

# அமைதியும் ஆரோக்கியமும்



புதுயுகத்தின் வழிகாட்டி

அமைதி - 4 ஆரோக்கியம் - 2 செப்டம்பர் - 2016

**சாகம்பரி  
மழலையர் பள்ளி**  
1 வயது முதல் 5 வயது வரை பாடத்திட்டம்

எண்ணம் போல் வாழ்க்கை



மனகக்குப் பிடிச்சமாதிரி ஒருநாளில்  
எவ்வளவு நேரம் வாழ்கிறோமோ,  
அந்த அளவுக்கு ஆரோக்கியமாக  
வாழ்கிறோம்.

- ஹீலர்பாஸ்கர்





## ஆசிரியர் மடல்

வாசகர்களுக்கு வணக்கம் !

நமது அமைதியும் ஆரோக்கியமும் மாத இதழில் ஆரம்பத்தில் கட்டுரைகளை மட்டுமே எழுதிக்கொண்டு இருந்த நீங்கள் தற்போது திடீரென கேள்விபதில் என்று ஒரு பகுதியை ஒதுக்கி அதற்கு பல பக்கங்களை விரயம் செய்கிறீர்களே ? என்று என்னிடம் சிலர் கூறினார்கள்.

அன்பர்களே !

கேள்வி-பதில் என்பதும் நாம் தெரிந்து கொள்ளவேண்டிய விசயங்களை நமக்குத் தருபவையே. கட்டுரைகளை ஏதேனும் ஒரு தலைப்பில் எழுதலாம். ஆனால் சில கேள்விகளுக்கு கட்டுரை மூலமாக பதில் எழுத முடியாது என்பதனால் அதனை கேள்வி பதில் வடிவில் தருகிறோம்.

கேள்வி-பதில் பகுதியில் இடம்பெறும் கேள்விகள் இப்பொழுது உங்களுக்கு தேவைப்படாமல் இருந்தாலும் ஒருமுறை நீங்கள் படித்து மனதில் பதிய வைத்துக் கொள்வதின் மூலம் வருங்காலத்தில் அதே கேள்விக் கான விடை உங்களுக்கு தேவைப்படுகின்ற சமயத்தில் ஏற்கனவே நீங்கள் அறிந்திருப்பதால் அது உங்களுக்கு உதவும்.

எனவே அன்பர்களே கேள்வி பதில் பகுதிகளையும் ஒரு கட்டுரையைப் போன்று படித்து பயன்படுத்தி கொள்ளுமாறு வேண்டி விரும்பிக் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

வாழ்க வளமுடன் !

எல்லா புகழும் இறைவனுக்கே !!

ஹீலர் பாஸ்கர்



## அமைதியும் ஆரோக்கியமும்

மாத இதழ்



### பொருளடக்கம்

- |    |  |
|----|--|
| 04 | சாகம்பரி மழலையர் பள்ளி                 |
| 23 | நாட்டாமை தீர்ப்பை மாத்தி சொல்          |
| 24 | கேள்விபதில்                            |
| 26 | கிரி ஜயா பப்ளிகேஷன்ஸ் (புதிய வெளியீடு) |

விலை ரூ. 35/-  
ஒருவருட சந்தா ரூ. 400/-

வெளியீடு

**கிரிஜயா பப்ளிகேஷன்ஸ்**

ஏ.ந. 69, NSK வீதி, செல்வபுரம்,  
கோயம்புத்தூர் - 641 026. தமிழ்நாடு, இந்தியா.

Mobile : + 91 96290 32767

E-mail : giriiyapublications@gmail.com

Website : www.giriiyapublications.com

# சாகம்பரி மழலையர் பள்ளி

1 வயது முதல் 5 வயது வரை பாடத்திட்டம்



## ஹீலர் பாஸ்கர்

நிறுவனர்,  
அனாடமிக் செவிவழிதொடு  
சிகிச்சை.

குழந்தைகளுக்கு கதைகளும், பாடலும், கற்பனை செய்வதும், கை, கால்களை ஆட்டி விளையாடுவதும், இல்லாத ஒன்றை புதுமையாக உருவாக்குவதும் தான் மிகவும் பிடித்தமான ஒன்று. நமது கல்வியும் இந்த முறையில் தான் அமைந்திருக்க வேண்டும்.

ஒன்று முதல் ஐந்து வயது வரை உள்ள ஒரு குழந்தைக்கு எப்படி பாடம் நடத்தவேண்டும். என்பதை இந்த சாகம்பரி மழலையர் பள்ளி பாடத்திட்டம் உங்களுக்கு விரிவாக புரிய வைக்கும் என நாம் நம்புகிறோம்.

சமீபத்தில் ஒரு பள்ளிக்குச் சென்றிருந்தேன். அந்த பள்ளி திண்டுக்கல்லிற்கும், மணப்பாறைக்கும் இடையே செந்துறை என்ற ஊரில் உள்ளது. நம்ம வீட்டு மழலையர் பள்ளி என்பது தான். அப்பள்ளியின் பெயர். அப்பள்ளியில் ஒன்று முதல் ஐந்து வயது வரையான குழந்தைகளுக்கு பாடம் நடத்துகிறார்கள். முதலாவதாக நாம் அப்பள்ளியில் குழந்தைகளுக்கு எப்படி பாடம் நடத்துகிறார் என்பதை விரிவாக பார்க்கலாம்.

அதன் பின்னர் இந்த முறையில் குழந்தைக்கு பாடம் நடத்துவதால் ஏற்படும் நன்மைகளையும், இந்த பள்ளியை உருவாக்கியவர்கள் மற்றும் நடத்துபவர்கள் பற்றியும் இந்த கட்டுரையின் இறுதியில் நாம் பார்க்க இருக்கிறோம்.

## 1. பிரார்த்தனை

காலை சரியாக 9.00 மணிக்கு இப்பள்ளியில் வகுப்பு தொடங்குகிறது. குழந்தைகள் அனைவரும் வட்டமாக அமர்ந்து கொள்கின்றனர். அதனிடையில் பள்ளியின் ஆசிரியர்களும் உடன் அமர்ந்து கொண்டு வகுப்பை முதலில் பிரார்த்தனையில் ஆரம்பிக்கின்றனர்.

இந்து முறைப்படி ஒரு பிரார்த்தனையும், முஸ்லீம் முறைப்படி ஒரு பிரார்த்தனையும், கிறிஸ்துவமுறைப்படி மூன்றாவது பிரார்த்தனையும், தாய்மொழி தமிழில் நான்காவது பிரார்த்தனையும் ஐந்தாவதாக ஆங்கிலத்தில் பிரார்த்தனையுமாக ஐந்து விதமான பிரார்த்தனைகள் செய்கின்றனர். ஏனெனில் அனைத்து ஜாதி, மதத்தைச் சேர்ந்த குழந்தைகளும் அங்கு இருக்கிறார்கள் என்பது தான், மேலும் பிரார்த்தனை செய்வதின் முறைகளையும் முக்கியத்துவத்தையும், அதன் நன்மைகளையும் குழந்தைகளுக்கு கற்றுக் கொடுக்கின்றனர். இதுவே இங்கு முதலாவது பாடம்.

## 2. கர்னாச சக்தி

கர்னாச பயிற்சி உள்ளங்கையில் உள்ள விரல்கள் ஒன்றோடு ஒன்று மாறி மாறி தடவிக் கொள்ளும் பயிற்சி ஆகும். இந்த பயிற்சியினால் உடல் ஆரோக்கியம் புத்தி கூர்மை ஆகியன ஏற்படும் என்பதை உணர்ந்து நமது முன்னோர்கள் உருவாக்கிய பயிற்சியாகும். இந்த பயிற்சியை அங்கு குழந்தைகளும், ஆசிரியர்களும் தினமும் செய்கின்றனர்.

## கர்னாச பயிற்சியை செய்யும் முறை

நமது இரண்டு கைகளையும், முன்னால் நீட்டி உள்ளங்கை வானத்தைப் பார்த்தவாறு வைத்துக் கொள்ளவேண்டும். முதலில் ஆட்காட்டி விரலினைக் கொண்டு கட்டைவிரலில் உட்பக்கத்தை மேலும், கீழுமாக தடவிக் கொடுக்கவேண்டும். இரண்டாவதாக கட்டை விரலின் உட்பக்கத்தைக் கொண்டு ஆட்காட்டி விரலின் உட்பாகத்தை மேலும், கீழும் தடவிக் கொடுக்க வேண்டும். மூன்றாவதாக கட்டை விரலின் உட்பக்கத்தினால் நீளமான நடுவிரலை மேலும், கீழும் தடவிக் கொடுக்கவேண்டும். நான்காவதாக கட்டை விரலின் உட்பக்கத்தின் மூலமாக மோதிர விரலின் உட்பக்கத்தை மேலும் கீழுமாக

தடவிக் கொடுக்க சுண்டு விரலின் உட்பக்கத்தை லேசாக மேலும், கீழும் தடவிக் கொடுக்க வேண்டும். ஆறாவதாக இரு உள்ளங்கைகளையும் இலேசாக உரசி தடவிக் கொடுக்க வேண்டும். ஏழாவதாக இரு உள்ளங்கைகளையும் மாற்றி மாற்றி அழுத்திக் கொடுக்கவேண்டும். அதாவது வலது கையின் கட்டை விரலால் இடது உள்ளங்கையின் உட்புற பகுதிகளில் அழுத்தம் கொடுப்பதற்கு வசதியாக வலது கையின் மற்ற நான்கு விரல்களையும் இடது உள்ளங்கையின் அடிப்புறமாக பற்றி பிடித்துக் கொள்ளவேண்டும். பின்னர் இடது உள்ளங்கையின் எல்லா பகுதிகளையும் அழுத்தம் கொடுக்கவேண்டும். அதே போல இடது கையைப் பயன்படுத்தி வலது உள்ளங்கைக்கு அழுத்தம் தரவேண்டும். இவ்வாறு செய்வதனால் உடல் ஆரோக்கியமும், புத்தியில் தெளிவும், ஞாபக சக்தியும் அதிகரிக்கின்றன.

இவ்வாறு உள்ளங்கையில் உள்ள சில அக்குபிரசர் புள்ளிகளை அழுத்தி நோய்களை குணப்படுத்தும் முறைக்கு சூஜோக் முறை என்று அழைப்பார்கள். கர்னாசப் பயிற்சி தான் வெளிநாட்டிற்கு சூஜோக் முறையாக திரும்பி வந்திருக்கிறது. என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

## 3. மூச்சுப் பயிற்சி

தினமும் ஏதாவது ஒரு மூச்சுப் பயிற்சியினை அனைத்தும் குழந்தைகளுக்கும் கற்றுத் தருகின்றனர். உதாரணமாக நாடிசுத்தி, பிரணாயாமம், அனுலோமா, மினுலோமா, பஸ்த்திரிகா, கபாலபதி, அக்னிசார், சுதர்சனக்லியோ போன்ற பயிற்சிகளை குழந்தைகளுக்கு எளிமையாக உள்ளபடி தினமும் அவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை கற்றுக் கொடுக்கின்றனர்.



#### 4. வணங்கும் பயிற்சி

வணக்கம், குட்டமார்னிங், நமஸ்தே, நமோஸ்கார், போஜீர், குட்டான்கள் போன்ற பல்வேறு மொழிகளில் ஒருவரை ஒருவர் சந்திக்கும் பொழுது கூறுகின்ற வணங்கும் போது கூறுகின்ற வணக்கத்தினை கற்றுத்தருகின்றனர். பொள்ளாச்சி அருகே ஆணைமலையில் உள்ள மகாத்மா காந்தி ஆசிரமத்தினை நடத்திவரும் திரு. ரங்கநாதன் ஐயா அவர்களை அந்த ஊரில் எவர் பார்த்தாலும் அவரை வணங்கிவிட்டு தான் செல்கின்றனர். ஏனென்றால் அவர் யாரைப் பார்த்தாலும் வணங்கிவிடுவார். இவர் முன்னால் ஒருவர் மாட்டுவண்டியில் வந்தாலும், பிச்சைக்காரன் வந்தாலும் சாலையை சுத்தம் செய்யும் பணியாளர் வந்தாலும் இவர் முதலில் ஐயா வணக்கம் என்று கூறிவிடுவார். பின்னர் வேறு வழியின்றி அவர்களும் இவரை வணங்கிவிடுவர்.

ஒருவரை ஒருவர் சந்திக்கும் பொழுதோ, எதிரில் பார்க்கும் பொழுதோ, இன்முகத்துடன், சிரித்த முகத்துடன் ஒரு நல்வார்த்தை கூறுவது ஒரு சிறந்த பண்பாகும். இதை அந்த பள்ளியில் குழந்தைக்கு கற்றுத் தருகின்றனர்.

#### 5. பைபிள் வசனம்

தினமும் பைபிளில் இருந்து ஏதாவது ஒரு வசனத்தை தினமும் வாசித்து அதற்கான அர்த்தம் கூறப்படுகிறது.

#### 6. குரான் வசனம்

தினமும் குர்ஆன்னில் ஏதாவது ஒரு வசனத்தை வாசித்து அதற்கான பொருள் கூறுகின்றனர்.

#### 7. திருக்குறள்

திருக்குறளில் ஏதேனும் ஒரு குறளை தினமும் தேர்ந்தெடுத்து அந்த குறளை வாசித்து அதற்கு விளக்கம் கூறுகின்றனர்.

#### 8. பஞ்சாங்கம் பார்ப்பது

தினசரி காலண்டர் எனப்படும் நாள் காட்டியை எடுத்து வந்து அன்றையகிழமை என்ன? அந்த கிழமைக்கும், எந்த கிரகத்திற்கும் சம்பந்தம் உள்ளது? போன்றவற்றை விளக்க அந்த கிரகத்தின் படத்தை குழந்தைகளுக்கு காண்பித்து கற்றுத் தருகின்றனர்.

திதி பார்ப்பதை கற்றுக் கொடுத்து குழந்தைகள் தினமும் அதை பார்க்க செய்கின்றனர். தற்பொழுது எந்த ஆங்கில, தமிழ் மாதம் என்பதை அனைவரும் அறிந்திருக்கின்றனர். ஓரை பார்ப்பது, ராசி பார்ப்பது நட்சத்திரம் பார்ப்பது, நல்ல நேரம், கெட்ட நேரம், ராகு, எம கண்டம் ஆகிய நேரங்களை பார்க்க கற்றுக்கொடுத்து குழந்தைகள் தினமும் அதை பார்க்கச் செய்கின்றனர். இதில் முக்கியமாக விசயம் என்னவெனில் தற்பொழுது நடைமுறையில் உள்ள வியாபார கல்வி திட்டத்திற்கும், இப்பொழுது நாம் பார்த்துக் கொண்டிருக்கும் சாகம்பரி கல்வி திட்டத்திற்கும் என்ன வித்தியாசம் என்பதை புரிந்து கொள்ளவேண்டும்.

வியாபார கல்விதிட்டத்தில் ஆசிரியர்கள் சொல்லிக் கொடுப்பதை மாணவர்கள் கேட்க வேண்டும். குறுக்கே பேசுவதற்கோ, சந்தேகம் கேட்பதற்கோ பொதுவாக அவகாசம் கொடுக்கப்படுவது இல்லை.



குரூப் டிஸ்கஸன் எனப்படும் குழுவினர்களுக்குள் கருத்துக்களைப் பரிமாறிக் கொள்வதற்கும் அனுமதி கொடுக்கப்படுவது இல்லை. இந்த பள்ளியில் ஒவ்வொரு விசயத்தினையும் கற்றுக் கொடுக்கும் பொழுது அந்த குழந்தைகளுக்கு யோசிப்பதற்கும், கற்பனை செய்வதற்கும் அவகாசம் தரப்படுகிறது.

உதாரணமாக நல்ல நேரம் இன்று காலை 7.30 மணி முதல் 8.30 வரை என்று கூறியவுடன் அந்த குழந்தைகளிடம் கேள்வி கேட்கிறார்கள். “எதற்கு நல்ல நேரம் பார்க்க வேண்டும்?” என்று அப்பொழுது ஒவ்வொரு குழந்தையும் தப்புத்தப்பாக கண்டதையெல்லாம் உளரும். அதைப் பார்த்து சிரிக்காமல் “அது அப்படியல்ல, நல்ல நேரம் பார்ப்பதற்கான காரணம் இதுதான்” என்று அந்த ஆசிரியர்கள் பொறுமையாக குழந்தைகளுக்கு புரியும் பாஷையில் சொல்லிக் கொடுக்கின்றனர். இது போன்ற கல்வித்திட்டத்தின் மூலமாக குழந்தைகளின் யோசிக்கும் தன்மையும் கற்பனை வளத்தையும் நாம் கொடுக்கமுடியும். கல்வி என்பது நாம் படித்து பாஸ்மார்க் வாங்குவது கிடையாது. புரிந்து கொள்வதும், வித்தியாசமான கோணத்தில் யோசிப்பதும், கற்பனை வளத்தை அதிகரிப்பதும், புதுப்புது விசயங்களை ஆராய்ச்சி செய்வதும் தான் சரியான கல்விமுறை.

## 9. குணங்களின் தன்மை வகுப்பு (ROLL PLAY CLASS)

ஒவ்வொரு நாளும் ஏதாவது ஒரு குணத்தினை என்று அந்த குணத்தின் தன்மையினை பற்றி குழந்தைகளுக்கு புரிய வைக்கிறார்கள். உதாரணமாக ஒழுக்கம்,, வீரம், அமைதி, நிம்மதி, சந்தோசம், தன்மானம், புகழ் போன்ற வார்த்தைகளுக்கு இப்பொழுதுள்ள குழந்தைகளுக்கு அர்த்தமே

தெரிவதில்லை. அர்த்தமே தெரியாமல் இவற்றை எப்படி வாழ்வில் நடைமுறைப்படுத்துவது? என்று கற்றுத்தருகிறார்கள்.

நான் சென்றிருந்த அந்த சமயத்தில் ஒழுக்கம் என்ற தலைப்பில் குழந்தைகளுக்கு கற்றுக் கொடுத்துக் கொண்டிருந்தனர். மற்றவர்கள் வீட்டிற்குச் செல்லும் பொழுது அவர்களுடைய அனுமதியில்லாமல் எந்த ஒரு பொருளையும் எடுப்பது சரியல்ல. எனவே குழந்தைகளே நீங்கள் மற்றவர்கள் வீட்டிற்குச் செல்லும் பொழுது ஒரு பொருளை எடுக்க வேண்டும், தொட்டுப் பார்க்கவேண்டும். என்றால் அவர்களிடம் அனுமதி பெறவேண்டும். “அம்மா நான் இந்த பொருளை தொட்டுப் பார்க்கவேண்டும் என்று ஆசைப்படுகிறேன். அனுமதி கொடுப்பீர்களா?” என்று கேட்க வேண்டும். அவர்கள் சரி என்று சொன்னால் மட்டுமே தொடவேண்டும். என்று ஒழுக்கங்கள் பற்றி கற்றுக் கொடுத்தார்கள். இவ்வாறு ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு விசயத்தைப் பற்றி கற்றுக் கொடுக்கின்றனர். அருமையான பாடத்திட்டம் !



## 10. உண்மையான பொருள் (REAL OBJECT)

ஒவ்வொரு நாளும் ஏதாவது ஒரு பொருளை குழந்தைகளுக்கு காண்பித்து அந்த பொருளின் தன்மை, அதை எப்படி

பயன்படுத்தவேண்டும். அந்த பொருளின் நன்மை, தீமை ஆகியன பற்றி விளக்கமாக கற்றுக் கொடுக்கின்றனர்.

உதாரணமாக கல்கண்டு, இஞ்சி, பூண்டு, காய்கறிகள், உணவு, பழங்கள், பிளாஸ்டிக் பொருட்கள், பஸ், லாரி போன்ற பொருட்களை காண்பித்து அதை பற்றி விளக்குகின்றனர். பஸ், லாரி போன்றவற்றை உடனே அந்த இடத்தில் காண்பித்து விளக்கமுடியாது எனும் காரணத்தினால் காண்பிக்க முடியாத பொருட்களின் பொம்மைகளை கையில் வைத்து காண்பித்து பாடம் நடத்துகின்றனர். இதன் மூலமாக அக்குழந்தைகளுக்கு பாடம் நன்றாக புரிகிறது.

நான் சென்றிருந்த சமயத்தில் இஞ்சியை வைத்து பாடம் நடத்திக் கொண்டிருந்தார். ஆசிரியர் இஞ்சியை எடுத்து இதுதான் இஞ்சி என்று கூறி அதன் தோல் எப்படி இருக்கிறது. அதன் நிறம் எப்படி இருக்கிறது? அதன் வாசனை எப்படி இருக்கிறது? என்று அந்த ஆசிரியர் கற்றுக் கொடுத்துக் கொண்டிருந்தார். இஞ்சியை கையில் கொடுத்த பொழுது எல்லா குழந்தைகளும் அதை தொட்டுப்பார்த்தனர். முகர்ந்து பார்ந்தனர். ஒவ்வொரு குழந்தையும் இஞ்சியை தொட்டு முகர்ந்து பார்த்து அதைப் பற்றி சொன்ன போது ஒவ்வொரு குழந்தையின் வாயிலிருந்தும் வேறுவேறு வார்த்தைகள் வந்தன.

ஒரு குழந்தை “காரமாக இருக்கிறது” என்றது. மற்றொரு குழந்தை இது இனிப்பாக இருக்கிறது என்றது ஏனென்றால் இனிப்பிற்கும், காரத்திற்கும் அக்குழந்தைக்கு வித்தியாசம் தெரியவில்லை பாவம். இரண்டு வயது அக்குழந்தைக்கு அப்பொழுது அந்த ஆசிரியர், இது இனிப்பில்லை நேற்று நீ ஜிலேபி பார்த்தாய் அல்லவா? அது தான் இனிப்பு, இது காரம் என்று புரியவைக்கிறார்.

இவ்வாறு ஒவ்வொரு குழந்தைகளையும் உணரவைத்து ஒவ்வொரு பொருளைப் பற்றியும் உண்மையான தன்மைகளை அதற்கு விளக்குகின்றனர்.

“இந்த இஞ்சி எங்கிருந்து வந்தது?” என்று குழந்தைகளிடம் கேள்வியை கேட்கின்றனர். குழந்தை சொல்கிறது, “வீட்டில் அடுப்பங்கரையில் இருந்தது”.

“அடுப்பங்கரைக்கு எப்படி வந்தது?” ஆசிரியர்.

“அப்பா எங்கிருந்து வாங்கிவிட்டு வந்தார்?” ஆசிரியர்.

“கடையிலிருந்து வாங்கிவிட்டு வந்தார்”. குழந்தை.

“கடைக்காரர்களுக்கு இஞ்சி எப்படி கிடைத்தது?” ஆசிரியர்.

“விவசாயிகளிடமிருந்து கிடைத்தது” குழந்தை.

“விவசாயிக்கு எப்படி கிடைத்தது?” ஆசிரியர்.

“செடியிலிருந்து, மரத்திலிருந்து கிடைத்தது” குழந்தை.

“அந்த செடியும், மரமும் எங்கிருந்து வந்தது?” ஆசிரியர்.

“ மண்ணிலிருந்து” குழந்தை.

இவ்வாறு ஒவ்வொரு பொருளைச் காண்பிக்கும் பொழுதும் அதன் ஆதி, அந்தம் ஆகியவற்றைக் குழந்தைகளுக்கு புரியவைக்கிறார்கள். மேலும் அதன் பயன்கள் பற்றியும் அதை எங்கெங்கெல்லாம் பயன்படுத்தலாம்? அதன் மருத்துவகுணங்கள் என்ன? அதை எப்படியெல்லாம் பயன்படுத்த கூடாது? அது மனிதனுக்கு நல்லதா? கெட்டதா? விஷமா? என்பதையெல்லாம்



தெளிவாகப் புரியவைக்கிறார்கள். இவ்வாறு தெளிவாக புரியவைக்கும் பொழுது ஒவ்வொரு குழந்தையும் சிறுவயதிலேயே உலகில் உள்ள எல்லா பொருள்களைப் பற்றியும் புரிந்து கொள்வதுடன் சொந்தமாக அவற்றைப் பற்றி ஆராய்ச்சி செய்யும் திறனுடன் வளர்கிறது.

## 11. பொருள் வகுப்பு (MATERIAL CLASS)

இந்த வகுப்பில் ஒரு பொருள் அல்லது கருவி அல்லது உபகரணத்தை உண்மையாகவோ, பொம்மை வடிவிலோ, காண்பித்து ஒவ்வொரு குழந்தைகளின் கையில் கொடுத்து அந்த பொருளைப் பற்றி விளக்குகின்றனர். அந்த பொருளை எப்படி பயன்படுத்தவேண்டும்? அந்த பொருளை உடைக்காமல் எப்படி பாதுகாக்கவேண்டும் அதன் நன்மைகள், பயன்பாடுகள் ஆகியன பற்றி தெளிவாக கற்றுக் கொடுக்கின்றனர். ஆனால் சாதாரண வியாபார கல்விக் கூடங்களில் புத்தகத்தில் உள்ள ஒரு பத்துவரிகளை படித்துவிட்டு அதை அப்படியே எழுதினால் மட்டுமே புத்திசாலி என்று கூறுகிறார்கள். இதை நான் வன்மையாக கண்டிக்கிறேன். உடனடியாக மாற்றம் ஏற்படுத்த வேண்டியது பொதுமக்களாகிய நமது கையில் உள்ளது.

இவ்வாறு கல்வி கற்கும் குழந்தைகள் கண்டிப்பாக புத்திசாலிகளாக இருக்கவே மாட்டார்கள். பத்து வார்த்தைகளை வரிகளை படித்துவிட்டு சொந்தமாக தனது எண்ணத்தில் தோன்றும் கருத்துக்களை எழுதும் குழந்தைதான் உலகத்தில் புத்திசாலி.

நான் ஒரு அக்குபங்சர் வகுப்பில் பல ஆண்டுகளுக்கு முன்பு சேர்ந்தேன். அது ஈரோட்டை மையமாக கொண்டு இயங்கும் ஒரு டூபாக்கூர் கல்வி மையம். நான் தெளிவாகப் படித்து புரிந்துகொண்டு தேர்வு

சமயத்தில் சுயமாக எழுதினேன். ஆனால் அந்த கல்வி நிறுவனம் பரீட்சையில் அனைவரையும் புத்தகத்தைப் பார்த்து எழுதுங்கள் என்று கூறியது. அந்த பரீட்சை எழுதிய ஆயிரம் பேரில் நான் மட்டும் சொந்தமாக புரிந்து கொண்டவற்றை எழுதினேன். எனக்கு மிகவும் குறைந்த மதிப்பெண் மட்டுமே கிடைத்தது. இதுதான் இன்றைய கல்வியின் நிலை.

ஒரு ஆசிரியர் புத்தகத்தில் உள்ளது. உள்ளவாறு கேள்விக்கு பதில் எழுதினால் மட்டும் பத்துக்கு பத்து மதிப்பெண் தருகிறார். சொந்தமாக எழுதும் குழந்தைகளை அவர்களது கருத்துக்களை படித்துவிட்டு பூஜ்ஜியம் அல்லது இரண்டோ, மூன்றோ மதிப்பெண்களைத் தான் அவர்களுக்குப் போடுகிறார்.

ஒரு பொருளை குழந்தைகளுக்கு காண்பித்து அதைப்பற்றிய கருத்துக்களை பற்றி குழந்தைகளிடம் பேச வைக்கும் பொழுது அவர்கள் சுயமாக யோசிக்கும் தன்மை அதிகரிக்கிறது. மேலும் எந்த பொருளை எங்கிருந்து எடுத்தாலும் திரும்ப அதே இடத்தில் வைக்கவேண்டும். என்பதையும் அப்பள்ளியில் கற்றுக் கொடுக்கின்றனர். எந்த ஒரு பொருளை எடுத்தாலும் அதை ஒரு விரிப்பின் மீதுதான் வைக்கவேண்டும் என்ற ஒழுக்க நெறிமுறையினையும் கற்றுக் கொடுக்கின்றனர்.



## 12. பிறந்த நாள் கொண்டாட்டம் (BIRTHDAY CELEBRATION)

அன்றைய தினம், எந்த குழந்தைக்கு பிறந்தநாள் வருகிறதோ. அன்று அக்குழந்தைக்கு பிறந்த தினம் கொண்டாடுகின்றனர். அத்துடன் பிறந்தநாள் கொண்டாடும் வழிமுறைகளையும், அவரவர் தகுதிக்கேற்ற வகையில் பிறந்ததினம் கொண்டாடுவது அமையவேண்டும் என்பதையும் கற்றுக் தருகின்றனர்.

பக்கத்து வீட்டில் ஆடம்பரமாக பிறந்ததினம் கொண்டாடுகின்றனர் என்பதற்காக நமது வீட்டில் அதே போல் கொண்டாடக்கூடாது. நமது தகுதி, பொருளாதார வசதி ஆகியவற்றைக் கருத்தில் கொண்டு அதற்கேற்ப பிறந்த நாள் கொண்டாடவேண்டும் என்பதை புரியவைக்கின்றனர்.

உலகத்தில் வாழும் ஒவ்வொரு வினாடியும் கொண்டாட வேண்டிய தருணங்களே. எனவே கொண்டாட வேண்டியதன் முக்கியத்துவத்தை விரிவாக கற்றுத்தருகின்றனர். உயிர் உள்ளவரை கொண்டாடிக் கொண்டே இருக்கவேண்டும். கொண்டாடுவதற்கு காரணம் தேவையில்லை.

இவ்வாறு ஏதாவது ஒரு காரணத்தை சொல்லி நாம் தினமும் கொண்டாடிக் கொண்டு இருந்தாலே வாழ்க்கையே கொண்டாட்டம் தான். எனவே கொண்டாடுவதற்கு அக்குழந்தைக்கு கற்றுக் தருகிறார்கள்.

## 13. வானிலை பதிவு (WEATHER RECORD)

தினசரி அன்றைய வானிலையைப் பற்றி குழந்தைகள் விவாதம் செய்கின்றனர். அனைத்துக் குழந்தைகளையும் வெளியே



அழைத்துச் சென்று வானத்தைப் பார்த்து இப்பொழுது வானம் எப்படி இருக்கிறது? மேகங்கள் எப்படி இருக்கிறது? என ஒவ்வொரு நாளும் வானிலை சம்பந்தமாக அன்றைய தினம் வானிலை எப்படி இருக்கிறது என்பதை குழந்தைகளுக்கு புரிய வைக்கின்றனர்.

## 14. மூளைப்பயிற்சி (BRAIN YOGA)

வலது கையில் இடது காதின் மடலையும், இடது கையில் வலது காதின் மடலையும் பிடித்துக் கொண்டு சீழே உட்கார்ந்து மேலே எழுந்திருக்கவேண்டும். இதனைத் தொடர்ந்து செய்யவேண்டும். சீழே உட்காரும் பொழுது மூச்சுக்காற்றினை வெளியே விடவேண்டும். எழுந்திருக்கும் பொழுது மூச்சுக்காற்றினை உள்ளிழுக்க வேண்டும். இவ்வாறு பதினொரு முறை செய்கிறார்கள். பிள்ளையார் கோவிலில் தோப்புக்காரணம் போடுவதைப் போல.

இவ்வாறு செய்வதால் குழந்தைகளுக்கு மூளை வளர்ச்சி அதிகரிக்கும். சுறுசுறுப்பு வரும். உடல் ஆரோக்கியமும் இருக்கும்.

அன்பர்களே இந்த இடத்தில் ஒரு விசயத்தினைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். நம்மிடையே உள்ள பாரம்பரிய பழக்கங்களை முட்டாள்தனம் என்று கூறிவிட்டு அதே பழக்கத்தினை புதுமையான ஒரு பெயரை வைத்து வெளிநாட்டில் இருந்து இறக்குமதி செய்வது நகைச்சுவையாக இருக்கிறது.



குழந்தைகளுக்கு முன்பே கற்றுக் கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது.

இப்பொழுது இந்த பயிற்சி வகுப்பானது அரைமணிநேரம் முதல் 45 நிமிடங்கள் அல்லது ஒரு மணிநேரம் வரை தொடர்கிறது. இது மிகவும் முக்கியமானதொரு வகுப்பு.

பிள்ளையார் கோவிலில் காது மடல்களைப் பிடித்து குனிந்து தோப்புக்கரணம் போடும் பொழுது மூடத்தனம் என்று பலரும் கூறினார்கள். இப்பொழுது அதையே சூப்பர் ப்ரெய்ன் யோகா என்ற பெயரில் வெளிநாடுகளில் பிரபலமாகி வருகிறது. ஒரே தமாசு.

இந்த வகுப்பில் ஒவ்வொரு குழந்தையும், அந்த பள்ளியில் உள்ள ஏதாவது ஒரு பொருளை எடுத்து வந்து தரையில் ஒரு விரிப்பினை விரித்து அதன் மீது வைத்து விளையாடும் பொழுதே அது சம்பந்தப்பட்ட கல்வி அக்குழந்தைக்கு கொடுக்கப்படுகிறது.

## 15. உடற்பயிற்சி (EXERCISE)

குழந்தைகளுக்கு தினமும் ஏதாவது ஒரு உடற்பயிற்சி கற்றுக் கொடுக்கப்படுகிறது.

இவ்வாறு ஒரு மணிநேரம் அப்பள்ளியில் எல்லா குழந்தைகளும் விளையாட்டில் ஈடுபடுகின்றனர். அப்பொழுது ஆசிரியர்கள், ஒவ்வொரு குழந்தையின் அருகே சென்று அக்குழந்தை விளையாடும் பொருள் என்ன? அந்த பொருளை எப்படிப் பயன்படுத்த வேண்டும்? என்பதை கற்றுக் கொடுக்கிறார். எந்தக் குழந்தை எந்தப் பொருளை எடுக்கிறதோ அக்குழந்தைக்கு அது தொடர்பான கல்வி வழங்கப்படுகிறது.

## 16. ஓய்வு (INTERVAL)

அனைத்து குழந்தைகளுக்கும் மலம், சிறுநீர் கழிப்பதற்காக சிறிது நேரம் ஓய்வு கொடுக்கிறார்கள்.

இந்த இடத்தில் ஒரு விசயத்தினைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். ஆசிரியர்கள் புகை வண்டியைப் பற்றிக் கற்றுக் கொடுத்துக் கொண்டிருக்கும் பொழுது ஒரு குழந்தைக்கு ஹெலிகாப்டர் பற்றி கற்றுக் கொள்ள வேண்டும் என்று ஆசையாக இருக்கும். ஒரு

## 17. வாழ்க்கைக்கு தேவையான பயிற்சி (EPL - Essential Practice for Life)

வாழ்க்கையில் நாம் அன்றாடம் பயன்படுத்தும், தேவைப்படும் விசயங்களைக் கற்றுக் கொள்வதே இப்பயிற்சி.

இதுவரை குழுவாக இருந்த இக்குழந்தைகள் இனி தனித்தனியாக பாடம் கற்றுக் கொள்ளப்போகிறார்கள்.

அப்பள்ளியில் பல்வேறு அறைகளில் பல்வேறு அடுக்குகளாக செல்லீங்களில் பலவகையான விளையாட்டுப் பொருட்களும், கருவிகளும், இயந்திரங்களும், வாகனங்களும், பொம்மை வடிவிலும், உண்மையான வடிவிலும் வைத்திருக்கின்றனர். அவற்றை எப்படிப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்பதை





குழந்தை எதைக் கற்றுக் கொள்ள நினைக்கிறதோ, அதை விட்டுவிட்டு வேறு ஒரு விசயத்தைக் கற்றுக் கொடுப்பதனால் அக்குழந்தைக்கு பிடிக்காத காரணத்தினால் அதைப்பற்றி அக்குழந்தை நினைவில் வைத்துக்கொள்வதில்லை.

எந்தக் குழந்தைக்கு எந்த நேரத்தில் எது பிடிக்கும் என்று அக்குழந்தைக்கே தெரியாது. எனவே இந்த வகுப்பில் ஒரு குழந்தை எந்த பொருளை கையில் எடுத்து விளையாடுகிறதோ, அந்த பொருள் சம்பந்தப்பட்ட விசயங்களைப் கூறும்பொழுது அக்குழந்தைக்கு புரியும்.

இவ்வாறு அக்குழந்தை விளையாடும் பொழுது அது ஒரு கல்விக் கூடம் போல அல்லாமல் ஒரு விளையாட்டுக் கூடம் போல் இருந்தது. எனவே அக்குழந்தைகளும் ஆர்வமாக கற்றுக் கொண்டனர். எப்பொழுதும் ஒரு பொருளை அதை எடுத்த இடத்தில் கொண்டு போய் வைத்துவிட்டு தனக்கு பிடித்த வேறு ஒரு பொருளைத் தேடி எடுத்து அது விளையாடுகிறது. அப்பொழுது ஆசிரியர்கள் அதைப்பற்றி விளக்கமாக கூறுகின்றனர்.

## 18. தொலைக்காட்சி (TV PRACTICE)

இந்த வகுப்பில் தொலைக்காட்சியில் வாயிலாக ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு விசயத்தினைக் கற்றுக் கொடுக்கிறார்கள்.

பரதநாட்டியம், குச்சுப்புடி, கதகளி, மயிலாட்டம், ஒயிலாட்டம் என நமது பாரம்பரிய கலைகளை, நம் நாட்டை பிறநாட்டைச் சேர்ந்த கலைகளை டிவிடியின் மூலமாக காண்பிக்கிறார்கள். ஏனென்றால் சில விசயங்களை விளையாட்டின் மூலம் கற்றுக் கொடுக்க முடியும். சில விசயங்களை படங்கள் மூலமாக கற்றுக் கொடுக்க முடியும். சில விசயங்களை வீடியோ மூலமாக கற்றுக் கொடுக்க முடியும். சில விசயங்களை

மட்டுமே பேசிப் புரிய வைக்க என்பதை இப்பள்ளியினர் மிகவும் தெளிவாகப் புரிந்து வைத்திருக்கின்றனர்.

நான் சென்றிருந்த சமயத்தில் பரதநாட்டிய வகுப்பு நடந்து கொண்டிருந்தது. அதாவது தொலைக்காட்சியில் பரதநாட்டிய வகுப்பு ஒளிபரப்பாகிக் கொண்டு இருந்தது. சில குழந்தைகள் அதைப்பார்த்து நாட்டியம் ஆட முயற்சி செய்தார்கள். சில குழந்தைகள் அதை அமைதியாக நின்று வேடிக்கை பார்த்து கொண்டிருந்தனர். அப்பொழுது நான் அங்கிருந்து ஆசிரியர்களிடம் சில குழந்தைகள் நாட்டியம் ஆடாமல் இருக்கிறார்களே அவர்களையும் ஆட சொல்லுங்கள் என்று கேட்டேன். அதற்கு அந்த ஆசிரியர்கள் நாங்கள் எதுவும் கூறமாட்டோம். ஏனென்றால் அக்குழந்தைக்கு எப்பொழுது ஆடலாம் என்று தோன்றுகிறதோ அப்பொழுது அக்குழந்தை ஆடும். தொலைக்காட்சியில் நிகழ்ச்சியை காண்பிப்பது மட்டுமே எங்களது வேலை சென்று கூறினார்கள்.

மற்ற குழந்தைகளைப் பார்த்து தானும் ஆடவேண்டும் என்று இந்த குழந்தையும் ஒவ்வொரு நாளும் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக பார்த்து முயற்சி செய்து கூடிய விரைவில் சரியாக நடனம் ஆட கற்றுக்கொள்ளும் என்று அவர்கள் கூறினார்கள்.

சிறந்த முறை இது, இதுதான் சரியான பாடத்திட்டம்.

## 19. அமைதி (SILENT)

அனைத்து குழந்தைகளும் ஐந்து முதல் பத்துநிமிடங்களுக்கு எதுவும் பேசாமல் அமைதியாக அமர்ந்திருக்க வேண்டும் என்பதே இந்த வகுப்பின் நோக்கம்.

பத்து நிமிடங்கள் பேசாமல் இருந்தாலே அமைதியாக அமர்ந்துவிட்டாலே நாம் ஞானி

தான் இதை குழந்தைகள் மட்டுமல்ல வளர்ந்த பெரியவர்கள் கூட செய்வதற்கு முடியாத ஒரு காரியமாக இருக்கிறது. இந்த சிறுவயதிலேயே அமைதியாக, சுமமா இருக்க கற்றுக் கொடுத்துவிட்டால் அந்த குழந்தைகள் வாழ்நாள் முழுவதும் ஞானியாக மட்டுமே இருக்கும். அமைதி வகுப்பு, அருமையான வகுப்பு .

## 20. பாடல் வகுப்பு (SONG EDUCATION)

ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு விசயத்தை குழந்தைகளுக்கு கற்றுக் கொடுப்பதற்காக ஆசிரியர்கள் பாடல்கள் வழியாக அதை புரிந்து கொள்ளவைக்க முயற்சி செய்கிறார்கள். அந்த பாடல்களை அவர்கள் பாடும் பொழுது குழந்தைகளையும் சேர்ந்து பாடச் சொல்கிறார்கள். அதற்கு தகுந்தாற் போல உடலை, கை, கால்களை அசைத்து வாயால் பாடிக் கொண்டிருக்கும் பொழுது விசயங்கள் நடைபெறுகிறது.

அதாவது உடல் ஆடிக் கொண்டிருக்கும் பொழுது வாய் பாடிக் கொண்டிருக்கிறது. மூளை புரிந்து கொண்டிருக்கிறது. அருமையான திட்டம்

## 21. கருத்து படிமம் வகுப்பு (CONCEPT CLASS)

ஒவ்வொரு நாளும் ஏதோ ஒரு விசயத்தினைப் புரியவைப்பதற்காக வெறும் வாயில் மட்டும் பேசாமல் சில பொருட்களை குழந்தைகளின் கண்களுக்கு வேலை கொடுத்து அதை புரிய வைக்கிறார்கள்.



நான் சென்றிருந்த சமயத்தில் காற்றைப் புரிய வைத்து வகுப்பு நடந்து கொண்டு இருந்தது.

இதற்கென ஒரு தட்டில் பொரி வைக்கப்பட்டு இருந்தது. அதன் பக்கத்தில்  $N_2$  என்று எழுதப்பட்டிருந்த ஒரு காகிதம் இருந்தது. மற்றொரு தட்டில் மிக்சர் இருந்தது. அதன் அருகே  $O_2$  என்று எழுதப்பட்ட காகிதம் இருந்தது. மற்றொரு தட்டில் அவலும் அதன் அருகே ஏ. ஆர். (AR) என்ற எழுதப்பட்ட காகிதமும் இருந்தது. அடுத்த தட்டில் பொட்டுக்கடலையும் என்று எழுதப்பட்ட காகிதமும் இருந்தது.

இவ்வாறு உணவுப் பொருட்களை தட்டில் வைத்து குழந்தைகளை அதைச் சுற்றி வட்டமாக அமரச் செய்து இருந்தனர்.

பொரி நிறைய இருக்கிறது. மிக்சர் அதைவிட குறைவாக இருக்கிறது. அவல் அதைவிட குறைவாக இருக்கிறது. பொட்டுக்கடலை அதை விடக் குறைவாக இருக்கிறது. பாருங்கள் என்று கூறிவிட்டு இதில் பொரிதான் நைட்ரஜன்  $N_2$ , மிக்சர் தான் ஆக்ஸிஜன்  $O_2$ , அவல் தான் ஆர்கன் (Ar) பொட்டுக்கடலை தான் கார்பன் டை ஆக்ஸைடு ( $CO_2$ ) என்று இது தொடர்பான பல விசயங்களை கற்றுக் கொடுத்து விட்டு இது அனைத்தையும் ஒன்றாக கலந்தது தான் காற்று என்று விளக்கமளித்தனர். காற்றில் ஹைட்ரஜன், நைட்ரஜன், ஆக்ஸிஜன், ஆர்கன், கார்பன் டை ஆக்ஸைடு என்று பல்வேறு பொருட்கள் இருக்கிறது என்பதை புரிய வைத்துவிட்டு இந்த பொரிகடலை மிக்சரை பின்னர் உங்களுக்கு கொடுக்கிறேன் என்று ஓரமாக எடுத்து வைத்தனர்.

இன்றைக்கு காற்று வகுப்பு நிறைவடைந்து.

## 22. சக்தி கருத்துப்படிமம் (ENERGY CONCEPT CLASS)

ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு பொருளிலும் சக்தி எவ்வாறு மாற்றமடைகிறது என்பதை கற்றுக் கொடுக்கின்றனர்.

நான் சென்றிருந்த சமயத்தில் ஒரு சாதரண துணியை உதாரணத்திற்கு எடுத்துக் கொண்டிருந்தனர்.

இந்த துணி எனும் சக்தி இதற்கு முன்னர் வெள்ளை நிற காடா துணியாக இருந்தது. என்று அதை காண்பித்தனர். அனைத்துக் குழந்தைகளும் அதை தொட்டுப் பார்த்தனர். அந்த துணி நெய்யப்படுவதற்கு முன்னர் அந்த சக்தி மெல்லிய நூலிழையாக இருந்தது. அதற்கு முன்னர் சக்தி கெட்டியான நூலாக இருந்தது. அதற்கு முன்னர் பஞ்சாக இருந்தது. அதற்கு முன்னர் இது பருத்திச் செடியில் இருந்து வந்தது. அந்த பருத்திச் செடி மண்ணிலிருந்து விளைந்தது என்று கூறி புரிய வைத்தார்கள்.

இவ்வாறு புரிய வைக்கும் பொழுது அவர்கள் எடுத்துக் காட்டும் அனைத்து உதாரணப் பொருட்களும் பொம்மையாகவோ, உண்மையாகவோ காண்பித்தார்கள். அனைத்துக் குழந்தைகளும் அதை தொட்டுப் பார்த்தனர். அதைப்பற்றி தங்களது கருத்துக்களைப் பேசினார்கள். இவ்வாறு ஒவ்வொரு நாளும் சக்தி எவ்வாறு மாறிக்கொண்டு இருக்கிறது என்பதை புரிய வைக்கிறார்கள்.

### உதாரணம் 2

பழங்கள் ..... வீடு  
அம்மா ..... அப்பா  
விவசாயி ..... கடை  
தோட்டம் ..... மண்

### உதாரணம் 3

மிட்டாய் .....காசு .....கடை

### உதாரணம் 4

கருவாடு ..... மீன்..... கடல் .....  
மீனவர்கள்

### உதாரணம் 5

கார் ..... பெட்ரோல் .....  
சுத்தகரிக்கப்படாத எண்ணெய்.....  
பூமிக்கு அடியில்

### உதாரணம் 6

எண்ணெய்..... ஆலை (மில்) .....  
கொப்பரை தேங்காய் .....தென்னைமரம்  
.....மண்

இவ்வாறு ஒவ்வொரு நாளும் சக்திகள் எப்படி மாறிக்கொண்டே இருக்கிறது என்பதைப் புரிய வைக்கிறார்கள்.

## 23. சைனா பாப்பா கதை

பள்ளியில் ஒரு ஆசிரியர் சைனா பாப்பா என ஒரு பொம்மையைக் கையில் வைத்துக் கொண்டு சைனா பாப்பா வர்றாங்க. கதை சொல்லப் போறாங்க. சைனா பாப்பா வர்றாங்க. கதை சொல்லப் போறாங்க எல்லாரும் கேளுங்கள என்று ஒரு பாடலை பாடி அந்த பொம்மையை ஆட்டுகிறார்.

சாதரணமாக வாயில் சொல்லும் பொழுது கேட்காத குழந்தை அந்த சைனா பொம்மையை ஆட்டிக் கொண்டே பேசும் பொழுது அந்த பொம்மையை பார்த்து புரிந்து கொள்கிறது.

தினமும் ஏதாவது ஒரு கதையின் மூலமாக குழந்தைகளுக்கு பல விசயங்கள் புரிய வைக்கப்படுகிறது.



நான் சென்றிருந்த அன்று தரையில் ஒரு விரிப்பு விரிக்கப்பட்டு ஒரு மரப் பொம்மை நான்கு மாடுகளின் பொம்மை ஒரு சிங்க பொம்மை ஆகியன வைத்திருந்தார்கள்.

நான்கு மாடுகள் ஒன்றாக இருந்திச்சா, அப்போ சிங்கம் வந்திச்சா, அப்போ நாலு, மாடும் ஒன்று சேர்ந்து சிங்கத்தை துரத்திச்சா, சிங்கம் பயந்து ஓடிருச்சு...

நாலு மாடும் தனியா இருந்திச்சா சிங்கம் ஒரு மாட்டைக் கடிக்க வந்திச்சா. இதிலிருந்து என்ன புரிகிறது? ஒற்றுமையாக இருந்தால் நமது எதிரிகளிடம் இருந்து நம்மைக் காப்பாற்றிக் கொள்ளலாம் என்று புரிய வைத்தார்கள்.

## 24. மதிய உணவு

பகல் 12.30 முதல் 1 மணிவரை அனைத்து குழந்தைகளும் அவரவர் கொண்டு வந்திருந்த மதிய உணவினை அமைதியாக உட்கார்ந்து ஒழுங்கான முறையில் சாப்பிட்டார்கள்.

## 25. தூக்கம்

மதியம் ஒரு மணி முதல் 3.30 மணிவரை அனைத்து குழந்தைகளும் படுத்து நிம்மதியாக தூங்கினார்கள்.

## 26. டாட்டா

மாலை 3.30 மணிக்கு அனைத்துக் குழந்தைகளும் “வணக்கமும்” “டாட்டாவும்” கூறி விடை பெற்றார்கள்.

இவையெல்லாம் தான் நான் அப்பள்ளியில் பார்த்த நிகழ்ச்சி.

இனிமேல் இதைப்பற்றி விரிவாக சில விசயங்களையும் பள்ளியின் நிலைமையும் பற்றிப் பார்க்கலாம்.

இந்த பள்ளியைப்பற்றி இதுவரை நான் கூறியவற்றில் இருந்து இன்றைக்கு சாதாரணமாக தெருவுக்கு தெரு உள்ள பள்ளிகளான குழந்தைகள் “விளையாடும் மற்றும் பாதுகாக்கும் டேகேர்” பள்ளிகளைப் போன்றே உள்ளன?

இதில் என்ன சிறப்பு என்று சிலர் நினைக்கலாம்.

நீங்கள் பார்க்கும் அனைத்து இடங்களும் பணம் வாங்கிக் கொண்டு பிழைப்பு நடத்துவதற்காக செயல்படும் குழந்தைகள் டேகேர் பள்ளிகளாக உள்ளவை. அந்த இடங்களில் பெற்றோர்கள் பணம் கொடுக்கிறார்கள் என்பதற்காக குழந்தைகளை பார்த்துக் கொள்வதை ஒரு வேலையாக செய்கிறார்கள். ஆனால் இந்த பள்ளி மற்ற டேகேர் பள்ளி போன்றது அல்ல.

பல வருடங்களாக குழந்தைகளின் மனநிலையை ஆராய்ச்சி செய்து எப்படி எல்லாம் கல்வியை கற்றுக் கொடுத்தால் முடியும் என்று யோசித்து உருவாக்கப்பட்ட திட்டம், இதில் குழந்தைகளின் மீது அன்பு உள்ளது. பாசம் உள்ளது. பொறுப்பு உள்ளது. மேலும் இப்பள்ளியில் நான் பார்த்து வியந்த மற்றொரு விசயம் பாடத்திட்டம்.

யாரோ வடிவமைத்த பாடத்திட்டத்தினை அப்படியே காப்பி அடிக்காமல் பல இடங்களில் கற்றுக் கொண்ட விசயங்களைக் கலந்து ஆராய்ச்சி செய்து பாடத்திட்டத்தினை உருவாக்கி இருக்கிறார்கள். அடுத்தவர் உருவாக்கிய பாடத்திட்டத்தினை காப்பிடியப்பது சலபம். ஆனால் அவற்றில் நாம் பல மாற்றங்களை செய்து நாமே சொந்தமாக உருவாக்கி அதற்கான விளக்கங்களுடன் பாடத்தினை வடிவமைக்கும் பொழுதுதான் அது சிறப்படைக்கிறது.

ஆசிரியர்கள் குழந்தைகளாக மாறினால் குழந்தைகள் எளிதில் கற்றுக் கொள்ளும்.

இந்த பள்ளியில் எந்த குழந்தைகளும் ஆசிரியர்களை டீச்சர் என்றோ, வாத்தியார் என்றோ அழைப்பதில்லை. அத்தை, மாமா, அண்ணா, அப்பா என்று தான் அழைக்கிறார்கள். அருமை ! அருமை !

இங்கு கற்கும் குழந்தைகளுக்கு சுதந்திரம் யோசிக்கும் திறன், கற்பனை செய்யும் திறன், எதையும் கூர்ந்து கவனிக்கும் திறன் ஆகியன கற்றுக் கொடுக்கிறார்கள்.

இந்த பள்ளியில் விளையாட்டு பொருட்கள் நிறைய இருப்பதனால் குழந்தைகள் இங்கு வருவதற்கு மிகவும் விரும்புகிறார்கள்.

இங்கு தாய்மொழி வழியாகவே கல்வி கற்றுத் தருகிறார்கள். ஆங்கிலமும் பயன்படுத்துகிறார்கள். எனினும் ஒரு விசயத்தை முதலில் தாய்மொழியில் கற்றுக் கொடுத்துவிட்டு பின்னர் அதே விசயத்தை ஆங்கிலத்தில் கற்றுக் கொடுக்கின்றனர். எனவே இங்குள்ள குழந்தைகள் தமிழை தமிழாகவும், ஆங்கிலத்தை ஆங்கிலமாகவும் இந்தியை இந்தியாகவும் பேசுவதற்கு தயார் செய்யப்படுகின்றனர்.

இந்த பள்ளிக்கு யுனி-5 திட்டம் என்று பெயர் இதை உருவாக்கியவர்களைப் பற்றி பின்னர் பார்க்காமல் .

யுனி - 5 என்றால் யூனியன் ஆஃப் ஃபைவ் (Union of Five) ஐந்து விசயங்களை ஒன்று சேர்ப்பது அதாவது பஞ்ச பூதங்களை ஒன்று சேர்ப்பது இந்த யுனி -5 பள்ளியினைப் போன்று பல நாடுகளில் பல இடங்களில் பல பள்ளிகள் செயல்படுவதை நெடுநாட்களாக நான் அறிவேன்.

ஆனால் இந்த பள்ளிகளில் கல்வி கற்பது அதிகம் செலவழிக்க வேண்டிய காஸ்ட்லியான கல்வியாக இருக்கிறது. அதிலும் பல பள்ளிகள் சரியாக இல்லை. இவ்வாறு பல பள்ளிகளை நான் கவனித்த பொழுது நான் பார்த்த பள்ளிகளிலேயே அவற்றில் சுலபமாக அணுகும் வகையில் அதிக அன்புடன் அதிக அக்கரையுடன் குறைந்த கட்டணத்தில் இயங்கும் இப்பள்ளிதான் என்னைக் கவர்ந்தது. எனவே இந்த பள்ளி சம்பந்தப்பட்ட அனைவருக்கும் இந்த இடத்தில் பாராட்டவும் நன்றி கூறவும் கடமைப்பட்டு உள்ளேன்.

இந்த பள்ளியில் படிக்கும் கிருபா எனும் குழந்தை பள்ளி ஆரம்பித்த நாளிலிருந்து இன்று வரை அங்கு உதவியாளராக பணிபுரிபவரின் குழந்தை. மற்றவர்களுக்கெல்லாம் அதன் பின்னர் வேறுவேறு சமயங்களில் இப்பள்ளியில் சேர்ந்தவர்கள்.

கிருபா எனும் அக்குழந்தை முழுவதும் யுனி 5 எனும் திட்டத்தின் வழியே கல்வி கற்ற குழந்தை என்பதனால் நாம் அக்குழந்தையிடம் பழகும் பொழுது மற்ற குழந்தைகளிடமிருந்து மிகப்பெரிய வித்தியாசத்தை பார்க்க முடிகிறது.

இங்கு 1 வயது முதல் 4 வயதிற்கு உட்பட்ட குழந்தைகள் 35 பேர் படிக்கின்றனர்.



திரு. சக்திவேல் ஐயா என்பவர் இப்பள்ளியை நடத்திவருகிறார். சாந்தி அத்தை, ஹேமாஅத்தை, சசிகலா அத்தை ஆகிய மூன்று அத்தைகள் இங்கு ஆசிரியைகளாக பணிபுரிந்து வருகின்றனர். மகேஸ்வரி அத்தை, கண்ணீஸ்வரி அத்தை, ஜோதி அத்தை, அமுதா அத்தை ஆகிய நான்கு அத்தைகள் இந்த ஆசிரிய அத்தைகளுக்கு உதவி செய்கின்றனர். இங்குள்ள அத்தைகள் குழந்தைகளுக்கு பாடம் நடத்தும் பொழுது அவர்களும் குழந்தைகளாக மாறிவிடுகின்றனர். அதைப் பார்த்த எனக்கு கண் கலங்கியது. நான் குழந்தையாக இல்லையே என்றும் இவர்களிடம் கல்வி கற்க வாய்ப்பு கிடைக்கவில்லையே என்றும் ஏக்கமாக இருந்தது. அவ்வளவு அன்பு அவ்வளவு தெளிவு. அவ்வளவு அறிவு.

இவர்கள் அனைவரும் வாழ்க பல்லாண்டு இந்த பள்ளியில் ஒரு மாதத்திற்கு ரூ. 350 மட்டும் தான் குழந்தைக்கு கல்வி கட்டணமாக வசூலிக்கப்படுகிறது. ஒவ்வொரு குழந்தையும் தனது வீட்டிலிருந்தே தான் மதிய உணவு கொண்டு வந்து சாப்பிட வேண்டும்.

இந்த பள்ளியின் ஆலோசராக செயல்படும் சென்னையைச் சேர்ந்த டாக்டர் மாதேஸ்வரன் எனும் ஆசிரியரை நான் சந்தித்துப் பேசியதில் பல விசயங்களை அவர் சுற்றுக் கொடுத்தார்.

அதை இங்கு உங்களிடம் பகிர்கிறேன். மொழி தான் ஒரு மனிதனுக்கு ஆணியேர் அந்த மொழியை அழித்துவிட்டால் மனிதன் அழிந்து விடுவான். எனவே தாய்மொழி கல்வியே சிறந்தது என்பதை இவர் ஆணித்தரமாக கூறுகிறார்.

அரசர்கள் காலத்தில் போர் எற்படும் சமயங்களில் நூலகங்களைத்தான் முதன் முதலில் எரித்து விடுவார்களாம். நூலகங்களை எரித்து விட்டால் ஒரு இனத்தை அழித்ததற்கு சமம் என்று அந்தக் காலத்திலேயே இதை வந்திருக்கிறார்கள். எனவே தாய்மொழியை அனைவரும் கற்றுக் கொண்டு அதன் மூலமாக படிப்பதே சிறந்தது.

கபிலமுனி எனும் முனிவரின் சித்தாந்தத்தின் படி இவர் கல்வியை ஒழுங்குபடுத்திக் கொண்டிருக்கிறார்.

சுருவிலிருந்து மூன்றரை வயது வரை ஒரு குழந்தைக்கு மனம் உருவாகிறது. இந்த வயதிற்குள் மனதை ஒழுங்கு செய்துவிட்டால் அதன் பிறகு அந்த குழந்தையை யாராலும் கெடுக்க முடியாது. அந்தக் குழந்தை நிம்மதியாக மட்டுமே வாழும் என்பதை இவர் நம்புகிறார். எனவே தான் நமது முன்னோர்கள் ஐந்தில் வளையாதது ஐம்பதில் வளையுமா? என்று பழமொழி மூலம் இக்கருத்தை நமக்கு உணர்த்தினார்கள். அதனால் ஒரு குழந்தையை ஐந்து வயதிற்குள் தயார் செய்து விட்டால் போதும். அக்குழந்தை இந்த உலகத்தில் நிம்மதியாக வாழும்.

குழந்தைகள் மூலமாக பெற்றோர்களைத் திருத்த முடியும் என்று இவர் நம்புகிறார். இந்த படிக்கும் குழந்தை தங்கள்





பெற்றோர்களுக்கும் நல்ல விசயங்களை புரிய வைக்கிறார்கள். திருத்துகிறார்கள். உதாரணமாக ஒரு வீட்டில் அம்மா கோபப்படும் பொழுது குழந்தை அந்த அம்மாவிடம் “கோபப்படாதே? கோபப்பட்டால் உடம்பிற்கு நல்லதல்ல” என்று தனக்கு வகுப்பில் சொல்லிக் கொடுத்த விசயங்களை அம்மாவிற்கு கற்றுக் தருகிறது. அப்பா மது அருத்துபவராக இருந்தால் “சாராயம் குடிப்பது உடலுக்கு கெடுதல்” என்று கற்றுத் தருகிறார்கள். அதை கற்றுக் கொண்டு வரும் குழந்தை வீட்டில் உள்ள பெற்றோர்களைத் திருத்துகிறது.

தாத்தா பீடி, சிகரெட் குடிப்பவர்கள் ஆக இருந்தால் இப்பள்ளி குழந்தைகளில் பலர் அப்பழக்கத்திலிருந்து தாத்தாக்களை விடுவித்திருக்கின்றனர்.

விதைத்தால் மட்டும் போதும், எடுத்துப் பார்க்க வேண்டாம் என்கிறார் இந்த ஆலோசகர்.

குழந்தைகளுக்கு ஒரே ஒருமுறை சொல்லிவிட்டு சென்று விடுங்கள். சோதனை செய்யவேண்டாம். திரும்ப திரும்ப சொல்லிக் கொடுக்கவேண்டாம். பரீட்சை வேண்டாம், மார்க் வேண்டாம். ஒரு குழந்தைக்கு ஒருமுறை சொன்னால் போதும். புரிய வைப்பது எப்படி என்று ஆசிரியர் மட்டும் யோசித்தால் போதும் என்கிறார். அதாவது கை ஆட்டிக் கொண்டு கைகளுக்கு வேலை கொடுக்கும் முறையில் ஞாபகசக்தி அதிகமாகிறது என்று கூறுகிறார். எனவே கற்றுத்தரும் பொழுது குழந்தைகளுக்கு வாயால் சொல்லிக் கொடுப்பதை விட குழந்தைகளின் கைகளை ஆட்டிடச் செய்து கற்றுக் கொடுக்கும் பொழுது ஒருமுறை கூறினாலே பதிவாகிவிடும் என்று கூறுகிறார்

ஐந்து வயது வரை குழந்தைகள் கற்பனை செய்தலும், யோசித்தலும் தான் அவர்களது

வேலை என்று கூறுகிறார் அதை மட்டுமே ஒழுங்குபடுத்தினால் போதும் என்று கூறுகிறார்.

உதாரணமாக யானைக்கு மட்டும் ஏன் தந்தம் இருக்கிறது? முயலுக்கு ஏன் இல்லை?

வானம் ஏன் நீலமாக இருக்கிறது? நமக்கு ஏன் சிறகுகள் இல்லை? பறவைகளுக்கு மட்டும் சிறகுகள் இருக்கின்றன ஏன்? இவ்வாறு பல கேள்விகளை இக்குழந்தைகள் கேட்கிறார்கள்.

இந்த வயதில் ஒரு குழந்தைக்கு கற்பனை சக்தியும், யோசிக்கும் சக்தியும் அதிகமாக இருக்கும் அதை பயன்படுத்தித் தான் புரிய வைக்க வேண்டும். அதாவது விசயத்தை புரிய வைக்க உதாரணத்துடன் கற்பனை வளம் சேர்த்து கற்பிக்கவேண்டும்.

உதாரணமாக “ஒரு ஆமை இருந்ததாம், அதற்கு இறக்கை இருந்ததாம் அது பறந்து சென்றதாம்” என ஒரு விசயத்தை ஆரம்பித்து சொன்னால் அக்குழந்தை கேட்கும்.

இவ்வாறு மிருகங்களையும், காய்கறிகளையும் கற்பனை சக்தியையும் பயன்படுத்தித்தான் குழந்தைகளுக்கு கற்றுக் கொடுக்கவேண்டும்.

நண்பர்களே ! ஒரு விசயத்தை நன்கு புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

குழந்தைகள் ஏன் கார்ட்டீன் சேனலை மட்டுமே விரும்பிப் பார்க்கிறது என்றால் குழந்தைகளுக்கு கதைகளும், பாடலும், கற்பனை செய்வதும், கை, கால்களை ஆட்டி விளையாடுவதும், இல்லாத ஒன்றை புதுமையாக உருவாக்குவதும் தான் மிகவும் பிடித்தமான ஒன்று. நமது கல்வியும் இந்த முறையில் தான் அமைந்திருக்க வேண்டும்.

ஆனால் இந்த விசயத்தை நன்கு புரிந்து கொண்ட கார்ட்டீன் சேனல் முதலாளிகள் தங்களது வியாபாரத்தைப் பெருக்குவதற்கும், பல்வேறு பொருட்களை நமது குழந்தைகளின் ஆர்வத்தைத் தூண்டி அவர்கள் தலையில் கட்டி வருவதை சிறப்பாக செய்து வருகின்றனர். இந்த முறையைப் பயன்படுத்தி மேன்மையான கல்வியை குழந்தைகளுக்கு நாம் ஏன் தரக்கூடாது என்று ஆசிரியர்களும், பெற்றோர்களும், கல்வித்துறையினரும் யோசித்து செயல்பட்டால் கண்டிப்பாக கார்ட்டீன்களை விட குழந்தைகள் பள்ளிக்கூடங்களுக்குச் செல்லவே விரும்புவார்கள்.

இந்த பள்ளியின் இலட்சியம் என்ன தெரியுமா?

பாரத மண்ணில் உள்ள அனைத்துக் கலைகளையும் ஒருங்கிணைந்து மதச்சார்பில்லாமல் வாழ்வதே இலட்சியம் என்று இவர்கள் கூறும்பொழுது மிகவும் மகிழ்ச்சியாக இருந்தது.

இந்த யுனி 5 பள்ளியில் பஞ்சபூதங்களில் மண்ணிற்கே அதிக முக்கியத்துவம் தரப்படுகிறது. மண்ணைப் பற்றிப் புரிந்து கொண்டால் மற்ற எல்லாவற்றையும் புரிந்து கொள்ள முடியும் என்று இவர்கள் கூறுகின்றனர். எனவே இந்த பள்ளிக்கு பலபெயர்கள் உள்ளன. சாகம்பரி கல்விமுறை, மண்ணிற்கு சக்தி அளிக்கும் அந்த சக்திக்குப் பெயர் சாகம்பரி.

எனவே இந்த பள்ளியை சாகம்பரி கல்விமுறை என்று அழைக்கலாம். நம்ம வீட்டு மழலையர் பள்ளி என்று அழைக்கலாம். யுனி 5 பள்ளி என்று அழைக்கலாம்.

நாட்டில் உள்ள பல்வேறு தலைவர்களைப் பற்றியும் அவர்கள் ஆற்றிய

நன்மைகள், அவர்களது கொள்கைகள், பற்றியும் குழந்தைகளுக்கு கற்றுக் கொடுக்கவேண்டும் என்று இவர்கள் கூறுகின்றனர். எனவே இந்த பள்ளியை பெரியார், காமராஜர், இயேசு, வள்ளலார், ஓளவையார் முகமது நபி போன்றோரை பற்றி மேலோட்டமாக மட்டும் கூறாமல் விரிவாக அவர்கள் சொன்ன தத்துவத்தையும் புரிய வைக்கிறார்கள்.

குழந்தைகள் குழந்தைகளாகவே வாழ்வதற்கான ஒரு இடமே கல்விக்கூடம் என இந்த ஆலோசகர் கூறுகிறார். இந்த இரண்டு வரிகளையும், மீண்டும், மீண்டும் படியுங்கள்,. மிகப்பெரிய தத்துவம் இதில் அடங்கியுள்ளது. குழந்தைகளுக்கு சரி எது? தவறு எது? என்பதை தெளிவாகக் கற்றுக் கொடுக்கவேண்டும் என்கிறார் உதாரணமாக ஒரு குழந்தை மற்றொரு குழந்தையை கடித்துவிட்டது என்றால் நீ அந்த குழந்தையை கடித்தது தவறு, என்று கூறி புரியவைக்க வேண்டும் என்கிறார்.

ஒரு சிறு குழந்தைஅதிக வயதுடைய மற்றொரு குழந்தையை வாடா, போடா என்று அழைக்கும் பொழுது அச்சிறு வயது குழந்தையிடம் நீ வயதில் உன்னைவிட பெரிய குழந்தையான அவரை வாடா, போடா என்று அழைப்பது தவறு என்பதை சுட்டிக் காட்டவேண்டும் என்கிறார். இவ்வாறு குழந்தைகளுக்கு சரி, தவறு எது என்பதை தெளிவாகக் கூறி புரியவைக்கவேண்டும் என்பதை வலியுறுத்திக் கூறுகிறார்.

ஒருமுறை ஒரு குழந்தை செய்த தவறுக்காக அக்குழந்தையை மன்னிப்பு கேட்கக் கூறியிருக்கிறார்கள். ஆனால் அக்குழந்தையோ மூன்று நாட்கள் மன்னிப்பு கேட்காமலேயே இருந்துவிட்டு பின்னர் நான்காவது நாள் புரிந்து கொண்டு தானே வந்து மன்னிப்பு கேட்டதாம்.

அக்குழந்தைக்கு வயது மூன்று இவ்வாறு மன்னிப்பு கேட்பதற்கு பழக்கப் படுத்துகிறார்கள்.

மேலும் சுதந்திரம் என்றால் என்ன என்பதை கற்றுக் கொடுக்கிறார்கள் சுதந்திரம் என்பது நமது மூக்கின் நுனி வரை மட்டுமே உள்ளது. நமது வார்த்தைகள் , நமது செயல்கள் பிறரை துன்புறுத்தாமல் இருப்பதே சுதந்திரம் . எனவே நாம் செய்யும் ஒவ்வொரு செயலும், பேச்சும், நமது குடும்பத்தில் உள்ளவர்களையும் பிறரையும் காயப்படுத்தாமல், துன்புறுத்தாமல் எப்படி வாழ்வது என்பதை ஒவ்வொருவரும் அறிந்து கொண்டு கடைப்பிடிப்பதே தனி மனித சுதந்திரம் என்று தெளிவாக கற்றுக் கொடுக்கவேண்டும் என்கிறார்.

ஒவ்வொரு குழந்தையையும், சொந்தமாக பாட்டெழுதி வரச்சொன்னால் நிச்சயமாக நாம் எதிர்பார்க்காத அளவிற்கு கோமாளித்தனமாக, வேடிக்கையாக, வினோதமாக, அற்புதமாக, அறிவுப்பூர்வமாக பாட்டுகளை எழுதி வருவார்கள் என்கிறார் இவர்.

ஒரு ஆசிரியரின் தகுதியே, குழந்தையின் தகுதி என்பதை ஆணித்தரமாக கூறுகிறார். ஆசிரியர்கள் தெளிவாக இருந்தால் மட்டுமே குழந்தைகள் தெளிவாக இருப்பார்கள் என்பதை இவர் நம்புகிறார். இந்த பள்ளியிலும் தேர்வுகள் உண்டு. ஆனால் இந்த தேர்வு எப்படி நடக்கிறது தெரியுமா?

## பெற்றோர்களுக்கான பரிட்சை

ஒவ்வொரு குழந்தையின் பெற்றோர்களையும் வரச் செய்து அமர வைக்கிறார்கள். அவர்களிடம் ஆசிரியர்கள் கேள்வி கேட்கிறார்கள். உங்கள் குழந்தை எடுத்த பொருளை எடுத்த இடத்தில் வைக்கிறதா?

ஆமாம் அல்லது இல்லை என்ற இரண்டே பதில்கள் தான். ஆமாம் என்று சொன்னால் சரி. இல்லையென்று அவர்கள் பதில் கூறினால் ஆசிரியர்கள் தாங்கள் கற்றுக் கொடுத்தது சரியில்லை என்று தன்னை தன் கற்பிக்கும் ஆற்றலை மேம்படுத்திக் கொள்கிறார்கள். குழந்தைகள் மேல் கோபம் கொள்வதில்லை. அந்த குழந்தைக்கு புரியும்படி சொல்லித்தர முடியவில்லை என்று இவர்கள் தாம் அதை கூறி செய்ய கற்றுக் கொள்கிறார்களே தவிர குழந்தைகள் மீது கோபம் கொள்வதில்லை.

இந்தக் குழந்தை பக்கத்தில் உள்ள குழந்தையை கடிக்கிறதா? என்று ஆசிரியர்கள் கேள்வி கேட்கிறார்கள். ஆமாம் என்று பதில் வருமானால் தாங்கள் கற்றுக் கொடுத்தது சரியில்லை என்று மீண்டும் அக்குழந்தைக்கு வேறு விதமாக புரியும்படி சொல்லிக் கொடுக்கின்றனர்.

ஒவ்வொரு பள்ளியிலும் பணியாற்றும் ஆசிரியர்கள் அந்தந்த ஊரைச் சேர்ந்தவர்களாக இருந்தால் சிறப்பாக இருக்கும் என்று இவர் கூறுகிறார். உதாரணமாக சென்னையைச் சேர்ந்த ஒரு ஆசிரியர், மதுரையில் உள்ள ஒரு பள்ளியில் வந்து பாடம் நடத்தும் பொழுது மதுரை பாஷை புரியவில்லை என்பதனால் சொல்ல வேண்டிய விசயத்தை முழுவதுமாக சொல்லிப் புரிய வைக்க முடிவதில்லை.

கோவையைச் சேர்ந்த ஆசிரியர், வேலூர் பள்ளியில் பாடம் நடத்தும் பொழுது அவர் தனது கோவை பாஷையில் பேசுவது பலருக்கும் புரிவதில்லை. எனவே அந்தந்த ஊரில் உள்ள ஆசிரியர்கள், அந்தந்த ஊரிலேயே வளர்ந்த பாஷை தெரிந்த ஆசிரியர்கள் பாடம் நடத்தும் பொழுது குழந்தைகள் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்கிறார்கள் என்று ஒரு கருத்தை நமக்கு புரிய வைக்கிறார்.



தமிழக அரசு ஒரு உருப்படாத விதிமுறைகளை வைத்திருக்கிறது. பகல் 12.30 மணிக்குமேல் குழந்தைகளை பள்ளிக்கூடத்தில் வைத்துக் கொள்ளக்கூடாது என்று ஒரு விதிமுறை. எனவே இவர்கள் பெற்றோர்களை எங்களின் அமைதியுடன் தான் பிற்பகல் 2.30 மணிவரை பள்ளிக்கூடத்தில் குழந்தைகளை வைத்திருக்க கூறுகிறோம் என்று ஒரு அனுமதி கடிதம் பெற்றுக் கொண்டு மாலை 3.30 மணி வரை குழந்தைகளை பள்ளிக்கூடத்தில் வைத்துக் கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

நேச்சரல் வாக் எனப்படும் இயற்கையை ரசிக்கும் பயணத்தை அடிக்கடி இப்பள்ளியில் மேற்கொள்கிறார்கள். தோட்டம், வயல், மலை, அருவி, ஆறு போன்ற இடங்களுக்கு குழந்தைகளை நேரடியாக கூட்டிச் சென்று அங்குள்ள விசயங்களைப் பார்க்கும் பொழுது குழந்தைகளுக்கு தோன்றும் எண்ணங்கள் மூலமாக அவர்களுக்கு பாடம் நடத்துகின்றனர். இத்துடன் பொம்மலாட்டம், சுதகளி, ஓயிலாட்டம் போன்ற நமது பாரம்பரிய கலைகளையும் கற்றுக் கொடுக்கின்றனர்.

குழந்தைகள் எப்பொழுதுமே பொய் சொல்வதில்லை. குழந்தைகள் கற்பனை உலகில் வாழ்கின்றனர் என்று இவர் கூறுகிறார். திடீரென ஒரு குழந்தை வந்து ரோட்டில் ஐந்து யானைகளை பார்த்தேன் என்று பொய் சொல்லும். உடனே அக்குழந்தைகளை பார்த்து பொய், பொய், டீப்பு, டீப்பு, பொய்யன் ஏமாற்றுகிறார் என்று கூறவேண்டாம். அதற்கு பதிலாக அக்குழந்தையின் கற்பனை சக்தியை பாராட்டுங்கள் என்று கூறுகிறார். இவ்வாறு பாராட்டி அவர்களது கற்பனை சக்தி ஊக்குவிக்கப்படும் பொழுது தான் அந்தச் குழந்தை பெரியவர்களாக வளரும் பொழுது கிரியேட்டிவ் மைண்ட் எனப்படும் பல்வேறு

புதிய யுக்திகளை கண்டுபிடிக்க உதவியாக இருக்கும். எனவே அதை பொய் என்று குழந்தைகளிடம் கூறவேண்டாம் என்று கூறுகிறார்.

மிக முக்கியமாக குறிப்பிடவேண்டிய விசயங்களில் ஒன்று. குழந்தைகள் தங்களது சொந்த வேலையை செய்ய கற்றுத் தருவது இது ஒரு மிகப்பெரிய விசயமாகும். இப்பொழுதெல்லாம் பெரிய பெரிய படிப்பு, பதவி என்றிருப்பவர்களுக்கு சமையல் செய்வதற்கு கூட தெரியவில்லை. துணி துவைக்கத் தெரிவதில்லை. தேய்க்க தெரிவதில்லை. எதுவுமே தெரிவதில்லை எல்லாவற்றிலும் பிறரை நம்பி வாழவேண்டி இருக்கிறது. எனவே இந்த பள்ளியில் துணி துவைப்பது வீட்டை சுத்தம் செய்வது, பாத்திரம், கழுவுவது, கழிப்பறையை கழுவுவது, சமையல், எம்பிராய்டரி, ஷூ பாலீஸ் என அனைத்து விசயங்களையும் கற்றுக் கொடுக்கின்றனர்.

ஆனால் ஒரு கொடுமை என்னவென்றால். இது போன்று எந்த பள்ளியிலாவது குழந்தைகள் பெருக்குவதையோ, துவைப்பதையோ யாரேனும் புகைப்படம் எடுத்து அனுப்பிவிட்டால் உடனே வேலை, வெட்டி இல்லாத கல்வித்துறையைச் சேர்ந்த சில அதிகாரிகள் நேரில் வந்து அப்பள்ளியை சோதனை செய்து கடுமையாக தண்டிக்கிறார்கள்.

பள்ளி என்பது வீட்டுவேலையை செய்யக் கற்றுக் கொடுப்பதா? அல்லது கால்கள் போட்டு உட்கார்ந்து கொண்டு தனக்கு ஒன்றும் தெரியாமல் மற்றவர்களிடம் வேலை வாங்குவதற்கா? என்பதை கல்வித்துறை அதிகாரிகளும், அரசாங்கமும் யோசிக்கட்டும்.

உங்களுக்கு தெரியமா?

சிங்கப்பூர், மலேசியா, ஆஸ்திரேலியா, அமெரிக்கா போன்ற நாடுகளில் பெரிய பெரிய படிப்பு படித்தவர்கள் யாரும் சிறுசிறுவேலையைக் கூட செய்வதில்லை. அவர்களுக்கு வேலை வாங்குவதற்கு மட்டுமே தெரிகிறது. அத்தியாவசியமான வேலைகள் செய்வதற்கு பள்ளிகளில், கல்லூரிகளில் கற்றுக் கொடுப்பதே இல்லை. எனவே நாம் குழந்தைகளுக்கு வீட்டில் உள்ள வேலைகளில் இறங்கி செய்வதற்கு கற்றுத்தரவேண்டும். இந்த பள்ளி இதை சிறப்பாக கற்றுத் தருகிறது. பிரமாதம் !

இந்த யுனி 5 கல்வித்திட்டத்தை உருவாக்கியவர் திரு. பிரதீப் அவர்கள் இவர் தற்பொழுது அமெரிக்காவில் வசித்து வருகிறார். இந்தியாவில் கேரளா மாநிலத்தைச் சேர்ந்த இவர் கல்வி சம்பந்தமாக, உடல் ஆரோக்கியம் சம்பந்தமாக பல்வேறு ஆராய்ச்சிகளை செய்து பொதுமக்களுக்கு பல வருடமாக புரிய வைத்து வருகிறார். அவருக்கு நன்றி !

இந்த பள்ளியின் இணை நிறுவனரான டாக்டர் கணி அவர்களுக்கு நன்றி !

பள்ளியின் ஆலோசகராக செயல்படும் டாக்டர் மாதேஸ்வரன் அவர்களுக்கு நன்றி !

நண்பர்களே !

நான் இந்த பள்ளியின் ஆலோசகரான டாக்டர் மாதேஸ்வரன் அவர்களை நேரில் சென்று பார்த்ததை உங்களிடம் இங்கு பகிர்ந்து கொண்டேன். நீங்களும் அவரை நேரில் சென்று பாருங்கள். ஒரு வயது முதல் ஐந்து வயது வரை ஒரு குழந்தையை எப்படி வளர்க்கவேண்டும் என்பதைப் பற்றி இவர் தெளிவாக ஆராய்ச்சி செய்து அதிலேயே ஊறி இருப்பவராவார். உங்களுக்கு பயனுள்ள பல ஆலோசனைகளை வழங்குவார். இவரது

புத்தியில் இரத்தத்தில் அது நிறைய கலந்திருக்கிறது. இவரைத் தொடர்பு கொண்டால் நிச்சயம் பல கல்விக் கூடங்களின் நிலை மாறும்.

இந்த பள்ளியின் நிர்வாக அறங்காவலர் திரு. மாரப்பன் கணேஷ் அவர்களுக்கு நன்றி ! ப்ராஜெக்ட் மேனேஜர் திரு. சுரேஷ்குமார் அவர்களுக்கு நன்றி !

ஹீயூமன் ரிசோர்ஸ் திரு. ஜெயராமன் அவர்களுக்கு நன்றி !

இவ்வாறு பல்வேறு நல் உள்ளங்கள் ஒன்று சேர்ந்து நடத்தும் இப்பள்ளி சிறப்பாக இருக்கிறது. எனவே இப்பள்ளியைச் சேர்ந்த நிர்வாகிகள் அனைத்து ஆசிரியர்கள், உதவியாளர்கள் அனைவருக்கும் நன்றி !

இந்த பள்ளியைப் போன்று நீங்களும் பள்ளிகளை ஒவ்வொரு தெருவிலும் துவங்கி நடத்தலாம் ஆரம்பத்தில் பெரிய முதலீடு எதுவும் இல்லாமல் உங்கள் வீட்டிலேயே இரண்டு படுக்கை அறை வசதிக்கொண்ட அளவு அறை இருந்தால் போதும். இப்பள்ளியை ஆரம்பித்து விடலாம்.

தீயணைப்புத் துறையிடம் இருந்து ஒரு சான்றிதழும் , மின்வாரியத்திடம் இருந்து ஒரு சான்றிதழும், கெஜட் அலுவலர் மூலமாக கட்டிடத்திற்கு ஒரு அனுமதியும், சுகாதாரத் துறையிடம் ஒரு அனுமதியும், பள்ளியின் அருகே போதைப் பொருள் சம்பந்தப்பட்ட எந்த ஒருவிசயமும் இல்லை என்று ஒரு சான்றும் வாங்கினால் போதும். நீங்களும் பள்ளியை நடத்தலாம்.

இவ்வாறு ஒவ்வொரு தெருவிலும் இது போன்று ஒரு பள்ளி வந்துவிட்டால் இனி குழந்தைகள் ஐந்து வயதிலேயே அற்புதமான ஞானக் குழந்தைகளாக மாறுவார்கள்.

இந்த யுனி 5 பள்ளியானது திண்டுக்கல்லுக்கும், மணப்பாறைக்கும் இடையே செந்துரை என்ற ஒரு ஊரில் அமைந்துள்ளது. விருப்பம் உள்ளவர்கள் ஒருமுறை உங்கள் குழந்தைகளை அழைத்துக்கொண்டு குடும்பத்துடன் நேரில் சென்று இப்பள்ளியினை பார்வையிட்டு வரலாம். காலை எட்டுமணி முதல் மாலை நான்கு மணிவரை இப்பள்ளியில் நடப்பதை வேடிக்கை பார்த்து வந்தால் உங்களுக்கு எல்லாமே புரிந்து விடும்.

நான் சொல்வதை கேட்டு அறிந்து கொள்வதை விடநேரில் பார்த்து வருவதே சிறப்பு.

நீங்கள் கால தாமதமாக பத்துமணிக்கோ, பதினொரு மணிக்கோ சென்றால் நீங்கள் பல விசயங்களை இழக்க நேரிடும். எனவே இந்த பள்ளிக்கு செல்வதென்றால் முதலிலேயே தொலைபேசி மூலம் தொடர்பு கொண்டு அங்கு செல்வதற்கான வழித்தடத்தினை அறிந்து வைத்துக் கொண்டு காலை எட்டுமணிக்குள் அங்கு இருப்பதற்கு ஏதுவாக தயாராகி செல்லுங்கள்.

இந்த பள்ளி ஒரு கிராமத்தில் அமைந்திருக்கிறது. எனவே நீங்கள் காரிலோ, பஸ்ஸிலோ செல்வதென்றால் நினைத்த நேரத்திற்கு செல்ல முடியாது. எனவே முதலிலேயே இதை கவனித்து திட்டமிட்டு தயாராகிக் கொள்ளுங்கள்.

இந்த “நம்மவீட்டு மழலையர் பள்ளியின்” தொலைபேசி எண் வேண்டுவோர் கீழ்காணும் நமது அலுவலக சேவை மைய எண்களில் தொடர்பு கொண்டு பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

செந்துரை நம்ம வீட்டு மழலையர் பள்ளியின் தொலைபேசி எண்கள் வேண்டும் என்று கேட்டு வாங்கிக் கொண்டு, அங்கு நேரில் சென்று பார்த்து புரிந்துக் கொண்டு நாம் நமது குழந்தைகளை ஐந்திலேயே வளைய வைப்போம்.

இந்திய +91 9500378441, 95003 78449  
இந்த கட்டுரையை எழுத தூண்டிய, உதவி செய்த அனைத்து நல்லுள்ளங்களுக்கும் நன்றி

ஐந்தில் வளைந்தால் முன்னூற்று அறுபதிலும் வளையும்.

செழிக்கட்டும் விவசாயம் ! சிர்பட்டும் கல்வி !! ♦



இடைமைய  
சீர்ப்பை மாத்த  
சொல்லு...

அண்ணா வணக்கம்,  
கடந்த (ஜூலை 2016) அமைதியும் ஆரோக்கியமும் மாத இதழில் எந்த ஊரில் என்ன வாங்கலாம் என்ற தலைப்பில் பாண்டிச்சேரியில் ஓயின், மதுபானங்கள் என்று குறிப்பிட்டுள்ளீர்கள்.. ஆனால் பாண்டிச்சேரியின் சிறப்பான பொருள் இன்றும் பாரம்பரிய முறையில் கருப்பட்டி, தேங்காய், ஏலக்காய் போன்ற நல்ல பொருட்களின் கலவையில் தயாரிக்கப்படும் கமர்கட்டு என்ற திண்பண்டமே ஆகும். எனவேதான் உங்களை முதன்முதலில் நான் சந்தித்த போது கமர்கட்டு கொடுத்தேன்.  
நன்றி

- புகமை பாலா



ஹீலர் பாஸ்கரின்

1000

கேள்விக் கான  
பதில்கள்



ஹீலர் பாஸ்கர்

நிறுவனர், அனாடமிக் தெரபி அறக்கட்டளை

கேள்வி பதில் எண் 22

15 வருடத்திற்கு முன் என் கண்ணில் சில துளிகள் ரசம் கொட்டிவிட்டது அன்றுமுதல் இன்றுவரை என் கண் வலித்துக் கொண்டே இருக்கிறது. நான் பார்க்காத வைத்தியம் கிடையாது. ஆங்கில, ஹோமியோபதி, சித்தா என எல்லா வைத்தியத்தையும் பார்த்துவிட்டேன். பல ஸ்கேன் எடுத்துவிட்டேன் அனைவரும் என கண்ணில் எந்த சிக்கலும் இல்லை. நன்றாகத்தான் இருக்கிறது என்று கூறுகிறார்கள். ஆனால் தினமும் நான் கஷ்டப்படுகிறேன். இதற்கு தீர்வு உண்டா?

**ஹீலர் பாஸ்கர் :** நாம் எதை நம்புகிறோமோ நாம் அதுவாக மாறுகிறோம்.

நம் ஆழ்மனதில் பதிவு செய்யப்பட்ட விசயங்களை நம் உடல் செய்கிறது.

எண்ணம்போல் வாழ்க்கை.

15 வருடத்திற்கு முன் கண்ணில் ரசம் விழுந்தவுடன் உங்கள் ஆழ்மனதில் ஒரு பதிவு ஏற்பட்டு இருக்கும். அந்த பதிவுதான் உங்களுக்கு வலியை ஏற்படுத்தி வருகிறது.

ஓஷோ எழுதிய மருத்துவத்திலிருந்து மனமற்ற நிலை வரை என்ற புத்தகத்தை படியுங்கள் இதைப்பற்றி தெளிவாக கூறி இருக்கிறார்.

இந்த பதிவை அழித்து குணமாக இங்கே கொடுக்கப்பட்டுள்ள தீர்வுகளில் ஏதாவது ஒன்று அல்லது பலதை பயன்படுத்து சரி செய்யலாம்.

தீர்வு 1 : ரங்கராட்டின இரகசியம் என்று நான் எழுதிய புத்தகத்தை படித்து அதன்படி நடந்தால் அழிக்கலாம்.  
(புத்தகம்வேண்டுமா? 9944221007)

தீர்வு 2 : விபாசனா என்ற 10 நாள் பயிற்சிக்கு சென்று வந்தால் அழியும்.

தீர்வு 3 : மயில் இறகில் உச்சிமுதல் கால் வரை 5 நிமிடம் தடிவ பின் உதரி அழிக்கலாம்.

தீர்வு 4: வேப்பஇலையைக் கொண்டு உச்சிமுதல் கால் வரை தடவி பின் உதரி மீண்டும் தடவி அழிக்கலாம்.

தீர்வு 5 : அருகில் உள்ள தர்காவில் மயில்  
இறகால் ஒதுபவரை சென்று பார்க்கலாம்.

தீர்வு 6 : ஆஃல்பா தியானம் செய்து  
நல்ல பதிவுகளை சேர்த்தால் கெட்ட  
பதிவுகள் அழியும்.

மனமே நோய், மனமே ஆரோக்கியம்  
எல்லாம் மனமே...

## கேள்வி பதில் எண் 23

**கேள்வி :** பொதுவாக பெண்களுக்கு 28 நாட்களுக்கு ஒருமுறை மாதவிடாய் வரும். ஆனால் எனக்கு சில மாதங்களில் 30 நாள் 40 நாள் 50 நாள் என மாறி மாறி வருகிறது. இது நல்லதா? கெட்டதா? இதை சரிசெய்ய சரியாக 28 நாளில் மருந்து சாப்பிட்டு வெளியேற்றலாமா? தீர்வு கூறுங்கள்.

**ஹீலர் பாஸ்கர் :** மாதவிடாய் 30, 40, 50 நாட்களுக்கு பிறகு வருவது ஆபத்து இல்லை. ஆனால் சரிசெய்ய வேண்டும் என்று தயவுசெய்து மருந்து அல்லது மாத்திரைகளை சாப்பிடவேண்டாம்.

கண்டிப்பாக மருந்து மாத்திரைகளால் கர்ப்பப்பைக்கு கெடுதல் மட்டுமே நடக்கும். இயற்கையை நம்புங்கள், இயல்பை நம்புங்கள்.

மாதவிடாய் ஏன் தாமதமாக வருகிறது என்றால் உங்களுக்கு மாதவிடாய் செல்லும் அளவிற்கு உடலில் சத்து இல்லை என்பதால் தாமதமாகிறது.

28வது நாளில் வரவேண்டிய மாதவிடாய் அன்று உங்கள் உடலில் சத்து குறைவாக இருப்பதால் தினமும் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக சத்து சேர்த்து சேர்த்து முழு சத்து கிடைக்க 45 நாட்கள் ஆகிறது. எனவே 45 நாளில் வெளியேறுகிறது.

இறைவனை நம்புங்கள்.  
இயற்கையை நம்புங்கள்.

## கேள்வி பதில் எண் 24

**கேள்வி :** நான் கர்ப்பமாக இருக்கிறேன். சில நாள் முன்பு மருத்துவமனையில் சோதனை செய்தபோது, குழந்தை எடைகுறைவாக உள்ளது. எனவே சத்து மாத்திரைகள் சாப்பிட வேண்டும் என மாதம் 2000 ரூபாய்கு கொடுத்துள்ளார்கள். இதை சாப்பிடலாமா? நல்லதா? குழந்தைகள் எடையை அதிகரிக்க இயற்கை வழி முறைகள் உள்ளதா?

**ஹீலர் பாஸ்கர் :** எந்த வாரத்தில் எவ்வளவு எடை இருக்கவேண்டும் என்று கண்டுபிடித்தது யார்? அப்படி ஒரு அளவு கிடையாது.

மருந்து மாத்திரை கம்பெனிகள் வேண்டும் என்றே ஒரு அளவை எடையை நிர்ணயம் செய்து இப்படித்தான் இருக்கவேண்டும். இல்லையென்றால் குழந்தைக்கு ஆபத்து என்று பொய் சொல்லி உங்களை பயமுறுத்தி மருந்துகளை விற்று வியாபாரம் செய்கிறார்கள்.

தயவுசெய்து கர்ப்பகாலத்தில் மருத்துவமனைக்கு சென்று சோதனை செய்யவேண்டாம்.

மருத்துவத்துறை எப்போதும் மக்களை குணப்படுத்த இல்லை வியாபாரம் செய்வதற்கே உள்ளது என்று புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

குழந்தையின் எடை பணிக்குடத்தின் அளவு கிட்னியின் அளவு இருதயத்தின் நிறம்

என பல விசயங்களை பரிசோதித்து பெரிய சைன்டிஸ்டு போல எதையாவது கூறி அம்மாவின் மனதையும் குடும்பத்தின்

மனதையும், நிம்மதியையும் கெடுத்து குழப்புகிறார்கள்.

மேலும் கெமிக்கல் உள்ள உதவாக்கரை மருந்துகளை சாப்பிட வைத்து குழந்தைகளை கெடுக்கிறார்கள்.

எனவே தயவுசெய்து சோதனை செய்யவேண்டாம். மருந்தும் சாப்பிட வேண்டாம்.

குழந்தை பிடிக்கும் போது தலை பெரியதாக இருக்கும். உடல் சிறியதாக இருக்கும் சில வாரத்திற்கு பிறகு தலை சிறியதாகவும், உடல் பெரியதாகவும் மாறும்.

குழந்தை பிறந்த நாள் முதல் 15 வயது வரை தைமஸ் சுரப்பி மற்றும் பல உறுப்புகள்

ஒன்று சேர்ந்து கர்ப்பகாலத்தில் நடந்த தவறுகளை தானாக சரி செய்கிறது. எனவே சோதனை செய்ய வேண்டிய அவசியம் இல்லை.

கீரை, சத்துமாவூ பானம், மருந்து குழம்பு சாப்பாடு, மனதிற்கு பிடித்த வாழ்க்கை, சாதாரண உழைப்பு, தியானம், இறை நம்பிக்கை, காய்கறிகள், பழங்கள் என சாப்பிட்டு யோகா செய்து நம்பிக்கையுடன் இருந்தாலே போதும்.

குழந்தையின் எடை, உறுப்புகளின் அளவு நீரின் அளவு எவ்வளவு எப்போது எப்படி இருக்கவேண்டும் என்பதை இறைவன் மட்டுமே முடிவு செய்வார். நம்புகள் காப்பாற்றப்படுவீர்கள். ♦



## கிரி ஜயா பப்ளிகேஷன்ஸ்

இப்பொழுது கோ நம்மாழ்வார் அவர்களின் இயற்கை வேளாண்மை சம்பந்தப்பட்ட அனைத்து புத்தகங்களும், நமது கிரி ஜயா பப்ளிகேஷன்ஸில் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

**(புதிய வெளியீடு) நம்மாழ்வாரின் புத்தகங்கள்**



நோயினை கொண்டாடுவோம், இயற்கை வேளாண்மை அடிப்படை, தாய் மண், தாய் மண்ணை வணக்கம், வயிற்றுக்கு சேறிடல், ஏன் வேண்டும் இயற்கை வேளாண்மை, விதைகளை பேராயுதம், விதைகளிலிருந்து துளிக்கும் மாறுதல், பூமி தாயே.



புத்தகம்  
20/-  
மட்டுமே



புத்தகம்  
375/-  
மட்டுமே



புத்தகம்  
50/-  
மட்டுமே



புத்தகம்  
15/-  
மட்டுமே

புத்தகம் மற்றும் டிவிடி பெற விரும்புவோர் தொடர்புக்கு

**கிரி ஜயா பப்ளிகேஷன்ஸ்**

எந்.69, NSK வீதி, செல்வபுரம், கோயம்புத்தூர் - 641 026, தமிழ்நாடு, இந்தியா.



ஆன்லைன் மூலம் பெற  
Website : [www.griiyyapublications.com](http://www.griiyyapublications.com)  
E-mail : [griiyyapublications@gmail.com](mailto:griiyyapublications@gmail.com)  
**+ 91 96290 32767**



# ஹீலர் பாஸ்கரின் சென்ற மாத நிகழ்ச்சிகள்



29.07.- 02.08.2016 ஐந்து நாள்பயிற்சி முகாம்.



06.8.2016 தஞ்சாவூர்.



7.08.2016 அரியலூர்.



09.08.2016, சரவணம்பட்டி, கோயமுத்தூர்



13.08.2016, சுமந்தரம்பட்டி, கோவை.



14.08.2016, வைத்தியநகர், தஞ்சாவூர்.



13-15.08.2016 யோகா விபாசனா, கோவை



21.08.2016, ரயில் நிலையம், கோவை.



24.08.2016, சாய்ப்பாகாலனி, கோவை.



ஆக 25 - 29.08.2016, ஐந்து நாள்பயிற்சி முகாம்.

**ஹீலர் பாஸ்காரின் அனாடமிக் செவிவழி தொடு ஒருநாள் சிகிச்சை நடைபெறும் இடங்கள்**

தேதி	இடம்	தொடர்புக்கு	நுழைவு
06.09.2016	கோயமுத்தூர்	+91 98943 83828,94436 83323	இலவசம்
10.09.2016	புதுக்கோட்டை	+91 97863 84419	ரூ. 200/-
11.09.2016	மதுரை	+91 98651 06036,81444 88565	ரூ. 200/-
13.09.2016	சென்னை	+91 99520 82745	ரூ. 200/-
25.09.2016	திருப்பூர்	+91 9047444970	இலவசம்
30.09.2016	குவைத்	+965690 22898, 96599 072471	-
15.10.2016	கோயமுத்தூர்	+91 99429 74777, 75027 07000	ரூ. 200/-
16.10.2016	கோபிசெட்டிபாளையம்	+91 99659 25025, 94430 33015	ரூ. 200/-
22.10.2016	கோயமுத்தூர் (பானுவீட்டுக்கல்வி)	+91 88706 66966	ரூ. 500/-
23.10.2016	ஈரோடு	+91 99430 43090,77085 57830	ரூ. 200/-
13.11.2016	கரூர்	+91 94437 86296, 94425 91381	ரூ. 150/-
20.11.2016	மேட்டூர் டேம்	+91 88835 18111, 8883 505111	ரூ. 101/-
10.12.2016	மலேசியா	+0149681174	இலவசம்
19.12.2016	மலேசியா	+60123456742, +60177947472	இலவசம்
08.01.2017	கோவை (கிணத்துக்கடவு)	+91 97873 79906, 98652 56243	ரூ. 100/-
22.01.2017	விருதுநகர்	+91 99942 11644	இலவசம்

**ஹீலர் பாஸ்காரின் ஐந்து நாட்கள் பயிற்சி நடைபெறும் இடங்கள்**

தேதி	இடம்	தொடர்புக்கு	நுழைவு
செப் 16 - செப் 20	கோயமுத்தூர் (நேரடி பயிற்சி)	<b>+91 88706 66966</b>	நன்கொடை <b>ரூ. 5000/-</b> (தங்குமிடம் உணவு உட்பட)
செப் 23 - செப் 27	சென்னை (வீடியோ பயிற்சி)	<b>+91 99520 82745</b>	நன்கொடை <b>ரூ. 3000/-</b> (தங்குமிடம் உணவு உட்பட)
அக் 08 - அக் 12	கோயமுத்தூர் (நேரடி பயிற்சி)	<b>+91 88706 66966</b>	நன்கொடை <b>ரூ. 5000/-</b> (தங்குமிடம் உணவு உட்பட)
நவ 15 - நவ 19	கோயமுத்தூர் (நேரடி பயிற்சி)	<b>+91 88706 66966</b>	நன்கொடை <b>ரூ. 5000/-</b> (தங்குமிடம் உணவு உட்பட)
டிச 14 - டிச 18	மலேசியா (நேரடி பயிற்சி) 5 நாள் & வாழை இலை குளியல்	<b>+0165072191</b> <b>+0125786110</b>	நன்கொடை <b>RM680</b> (தங்குமிடம் உணவு உட்பட)

**யோக விபாசனா மூன்று நாட்கள் பயிற்சி**

தேதி	இடம்	தொடர்புக்கு	நுழைவு
செப்டம்பர் 23,24,25	கோயமுத்தூர்	<b>+91 88706 66966</b>	நன்கொடை <b>ரூ. 500/-</b> (இறுதி நாள் ரூ.500/- முன்பணம் திருப்பி தரப்படும்)

**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.amaihiyumarokiammum.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  இ.ப.எண் .....
- பண பரிமாற்றம்  நேரடியாக  வங்கி .....
- 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, கோயம்புத்தூர். IFSC Code : ICIC0000342



## சந்தாதரர்கள் 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 காலவரையறையின் போது உங்களுடைய சந்தா எண், தேதி ஆகியவற்றை தவறாமல் குறிப்பிட்டு புதுப்பித்துக் கொள்ளவும்.



## அமைதியும் ஆரோக்கியமும்

மாத இதழ்

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

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

## ஆசிரியர் குழு

ஆசிரியர்

திரு. **ஹீலர் பாஸ்கர்**, நிறுவனர்,  
அனாடமிக் தெரபி ஃபவுண்டேஷன்.

துணை ஆசிரியர்

திரு. **சுகுமார்** (மருத்துவரி), பொள்ளாச்சி.

திரு. **மகாலிங்கம்**, பாண்டிச்சேரி.

திருமதி. **மணிமொழி**, திருச்சி.

திரு. **சுந்தர்ராஜன்**, ஸ்ரீவில்லிப்புதூர்.

வடிவமைப்பு

திரு. **ல. விஜய்**, கோவை.

நிர்வாக அலுவலர்கள்

திரு. **கோ. நந்தகோபால்** - மேலாளர், கோவை.

திரு. **ரா.ஸ்ரீனிவாசன்** - ரிப்போர்டர், கோவை.

திரு. **ரவி** - ரிப்போர்டர், சென்னை.

திரு. **ஆல்பர்ட் ராஜ்** - துணை மேலாளர், சென்னை.

அச்சகம்

**கிரியேட்டிவ்ஸ் டிசைன் & பிரிண்ட்ஸ்**  
கோவை.

## உங்கள் கவனத்திற்கு

அமைதியும் ஆரோக்கியமும் மாத இதழுக்கு எங்களுடன் கைகோர்த்த அனைவரும் வாழ்க வளமுடன்! மாத இதழுக்கு சந்தா செலுத்தி ரசீது பெறாத அன்பர்களுக்கு இந்த மாத இதழுடன் ரசீது இணைக்கப்பட்டுள்ளது. இதனை பெற்றுக் கொள்ளவும். 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.

நன்றி. இப்படிக்கு,

**ஹீலர் பாஸ்கர்**

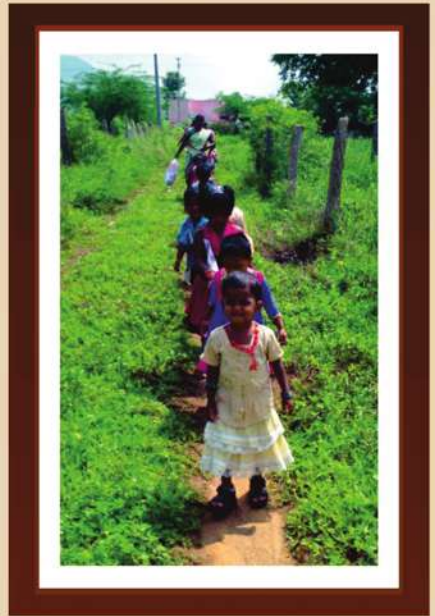
Owned Published and Printed by : S.S. Baskar Published from No. 191, Ramamoorthy Pathai, Housing Unit, Selvapuram North, Coimbatore - 641 026 and Printed at Sri Aathi Lakshmi Graphics, 14/33 Sivan Koil Cross Street, Kodambakkam, Chennai - 24.

Post Reg. No. CB/133/2016-18

RNI No. TNBIL/2013/58540

Dated : 5th August 2013

**சாகம்பரி**  
**மழலையர்**  
**பள்ளி**





# நமது நிஷ்டை ஆசிரமத்தில்

வீலர் பாஸ்கர் அவர்கள் நேரடியாக கலந்துகொண்டு பயிற்சி அளிக்கும்

## அனாதமிக் தெரபி சிறப்பு ஐந்து நாள் பயிற்சி முகாம்

உலகில் உள்ள அனைத்து நோய்களுக்கும் மருந்து மாத்திரைகள் இல்லாமல் ஐந்தே நாட்களில் நிர்ந்தர தீர்வு!

- ◆ அனாதமிக் தெரபி
- ◆ மனதின் மணம்
- ◆ மூச்சுபயிற்சிகள்
- ◆ வாழை இலை குளியல்
- ◆ முத்திரைகள்
- ◆ உடற்பயிற்சிகள்
- ◆ இயற்கை உணவு
- ◆ நியூரோதெரபி
- ◆ உலக அரசியல்
- ◆ அறுசுவை உணவு
- ◆ யோகாசனங்கள்
- ◆ கணவன், மனைவி புரிதல்

நாள்: 16.09.2016 முதல் 20.09.2016 வரை

நாள்: 08.10.2016 முதல் 12.10.2016 வரை

பயிற்சி நடைபெறும் இடம்

நெ.1. லக்ஷ்மி நகர், பரிபுரணா எஸ்டேட் அருகில்,  
கோவைபட்டூர், கோயமுத்தூர் - 641 042.

**நிஷ்டை**

சர்வதேச வாழ்வியல் பயிற்சி மையம்



நன்கொடை ரூ. 5000/-

உணவு மற்றும் தங்குமிடம் உட்பட.

தொடர்புக்கு : +91 88706 66966

[www.anatomictherapy.org](http://www.anatomictherapy.org)

Postal Reg. No : CB/133/2016 - 18

RNI No. : TNBIL/2013/58540

Date of Posting : 5th & 6th every Month

Month of Posting : SEPTEMBER 2016

Office of Posting : BPC, Coimbatore

(H.O.) - 641001.

1 Year Subscription : Rs. 400/-

Single Magazine : Rs. 35/-

அனுப்பநர் :

அமைதியும் ஆரோக்கியமும் (மாத இதழ்)

கிரி ஜயா பப்ளிகேஷன்ஸ்

நெ. 69, NSK வீதி, செல்வபுரம், கோயமுத்தூர் - 641 026.

தமிழ்நாடு. இந்தியா. Web : [www.amathiyumarokiammum.com](http://www.amathiyumarokiammum.com)

Email : [amaidhiyumaarokiyamum@gmail.com](mailto:amaidhiyumaarokiyamum@gmail.com)

செல் : +91 88838 05456.

பெறுநர் :