

# அமைதியும் ஆரோக்கியமும்



புதுயுகத்தின் வழிகாட்டி

அமைதி - 4 ஆரோக்கியம் - 5 டிசம்பர் - 2016

## நிம்மதி தியானம்

✿ நான் உங்களை நேசிக்கிறேன்.

✿ என்னை மன்னியுங்கள்.

✿ நன்றி.

எண்ணம் போல் வாழ்க்கை



## பானு வீட்டுக்கல்வி முறை

எப்போது பள்ளிக்கு விடுமுறை  
என அறிவித்தால் குழந்தைகள்  
மனம் வருந்துகிறார்களோ, பள்ளி  
வேண்டும் என அடம்பிடிக்கிறார்களோ,  
அப்போதுதான் உண்மையான கல்வி  
நடக்கிறது என்று அர்த்தம் !

- ஓலர் பாஸ்கர்



டிசம்பர் 2016



## பொருளடக்கம்

04 கருப்பு பணம்

19 நிம்மதி தியானம்

22 உளுந்து குளியல்

23 வைட்டமின் பி17ம்  
கேன்சரும்

25 மசக்கை (பகுதி 2)

விலை ரூ. 50/-

ஒரு வருட சந்தா ரூ. 600/-

வெளியீடு

**கிரிஜயா பப்ளிகேஷன்ஸ்**

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

Helpline : + 91 88838 05456

Mail : giriyapublications@gmail.com

Web : www.giriyapublications.com

# ஆசிரியர் கூடல்



அன்பர்களே ! உலக அறிவாளிகளே !

மூன்றாம் உலக அமைதி எனும் தலைப்பில் நமது அமைதியும் ஆரோக்கியமும் இதழில் ஒரு கட்டுரையும், அதன் ஒலிப்பதிவாக எமது உரையினை ஆடியோ வடிவிலும் நாம் விரைவில் வெளியிட உள்ளோம்.

இப்பொழுது உலகத்திற்கு (நமக்கு) மிக முக்கியமாக தேவை ஒற்றுமையும், கூட்டுப் பிரார்த்தனையும். எனவே ஜாதி, மதம், இனம், நாடு போன்றவற்றில் நாம் வேறுபட்டிருந்தாலும், கருத்துக்களால் நமக்குள் முரண்பாடுகள் கொண்டிருந்தாலும் ஒற்றுமையாக இருப்போம். ஒரு வீட்டில் உள்ள குடும்ப உறுப்பினர்கள் பத்துபேர் தங்களுக்குள் கருத்து வேறுபாடுகளைக் கொண்டிருந்தாலும் ஒற்றுமையாக அந்த குடும்பத்தில் வாழ்கின்றனர். அதே போல ஒவ்வொரு மதம், மொழி, இனம், நாடு என நமக்குள் வேறுபாடுகள் கொண்டவர்களாக நாம் இருந்த போதும் கருத்துகளில் மட்டுமே முரண்பாடு இருக்க வேண்டும். ஆனால் ஒற்றுமையாக இருக்கவேண்டும்.

நாம் ஒற்றுமையாக இருப்பதுடன் மேலும் கூட்டுப் பிரார்த்தனை செய்வதையும் அதிகமாக நாம் மேற்கொள்ள வேண்டும். அப்பொழுதுதான் நாம் மூன்றாம் உலக அமைதியை விரைவில் அடைய முடியும்.

எனவே நாம் ஒற்றுமையாக இருந்து கூட்டுப்பிரார்த்தனை செய்து மூன்றாம் உலக அமைதியைப் பெறுவோம்.

நன்றி !

வாழ்க வையகம் !

உரிவர் பால்கர்

# கருப்பு பணம்



ஹீலர் பாஸ்கர்

நிறுவனர்,

அனாமிக் தெரபி ஃபவுண்டேஷன்

6 மாடி அரசு அறிவித்திருக்கும் ரூ. 500/- மற்றும் ரூ. 1000/-

நோட்டுகள் செல்லாது எனும்

திட்டம் கருப்பு பணத்தை ஒழிக்கும் என்றும், இது ஒரு நல்லதிட்டம் என்றும், பலரும் கூறுகிறார்கள். பத்திரிக்கை, தொலைக்காட்சி, இணையதளம் போன்ற ஊடகங்களும், மக்களில் பலரும் இதனை ஆதரித்தும், மோடியைப் பாராட்டியும் அவரை ஹீரோ என்றும் புகழ்ந்து வருகின்றனர்.

ஆனால் இது ஒரு நல்லதிட்டம் அல்ல!

இது ஒரு உதவாக்கரைத் திட்டம்!

பொதுமக்களுக்கு தீமை செய்யும் திட்டம் !

இந்தியாவை மொத்தமாக

இலுமினாட்டிகளுக்கு விற்ற திட்டம் !

இந்தியாவை இஸ்ரேல் நாட்டிற்கு

மொத்தமாக விற்கும் திட்டம். இந்த

திட்டத்தின் மூலமாக மோடி

இலுமினாட்டிகளுக்கு விசுவாசமாக இருந்து வேலை செய்கிறார் என்பது தெளிவாக தெரிகிறது.

**கருப்பு பணம் என்றால் என்ன?**

அரசாங்கத்திற்கு கணக்கு காட்டாமல் வைத்திருக்கும் எல்லா பணமும் கருப்புபணம் என்று சொல்கிறார்கள்.

**கருப்பு பண வீவகாரத்தில் பொதுமக்களை ஐந்துவகையாகப் பிரிக்கலாம்.**

**1. அரிசீயல்வாதிகள்**

(கவுன்சிலர், எம்.எல்.ஏ, அமைச்சர்கள், முதல்வர், பிரதமர்).

**2. வியபாரிகள்**

(அம்பானி, அதானி, டாடா பிரீலா)

### 3. மாஃபியா குடும்பல்

(தீவிரவாதிகள், புரட்சியாளர்கள்)

### 4. மதம் சார்ந்த தலைவர்களும், நூலுணர்வுகளும்.

### 5. சாதாரண மக்கள்

மேற்சொன்ன வகைகள் மட்டுமல்லாது மக்களை மேலும் வேறுவிதமாகவும் ஐந்து வகையாகப் பிரிக்கலாம்.

### 1. நியாயமான முறையில் சம்பாதிப்பவர்கள்.

உதாரணம் விவசாயிகள், கூலி வேலை செய்வோர், அப்பாவிக்கள்,

### 2. அநியாயமாக சம்பாதிப்பவர்கள்

உதாரணமாக, கொலை, கொள்ளை, திருட்டு, அளவுக்கு அதிக வட்டி, இலஞ்சம், ஏமாற்றுதல் மூலம் பணம் சேர்த்தவர்கள் .

### 3. இஸ்ரேல் நாட்டைச் சேர்ந்த

பதின்மூன்று குடும்பத்தினராகிய “சீக்ரெட் சொசைட்டியினர்” எனப்படும் இலுமினாட்டிகளிடம் வேலை செய்பவர்கள்.

### (இலுமினாட்டிகள் என்பவர்கள் யார்?

அவர்களுக்கும் இந்தியாவிற்கும் என்ன சம்பந்தம் ஆகிய தகவல்களை ஏற்கனவே எனது எட்டு மணிநேர உரையினை இணையதளம் யூடியூப்பில் (Youtube) பதிவேற்றி வைத்திருக்கிறேன். உலக அரசியல் பீஸ் ஓ மாஸ்டர் (World Politics by Peace O Master) என்று டைப் செய்து தேடினால் மேற்சொன்ன விவரங்களை விரிவாக நீங்கள் அறிந்து கொள்ளலாம்.)

### 4. இலுமினாட்டிகளிடம் வேலை செய்யாதவர்கள்.

### 5. இலுமினாட்டிகளை எதிர்ப்பவர்கள்.

இவ்வாறு ஐந்து வகைகளாகவும் மக்களைப் பிரிக்கலாம்.

மேற்சொன்னவாறு பத்து வகையாக உள்ள மக்களிடம் உள்ள பணம் அனைத்துமே

கருப்புபணம் என்று கூறுகிறார்கள். ரூ. 500/- மற்றும் ரூ. 1000/- செல்லாது என்ற அறிவிப்பினால் மேற்சொன்ன வகைகளில் உள்ளவர்களில் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் பொதுமக்களும், நியாயமான முறையில் சம்பாதிப்பவர்கள் மட்டுமே என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

இந்தத் திட்டத்தினை இப்பொழுது அறிவிப்பதற்கு ஒருவருடம் அல்லது இரண்டு வருடத்திற்கு முன்பாகவே நிச்சயம் திட்டம் வகுத்திருப்பார்கள். எனவே அரசியல்வாதிகள், வியாபாரிகள், மதம் சம்பந்தப்பட்ட மனிதர்கள், மாஃபியா குடும்பல், இலுமினாட்டிகளிடம் வேலை செய்வோர் போன்றவர்களுக்கு முன்னறிவிப்பு செய்யப்பட்டு அவர்களுக்குப் போதுமான கால அவகாசம் வழங்கப்பட்டது. இவ்வளவு கால இடைவெளியில் மேற்சொன்னவர்களிடம் உள்ள கறுப்புபணம் வெள்ளையாக மாறிவிட்டது.

பாதிக்கப்பட்டவர்கள் சாதாரண மனிதர்களும் இலுமினாட்டிகள் எனும் பதின்மூன்று குடும்பத்தினரிடம் வேலை செய்யாதோர், இலுமினாட்டிகளை எதிர்ப்போர் மற்றும் நியாயமான முறையில் சம்பாதிப்பவர்கள் மட்டும் தான். எனவே இந்தத் திட்டம் நிச்சயம் பொதுமக்களுக்கு துரோகம் செய்ய கூடியதிட்டமே தவிர நன்மை செய்யும் திட்டம் கிடையாது.

நான் பேசுவது சாதாரண மக்களுக்கு புரியாமல் இருக்கலாம். ஏனென்றால் நான் சர்வதேச அளவில் நடக்கும் பல விசயங்களையும் கூர்ந்து கவனித்துப் பொதுவாக பேசிக் கொண்டிருக்கிறேன். நம்நாடு, இனம், மொழி என நாம் ஒரு சிறிய வட்டத்திற்குள் நம்மைப் பொருத்திக் கொண்டு இருப்பதனால் நான் கூறுவது உங்களுக்குப் புரியாமல் இருக்கலாம். நீங்கள் சிறிய வட்டத்திலிருந்து பெரிய வட்டத்திற்கு

வரவேண்டும் எனில் இந்தக் கட்டுரையை முழுவதுமாக படியுங்கள்.

இந்தத் திட்டம் முன்பே தெரிவிக்கப்பட்டவர்கள் கறுப்புபணத்தினை வெள்ளையாக மாற்றிவிட்டார்கள். உதாரணமாக ராம்தேவ் பாபா ஏற்கனவே இத்திட்டம் குறித்து அறிந்திருக்கிறார். கடந்த ஒருவருடத்திற்கு முன்பிருந்தே இவர் இது குறித்து அடிக்கடி பேசி வருகிறார். எனவே இவர் கருப்புபணத்தை வெள்ளையாக மாற்றிவிட்டார்.

அடுத்த உதாரணம் ஊடகம். கடந்த பிப்ரவரி 2016 முதல் டிவி, பத்திரிக்கை, இணையதளம் போன்றவற்றில் இதுகுறித்து மறைமுகமாகப் பேசி வந்திருக்கிறார்கள். எனவே இந்த அறிவிப்பை முன்பே இவர்கள் அறிந்திருந்ததால் அவர்களும் தப்பித்துக் கொண்டார்கள்.

கடந்த ஏப்ரல் 2016 ல் ஸ்டேட் பாங்க் ஆஃப் இந்தியா தரப்பிலிருந்து (ரூ.500, ரூ.1000 செல்லாதது பற்றி) விசாரணை அறிக்கை ஒன்று வெளியிடப்படும் என்று தெரிவிக்கப்பட்டது. இவர்களும் முன்பே இதை அறிந்திருக்கிறார்கள்.

“பிச்சைக்காரன்” எனும் தமிழ் திரைப்படத்தில் ஒரு காட்சியில் இது குறித்து நேரடியாகவே கருத்து கூறியிருக்கிறார்கள். எனவே இது பலருக்கும் தெரிந்திருக்கிறது. எனவே இதுபற்றித் தெரிந்த அனைவரும் தப்பித்துவிட்டார்கள்.

அக்டோபர் 2016 ல் சந்திரபாபுநாயுடு இதுபோன்று ஒரு திட்டம் வந்தால் நன்றாக இருக்கும் என்று தான் எழுதிய ஒரு கடிதத்தில் குறிப்பிட்டு இருக்கிறார். எனவே இதுபற்றித் தெரிந்த அவரும் தப்பித்துக் கொண்டார்.

நிதியமைச்சர் அருண் ஜெட்லி “இத்திட்டம் குறித்து பல மாதங்கள் யோசித்தேன்” என்று ஊடகங்களில் பேட்டியளிக்கிறார். எனவே இவரும் இவரது நண்பர்கள், உறவினர்கள், இவருக்கு வேண்டிய அத்தனை பேருக்கும் எச்சரிக்கை செய்துவிட்டு தப்பிக்கொண்டார்.

இது பற்றி எதுவும் தெரியாத அப்பாவி பொதுமக்களே இந்த திட்டம் கஷ்டத்திற்கு உள்ளாக்கி இருக்கிறது. எனவே இது நிச்சயம் ஒரு நல்ல திட்டம் கிடையாது. மாட்டிக் கொண்டவர்கள் அப்பாவி பொதுமக்கள் மட்டுமே நியாயமான முறையில் சம்பாதித்த மக்களைப் பற்றிப் பார்ப்போம்.

## உதாரணம் I

ஒருவர் பூர்வீக சொத்தான தனது வீட்டை தனது அண்ணன் தம்பிகளுக்கு சிறிது சிறிதாக பணம் கொடுத்து இறுதியில் 20,30 வருடங்கள் கழித்து பல வருட சண்டைக்குப் பிறகு அந்த பூர்வீக சொத்தான வீட்டை தன் பெயருக்கு மாற்றி சொந்தமாக்கிக் கொள்கிறார். அதாவது அவரது சகோதரர்கள் அந்த வீட்டை இவருக்கு எழுதிக்கொடுத்து விடுகின்றனர் என்று வைத்துக் கொள்வோம். தன் பெயரில் உள்ள அந்த வீட்டை அந்த நபர் வேறு ஒருவருக்கு 50 இலட்ச ரூபாய்க்கு இப்பொழுது விற்று பணத்தை வைத்துக் கொண்டிருக்கிறார். இந்த பணத்தை கறுப்புபணம் என்று அரசாங்கம் எப்படி சொல்லும்.

முப்பது ஆண்டு கால உழைப்பில் சம்பாதித்த பணத்தை, பூர்வீகசொத்தினை விற்றதால் கிடைத்த பணத்தினை எவர் ஒருவர் வீட்டில் வைத்திருந்தாலும் அதையும் கறுப்பு பணம் என்று அரசாங்கம் கூறுகிறது. இந்த பணத்தை மாற்றச் செல்லும் பொழுது இதை 2016 - 2017 ஆம் ஆண்டிற்கான அவருடைய வருமானமாக எடுத்துக் கொண்டு குறைந்தபட்சம் 15 இலட்ச ரூபாய்

அபராதமாக விதிக்கப்படும்.

இது அநியாயம்.

### உதாரணம் 2

ஒரு தந்தை, தனது மகளின் திருமணத்திற்காக 20 வருடங்களாக வாயைக் கட்டி, வயிற்றைக்கட்டி கொஞ்சம் கொஞ்சமாக பணம் சேர்த்து வைத்து அவர் மனதிற்குப்பிடித்த மாதிரி வாழாமல் தன் மகளின் திருமணமே பெரிது என்று அந்த மனிதர் வாழும் பொழுது அவரிடம் உள்ள முப்பது இலட்ச ரூபாயை கறுப்பு பணம் என்று அரசாங்கம் கூறுவது அநியாயம்.

### உதாரணம் 3

ஒரு சிலர் தன்னுடைய கடினமான உழைப்பால் இரவு பகல் பாராது, ஒரு டீ கூட சாப்பிடாமல், அநாவசிய செலவுகள் எதுவும் செய்யாமல் சம்பாதித்து சேர்த்த பணத்தினை வீட்டில் வைத்திருந்தால் கூட அரசாங்கம் இதை கருப்புப்பணம் என்று கூறுகிறது இது அநியாயம் .

### உதாரணம் 4

இவ்வாறு பலரும் தங்களுடைய கடின உழைப்பால் அல்லது பூர்வீக சொத்து அல்லது வீண் விரயம் செய்யாமல் சேமித்தது என 20,30 வருட சேமிப்பாக உள்ள பணத்தினை வைத்திருந்தால் அதை கருப்பு பணம் என்று அரசாங்கம் கூறுவதா?

### உதாரணம் 5

ஒரு பிச்சைக்காரர் கூட மூன்று வருடமாக சம்பாதித்து மூன்று இலட்ச ரூபாயை வைத்திருப்பார். அவருக்கு வங்கிக் கணக்கோ, கிரெடிட் கார்டோ எதுவும் இல்லை என்பதனால் இந்த பணத்தை இப்பொழுது கருப்பு பணம் என்று கூறுவதா?

### உதாரணம் 6

குழந்தைகளின் படிப்பு செலவிற்கு என பல பெற்றோர்கள் வீட்டில் பணத்தை சேமித்து வைத்திருக்கிறார்கள். இன்றளவும்



சேமித்து வருகிறார்கள். இந்தப் பணத்தினை கருப்பு பணம் என்று கூறுவதா?

இந்திய அரசாங்கம் கொடுக்கும் ரூபாய் தாள்கள் ஒவ்வொன்றிலும் கவர்னரின் கையெழுத்திட்ட உத்திரவாதம் தான் மக்களுக்கு அதன் மீது நம்பிக்கையை நிலைப்படுத்துகிறது. உதாரணமாக 50 ரூபாய் தாள் ஒன்றை எடுத்துக் கொண்டால் அதில் “ஐ ப்ராமிஸ் டு பே த பேரர் த சம் ஆப் ஃபிஃப்டி ரூபீஸ்” (I Promise to the Bearer the sum of Fifty Rupees) என்றும் கவர்னர் அதில் கையெழுதிட்டு ரூபாய்களை அச்சடித்து அரசு அளித்திருப்பதனால் மிகுந்த நம்பிக்கையுடன் ஐம்பது ரூபாய் மதிப்பு உடையதாக அதை நாம் பயன்படுத்தி வருகிறோம். இதுபோன்ற ஒவ்வொரு ரூபாய்களையும் நாம் பாவித்து பயன்படுத்தி வருகிறோம்.

இவ்வாறு ரூபாய் நோட்டுகள் என்பது மதிப்பு கொண்டது என்று நம்பிக்கையுடன் பல வருடகாலமாக சேமித்து வைத்த ஒன்றை திடீரென செல்லாது என்று அறிவித்து இருப்பது அரசாங்கம் பொதுமக்களுக்கு செய்திருக்கும் பச்சை துரோகம் இனிமேல் அரசாங்கத்தை நாங்கள் எப்படி நம்புவது? நீங்கள் என்ன வேண்டுமானாலும் செய்வீர்கள். பொதுமக்கள் நாங்கள் அதைப் பார்த்துக் கொண்டு சும்மா இருக்கவேண்டுமா?



ஐரோப்பிய நாடுகளில் அனைத்துக் கல்விக் கூடங்களும் இலவச கல்வியை வழங்குகின்றன. தரமான கல்வியை அளிக்கிறார்கள்.

மேற்படி ஐரோப்பிய நாடுகளைப் போன்று கொடுப்பவர்கள் வருமான வரி கேட்டால் கொடுப்பதற்கு சந்தோசமாக இருக்கும்.

பொதுமக்கள் கஷ்டப்பட்டு சம்பாதித்த பணத்திற்கு வருமான வரி செலுத்த வேண்டும் என்று அரசாங்கம் கூறுகிறது. இது நியாயமே இல்லை.

விவசாயிகளுக்கும், பொதுமக்களும் வருமானம் இன்றி உள்ள பொழுது, வியாபாரத்தில் நஷ்டம் ஏற்படும் பொழுது இந்த அரசாங்கமா முன் வந்து எங்களுக்கு சோறு போடுகிறது?

பிரான்ஸ், ஜெர்மன் போன்ற ஐரோப்பிய நாடுகளில் ஒரு நாட்டின் குடிமகன் வேலையில்லாமல் இருக்கிறான் எனில் அந்த நபர் இறுதியாக பெற்றிருந்த மாத வருமானத்தை அவருக்கு அந்த நாட்டின் அரசாங்கம் அளிக்கிறது. சில மாதங்கள் கழிந்த பின்னரும் அந்த நபர் வேலையின்றி இருந்தால் முக்கால் வாசி சம்பளம் அளிக்கிறது. அதன் பின்னரும் சில மாதங்களுக்குப் பிறகு அந்த நபருக்கு பாதி சம்பளமும் கொடுப்பதை அந்த நாடுகள் வழக்கமாக வைத்திருக்கின்றன.

இவ்வாறு சில வருடங்கள் வரை ஒரு நபர் வேலையில்லாத காரணத்தில் இருக்கும் பொழுது சம்பளம் கொடுத்து வரும் அரசு ஒருநாள் அந்த நபரை அழைத்து உங்களுக்கு நாங்கள் என்ன உதவி செய்ய வேண்டும்? நீங்கள் ஏன் வேலைக்குச் செல்லாமல் இருக்கிறீர்கள்? என்று பணிவுடன் கேட்கிறார்கள்.

பொதுமக்களின் பணத்தை 24 மணிநேரமும் ஏதோ ஒரு வகையில் கொள்ளையடித்துக் கொண்டிருக்கும் இந்த அரசாங்கத்திற்கு முதலில் நாம் ஏன் வருமான வரி கட்டவேண்டும் ?

நூறு கோடி ரூபாய்க்கு ஒரு சாலையைப் போட்டுவிட்டு ஒரு இலட்சம் கோடி ரூபாய் கொள்ளையடிக்கும் சங்கச் சாவுடிகள் (Tollgate) என்ற பெயரில் அரசாங்கம் பொதுமக்களின் பணத்தைப் பிடுங்கிக் கொண்டிருக்கிறது. இந்தப் பணத்தை பொதுமக்களுக்கு செலவு செய்தாலே போதும். இந்தியாவை வல்லரசாக்கிவிட முடியும்.

ஒவ்வொரு பொருளை நாம் வாங்கும் பொழுதும் கல்வி வரி, அந்த வரி, இந்த வரி என்று கண்ணுக்குத் தெரியாமல் பல மறைமுக வரிகளை விதிக்கிறார்கள். “வாட் வரி”, CST வரி என்று பல வரிகளை ஒருபொருளை வாங்கும் பொழுதும் விரும்பும் பொழுதும் மக்களிடம் பணத்தை பறித்துக் கொண்டிருக்கும் அரசாங்கம் இப்பொழுது உழைப்பாளிகளின் பீரோவில் இருக்கும் பணத்தினையும் அபகரிக்க குறிவைத்திருப்பது ஆதங்கத்தை ஏற்படுத்துகிறது. இந்த திட்டத்தை நல்ல திட்டம் என்று வேறு குறிப்பிடுகிறார்கள்.

அன்பர்களே ! இந்த திட்டத்தின் மூலம் இனிமேல் என்னென்ன விபரீதங்கள் நிகழும் என்பதைப் பார்ப்போம்.

1. இந்தியாவில் உள்ள அனைத்து மக்களையும் வங்கிக் கணக்கு, கிரெடிட் கார்டு, ஆதார் அட்டை, ஸ்வைப்பிங் முறையில் பணபரிமாற்றம் போன்ற வங்கிக் கணக்கின் வழியாக மட்டுமே பண பரிவர்த்தனை செய்ய முடியும் என்ற சிக்கலுக்குள் மக்களை கொண்டு வரவே இந்த முயற்சி எடுக்கப்பட்டுள்ளது.

2. இலுமினாட்டிகள் எனப்படும் 13 குடும்பத்தாரிடம் வேலை செய்யும் அனைத்து தேச துரோகிகளுக்கும் முன்பே தகவல் கொடுக்கப்பட்டு அவர்களைக் காப்பாற்றிவிட்டார்கள்.



உதாரணமாக நடிகர்கள், தனுஷ், ஐஸ்வர்யாராய், அபிதாப் பச்சன், பிரபு மற்றும் அரசியல் வட்டாரத்தில் சசிகலா, கருணாநிதி, ப.சிதம்பரம், கலாநிதிமாறன், தயாநிதிமாறன் ஆகியோர் மட்டுமன்றி இதே போல இந்தியா முழுவதும் இருக்கும் இலுமினாட்டிகளின் அனைத்து விசுவாசிகளுக்கும் தகவல் அளிக்கப்பட்டு அவர்கள் காப்பாற்றப்பட்டு இருக்கிறார்கள்.

3. இலுமினாட்டிகளிடம் வேலை செய்யாத, வேலை செய்ய மறுக்கும் பலருக்கும் இந்த தகவல் அறிவிக்கப்படாமல் அவர்களைத் தத்தளிச்ச விட்டு துன்பப்படுத்தி இருக்கிறார்கள். உதாரணமாக நடிகர் சிம்புவை குறிப்பிடலாம். சிம்புவைப்பற்றி சமீபகாலமாக ஊடகங்களில் ஏன் தவறாக விமர்சிக்கப்படுகிறார் எனில் அவர் இலுமினாட்டிகளின் ஒப்பந்தத்திற்கு அவர்

தயாராக இல்லை. எனவே அவரைப் பற்றிய தவறான செய்திகளைப் பரப்பி அவ்வப்போது அவரை கஷ்டப்படுத்துகிறார்கள். ஆனால் நடிகர் தனுஷ் இலுமினாட்டிகளின் ஒப்பந்தத்தில் கையெழுத்திட்டுள்ளபடியால் அவருக்கு அதிக வாய்ப்புகள் கிடைக்கிறது. அவர் மக்கள் செல்வாக்கு மிக்க மனிதராக அடிக்கடி ஊடகங்களில் செய்திகள் வருகின்றன. கவனித்திருப்பவர்களுக்கு இது புரியும்.

4. கருப்புப் பணத்தை வெள்ளையாக்கித் தருகிறோம் என்ற பெயரில் இந்தியாவில் உள்ள பல பெரிய மனிதர்களை, தொழிலபதிர்களை, வி.ஐ.பி களை இலுமினாட்டிகள் தங்கள் கட்டுப்பாட்டிற்குள் கொண்டுவரும் நடவடிக்கைகளில் இறங்கியிருக்கிறார்கள். இதற்காகத்தான் இந்த திட்டமே போடப்பட்டுள்ளது.

5. ஏற்கனவே பலநிறுவனங்களை இலுமினாட்டிகள் பறித்துக் கொண்டு விட்டனர். இன்னும் பல நிறுவனங்கள் அவர்கள் கைக்கு வராமல் உள்ளன. இந்த நிலையில் இந்த நிறுவனங்களின் அதிபர்கள் வைத்திருக்கும் கருப்புபணத்தை, வெள்ளையாக மாற்றிக் கொடுக்கிறோம் என்று இணக்கமாக பேசியும் அல்லது உங்கள் நிறுவனத்தை எங்களுக்கு கொடுத்துவிடுங்கள் இல்லையென்றால் நிறுவனத்தை திவாலாக்கிவிடுவோம் என்று மிரட்டியும் இலுமினாட்டிகள் தங்கள் கட்டுப்பாட்டினுள் கொண்டுவரும் நடவடிக்கையில் ஈடுபட்டு உள்ளனர். பல நிறுவனங்கள் சமீபத்தில் கூட இலுமினாட்டிகளால் பறிக்கப்பட்டு உள்ளன.

உதாரணமாக 1. ஏர் ஏசியா (Air Asia), 2. யமஹா (Yamaha), 3. வோடபோன் (Vodafone), 4. ஹோண்டா (Honda), 5. மஹிந்திரா (Mahindra), 6. ஏர்டெல் (Airtel), 7. நைக் (Nike), 8. கொக்ககோலா (CocaCola),

9. லெனோவா (Lenova), 10. மெகா மார்ட் (Megamart), 11. செளத் இந்தியன் பேங்க் லிட், (South Indian Bank Ltd.) 12. பேட்டா (Bata), 13. விஐபி சூட்கேஸ் (VIP Suitcase), 14. லிவிஸ் (Levis), 15. டைட்டன் (Titan), 16. நிசான் (Nissan), 17. ரெட் பஸ் (Red Bus), 18. எக்ஸைட் பேட்டரி (Exide Battery), 19. எம். ஆர். எஃப் டயர் (MRF Tyre), 20. காபிடே (Coffee Day), 21. முத்தூட் பின்கார்ப் (Muthoot Fincorp), 22. கொசமட்டம் பைனான்ஸ் (Kosamattam Finance), 23. எம்.டி.எஸ் செல்போன் (MTS Mobile Phone), 24. ஏசிசி சிமெண்ட் கம்பெனி (ACC Cement Company), 25. ஹேவல்ஸ் (Havells), 26. ஹிண்ட்வேர் (Hindware), 27. காஸ்கேட் (Cascade), 28. சுசுகி (Suzuki), 29. கேனான் (Cannon), 30. அடிடாஸ் (Adidas), 31. ரே பாண்ட் (Rey Band), 32. லாவா (Lava) 33. இசுகு, (Isuzu) 34. ப்ரீத்தி (Preethi), 35. பேரகன் (Paragon), 36. ப்ரெஸ்டிஜ் (Prestige), 37. டியூன் டாக் (Tunetalk), 38. கல்யாண் ஜுவல்லர்ஸ் (Kalyan Jewellers), 39. ட்வின் ஹோட்டல்ஸ் (Twin Hotels), 40. பேஸ் பேட்டரி (Base Battery), 41. கல்யாண் சில்க்ஸ் (Kalyan Silks), 42. ஜான் பிளேயர்ஸ் (John Players), 43. ஐடிசி (ITC), 44. ஐச்சர் (Eicher), 45. பென்ஸ் (Benz), 46. சொமெனி (Soman), 47. ஆங்கர் (Anchor), 48 கர்ல் ஆன் (Kurl on), 49. காயர் ஆன், (Coir On), 50. ஆர்ச்சீஸ் (Archies), 51. பிஸ்ஸா ஹட் (Pizza hut) 52. கிறிஸ்டல் (crystal), 53. ரெனால்ட்ஸ் (Reynolds), 54. ஏர் அரபியோ (Air Arabia), 54. விசுகேசி ஸ்லிப்பர்ஸ் (VKC Sippers), 56. ஹேயர் (Haier), 57. விடோல் (Veedol) 58. எப்கோ ஆயில் துபாய், (Effco Oil Dubai) 59. கே.ஐ.ஏ. மோட்டர்ஸ் (K.I.A Motors), 60. ரா கோல்ட் (Ra Gold), 61. வீடியம் கரண்ட் அடுப்பு எலக்ட்ரிக் ஸ்டவ் (Vedium Electrical Stove), 62. சத்யா ஹோம் அப்ளையன்ஸ் (Sathya Home Appliances ) போன்ற நிறுவனங்களை இந்திய

முதலாளிகளிடமிருந்து இலுமினாட்டிகள் பிடுங்கிவிட்டனர்.

இலுமினாட்டிகளால் பிடுங்கப்பட்ட நிறுவனங்களுக்கு இந்த தகவல் முன்பே தெரியும் என்பதால் அவர்கள் கருப்பு பணத்தை வெள்ளையாக மாற்றிவிட்டார்கள். அவர்களுக்கு இது ஒன்றும் பெரிய வேலை இல்லை. ஆனால் மற்ற சாதாரண இந்திய நிறுவன முதலாளிகளான சென்னை சில்க்ஸ், போத்தீஸ் போன்ற நிறுவன அதிபர்களுக்கு சிக்கலை ஏற்படுத்தவே இந்த திட்டம் வகுத்திருக்கிறார்கள். இதுபோன்ற இக்கட்டான சூழ்நிலையில் இந்த நிறுவன அதிபர்களை தங்கள் கட்டுப்பாட்டில் நகர்த்தி வருகின்றனர். இந்தியா முழுவதும் உள்ள இதுபோன்ற முதலாளிகளுக்கு வீசப்பட்டிருக்கும் இந்த கருப்புப்பண வலையில் இலுமினாட்டிகள் முதலில் தரும் நெருக்கடிகளில் ஒன்று அந்த நிறுவனத்தில் இலுமினாட்டிகளை பங்குதாரர்களாக தங்களை இணைத்துக்கொள்ள ஒப்புக்கொள்ள வேண்டும். மற்றொன்று அந்நிறுவனங்களின் பங்குகளில் பங்குதாரராக சேர்த்துக் கொள்வது. இந்த இரண்டின் வழியாகவும், அந்த நிறுவனத்தை அதிபர்களிடமிருந்து கைப்பற்றும் வேலைகள் தற்பொழுது துரிதமாக நடைபெற்று வருகிறது.

எனவே இந்தத் திட்டத்தின் மூலமாக இந்தியாவில் உள்ள பெரிய மனிதர்களையும், நிறுவன அதிபர்களையும் தங்கள் கட்டுப்பாட்டின் கீழ்க்கொண்டு வருவதற்காக இலுமினாட்டிகளால் ஏற்படுத்தப்பட்ட திட்டமே தவிர வேறொன்றும் கிடையாது.

அதே சமயத்தில் இலுமினாட்டிகளை எதிர்த்து செயல்படுவோரையும், அவர்களை எதிர்த்துப் பேசுவோரையும் கதையை முடிக்கவும் அவர்களது நிறுவனத்தை பறிப்பதற்கும் அல்லது அதை



பொதுமக்களும், நியாயமான முறையில் சம்பாதித்தவர்களும், அப்பாவி மக்களும், இலுமினாட்டிகளின் குடும்பத்திற்கு தலை வணங்காத நிறுவனங்களும், நல்லவர்களும் மற்றும் இந்த பதின்மூன்று குடும்பத்தை எதிர்ப்பவர்கள் மட்டும் தான் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

பார்ப்பதற்கு நல்ல திட்டம் போலவே தெரியும். ஆனால் இது ஒரு கெட்ட திட்டம். தடுப்பூசி போட்டுக் கொள்வது நல்லது என்று நாம் நினைத்துக்கொண்டு இருக்கிறோம். ஆனால் தடுப்பூசிகளின் மூலமாகத்தான் குழந்தைகளுக்கு பல்வேறு நோய்கள் வருகிறது.

தண்ணீரைக் கொதிக்க வைத்துக் குடித்தால் நல்லது என்று அரசாங்கம் பிரச்சாரம் செய்கிறது. ஆனால் அவ்வாறு தண்ணீரைக் கொதிக்க வைத்துக் குடிக்கும் பொழுது அதில் உள்ள சத்துப் பொருட்கள் ஆவியாகிவிடுகின்றன. பின்னர் சத்துகளற்ற நீரால் மனிதர்களுக்கு நோய் வருகிறது.

இலுமினாட்டிகளால் பரப்பப்படும் எல்லா விசயங்களும் நல்லது போலவே இருக்கும். ஆனால் அது தீங்கு விளைவிப்பது மட்டும் தான் செய்யும். இவ்வாறு ஒவ்வொரு விசயத்தையும் நாம் போட்டு யோசித்து தனியாக திட்டமிட்டு அவர்கள் செய்வார்கள்.

இந்ததிட்டம் (500,1000 ரூபாய் நோட்டுகள் செல்லாது) அறிவிக்கப்பட்டவுடன் பலரும் தற்கொலை செய்து கொண்டுள்ளனர். அவர்கள் அனைவருமே சாதாரண மனிதர்கள். பலருக்கு பைத்தியம் பிடித்துவிட்டது. பலரும் வாழ்க்கையே வெறுத்துப் போய் இருக்கிறார்கள். ஏனென்றால் பல வருட உழைப்பு ஒரே நாளில் வீணாகிப் போனதை அவர்களால் தாங்கிக் கொள்ள முடியவில்லை.

ஒன்றுமில்லாமல் ஆக்குவதற்கும் இந்த திட்டத்தை அருமையாக செயல்படுத்தி வருகிறார்கள். மொத்தத்தில் இந்தியாவை இலுமினாட்டிகளிடமும் இஸ்ரேல் நாட்டிடமும் திருவாளர். மோடி அவர்கள் ஒப்படைத்து விட்டார்.

இதுபோன்ற சிக்கலான நேரத்தில் இஸ்ரேல் நாட்டின் அதிபர் நம் நாட்டிற்கு ஏன் வரவேண்டும்?

### உங்களுக்கு ஒரு விசயம் தெரியுமா?

இந்திய நாட்டு பாஸ்போர்ட் மூலம் இஸ்ரேல் நாட்டிற்குள் செல்ல முடியாது. நமது பாஸ்போர்ட் அங்கு செல்லாது. இது மறைமுகமாக விதிக்கப்பட்டிருக்கும் விதி.

இஸ்ரேல் நாட்டிற்குச் சென்று வரும் ஒரு நபர் அதன் பின்னர் வளைகுடா நாடுகளுக்குச் செல்லவே முடியாது. இவ்வாறு நமக்கு இஸ்ரேல் நாட்டிற்கு செல்ல அனுமதி தராத இஸ்ரேல் நாடு, அந்நாட்டிலிருந்து அதிபரை மட்டும் ஏன் இந்தியாவிற்கு வரவழைத்து கைகுலுக்கவேண்டும் என்று யோசியுங்கள்.

இந்த கறுப்புபண ஒழிப்புத்திட்டத்தின் மூலம் பாதிக்கப்பட்டவர்கள், சாதாரண அமைதியும் ஆரோக்கியமும்

இந்த திட்டத்தினைப் போன்றே இலுமினாட்டிகள் செய்யும் ஒவ்வொரு விசயத்தையும் டிவி நிகழ்ச்சிகளில், கார்ட்டூன்களில், திரைப்படங்களில் டாலர் நோட்டுகளில் முன்பே வெளியிட்டு விடுகிறார்கள், திட்டமிட்டுத்தான் அனைத்தும் செய்கிறார்கள். நமக்குத்தான் அவை எதுவும் புரிவதில்லை.

அன்பர்களே! ஒரு விசயத்தைப் புரிந்துகொள்ளுங்கள். அமெரிக்காவில் நூறுமாடிகட்டிடம் குறிப்பிட்ட வருடம் தேதி, நேரத்தில், இடிக்கப்படும் என்று யாருக்கு முன்பே, தெரியுமோ அவர்கள் தான் கோடிக்கணக்கில் சம்பாதிக்க முடியும்.

அடுத்த வருடம் நடக்க இருக்கும் ஒரு விசயத்தை முதலிலேயே தெரிந்து கொண்டால் அதன் மூலமாக உலகத்தில் மிகப்பெரிய அளவில் வியாபாரம் செய்யலாம் என்பது தான் உண்மை.

ஆரம்பகாலத்தில் நடக்கப்போகும் விசயங்களை முன்பே அனுமானித்து அதற்கேற்ப வியாபாரம் செய்தலை வழக்கமாக வைத்திருந்தனர் இலுமினாட்டிகள். ஆனால் தற்பொழுது எல்லா விசயங்களையும் இலுமினாட்டிகள் தான் நடத்துகிறார்கள். உதாரணமாக தமிழகத்தில் கடந்த இரண்டு மாதகாலமாக அங்கீகரிக்கப்படாத வீட்டு மனைகளை பத்திரமாக்க முடியாது என்று அரசாங்கம் அறிவித்துள்ளது. இந்த அறிவிப்பு எப்பொழுது கொண்டு வரப்படும் என்பதும் எப்பொழுது விலக்கிக் கொள்ளப்படும் என்பதும் யாருக்கு தெரியுமோ அவர்களால் மட்டுமே வியாபாரம் செய்யமுடியும். இது தெரியாத பொதுமக்கள் தான் பாதிக்கப்படுகிறார்கள்.



இவ்வாறு திடீரென ஒரு அறிவிப்பை வெளியிட்டு தமிழகத்தில் உள்ள அனைத்து

கட்டிடங்களின் மதிப்பை குறைப்பார்கள். பின்னர் அவர்களே பினாமிகளின் பெயரில் கட்டிடங்களை குறைந்த விலைக்கு வாங்கி கொள்வர். பின்னர் குறிப்பிட்ட நாளில் அந்த தடை விலக்கிக் கொள்ளப்பட்டது என்று அவர்கள் அறிவிப்புக் கொடுத்து விட்டு அனைத்தையும் தங்கள் வசமாக்கிக் கொள்வார்கள். இதனால் சாதாரண பொதுமக்கள் அனைவரும் பாதிக்கப்படுவார்கள். இந்த பணமுதலைகள் அனைவரும் வெற்றிபெற்றுவிடுவார்கள்.

இந்தத் திட்டத்தைப் போன்று தான் பலநாடுகளிலும் வியாபாரிகள் பொதுமக்களை நூதன முறையில் கொள்ளையடித்து வருகிறார்கள்.

சாதாரண பொதுமக்கள் தான் இந்தத்திட்டத்தின் மூலம் பாதிக்கப்பட்டிருக்கிறார்கள். அவர்கள் கவலையில், வருத்தத்தில் வேலைக்குச் செல்லாமல் தன்னிடமுள்ள பத்தாயிரமோ, இருபதாயிரமோ, ஐம்பதாயிரமோ பணத்தை மாற்றுவதற்கு வங்கிகளின் முன்பாக கூட்ட நெரிசலில் நாய்போல காத்திருக்கின்றனர்.

அரசு புதிதாக வெளியிட்டுள்ள 2000 ரூபாய் தாளில் ஜி.பி.எஸ், நானோசிப் இருப்பதாக கூறுகிறார்கள். இது உண்மையா?

இது தொடர்பாக சரியான தகவல்கள் இன்னும் நான் அறியவில்லை. அறிந்த பின்னர் அதைப் பற்றிக் கூறுகிறேன்.

**இந்த திட்டத்தில் மோடியின் பங்கு என்ன?**

மோடி என்பவர் ஒரு பொம்மை. இவரை ஃப்ரீமேஷன் என்பர். அதாவது இஸ்ரேல் நாட்டைச் சேர்ந்த பதின்மூன்று குடும்பத்தாரிடம் விசுவாசமாக வேலை செய்யும் ஒரு நாய்க்குட்டி. இந்த நாய்க்குட்டி “வா” என்றால் வரும். “போ” என்றால் போகும். உட்கார்” என்றால் உட்காரும்.

இதில் ஒரு வேடிக்கையான விசயம் என்னவெனில் உலக நாடுகளில் யாரெல்லாம் பதின்மூன்று குடும்பங்களுக்கு விசுவாசமாக இருக்கிறார்களோ அவர்கள் மூலமாக பல்வேறு காரியங்களை அந்தந்த நாடுகளில் செய்துவிட்டு இறுதியில் அவர்களையே கொலைசெய்து விடுவார்கள் அந்த குடும்பத்தினர். இதை ஏஞ்சல்ஸ் அன் டொமைன் (Angles and Demons) என்ற ஆங்கில படத்தில் தெளிவாக கூறியிருப்பார்கள். அதில் ஒருவன் அந்த குடும்பத்திற்காக பல கொலைகளையும் செய்து கச்சிதமாக காரியத்தை முடித்துவிட்டு இறுதியாக அக்குடும்பத்தாரிடம் போய் நிற்பான். “நீங்கள் சொன்னதுபோல் அனைத்தும் முடித்துவிட்டேன். எனக்குத் தேவையான காரும், பணத்தையும் கொடுங்கள்” என்று கேட்பான். அவர்கள் சொல்வார்கள். “உனக்கு தேவையான காரும், பணமும் ரோட்டில் காத்திருக்கிறது” என்று. அவன் அந்த காரில் ஏறி உட்கார்ந்தவுடன் கார் வெடித்து இறந்துவிடுவான். இவ்வாறு அந்தப்படத்தில் காட்சி சித்தரிக்கப்பட்டிருக்கும். அது இப்பொழுது நிஜத்திலும் நடந்து கொண்டு தான் இருக்கிறது.

யாரெல்லாம் தங்கள் நாட்டிற்கு துரோகம் செய்கிறார்களோ, அவர்களும் வஞ்சிக்கப்படுவார்கள் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

இவ்வாறு பல சதி திட்டங்களை, கெட்ட திட்டங்களை அறிவித்து விட்ட பின்னர் ஒவ்வொரு தொலைக்காட்சியிலும் வழக்கமாக நான்குபேர், ஐந்துபேர் உட்கார்ந்து வாய்கிழிய விவாதம் செய்து கொண்டிருப்பார்கள். ஆனால் இவர்களால் எந்த ஒரு பிரயோசனமும் இருக்காது.

மீடியா எனப்படும் பத்திரிக்கை, இணையதளம், பண்பலை, டிவி போன்ற

அனைத்துமே இந்த பதின்மூன்று குடும்பத்தினருக்கு மட்டுமே சொந்தம். எனவே இதில் எந்த செய்திகள் வரவேண்டும்? எது வரக்கூடாது? என்பதில் அவர்கள் மிகவும் தெளிவாக இருக்கிறார்கள்..

உதாரணமாக தமிழக மக்களால் வாக்களித்து தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட முதல்வர் கடந்த சில மாதங்களாக உடல் நலமின்றி தனியார் மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்பட்டிருக்கிறார். அவருக்கு என்ன ஆனது? என்பது பற்றிய எந்த ஒரு தகவலும் வெளியிடுவதில்லை. அனைத்து பத்திரிக்கைகளிலும், டிவி சேனல்களும் ஒற்றுமையாக இருந்து மறைத்து வருகிறார்கள். இதிலிருந்தே ஊடகங்களை கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருப்பவர்கள் யாரென்று உணர்ந்து கொள்ளுங்கள். அனைத்துக் கட்சி தலைவர்களும், அரசியல்வாதிகளும் ஒருவரையொருவர் மாறிமாறி திட்டிக்கொள்கிறார்கள். ஆனால் இவர்கள் அனைவருமே ஒரே குட்டையில் ஊறிய மட்டைகள். இவர்கள் அனைவருமே நண்பர்கள். பொதுமக்களிடம் மட்டுமே பரமஎதிரிகள் போல் காட்டிக்கொண்டு சண்டையிட்டுக் கொள்கின்றனர்.

நித்தியானந்தரின் படுக்கையறையில் கேமிராவினை வைத்து தினமும் தலைப்புச் செய்தியாக வெளியிட்டு பரபரப்பூட்டிய இந்த டிவி நிறுவனத்தினர் அப்பல்லோ மருத்துவமனையில் ஏன் காமிராவினை வைக்கமுடியவில்லை?

எது தேவையில்லையோ, அதை டிவி செய்து கொண்டே இருக்கும்.

எது தேவையோ, அதை செய்யாது. தமிழகத்தில் கருணாநிதி, ஸ்டாலின், கலாநிதிமாறன், தயாநிதிமாறன், கனிமொழி, ஆ. ராசா, சசிகலா, ப. சிதம்பரம், மு.க அழகிரி போன்றோரிடம் இல்லாத கறுப்பு

பணமா? பொதுமக்களாகிய நீங்களே இதை நன்கு அறிவீர்கள் !

இவர்களில் யாராவது வங்கிக்குச் சென்று தங்கள் பணத்தை மாற்றியிருக்கிறார்களா?

கருப்புபணம் நிறைய வைத்திருக்கும் அனைவருமே திருட்டுபயலுகள். இந்த திருட்டுப் பயலுகள் நிச்சயமாக தங்களுடைய கறுப்பு பணத்தை வெள்ளையாக மாற்றிவிட முடியும். ஆனால் நியாயமான வழிகளில் சம்பாதித்து வைத்த யோக்கியர்கள் அனைவரும் பணத்தை மாற்றிவிட முடியாது. எனவே பாதிக்கப்பட்டவர்கள் நியாயமாக சம்பாதித்தவர்கள் தானே தவிர அநியாயமாக சம்பாதித்தவர்கள் இதில்பாதிக்கப்படவே இல்லை என்பது தான் உண்மை. ஐந்தாயிரம், பத்தாயிரம் வைத்திருக்கும் பொதுமக்களான நாம் தான் வரிசையில் நின்று, காத்திருந்து காய்ந்து கருவாடாகிறோம். இந்தப் பெரிய மனிதர்கள் தங்களிடமுள்ள மொத்த கறுப்புபணத்தையும் மாற்றவேண்டும் எனில் பதினைந்து ஆண்டுகாலம் வரிசையில் நின்றால் கூட அவ்வளவும் மாற்ற முடியாது. அவ்வளவு கோடிக்கணக்கான பணத்தை வைத்திருக்கும் இவர்கள் ஜாலியாக இருக்கும் பொழுது நாம் ஏன் சிரமப்படவேண்டும்?

முகேஷ் அம்பானிக்கு ஒரு இலட்சத்து என்பதாயிரம் கோடி கடன் கொடுத்து இன்னும் திரும்பப் பெறாமலிருக்கின்றன வங்கிகள். அதனை திரும்ப வாங்குவதற்கு வக்கில்லாத அரசாங்கம் பொதுமக்களை ஏன் கஷ்டப்படுத்துகிறது ?



அனில் அம்பானிக்கு கொடுத்த ஒரு இலட்சத்து இருபதாயிரம் கோடி கடனாக கொடுத்த தொகையினை திரும்ப வாங்குவதற்கு வக்கில்லை.

அதானி குடும்பத்திற்கு கொடுத்த 96 ஆயிரம் கோடி கடன் தொகை இன்னும் திரும்ப பெறப்படவில்லை. ஜே.பி. டாடா பிர்லா, விஜய் மல்லையா மற்றும் காங்கிரஸ் கட்சியினை சேர்ந்த பல பிரமுகர்களுக்கும் தலைவர்களுக்கும், அவர்களைச் சேர்ந்த குடும்ப நிறுவனங்களுக்கும் கடன் கொடுத்த இந்திய அரசாங்கம் இதுவரை திரும்ப பெற்றதே இல்லை.

நான் பா.ஜ.கவை மட்டும் குறைகூறுவதாக எண்ண வேண்டாம். இந்தியாவில் உள்ள அனைத்துகட்சிகள் மற்றும் அது சார்ந்த நிறுவனங்களுக்குக் கொடுத்த கடன் தொகைகள் எப்பொழுதும் திரும்ப பெறப்பட்டதே இல்லை.

ஆனால் பொதுமக்கள் பெற்றிருக்கும் கடன் தொகைகள் வந்துசேர காலதாமதமானாலோ, கட்டாமல் போனாலே ஜப்தி நடவடிக்கைகள் அல்லது கடன் பெற்றவர் தற்கொலை செய்து கொள்ளுமளவிற்கு ஏன் இந்த அரசாங்கம் நடந்து கொள்கிறது?

கடந்த இரண்டு மாதத்திற்கு முன்னால் இரண்டு இலட்சம் கோடி ரூபாயை பல நிறுவனங்களின் கடன் தொகையை தள்ளுபடி செய்தது இந்திய அரசு. இவ்வாறு கோடிக்கணக்கில் திருடி, கொள்ளையடிக்கும் கம்பெனிகளுக்கு கடனை ரத்து செய்யும் இந்த அரசு பொதுமக்களின் தலையில் மிளகாய் அரைக்கலாமா?

கடந்த 2007 ஆம் ஆண்டு ஏப்ரல் மாதத்தில் நடிகர் அமிதாப்பச்சன் வீட்டிற்குத் தேவையான துணிமணிகள், தங்க ஆபரணங்களை மூன்று கோடி ரூபாய்க்கு இலண்டனில் வாங்கினார். இலண்டன் விமானநிலையத்தில் அவற்றுடன் உள்ளே சென்ற அவர் அவற்றுக்கு விதிக்கப்பட்டிருந்த கலால்வரியை திரும்ப வாங்கிக்கொண்டு

அங்கிருந்து புறப்பட்டு மும்பை விமான நிலையத்தில் இறங்கி அங்கிருந்த கஸ்டம்ஸ் அதிகாரிகளுக்கு ஒரு சல்யூட் அடித்துவிட்டு அங்கு எந்த வரியும் செலுத்தாமல் அப்படியே பெட்டியை எடுத்துக்கொண்டு வீட்டிற்குச் சென்று விட்டார். ஆனால் அதே மாதம் அதே நாளில் மும்பை விமானநிலையத்தில் வந்திறங்கிய சாதாரண பொதுமக்கள் சோதனைகளுள்ளாக்கப்பட்டு அவர்கள் வெளிநாடுகளில் வாங்கிய காமிரா, நகைகள் போன்றவை வெளிநாடுகளுக்கு வாங்கி வந்தவர்களுக்கு அபராதம் விதித்ததுடன் அவர்களை சிறையில் வேறு அடைத்து தண்டனை அளித்தார்கள்.



அமிதாப் பச்சனுக்கு ஒரு நியாயம். பொதுமக்களுக்கு ஒரு நியாயமா? சமீபத்தில் மதுரையைச் சேர்ந்த ஒரு பட்டதாரி மாணவன் தான் பெற்ற கல்வி கடனைக் கேட்டு வங்கி தொடர்ந்து நெருக்கடி அளித்து வந்ததால் அவன் தற்கொலை செய்து கொண்டான். அரசாங்கத்திற்கு “தில்” இருந்தால் அம்பானியை தற்கொலை செய்துகொள்ள வையுங்கள் பார்த்துவிடலாம்.

இதில் ஒரு காமெடி வேறு.

யாராவது இந்த அரசு வெளியிட்டுள்ள இந்த திட்டத்தை கெட்ட திட்டம் என்று கூறிவிட்டால் போதும். இவரிடம் கறுப்புபணம் உள்ளது. எனவே தான் இவர் இப்படிப் பேசுகிறார் என்று பழி போடுகிறார்கள்.

அன்பர்களே ! கருப்பு பணத்தை வெள்ளையாக மாற்றுவதற்கு இது ஒரு உருப்படியான திட்டமே கிடையாது. உண்மையில் கறுப்பு பணத்தை ஒழிக்க வேண்டுமெனில் காவல்துறை, O பிரிவு, S பிரிவு, Z பிரிவு, உள்துறை, கியூப்பிரிவு போன்றவற்றின் மூலம் நடவடிக்கை எடுத்திருந்தால் சலபமாக திட்டம் வெற்றியடைந்திருக்கும். குறிப்பாக உளவுத்துறைக்குத் தெரியாமல் எந்த விசயங்களும் நடைபெறுவதில்லை. இந்தியாவில் உள்ள பெரும் வி.ஐ.பிகள் முதல் சாதாரண மக்கள் வரை என்ன செய்து கொண்டிருக்கிறார்கள் என்பதை உளவுத்துறை உன்னிப்பாக கவனித்து அரசிடம் தினமும் அறிக்கை சமர்ப்பித்து வருவது உங்களுக்குத் தெரியுமா?

ஒவ்வொரு நாட்டிலும் ஒவ்வொரு, ஒவ்வொரு மாநிலம், மாவட்டங்களிலும் உளவுத்துறை என்ற ஒன்று செய்யப்பட்டுவருகிறது. இந்த உளவுத்துறைக்கு தெரியாத விசயங்களே இல்லை. ஒவ்வொரு வி.ஐ.பியும், ஒவ்வொரு தனி மனிதனும் என்ன செய்கிறார்கள்? எப்பொழுது எங்கு டீ சாப்பிட்டார்கள்? பின்பக்கம் காற்றை வெளியே விட்டார்கள் போன்ற அனைத்து நுணுக்கங்களும் கவனித்து உளவுத்துறை அறிக்கை சமர்ப்பித்துகிறது. அப்படியிருக்க கருப்புபணம் பற்றி அவர்களுக்கு தெரியுமா? தெரியாதா? உளவுத்துறையில் ஆயிரக்கணக்கானோர் பணிபுரிக்கின்றனர். ஒரு திருமணம் சாதாரணமாக எங்கு நடந்தாலும் அதைப்பற்றிய விபரம் வரதட்சனை எவ்வளவு கொடுத்தார்கள் போன்ற எல்லா விபரங்களும் உளவுத்துறைக்குத் தெரியும். உண்மையில் அரசாங்கம் நினைத்திருந்தால் கருப்புபணம் யார் வைத்திருக்கிறார்கள் என்று முப்பது நாட்களில் உளவுத்துறை மூலம் அறிக்கை சமர்ப்பிக்க உத்தரவிட்டிருக்கலாம்.

# கருப்பு பணம்



உளவுத்துறையினர் அதை செய்து கொடுத்து இருப்பார்கள். முப்பது நாட்களுக்களாக கருப்பு பணம் வைத்திருப்பவர்கள் மீது நடவடிக்கைகளை எடுத்து கருப்புப்பணத்தை இந்த அரசு ஒழித்திருக்க முடியும். இது பற்றி சாதாரண மக்களுக்குத் தெரிய வாய்ப்பில்லை. ஆனால் அதிகாரவர்க்கத்தைப் பற்றியும், அதிகாரம் குறித்து அறிந்தவர்களுக்கும் இது நன்கு தெரியும்.

காவல்துறையில் பணியாற்றும் உயர் அதிகாரிகளிடம் கேட்டுப் பாருங்கள். இந்தியாவிலுள்ள மக்களில் யார் யார் என்னென்ன செய்கிறார்கள் என்பதை ஆங்காங்கு இருக்கும் இந்த உயர் அதிகாரிகள் தங்கள் மேலிடத்திற்கு தினமும் அறிக்கை சமர்ப்பித்து வருகின்றனர்.

ஹீலர் பாஸ்கர் ஆகிய நான் எப்பொழுது ஆங்கில மருத்துவத்திற்கு எதிராக, அரசியலுக்கு எதிராக பேச ஆரம்பித்தேனோ அன்று முதல் எனது செல்போனில் நான் பேசும் அனைத்து விசயங்களும் போலீசாரல் பதிவு செய்யப்பட்டு வருகிறது. நான் அனுப்பும் குறுஞ்செய்திகள், வாட்ஸ்அப், ஃபேஸ்புக்

போன்றவற்றில் நான் பகிர்ந்து கொள்ளும், எனக்கு வரும் எல்லா தகவல்களும் கண்காணிக்கப்படுகின்றன. நான் எங்கு செல்கிறேன். எந்த நெட் ஓர்க் பயன்படுத்துகிறேன். நான் எப்பொழுது டீ சாப்பிட்டேன். எப்பொழுது காற்றை பின்பக்கம் வெளியேற்றினேன் என்பன போன்ற அனைத்தையும் காவல்துறை கண்காணித்து சாதாரண மனிதனாக என்னையே முற்றிலுமாக முழுவதுமாக கண்காணித்து அறிக்கை சமர்ப்பிக்கும் இந்த உளவுத்துறை, இந்தியாவில் உள்ள பல்வேறு பெரிய தலைகளை நிச்சயம் கண்காணித்து அறிக்கையை கொடுத்திருப்பார்கள். எனவே இந்திய அரசாங்கம் நினைத்தால் கருப்பு பணம் வைத்திருக்கும் நபர்களை மட்டும் குறிவைத்து அவர்களிடம் உள்ளதை நிச்சயம் பிடுங்கி விட முடியும். இது ஒரு சாதாரண திட்டம். இதைச் செய்யாமல் பொதுமக்களுக்கு துரோகம் செய்யக் கூடிய ஒரு திட்டத்தினை கொண்டு வந்திருப்பது வன்மையாக கண்டிக்கத் தக்க ஒன்று.

உளவுத்துறையினராலும், காவல் துறையினராலும் சேகரிக்கப்பட்ட அறிக்கைகளை வைத்துக்கொண்டு என்னைப்

போன்று நல்லகாரியம் செய்யும் பலரது அந்தரங்க விபரங்களை, சிறுசிறு தவறுகளை அல்லது அவர்களது சொந்த சிறு விசயத்தினை கூட பூதாசுரமாக மாற்றி விடுகின்றனர். உதாரணமாக நித்தியானந்தரின் படுக்கையறை விவகாரம் போன்ற ஒருசாதாரண விசயத்தை பூதாசுரமாக்கி அவர்களை அசிங்கப்படுத்துவதும், அவமானப்படுத்துவதும் தான் இந்த அரசின் முழுநேர வேலையாக இருக்கிறது.

இதே போன்ற ஒன்றைத்தான் “ஈஷா யோகா” நிறுவனர் சத்குரு, ஜக்கி வாசுதேவ் அவர்களது விசயத்திலும் செய்தார்கள். அவரது சொந்த விவகாரம் ஒன்றை பதிவு செய்து வைத்துக்கொண்டு அதன் மூலமாக அவரை “பிளாக் மெயில்” செய்து உள்ளனர். தற்பொழுது அந்த ஈஷா யோகா மையம் முழுவதுமாக இலுமினாட்டிகளின் கட்டுப்பாட்டில் தான் உள்ளது.

இலுமினாட்டிகளுக்கு விசுவாசமாய் இருப்பவர்களை விட்டுவிட்டு அவர்களுக்கு எதிராக யாரெல்லாம் இருக்கிறார்களோ, யாரெல்லாம் பொதுமக்களுக்கு நன்மை செய்கிறார்களோ அவர்களை அவமானப்படுத்தி, அசிங்கப்படுத்தி அதன் மூலமாக அவர்களது அமைப்பை, நிறுவனத்தை கைப்பற்றுவதே இந்த பதின்மூன்று குடும்பத்தாரின் வேலையாக இருக்கிறது. அவர்களுக்கு உதவி செய்யும் அனைவருமே தேசதுரோகிகள் தான்.

இறுதியாக, இந்த திட்டத்தின் மூலமாக இந்திய நாடு இஸ்ரேல் நாட்டிடம் ஒப்படைக்கப்பட்டுவிட்டது. இனி இந்தியர்கள் என்று எவரும் நம்மை குறிப்பிட்டு சொல்லாதீர்கள். இஸ்ரேல் நாட்டு அடிமைகள் என்று நாம் சொல்லிக் கொள்ளலாம்.

## தீர்வு

பொதுமக்களாகிய நாம் அனைத்து ஜாதி, மதம், இனம், நாடு ஆகிய வேறுபாடுகளைக் கடந்து அனைவரும் ஒன்றிணைந்து இஸ்ரேல் நாட்டை எதிர்க்க வேண்டும். பிரித்தாலும் சூழ்ச்சி என்ற முறையில் நம் அனைவரையும் அவர்கள் கட்டிப் போட்டிருக்கிறார்கள். இந்துக்கள், முஸ்லீம்களுடன் சேர்வதில்லை. முஸ்லீம்கள், கிறிஸ்தவர்களுடன் சேர்வதில்லை. கிறிஸ்தவர்கள், இந்துக்களுடன் சேர்வதில்லை. இவ்வாறு நமக்குள் மதத்தால், இனத்தால், ஜாதியால் பிரிவுப்பட்டு இருப்பதால் தான் அவர்கள் சுலபமாக நம்மை அவர்களது கட்டுப்பாட்டிற்குள் கொண்டுவந்து கொண்டிருக்கிறார்கள்.

எனவே அன்பர்களே ! தயவுசெய்து நாம் மதம், ஜாதி, இனம், கடந்து ஒன்று சேரவேண்டும். ஒன்றுமையே இனிமேல் நமக்கு பாதுகாப்பு.

நாம் அனைவரும் கூட்டுப்பிரார்த்தனை செய்யவேண்டும். இனிமேல் கத்தி, துப்பாக்கி, பீரங்கி போன்ற ஆயுதங்களை எடுத்து சண்டையிடுவதை விட வறம் ஒருமுறை ஒவ்வொரு வீடுகளிலும் அனைத்து ஜாதி, மத, இனத்தவர் ஒன்று சேர்ந்து கூட்டுப்பிரார்த்தனை மூலமாக நல்வார்த்தைகளை அனைவரும் ஜெபிக்கவேண்டும்.

உதாரணமாக செழிக்கட்டும் விவசாயம் ! சீர்பட்டட்டும் நிர்வாகம் !! உலகமக்கள் முகங்களில் நிலவட்டும் புன்சிரிப்பு ! வளர்க ஆன்மீகம் ! வாழ் வாழ்வாங்கு !!

இதுபோன்ற எதிர்மறை வார்த்தைகள் எதுவும் இல்லாமல் நேர்மறையான வார்த்தைகள் மட்டுமே இருக்குமாறு வாக்கியங்களாக அமைத்துக் கொண்டு கூட்டுப்பிரார்த்தனையின் போது உச்சரித்து வரவேண்டும்.

உலகில் உள்ள அனைத்து ஜாதி, இன, மதத்தைச் சேர்ந்த மக்கள் ஒருவரையொருவர் அன்பு செலுத்துபவர்களாக இருக்க வேண்டும்.

உயர்ந்தவன், தாழ்ந்தவன் என்ற பேதமின்றி அனைவரும் மனிதர்கள் என்ற மனித நேயத்தை வளர்க்க வேண்டும்.

நல்லகாரியம் செய்யும் ஒருவர் இன்னொரு நல்லகாரியம் செய்யும் ஒருவரை ஆதரிக்கவேண்டும். பொதுவாக கெட்டகாரியம் செய்யும் அனைவரும் ஒன்றாக இருக்கின்றார்கள். நல்லகாரியம் செய்பவர்களோ தனித்தனியே பிரிந்திருக்கிறார்கள்.

கெட்டகாரியம் செய்யக்கூடிய அரசியல்வாதிகளும், காவல்துறையும், நீதித்துறையும், ரௌடித்துறையும் ஒன்றாகவே இருக்கிறார்கள். ஆனால் பொதுமக்களாகிய நாம் பிரிந்திருக்கிறோம். உதாரணமாக நான் கடந்த எட்டு ஆண்டுகளாக நல்லகாரியங்கள் செய்யும் பலரையும், “அமைதியும் ஆரோக்கியமும்” என்ற நமது பத்திரிக்கையில் மூலம் யூடியூப் மூலமாகவும் மக்களுக்கு அறிமுகம் செய்து வருகிறேன். அவர்களுக்கும் எனக்கும் எந்த ஒரு தொடர்பும் இல்லை. “கமிஷனும்” இல்லை. நல்ல காரியம் செய்தால் அவர்களை அறிமுகப்படுத்தி வைப்போம். இவ்வாறு நல்லகாரியம் செய்யும் ஒவ்வொருவரும் ஒன்று சேர வேண்டும்.

500 ரூபாய், 1000 ரூபாய் செல்லாது என்ற அறிவிப்பினால் எனக்கு ஒரு பாதிப்பும் ஏற்படவில்லை. ஏனென்றால் என்னிடம் ஒன்றுமே இல்லை. என்னிடம் பணமோ, சொத்துகளோ இல்லை. ஆனால் ஆரோக்கியம் இருக்கிறது. மனதில் தெளிவும், நிம்மதியும் இருக்கிறது. புத்தியில், தெளிவு, குடும்பத்தில் நிம்மதி, சமுதாயத்தில் நல்ல

பெயர் இருக்கிறது. எனவே காசு, பணம், நகை ஆகியவற்றுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்காமல் அன்பு, சமாதானம், சாந்தி, உடல் ஆரோக்கியம், மனநிம்மதி, குடும்ப அமைதி ஆகியவற்றுக்கு முக்கியத்துவம் அளிக்கும் யாராக இருந்தாலும் அவர்கள் எந்த நாட்டில் வசித்தாலும் அரசாங்கம் எந்த ஒரு மோசமான திட்டத்தினை அமல் படுத்தினாலும் அவர்களை அது பாதிக்காது என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

கர்ம யோகம் புரியுங்கள். கணக்குப் பார்க்காமல் வேலை செய்யுங்கள்.

நாம் சாதாரணமாக எப்பொழுதும் ஒன்று சேரமாட்டோம். இதுபோன்ற மோசமான திட்டங்கள் வரும்பொழுதுதான் நாம் ஒன்று சேரவேண்டும் எண்ணம் நமக்குள் ஒற்றுமையாக இருக்கவேண்டும் என்பதும் நமக்கு எண்ணம் வரும். எனவே இது ஒரு சரியான தருணம். இந்தத் தருணத்தில் உலக மக்கள் அனைவரையும் அழைக்கிறேன். ஜாதி, மதம், இனம் போன்ற பேதங்கள் பார்க்காமல் நாம் அனைவரும் ஒன்று சேர்வோம்.

உலக மக்கள் தொகையில் 750 கோடிபேர் கொண்ட சாதாரண மக்களாகிய நம்மை 7500 பேர் கொண்ட இலுமினாட்டிகள் ஆட்டிவைத்து கொண்டிருக்கிறார்கள். நம்மில் ஒரு இலட்சம் பேர் ஒன்றிணைந்தால் கூட நிச்சயமாக இந்த உலகில் அவர்களின் ஆதிக்கத்தை மாற்றிவிட முடியும். எனவே ஒற்றுமையாக இருப்போம். கூட்டுப் பிரார்த்தனை செய்வோம் ! அன்பு செலுத்துவோம் ! இந்த உலகில் நிம்மதியாக வாழ்வோம் ! வாழ்வோம் ஆரோக்கியமாக !!

# நிம்மதி

# தியானம்



ஓரீலர் பாஸ்கர்

நிறுவனர்,

அனாடமிக் தெரபி ஃபவுண்டேஷன்

**ம**னதை நிம்மதியாக வைத்துக் கொள்வதற்கு இந்த “நிம்மதி தியானம்” மிகவும் உதவியாக இருக்கும்.

மனதில் உள்ள டென்சன், கோபம், வஞ்சம், விரக்தி, நிம்மதியின்மை, மன அழுத்தம், கவலை, போன்ற அனைத்து விசயங்களையும் நீக்கி சந்தோசம், அமைதி, ஆனந்தமாக வாழ்வதற்கு இந்த நிம்மதி தியானம் மிகவும் உதவிகரமாக இருக்கும்.

இந்த தியானத்தினை செய்வதற்கு என்று தனியாக நேரம் ஒதுக்கி அமர்ந்து தியானம் செய்யவேண்டும் என்ற அவசியம் இல்லை. சாதாரணமாக இந்த தியானமானது நமது அன்றாட வாழ்க்கையிலேயே இணைத்து இதனைப் பயன்படுத்தக் கூடிய ஒன்றாகும். எனவே இதற்கு என்று தனியாக நேரம் ஒதுக்கவேண்டிய அவசியம் இல்லை.

இந்த தியானத்தைச் செய்வதற்கு மூன்று வார்த்தைகளைப் புரிந்து

கொள்ளவேண்டும்.

1. நான் உங்களை நேசிக்கிறேன். (I Love you)
2. என்னை மன்னியுங்கள். (I am sorry)
3. நன்றி. (Thank You)

இந்த மூன்று வார்த்தைகளுக்கும் முதலில் அர்த்தம் புரிந்து கொள்ளவேண்டும். “நான் உங்களை நேசிக்கிறேன்” என்று சொல்லும் பொழுது மனதார சொல்ல வேண்டும். வெறும் வாய் வார்த்தையாக மட்டும் அதை சொல்லக்கூடாது.

அதேபோல “என்னை மன்னியுங்கள்”. என்று சொல்லும் பொழுது மனதார சொல்லவேண்டும். வெறும் வார்த்தைகளாக அவை இருக்கக்கூடாது.

“நன்றி” என்று கூறும் பொழுது அதுவும் உணர்வுப் பூர்வமாக இருக்கவேண்டும்.

இந்த மூன்று வாக்கியங்களையும் மனப்பூர்வமாகத்தான் சொல்லவேண்டும் என்பதைப் புரிந்து கொண்டோம்.

சரி ! இனி இந்த தியானத்தை எப்படி செய்வது என்று பார்ப்போம்.

நாம் தினமும் காலை எழுந்தது முதல் இரவு தூங்குவது வரை பல்வேறு பணிகளை செய்து கொண்டு இருக்கிறோம். இவ்வாறு நாம் வேலை செய்து கொண்டு இருக்கும் பொழுது நமது உடல் ஒரு புறம் வேலை செய்து கொண்டு இருக்கிறது. ஆனால் மனம் வேறு ஒருபுறம் வேலை செய்து கொண்டு இருக்கும். அந்த சமயங்களில் துன்பம், துயரம், டென்சன், விரக்தி, பயம் போன்ற பல்வேறு தீய எண்ணங்கள் நமக்கு மனதில் எழுகின்றன. இதனால் நாம் கவலையடைகிறோம். நிம்மதியை இழக்கிறோம். உடலில் வியாதிகள் ஏற்படுகின்றன. எனவே இதுபோன்ற கெட்ட சிந்தனைகளை நல்ல சிந்தனைகளாக மாற்றுவதற்கு இந்த நிம்மதி தியானத்தை நாம் பயன்படுத்த இருக்கிறோம்.

நமது மனதில் திடீரென நம்மை ஏமாற்றிய ஒருவரின் ஞாபகம் வருகிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம். உடனே நாம் கோபம் கொள்கிறோம். வருத்தப்படுகிறோம். மன நிம்மதியை இழக்கிறோம். இந்த நேரத்தில் நாம் “பாவம் அவர்கள் அறியாமல் அந்த தவறை செய்துவிட்டார்கள். எனவே நாம் அவர்களை மன்னிப்போம்” என்று நினைப்பதுடன் நான் “உன்னை மனதார நேசிக்கிறேன்” “ஐ லவ் யூ” என்று மனப்பூர்வமாக நினைக்கவேண்டும்.

நம்மை யாரெல்லாம் கொடுமைப்படுத்தினார்கள், நமக்கு யாரெல்லாம் துரோகம் செய்தார்களோ, யாரெல்லாம் நம்மை ஏமாற்றினார்களோ, அவர்களை நினைக்கும் பொழுது நாம்

நம்முடைய மனதை வருத்திக் கொள்வதனால் நாம் தான் நோயாளியாகிவிடுகிறோம். இதனால் நாம் நம்மை வருத்திக் கொள்வதனால் அவர்களுக்கு எந்த ஒரு பாதிப்பும் ஏற்படுவதில்லை. அவர்கள் எப்பொழுதும் போல் சாதாரணமாகத்தான் வாழ்ந்து கொண்டிருப்பார்கள். எனவே தான் எப்பொழுதும் கெட்ட காரியம் செய்பவர்களுக்கு எதுவுமே ஆவதில்லை. ஆனால் நல்ல காரியம் செய்பவர்களுக்கு மட்டும் தான் மனம் பாதிக்கப்பட்டுக் கொண்டே இருக்கிறது.

எனவே இனிமேல் எப்பொழுதெல்லாம் நமக்கு துன்பத்தைக் கொடுத்தவர்களின் ஞாபகம் வருகிறதோ அந்த நேரத்தில் “நான் உன்னை நேசிக்கிறேன்”, “ஐ லவ் யூ” என்று மனப்பூர்வமாக கூறும்பொழுது நமது மனதில் உள்ள அந்த வெறுப்பு நம்முடைய மனதிலிருந்து வெளியே சென்று நமது எண்ணங்கள் காற்றோடு காற்றாக கலந்து அவர்களுக்கும் நம் மீது அன்பு ஏற்படச் செய்கிறது. அத்துடன் இனிமேல் அதுபோன்ற தவறுகளைச் செய்யாமல் இருப்பதுடன் செய்த தவறுக்கும் அவர்கள் வருந்துவார்கள்.

சில நேரங்களில் நாம் யாரையாவது ஏமாற்றி இருப்போம் அல்லது துன்பப்படுத்தி இருப்போம். தெரிந்தோ தெரியாமலோ நாம் பலருக்கு துன்பத்தைக் கொடுத்து இருப்போம். அந்த விசயங்கள் ஞாபகம் வரும்பொழுது “என்னை மன்னியுங்கள்” “ஐயம் ஸாரி” என்று மனதாரக் கூறவேண்டும். இவ்வாறு கூறி வரும்பொழுது நம்மிடம் உள்ள அந்த வருத்தங்கள் மறைந்துவிடுகின்றன. மேலும் இந்த எண்ணங்கள் காற்றின் மூலமாக அலைவரிசையாக சென்று அவர்களை அடைவதனால் அவர்களும் நம்மை மன்னிப்பார்கள்.

இவ்வாறு எப்பொழுதெல்லாம் நாம் பிறருக்குத் துன்பத்தைக் கொடுத்தோமோ, அந்த நிகழ்ச்சி நினைவுக்கு வரும்பொழுது “என்னை மன்னியுங்கள்” என்று நாம் மனதாரக் கூறும் பொழுது நமது மனம் தூய்மையடைகிறது. மேலும் அந்தப் பாவத்திற்கு ஒரு பரிகாரம் நடந்துவிடுகிறது.

எப்பொழுதெல்லாம் நமக்கு மற்றவர்கள் செய்த உதவிகள் நினைவுக்கு வருகிறதோ அப்பொழுதெல்லாம் “நன்றி” “தேங் யூ” என்று நாம் மனதாரக் கூறும் பொழுது அந்த செயலுக்கு இவ்வாறு நன்றி கூறுவதன் மூலம் அவர்களை சந்தோசமடையச் செய்வதுடன் நமது மனம் இன்னும் நிம்மதியடைவதற்கு மேலும் ஒரு அரிய வாய்ப்பாக இது அமைகிறது. இதே போல நமக்கு எப்பொழுதெல்லாம் நல்ல காரியங்கள் நடந்தனவோ அதை நினைத்துப் பார்க்கும் பொழுது அதை செய்த மனிதர்களுக்கும், இறைவனுக்கும் “நன்றி” சொல்லிக் கொண்டே இருக்கும் பொழுது மீண்டும் மீண்டும் நல்ல காரியங்கள் அடிக்கடி நமக்கு நடக்கும், எனவே நாம் நிம்மதியாக வாழலாம்.

எனவே இனிமேல் ஒவ்வொரு வினாடியும் நம்மனதில் தோன்றும் எண்ணங்களை மேற்சொன்னவாறு இந்த மூன்று வாக்கியங்களின் மூலம் நாம் ஒழுங்குபடுத்தினால் தியானம் என்று தனியாக அமர்ந்து செய்யாமல் சாதாரண வாழ்க்கையை வாழ்ந்து கொண்டே நமது மனதை முப்பது நாட்கள் முதல் தொண்ணூறு நாட்களுக்குள் துய்மைப்படுத்த முடியும். இவ்வாறு தினமும் செய்து வருவதன் மூலம் நமது மனம் சில நாட்களுக்குப் பிறகு அமைதியாக, நிம்மதியாக, சந்தோசமாக இருக்கும். அப்பொழுது நமது உடலில் உள்ள அனைத்து நோய்களும் குணமடைந்து நாம் ஆரோக்கியம் பெறுவோம். மேலும் நம்மிடமும், பிறரிடமும் உள்ள வெறுப்பு,

கோபம் ஆகியன குறைந்து அனைவரும் நம்மிடம் அன்பானவர்களாக மாறிவிடுகிறார்கள்.

சில மனிதர்களை நினைக்கும் பொழுது முதல் மற்றும் இரண்டாவது வாக்கியங்களைப் பயன்படுத்த வேண்டிய நிலையில் இருப்போம்.

உதாரணமாக சிலருக்கு நாம் சில துன்பங்களை கொடுத்திருப்போம். அவர்களும் நமக்கு சில துன்பங்களைக் கொடுத்திருப்பார்கள். அப்பொழுது நாம் இரண்டு வாக்கியங்களைக் கூறவேண்டும். “நான் உன்னை நேசிக்கிறேன்”, “ஐ லவ் யூ” மற்றும் “என்னை மன்னிக்கவும்”.

சில மனிதர்களை நாம் நினைக்கும் பொழுது ஒன்று மற்றும் மூன்றாவது வாக்கியங்களை சொல்லவேண்டிய நிலையில் இருப்போம். அவர்கள் நமக்கு பல துன்பங்களைக் கொடுத்திருப்பார்கள். அதே சமயம் நமக்கு நன்மையும் செய்து இருப்பார்கள். அப்பொழுது நாம் “நான் உன்னை நேசிக்கிறேன்” “நன்றி” என்ற இரண்டு வாக்கியங்களை அவர்களிடத்தில் நாம் சொல்லவேண்டியதிருக்கும்.

சில மனிதர்களை நினைக்கும் பொழுது நாம் அவர்களுக்கு துன்பம் கொடுத்ததையும் அவர்கள் நமக்கு இன்பத்தைக் கொடுத்ததும் நினைவுக்கு வரும். அப்பொழுது “என்னை மன்னியுங்கள்” “நன்றி” ஆகிய இரண்டு வாக்கியங்களை கூறவேண்டியது இருக்கும்.

சில மனிதர்களை பற்றி சிந்திக்கும் பொழுது அவர்களுக்கு மூன்று வாக்கியங்களையும் பயன்படுத்த வேண்டியது இருக்கும். நாம் அவர்களைத் துன்பப்படுத்தி இருப்போம். அவர்களும் நம்மைக் கஷ்டப்படுத்தி இருப்பார்கள். அவர்கள் நமக்கு சில நன்மையை செய்து இருப்பார்கள்.

இந்த மூன்றும் நடந்திருந்தால் அவர்களுக்கு நாம் இந்த மூன்று வார்த்தைகளையும் சொல்ல வேண்டியது இருக்கும்.

பல நேரங்களில் நம்முடனேயே இருக்கும். நம்மீது அதிக அன்பு உள்ள மனிதர்களிடமும் நாம் மூன்று வார்த்தைகளையும் கட்டாயம் பயன்படுத்த வேண்டும்.

எனவே இந்த வினாடியிலிருந்து ஒவ்வொரு நாளும்தான் விடியும் காலைப்

பொழுதிலிருந்து இரவு தூங்கச் செல்லும் முன்பு வரை நாம் மனதில் தோன்றும் எண்ணங்களுக்கு தகுந்தாற்போல மூன்றே வாக்கியங்களை உணர்வுப் பூர்வமாக கூறுவதன் மூலம் 30 லிருந்து 90 நாட்களுக்குள் நமது மனம் நிம்மதியானதாய் மாறிவிடும். இதுவே நிம்மதி தியானமாகும்.

இந்த நிம்மதி தியானத்தினைப் பயன்படுத்தி ஆரோக்கியமாக, நிம்மதியாக, மகிழ்ச்சியாக வாழ்வோமாக ! வாழ்க நிம்மதியுடன் !



## உளுந்து குளியல்

உடலுக்கு ஆரோக்கியம் தரும் ஒன்றான உளுந்து குளியலைப் பற்றி அறிவோம்.

தோலுடன் கூடிய முழு உளுந்துப்பருப்பினை 1/2கிலோ அளவில் வாங்கி வந்து இரவில் தண்ணீரில் ஊற வைத்துவிட வேண்டும்.

அதிகாலை நான்கு மணிக்குமேல் ஊறியிருக்கும் உளுந்துப்பருப்பினை எடுத்து மாவாக அரைத்துக் கொள்ளவேண்டும். பின்னர் இந்த மாவினை எடுத்து உடலின் எல்லா பகுதிகளிலும் பூசிக்கொண்டு அரைமணிநேரம் கழித்து சாதாரண நீரில் (பச்சைத் தண்ணீர்) குளித்து விடவும்.

குளித்து முடித்தபின் அதிகாலை இளம் சூரியனை வெறும் கண்களால் சுமார் பத்து நிமிடங்கள் பார்க்கும் பயிற்சியை செய்யலாம்.

இந்த உளுந்து குளியலினால் உடல் குளிர்ச்சி, தோல் மிருதுத்தன்மை, புத்துணர்ச்சி ஆகியவற்றுடன் சூரியனைப் பார்க்கும் பயிற்சியால் கண்பார்வைதிறன் கூடும்.

குறிப்பு : உளுந்து குளியலின் போது சோப்பு, ஷேம்பூ ஆகியன தவிர்க்கவும்.

அதிகாலை சூரிய உதயத்தின் போதுதான் கண்களால் சூரியனைப் பார்க்கும் பயிற்சி செய்யவேண்டும். பின்னர் நேரம் கழித்து செய்தல் கூடாது.



ஹீலர் பாஸ்கர்  
நிறுவனர்,  
அனாடமிக் தெரபி ஃபவுண்டேஷன்

# வைட்டமின் B17-ம் கேன்சரும்

சமீபகாலமாக கேன்சர் (பற்றுநோய்) பற்றி புதிதாக தகவல் ஒன்று ஊடகங்களில் பரப்பப்பட்டு வருகிறது. வெளிநாட்டைச் சேர்ந்த ஆராய்ச்சியாளர் ஒருவர் கேன்சர் வியாதிக்கு “பி17 வைட்டமின்” குறைபாடு தான் காரணம் என்று கண்டறிந்து அறிக்கை வெளியிட்டு உள்ளார் என ஊடகங்கள் செய்தி பரப்பின.

இந்த பி 17 வைட்டமினை நிறைவு செய்வதற்கு “அ” என்ற எழுத்தில் ஆரம்பிக்கும் பழம் தான் சிறந்த மருந்து என்றும் அதைக் கொண்டு கேன்சரை குணப்படுத்திவிடலாம். என்றும் மேலும் அந்த ஆராய்ச்சியாளர் கூறியிருந்தார். பொதுமக்களிடமும் பரவலாக இதுபற்றிய பேச்சு எழுந்துள்ளது. இதைப்பற்றி நாம் தெளிவாக அறிந்து கொள்வோம்.

உண்மை என்னவென்றால்  
கேன்சருக்கும் பி17 வைட்டமினுக்கும்

சம்பந்தமே இல்லை. கேன்சர் வருவதற்கு இரண்டு காரணங்கள்.

1. அவை பலவருடங்களாக உடலில் கழிவுகள் தேங்கும் பொழுது அந்தக்கழிவுகளில் தோன்றும் கிருமிகளே கேன்சருக்குக் காரணம்.
2. நமது உடலில் உள்ள ஒவ்வொரு செல்களுக்கும் தனித்தனியாக தன்னைத்தானே குணப்படுத்தும் அறிவு உள்ளது. அந்த அறிவு கெட்டுப்போகும் பொழுது, அது சம்பந்தமில்லாமல், தேவையில்லாமல் பல வேலைகளைச் செய்யும். இதுவும் கேன்சருக்குக் காரணம்.

இந்த இரண்டைத் தவிர கேன்சர் வருவதற்கான காரணங்கள் எதுவும் கிடையாது. இதற்கும் “வைட்டமின் பி17” க்கும் சம்பந்தமே இல்லை.

உலகில் உள்ள பல வியாபாரிகளும் தங்களின் பொருள்களை உலகம் முழுவதும்

வியாபாரம் செய்வதற்காக வேண்டுமென்றே திட்டமிட்டு ஏதாவது ஒன்றைக் கூறி மக்களைக் குழப்பிக் கொண்டிருக்கின்றனர். அதில் ஒன்றுதான் இந்த “வைட்டமின் பி17”.

நம் ஊர்களில் சாதாரணமாகக் கிடைக்கும் பழவகைகளைப்போல வெளிநாடுகளில் கிடைக்கும். ஒரு சாதாரணப் பழவகை ஒன்றுதான் இந்த “அ” எழுத்தில் ஆரம்பிக்கும் பழமும். இந்தப் பழத்தினை உலகமெல்லாம் வியாபாரம் செய்யவேண்டும் என்பதற்காக அதற்கு காப்புரிமை வாங்கிவிட்டு “பி17” வைட்டமினை இந்த பழத்தினால் பெறலாம். கேன்சரை குணப்படுத்தலாம் என இரண்டையும் இணைத்து அறிக்கை ஒன்றை தயார் செய்து வெளியிட்டு உள்ளனர். இணையதளம், பத்திரிக்கை, விக்கிப்பீடியா, டிவி போன்ற ஊடகங்களிலும் இந்தச் செய்தி பரப்பப்படும் பொழுது நாம் அனைவரும் அந்தப் பழத்தினை வாங்கிச் சாப்பிடவேண்டும் என்று நினைப்போம். இந்தச் செய்தி ஊடகங்களின் மூலம் வெளியிடுவதற்கு முன்பே உலகம் முழுவதும் கடைகளில் அந்தப் பழத்தினை கொண்டுவந்து விற்பனைக்கு வைத்து விட்டுத்தான் இவற்றைக் கூறுகின்றனர்.

நமது நாட்டில் விளையும் கமலா ஆரஞ்சை ஒழித்துவிட்டு “ஹைபிரிட்” எனப்படும் புதிய ரகங்களை இறக்குமதி செய்கின்றனர். அதே போல நாட்டுரகத் தக்காளிகளை அழித்துவிட்டு புதிய ரக தக்காளியை கொண்டு வந்திருக்கின்றனர். நம் நாட்டில் விளையும், நாட்டு ரகங்களாக உள்ள காய்கறி, பழங்கள், தானியங்கள் ஆகியவற்றை உணவாக எடுத்துக் கொண்டாலே அனைத்து வகை கேன்சர்களும் குணமாகும் என்ற உண்மையை யாரும் சொல்வதில்லை.

எனவே பொதுமக்கள் எப்பொழுதும் “உஷாராக” இருக்கவேண்டும். புதிதாக ஏதாவது ஒரு விசயத்தை யாராவது சொல்கிறார்கள் என்றால் அதன் பின்னே செல்லாமல் சற்று யோசித்து பார்க்கவேண்டும். நம்முடைய பாரம்பரிய பழக்க வழக்கங்களில், நமது தாத்தா, பாட்டியினர் கூறியிருக்கும் வழிமுறைகளைப் பின்பற்றினால் மட்டும் போதும். கேன்சரை குணப்படுத்திவிட முடியும். இதைத் தவிர வெளிநாட்டுப் பழங்களைச் சாப்பிட்டால் கேன்சர் குணமாகும் என்று பரப்பப்படும் போலிப் பிரச்சாரங்களை செய்யும் வியாபாரிகளை நம்பி பொதுமக்கள் யாரும் ஏமாந்து விடவேண்டாம்.

ஒவ்வொருவரும் தங்களது நாட்டில் பாரம்பரிய முறையிலும், பூச்சி மருந்துகளின்றி இயற்கை சாகுபடி முறையிலும் விளைவிக்கப்படுகின்ற காய்கறிகள், பழங்கள், தானியங்கள் ஆகியவற்றை சாப்பிடும் பொழுது நிச்சயம் நாம் ஆரோக்கியமாக இருப்போம் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

“வைட்டமின் பி17” ஐ குறிப்பிட்ட தற்பொழுது வியாபாரம் செய்வதைப் போன்று தான் அவ்வப்பொழுது புதிது புதிதாக வைட்டமின்களையும் பிற தயாரிப்புகளையும் அதற்கு உரியவை என்று பழங்களையும் மக்களுக்கு அறிமுகப்படுத்தி வைத்து அதற்கு காப்புரிமை பெற்றுக் கொள்கின்றனர். இதன் மூலம் கோடிக்கணக்கான ரூபாய்களைச் சம்பாதித்து பொதுமக்களை ஏமாற்றி வருகின்றனர்.

எனவே நாம் புத்திசாலிகளாக நடந்து கொண்டு நமது நாட்டு பாரம்பரியரகங்களில் விளைபவற்றை மட்டுமே சாப்பிடுவோம்.

கேன்சரை குணப்படுத்துவோம் !!  
வாழ்க வளமுடன் !!!

# மசக்தை

பகுதி 2



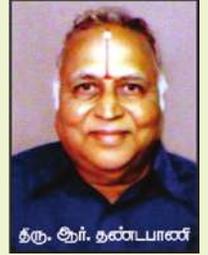
**த**ாய்மை அடைந்த பெண்கள் அறிந்து கொள்ள வேண்டிய முக்கியமான விசயங்கள் நிறைய உள்ளன. உடலையும், மனதையும் ஆரோக்கியமாகவும், ஆனந்தமாகவும் வைத்திருக்க வேண்டியது மிகமிக அவசியம். குறிப்பாக கர்ப்ப காலத்தில் செய்ய வேண்டிய சில பயிற்சிகளைப் பற்றியும் அதன் நன்மைகள் பற்றியும் பின்வருமாறு அறிந்துகொண்டு பின்பற்றி பயனடையலாம்.

1. குழந்தை பிறந்த பின்னர் சில குழந்தைகள் தாய்ப்பால் அருந்தாமல் அழும். இதை சரி செய்வதற்கு எளிய வழி ஒன்று உள்ளது.

ஒரு பெண் கருவுற்ற நான்கு அல்லது ஐந்தாவது மாதங்களில் அப்பெண்ணின் மார்பக காம்புகளை மெதுவாக இழுத்துவிட வேண்டும். இதனால் குழந்தை பிறந்த பிறகு பால் குடிக்க மிகவும் ஏதுவாக இருக்கும்.

2. கருவுற்ற பெண்கள் உறங்கும் பொழுது கவனிக்கவேண்டிய வழிமுறைகள்.

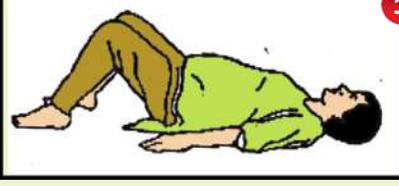
இடது பக்கவாட்டிலோ அல்லது வலது பக்கவாட்டிலோ தலை வைத்து உறங்கவேண்டும். மல்லாந்து படுத்து உறங்கக் கூடாது. இடது பக்கத்தில் இருந்து வலது பக்கத்திற்கு அல்லது வலது பக்கத்தில் இருந்து இடது பக்கத்திற்கோ திரும்பிப் படுக்கவேண்டும் எனும் நிலையில் படுக்கையில் அமர்ந்த நிலைக்கு வந்து பின்னர் ஏதாவது ஒரு பக்கமாக தலை வைத்துப்படுத்துக் கொள்ளலாம்.



தரு. ஆர். தண்டபாண்டி

படுக்கையிலிருந்து எழும் பொழுது முதலில் படுக்கையில் அமர்ந்த நிலையில் இருக்க வேண்டும். பின்னர் பத்து வினாடிகளுக்குப் பிறகு நிதானமாக எழுந்து நிற்கவேண்டும். நான்கு அல்லது ஐந்து பெருமூச்சுகளை இழுத்து சுவாசித்துவிட்டு பின்னர் நகரலாம். இதனால் இரத்த ஓட்டமும், காற்றோட்டமும் சீராக அமைந்து எளிதில் நடக்கமுடியும். இவ்வாறு பின்பற்றும் பொழுது தலைசுற்றலைத் தவிர்க்கலாம்.

### 3. எளிமையான உடற்பயிற்சி முறைகள்



1 This Posture gives muscles around anus and vagina more relaxation.

படுத்து கால் முட்டிகளை உயர்த்தவும். ஆசன வாயிலும் அதைச் சுற்றியுள்ள தசைகளும் பலம் அடையும்.



2 To relax pelvis and thighs sit in delivery position.

அமர்ந்து முட்டிகளை உயர்த்தி காலை பிரிக்கவும். தொடைப்பகுதி வலுவடையும்.



3 Bending forward helps knees, overcome lower backside.

குழந்தைபோல தவழ்தல் முதுகு வலி இல்லாது போகும் அல்லது குறைந்து கொண்டு வரும்.



4 In this position, push knees, lift thighs and lower them for a good flexibility.

வண்ணத்துப்பூச்சி போல், மடக்கி கால்களை உயர்த்தித் தாழ்த்தவும் மூட்டுத், தொடைப்பகுதிகள் விரிவடைந்து அசைந்து கொடுக்கும்.



6 Massage helps to overcome pain during labour.

மண்டியிட்டு சற்றே குனியவும். ஒத்தடம் பிரசவ வலிக்கு இதமாகும்.

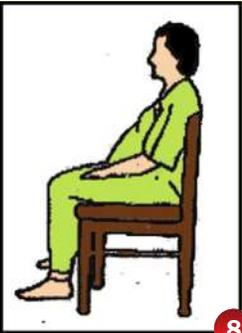
5 To tone up, sit and tighten the abdomen and tilt towards back.

கைகளை பின்னால் தாங்கி, இரு கால்களையும், நீட்டவும். வயிற்றின் அடிப்பகுதி இறுகும்.



7 Keeping legs apart and sitting like this prevent constipation and backside.

மெதுவாக மலம் கழிப்பதுபோல அமரவும். முதுகுவலிக்கு சுகமாக இருக்கும். மலச்சிக்கல் இருக்காது.



8 Lying with cushion gives comfort.

நாற்காலியில் அமர்ந்த நிலை முதுகுத்தண்டு வலுவடையும். முதுகுத்தண்டு நேராக வைத்திருக்கவும். நன்றி !

திரு. ஆர். தண்டபாணி அவர்கள் எழுதிய கருவிலிருந்து பூமி வரை நூலிலிருந்து...

# ஹீலர் பாஸ்கார்ன் சென்ற மாத நிகழ்ச்சிகள்



TRT TAMIL OIL RADIO  
LIVE PROG., FRANCE.



MUTHUMARIAMMAN KOVIL, 1.11.2016 DORTMOUND,  
FRANCE. GERMANY.



30.10.2016 FRANKFURT,  
GERMANY.



GRAINY CITY, FRANCE.



13.11.2016 கஞர்.



20.11.2016 மேடஞர்.



26.11.2016 கோவை.



27.11.2016 தர்மபுர்.



25.11.2016 முதல் 27.11.2016 வரை  
வீபாசனா பயிற்சி கோவை.



15.11.2016 முதல்  
19.11.2016 வரை  
ஐந்து நாள் பயிற்சி முகாம்  
கோவை.



## மலேசியாவில் அனாடமிக் ஐந்து நாள் பயிற்சி முகாம்

இடம் **St. Ann Church Jalan Kulim Bukit Meratajam**  
Penang, Malaysia  
தொடர்புக்கு : +0165072191, 0125786110

நுழைவு கட்டணம் : நன்கொடை RM680

**14-18**  
**NOV 2016**



## கோவையில் அனாடமிக் மூன்று நாள் வீடியோ பயிற்சி முகாம்

இடம் **நிஷ்டை சர்வதேச வாழ்வியல் பயிற்சி முகாம்**  
நெ. 1. லக்ஷ்மி நகர், பரிபூர்ணா எஸ்டேட் அருகில், கோவைப்பேட்டை.  
கோவை - 641 042. தொடர்புக்கு : +91 88706 66966

நுழைவு கட்டணம் : ரூ. 1000/- பயிற்சி இறுதி நாள் பணம் திருப்பித்தரப்படும்.

**16-18**  
**DEC 2016**



## மலேசியாவில் அனாடமிக் ஒருநாள் பயிற்சி முகாம்

இடம் **SRRI AKS CONVENTIONAL HALL**  
92, Jalan Jelapang, Beside Cimb Bank, Ipoh, Malaysia.  
தொடர்புக்கு : +60165530770

நேரம் : 7.00 pm to 9.00 pm

நுழைவு கட்டணம் : நன்கொடை RM10

**19**  
**DEC 2016**



## கோவையில் யோக விபாசனா மூன்று நாள் பயிற்சி முகாம்

இடம் **நிஷ்டை சர்வதேச வாழ்வியல் பயிற்சி முகாம்**  
நெ. 1. லக்ஷ்மி நகர், பரிபூர்ணா எஸ்டேட் அருகில், கோவைப்பேட்டை.  
கோவை - 641 042. தொடர்புக்கு : +91 85267 30207

நுழைவு கட்டணம் : ரூ. 500/- பயிற்சி இறுதி நாள் பணம் திருப்பித்தரப்படும்.

**23-25**  
**DEC 2016**

Organiser



## கோவையில் அனாடமிக் ஒருநாள் பயிற்சி முகாம்

இடம் : **BRIZO ஹோம்ஸ்**  
ஸ்ரீ முருகன் நகர், விலாங்குறிச்சி, சரவணம்பட்டி.  
கோவை - 641 035. தொடர்புக்கு : +91 98408 83511

நேரம் : 9.00 am to 6.00 pm

நுழைவு : அனுமதி இலவசம்

**25**  
**DEC 2016**



## மதுரையில் அனாடமிக் ஒரு நாள் பயிற்சி முகாம்

இடம் : **பசும்பொன் முத்துராமலிங்க தேவர் கல்லூரி**  
உ.சிலம்பட்டி, மதுரை.  
தொடர்புக்கு : +91 94981 39092, 96557 72836

நேரம் : 9.00 am to 6.00 pm

நுழைவு கட்டணம் : ரூ. 100/-

**01**  
**JAN 2017**

முன்பதிவு செய்ய : +91 99442 21007, 98424 52508

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

# அமைதியும் ஆரோக்கியமும்



43, பக்கிள் வீதி, செல்வபுரம், கோயம்புத்தூர் - 641 026, தமிழ்நாடு, இந்தியா. செல் : (+91) 88838 05456

நெ.69, N.S.K. வீதி, செல்வபுரம், கோயம்புத்தூர் - 641 026, தமிழ்நாடு, இந்தியா. செல் : (+91) 88838 05456

Email : amaidhiyumaarokiyamum@gmail.com / Web : www.amaitiyumarokiammum.com

## சந்தா விண்ணப்ப படிவம்

பெயர்

பிறந்த தேதி  வயது :

தொழில்  இனம் : ஆண்  பெண்

கைபேசி  தொலைபேசி

இ-மெயில்

முகவரி

பின்கோடு

தமிழ்நாடு : 1 வருட சந்தா ரூ. 600/- 2 வருட சந்தா ரூ. 1200/- 5 வருட சந்தா ரூ. 2750/-  
பிறமாநிலங்கள் : 1 வருட சந்தா ரூ. 700/- 2 வருட சந்தா ரூ. 1400/- 5 வருட சந்தா ரூ. 3250/-

### 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 : .....
2. பதிவு தேதி : .....
3. புதுப்பித்தல் தேதி : .....
4. வருட சந்தா தொகை : .....

அலுவலர் கையொப்பம் .....

ரசீது எண் :

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

**அமைதியும்**  **ஆரோக்கியமும்**  
புதுயுகத்தின் வழிகாட்டி

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

**Helpline : +91 88838 05456**

Mail to : amaidhiyumaarokiyamum@gmail.com

Web : www.amaithiyumarokiammum.com

## ஆசிரியர் குழு

ஆசிரியர்

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

துணை ஆசிரியர்

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

திரு. **மகாலிங்கம்**, மணமேடு.

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.

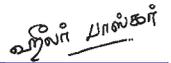
திரு. **ஆல்பர்ட் ராஜ்** - துணை மேலாளர், சென்னை.

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,  


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

# நிஷ்டை நிகழ்ச்சிகள்

 **பானு**  
வீட்டுக்கல்வி முறை  
**04.02.2017**  
முன்பதிவுக்கு  
**+91 85267 34307**

 **இலவச அனாடமிக்**  
ஐந்து நாள் பயிற்சி முகாம்  
**16 - 18.12.2016**  
முன்பதிவுக்கு  
**+91 88706 66966**

 **இலவச**  
யோக விபாசனா  
**23 - 25.12.2016**  
முன்பதிவுக்கு  
**+91 85267 34307**

 **அனாடமிக்**  
ஐந்து நாள் பயிற்சி முகாம்  
**13 - 17.01.2017**  
முன்பதிவுக்கு  
**+91 88706 66966**

 **அனாடமிக்**  
ஐந்து நாள் பயிற்சி முகாம்  
[ரதல் ரறை ஆங்கிலத்தில்]  
**25 - 29.01.2017**  
முன்பதிவுக்கு  
**+91 88706 66966**

 **பாரம்பரிய**  
கலை  
**விரைவில்**

சென்ற மாத இதழில் (நவம்பர் 2016) அனாடமிக் ஐந்து நாள் பயிற்சி முகாம் ஆங்கிலத்தில் பிப்ரவரி 25 முதல் 29 வரை தேதியில் நடைபெறுவதாக அறிவித்து இருந்தோம். ஆனால் இப்பொழுது ஜனவரி 25 முதல் 29 வரை தேதியில் மாற்றம் செய்யப்பட்டுள்ளது.

**Donation**  
**Rs. 5000/-**  
Including food  
Accommodation

**1<sup>st</sup> Time**  
**HEALER BASKAR**  
Directly Conducts  
**ANATOMIC THERAPY**  
**5 Days Class (English)**



These 5 Days will give complete and permanent solution for all the disease

**January 25<sup>th</sup> to 29<sup>th</sup>**

**We are inviting you to attend the class by staying in the natural environment**

Venue :

**NISTAI** INTERNATIONAL  
LIFE STYLE TRAINING CENTRE

No.1, Lakshmi Nagar, Near Paripoorna Estates, Kovaipudur, Coimbatore - 641 042.

**Contact : +91 88706 66966**

**Book Online Now**

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

# கிரீஜயா

பப்ளிகேஷன்ஸ் வெளியீடு

SHOP NOW



Rs. 600/-\*

**அனாடமிக் தெரபி செவ்வழிதொடு சிகிச்சை**  
(வீடியோ தொகுப்பு 10 பகுதிகள்)

அனாடமிக் தெரபி செவ்வழிதொடு சிகிச்சையின் ஐந்து நான் பயிற்சி வகுப்பின் தொகுப்பு... உலகில் உள்ள அனைத்து நோய்களுக்கும் மருந்து மாத்திரையில்லாத நிரந்தர தீர்வு !

அனாடமிக் தெரபி செவ்வழிதொடு சிகிச்சை ஆடியோ டிவிடி (Rs. 300/-)\*

**பானு வீட்டுகல்வி முறை (12 பகுதிகள்)**

1. பானுவீட்டுக் கல்விமுறை, 2. புவிதம், 3. ஹீலர் பாஸ்கரின் கல்வி சிந்தனைகள்,
4. மருட்டி சுகப்பிரசவம், 5. சாகம்பரி மழலையர் பள்ளி, 6. தாய்மொழி கல்வியே சிறந்தது
7. இரண்டு வருடத்தில் 200 மொழிகள், 8 & 9. கதை வழிகல்வி
10. தென்றல் அவர்களின் கல்வி சிந்தனைகள், 11. ஆக்ஷய ஆசிரியம், 12. கல்வியின் மாற்றத்திற்காக.

Rs. 400/-\*



Rs. 400/-\*

**அமைதியும் ஆரோக்கியமும்** (வீடியோ தொகுப்பு 4 பகுதிகள்)

திரு. ஹீலர் பாஸ்கர் அவர்களால் அமைதியும் ஆரோக்கியமும் என்ற மாத இதழ் ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ளது. இந்த மாத இதழில் ஹீலர் பாஸ்கர் அவர்களின் நிகழ்ச்சிகளும் அவரது புதிய அனுபவங்களும், புதிய சிந்தனைகளும் உள்ளடக்கியதாக மற்றும் பல்வேறு செய்திகளும் உள்ளடக்கியதாக உலக மக்கள் அனைவரும் பயன்பெறும் விதத்தில் வெளியிடப்பட்டு வருகிறது.

**ஆயிரம் கேள்வி பதில்கள்** (வீடியோ தொகுப்பு 3 பகுதிகள்)

உச்சம் தலை முதல் உள்ளங்கால் வரை உள்ள அனைத்து வியாதிகளுக்கும் ஹீலர் பாஸ்கர் அவர்களின் நேரடி பதில்கள்...

பொதுமக்கள் பலரின் கேள்விகளுக்கும் ஹீலர் பாஸ்கர் அவர்கள் நேரடியாக பதில் அளித்துள்ளார்...

Rs. 300/-\*



ஹீலர் பாஸ்கர் அவர்களின் டிவிடிகள், புத்தகங்கள் மற்றும் கோ. நம்மாழ்வார், நாகூர் ஸ்ரீமதி, ஃபஸ்ஸூர் ரஹ்மான், ஓவேஷா, ஸ்ரீ பகவத் ஜயா, வேதாத்திரி மகரிஷி ஆகியோர்களின் பன்னாள் புத்தகங்கள் சூங்கு கிடைக்கும்.

