செய்திகளும் குறிப்புகளும்

02.07.2026, ஆரோவில்வாசிகளுக்கான தமிழ் வார ஏடு, ஆரோட்ரடுக்ஷன், எண்: 1167

ஸ்ரீ அரவிந்தர்

பகவத்கீதை – பேருரைகள் - 20. ஞானமும் சமதையும்

எல்லா உயிர்களுடைய ஆத்மனுடன் அது ஒன்றியிருப்பதால், எல்லாவற்றிற்கும் அனுதாபமும் இரக்கமும் காட்டுவதோடு அன்பும் செலுத்துகின்றது. அன்பு நிறைந்த இறைவன் எல்லா உயிர்களின் மூலமாகவும் நம்மை நோக்கி, "இங்கேயும் நான் இருக்கிறேன்" என்றும் ''எல்லா உயிர்களிலுமுள்ள எனக்கு அன்பு செலுத்தும் யோகி என்னுள் இயங்குகி றான்" என்றும் பறையறைகின்றான். எப்பொருளிலும் உறைபவனும், யாவற்றையும் தழுவி நிற்பவனுமான இறைவனது அன்பை விவரிக்கும் இச்சொற்களைவிட அதிக ஆற்றல் வாய்ந்த சொற்களை நாம் வேறெந்த தத்துவத்திலேனும் சமயத்திலேனும் காணமுடியுமா?

திதிட்சை அல்லது பொறுமையானது ஒருவித சமய சம்பந்தமான சமதைக்கு அடிப்படையாக இருப்பது. இறைவன் திருவுள்ளத்திற்கு உட்படுவதும், பொறுமையுடன் சிலுவையை (கஷ்டங்களை)த் தாங்குவதுமே திதிட்சை. கீதையில் இந்த அம்சமானது, நமது முழுச் சீவனையும் ஈசுவரனுக்கு அர்ப்பணம் செய்வது என்னும் விரிவான உருக்கொள்ளுகின்றது. இது செயலற்ற, அமைதியான சரணமல்ல; இது செயலுடன் தன்னைத்தான் ஈசனுக்கு ஈதலேயாகும். இது எல்லாப் பொருள்களிலும் இறைவனின் சித்தத்தைக் கண்டு அதற்குக் கீழ்ப்படிவது மட்டுமன்று; கருமங்களுக்குக் கருத்தாவான இறைவனின் கருவியாதற்பொருட்டு நமது சொந்த சித்தத்தை அடியோடு துறப்பதேயாகும் இது. இது இறைவனின் தொண்டனாக இருப்பது மட்டுமன்று; இது, கருமங்கள் யாவற்றையும் அவனுக்கே ஈந்து, தன் தனித்தன்மை அழிந்த நிலையில் இறைவனின் கருவியாக இருப்பதேயாகும். நல்லது கெட்டது, இன்பமளிப்பது துன்பமளிப்பது, அதிருஷ்டமானது துரதிருஷ்டமானது ஆகிய யாவும் நம் கருமங்களின் கருத்தாவுக்கே உரியவை என அவற்றையெல்லாம் இது ஏற்கின்றது. இறுதியாக, துன்பமும் துயரமும் இங்கே சகிக்கப்படுவது மட்டுமன்றி, இறுதியில் அடியோடு ஒழிக்கவும் படுகின்றது. கருவியாயுள்ள மனிடதனிடத்தில் தனி இச்சை கிடையாது. எல்லாமே இறைவனின் முன்னறிவினாலும் சக்தியினாலும் திட்டம் செய்யப்படுகின்றன. மனித அகந்தை அந்த ஈசுவர சித்தத்தின் வேலைப்பாட்டை மாற்றமுடியாது. "எனது தெய்வ சித்தத்தினாலும், முன்னறிவினாலும், யாவும் ஏற்கெனவே செய்தாய்விட்டது. அருச்சுனா! நீ வெறும் நிமித்த காரணமாக மட்டும் இருந்து போர் செய்" என்கிறான் கண்ணன் (அ.11, சு.33). இதுவே இறுதியான மனப் பான்மையாக இருக்கவேண்டும். இதுவே இறுதியாக நமது சித்தத்தை இறைவனின் சித்தத்துடன் ஒன்று படுத்துகிறது. இதுவே, ஞானம் வளர வளர, கருவியாகிய சீவன் தெய்விக சக்திக்கும் தெய்விக ஞானத்திற்கும் பரிபூரணமாக இணங்கும்படிச் செய்கின்றது. ஆன்ம சமர்ப்பணத்துடன் கூடிய சம்பூரண சமதை, தெய்விக ஒளிக்கும் சக்திக்கும் வெறும் வாய்க்காலாக இருக்கும் மனம், செயல்புரியும் சீவன் இவ்வுலகில் இறைபணிக்கு ஒரு மகத்தான சாதனமாதல் ஆகிய இந்த ஆன்மநிறையில்தான் பரம், (எல்லா வற்றையும் கடந்த நிலை), ஜகத் (உலகமளாவிய நிலை), சீவன் (தனி உயிரின் உள்ளத்தில் உறையும் நிலை) என்னும் இறைவனின் மூன்று நிலைகளும் சம்பூரணமாகக் கலக்கின்றன.

நம்மைப் பாதிக்கும்படியான இதரர்களின் செயல் விஷயத்திலும் இதே சமதை இருக்கவேண்டியதே. எல்லாப் பொருள்களிலும் ஒரே ஆத்மனையும், எல்லா உயிர்களிலும் இறைவனையும் காண்பதனால் நாம் அடையப்பெறும் ஆத்மீக ஒருமையையும் அன்பையும் அனுதாபத்தையும் மற்றவர்களின் எச்செயலும் பாதிக்காது. ஆனால், இதரர்களின் வினைக்கு நாம் உட்பட்டு வாளாவிருக்கவேண்டும் என்பதல்ல. நாம் கருவியாக இருந்து இறைவனின் சித்தத்திற்குக் கீழ்ப்படியவேண்டு மானால், இதரர்களுடைய அகந்தையுற்ற தனிச் சித்தங்களுடன் போராடவேண்டியே வரும். ஆகவேதான், கண்ணன் அருச்சுனனைப் போர்புரிந்து வெற்றிகொள்ளும் படி ஆணையிடுகிறான். ஆனால், அவ்விதம் போர் செய்கையில் விருப்பு வெறுப்புக்கள் இருக்கக்கூடாது. விடுதலையடைந்த ஆன்மாவுக்கு இவை இருக்கவும் முடியாது. உலக நன்மையின் பொருட்டு, இறைவனை நோக்கிச் செல்லும் மக்களை வழிநடத்திச் செல்லவும், அதன் மூலமாகச் சிருட்டியின் நோக்கமும் தெய்விக லட்சியமும் நிறைவேறவுமே அவன் செயல் புரிய வேண்டும்.

இறைவனுடனும் எல்லா உயிர்களுடனும் ஒன்று படுதல், தெய்விக ஒற்றுமையை ஆத்மானுபவமாக அடைதல், மக்களை அவ்வொருமையை நோக்கி இட்டுச் செல்லல் - இவையே கீதையின் உபதேசங்களினின்று எழும்படியான வாழ்க்கையின் தருமமாகும். இதைவிட, மகத்தான, விரிவான, ஆழ்ந்த தருமம் வேறெதுவும் இருக்கமுடியாது. முத்தனாகி, இவ்வொருமையில் வாழ்வது, மக்களினம் இதை நோக்கிய பாதையில் செல்ல உதவுவது, எப்பணியையும் இறைவன் பொருட்டும் மக்களினத்தின் பொருட்டும் செய்வது, மற்றவர்களும் தாங்கள் செய்ய அழைக்கப்படும் கருமங்களை ஏற்று மகிழ்வுடன் செய்ய உதவுவது - இவையே கடவுட் பணியைப் பற்றிய தருமமாகும். இதைவிட மகத்தான் அல்லது தாராளமான தருமம் வேறொன்றும் இருக்க முடியாது. இந்த சுதந்திரமும், இந்த ஒருமையுமே நமது மானிட இயல்பினுடையவும் இனத்தின் வாழ்க்கையினுடையவும் அந்தரங்க இலட்சியமாகும். மக்கட்குலமெல்லாம் விருதாவாய்த் தேடியலையும் இன்பத்தை அடைய, அந்த இலட்சியத்தின்பால் கவனத்தைத் திருப்ப வேண்டும். மக்கள் இறைவனைத் தங்களிடமும் தங்களைச் சுற்றிலும், எங்கும் காணும் பொருட்டு, தங்கள் கண்களையும் உள்ளத்தையும் திறக்கவேண்டும். இறைவனிலேயே தாங்கள் வாழ்கின்றனர் என்பதையும், மேலே அமர்ந்துள்ள கடவுளுடனும், மனிதனிடம் உறையும் கடவுளுடனும், பிரபஞ்சத்தில் வியாபித்துள்ள கடவுளுடனும் ஐக்கியப்படுவதற்கு, சிறையின் மதிற்சுவர் போன்றுள்ள இக்கீழியற்கையைத் தகர்க்கவேண்டும் என்பதையும் அவர்கள் அறியவேண்டும்.

21. இயற்கையின் நிருணயமும் ஆன்ம சுதந்திரமும்

இவ்விதம் கருமமும் ஞானமும் ஒன்றுபட்டு நாம் உயர்நிலையில் வாழும்போது, இயற்கையின் கீழ்த்தர மான காரியப்பாடுகளுக்குமேல் உயர்ந்து, திரிகுணாதீதர்க ளாகிறோம். நாம் இனியும் இயற்கைக்கும் அவள் குணங்களுக்கும் அடிமைப்பட்டிராமல், அவளுடைய நாதனான ஈசுவரனுடன் ஐக்கியப்படுகிறோம். மேலும், கருமத்தளைகளில் அகப்பட்டுக்கொள்ளாமல், நம்மிடம் இறைவனின் சித்தம் நிறைவேறுவதன் பொருட்டே அவ்வியற்கையைப் பயன்படுத்தும் ஆற்றலையும் பெறுகிறோம்.இதற்கு நேர் மாறாக, இயற்கையிலேயே உழலும் அஞ்ஞான ஆன்மா, அவ்வஞ்ஞானத்தின் காரணமாக அவளது முக்குணங்களுக்கு அடிமைப் படுகிறான். ஏனெனில், அவன் தனது உண்மையான சீவனுடன், அதாவது இயற்கைக்கு மேலாகவுள்ள இறைவனுடன் ஒன்றுபடாமல், அவளது காரியப்பாட்டில் ஒரு கீழ்த்தர அம்சமாயுள்ள, அகந்தையுற்ற மனத்துட னேயே இனியும் ஐக்கியப்பட்டுள்ளான். அவ்வகந்தையைச் சார்ந்து நின்று அதன் பொருட்டுப் பணிசெய்யாது, யாவற்றையும் தெய்வான்மாவிடமிருந்தே பெற்று, யாவற்றிற்கும் அவன் ஆணையை எதிர்பார்த்து நிற்பானாயின் அவன் குணாதீதநிலை எய்துவான். அதாவது, அவன் உயரிய உணர்வுநிலையில் நின்று, இறைவனின் சமதையும் ஒருமையும் சித்தத்திற்கும் சக்திக்கும் இணங்க வாழ்வான்.

(தொடரும்.....)

அறிவிப்புகள் (Announcements)

<u>இந்திய அரங்கம் பாரத் நிவாஸ் வழங்கும்</u>

GEOGRAPHY OF THE MOON (ஜியோகிரா்பி ஆ்ப் த மூன்)
விர்ஜீனியா போன்ஸ் (குரலிசை).
ஆண்ட்ரியா ரூபியோ (தந்திக்கருவிகள், லூப் ஸ்டேஷன் மற்றும் தாள வாத்தியங்கள்)
03 ஜூலை 2026 வெள்ளிக்கிழமை, மாலை 06:30 மணி.
இடம்: சாச்சு, பாரத் நிவாஸ், ஆரோவில்
அனைவரும் வருக

<u>ஜுகி டிடிஎல்-5530 தொழிற்துறை தையல் இயந்திரம் (ஜப்பானில் தயாரிக்கப்பட்டது) விற்பனைக்கு உள்ளது</u>
<u>(JUKI DDL-5530 Industrial Sewing Machine (Made in Japan) is available)</u>

- அசல் ஜுகி டிடிஎல்-5530 இயந்திரம்
- நேர் தையல் செய்யும் தொழிற்துறை இயந்திரம்
- புதிய சர்வோ மோட்டார் பொருத்தப்பட்டுள்ளது (அமைதியாக இயங்கக்கூடியது மற்றும் மின்சாரத்தைச் சேமிக்கக்கூடியது).
- தொழிற்துறை பயன்பாட்டிற்கான மேஜை மற்றும் ஸ்டாண்ட் ஆகியவை இதில் அடங்கும்.
- முழங்கால் மூலம் உயர்த்தும் வசதி மற்றும் பெடல் அமைப்பு உள்ளது.
- ஆடை உற்பத்தி, தையல் தொழில், ்பேஷன் டிசைனிங் மற்றும் மெத்தை/உப்கோல்ஸ்டரி வேலைகளுக்கு ஏற்றது.
- ஆரோவில் / பாண்டிச்சேரியில் உள்ளது.
- வாங்குவதற்கு முன் இயக்கிப் பார்த்து சோதித்துக் கொள்ளலாம்.

வாங்க விருப்பம் இருந்தால், தயவுசெய்து தொடர்பு கொள்ளவும்: 9843846458 (வாட்ஸ்அப்).

<u>நர்சரி சாலை - நான்கு சக்கர வாகனங்களுக்கு மூடப்படுகிறது</u>
<u>(Nursery road closed for 4 wheelers)</u>

அன்பார்ந்த நண்பர்களே,
ஜூன் 29 திங்கட்கிழமை முதல், நர்சரி குடியிருப்புப் பகுதிக்கும் கிரவுன் சாலைக்கும் (லாங்வேஜ் லேப்--க்கு அருகில்) இடைப்பட்ட நர்சரி சாலை, நான்கு சக்கர வாகனங்களின் பயன்பாட்டிற்கு முழுமையாக மூடப்படும்.

நான்கு சக்கர வாகனங்களை ஓட்டுபவர்கள், அதற்குப் பதிலாக கிரவுன் சாலையையும், பின்னர் இளைஞர்கள் பள்ளிக்குச் செல்லும் சாலையையும் பயன்படுத்துமாறு கேட்டுக்கொள்ளப்படுகிறீர்கள். இதனால் ஏற்படும் சிரமத்திற்கு வருந்துகிறோம்.

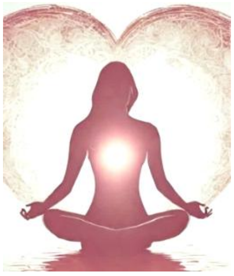
மாத்ரிமந்திர் அணி

<u>ஜூலையில் ஹெலனுடன் மனவளப் (மைண்ட்்புல்னெஸ்) பயிற்சி வகுப்பு</u> <u>(Mindfulness with Helen in July)</u>

கீழே உள்ள அமர்வுகள், அதிர்ச்சி உணர்திறன் மனவள (விழிப்புணர்வு) (Trauma Sensitive Mindfulness) சான்றிதழ் பெற்ற, தகுதிவாய்ந்த நினைவாற்றல் ஆசிரியரான ஹெலன் அவர்களால் வழிநடத்தப்படுகின்றன.

மேலும், கோரிக்கையின் பேரில் ஹெலன் நேரிலும், ஆன்லைனிலும் தனிநபர் அமர்வுகள் மற்றும் தனிப்பட்ட குழு அமர்வுகளையும் வழங்குகிறார். விவரங்கள் மற்றும் முன்பதிவுகளுக்கு 7094753054 என்ற எண்ணில் வாட்ஸ்அப் செய்யவும் அல்லது innersightav.org என்ற இணையதளத்தைப் பார்வையிடவும்.

12 ஜூலை, ஞாயிறு, காலை 9:30 - மதியம் 12:30	Mindfulness Kindfulness Half Day Retreat (அரை நாள் மனவள மற்றும் அன்பு வழி தியானம்)	சிறிய-ரீட்ரீட் @ ஆரோமோட்
19 ஜூலை, ஞாயிறு, காலை 10:30 - மதியம் 12:30	Introduction to Mindfulness Workshop (மனவளம் (விழிப்புணர்வு) (மைண்ட்்புல்னஸ்) அறிமுகப் பட்டறை)	பயிற்சி வகுப்பு @ ஆரோமோட்
19 ஜூலை, ஞாயிறு, பிற்பகல் 2:30 - மாலை 4:30	Mindful Photography Workshop மனவளத்துடன் (விழிப்புணர்வுடன்) கூடிய புகைப்படம் எடுத்தல் பயிற்சிவகுப்பு	பயிற்சி வகுப்பு @ ஆரோமோட்
27 ஜூலை திங்கள் - 2 ஆகஸ்ட் ஞாயிறு	Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) மனவளம் (விழிப்புணர்வு) சார்ந்த மன அழுத்தத்தைக் குறைக்கும் பயிற்சி	1 வாரம் பயிற்சி வகுப்பு @ ஆரோமோட்



ஹெலனுடன் அரை நாள் மனவள மற்றும் அன்பு வழி தியானம் (மைண்ட்ஃபுல்னஸ் மற்றும் கைண்ட்ஃபுல்னஸ் பயிற்சி வகுப்பு)

12 ஜூலை ஞாயிறு, காலை 9:30 முதல் மதியம் 12:30 வரை

இந்தச் சிறிய பயிற்சி முகாம், மனவள விழிப்புணர்வு மற்றும் கனிவு சார்ந்த பயிற்சிகளை ஒருங்கிணைத்து, சுய-இரக்க உணர்வை வளர்க்கவும் இதயத்தைத் திறக்கவும் ஒரு மென்மையான பாதையை உருவாக்குகிறது.
அனைவரும் அன்புடன் வரவேற்கப்படுகிறார்கள். பங்கேற்பாளர்கள் குஷன், பாய் அல்லது நாற்காலியில் அமரலாம்; ஆழ்ந்த உள்நிலை அனுபவத்தைப் பெற, முகாம் முழுவதும் மௌனம் கடைப்பிடிக்கப்படும்.

மனவளம் (விழிப்புணர்வு) (மைண்ட்ஃபுல்னஸ்) அறிமுகப் பயிற்சி வகுப்பு - 19 ஜூலை ஞாயிறு, காலை 10:30 முதல் மதியம் 12:30 வரை

அன்றாட வாழ்க்கையின் பரபரப்பிற்கு மத்தியிலும் மன அமைதியை எவ்வாறு கண்டறிவது என்பதைக் கண்டறியுங்கள். மனதை ஒருநிலைப்படுத்தவும், நிகழ்கால உணர்வு, தெளிவு மற்றும் மகிழ்ச்சியுடன் இணையவும் எளிய நுட்பங்களைக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள்.
அமைதியான மற்றும் நிகழ்காலத்தில் வாழும் தன்மையை விரும்பும் எவருக்கும், அல்லது மன விழிப்புணர்வு என்றால் என்ன என்பதை ஆழமாகப் புரிந்துகொள்ள விரும்பும் எவருக்கும் இந்தப் பட்டறை மிகவும் ஏற்றது.

மனவளத்துடன் (விழிப்புணர்வுடன்) கூடிய புகைப்படம் எடுத்தல் (Mindful Photography) பயிற்சி வகுப்பு - 19 ஜூலை ஞாயிறு, மதியம் 2:30 முதல் மாலை 5:00 வரை

இந்தப் பயிற்சி வகுப்பு 'மிக்ஸாங்' (miksang) எனப்படும் ஆழ்ந்த சிந்தனை சார்ந்த புகைப்படம் எடுத்தல் முறையை ஆராய்கிறது. மிக்சாங் என்பது இதயம், மனம் மற்றும் உள்நிலை ஆகியவற்றை ஒருங்கிணைக்கும் ஒரு பயிற்சியாகும். இது உலகைப் புதிய பார்வையுடன் பார்க்கவும், நமது முன்முடிவுகள், கதைகள் மற்றும் தொழில்நுட்பக் கோட்பாடுகளைக் கடந்து செல்லவும் நம்மை அழைக்கிறது.
இப்பயிற்சியில் மிக்சாங் அறிமுகம், மனதை ஒருநிலைப்படுத்தும் பயிற்சிகள் மற்றும் தனிப்பட்ட பயிற்சி நேரம் ஆகியவை அடங்கும். அனைவரும் வரவேற்கப்படுகிறார்கள். புகைப்படம் எடுக்க ஒரு கருவி (கைபேசி கூட போதுமானது) மட்டும் உங்களிடம் இருந்தால் போதும்.

மனவளம் (விழிப்புணர்வு) சார்ந்த மன அழுத்தத்தைக் குறைக்கும் பயிற்சி வகுப்பு (Mindfulness Based Stress Reduction)

27 ஜூலை திங்கள் முதல் 2 ஆகஸ்ட் ஞாயிறு வரை - காலை 7:30 முதல் 9:30 வரை (திங்கள் - சனி) மற்றும் காலை 9:30 முதல் மதியம் 12:30 வரை (ஞாயிறு)

ஆதாரங்களின் அடிப்படையில் அமைந்த இந்தப் பயிற்சி, பழமையான மனவள (விழிப்புணர்வு) முறைகளை நவீன நரம்பியல் அறிவியல் ஆராய்ச்சிகளுடன் ஒருங்கிணைக்கிறது. மன உறுதி, கவனம் மற்றும் நிகழ்கால உணர்வை வளர்க்கும் அதே வேளையில், மன அழுத்தம், பதற்றம், அதீத சோர்வு மற்றும் உடல் அல்லது உணர்வுரீதியான வலிகளைக் கையாள்வதற்கான நடைமுறை உத்திகளை இது வழங்குகிறது.

வேலைப்பளு, உறவுச் சிக்கல்கள் மற்றும் உடல்நலக் கவலைகளை எதிர்கொள்பவர்களுக்கும், அத்துடன் தங்கள் செயல்பாட்டு முறைகள், மனம் மற்றும் உண்மையான இயல்பை ஆழமாகப் புரிந்துகொள்ள விரும்புபவர்களுக்கும் இது உதவுகிறது. ஆரம்ப நிலையில் உள்ளவர்களுக்கும், தங்கள் பயிற்சியை ஆழப்படுத்த விரும்புபவர்களுக்கும் இது ஏற்றது.

மயில் கார்டன் மறுஉருவாக்கப் பழ உற்பத்தி, ஆராய்ச்சி மற்றும் கல்வி - 'யூத்லிங்கின்' திட்டம்

(Mayil Garden Regenerative fruit production, Research & Education. A youthlink program)

ஆரோவில்லில் உள்ள பழ மரங்கள் மற்றும் பல்லாண்டு காலபயிர்களை ஆவணப்படுத்த எங்களுக்கு உதவுங்கள்
'மயில் கார்டன்' என்பது என்பது யூத்லிங்கின் ஒரு புதிய திட்டமாகும். இது ஆரோவில் உயிரியப் பகுதியில் வெப்பமண்டலப் பழ உற்பத்தி, சுற்றுச்சூழல் மறுசீரமைப்பு, கல்வி மற்றும் காலநிலை மாற்றத்தைத் தாங்கக்கூடிய உணவு அமைப்புகள் ஆகியவற்றில் கவனம் செலுத்துகிறது.

இத்திட்டத்தின் வளர்ச்சியின் ஒரு பகுதியாக, ஆரோவில் மற்றும் அதன் சுற்றியுள்ள கிராமங்களில் வளரும் பழ மரங்கள் மற்றும் பல்லாண்டு கால உணவுப் பயிர்களைச் அடையாளம் கண்டு ஆவணப்படுத்துவதே இதன் நோக்கமாகும்.

பல ஆண்டுகளாக, பல மதிப்புமிக்க பயிர்வகைகள் இப்பகுதியில் நடப்பட்டு, சோதிக்கப்பட்டு, உள்ளூர் சூழலுக்கு ஏற்ப மாற்றமடைந்துள்ளன. இந்தத் தகவல்களைச் சேகரிப்பதன் மூலம், உள்ளூர் சூழலுக்கு ஏற்ற பயிர் வகைகளைக் கண்டறியவும், அவற்றின் உற்பத்தித் திறனை ஆவணப்படுத்தவும், புதிய மரக்கன்றுகளை உற்பத்தி செய்வதற்கான சாத்தியமான ஆதாரங்களை கண்டறியவும், எதிர்கால நடவுத் திட்டங்கள், ஆராய்ச்சி, கல்வி மற்றும் உணவுத் தற்சார்பு முயற்சிகளுக்கு ஆதரவளிக்கும் ஒரு பொதுவான தகவல் களஞ்சியத்தை உருவாக்கவும் நாங்கள் விரும்புகிறோம்.

இந்த ஆய்வில் பங்கேற்கவும்

நீங்கள் பழ மரங்கள் அல்லது பல்லாண்டு கால உணவுப் பயிர்களை வளர்ப்பவராகவோ அல்லது பராமரிப்பவராகவோ இருந்தால், அல்லது இப்பகுதியில் வளரும் குறிப்பிடத்தக்க மரங்கள்/பயிர்கள் பற்றி அறிந்திருந்தால், உங்கள் பங்களிப்பை நாங்கள் வரவேற்கிறோம்.

இந்தக் கணக்கெடுப்பை முடிக்க சில நிமிடங்கள் மட்டுமே ஆகும், மேலும் இதை ஒரு மரத்திற்கோ அல்லது பல வகையான பயிர்கள் குறித்தும் பூர்த்தி செய்யலாம். நமது உயிரிய பகுதியில் சூழலுக்கு ஏற்ப வளரும் பழ மரங்கள் குறித்து ஆவணப்படுத்துவதற்கு எங்களுக்கு உதவியதற்கு நன்றி.

இத்திட்டத்தைப் பற்றி அறிந்துகொள்ள:

'மயில் தோட்டம்' பற்றி மேலும் அறிய விரும்புகிறீர்களா? திட்டத்தின் கண்ணோட்டம், நோக்கங்கள், செயல்முறை, காலக்கெடு மற்றும் கூடுதல் ஆவணங்களைப் பார்வையிட க்யூஆர் (QR) குறியீட்டை ஸ்கேன் செய்யவும். திட்டக் கோப்பைத் திறக்கவும்.

கேள்விகள், பரிந்துரைகள், கூட்டு முயற்சி வாய்ப்புகள் அல்லது உங்களது தகவல்களை நேரடியாக பகிர்வதற்கு எங்களைத் தொடர்பு கொள்ளவும். mayil.garden@auroville.org.in

---

ஒலிப் பயணங்கள்: (SONIC JOURNEYS:)

ஒரு இசைத்தொகுப்பு மற்றும் இசை ரசிப்பு அமர்வு, இதில் இடம்பெறுபவை:
மின்னணு இசைத் தொகுப்பு - டேனியலுடன்
ஆரம்பகால முன்னோடி இசைக்கருவிகளில் இருந்து நவீன டிஜிட்டல் ஒர்க்ஸ்டேஷன் வரை, மின்னணு இசையின் வியக்கத்தக்க பரிணாம வளர்ச்சியை நாம் காணும்போது எங்களுடன் இணையுங்கள்.

03-07-26, வெள்ளிக்கிழமை, இரவு 8:00-9:30 மணி @ கலாபூமி இசை ஸ்டுடியோ

முன்பதிவு தேவையில்லை. நேரடியாக வரலாம்!
வாகன நிறுத்தம்: கார்கள்: கயா மைதானம் / கிரிபா பின்புற நுழைவாயிலில்.
இருசக்கர வாகனங்கள்: கலாபூமி இசை ஸ்டுடியோவில்.

சமூக ஊடக மேலாளர் தேவை (Looking For A Social Media Manager)

ஈகோ ஃபெம் (Eco Femme) நிறுவனம், அனைத்து சமூக ஊடகப் பொறுப்புகளையும் கையாள, ஒரு முழுநேர, நேரடியாக பணிபுரியும் சமூக ஊடக மேலாளர் பணிக்கு ஆட்களை தேர்வு செய்கிறது.

எங்களது நிறுவனம் 2010-ல் நிறுவப்பட்ட ஒரு சமூக நிறுவனம் ஆகும். நாங்கள் துணியாலான மாதவிடாய் பட்டைகளைத் தயாரிப்பதுடன், இந்தியாவில் உள்ள பெண்கள் மற்றும் சிறுமிகளுக்கு மாதவிடாய் குறித்த தகவல்களையும் கல்வியையும் வழங்குகிறோம். எங்களைப் பற்றி மேலும் அறிய, www.ecofemme.org என்ற இணையதளத்தைப் பார்வையிடவும்.
சமூக ஊடகக் கணக்குகளை (இன்ஸ்டாகிராம், ஃபேஸ்புக், யூடியூப், லிங்க்ட்இன்) நிர்வகிப்பதில் குறைந்தபட்சம் ஒரு வருட நடைமுறை அனுபவமும், வீடியோ எடிட்டிங் திறன்களும், வலுவான கலை இரசனையும் கொண்ட ஒரு படைப்பாற்றல் மிக்க தொடர்பாளர் எங்களுக்கு தேவை.

இந்தப் பணியில் உடனடியாகச் சேரலாம், குறைந்தபட்சம் ஒரு ஆண்டுகாலம் வேலைசெய்ய உறுதியளிக்க வேண்டும். விண்ணப்பிப்பதற்கான கடைசி நாள் 28.06.2026.
பணிக் குறித்த முழுமையான விவரங்கள் அல்லது விண்ணப்பிக்கும் செயல்முறைக்கு எங்களைத் தொடர்பு கொள்ள laure@ecofemme.org என்ற மின்னஞ்சல் முகவரிக்கு மின்னஞ்சல் அனுப்பவும்.

நவீன மற்றும் சமகால நடன வகுப்புகள் (Modern & Contemporary Dance Classes)

ஒவ்வொரு புதன்கிழமையும், மாலை 4:00-5:30, நியூகிரியேஷன் - 8-12 வயதுடைய குழந்தைகளுக்காக.

இரண்டு ஆசிரியர்களால் வழிநடத்தப்படும், எங்களின் தொடர்ச்சியான நவீன மற்றும் சமகால நடனக் குழுவில் சேருங்கள். நடன உலகத்தை ஒன்றாகக் கண்டறிய ஆர்வமுள்ள, அர்ப்பணிப்பும் உற்சாகமும் கொண்ட புதிய மாணவர்களை நாங்கள் தேடுகிறோம்!

வகுப்புகளில் அடங்குபவை: வார்ம்-அப் விளையாட்டுகள், படைப்பாற்றல்மிக்க அசைவு மேம்பாடு, வலுவான குழு உருவாக்கும் செயல்பாடுகள், நடன நுட்பம்.
சுயமாக நடன அமைப்பு செய்வதற்கும், படைப்பாற்றலை வெளிப்படுத்துவதற்கும் ஏராளமான வாய்ப்புகள்
ஆர்வமாக உள்ளீர்களா? உங்கள் பதிலை எதிர்பார்க்கின்றோம். மேலும் தகவல்களுக்கு, எங்களை வாட்ஸ்அப்பில் தொடர்பு கொள்ளவும்: +49157 53563369. *மாலியா & லீலா*

நெஸ் பள்ளியின் அறிவிப்பு (Announcement From NESS)

அன்பார்ந்த சமூக உறுப்பினர்களே,
இது நெஸ் பள்ளியின் சார்பான வேண்டுகோள் ஆகும். உங்கள் தோட்டங்களில் உள்ள உபரிப் பழங்களை (எலுமிச்சை, மாம்பழம், ஸ்ட்ராபெர்ரி, பப்பாளி, நாவல் பழம் போன்றவை) எங்களது மாணவர்களுக்காக நன்கொடையாகப் பெற்றுக்கொள்ள நாங்கள் விரும்புகிறோம். நீங்கள் அனுமதி அளித்தால், நாங்கள் நேரில் வந்து அவற்றைச் சேகரித்துக் கொள்வோம்.
இவ்விஷயத்தில் உங்கள் தாராள மனப்பான்மையை எதிர்நோக்கியுள்ளோம்.

நன்றி, K. வெங்கடேஷ், தலைமை ஆசிரியர். *நியூ இரா மேல்நிலைப்பள்ளி, இணைப்பு எண்: 1980010 & பள்ளி குறியீடு: 55157, ஆஸ்பிரேஷன், குயிலாப்பாளையம், ஆரோவில் - 605101, வானூர் வட்டம், விழுப்புரம் மாவட்டம், தமிழ்நாடு.*

<u>நோவானாவின் அறிவிப்பு (Announcement From Nowana)</u>

அன்பார்ந்த சமூகத்தினரே மற்றும் உணவுப் பிரியர்களே,
நோவானாவின் புனரமைப்புப் பணிகள் கிட்டத்தட்ட அனைத்தும் நிறைவடைந்துவிட்டன. எங்களது உணவருந்தும் பகுதியில் புதிய கூரை அமைக்கப்பட்டுள்ளதால், மதிய உணவுச் சேவைக்காக உங்களை வரவேற்க நாங்கள் தயாராக உள்ளோம்.

எங்களது உணவகம் வழக்கமான நேரங்களில் மீண்டும் திறந்திருக்கும்:
வியாழக்கிழமை தவிர மற்ற எல்லா நாட்களிலும், மதியம் 12:00 மணி முதல் இரவு 9:00 மணி வரை (கடைசி ஆர்டர் வரை).
ஆனால் இது மட்டுமின்றி, 03.07.2026 முதல், நொவானா காலை உணவிற்காகவும் திறந்திருக்கும். பிரதான வீதிகளின் சத்தங்களில் இருந்து விலகி வந்து அமைதியாக ஒரு காஃபி அருந்தி மகிழுங்கள். உங்களுக்குப் பிடித்த காலை உணவு வகைகளைச் சுவைத்து மகிழுங்கள். இணையத் தொடர்பு தேவையா? கவலை வேண்டாம், இலவச வைஃபை மற்றும் நீங்கள் அமர்ந்து வேலை செய்வதற்குத் தேவையான தாராளமான இடவசதி உள்ளது.

காலை உணவு நேரம்: காலை 8:30 மணி முதல் முற்பகல் 11.00 மணி வரை, வியாழக்கிழமை தவிர அனைத்து நாட்களும்.
உங்களை விரைவில் சந்திக்க ஆவலுடன் காத்திருக்கிறோம்!

நன்றியுடன், *நோவானா குழு*

<u>சாதனா ஃபாரஸ்ட்டில் வெள்ளிக்கிழமை தோறும் ஈக்கோ பிலிம் கிளப்</u>
<u>(Eco Film Club, every Friday at Sadhana Forest)</u>

<u>நிகழ்வுகளின் அட்டவணை:</u>
16:00 சோலார் கிச்சனிலிருந்து சாதனா ஃபாரஸ்ட்டிற்கு சென்று பார்க்க இலவசப் பேருந்து
16:30 சாதனா ஃபாரஸ்ட்டை சுற்றிப்பார்த்தல்
18:00 சோலார் கிச்சனிலிருந்து சாதனா ஃபாரஸ்ட்டிற்கு ஈக்கோ பிலிம் கிளப்பிற்கு இலவச பேருந்து
18:30 ஈக்கோ பிலிம் கிளப் ஆனது சாதனா ஃபாரஸ்ட் படங்களின் "முன்னோட்டத்துடன்" தொடங்குகிறது
20:00 இரவு உணவு உபசரிப்பு
21:15 சாதனா ஃபாரஸ்ட்டில் இருந்து சோலார் கிச்சனுக்கு திரும்பிவர இலவசப் பேருந்து

திரைப்படத்திற்கு முன், சரியாக 16:30 மணிக்கு சாதனா ஃபாரஸ்ட்டை முழுவதும் சுற்றிப்பார்க்க எங்களின் மிகச் சமீபத்திய பணிகள் குறித்த தகவல்களைத் தெரிந்து கொள்ள எங்களுடன் சேர உங்களை வரவேற்கிறோம்! திரைப்படத்திற்குப் பிறகு, இலவச 100% சைவ இயற்கைமுறை இரவு உணவிற்கு எங்களுடன் சேர உங்களை வரவேற்கிறோம்!

இப்பேருந்து சேவை சாதனா ஃபாரஸ்ட்டால் இயக்கப்படுகிறது. பேருந்து சேவை பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு சாதனா ஃபாரஸ்ட்டை வாட்ஸ்அப்பில் 8525038274 அல்லது 8122274924 என்ற எண்ணில் தொடர்பு கொள்ளவும்.
**குறிப்பு: குடும்பங்கள் மற்றும் குழந்தைகள் வரவேற்கப்படுகிறார்கள்! குழந்தைகளுக்கு இரவு உணவு 19:00 மணிக்கு வழங்கப்படும்.

ஜூலை 3, வெள்ளி அன்று - அமேசான் மனத்தீ (Amazonian Manatee) - 2009 / 59 நிமிடங்கள் / டிம் கிரீன்

அமேசான் படுகையில், அருகிவரும் அமேசான் கடற்பசுவைப் பாதுகாக்க, ஒரு பாதுகாப்புத் திட்டம் உள்ளூர் வேட்டை சமூகங்களுடன் இணைந்து செயல்படுகிறது. காயமடைந்த விலங்குகளை மீட்டு, புனர்வாழ்வளித்து, மீண்டும் காட்டில் விடுவதன் மூலம், இத்திட்டம் தனிப்பட்ட கடற்பசுக்களைக் காப்பாற்றுவதை மட்டுமல்லாமல், அந்த இனத்தின் மீது ஒரு பரந்த மதிப்பையும் வளர்ப்பதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளது. காடுகளில் சில ஆயிரம் மட்டுமே எஞ்சியிருப்பதாகக் கருதப்படுவதால், ஒவ்வொரு வெற்றிகரமான விடுவிப்பும் முக்கியத்துவம் வாய்ந்ததாகும். மீட்கப்பட்ட ஒரு கடற்பசுவின் கவனமான மதிப்பீடு மற்றும் விடுவிப்பைக் காட்சிப்படுத்துகிறது, இது சமூக ஈடுபாட்டின் மூலம் பாதுகாப்பிற்கான ஒரு நம்பிக்கையான அணுகுமுறையை எடுத்துக்காட்டுகிறது.

<u>ஆம்பித்தியேட்டர் - மாத்ரிமந்திர் (AMPHITHEATRE – MATRIMANDIR)</u>

சாவித்திரியுடன் சூரிய அஸ்தமனத்தில் தியானம்,
வியாழன் தோறும் மாலை 6.00 முதல் 6.30 வரை (வானிலை அனுமதித்தால்)

01.04.2026 முதல் செப்டம்பர் வரை, மாத்ரிமந்திர் ஆம்பித்தியேட்டரில், சாவித்திரி உடன் சூரிய அஸ்தமன தியானம் **வியாழன் அன்று நடைபெறும்.** சாவித்ரி, ஸ்ரீஅரவிந்தரின் நீண்ட மந்திரக் கவிதையாகும், சுனிலின் பின்னணி இசையில் ஸ்ரீஅன்னை வாசிப்பில், ஆரோவில்லின் மையத்தில் உள்ள இந்த அழகிய திறந்தவெளியில், அனைவரும் மனத்தை ஒருமுகப்படுத்துவதற்காக வாரந்தோறும் ஒலிபரப்பப்படுகிறது.

- **<u>அனைவருக்கும் நினைவூட்டுகிறோம்:</u>** ஒருமைப் பூங்கா (ஃபார்க் ஆஃப் யுனிட்டி) அமைதி, தியானம், ஆன்மிகப் பயிற்சிக்கான இடமாகும், ஆகவே, இந்த இடத்தை இதற்காக மட்டுமே பயன்படுத்த வேண்டும். அனைவரையும் கேட்டுக்கொள்கிறோம்: கேமராக்கள், ஐ-பேடுகள், செல்போன்கள் போன்றவற்றைப் பயன்படுத்தக்கூடாது. புகைப்படங்கள் எடுக்கக் கூடாது.
- **ஆரோகார்டு வைத்துள்ள விருந்தினர்கள்** கலந்துகொள்ள விரும்பினால் ஒன்று அல்லது இரண்டு நாட்களுக்கு முன்னதாக <u>https://bit.ly/savitri-reading</u> -இல் உள்ள படிவத்தை முன்பதிவு செய்ய வேண்டும். தயவுசெய்து உங்களின் ஆரோகார்டை உங்களுடன் கொண்டு வாருங்கள்.
- ஆம்பித்தியேட்டருக்கு அலுவலக கேட் வழியாக மாலை 5:45 மணி முதல் மட்டுமே அனுமதி. விருந்தினர்கள் தங்கள் ஆரோகார்டுகளை கொண்டு வருமாறு கேட்டுக் கொள்ளப்படுகிறார்கள். விருந்தினர்களுக்கான கடைசி நுழைவு மாலை 6.00 மணி வரை. ஆம்பித்தியேட்டருக்கு மட்டுமே விருந்தினர்கள் செல்ல முடியும்.

அந்துவான் - மாத்ரிமந்திர் நிர்வாகி

ஆரோவில் பொருளாதார மேம்பாட்டு முன்முயற்சி (Auroville Economic Development Initiative)

கடந்த ஓராண்டாக, 'புராஸ்பெரிட்டையை நோக்கிய பயணம்' (Towards Prosperity) எனும் செயல்முறை, ஆரோவில் குடியிருப்பாளர்களின் தேவைகள் மற்றும் அபிலாஷைகள் குறித்த நமது புரிதலை ஆழப்படுத்த உதவியது. இப்பணி தொடர்ந்து நடைபெற்று வரும் நிலையில், அடுத்தகட்டமாக, நகரின் நீண்டகால வளர்ச்சிக்கும் குடியிருப்பாளர்களின் வளமைக்கும் உறுதுணையாக அமையும் பொருளாதார அடித்தளங்களை வலுப்படுத்துவது அவசியமாகிறது.

இம்முயற்சிக்கு ஆதரவளிக்கும் வகையில், எ.்ப்ஏஎம்சி **'ஆரோவில் பொருளாதார மேம்பாட்டு முன்முயற்சியை'** (Auroville Economic Development Initiative) தொடங்குகிறது.

இம்முன்முயற்சியின் ஒரு பகுதியாக, **'பொருளாதார மேம்பாட்டு ஆய்வுக் குழு'** (Economic Development Study Group) ஒன்று அமைக்கப்படும். இக்குழு ஆய்வுகளை மேற்கொள்ளுதல், தற்போதைய தரவுகளைப் பகுப்பாய்வு செய்தல், அறக்கட்டளைகள், யூனிட்டுகள், சேவைகள், தொழில்முனைவோர்கள் மற்றும் குடியிருப்பாளர்களுடன் கலந்துரையாடுதல் மேலும் **'ஆரோவில் பொருளாதார மேம்பாட்டுக்கான கட்டமைப்பை'** உருவாக்க உதவுதல் போன்ற பணிகளை மேற்கொள்ளும்.

இந்த ஆய்வுக் குழு பின்வரும் கேள்விகள் குறித்து ஆராயும்:
- ஆரோவில் தனது பொருளாதாரச் சூழல் அமைப்பை எவ்வாறு வலுப்படுத்தலாம்?
- தற்போதுள்ள யூனிட்டுகள் மற்றும் அறக்கட்டளைகளுக்கு எவ்வாறு சிறந்த ஆதரவை வழங்கலாம்?
- தொழில்முனைவு, புத்தாக்கம் மற்றும் இளைஞர்களின் பங்கேற்பு ஆகியவற்றிற்கு என்னென்ன வாய்ப்புகள் உள்ளன?
- பொருளாதார வளர்ச்சியானது ஆரோவில்லின் கூட்டு நலனுக்கு எவ்வாறு இன்னும் சிறப்பாகப் பங்களிக்க முடியும்?
- நகரின் பொருளாதார அடித்தளங்களை உருவாக்க என்னென்ன நீண்டகால உத்திகள் தேவைப்படுகின்றன?

இச்செயல்முறையில் பங்களிக்க விரும்பும் குடியிருப்பாளர்கள், தங்கள் **ஆர்வத்தை வெளிப்படுத்தும் விண்ணப்பத்தை (Expression of Interest)** சமர்ப்பிக்குமாறு கேட்டுக்கொள்ளப்படுகிறார்கள்.

உங்கள் ஆர்வத்தை வெளிப்படுத்தும் விண்ணப்பத்தை இங்கே சமர்ப்பிக்கவும்: Google Form Link

பெறப்பட்ட பதில்களின் அடிப்படையில், அவேர் (AWARE)-இன் ஒருங்கிணைப்பு ஆதரவுடன், பல்வேறு அனுபவங்கள், நிபுணத்துவம் மற்றும் கண்ணோட்டங்களைக் கொண்ட ஒரு சிறிய, பல்துறை சார்ந்த ஆய்வுக் குழுவை எ.்ப்ஏஎம்சி அமைக்கும்.

ஆரோவில்லுக்காக வலுவான, மீள்திறன் கொண்ட மற்றும் விழிப்புணர்வுடன் கூடிய பொருளாதாரத்தை உருவாக்கப் பங்களிக்கும் வகையிலான, சிந்தனைமிக்க, கூட்டு முயற்சியால் ஆன மற்றும் செயல்நோக்குடைய ஒரு செயல்முறையை உருவாக்குவதே இதன் நோக்கமாகும்.

சமர்ப்பிப்பதற்கான கடைசித் தேதி: 10 ஜூலை 2026

வாழ்த்துகளுடன், எ.்ப்ஏஎம்சி

ஆரோவில் நூலகம் திறந்திருக்கும் நேரம் (Auroville Library opening timing)

01 ஜூலை 2026 முதல் ஆரோவில் நூலகம் தனது வழக்கமான நேர அட்டவணைப்படி செயல்படுகிறது.

வேலை நேரங்கள்: காலை: திங்கள் முதல் சனி வரை - காலை 9:00 மணி முதல் மதியம் 12:30 மணி வரை
மதியம்: திங்கள் முதல் சனி வரை - மதியம் 2:00 மணி முதல் மாலை 4:30 மணி வரை
(செவ்வாய்க்கிழமை மட்டும்: மாலை 4:00 மணி முதல் 6:30 மணி வரை)

ஆரோவில் நூலகம்

பாத அழுத்த முறை பயிற்சிப் பட்டறை (Foot Reflexology Workshop)

இந்த இரண்டு நாள் பயிற்சிப் பட்டறை, பாத அழுத்த முறை (ரெ.்ப்லெக்ஸாலஜி) (Foot Reflexology Workshop) அடிப்படைகளை கோட்பாடு மற்றும் நேரடிப் பயிற்சி மூலம் அறிமுகப்படுத்துகிறது. பாரம்பரிய அறிவு மற்றும் உடலைப் பற்றிய முழுமையான புரிதலை அடிப்படையாகக் கொண்டு, இது தளர்வு, சமநிலை மற்றும் நல்வாழ்வை ஆதரிக்கும் நுட்பங்களைக் கற்றுக்கொள்வதற்கு ஆரம்பநிலையாளர்களுக்கு ஏற்ற அணுகுமுறையை வழங்குகிறது.

ரவி, தாய் மசாஜ், ஆயுர்வேதம் மற்றும் அக்குபஞ்சர் ஆகியவற்றில் தனது பல வருடப் பயிற்சியையும் அனுபவத்தையும் இணைத்து, இந்த சிகிச்சைக்கலைக்கு ஒரு சிந்தனைமிக்க மற்றும் நடைமுறை அறிமுகத்தை வழங்குகிறார்.

உள்ளடக்கியவை:
- 10 மணி நேர வழிகாட்டுதல் பயிற்சி. • கையேடு மற்றும் பயிற்சிப் பொருட்கள்
- முதல் நாள் மதிய உணவு, இரண்டு நாட்களும் தேநீர் மற்றும் சிற்றுண்டிகள்.

2026 ஜூலை 11 சனிக்கிழமை காலை 9 மணி முதல் மாலை 4 மணி வரை
2026 ஜூலை 12 ஞாயிற்றுக்கிழமை காலை 9 மணி முதல் மதியம் 1 மணி வரை

பதிவு ஜூலை 8 அன்று முடிவடைகிறது - +91 74484 33118 | care@themaromaspa.com, www.themaromaspa.com

மரோமா ஸ்பா