

யுக மேம்பாட்டின் நூறு கோட்பாடுகளின் உறுதியான நிகழ்ச்சிநிரல்

பரம் பூஜ்ய குருதேவர் ஜூன் 1960 முதல் 61 வரை இமாலயத்தில் அஞ்ஞாதவாசத்தில் இருந்தார். அங்கிருந்து திரும்பி வந்து அவர் புதிய படைப்பிற்காக 'யுக மேம்பாட்டுத் திட்டம்' என்பதை அறிவித்தார். அந்த முறையின் படியே அவர் நூறு-கோட்பாடுகள் திட்டத்தை ஏற்படுத்தி, அதை அகண்ட ஜ்யோதி மாதப் பத்திரிக்கையில் ஜூன் 1993 இதழில் வெளியிட்டார். இது புத்தக வடிவில் வெளியிடப்பட்டது. நூறு-கோட்பாடுகள் திட்டத்தை ஒரே பார்வையில் கொண்டுவர வேண்டும் என்பதற்காக இப்பிரசுரம் வெளியிடப்படுகிறது. இது புதிய படைப்பின் கூட்டத்திற்கு, குழுவினர்க்கு, அவரவர்களின் விருப்பம் மற்றும் திறமைகேற்பத் திடமான நிகழ்ச்சி நிரலைத் தன்வயமாக்கிக் கொள்வதற்கு மிகவும் எளிதாக இருக்கும் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. எந்தவொரு மனிதரும், இந்த நிகழ்ச்சி நிரலைத் திருப்தியான, காலத்திற்கேற்ற சூழ்நிலைக்குத் தகுந்தவாறு திருத்தப்பட்ட வடிவில் தயக்கமின்றி ஏற்றுக்கொண்டு இதன் பயனை அடையலாம்.

உடல் ஆரோக்கியத்தின் பாதுகாப்பிற்கு உணவு நடத்தையின் நல்லேற்பாடு

01. இருவேளை உணவு
02. உணவைச் சரியாக மென்று தின்னவும்.
03. உணவு அதிக அளவில் இருக்கக்கூடாது.
04. சுவையின் பழக்கத்தை விட்டு விடவும்.
05. காய்கறிகளும், பழங்களும் அதிகமாக உட்கொள்ளவும்.
06. கெடுதலான பொருட்களிடமிருந்து விலகியிருக்கவும்.
07. நீராவினால் சமைக்கப்பட்ட உணவின் நன்மை
08. தூய்மை
09. திறந்தவெளிக் காற்றில் வசிக்கவும்.
10. ப்ரஹ்மசர்யத்தைக் கடைப்பிடிக்கவும்.

உடல் ஆரோக்கியத்தை வளர்ப்பதற்காகக் கூட்டு முயற்சி

11. தாவரங்களைப் பெருக்குதல்
12. சமைக்கும் முறையில் சீர்திருத்தம்
13. ஸாத்விக உணவின் தூய அறிவு
14. அசுத்தங்களைத் தூய்மைப்படுத்துதல்.
15. மதுபானங்களைக் கைவிடல்
16. உடற்பயிற்சி மற்றும் அதன் கல்வி
17. வாரத்தில் ஒருநாள் உபவாசம்
18. பெரிய விருந்துகள் மற்றும் மிஞ்சும் உணவை வீணாக்குதல்
19. குடும்பக்கட்டுப்பாடு
20. இயற்கை வைத்தியத்தின் அறிவு

படிப்பற்றவர்களின் இருளை விலக்குவோம்

21. குழந்தைகளைப் பள்ளிக்கு அனுப்புவோம்.
22. படித்தவர்களின் மனைவி படிப்பற்றவராக இருக்கக்கூடாது.
23. முதியோர் பள்ளிகளின் ஏற்பாடு.
24. வயதான பெண்களின் கல்விக்கான நடவடிக்கை
25. கல்வியுடன் உபதேசமும் தேவை.
26. புதிய பள்ளிகள் திறப்பு.
27. இரவுப் பள்ளிகள் நடத்துதல்.
28. படித்தவர்கள் அறிவின் கடனை அடைக்கவும்.
29. நூலகங்கள் மற்றும் படிப்பகங்கள்.

30. படிப்பதன் சுவையைக் கூட்டுவோம்.

மக்களுக்கு தர்ம உபதேசம் செய்வதற்கான திட்டம்

31. கடவுள் நம்பிக்கைக்கு மரியாதை
32. சுயகல்வியின் ஸாதனை
33. பண்பாடுள்ள வாழ்க்கை
34. யுக மேம்பாட்டின் ஞானக்கோயில்
35. ஸாதுக்கள் - ப்ராம்மணர்கள் கடமையைச் செய்யவும்.
36. விரதமிருப்பதைத் தர்மமாக ஏற்றுக் கொள்ளுதல்.
37. கோயில்களைத் தூண்டும் மையங்களாக மாற்றுதல்.
38. பருவங்கள், பண்டிகைகள் இவற்றின் உட்பொருள்
39. பிறந்ததினக் கொண்டாட்டம்
40. வானப்ராஸ்தத்திற்கு மறு உயிர் அளித்தல்

பண்பான சமுதாயத்தின் சிறப்பான ஆக்கம்

41. கூட்டுக் குடும்பப் பழக்கம்
42. குடும்ப ஆலோசனைக் கூட்டம்
43. நல்ல பழக்கவழக்கங்களின் பயிற்சி
44. குழந்தைச் செல்வம் மற்றும் அதன்பொறுப்பு
45. நற்செயல்களைப் பாராட்டுதல்
46. நல்லோரது ஒத்துழைப்பு
47. அறநெறிக் கடமைகளைக் கடைப்பிடித்தல்
48. ஒத்துழைப்பு மற்றும் கூட்டுறவு
49. கருமித்தனம், காம வாழ்வு, இவற்றை விடல்
50. உழைப்புக்கு மதிப்பு

இந்தக் கெட்ட நடவடிக்கைகளை நீக்குவோம்

51. வர்ண ஏற்பாட்டின் உண்மையான பொருள்
52. ஜாதிகளின் வேறுபாட்டைக் களைவோம்
53. ஆண்-பெண் வேறுபாட்டை விலக்குவோம்
54. ஆபாசத்திற்குப் பரிகாரம்
55. திருமணங்களில் வீண் செலவைத் தவிர்ப்போம்

56. குழந்தைத் திருமணம், பொருந்தாத திருமணத்தை நிறுத்துவோம்.
57. பிச்சையெடுக்கும் தொழிலை இகழ்வோம்
58. இறப்பு விருந்தின் வீண் செலவு
59. நகைகளில் செல்வத்தின் வீணழிப்பு
60. பேய், பிசாசுகள், பலி தரும் பழக்கம் இவற்றை மாற்றுவோம்.
மேன்மையான மனிதர் இவைகளைச் செய்யடும்
61. எழுத்தாளர்கள், பத்திரிகைக்காரர்களுக்கு வேண்டுகோள்
62. வெளியீடுகளின் ஒன்று திரண்ட வரிசைக்கிரமம்
63. ஒவ்வொரு மொழியிலும் வெளியீடு
64. மொழிபெயர்ப்புச் செயலின் விரிவாக்கம்
65. கடிதங்கள், பத்திரிகைகளின் அவசியம்
66. யுக இலக்கியங்களின் புதிய உருவாக்கம்
67. யுக மேம்பாட்டு அச்சகம்
68. கவிதைகளின் உருவாக்கம் மற்றும் பரப்புதல்
கலை மற்றும் அதன் நல்ல உபயோகம்
69. பேசும் கலையின் வளர்ச்சி
70. பாடகர்களின் ஒருங்கிணைப்பு
71. பாட்டுச் சொல்லித் தர ஏற்பாடு
72. ஓவியக் கலையின் உபயோகம்
73. கண்காட்சிகளின் ஏற்பாடு
74. நடிப்பு, நாடகம் மற்றும் இசை ஞானப்பயிற்சி
75. நாடகம் மற்றும் ஓரங்க நாடகம்
76. கலையின் விஞ்ஞானபூர்வமான பயன்பாடு
நல்லுணர்வுகளை வளர்ப்பதற்காக
77. தொண்டுப் பணிகளில் விருப்பம்
78. எல்லோர்க்கும் பயன்படக்கூடிய உபகரணங்கள்
79. வாழ்வில் கருணையுடனான நற்செயல்கள்
80. நேர்மையானவர்களுக்குப் பயன்படும் கடை
81. கூட்டங்கள் மற்றும் ப்ரசார சபைகள்
82. நவராத்திரிகளில் கற்பிக்கும் வகுப்புகள்
83. தர்மப் பிரசாரத்திற்காகப் பாதயாத்திரை
84. எடுத்தக்காட்டான சொற்றொடர்களை எழுதுதல்
85. ஸஞ்ஜீவனி வித்யாவை முறைப்படி கற்பித்தல்
86. சிறிய இடங்களில் கற்பிக்கும் அட்டவணை.
அரசியல் மற்றும் நன்னடத்தை
87. கீதையின் மூலம் மக்கள் விழிப்புணர்வு
88. ஓட்டு மற்றும் வாக்காளர்
89. கல்வி முறையின் நிலை
90. கெட்ட நடவடிக்கைகளின் அழிப்பு

91. விலை மலிந்த, வேகமான எளிய நியாயம்
92. குற்றவாளிகளின் மீது கடுமை
93. அதிகாரிகளின் உண்மைத்தன்மை
94. செல்வத்தின் ஏற்றத்தாழ்வுகளைச் சீர்செய்வோம்
யுக மேம்பாட்டின் ஆன்மிகப் பின்னணி
95. காயத்ரி உபாஸனை
96. யாகத்தின் தேவை
97. ஸமயதான யக்கும் (நேரமளிப்பு யாகம்)
98. ஆன்மிகச் சிந்தனையும், நல்லுறுதிகளும்
99. பிரிக்க முடியாத தர்மம் தானப்பரம்பரை
100. ஸத்யாக்ரஹ (அறப்போராட்ட) சுய தொண்டர்கள் படை

அகில உலக காயத்ரி பரிவார்
ஷாந்திகுஞ்சு, ஹரித்வார் (உத்தரகாண்ட்) 249 411.

செல் : +91 92583 60651

இ-மெயில் : south@awgp.in வெப்சைட் : www.awgp.org

"அஸ்வமேத காயத்ரி மஹா யாகம்"

உங்களை அன்புடன் வரவேற்கிறது

2016 ஜனவரி 28 முதல் 31 வரை

இடம் : விவேகானந்தா கேந்திரம், கன்னியாகுமரி, தமிழ்நாடு, தென்னிந்தியா

இ-மெயில் : gck.kanyakumari@awgp.in (கோ ஆர்டினேட்டர்)

GAYATRI PARIWAR TAMILNADU CENTERS

Chennai	: 9003149639, 9962929214	Nagercoil	: 8939353511, 9362823000,
Coimbatore	: 9442334658, 9629868215		9442365447, LL : 04652-230447
Erode	: 9443340509, 9962101366	Salem	: 9443697145, 9345763347
Jolarpet	: 9443151947, 9443556702	Tambaram	: 9789081148, 9789883921
Kanchipuram	: 8939353511, 9444914836	Tirupur	: 9789402824, 9994218924
Madurai	: 944290000, 9344100600	Tuticorin	: 8903516632
Marthandam	: 9443145332, 9443148688	Tirunelveli	: 9894947517, 9952052410

நகரில் NO.1 ஜவுளி ஷோரூம்



திருமண பட்டுகள் சரீஸ்,
சுடிதார் மற்றும் ரெடிமேட்
ஆடைகளுக்கு

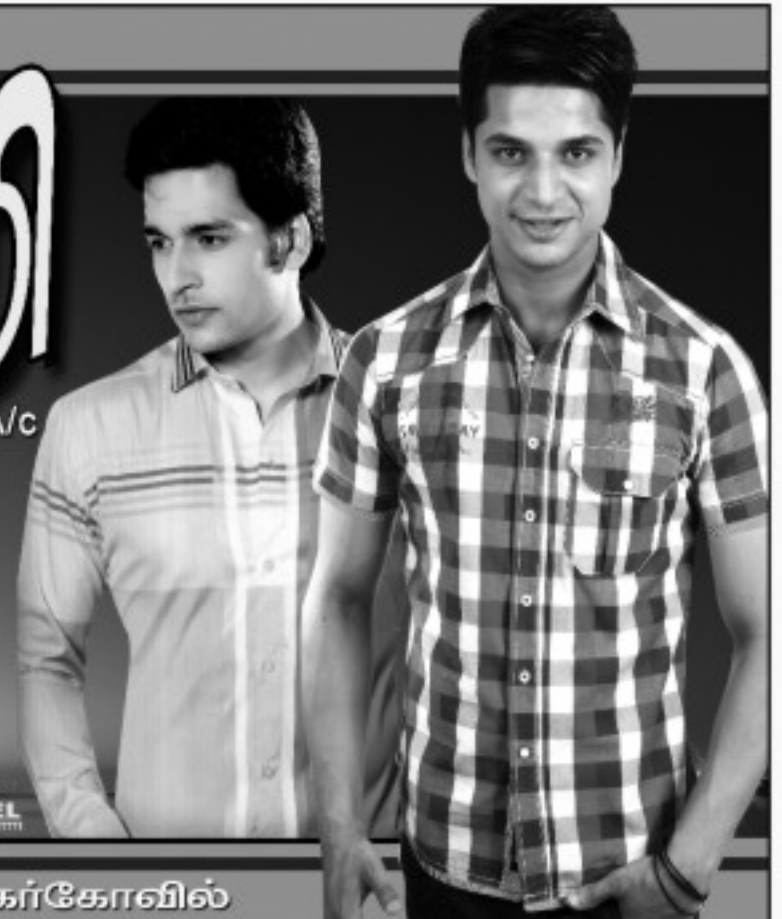
நாஜ்லக்ஷ்மி

A/c

சில்க்ஸ் &
ரெடிமேட்ஸ்

Ph:226748

ESSEL



செம்மாங்குடி ரோடு, மீனாட்சிபுரம், நாகர்கோவில்