக்கும். எனவே அயோடின் பொட்டு மொட்டைமாடி விதைகள் போன்ற இலவசங்களைப் புறக்கணித்து நாம் புத்திசாலியாக ஆரோக்கியமாக வாழ்வோமாக!

வாழ்க வையகம் !!
வாழ்க வளமுடன் !!!

போகர் பஞ்ச கல்பம்

பகலிலும் நட்சத்திரங்களைப் பார்க்கும் அளவிற்கு கண்ணொளி வழங்கும் போகர் பஞ்ச கல்பம்

தேவையான பொருட்கள்

1. நெல்லிப்பொடி, 2. வெண்மிளகு, 3. கடுக்காய்ப்பொடி, 4. கஸ்தூரி மஞ்சள், 5. வேப்பன்வித்து (தலா 10கிராம்)

இதை வாரமிரு முறை பாலில் கலந்து காய்ச்சி தலையில் தேய்த்துவைத்து அரைமணி நேரம் கழித்து இளம் சூடான வெந்நீரில் குளித்து வர தலைப்பில் உள்ள சூடெல்லாம் தணிந்து கண்கள் குளிர்ச்சி பெறும் பகலிலும் நட்சத்திரங்களைப் பார்க்கும் அளவிற்கு கண்ணொளி வலிமை பெறும் கண்பார்வைக் குறைபாடுகள் நீங்கும். அது கிட்டப்பார்வைக் குறைபடாக இருந்தாலும் சரி தூரப் பார்வைக் குறைபடாக இருந்தாலும் சரி சில மாதங்களில் நீங்கும் இது கண் பார்வைக் குறைபாட்டால் அவதியுறுபவர்களுக்கு இது ஒரு வரப் பிரசாதமான மருந்து.

பசுமை இல்லம்

- ஹீலர் பாஸ்கர்

பசுமை இல்லம் என்றால் என்ன? பசுமை இல்லத்தினை எப்படிக் கட்டுவது?

இதனால் நமக்கு என்ன இலாபம் என்பதை இக்கட்டுரையின் மூலமாகத் தெரிந்து கொள்ள இருக்கிறோம்.

சமீபத்தில் ஆண்டிமடம் என்ற ஊரினைச் சேர்ந்த திரு. ஆனந்த் என்பவரை நான் சந்தித்தேன். இவர் ஒரு வீட்டினைக் கட்டி இருக்கிறார். அந்த வீட்டிற்கு பசுமை இல்லம் என்று பெயர் வைத்திருக்கிறார். அந்த வீட்டில் எந்த இடத்திலும் மரங்களை அவர் பயன்படுத்தவே இல்லை.

மேலும் அந்த வீட்டினுள் வெயில்காலம், குளிர்காலம் என எந்த சீதோஷ்ண நிலையும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தாததாக எப்பொழுதும் ஒரே வெப்பநிலைதான் நிலவும். இந்த வீட்டிற்கு வெள்ளையடிப்பதோ அல்லது வர்ணம் அடிப்பதற்கு என எந்த செலவும் இல்லை. மேலும் சாதாரண மழைநீரை சேமிக்கும் அமைப்பு இருக்கிறது. வீடு கட்டுவதைவிட 30 சதவிகிதம் அளவிற்கு குறைந்த செலவால் ஒரு இயற்கை வீட்டை கட்டிவிட முடியும்.

நான் இந்த வீட்டை நேரில் சென்று பார்த்தேன். மிகவும் அருமையாக இருந்தது. வீட்டின் சுவர்களை சாதாரண செங்கற்களைக் கொண்டு கட்டாமல் ஃப்ளைஆஸ் *(Fly Ash Bricks)* செங்கற்கள் மூலமாக கட்டியிருந்தார். மழை நீரை சேமிப்பதற்கு ஒரு அருமையான ஏற்பாட்டை செய்திருந்தார். மேலும் சூரிய ஒளி மூலம் மின்சாரம் பெறும் வகைகளில் அமைத்திருந்தார். கதவுகள், ஜன்னல்கள் அனைத்தும் மரங்களைப் பயன்படுத்தாமல் குறைந்த செலவில் இரும்பின் மூலம் செய்யப்பட்டிருந்தது.

திரு.ஆனந்த் அவர்களின் பசுமை வீட்டை எப்படி அமைத்திருக்கிறார் என்பதை பின்வருமாறு பார்க்க இருக்கிறோம். அதனைப் படித்துமுடித்தபின் பசுமை இல்லத்தினைப் எப்படி அமைக்கலாம் என்பதை அவர் தொலைபேசி எண்ணுக்குத் தொடர்பு கொண்டு மேலும் விபரங்களைப் பெற்று பயன்பெறலாம். வாய்பிருந்தால் ஆண்டிமடத்திற்கு நேரில் சென்று வர நல்ல யோசனைகள் உங்களுக்கு கிடைக்கும்.

பசுமை இல்லத்தினைக் கட்டி பசுமையாக வாழ்வோமாக ! திரு. ஆனந்த் அவர்கள் தனது பசுமை வீட்டினைப் பற்றி எனக்கு எழுதிய கடிதத்தின் விபரங்களை இதோ உங்களுக்கு சமர்பிக்கிறேன்.

பசுமை இல்லம்

இயற்கையை மாசுபடுத்தாமல் கழிவுகளை மறுசுழற்சி முறையில் பயன்படுத்தி மரத்தை வெட்டாமல் கட்டப்பட்ட இல்லம் என்பதால் இதனை பசுமை இல்லமாக உணர்கிறோம்.

செங்கல்

இதனை ஆஸ்பிரிக்ஸ் ஆக்டிவேசன் என்கிறோம். நிலக்கரியை எரித்த பின் உள்ள மிச்சம் எனப்படுகின்ற சாம் பலுடன்,

நீர்த்த சுண்ணாம்பு மற்றும் (கிரஷர் டஸ்ட்) ஜல்லிமாவு இவைகளுடன் நீர் கலந்து 5 இன்ச் அளவுள்ள கல் 3 இன்ச் அளவுக்கு அழுத்தப்பட்டு உலர வைக்கப்படுகின்றது. சாதாரண செங்கல்லை விட 3 பங்கு வலிமையானது. விலையில் இந்த கல் செங்கல்லை விட 1 ரூபாய் அதிகம்.

இந்தக் கல் உற்பத்திக்கு மரம் வெட்டி அழிக்கப்படவில்லை. ஆற்றில் மணல் அள்ளி தயாரிக்கப்படவில்லை. எனவே இது பசுமை கல்.

லாரி பேக்கர் முறை செங்கல்லானது எலிப்பொறி முறையில் அடுக்கப்படுகிறது. வெளிநாட்டில் பிறந்து கேரளாவில் வாழ்ந்தவரும் மகாத்மா காந்தியுடன் நெருக்கமாக இருந்தவருமான பொறியாளர் லாரி பேக்கர் கண்டுபிடித்த முறையே எலிப்பொறி அடுக்கு முறையாகும். இந்த முறையில் அடுக்கினால் 10 கல் அடுக்க வேண்டிய இடத்தில் 8கல் அடுக்கினால் போதும். 2 கல் மிச்சம். 7 சதுரம் வீட்டுக்கு 20,000 கல்லுக்கு பதிலாக 16,000 கற்களே தேவைப்படுகிறது. கட்டிடத்தின் வலிமையில் எவ்விதத்திலும் மாற்றமில்லை. மாறாக சுவரின் எடை குறைவாக இருப்பது நன்மையே. பள்ளிக்கூடங்கள், கல்லூரிகளுக்கு ஏற்றது ஏனென்றால் இந்த சுவர் சவுண்ட் ப்ரூப் (Sound Proof) ஆக செயல்படுகிறது. ஒரு அறையில் ஏற்படுகின்ற சத்தம் அடுத்த அறையை பாதிக்காது. மிக முக்கியமாக வெப்பநிலையை உள்ளே கடத்தாது, வெளியே அதிகமான குளிரோ / வெப்பமோ மட்டுமே இருக்கும், ஏனென்றால் சுவற்றின் இடையில் வெற்றிடம் இருப்பதால் அது சத்தத்தையோ, வெப்பநிலையையோ உள்ளிருந்து வெளியே அல்லது வெளியிலிருந்து உள்ளே கடத்துவதில்லை.

கதவு ஜன்னல்

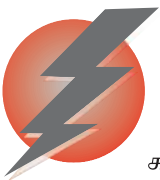
முழுவதும் இரும்பில் / PVCயில் தயாரிக்கப்பட்ட 7 கதவுகள், 7 ஜன்னல்களுக்கு மிகச் சரியாக 65,000/- ரூபாய் மட்டுமே செலவாகிறது. இதில் 5 கதவுகள் PVCயில் ஆனது. முன்கதவும், பின்கதவும் கிரில் கேட் வசதி கொண்டதாகவும் கதவானது 4 திறப்புகளாக ஜன்னல் போன்று அமைக்கப்படுவதால் தேவைப்படும் போது கதவின் மேல் பகுதியை திறந்து வைத்து காற்றோட்டமாக இருக்க உகந்ததாகிறது. 3 கதவு மற்றும் 7 ஜன்னல்களுக்கு கார்ப்பன்ட்டர் (ஆசாரி) கொடுத்த செலவுப்பட்டியல் 2,00,000/- மிக முக்கியமாக இந்த அளவு செலவுகளுமின்றி 15 ஆண்டுகள் சிரமப்பட்டு வளர்ந்த 20 மரங்களை வெட்டாமல் இயற்கையை வாழ வைத்த மகிழ்ச்சி மழையாக நமக்கு கிடைக்கிறது. கொசுவலை பொருத்திக் கொள்ளவும் இரும்பு பட்டைகளை ஸ்குரு கொண்டு தயார் செய்து கொள்ளலாம்.

லெவல் பிளாஸ்ட் **(Level Plast)**

சுவற்றை பூச வேண்டிய தேவையில்லை, ஏனெனில் சுவற்றின் இரண்டு பக்கமும் கட்டுமான வேலையின் போதே கோடு போட்டு (Finishing) வடிவமைப்பு செய்து கொள்ளவும். பூச வேண்டுமென்று நினைத்தால் சிமெண்ட் கடைகாரரிடம் லெவல் பிளாஸ்ட் என்று கேட்டால் அவர்களுக்கு நிச்சயமாக தெரியாது

ஆனாலும் அவர்களது விநியோகதஸ்தரிடம் கேட்டு வாங்கித்தருவார்கள் அதனை வண்ணம் பூசுபவரிடம் கொடுத்து பட்டி பார்ப்பது போன்று 2 அல்லது 3 முறை பூசினால் மிக அழகாக வெள்ளை அடித்தது போன்று இருக்கும் தேவைப்பட்ட வண்ணத்தை ஒரே முறையில் அடித்தால் போதும் எக்கச்சக்கமாக பூச்சு வேலை சாரம் கட்டும் வேலை, மணல், சிமெண்ட், கூலி மிச்சம்.

மின் இணைப்பு



சுவற்றின் இடைவெளியில் வெற்றிடம் இருப்பதால் மின்குழாய் அமைப்பது மிகவும் எளிது. சுத்தமாக செலவில்லை, சுவற்றை உடைக்க வேண்டிய அவசியமில்லை.

மழைநீர் தொட்டி

மொட்டை மாடியில் விழுகின்ற மழைநீரை அழகாக சேமித்து 12 அடி ஆழ 12 அடி நீள 10 அடி அகலமுள்ள தொட்டியில் சேமித்து வைத்துக் கொள்ளும் போது தண்ணீருக்காக கஷ்டப்பட வேண்டியதில்லை மழைக்காலங்களில் மழைநீர், குழாய் வழியாக உள்ளே வருவதை போன்று பைப் இணைப்பு செய்து கொள்வது பசுமைத்திட்டமே.

சூரிய ஒளி மின்சாரம்

50,000 ரூபாய் செலவில் சூரிய ஒளி மின்சாரத்தை தயார் செய்து கொள்ள முடிகிறது. வாஷிங் மெஷின், கிரைண்டர் அனைத்தும் இயங்குகிறது அயன்பாக்ஸ் போட முடியாது. சூரியன் என்றுமே ஒளி கொடுக்கும் எனவே சூரிய ஆற்றல் என்றும் இருக்கும் ஆனால் நிலக்கரி தீர்ந்து போகும் அணு ஆற்றல் தீர்ந்து போகும். எனவே தீராத ஆற்றல் சூரிய ஆற்றலே எனவே மின்சாரத்தை நாமே உற்பத்தி செய்து பயன்படுத்துகின்றோம் என்பது மிகவும் மன நிறைவு.

இதுவரை திரு. ஆனந்த் அவர்கள் தனது பசுமை இல்லத்தினைப் பற்றி கட்டுரை வடிவில் உங்களிடம் பகிர்ந்து கொண்டார். பசுமை இல்லம் அமைக்க விரும்புகிறவர்கள், இதை ஒரு முன்மாதிரியாக எடுத்துக் கொண்டு அதன்படி செயல்படலாம். தேவையான விளம்பரங்களை அவரிடம் பெற்றுக் கொண்டு பசுமை இல்லத்தினை அமைப்பீர்களாக! தொடர்புக்கு (இந்தியா) 95003 78441, 95003 78449, ஆகிய எண்களை தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

இயற்கையை நேசிப்போம்.
இயற்கையோடு இணைந்து வாழ்வோம்!!
வாழ்க வையகம் ! வாழ்க வளமுடன் !!!

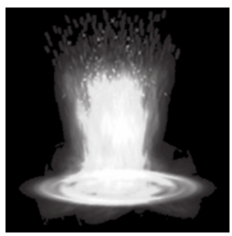
சமீபத்தில் எனக்கு சில புத்தகங்கள் கிடைத்தன. அவை மிகவும் பழமையான புத்தகங்கள். இந்த புத்தகங்களில் கண்கட்டி வித்தை, மாயாஜாலம், இந்திரஜாலம், மோடிவித்தை என்று பல்வேறு மாயாஜால வித்தைகளைப் பற்றி மிகவும் தெளிவாகக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

இதுபோன்ற வித்தைகளைக் கற்றுக் கொண்டுதான் பல்வேறு நபர்கள் "எனக்கு அதிசய சக்திகள் இருக்கிறது" என்று கூறி ஊரை ஏமாற்றி வருகின்றனர். மேலும் பல்வேறு வெளிநாட்டு நிறுவனங்களும் இந்த கண்கட்டி வித்தையைக் கற்றுக் கொண்டுதான் குழந்தைகளுக்கு மிட் பிரெய்ன் ஆக்டிவேசன் பயிற்சி அளிக்கிறோம் என்று குழந்தைகளுக்கு உள் மூளைப் பயிற்சி அளிக்கிறோம் என்று பயிற்சி வகுப்புகளைத் துவங்கி ஊரை ஏமாற்றி வருகின்றனர்.

இதுபோன்ற வித்தைகளைப் பற்றி தெளிவாக விளக்கும் நூல்களைத் தான் நான் தற்போது படித்துக் கொண்டிருக்கிறேன். நமது அமைதியும் ஆரோக்கியமும் மாத இதழில் ஒவ்வொரு மாதமும் இதிலிருந்து ஐந்து வித்தைகள் வீதம் அறிமுகப்படுத்த இருக்கிறோம். இந்த புத்தகத்தினை முழுவதுமாகப் படித்து முடித்த பிறகு தேவையுள்ள, தேவையில்லாத விசயங்களை ஆராய்ச்சி செய்து கண்கட்டி வித்தைகள் என்ற தலைப்பில் 1000 வித்தைகளை பொதுமக்களுக்கு அறிமுகப்படுத்தலாம் என்று இருக்கிறோம்.

எனவே ஒவ்வொரு மாதமும் நாம் குறிப்பிடும் வித்தைகளைத் தொடர்ந்து நமது இதழில் படித்து வாருங்கள். குறிப்பிடப்படும் வித்தைகளைப் படித்து செய்து பார்த்து அனுபவத்தினைப் பெற்றவர்கள் அதுபற்றிய உங்கள் கருத்துக்களையும் விமர்சனம்களையும் நமது அலுவலகத்திற்குத் தெரியபடுத்துங்கள்.

இதோ இந்த மாதம் உங்கள் பார்வைக்கு ஐந்து வித்தைகளைப் பற்றிக் குறிப்பிடுகிறோம்.



ஜலத்தில் மூழ்கி விபூதி பூசும் ஜாலம்

ஜாலம் விளையாடுவதற்கு சில நிமிடங்களுக்கு முன்னே ஒருவரும் காணாமல் கொடிக்கள்ளிப் பாலைக் கறந்து விபூதி பட்டைபோல் உடல்முழுவதும் தீட்டிக்கொள்ள அது காய்ந்ததும் ஒன்றும் தெரியாமல் சாதாரணமாகவே இருக்கும். பிறகு சபையில் வந்து கொஞ்சம் விபூதியை கையில் எடுத்து ஜனங்களைப் பார்த்து இதோ பாருங்கள் என்கையில் எடுத்த விபூதியை குளத்திலிறங்கி தீட்டி வருகிறேன் என்று கூறி ஜலத்தினுள் மூழ்கி விபூதியை கறைத்துவிட்டு சிறிதுநேரம்

உள் நீச்சலிலேயே இருந்து மேலே வர தேகத்தில் நிறைய கட்டுகட்டாக விபூதிபட்டைகள் தோன்றும். பார்ப்பவர்கள் உன்னை ஜாலவித்தையின் மகா நிபுணர் என்று புகழ்ந்து பேசுவார்கள்.

கோழிமுட்டை பறக்கும் ஜாலம்

காட்டாமணக்கன் வேர், மாடப்புறாவின் மலம், பாவட்டை இலை, வெள்ளைக்குன்றிவேர், அரிதாரம், தடைவேர் இவைகளை நாவெச்சிலால் அறைத்து கோழிமுட்டையின் மீது தடவ அம்முட்டையானது சில நேரத்திற்குள் ஒரு இடத்தில் நில்லாது, நிலைக்காது நாலு பக்கங்களிலும் உருண்டுக்கொண்டே இருக்கும். இதைக்கண்டோர் மிக ஆச்சரியப்படுவார்கள்.

நெருப்பின் மீது நடக்கும் ஜாலம்

கொத்தான்சமூலம், கருநொச்சிவேர், மாக்காரைப்பூ, தாளிச்சமூலம், முப்பூ இவைகளை பன்னீர் விட்டு அரைத்து உள்ளங்காலில் தளும்ப பூசிக்கொண்டு காய்ந்த பிறகு குழியில் எரியும் நெருப்பைக் கிளறிவிட்டு சமமாக பரவவிட்டு ஏதோ தெய்வ சக்தியினால் கடப்பவன் போல் அனுபவித்து ''ஆதியாம் பரஞ்சோதி அனல்கொண்ட பாஞ்சாலி ஐவரும்தேவி அன்னையே துரெபதா'' என்று கூறிக்கொண்டே சாம்பிராணி தூபமிட்டு ஒரு எலுமிச்சங்கனியை எடுத்து நெருப்புக் குழியை சுற்றி நான்காக அறுத்து நான்கு திசையிலும் எரிந்துவிட்டு அக்கினியில் குதித்து நடக்கவும், பாதத்தில் தடவியுள்ள மூலிகையின் சத்தியால் சூடு தெரியாது பார்ப்பவர்கள் இவன் தெய்வ வரம் பெற்றவன் என்று கூறுவார்கள்.

ஜலத்தில் விளக்கெரியும் ஜாலம்

வத்திரிக்திரி நூலை கற்பூரம் கலந்த அலரிப்பாலில் நனைத்து நன்றாக உலர்த்தி வைத்துக்கொண்டு ஜாலமாடும் சபையில் பலபேர்களுக்கும் காட்டி இதோ பாருங்கள் இந்தவேடிக்கை என்று ஓர் அகலில் கொஞ்சம் ஜலம் விட்டு அதில் முன்பு தயாரித்த திரியைப்போட்டு கொளுத்த எண்ணெயில் எரியும் விளக்குபோல் எரியும், சிறிது எரித்ததும் பக்குவமாக அணைத்துவிடவேண்டும் அதிகம் எரிந்தால் விளக்கு தானே அணையும்.

பசியின்றி உண்ணும் விரதம் இருத்தல்

கைதிட்டமாக பாதம்பயினரை ஜலத்தில் ஊறவைத்து அதின் மேற் தோல் அகற்றி பசும்பால் விட்டு அரைத்து வடித்து அந்தப் பாலில் நாயுருவி விதையை அரைத்து வடிகட்டி அருக்கினுல் எத்தனை நாளேனும் உண்ணுவிரதம் இருக்கலாம் அல்லது ஆட்டுப்பாலில் நீர்முள்ளி விதையை அரைத்து அருந்தினாலும் அருந்தலாம். ஆனால் விரதம் கழிந்த பிறகு மிகுந்த பலவீனத்தைத் தருமானால் தகுந்த வைத்தியர்களிடம் சென்று அருந்த வேண்டும். இதை ஏதேனும் ஒரு வைராக்கியத்தை முன்னிட்டு கையாள வேண்டுமே தவிர இதை அனுசரித்தால் விபரீதமாக முடியும்.

மேலும் பல வித்தைகளை இனி வரும் இதழ்களில் அறியலாம்.

நல்லாசிரியர்
ஆர். சுந்தர்ராஜன்
ஸ்ரீவில்லிப்புதூர்

முழங்கால் மூட்டின் பின்னால் உள்ள, ஆடுசதை பிடிப்பு, உடனடியாக நீங்க எளிய மருத்துவம்

ஆர். சுந்தர்ராஜன்

பொதுவாக இரவு நேரங்களில் படுக்கையில் படுத்து தூங்கி கொண்டிருக்கும் பொழுது திடீரென்று முழங்காலின் பின்னால் உள்ள ஆடுசதை, கெட்டியாகி மேலே ஏறிவிடும். இதுவரை மிருதுவாக இருந்த ஆடுசதை மிக கடினமாகி காலின் மேல்புறம் ஏறிவிடும். நமக்கு தாங்க முடியாத வலி ஏற்படும். அப்பொழுது நாம் அய்யோ ! அய்யோ என்று கத்த நேரிடும் படுக்கையிலிருந்து கூட நம்மால் எழுந்து உட்காருவது மிகவும் கஷ்டம் ஆகிவிடும். எப்படி அசைந்தாலும், அந்த இடத்தை தொட்டாலும் வலி அதிகமாகும். இதை வயதானவர்கள் கெண்டைக்கால் மேலே ஏறிடிச்சு என்று கூறுவார்கள் இந்த வலியை சிறிதுநேரம் கூட நம்மால் தாங்கிக் கொள்ள முடியாது. அவ்வளவு வலியை ஏற்படுத்தும்.

இந்த வலியை உடனடியாக நீக்குவதற்கு ஒரு எளிய வழி இருக்கிறது. நீங்கள் படுக்கையில் எழுந்து உட்கார்ந்து கொள்ளுங்கள். வலியுள்ள குதிகாலை படுக்கையில் ஊன்றி கொள்ளுங்கள். பிறகு உங்கள் வலது கையின் ஐந்து விரல்களால் வலிக்கின்ற காலின் ஐந்து விரல்களை நன்றாக பிடித்துக்கொண்டு மேலும், கீழும் பத்து தடவை ஆட்டிவிடுங்கள் ! பத்து தடவை செய்து முடிப்பதற்குள் வலி போய்விடும்.

உங்களால் எழுந்து உட்கார்ந்து கால் வலியை போக்க செய்ய முடியவில்லை என்றால் அருகில் உள்ள யாராவது ஒருவர், அவருடைய இடது கை விரல்களால், உங்கள் வலிக்கும் குதிகாலை பிடித்துக்கொண்டு, அந்த காலின் விரல்களை அவரது வலது கை விரல்களால் பிடித்துக்கொண்டு மேலும் கீழுமாக பத்து தடவை ஆட்டினால் வலி உடனடியாக போய்விடும் !

இந்த வலி எதனால் வருகிறது என்று கவனித்தால் நீண்டநேரம் நின்று கொண்டோ நடந்து கொண்டோ இருப்பவர்களுக்கு வருகிறது.

சமையல் அறையில் காலை முதல் மாலை வரை நின்று கொண்டு சமையல் செய்யும் தாய்மார்களுக்கும், நின்றுகொண்டே உரையாற்றும் கல்லூரி பேராசிரியர்களுக்கும், எப்பொழுதும் நின்று கொண்டே இருக்கும் டிராபிக் போலீஸ் காவலர்களுக்கும், பஸ் கண்டக்டர்களுக்கும், ஜவுளிகடையில் சேல்ஸ் செய்யும் ஆட்களுக்கும் டீக்கடை. ஹோட்டல் சர்வர்களுக்கும் சாதாரணமாக இந்த தொந்தரவு நிகழும். மேலும் வெரிகோஸ் வெயின் என்று கால் நரம்பு முடிச்சு வியாதியும் வந்து நிரந்தர தொந்தரவும் கொடுக்கும். இவைகள் வராமல் இருக்க கால்களுக்கு தேவையான ஓய்வு கொடுத்தால் தடுக்கலாம்.

நம் முன்னோர்கள் வீட்டில் குழந்தை பிறந்தவுடன் சிறிது நாட்களில், அந்த குழந்தையின் இரு கால்களில், முப்பிரி காப்பு என்ற தாமிரம், வெள்ளி, இரும்பு உலோக

கம்பிகளை சேர்த்து முறுக்கி காப்பாக போடுவார்கள். அந்த காப்பு மூன்று நான்கு வருடங்கள் குழந்தையின் கால்களிலேயே இருக்கும். குழந்தை குளிக்கும் போது அந்த காப்பில் நீர்பட்டு உடலில் படும்பொழுது தாமிர நீர் தோல் சம்பந்தமான நரம்பு இழுத்துக் கொள்ளும் நோய்கள் வராமலும், வெள்ளி நீர் சிறுநீரக சம்பந்தமான நோய்கள் வராமலும், இரும்பு நீர் மூளை இயக்க கோளாறான வலிப்பு நோய் வராமலும் காப்பதற்காகத் தான் அந்த காப்பு வளையத்தை அணிவித்தார்கள்.

மேலும் பெயர் சொல்லா மருந்து, பிள்ளை மருந்து என்று சொல்லப்படும் வசம்பு செடியின் தண்டை வெட்டி காயவைத்து சிறிய வளையலாக நூலில் கட்டி, குழந்தையின் இருகைகளிலும் வளையல் மாதிரி கட்டி விடுவார்கள். குழந்தை இருகைகளை மாற்றி, மாற்றி வாயில் வைத்து சப்பும் பொழுது, குழந்தையின் உமிழ் நீரில் கரைந்து நாக்கின் வழியே அதன் சாறு உள்ளே போகும். அந்த குழந்தைக்கு பேச்சு சுத்தமாக வரும். திக்கு வாய் வராது. குரல் இனிமையாக இருக்கும். டான்சில் தொந்தரவு அறவே வராது.

உங்களுக்கு எப்போதாவது காலில் ஆடுசதை மேலேறி வலி ஏற்பட்டால் இந்த கட்டுரையில் சொன்ன முறைப்படி செய்து பாருங்கள். உடனே வலி போய்விடும். செய்து பாருங்கள் ! வலி நிவராணம் உடனே கிடைக்கும்.

ஒரே கல்லில் ஒன்பது மாங்கா...

Email : onestoneninemango@gmail.com

என்ற மெயிலுக்கு ஒரே ஒரு மெயில் அனுப்பினால் உங்களுக்கு **ஒன்பது பதில் மெயில்** அனுப்பப்படும்.

1. அனாடமிக் தெரபி – 10 மணி நேர பேச்சு சிகிச்சை.

2. மனதின் மணம் – 10 மணி நேர பேச்சு.

3. அமைதியும் ஆரோக்கியமும் PDF அனைத்து மாத இதழும்

4. ரங்கராட்டின இரகசியம்

5. டுவா தூக்கம் – 6. 60 வகை தலைப்புகளில் விளக்க உரை,

7. உலக அரசியல் 8 மணிநேர உரை

8. தமிழ், தெலுங்கு, கன்னடம், மலையாளம், இந்தி, ஆங்கிலம், மலாய் புத்தகம்,

9. அறிமுக உரை

சிறந்த கல்வி முறை

உலகில் தலைசிறந்த கல்வியில் பின்லாந்து முதல் இடத்தில் உள்ளது. அப்படி என்னதான் இருக்கிறது பின்லாந்து கல்வி முறையில் பின்லாந்தில் ஏழு வயதில் தான் ஒரு குழந்தை பள்ளிக்குச் செல்லத் தொடங்குகிறது...

ஒன்றரை வயதில் ப்ளே ஸ்கூல் இரண்டரை வயதில் ப்ரீ கே.ஜி. மூன்று வயதில் எல்.கே.ஜி நான்கு வயதில் யு.கே.ஜி என்ற சித்ரவதை அங்கே இல்லை.

கருவறையில் இருந்து வெளியில் வந்ததுமே குடுகுடுவென ஓடிச்சென்று பள்ளியில் உட்கார்ந்து கொள்ளும் எந்த அவசரமும் அவர்களுக்கு இல்லை.

எல்லா நேரமும் கற்றலுக்கான துடிப்புடன் இயங்கும் குழந்தையின் சின்னஞ்சிறு மூளை, தனது சுற்றத்தின் ஒவ்வோர் அசைவில் இருந்தும் ஒவ்வோர் ஒலியில் இருந்தும் கற்கிறது. இலை உதிர்வதும் செடி துளிர்ப்பதும் இசை ஒலிப்பதும் பறவை பறப்பதும் குழந்தைக்குக் கல்வித்தான்.

இவற்றில் இருந்து வேரோடு பிடுங்கி வகுப்பறைக்குள் நடுவதால், அறிவு அதிவேக வளர்ச்சி அடையும் என எண்ணுவது மூடநம்பிக்கை.

ஏழு வயதில் பள்ளிக்குச் செல்லும் பின்லாந்து குழந்தை, அடுத்த மூன்று ஆண்டுகளுக்கு கிட்டத்தட்ட ஆண்டின் பாதி நாட்கள் தான் பள்ளிக்கூடம் செல்கிறது மீதி நாட்கள் விடுமுறை.

ஒவ்வொரு நாளும் பள்ளி இயங்கும் நேரமும் குறைவு தான். அந்த நேரத்திலும் கூட, படிப்புக்குக் கொடுக்கப்படும் அதே முக்கியத்துவம் இசை, ஓவியம், விளையாட்டு மற்றும் பிற கலைகளுக்கும் உண்டு.

ஒவ்வொரு பள்ளியிலும் ஓர் ஓய்வறை இருக்கும் படிக்கப் பிடிக்கவில்லை அல்லது சோர்வாக இருக்கிறது என்றால் மாணவர்கள் அங்கு சென்று ஓய்வு எடுக்கலாம்.

முக்கியமாக 13 வயது வரை ரேங்க்கிங் என்ற தரம் பிரிக்கும் கலாச்சாரம் கிடையாது. பிராக்ரசு ரிப்போர்ட் தந்து பெற்றோரிடம் கையெழுத்து வாங்கி வரச் சொல்லும் வன்முறை கிடையாது.

தங்கள் பிள்ளையின் கற்றல் திறன் குறித்து தெரிந்துகொள்ள வேண்டும் என பெற்றோர்கள் விரும்பினால் தனிப்பட்ட முறையில் விண்ணப்பித்துப் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

கற்றலில் போட்டி கிடையாது என்பதால், தேர்வுகளில் அதிக மதிப்பெண் எடுக்கும் மன உளைச்சல்கள் மாணவர்களுக்கு இல்லை.

சக மாணவர்களைப் போட்டி யாளர்களாகக் கருதும் மனப்பாங்கு இல்லை.

இவர்களுக்கு வீட்டுப்பாடம் தரப்படுவது இல்லை.

மாணவர்களுக்கு எந்தப் பாடம் பிடிக்கிறதோ அதில் இருந்து அவர்களே வீட்டுப்பாடம் செய்து வரலாம்.

ஒவ்வொரு பள்ளியிலும் ஒரு மருத்துவர் இருப்பார். அவர், மாணவர்களின் உடல்நிலையை தனிப்பட்ட முறையில் கவனித்து ஆலோசனைகள் வழங்குவார்.

ஒரு பள்ளியில் அதிகப்பட்சமாக 600 மாணவர்கள் இருக்கலாம். அதற்கு மேல் அதிக எண்ணிக்கை கூடாது.

முக்கியமாக பின்லாந்தில் தனியார் பள்ளிக்கூடமே கிடையாது. அங்கு கல்வி என்பது முழுக்க முழுக்க அரசின் வசம்.

கோடீசுவரராக இருந்தாலும் நடுத்தர வர்க்கத்தினராக இருந்தாலும், ஏழையாக இருந்தாலும்... அனைவரின் குழந்தைகளும் ஒரே பள்ளியில் தான் படிக்க வேண்டும். என் பொண்ணு இண்டர்நேஷனல் ஸ்கூல்ல படிக்கிறா என சீன் போட முடியாது.

அனைவருக்கும் சம தரமுள்ள கல்வி என்ற உத்தரவாதம் உள்ளது.

அதனால் தான் பின்லாந்தில் 99சதவிகிதம் குழந்தைகள் ஆரம்பக் கல்வியைப் பெற்றுவிடுகின்றனர்.

அதில் 94 சதவிகிதம் பேர் உயர்கல்விக்குச் செல்கின்றனர். டியூசன் என்ற அருவருப்பான கலாச்சாரம் அந்த நாட்டுக்கு அறிமுகமே இல்லை.

தேர்வுகள் அடிப்படை முறைகளாக இல்லாத இந்தக் கல்வி முறையில் பயின்றுவரும் மாணவர்கள் தான், உலகளாவிய அளவில் நடைபெறும் பல்வேறு தேர்வுகளில் முதல் இடங்களைப் பிடிக்கின்றனர்.

இது எப்படி? என்பது கல்வியாளர்களுக்கே புரியாத புதிர்.

அந்த புதிருக்கான விடையை ஐ.நா. சபையின் ஆய்வு முடிவு அவிழ்த்தது.

உலகிலேயே மகிழ்ச்சியாக இருக்கும் குழந்தைகள் பற்றிய தரவரிசை ஆய்வு ஒன்றை, ஐக்கிய நாடுகள் சபை ஒவ்வோர் ஆண்டும் வெளியிடுகிறது. இதில் பின்லாந்து எப்போதும் முன்னணியில் இருக்கிறது.

மகிழ்ச்சியின் நறுமணத்தில் திளைக்கும் குழந்தைகள் அறிவை ஆர்வத்துடன் சுவைப்பதில் புதிர் எதுவும் இல்லை.

பின்லாந்து கல்வி முறையின் இத்தகைய சிறப்புகள் குறித்து அறிந்து வருவதற்காக, உலகெங்கும் உள்ள கல்வியாளர்களும், பிரதிநிதிகளும் அந்த நாட்டை நோக்கிக் குவிகின்றனர்.

உலகின் 56 நாடுகளில் இருந்து 15,000 பிரதிநிதிகள் ஒவ்வோர் ஆண்டும் செல்கின்றனர்.

நாட்டின் அந்நியச் செலாவணியில் கணிசமான சதவிகிதம் கல்விச் சுற்றுலாவின் மூலமே வருகிறது.

ஆனால், இப்படி தங்களை நோக்கி வீசப்படும் புகழ்மாலைகளை பின்லாந்தின் கல்வியாளர்களும் அமைச்சர்களும் ஓடோடி வந்து ஏந்திக்கொள்வது இல்லை.

அதற்கு அவர்கள் சொல்லும் காரணம் பின்லாந்து கல்வி முறைதான் உலகிலேயே சிறந்தது எனச் சொல்ல

முடியாது. ஏனெனில் அமைப்பின் ஆய்வில் எல்லா உலக நாடுகளும் பங்கேற்காத நிலையில் இப்படி ஒருமுடிவை ஏற்றுக் கொள்ள முடியாது. எங்களைவிட சிறந்த கல்விமுறையும் இருக்க வாய்ப்பு உள்ளது என்கிறார்கள்.

இல்லாத நாற்காலியைத் தேடி எடுத்து ஏறி அமர்ந்து தனக்குத்தானே முடிசூட்டிக்கொள்ளும் தற்பெருமை யாளர்கள் நிறைந்த உலகத்தில் இது பண்புமிக்க பார்வை.

மதிக்கத்தக்க மனநிலை பின்லாந்தில் ஆசிரியர் பணி என்பது, நம் ஊர் ஐ.ஏ.எஸ்., ஐ.பி.எஸ் போல மிகுந்த சமூகக் கௌரவம் உடையது.

அரசின் கொள்கை வகுக்கும் முடிவுகளில் திட்டங்களின் செயலாக்கத்தில் ஆசிரியர்களுக்கு முக்கியப் பங்கு உண்டு.

மூன்றில் ஒரு பின்லாந்து குழந்தைக்கு ஆசிரியர் ஆவது தான் தன் வாழ்நாள் லட்சியம்.

அதே நேரம் அங்கு ஆசிரியர் ஆவது அத்தனை சுலபம் அல்ல.

மேல்நிலை வகுப்பில் சிறந்து விளங்கும் மாணவர்களில் இருந்து ஆசிரியர் பயிற்சிக்கு மாணவர்கள் தேர்வு செய்யப்படுகின்றனர்.

ஐந்து ஆண்டுகள் உண்டு. உறைவிடப் பள்ளிகளில் சேர்ந்து கடும் பயிற்சி எடுக்க வேண்டும்.

பிறகு ஆறு மாத காலம் ராணுவப் பயிற்சி. ஒரு வருடத்துக்கு வெவ்வேறு பள்ளிகளில் நேரடியாக வகுப்பறையில் ஆசிரியர் பயிற்சி.

ஏதாவது ஒரு பாடத்தில் புராஜெக்ட் ஆக குழந்தை உரிமைப் பயிலரங்கங்களில் பங்கேற்பது, நாட்டின் சட்டத் திட்டங்கள் குறித்த தெளிவுக்காக தேசிய அமைப்புகளிடம் இருந்து சான்றிதழ் பெறுவது தீயணைப்பு, தற்காப்புப் பயிற்சி, முதலுதவி செய்வதற்கான மருத்துவச் சான்றுகள் என ஆசிரியர் பயிற்சிக்கு சுமார் ஏழு வருடங்களைச் செலவிட வேண்டும்.

இப்படி ஆசிரியர்களை உருவாக்கும் விதத்தில் பின்லாந்து மேற்கொள்ளும் சமரசம் இல்லாத முயற்சிகள் தான் அங்கு கல்வியில் மாபெரும் மறுமலர்ச்சியை உருவாக்க இருக்கிறது.

இப்போது நாம் அனைவரும் சிந்திக்க வேண்டிய தருணம் இது.

பெற்றோர்கள், கல்வியாளர்கள், கல்வி நிறுவனங்கள், ஆட்சியாளர்கள் அனைவரும் ஒருங்கிணைந்து செயல்பட வேண்டிய நேரம் இது.

குழந்தைகள் வளர்ப்பில் நாம் தான் கற்றுக்கொள்ள வேண்டியது அதிகம் இருக்கிறது.

முதலில் பிள்ளைகளுக்கு நல்ல சிந்தனைகளை ஏற்படுத்துங்கள்.

1. ஒரு குழந்தையைவிட நாம் உயர்ந்தவர் என்று நினைக்காதீர்கள்.

2. பிள்ளைகள் ஏதாவது செய்தால் எப்போதும் குறை கூறுதல், அவர்கள் பாராட்டும்படி செய்தாலும் கண்டு கொள்ளாதிருத்தல் போன்ற செயல்களை பலர் செய்கிறார்கள் இதனால் பிள்ளைகளின் மன வளர்ச்சி குன்றும்.

எந்தக் குழந்தையும் பின்னால் எப்படி ஆகுமென எவருமே கூற முடியாது. மூடன் அறிவாளி ஆகலாம். பைத்தியம், தெளிந்த சித்தமுடையவனாகலாம். ஆகவே பிள்ளைகளை ஒருகாலமும் அலட்சியம் செய்யக் கூடாது.

3. தாமஸ் ஆல்வா எடிசன் மரமண்டை என்று பாடசாலையில் இருந்து வெளியேற்றப்பட்டவர். பின்னாளில் ஆயிரம் கண்டுபிடிப்புக்களுக்கு அவரே அதிபதி.

4. லூயி பாஸ்டியர் சராசரி மாணவனாக பாடசாலையில் இருந்தவர் பின்னாளில் நோபல் பரிசு வாங்கினார்.

5. ஆல்பிரட் ஜன்ஸ்டைனை அவர் ஆசிரியர், இவனை போன்ற மூளை அழுகிய மாணவனை நான் பார்த்ததே இல்லை என்றார் அவர் ஆசிரியர் ஆனால் அவரே 20ம் நூற்றாண்டின் அதி சிறந்த விஞ்ஞானியானார்.

6. குழந்தைகளுடன் ஒரு நாளில் சிறிது நேரமாவது பேசுங்கள். நல்லதைப் பேசுங்கள் கனிவுடன் பேசுங்கள். அவர்கள் குறைகளைப் பற்றி அதிக நேரம் பேசாதீர்கள். நிறைகளை பற்றிப் பேசுங்கள்.

7. பிள்ளைகளுடன் யாரையும் ஒப்பிட்டு பேசாதீர்கள், அவன் அவனே, நீங்கள் நீங்களே, முன்னுதாரணமாக இருங்கள் உங்களைப் பார்த்து அவர்கள் கற்றுக் கொள்வார்கள்.

8. வாழ்வில் வெற்றிப் பெற்றவரைப் பற்றி பேசுங்கள். ஒவ்வொரு துறையிலும் சிறந்தவர்களைப் பற்றி பேசுங்கள்.

9. எப்படி இருக்கக் கூடாது என்று ஒப்பிட்டு பேசுவதைவிட எப்படி இருக்க வேண்டுமென ஒரு முன்னுதாரண மனிதரைப் பற்றிப் பேசுங்கள்.

10. பிள்ளைகளுக்கு வீட்டுக் குள் விலங்கிடாதீர்கள். வீடு ஒரு சிறைச்சாலைக் கூடமல்ல மனிதர்களை, தோற்றுவிக்கும் கோயில்.

11. நல்ல மேற்கோள்களை கொடுங்கள். சுதந்திரம் கொடுத்து கட்டாயப்படுத்தி வழிக்குக் கொண்டு வாருங்கள்.

12. மலர் தூவியுள்ள பாதையைப் பற்றி பிள்ளைகளுக்கு சொன்னால் அவர்கள் முள் நிறைந்த பாதையை புரிந்து கொள்வார்கள்.

13. உழைப்பைப் பற்றி சொல்லிக் கொடுங்கள் அவர்கள் உழைப்பில்லாத கேடுகளை புரிந்து கொள்வார்கள்.

14. வெற்றி பெற்றவர்களை சொல்லும்போது தோல்வியின் காரணங்களை அவன் அறிந்து கொள்வான்.

15. சுறுசுறுப்பை சொல்லிக் கொடுத்தால் அவன் சோம்பலை அடையாளம் காண்பான், விதியை வென்றவர்களை சொல்லும்போது அவன் வேதனையில் நொந்து அழிந்தவர்களை கண்டு கொள்வான். இதுபோதும்.

முதலில் நாம் மாறவேண்டும்.
மனம் இருந்தால் மார்க்கம் உண்டு
மாற்றம் ஒன்றே மாறாதது.
நல்ல மாற்றம் தான் வளர்ச்சியை தரும்.
பின்லாந்தின் கல்விமுறையிலிருந்து
நாம் கற்றுக் கொண்டு மாறுவோம்.
குழந்தைகளின் எதிர்காலத்தைப்
சிறப்பாக மாற்றுவோம்.

எதிர்மறை சக்திகள் அழிய...

ஏவல், பில்லி, சூன்யம், கண் திருஷ்டி மற்றும் பிற தீயசக்திகளும் எதிர்மறை சக்திகளும் அழிந்தோட ஒரு எளிய முறை உண்டு.

ஏவல், பில்லி, சூன்யம் செய்வதில் பல வகைகள், முறைகள் உண்டு.

1. காலடி மண், ஏவல், பில்லி வகைகளில் ஒரு நபருக்கு தீங்கினை விளைவிப்பதற்காக அந்த நபரின் காலடி மண்ணை எடுத்து அதில் அந்த நபரின் பெயரை சொல்லி மந்திர உருவேற்றி அந்த நபருடைய வீட்டு கூரையின் மீது வீசி எறியப்படுவதாகும். அப்படி அந்த மண்ணை வீசிவிட்டால் அந்த குறிப்பிட்ட நபர் மற்றும் அந்த மண் வீசப்பட்ட வீட்டில் குடியிருக்கும் அனைவரும் நிம்மதியாக இரவில் தூங்க முடியாது. வீட்டின் மீது கல் விழுவது போன்ற சப்தம் எழும். சிலர் வீட்டில் கற்களும் விழும். அந்த வீட்டில் உள்ளவர்களுக்கு காலில் அரிப்பு புண்கள் ஏற்படும் சிலருக்கு கை, கால் வராமலும் போகும்.

2. சுடுகாட்டு சாம்பல், ஏவல் பில்லி சூனிய வகையில் இரண்டாம் வகை தலைச்சான் பிள்ளையின் மண்டையோட்டு சாம்பலை எடுத்து அதில் ஏவல் சக்கரங்களை எழுதி சூன்யம் செய்ய வேண்டிய நபரின் பெயரை அந்த சக்கரத்தில் எழுதி மந்திர உருவேற்றி அவர்களின் வீடுகளில் போடுவதாகும். இதனால் அந்த வீட்டில் உள்ள நபர்களுக்குள் பகைமை விரோதம் உண்டாகி ஒருவருக்கொருவர் வெட்டிக்கொண்டும் குத்திக்கொண்டும் பிரிந்துபோவர்கள் இந்த சாம்பலை திண்பண்டங்களில் கலந்து கொடுத்தால் தீராத நோய்களை உண்டாக்கும்.

3. முட்டை ஏவல் பில்லி சூன்ய வகைகள் மூன்றாவது முறை ஒரு முட்டையை வைத்து ஏவல் செய்ய வேண்டிய நபரின் பெயரை சொல்லி மந்திர உருவேற்றி அவர்களின் வீட்டு வாசலில் உடைத்து விடுவது இதனால் அந்த குடும்பத்தில் உள்ளவர்களுக்கு பலவிதமான இன்னல்கள் உண்டாகும்.

4. எந்திர தகடு ஏவல் பில்லி சூன்ய வகைகளில் நான்காவது முறை செம்புத் தகடில் ஏவல் செய்ய வேண்டியவரின் பெயரை எழுதி சக்கரங்கள் வரைந்து மந்திர உருவேற்றிஅடுப்பில் தீயிட்டு அந்த எந்திரத்தை எரித்து விடுவது. இதனால் ஏவல் செய்யப்பட்ட நபருக்கு உடல் முழுவதும் எரிச்சல் உண்டாகி தீராத துன்பத்தை அடைவான்.

5. சுண்ணாம்பு ஏவல் பில்லி சூன்ய வகைகளில் ஐந்தாவது முறை சுண்ணாம்பு சிறிது எடுத்து பாட்டிலில் அடைத்து இரவில் ஜன நடமாட்டம் இல்லாத சமயம் முச்சந்தியில் வைத்து மந்திர உருவேற்றி வைத்து, அதிகாலையில் யாருக்கும் தெரியாமல் எடுத்துவந்து குறிப்பிட்ட இரண்டு குடும்பங்களின் பெயரை சொல்லி மந்திர உருவேற்றி இரண்டு வீட்டு சுவரிலும் பூசிவிடுவது. இதனால் இரண்டு குடும்பங்களுக்கும் இடையில் தீராத சண்டை சச்சரவுகள் உருவாகும்.

6. எலுமிச்சை ஏவல் பில்லி சூன்ய வகைகளில் ஆறாவது முறையில் சில

எலுமிச்சம் பழங்களை கொண்டுவந்து அதில் ஏவல் செய்ய வேண்டிய நபர்களின் பெயரை சொல்லி மந்திர உருவேற்றி அந்த நபர்களின் வீட்டுக்குள் போட்டுவிடுவது அல்லது புதைத்து விடுவது. இதனால் அந்த வீட்டில் தீராத பிரச்சனைகளும் குழப்பங்களும் உண்டாகும்.

7. மந்திர பாவை பொம்மை ஏவல் பில்லி சூன்ய வகைகளில் ஏழாவது முறை சந்தன கட்டையால் ஓர் பொம்மை செய்து சரியாக அங்க அவயங்களை செதுக்கி கருப்பு, சிவப்பு, வெள்ளை நூல்களால் சுற்றி அலங்காரம் செய்து அந்த பொம்மையில் எதிரியின் பெயரை எழுதி மந்திர உருவேற்றி அந்த பாவையின் உடலில் சிறிய ஊசியால் குத்தி வைப்பது இதனால் எதிரியின் உடலில் அந்த உறுப்பில் தீராத வலியும் வேதனையும் உண்டாகி துன்பப்படுவான் ஏவல் பில்லி சூன்ய வகைகளில் இன்னும் மோகினியை வைத்து செய்வது, துர்தேவதைகளை வைத்து செய்வது, சாத்தானை வைத்து செய்வது, என்று பல வகைகள் உண்டு வாசக நல் உள்ளங்களே கெடுவான் கேடு நினைப்பான் எனவே யாருக்கும் கெடுதலை செய்யும் எண்ணமே வேண்டாம். ஏனென்றால் ஏவல் பில்லி சூன்யத்தால் பாதிக்கபட்டவன் அதனால் 12 வருடம் மட்டுமே துன்பப்படுவான் ஆனால் அதை செய்தவனும் அவன் பரம்பரையும் 98 வருடங்கள் துன்பப்பட வேண்டும். எனவே நல்லதே நினைப்போம் நல்லதே செய்வோம்.

ஏவல், பில்லி, சூன்யம், கண்திருஷ்டி மற்றும் பிற தீயசக்திகளும் எதிர்மறை சக்திகளும் அழிந்தோட ஒரு எளிய முறை உண்டு.

இதோ அதன் செய்முறை
1. வெண்கடுகு 250கிராம்
2. நாய்க்கடுகு 250 கிராம்
3. மருதாணி விதை 250கிராம்
4. சாம்பிராணி 250 கிராம்
5. அருகம்புல் பொடி 50 கிராம்
6. வில்வ இலை பொடி 50 கிராம்
7. வேப்ப இலை பொடி 50 கிராம்

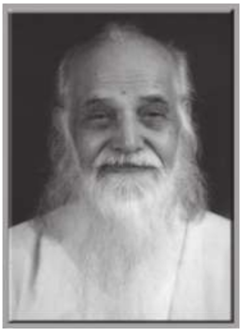
மேற்கண்ட பொருட்களை தயார் செய்து கொள்ளவும். இவை அனைத்தும் நாட்டு மருந்து கடைகளில் வெகு எளிதாக கிடைக்கக்கூடியவை. எங்கும் தேடி அலைய வேண்டாம். சாம்பிராணியை மட்டும் பொடி செய்து கொண்டு மீதமுள்ள 6 பொருட்களுடன் சேர்த்து ஒரு கலனில் அடைக்கவும்.

இவ்வாறு தயாரிக்கப்பட்ட பொருட்களின் கலவையை செவ்வாய், வியாழன் மற்றும் ஞாயிறு கிழமைகளில் அடுப்புக்கரி நெருப்பில் தூவி தூபம் போடவும் தினமும் செய்தால் தவறில்லை 45 நாட்களுக்குள் நிச்சயம் பலனுண்டாகும் ஏவல் பில்லி, சூனியம் செய்வினை, எதிர்மறை மற்றும் தீய சக்திகள் அனைத்தும் நிச்சயம் நீங்கும். குடும்பத்தில் அமைதி உண்டாகும். குடும்பத்தின் உறுப்பினர்களிடையே ஒற்றுமை உண்டாகும்.

மேற்கண்ட கலவையை நெருப்பில் தூவும் போது கீழே சிந்தாமல் கவனித்துக் கொள்ளவும். ஏனெனில் மேற்கண்ட 7 பொருட்களும் தெய்வத்தன்மை பொருந்தியவை யார் காலிலும் படக்கூடாது மேற்கண்ட முறையை பயன்படுத்தி மாந்திரீக கோளாறுகளிலிருந்து பாதிக்கப்பட்ட குடும்பங்களை காப்பாற்ற எல்லாம் வல்ல இறைவன் அருள் துணை நிற்கும் என்பதில் எவ்வித ஐயமும் இல்லை.

கட்டாயம் கற்க வேண்டிய தொழில்கள்

தத்துவஞானி
வேதாத்திரி மகரிஷி ஐயா



1. விவசாயம், 2 நெசவு, 3. சமையல், 4. வீடுகட்டல், 5. இயந்திரங்கள், விஞ்ஞானக்கருவிகள் அவற்றின் நுட்பங்கள் அறிந்து அவற்றை இயக்குதல் உற்பத்தி செய்தல் ஆகிய ஐந்து அடிப்படைக் தொழில்களையும், ஒவ்வொருவரும் இருபது வயதுக்குள்ளாகக் கற்றுக் கொள்ளவும், மேலும் யார் யாருக்கு எந்தெந்தத் தொழிலில், கலைகளில் விருப்பம் இருக்குமோ, அவைகளைக் கற்றுத் தேரவும், உலக மக்கள் வாழ்க்கைத் தேவைகளை அறிந்து அவரவர்களின் திறமையை சக்திகளை பயன்படுத்த புதிய முறையில் மனித குல வாழ்க்கையை இன்பமயமாக்கவும் தகுந்த முறையில் நாம் தொழில் கல்வி முறையை வகுக்க வேண்டும்.

உலகில் பிறக்கும் ஒவ்வொருவரும், மனித வாழ்விற்கு இன்றிமையாத மேலே காட்டியுள்ள ஐந்து அடிப்படைத் தொழில்களையும் கட்டாயம் கற்கவும், அவரவர்களின் சிறப்புத் திறமை, ஆர்வம் இவைகளுக்கேற்ப குறிப்பாக வேறு தொழில்கள் அல்லது கலைகளைக் கற்கவும் வசதி செய்ய வேண்டும்.

ஒவ்வொரு குழந்தையும் தொழில் கல்வி கற்கும் காலத்தில் மனோதத்துவம், சுகாதாரம், பொருளாதாரம், அரசியல், விஞ்ஞானம் என்ற ஐவகை வாழ்க்கைத் தத்துவத்தையும் வயதுக்கேற்றபடி அறிந்து, உயர் நோக்கச் செயல் திறமை களுடையவர்களாக வேண்டும்.

மனித இனத்திற்கு வாழ்க்கை, அறிவும், செயல், திறமையும் தான் செல்வமாகும். அந்தச் செல்வம் குழந்தைகளிடத்திலே சிறு வயது முதலே வளர வேண்டும். இதுவரையில் மனிதன் அடைந்துள்ள முன்னேற்றங்களின் இறுதிப் பயனாக இருக்கவேண்டியது உயர்தர முறையில் குழந்தைகளை வளர்ப்பதேயாகும்.

ஹீலர் பாஸ்கரின் அனாடமிக் செவிவழி தொடு ஒருநாள் சிகிச்சை நடைபெறும் இடங்கள்

தேதி	இடம்	தொடர்புக்கு	நுழைவு
01.05.2016	நாகர்கோவில்	+91 94431 52983, 94431 72175	ரூ. 150/-
07.05.2016	ஆனைமலை (பொள்ளாச்சி)	+91 90432 00016, 04253-283072	இலவசம்
09.05.2016	திருநெல்வேலி	04622337355, 94435 07349	இலவசம்
15.05.2016	சென்னை	+91 99520 82745	ரூ. 200/-
22.05.2016	கோயமுத்தூர்	+91 98426 16308, 98424 52508	ரூ. 150/-
29.05.2016	பொள்ளாச்சி	+91 98422 16465	ரூ. 100/-
05.06.2016	மலேசியா	+60165072191	-
13.06.2016	மலேசியா	+0165530770	-
15 & 16.06.2016	சிங்கப்பூர்	+6581189802	-
21.06.2016	மலேசியா	0199213011	-
25.06.2016	மலேசியா	0123459381, 0126646107	-
26.06.2016	மலேசியா	0196697274, 0132055201	-
03.07.2016	கோயமுத்தூர்	+91 814812 5060,83445 77555	இலவசம்
24.07.2016	வடலூர்	+91 99769 69333, 94434 05130	ரூ. 100/-

ஹீலர் பாஸ்கரின் ஐந்து நாட்கள் பயிற்சி நடைபெறும் இடங்கள்

தேதி	இடம்	தொடர்புக்கு	நுழைவு
மே 19 - 23	**சென்னை (வீடியோ பயிற்சி)**	**+91 99520 82745**	நன்கொடை **ரூ. 3000/-** (தங்குமிடம் உணவு உட்பட)
மே 24 - 28	**கோயமுத்தூர் (நேரடி பயிற்சி)**	**+91 88706 66966**	நன்கொடை **ரூ. 5000/-** (தங்குமிடம் உணவு உட்பட)

அனாடமிக் தெரபி ஐந்து நாட்கள் பயிற்சி முகாம் மற்றும் வாங்க பழகலாம்

தேதி	இடம்	தொடர்புக்கு	நுழைவு
ஜுன் 26 - 30	**கோயமுத்தூர்**	**+91 88706 66966**	நன்கொடை **ரூ. 5000/-** (தங்குமிடம் உணவு உட்பட)

ஹீலர் பாஸ்கரின் மூன்று நாட்கள் பயிற்சி நடைபெறும் இடங்கள்

தேதி	இடம்	தொடர்புக்கு	நுழைவு
ஜுன் 10 - 13	**மலேசியா**	**+60165072191**	**RM 380**
ஜுன் 17 - 19	**சிங்கப்பூர்**	**+6581189802**	-

கலந்து கொண்டு பயன்பெற வாருங்கள் !

மேலும் விபரங்களுக்கு :

போன் : **99442 21007, 98424 52508**

Website : www.anatomictherapy.org

அமைதியும் ஆரோக்கியமும்

நெ.69, N.S.K. வீதி, செல்வபுரம், கோயம்புத்தூர் - 641 026, தமிழ்நாடு, இந்தியா. செல் : (+91) 88838 05456
Email : amaidhiyumaarokiyamum@gmail.com / Web : www.amaithiyumarokiammum.com

சந்தா விண்ணப்ப படிவம்

பெயர்

பிறந்த தேதி　　　வயது :

தொழில் ....　　இனம் : ஆண் ☐　பெண் ☐

கைபேசி　　　தொலைபேசி

இ-மெயில்

முகவரி

பின்கோடு

வருட சந்தா தொகை : தமிழ்நாடு ரூ. 400/- மட்டுமே / பிற மாநிலங்களுக்கு ரூ. 500/-

பணம் செலுத்தும் முறை

காசோலை	☐	கா. எண்	....
வரைவோலை	☐	வ. எண்	....
மணி ஆர்டர்	☐	ரசீது எண்	....
இணையதள பண பரிமாற்றம்	☐	இ.ப.எண்	....
பணம்	☐ நேரடியாக	☐ வங்கி	....

(வங்கியில் பணம் செலுத்தியிருந்தால் நகல் கொடுக்கவும் (அ) Scan செய்து E-mail மூலமாக அனுப்பவும்)

பணம் செலுத்திய நாள்

செலுத்திய தொகை

புதுப்பித்தல் ☐

புதியதாக ☐

சந்தாதாரர் கையொப்பம் ....

வெளிநாட்டில் உள்ள அன்பர்கள் சந்தா தொகை ரூபாய் 400/- ஐ செலுத்தி மாதா மாதம் **E-mail** மூலம் இதழை பெற்றுக்கொள்ளலாம்

அலுவலக உபயோகத்திற்கு மட்டும்

1. பதிவு எண் : ....　3. புதுப்பித்தல் தேதி : ....
2. பதிவு தேதி : ....　4. வருட சந்தா தொகை : ....

அலுவலர் கையொப்பம் ....

Photo

கீழ்க்கண்ட வங்கி கணக்கில் பணம் செலுத்தவும்
பெயர் : **அமைதியும் ஆரோக்கியமும்,** கணக்கு எண் : **034205008485**
வங்கி : **ICICI,** கிளை : ஆர்.எஸ்.புரம், கோயமுத்தூர். IFSC Code : **ICIC0000342**

சந்தாதாரர்கள் கவனத்திற்கு

1. அமைதியும் ஆரோக்கியமும் மாத இதழ் உங்கள் வீடு தேடி வர விண்ணப்பத்தை முழுவதும் பூர்த்தி செய்து அனுப்புங்கள்.
2. வருட சந்தா செலுத்தி உங்கள் பெயரை பதிவு செய்தபின் தொடர்ந்து 12 மாதங்கள் இந்த இதழ் உங்கள் வீடு தேடி வரும்.
3. இதழ் தொடர்ந்து உங்களுக்கு கிடைப்பதில் தாமதம் அல்லது கிடைக்கவில்லை எனில் எங்களுக்கு தெரியப்படுத்துங்கள்.
4. உங்கள் வீடு, அலுவலக முகவரி, தொலைபேசி எண்கள் மாற்றத்தின்போது எங்களுக்கு தெரியப்படுத்தினால் மாற்றப்பட்ட முகவரிக்கு தொடர்ந்து இதழ் அனுப்பப்படும்.
5. உங்கள் நண்பர்கள் மற்றும் உறவினர்களுக்கு இந்த இதழ் குறித்து தெரிவியுங்கள். அவர்களும் சந்தாதாரராய் இணைய உதவுங்கள்.
6.. சந்தா புதுப்பிக்கப்படும் காலவரையறையின்போது உங்களுடைய சந்தா எண், தேதி ஆகியவற்றை தவறாமல் குறிப்பிட்டு புதுப்பித்துக் கொள்ளவும்.

மாத இதழ்

தொடர்புக்கு

அமைதியும் ஆரோக்கியமும்

நெ.69, NSK வீதி, செல்வபுரம், கோயம்புத்தூர் – 641 026.
தமிழ்நாடு, இந்தியா. போன் : + 91 88838 05456

E-mail : amaidhiyumaarokiyamum@gmail.com Website : www.amaithiyumarokiammum.com

உங்கள் கவனத்திற்கு

அமைதியும் ஆரோக்கியமும் மாத இதழுக்கு எங்களுடன் கைகோர்த்த அனைவரும் வாழ்க வளமுடன்! மாத இதழுக்கு சந்தா செலுத்தி ரசீது பெறாத அன்பர்களுக்கு இந்த மாத இதழுடன் ரசீது இணைக்கப்பட்டுள்ளது. இதனை பெற்றுக்கொள்ளவும். மேலும் மாத இதழ் விண்ணப்பத்தை பூர்த்தி செய்து கொடுக்காத அன்பர்கள் இந்த மாத இதழ் இறுதி பக்கத்தில் இணைக்கப்பட்டுள்ள விண்ணப்பத்தை முழுவதும் பூர்த்தி செய்து எங்கள் முகவரிக்கு கொரியர் மூலம் அனுப்பி வைக்கலாம் அல்லது பூர்த்தி செய்த விண்ணப்பத்தை Scan செய்து E-mail மூலமாக அனுப்பி வைக்கலாம்.

இப்படிக்கு,

நன்றி.

ஹீலர் பாஸ்கர்

Owned Published and Printed by
S.S. Baskar Published from No. 191, Ramamoorthy Pathai, Housing Unit, Selvapuram North, Coimbatore - 641 026 and Printed at Sri Aathi Lakshmi Graphics, 14/33 Sivan Koil Cross Street, Kodambakkam, Chennai - 24.

Post Reg. No. CB/133/2016-18 RNI No. TNBIL/2013/58540 Dated : 5th August 2013

பசுமை இல்லம்

(படங்கள்)

இல்லத்தின் முன்புறத்தோற்றம்

ஜன்னல்

முன்பக்க கதவு

கட்டுமானப் பணியின் போது...

ஹீலர் பாஸ்கருடன் திரு. ஆனந்த் குடும்பத்தார்

மாடிப் படிக்கட்டுகள்

இல்லத்தின் பக்கவாட்டு தோற்றம்

நமது கோவையில் ...

நாள் : 24.05.2016 முதல் 28.05.2016 வரை

ஹீலர் பாஸ்கர் அவர்கள் நேரடியாக
கலந்துகொண்டு பயிற்சி அளிக்கும்

அனாடமிக் தெரபி
ஐந்து நாள் பயிற்சி முகாம்

பயிற்சி நடைபெறும் இடம்

நிஷ்டை
சர்வதேச வாழ்வியல் பயிற்சி மையம்

நெ.1, லக்ஷ்மி நகர், பரிபூர்ணா எஸ்டேட் அருகில், கோவைபுதூர், கோவை - 641 042.

நன்கொடை : ரூ. 5000/- உணவு, தங்குமிடம் உட்பட

சிறப்பு ஐந்து நாள் பயிற்சி முகாம்
மற்றும்
வாங்க பழகலாம்

நன்கொடை : ரூ. 5000/- உணவு, தங்குமிடம் உட்பட

1. ஐந்து நாட்கள் பயிற்சி வகுப்பிற்கு தினமும் இரண்டு விஐபிகள் கலந்து கொண்டு பயிற்சி அளிப்பார்கள்.
2. பயிற்சி வகுப்பிற்கு இறுதி நாட்கள் மட்டுமே ஹீலர் பாஸ்கர் நேரடியாக பயிற்சி அளிப்பார். மீதம் நாட்கள் வீடியோ மூலம் பயிற்சி அளிக்கப்படும்.
3. அனாடமிக் தெரபி ஐந்து நாட்கள் பயிற்சி வகுப்பில் நடைபெறும் அனைத்து நிகழ்வுகளும் இந்த பயிற்சி முகாமில் நடைபெறும்.

நாள் : 26.06.2016 முதல் 30.06.2016 வரை

ஆன்லைன் மூலம் பதிவு செய்ய இணையதளத்தில் பதிவு செய்யுங்கள் **www.anatomictherapy.org**

முன்பதிவு செய்யுங்கள் தொடர்புக்கு :
+91 88706 66966

Postal Reg. No	: CB/133/2016 - 18
RNI No.	: TNBIL/2013/58540
Date of Posting	: 5th & 6th every Month
Month of Posting	: May 2016
Office of Posting	: BPC, Coimbatore (H.O) - 641001.
1 Year Subscription	: Rs. 400/-
Single Magazine	: Rs. 35/-

பெறுநர் :

அனுப்புநர் :

அமைதியும் ஆரோக்கியமும் (மாத இதழ்)
கிரி ஜயா பப்ளிகேஷன்ஸ்
நெ. 69, NSK வீதி, செல்வபுரம், கோயமுத்தூர் – 641 026.
தமிழ்நாடு. இந்தியா. Web : www.amaithiyumarokiammum.com
Email : amaidhiyumaarokiyamum@gmail.com
செல் : +91 88838 05456.