



ji yt® kl š

m< gh®aj thrf®fns, kdtsi fi yP®fns, kdtsi fi y MáÇa¥ bgUk; fns, mwšfhty®fns, tz i f« thœf tsKl < .

všyh«tšy i i waUÉ< fUi z ÆdhY«, ekJ FUāuh< mUÿj ai j kfÇĪ mt®fĒ< mUsháfĒdhY«, cyf rKjha nrth ršf®ā< mi d®J¥ gĀ fS « Āfç áw¥ghf ei l bg%W tU»< wd.

2017 - 2018 fšÉah©oš É Ō< khz t® nr®i f Āi wti l aJÿsJ. br< w M©i l i fhĕoY« i aj M©L khz t® nr®i f máfç®JÿsJ k»æçāi Fçaj. i j %fhf; fodkhf ci H®J, bjh©l h%ç a mi d®J mw; fĒl i s¥ bghW¥ghs®fÿ, k©l y¥ bghW¥ghs®fÿ k%W« É Ō< i aj Fd®fÿ, Éçth; f i aj Fd®fÿ mi dtU; F« FUÉ< Āi dÉš Ā< W thœ®J; fi s® bjçÉ®J k»æ»nw< .

k©l yšfÿ i Jti u YHE k%W« YYE khz t® nr®i f brĒj É gu¥gĕoaš btĒÆl ¥gĒLYsJ. áw¥ghfç brašgĒLYs mi d®J k©l y¥ bghW¥ghs®fS i F« Ū©L« xUKi w vdJ thœ®J; fi s® bjçÉ®J; bfhÿ»nw< .

mUÿj ai j mt®fÿ fšÉ _ykhf kdtsi fi y nahfhi t rKjha« KGi k; F« bfh©L bršy ÉU«ādh®fÿ. mtwJ neh; f« e< F Āi wntç; bfh©L tU»wJ. cyf rKjha nrth ršf®ā< fšÉ¥ āçthd É Ō< i aj Fduf®ā< i aj Fd® (bghJ) KJĀi y¥ nguáÇa® Dr. N.A. bgUkhÿ mt®fÿ nfhi t ghuāah® gšfi y; fhf®āš nahfK« kĀj kh©ò« fšÉÆš Ki dt® (Ph.d) gĒl « bg%Wÿsh®. nahfK« kĀj kh©ò« fšÉÆš Ph.D. gĒl « bgW« Kjš khz tuh»a Dr. N.A. bgUkhÿ mt®fi s thœ®ā k»æ»nw< .

j AHf muá< gÿË; fšÉ®Ji w mi kçr® kh©òAF

āU.K.A. bršnfhĒi l a< mt®fi s 20.11.2017 m< W neçš Ū©L« rªā®J muR¥ gÿË khz t®fS i F nahfh f%Wi bfhL; f nt©Lnfhÿ ÉL®njh« mi kçr® mt®fS « Mtd brĒtjh f cWāaĒ®Jÿsh®fÿ. muR Mi z »i l i F« ti u V%fdnt cÿsgo m< g®fĒl ĀUªJ Āāi j É bg%W muR¥gÿË khz t®fS i F YYE gĒ%áfi s; f%Wi bfhL; f® ŌÉu Ka%áfY nk%bfhÿS khW mi d®J¥ bghW¥ghs®fi sí « nfĒL; bfhÿ»nw< .

cyf rKjha nrth ršf®ā< Website, Facebook, You Tube M»a r_f ti yj sšfi s nk«gL®Jtj %fhf wcsc-j ftš bjhĒš EĒg i aj Fduf« (WCSC - Directorate of IT) v< W xU òāa i aj Fduf« cUth; f¥gĒLYsJ. i j< i aj Fduhf Ji z ¥ nguáÇa® »çZ KuĒ <Pt® (bgšfq U) mt®fÿ ĀaĀ; f¥gĒLYsh®. IT xUš»i z ¥ghsuhf MĒahW ngu. P.ri āFkhuntš mt®fÿ ĀaĀ; f¥gĒLYsh®. j ftš bjhĒš EĒg nk«ghĒo%fhf cyf rKjha nrth ršf®ā< gšntW Ji w i aj Fd®fÿ, bjhĒš EĒg tšYd®fÿ M»nahi u; bfh©L xU FG cUth; f¥gl î ÿsJ v< gi j m< òl < bjçÉ®J; bfhÿ»nw< .

mwbeçÆš thœªJ kd« òĒi k bg%W i i wPhd« f%W thœÉ< neh; fkh»a i < g®i j í «, ngç< g®i j í « mi l a çj î « mUÿj ai j mt®fÿ mUĒa kdtsi fi y nahfhi t ehK« f%W k%wt®fS i F bfh©L bršy mi dtU« bjh©l h%ç k»ænth«.

thœf kdtsi fi y

ts®f FUÉ< òfœ

FUÉ< nri tÆš mUÿĀā vPnfv«. kÆyhdªj < ji yt®, cyf rKjha nrth ršf«.

<nuhL kdtsi fi yP< or«g® 2017 i j ĒĒUªJ

ogč nah fY brhSE br< ž Uj »wh fY. tYS t^o f j Faahd egUj f
 cji šfY v< W jh< TW»wh^o. mYgo^o j Faahd eg^ofS j F cj É, mt^ofY
 mi lí « Md^oj ai jí «, fhEL« e< ž i aí « mDgÉ Ygâš xU j Ā k»æčá
 cYsJ.
 j^ok« mÉYgJ, cj É brEtJ i j dhš kEL«. āwUj F k»æčá ju Koí «
 v< W v©z nt©lh«. ekJ th^oai j fY _yK« āwi u k»æÉ j f Koí «
 ekJ ntoj i fahd ngčR _y« e«i kč R%_o i Uj F« eg^ofi s k»æčáh f
 t i f Koí «. Mdhš ntoj i fahfY ngRtJ v< gJ xU fi y. i āš
 ahi úí « fhaYgLaj hkš ngr nt©L«. ntoj i fahfY āwi uj »©l š brEJ
 mj dhš xU ā< Éi si tč r^oâj F« Āi y V%gEL Éi j TihJ. i i j všyh
 É^oJ cšfshš ntoj i fahfY ngáY āwi u k»æÉ j f Ko^ojhš UšfY
 bfəoj fhu^oj h< . cšfi sč R%_o vYnghJ« xU TEl « i Uj F«. āw^o Āi dÉ Š
 A%F« eguhf i UY^oFY.
 všfY j^oai jah^o r%W nfhgj fhu^o. mt^o thœÉ< fi lá ti u ehšfY
 všyhU« mtčl « ga« fy^oaj kčahi jí l < el^oaj bhYnth«. (i^oaj
 fhy^oJY gršfÉl « m^oaj Y ga«, kčahi jí a vâ^ogh^o f KoahJ. “nl
 mYgh tuhU, v^oâčl h” v< W m«kh brh< dhš “e«k mYgh e«k âELj F
 h< tUthU. i Jj F V«kh, v< i da v^oâUj fč brhšw” v< gh^ofY.) Mdhš
 všfY j^oai jahUj bfd xU e©g^o TEl « i Uj F«. mtuJ ntoj i fahd
 fyfyYghd ngč i r i < W« mtuJ e©g^ofY ahi unaD« r^oâj hš Āi d
 TWth^ofY.
 xU Ki w ášfYóčÉU^oaj rnfhjuč< e©g^o xUt^o t^oâU^oaj h^o. xU
 kĀ neu« jh< i U^oâU^oYgh^o vĀD« mtUil a “Rthuáakhd”
 “fhbko”ahd ngčrhš mi dti úí « ft^oaj h^o. áyi u kWKi w r^oâj F« nghJ
 K< ò vSF r^oâj h« v< W nahá j »nwhnk i J ngh< w eg^ofY vYnghJ
 Āi dÉ Š Ā%gh^ofY.
 xU āučái dahd neu^oâš TI cšfY ntoj i fahd ngčrhš m^oaj
 i^oâš xU k»æčáh d NœĀi yi a cUthj f Koí «. mJ m^oaj
 āučái dĀ< jh j f^oai jí « Fi w j F«. (cšfY ngčrhš nkY« 0čaP Mfhj
 ti u)
 mnj rka« FH^oai j fÉl « #h j »ui jahf i UšfY. buh«gY ngádhš
 mtuh! mt^o rčahd bkhj f MrhĀ” v< W ng^o fĚo ÉLth^ofY.
 āwUj F cj É brEJ k»Hč brĒā^of nsh mšyJ ngáY ngána k»Hč
 brĒā^of nsh vJ thĀD« “k»æÉ^oJ k»GšfY
 thœf tsKI < ”
 aj^o j i yašf« cšfi s k»æÉ^oāU^oaj hš Āj f k»æčá
 m< òl <
 Máča

thœf i taf< thœf tsKI <

 kd^oöĒi kí «, Éi d^oöĒi kí «
 mUYj^oai j ntjh^oâč kfčl mt^ofY
 eh« v^oaj xU braš brEjhY«, m^oaj^oaj bghUi sY gh^oi »wnghJ jhdhf
 x> bthU braYj F« cl Ēš cYs mQ mLj FfY V%gEL, m^oaj
 bršfĒš všyh« 0^oi k V%gEL xU brai yč brĒa i fnah, fhnyh jahuh
 tĒi a V%gL^oâj bhY»wJ. ĒL«. nki # nkš xU j Ěoš CWfh
 cj huz khf, j Ēl čR (Type writing) i t^oâUj »wh^ofY v< whš, f©z hš
 F%Wj bhY»nwh«. g^oaj ehšfY, i UgJ gh^oaj i l < ehj »š j ©U^o Ru j »wJ
 ehšfY mšyJ xU khj « j Ēl čR m^oaj msĒš bršfY všyh«, m^oaj
 brEjhš v^oaj th^oai j i a Āi d j nt i yi a cl nd brĒ«> wd.
 nwhnk, m^oaj th^oai j i a mYgoaY m«khâč kd^oai j xGŠFgL^oaj
 gona moYgj %F ĒušfY nti y nghJ brai yí « xGŠFgL^oaj nt©L«
 brĒ«> wd. ‘A’ v< w vG^oai j moi f i Jti uĀY« eh« ghj f^oâdhš brEj
 nt©Lkhdhš v^oaj Ēuš moi f brašfY všyh«, Ū©L« Ū©L« mnj
 nt©L«? mj %fhd mčR (button) vJ? brai yč brĒtj %F kd^oai jí « TI
 v< W bjč^oaj ‘A’ v< W Āi d j F«nghnj mj < tĒna Mj »j bhYŠ «
 mi j moi »wJ v< W brh< dhš, cli yí « kh%w nt©L« mJ mtáa.
 bršfbsšyh« m^oaj i a j f^oâ%F cl nd v^oaj č braš brEjhš ešyJ? cz i
 jahuhf i Uj »> wd. ci HYò, cwj f«, cl Ywí , v©z «
 m^oaj khâčahf x> bthU braYj v< w i > i t^oâY« vYgo i Uj f
 F« e« cl Ēš cYs bršfY khj khj nt©L«? ki dĒnahL, fz tndhL
 Ā< W, mQ mLj F Āi yfY V%gEL, FH^oai j fnshL, jhĒ j^oai ja^ofnshL
 mj dhš ‘And’ v< W Āi d j F«nghnj i < D« k%w cwĒd^ofnshL
 ‘And’ v< W mo^oaj ĒL»wJ. i Jj Ēl čR Y mYtyf^oâš, muáaš rĒl^oâ< Nœ
 gĀ%á brEJ ghftj %F K< ò KoahJ. vYgo i Uj f nt©L«? v< gi j
 gh»a āwF vĒjh f i Uj »wJ. nt©L«. mj %nf%g e«Ki la
 eh« brEj ešy brašfY, Ōa brašfY i i tbašyh« cli y el^oâ, brašfS « kdK« x^oaj tu nt©L«
 cl š bršfY všyh« mj < tĒna cli Y« x^oaj tu nt©L«.
 gh»j bh©L i Uj »> wd. kd^oaj hš i^oaj i fa xUŠ»i z Yò tUtj %F
 “mJ ešyJ m^oaj ešyi jč brĒa kd^oai j KĒš xGŠFgL^oâj bh©L
 nt©L«” v< W v©Ā dhY«, i j %F mj < āwF brai yY goYgoahf
 K< ò m^oaj č braĒš <LgEL ghj fY x> bth< whf kh%_o j bh©L tunt ©
 ghi j (Arrangement) mi k^oaj j bh©l L«. mj %F kdtsj fi y cj É brĒi «
 bršfY všyh« öy< fY _ykhf eh« thœf tsKI <

ekJ ĆĪ Ā< etj tšfY

nguháĆa® M. ehfuh#< , âUbešntĒ.

br< w i jæ bjhl @á ...

t« 9: i i wĀi yjt«. k< w msÉš gĀ%áfi sbašyh« KoJÉĒL, MĒahW mĉĪ Ą âUj nfhĀY; F¥ ā«kPhd¥ gĀ%á bršY«nghJ brhšĒ; bfhL; F« t«jh< 'i i wĀi yjt«. mJnt āu«k Phd«. āu«knk ehdf i Uj»nw< v< W cz ®AJ bfhYS « t«.

fU i šyhkš cU i ši y. ekj F; fU ekJ jhĒ, j^{ai} j mt^ofS; fU mt^ofY jhĒ, j^{ai} j. m¥go ā< ndh; »ĉ bršnthkhdš všnfí « bjhl ® mW^aJ nghf thĒ¥ngĀš i y všF nghĒ Koí «. j%nghGJ, cyf #d^abjhi f Rkh® 700 nfho v< whš ā< ndh; »ĉ bršY« nghJ, Fi w^aJ bfh©nl tUtij¥ ghⁱfyh«. i wĀĒš i U kĀj^ofĒl « nghĒ Koí «. mt^ofis Mjh«, VthY v< W TI i t^aJ; bfhYsyh«. mt^ofY fU i šyhkš t^aâUj f Koí kh? mt^ofS; fK< d^oi U^aJ v< d? v< whš Éyš»dšfY.

I^ajĉĪ Éyš»d« Kjš xuĉĪ Ą jhtu« ti u i U¥gi j¥ ghⁱ »nwh«. xU 'brš' jhtu«âĒU^aJ XuĉĪ jhtu« t^aJ. m^aj xU 'bršY; f' _y« v< d? gŠr ójšfY jh< i U^aJ. gŠr ójšfY bjĒĒf Ē»jhĉ rhu«āš i i z^aJ xU brš

jhtukhf t^aJ.

gŠr ójšfsh»a Āy«, U^o beU¥ò, fh%W, É© v< w tĉi rĀš É©Q; F K^aaa fUthf vJ i U; f Koí «. mJnt R^ajb tĒ.

Mf, Mā fU i i wt<. v¥go R^ajb tĒĒĒU^aJ Ē© njh< ĉaJ. Ē© v< gJ i i w JfĒ< TĒL. mUÝj^{ai} j ntjh^a kfcĪ mt^ofY Tĉa i i w Jfi S ĒšPhd« i u©L tUl Ąâ%F K< o 'fl Ī Y JfY' v< W bgaĆeoUj »wJ Mfnt, i i wĀi yĀš bjhl š»a gaz « bjhl @áahf, bjhl ® mW^aJ nghfhkš j< kh%W « bg%W i < W ehdf i Uj»nw<.

m^abjhl @áĒš i u©L K; »a khdi l Ąāš r^anj f« vHyh«. x< W i i wĀi yĀĒU^aJ i i w JfY njh< ĉaJ. i u©L htJ, Éyš»d^aĒU^aJ kĀj< njh< ĉaJ. ekJ kfcĪ mt^ofY bfhL^aU; F« Ēs; f^aj V%W; bfh©L ĒĒl hš M< Āf^aš cYs mi d^aJ; FH¥gšfS « 0^aJ ĒL«.

mUÝj^{ai} j bjhl; f^aš vGāa i i w tz; f¥ ghĒ Ēš 'MābaD« gu«bghUÝ bkĒ vGĉá bg%W mQbt< w cĀuh»' v< W Fĉ¥āĒ l h^ofY.

'Mā' v< gj%F Ēs; fkhf 5.9.1983 m< W vGāa ghĒ Ēš

mG^aj « vD« c^aj h%wš x< i w; bfh©nl mQKjyhĒ m©lnfho mi d^aJ« M; »' v< W i i wĀi y ah»a Mā; F mG^aj M%wš i U^aj i jĉ RĒoi fhĒodh^ofY. m< g^ofY i < D« Ēs; f^aj j vĀ%gh^oaj nghJ, i i wbtĒna j< Ā W; fĉ Næ^aj G^aJ« M%wš i j< ĀĀ i ko¥ò ĒHĉ RHY« E© Ē©z h« v< W āu«k Phd; fĒ gho, gho i t^aJ jdJ m^aāk; fhy^a āš āU¥āai l^ajh^ofY. i i wĀi y; fhd Ēs; f« mšnf K%w¥ bg%W ĒĒl J. j< kh%wĉ rĉ^aau^aāš k%bwhU Ąâ®, Éyš»d^aĒ ĀU^aJ kĀj< v¥go t^ajh< v< gnj. mj%F« ĒĒl j^ajh^ofY kfcĪ mt^ofY. i a%oi fĀš _< W ĀāāfY c©L.

1. bt> ntW cĀĉdsfY ōz u KoahJ
2. ōz ®ajhY« fU^aj Ć; fhJ.
3. fU^aj Ć^aj hY« kyĒL^a j< i K i Ys FĒoi ana bgw Koí «. m^aj Āāai a Uĉ xU fhyfĒl āš āšf« ngh< w x^o i dK«, FušF ngh< w X^o i dK« i i z^aJ t^aJ jh< kĀj i dkhf i U; f Koí « v< W kfcĪ Fĉ¥āL»wh^ofY. i j i d na 'rLā kh%w«' v< W TW»wh^ofY. 'Ē^aJ^a bjhl nu āw¥ò' v< gi j tĒi W^a; Tĉ t^ajh^ofY. nk%f©l i u©L j< kh%wšfi s V%w; bfh©L ĒĒl hš, i i wĀi yna eh« v< w rĉ^aau c©i ki a cWā brĒJ bfhYs Koí «. i i wĀi yĀ< j< kh%w rĉ^aau^a i j Āi dĪ TW« jtnk 'i i wĀi yjt«'

bjhl U« . .
thœf tsKI <

thœf i taf« thœf tsKI <
âUbešntĒ kdtš; fi y k< w« mw; fĒl i s
94, nru< kfhnj Ē nuhL, ngĒi l , âUbešntĒ - 4.
ngh< : **0462 - 2337355**, brš. : **94425 37349**
ntj h^aĆa nt^ofY - 2018

gĀ%á ehY	04.02.2018 PhĀ%W; »Hi k
gĀ%á el ^a Jgt®	nguh. G.T. fnz r< mt ^o fY
bghUÝ	fl Ī i s; fhz Koí kh

- ❖ gĀ%á neu« : fhi y 10 kĀ Kjš khi y 5 kĀ ti u
- ❖ gĀ%á e< bfhi l : %. 100/- (kāa cz Ī , nj Ū^o cĒgl)
(FH^a i j fi s mi H^aJ tUtij^a jĒ^o fi «)

kdtš; fi y m< g^ofY ntjh^aĆa nt^ofY
gĀ%áĒš fy^aJ ga< bgw m< ōl< mi H; »< nwh«.

thœf i taf«
CÆÇd tuyhW
 bj hF ʌj t® nguháÇa®. r. FkhumHfYg< , m«ghrK ʌâu«
 br< w i jæ bjhl ʌá...
 i j< j< i kfĚŠ Nœʌj GʌJ«
 M%wŠ x< W. vʌjY bghUS «
 i lÆ< Ç CLUÎ « Āi yakhf
 UjF« M%wŠ x< W. i ʌj M%wŠ
 fY i u© i l í « kdʌāš bfhYnth«.
 j< ĀWj fʌadhnyrna, j< i dna
 JfYfshj» j bfh©l nguh%wĚ<
 JfYfY Āf Āf E©i kahd bghU
 hF«. mJ òy< fS j F vĚl hJ.
 vĀD«, i i wbtĚĀ< j< i kfY
 mi dʌJ« x> bthU JfYfĚY«
 ml Š» i Uj»> wd. eh« fl i yʌ
 gh® j »nwh«. fl š ŪUj Fi l a M%wŠ
 fi sʌ òy< fY _ykhfî «, ĚŠPhdj
 fUĚfY _ykhfî « cz U»nwh«.
 fl š ŪÇš i fasî Ū® vLʌJ MuhĚʌ
 hY«, fl Ě< j< i kfbsšyh«
 māš ml Š»ĚUjF«. vĀD«
 fĚš vLʌj ŪUjF«, fl Ěš cYs
 ŪUjF« xU Ěʌāahr« i Uj»wJ
 mJ v< d? fl š ŪÇš fYgš Ěl yh«.
 fĚYŸs ŪÇš mJ rhʌāāš i y.
 i > thW i i wĀi y JfYfsh»
 mʌJfYfĚ< TĚL mQj fsh»,
 mnj mQj fY Nœʌj GʌJ« M%wYhš
 Ěi uthd j%RH%ā bgW« nghJ,
 mj DY ml Š»i Ys i i wʌ JfYfY
 mi dʌJnk j%RH%ā Ěi uī
 māfÇj fY bg%w j fhʌj mi yfshf
 btĚna%w « bgW»wJ. i > thW
 btĚnaç a i i wʌJfĚ< i ʌj f«
 h< fhʌj mi yfY MF«. i j fhʌj
 mi yfY i šyhj i l nk, bghUnsh
 š i y.

i i wĀi y, gukhQ, gukhQ j fY
 T oanj h® bj hFYgh« Ě © fY
 Āi wbtĚĚŠ Ě © RHy
 btĚaGʌj, Ěi sthf
 Ě © fi ua m j fi urš btĚnaw
 mi dʌj i yfY fhʌj khçR
 ki wbgHush« fhʌj bk< w
 E© JfĚ< j< kh%w
 mGʌj « Kj š l ʌj hF« Koī Āi y
 kdkh
 nk%brh< d tÇi rfĚš i tʌJ
 kdYghl « brĚā
 ngÇaj f k©l yʌi jY g%ç nah
 māš cyī « nfhYfY g%ç nah
 cÆÇdšfi sʌ g%ç nah Muhí
 áʌj i dahs®fY nk%brh< d fĚi
 kdYghl « brĚJ bfh©l hš Āi d j F
 nghbj šyh« ngÇaj f k©l y« KG
 tJ«, mj< i ʌj fç áwʌnghL mfj
 fhĚāahF«. i ʌj j fhĚāĚi d i aš
 ghj» j bfhYtj%F, kdʌā%F X
 gĚ%ái « nt©L«. kdʌā%F mĚ j f j
 Toa i ʌj caʌj ukhd gĚ%ā m f
jt« v< W« F©IĚĀ nahf«
 v< W TwYgL»> wJ. F©IĚĀ
 v< whš ntW x< W« i š i y. étfhʌj
 fdš jh< fdYj Fi F©l « v< W
 xU bga® c©L. mnj étfhʌj
 fdš MQj F«, bg©Qj F
 bghJ thf i UYgj hš mj%F mĚ
 v< W« bgaU©L. F©l «, mĚ i ʌj
 i u© i l í « TĚodhš cUthF
 brhš jh< F©IĚ. i j i d j F©IĚĀ
 v< W« TWth®fY.
 étfhʌj mi yĚ< áwʌā j f
 khd kd« vYbghGJnk RHš

Et ul bñ©L i ašfi Toanj hF«. X i k Āi y i « V%g L»< wd. i j
 xU kĀj< thœj i fĚš v> tsnth
 mDgtšfi sʌ bgW»wh< . i t% i w
 bašyh« fhʌj mi yçRHš Ěi uī
 < i kfshfj fUi ka« bfh©oUj
 »wJ. Ū©L« mçRHš Ěi uī , v j fhu
 z ʌjhš mi kʌjhY« mʌj neuʌāš
 mʌj ʌ j< i kfY v©z šfshfî «,
 brayh®tkhfî « ky®ʌJ i ašF«.
 i ʌj kdçRHš Ěi uī i ʌj fʌāš
 xU Āā c©L. òy< fĚ< _y«
 étfhʌj « mi yfshf btĚnaç
 brašgL« nghJ mšF, kd mi y
 4 Kj š 40 ti uĚš MF«. mnj
 kd« mj%F moʌj skh»a F©l ĚĀ
 M%wŠ ŪJ brYʌāY gHF« nghJ,
 mʌj ʌj Āi y i Fʌ j i fthW mi kâ
 mi y ngÇaj f k©l y c©i kaç i «
 Āi y, i i wĀi yaç i « Āi y v< w
 tÇi rahĚ i ašF«.
 F©l ĚĀ nahf rhj i dahs®fY
 i > ti yfY všyht%ç Y« gĚ%ā
 bgW»wh®fY. mi t i ašghfî «,
 ghj fkhfî « j< i kfshfî « mtUj F
 mi kʌJ ĚL»< wd. vʌj v©z kh
 dhY«, brayhdhY« étfhʌj mi yç
 RHš mj%nf%w thW i ašFtj hš
 Vnj D« xU c©i ki a cz ®tj%F,
 oāa brašfi sç brĚtj%F V%w
 RHš mi yi a kĀj kdʌjhš
 v%g Lʌā j bfhYs KoahJ. Mdhš,
 vʌjç brai y, vʌjY bghUi s
 v©z ʌjhY«, cUt mi kYofi s j
 bfh©L« brĚa KaY»< whndh.
 mʌj Ka%āna j i f RHš Ěi ui t
 mi kʌJ j bfhLʌJ ĚL«.
 i j dhš csYgĚ%ā v< w m fʌ
 j t« òçnth®fS j F, mç i ĚfgK«

X i k Āi yĚdhš, T i k, ne i k
 Ū i k v< w M%wšfY kdʌā%F
 c©l htjhš thœj i fʌ Ji wfY
 mi dʌāY« áwʌnghL« bt%ç nahL«
 kĀj< thH Koī«. i ʌj i fa
 csYgĚ%āĚ< _y« g©gĚl
 mç i t j bfh©L i i wĀi y i aY
 ngÇaj f k©l y ʌi j, cÆÇdšfĚ<
 j< i kfi s nt©L« nghbj šyh«
 mfj fhĚāahf cz uyh«. i šF jh<
 kĀj< ĚU«āathW mj< j< i ki a
 mi l tjhš, fUi ka i j ʌ ŪĚi kí «
 nk< i kí « brĚJ bfhYs Koī «
 i j dhš jh< i i wĀi y cz ® i t
 áʌj i dahs®fbsšyh« ehL»< wh
 fY.
 i i wīz ® i bg%W ĚĚl hš
 v©Q« v©z šfS«, brĚi «
 brašfS « i i wĀi j F Ku©gl hJ
 mi kí «. i ʌj ca®Āi y mç Ě<
 _ykhfʌjh< kĀj< . kĀj i d
 cz ®ʌJ kâʌJ vʌj ti fahY«
 cl Yj F«, kdʌā%F« J< g« Ěi s
 Ě j fhkY«, i a< w ti uĚš āw
 J< gšfi sʌ nghj fî « V%w m< ò
 fUi z í « i ašghF«. i Jnt
 kĀjY āwĚĚ< cçr Āi yahF«.
 i ʌj Āi y i a cy»š thG«
 mi dtU« mi l a, x> bthUtU«
 V%wgo mç i ʌ bjh©l h%Wnth«
 kĀjFyʌāš mi kâi «, Āi wī «
 xšfi f©L k»ænth«. thœf
 i taf« thœf tsKI< v< W
 thœʌā k»ænth«.

thœf tsKI<

eš ÉUƳgɹi j Éi j Ƴngh«

nguh. T. KUF< , fšÉi l j Fz tá. brš: 94886 72200.

"Ú vi j Ai d j »< nwhnah mJ thfnt M»< whE. c < i d ca®aj t< vd Ú Ai d j hš ca®aj Ai yi a mi l »whE. c < i dna Ú j hœaj t< vd Ai d j hš j hœaj Ai yi a mi l »whE" i J RthÁ Éntfhda j ® mo j fo TW« kªauç brhš MF«.

yŠr«, CHš ji y EÇªjhL»wJ i j dhš k j fY bgU« Jaušfi s mDgÉªJ tU»wh®fY. v dnt i > i y »š thG« mi dtU« mÉa nt©L«. mj < āwF njh< W« kAj®fY ešyt®fshf khz k»æç ahd thœi i f thH nt©L« v< gj fhfnt eh< m> thW brE»nw< v< wh®. mtçl « njh< W« btWƳò z®i i a%oi fÆ< i a j fªâ%F vāuhdJ. (cyf k j fY mi dtU« mÉa nt©L« v< w v©z «) i aj btWƳò v< w n j i ta%w v©z fns mtuJ cl š Mnuh j »ªâ%F j i lah f mi kªJ ŸsJ. āwF eh< mtçl «, cšfY neh j f« cyf e< whf i U j f nt©L« v< gj j h< Md hš mj%fhf ÚšfY i fah©l Ki w, braš ai HahdJ. ÚšfY ekJ FufhÉoa tÉĀš i > oi yi f ehŸnjhW« fhi y, khi y Fi wªj xU l «gJ Ki w 'thœf i taf« thœf tsKI < ' vd thœªâ thUšfY mJnt rçahd mQFKi w v< nw< mtU« òÇªJ bfh©L mJnghy ādK« cyi f thœªjª b j h l š »dh gi Ha btWƳòz®i tU nghb j šyh« kfçl i a Ai dª j i > i y f k j f i sí «Ai dª j thœªâ dh _< W khj šfÉš mtuJ cl š b j hª j u i fY goƳgoahf Fi wª j d i ƳbghGJ k»æç áahf i U j »wh®. cd j F ešy j hE C U j F « ešy j hE Ai dª j gJ « el ƳgJ « Áªaa j fl nd.

-ntjhªâç kfçl thœf tsKI <

thœf tsKI <

mUYjªi j ntjhªâç kfçl mt®fY

Afi « E©A a i a j fªâ%F âUªâÉl Koí «; v©z šfi s kd« tªjhy< z thœªjnt KoahJ. mªj msî E©Ā a i a j fªâ%F khW«nghJ kdJ j F xU tYî , xU o j Éî , mªj mi kª Āi y, mi j xÉo e«Ki l a Éahgf« ÉÇªJ gynuhL CLUE Āi wªJ mªj cÆªi fyƳò V%gl j Toa Āi y i i t všyh« māfkhF «.

âUªâÉl Koí «; v©z šfi s všyh« xGŠFgLªâÉl Koí «. ešyt®fshf khz Él Koí «. j t« Koªj āwF thœªJ »nwh« j tªš i U j F «nghnj eh« rhj huz khf E©Ā a Āi yĀš tªJ ÉL »nwh« mªj Āi yĀš E©Ā a bršfY všyh« _i sĀš i a j fªâ%F tªJ ÉL « mªj i lªnjhL mšnfÆUªJ mªj mi yi a eh« āR »nwh«. "thœf tsKI <" v< w v©zªâ%F tYî māf«. cj huz khf xU Éš i U j »wJ, m«ò i U j »wJ. m«ò vEt j %F Xusî ehi z Ƴ ā< D j F i GªJ ÉL tJ x< W, fi l áti u j F « i GªJ m«ò ÉL tJ v< gJ x< W. v> tsî öu« ehi z i G j »nwhnk h mªj msî j F m«ò j F ntf«; mnj ngh W eh« v> tsî mi kª j F m z i t kdi j j bfh©L tU »nwhnk h mšnfÆUªJ bfhL j f j Toa thœªJ j nfh mšyJ rhgªâ%nfH Tl ntf« māf« brašgL« ntf« māf«. Mfnt eh« brÉi « nghJ i < D « E©Ā a Āi yĀš i UªJ mªj neuªāš eh« brhšy j Toa brhšY j F, v©z j Toa v©zªâ%F tYî māf«; ō j »ukhf braY j F « tªJ ÉL«. ek j fhf v< bd< d nt©Lnkh mi j ç braš gLªJ t j %F ç áy eh fshdhY« rç āwU j fhf eh« nt©L j š btF ō j »ukhf māf ga< Éi sÉ j F«. thœf tsKI <

fi w ÚŠ» mġî bkĚ¥bghUshĚ Ā%F«

(mUY j ai j ntjhâç kfĈĪ mt®fsJ ci uĒĒUªJ)

bjhfªj t®. mUYĀā. s.KªJ»UZ z < , ghi saŠnfhĚi l.

br< w i jæ bjhl ©ćá ...

JĈah0j pās c©i kahd MH«
vĒāš òy¥gĚL Ēl hJ. ne%oi wa
tªi j Ēl i < i wa j tªi j Ēl
Uj fyh«. i < i wa j tªi j Ēl
ehi sa j t« MHkhdjhf i Uj F«.
ªj ts®ćá ntf« K%W¥ bg%W
rkhāĀi y óuz khfi i FTI Ĉ áy
fhy« āoij F«. mJ v> tsī fhy«
v< gJ mtut®fSi la K< Ēi d,
Ka%ā, MuhĚćá Kj Ēat%oi w¥ bghUª
āUj»wJ. rkhāĀi y āªāah»ª
ōĒi k bg%whš eh« nk%bfh©l
Phdkh®ij f¥ gaz pā< yĚāa«
Āi wntW«. āwĒĒ< nehij fkh
āLngW »i l ij F«.

JĈah0j pās KGi k āªāij
nt©L« v< whš mj%F kdªōĒi k
« Ēi dªōĒi kī « i < ġai kah
i t. mj dhynā mWFz Ĉ Ōui k¥ò,
mfªjhĒi , fti y xĒªjš Kj Ēā
Ki wfi s eh« V%gLªā i Uj »nwh«
tĒi WªJ»nwh«. mt%ġš ešy
mġî « nj®ćái « bg%whf nt©L«.

JĈah0j j tªi j eh« Mij »i d
Ēš bjhl ŠF»nwh«. Mij »i dĒš
t« brĒJ ekJ rij āi a ex F mōj

khfª āuĒoj bfhY»nwh«. cz ©i t¥
nghāa msī tUĒªJij bfhYtjhš
cl š KGtJ« māfkhf xoj bfh©o
Uij f; Toa cĒ®rij ā āġJ āġjh
i ŠF māf mGªj « bgW»wJ. mj dhš
l «òy< fS « ml ij f« bgW«. ā< d
JĈaj t« brĒ»nwh«.

JĈaj t« i a%W«nghJ Ēi dfY
fĒªJ Ēi dfY e«i k¥ ghāij fhj
Āi y »ĚL»wJ. Kj Ēš Ēi dfY
v> thW V%gL»< wd vd¥ gh®¥ngh«
v©z šfY, brašfY M»ad cl Ēš
cYs ā%wi wfY všyht%ġY« gāªJ
ĒL»< wd.

NĒĀi yfY tU«nghJ i ¥ghij f
thij f¥ gāi fY nkhā vĈćá bg%W
_i sĒYŸs bršfS ij f mi t
brĒāaD¥ā i ij Ĉ brĒā nt©L«
mij Ĉ brĒā nt©L« v< W òy<
fS ij f mġî moi kah» ĒL»wJ
i t%oi wªjh< Ēi dfY v< »nwh«
mªj Āi y khġ _i sĒeny braš
gĚLij bfh©oUj »w mġî cl Ē
YŸs bršfi s ml ij » Msi Toa
Āi yi a iªj nahfªā< _y« bgW»
nwh«. m¥nghJ ghĒi d brašglt
āši y. òāa Ēi d¥ gāi « V%gLt
āši y.

ā< d® kdªjhny ĒĈtilªJ nwh«. i Jti uij F« iªj clyij FY

ngĈaj f k©lykhf cYs āugŠ

pā< msĒ%FĈ brš»nwh«. ngĈaj f

Ĉ©ly« v< whš nfhl hdnfho eFrª
āušfi s cYsl ij »a x® mi k¥ò
MF«. i āš NĈaD« mij Ĉ
R%ġi Ys x< gJ »ufšfS « nrªJ
NĈaj FL«g« MF«. i Jnghy
nfhoij fz ij fhd NĈaj FL«gšfi s
eh« Mfhaªāš gh®ij »nwh«.

eFrªāušfY x> bthk W« NĈai d
Ēl ¥ gy kl ŠF bgĈa NĈa< fY
h< . ōukhf i U¥ghš ekij FĈ
āġadthfª bjĈ»< wd. eFrªāuš
fY všyht%oi wī « nrªJ xU bgĈa
cU©i lahfeh« mDkhd« brĒJ
bfh©nl hkhdhš mJjh< ngĈaj f

Ĉ©ly« v< W brhšy¥gL« āugŠ
«. mªj msī ij f ĒĈªJ Ā< W
M%wš fsªnjhl x< ġ Ā< W mªj
ĒĈĒny j t« brĒ»nwh«. xU bgĈa
miz ij fĚonyĒUªJ j ©Ū® ghĒ
»wJ v< whš mJ Ēt< fĒY« cYsJ.
Ĉfhfhr« v< w ngUĒehf i U¥gJ
āugŠr«jh< . āugŠr« KGtJ«
Ē© v< w ĒĀªaif cĒEuh%wš
Āu«āi YsJ. āugŠrªnjhl x> bthU
cĒUij F« i i z ¥ò i Uj »wJ.

mJ TL»wJ Fi w»wJ ĒUªā
M»wJ. āugŠrnk všyht%ġ%F«
i l khf cYsJ. ekJ cĒi u ājhfr«

ā< dŠā; a Mfhr« v< W TW»

shf cĒ® i Uªj j< i ki a cz ®

njh«. mj Di la mi ri t i U¥i

cz ®anjh« mªj cĒĈ< _y

mjhtJ ngUĒehf¥ āugŠr« KGtJ
Jkhf cYs M%wš fl iy cz ®ªJ
mnhl ta¥gLªJtj%fhfªjh< iªj
āwĒ vLªāUj »nwh«. mªj ¥ āwĒ
ngW Āi wntw cgha« JĈah0j
MF«.

JĈah0j j tªi j Ĉ brĒi « nghJ
mDgt« v< dbt< whš

i i w Āi ynāh bl ©zªij fyij fĒĒL
V%gL« X® mi kĀĒeny ĒĒghĒ Ā%f

Āi w Āi ynājhdf cz ®tjhF«.

Āªj Āªj « cĒ® cl Ēš i aŠF kĚL«
ci wªJ ci wªā Āi yĒš gh»ij bfhYs

cyf i < gšfĒny msī »ĚL«
fi w ÚŠ» mġî bkĚ¥bghUshĒ Ā%F«
fi uªJngh« j< Ki d¥ò fhQ «

bjĒt«
i Jti uĒš btĒl btĒjh< tªJ

mġthf i Uj »wJ vd v©Ā ij bfh©

oUªj J nghĒ JĈah0j pāĒUªJ

ghf¥ ghf āu«knkjh< cĒUij FY
shf mġthf i Uj »wJ v< wc©i ki a

cz U«nghJjh< mt< jh< ehdhf
i Uj »wh< v< w Āi w Āi ynājhdf
cz ®tjhF«.

bjhl U« . .

thæf tsKI <

thœf i taf «
kÅj nea«
 ngu. P.uh# < , át fhá. 94427 75192.

0U« áw¥òkhf thœt bj < gJ
 rKj haªnjhL i i zªJ, FL«gª
 adUI < e©gUI < , cwÉ dUI <
 k»æcáahf thœt Jjh< . i J
 kÅj nea« i syhj tUj F rhªaa«
 ši y.
 “všnyhU« e< F i < ò%W
 thHnt©L«” v< W kd¥ó®tkhf
 Ai dªJ i U¥gnj, el ¥gnj kÅj
 nea«. iªj v©z « i syhj tUj F
 tskhf thGj ši ši y, kÅj nea«
 cÝs< òl < ahU« nrªJ thH cjî «
 táa« brEJ āw® e< i k¢ nru
 v< d tÉ? vd xUt® nfEf, JwÉ
 xUt®, “kÅj neaªnjhL i U!
 Āi kahf¥ ngR! cdj F všnyhU«
 trkht” v< W T¿dh®.
 kÅj neaªnjhL i U¥gt©l «
 všnyhU« tªJ nrªJ tr¥gEL,
 cjÉ bg%W, cjÉ òçªJ To
 k»æcáil < tskhf thœt®.
 kÅj nea« v< gi j i < D«
 vÉi kahf vLªJi u¥gj dhš,
 bgUªj < i k v< W brhšyyh«.
 ekj F vd <foai j¥ āwUI <
 g»ªJ bfhÝsª jahuhd knhd
 ghti dnahL i U¥gJ,
 āwUj F VjhtJ »i lªjhš, ekj F
 mJ »i l jfhj Āi yÆY«,
 bghwhi k¥gl hkš i U¥gJ.
 āw® k»H ehK« k»GtJ.

5. Koªjhš āwUj F« cjî tJ.
 6. nt%Wi ki a¥ ghuhkš x%Wi K
 ahf thœtJ.
 7. i ŠF i a%oi f cyf« mi dªJ
 ĀEUj F« bghJ vd czªªUªj š
 8. āw® J< gªi j¥ gh®i f kd«
 bghWj fhj Āi y.
 9. āwUj F i i l ōwhf i syhJ
 i U¥gJ.
 10. mi dtU« ét®fY vD« rkj
 rd«. všyhUÝS «i i wt< i Uj
 »wh< v< W mi dti uí «
 kâ¥gJ.
 iªj ¥ g©bgšyh« x> bth< whE
 go¥goahf mi ka Kj Ēš j< i d¥
 nghš āwi uí « Āi d¥gJ’ i ftu
 nt©L«.
 āw® mtUi la brhªj Ēi d¥
 gadhf, mtUi la jtWfshš
 J< òW« nghJ« e«khš Koªj msī
 cjÉ fi s¢ brEJ mtáa«.
 ÚV< āwUj F ey«òçant©L«?
 cdj F ey« c©l hfª jh< !
 āwi uj nfhāj fhj! Mªāu¥
 gl hnj! btWj fhj! v< gJ āwUj F
 bjhši y c©l hfj TI hJ v< w
 v©zªjhš i ši y. cšfS j Fª ōi k
 ĀfHhāUj fnt! Mfnt ÚšfY āwi u
 nehf moj fi TI hJ! nfhāªJ
 rāj fi TI hJ. btWªJi uj fi TI hJ

Mªāu¥gEL¥ gE thšfi TI hJ jJ«ò«. Mfnt kÅj nea« x< nwh
 v< »nwh«. Mfnt eh« e< whf thH, k»æcáahf thœj i f mi k j f tšyJ
 āwi u e< F thH Ēl nt©L«.
 všfhtJ, vtuhytJ kÅj neaj
 Fi wghEl hš, xU ōi k c©l hdhš,
 mJ k%w všnyhi uí « TI Āçra
 khf¥ ghªJ; nL©l h j F«.
 RthĀ Ēntfhªj® “Ú iªj ¥
 āugŠrªJl < āi z j f¥gELÝshE
 i j ĒELª j Āahf i ši y. Ú xU
 Ki d vĀš Nçac< , rªāu< , eFrª
 āušfY všyh« kW Ki dĒš cÝsd
 v< »wh®.
 iªj Āi yĒš eh« ah® nkY«
 vj< nkY« fhœ¥òz® i bfhÝsykhk?
 otWj fykhk? Mªāu¥gl ykhk?
 nfhāj fykhk? i bj šyh« brEj hš
 eh« thœtJ ešy thœj i fahFkh?
 PhĀfS « kfh< fS « iªj
 cyfK« i i wtD« āçj f Koahj
 xnu X® c©i k v< WÝsd®. i āš
 v< ngj ¥gh®i t? V< bghwhi k?
 oGj f« V< ? Mfnt kÅj nea«
 o fhÝS šfY. k»æcánahL thGšfY.
 kÅj neaªJl < thœtjhš
 gāYj F¥ āwuhš x< W c©l h»ª
 h< eh« k»H nt©L« v< gāši y.
 kÅj nea« v< w kªāu« kdªāš
 l « bg%WJnk Mªāu«, bghwhi k,
 otW¥ò, nfhg«, gĒthšF« cz®i,
 mtr« vD« gašfu TI h cz®i fY
 Úš» ĒLkhj yš, éth< khÉ%F cÝs
 a%oi fahd Mdªj cz®i jhnd

ešytuhĒD«, ōatuhĒD« eh«
 všnyhçl K« kÅj neaªnjhL elªJ
 bfh©LĒl hš e< i k¥ bghWªj
 ti u ešytuhfnt vtU« i U¥g®.
 bfhoa ĀUfšfi s j TI, gh«ò
 fi s j TI bjE tšfS l < nrªJ
 bjhG«go e« K< ndh® brEJ
 i tªj J v> ĩ Ēei uí « gi f j fhkš
 neaªJl < thH nt©L« v< w
 nehj »dhšj h< .
 kÅj nea« i Uªj hnyna Föfy
 khfj To, thHkoí «. FL«gªāY«
 mYtyfªāY«, btĒĒY« k»æi
 l < RKfkh»j TothH, vĒi kahf
 Ā«kâ bg%W, e< whf thœtJ i aY«
 vdnt kÅj neaªJl < thGšfY.
 kÅj nea« i ši ynaš thHªbj
 ahjt®fns Mnth« - eh« ešy
 thœj i f bgwnt i ¥go ešytdhf
 nt©L«.
 Fi wí Ýs Rfšfi s, j%fhĒfkh
 bghUÝfi s Āuªju« nghy; fUā
 thœj i fĒ< nehj fkhfnt Āi dªJ
 khĒªJ, khĒªJ mi la Kaš»nwh«
 bjĒªj m¿l l < cyi fí «, j< i d
 í « cÝsgo czªªJ, brĒa nt©o
 ai j¢ brEJ, mi la nt©oai j
 mi lªJ Āuªjukhd Ā«kāahd
 thœi t¥ bgw nt©L«.

thœf tskl <

eL Ā< W t hœj š

nguh. E.r© Kf«, br< i d. brš: 91767 13764

m< òt rnfhj u*fns! rnfhj Çfns! i a j f« v< gJ xU òYĒÆĒU^aJ h< Mu«ā j»< wJ! ntf«, Éntf« vd ÉÇ^aJ gu^aJ ngÇaj fkhfj fhz ¥ gL»< wJ. ngÇaj f^aâ< nehj f« a j f k%w j< i kahfî «, i a j f k%w < i kĀ< Éi sî ngÇaj fkhfî « ei l bgW»< w, Ū©l beoa, vši y Ēšyhj xU Āfœi kĒLnk 'r^aâa«' v< w Āi yĒš cŸsJ. (The eternal Truth) r, á, md^aj « M»a _< whd Āi yĒš cŸs xnu bghUÿ x< whd bkĒf bghUns' MF«!
kŠrŸ btĒš khi y¥ bghGJ neu^aš xU ehŸ bkšĒa öwyhf thd«j< nkf_ēi l fi smÉœ^aj; ofhĒoanghJ eh< xU Fs; fi uĒš kš»a btĒr^aš f©l m%òj khd fhĒábah< W! bgh< Āw Ū^a¥gu¥āš ÉG»< w x> bthU ki H^aJĒí « ÉG»< w òYĒÆĒU^aJ tēl khf ÉÇ^aJ Fs^aâ< ÉĒ«ò ti u br< W Ū©L« i ka^aj nehj » Éi u»< wJ! Fs^aš ÉG»< w v©z %w 'JĒfŸ' v©z %w tēl šfi s V%gL^aâa ngHJ« mi tai d^aâ< mi yfS « mi yĒaj f^aâ< nkHj š, āuâgĒ š, ājWj š, CLUtš, Cl hl š v< w Āaâfi s; fl^aJ xnu mi yahf xUš»i z^aJ mi kâ bg%w rkĀi yi a j f©nl<! f©l fhĒá v< á^aji di a btF

MH^aâ%F mi H^aJĉ br< wJ i U¥òĀi yí « i a j f Āi yí 'JšĒa rkj sĉ Ő^ai k' (The law specific gravity) v< w Āaâ¥go i aš» rk¥gL Jji yna j< i yj fhfj; bfH©oUj »< wJ v< w c©i kna i j dhš cz u¥gl nt©L tJ! xU òYĒÆĒU^aJ bfH©L ÉÇ^aāaš» Ū©L òYĒah» ÉL tJ v< w Āi yĒnyna všyhĉ brašfS « Āfæ»< wd v< gi j MuhĒ^aJ mĉ^aJ cz uī « nt©L« m< g*fns!
Kēi l ĒĒU^aJ nfhĒ t^aj jh? nfhĒĒĒU^aJ Kēi l t^aj jh? v< w nfhĒÉ 'c©i k' mĉahkš mšyJ kw^aJ vG¥g¥gL tJ! nfhĒí « Kēi l í « bt> ntW mšy! x< nw RUš»ĒU; F«ngHJ Kēi l vdí ÉÇ^aj Āi yĒš nfhĒ vdí « tHšf¥ gL»< wJ; É^aJ« jhtušfs m> thnw; kĀjD« fl î S m> thnw! fl î Ÿ RUš»a Āi yĒš 'kĀj<' v< W« kĀj< ÉÇ^aj Āi yĒš 'fl î Ÿ' v< W« tHšf¥gL »< wJ.
i U¥gJ (i U¥òĀi y) ntf« bg%w j hš i ¥āugŠr« gi l j f¥gĒ l J; Éntf« bg%w j hš i ¥āugŠr« mĒ; f¥gĒ l J. (khi aahf cz u¥gĒ l J) Ū©L« i U¥ò Āi yĒš Āi ybg%w ngHJ Mā; Fĉ rkkhd

AI yi a kAj kd« cz^aJ m^aj i tuhj »a«, bghWi k, khd«.

cz^a thfnt ya« bgW»wJ; Kij ā Āi y v< »< nwh«!
MābaD« guhr; ā mQ thĒ^a njh< ĉ mĉ th»^a ji daĉ^aj Koī kĒL« ngā^aJ¥ gybghUshĒ i aš»dhY« āi z^aāU; F«j< Ā ašgh« <Ÿghš vāĀY« cUt« Ri t kz « xĒnahL vG« r¥j khĒ mĉ i « fUĒahí « nkhāÉi s ĀfœĉáfshĒ cs i aši g bkhĒ»< nwh« 'Éā' v< W Koī f©L vd ekJ FUāuh< fĒĒš Fĉ¥āĒ LŸsJ nghy i šF i U¥gbj šyh« i i wi a^aj Ēu ntbwJĀši y! 'Éā' v< gJ ntfK« ÉntfK«; braY« Éi sî «; T^aj yw«! T^aj yw^a āi dĉ bra%gL^aJ tJ 'JšĒa rkj sĉ Ő^ai k' vD« nfhĒghL. xU āW j tW« neuhkš 'i a%o i f' ĀfĉŪuhf i aš» všyh cĒ^afi sí « thHĉ brĒJ mĉ i t ky^aā nguhd^aj Āi yai l aĉ brĒ»< wJ v< w c©i ki a eh« cz unt©L«! nguĉÉ< i a j f« i Jnt v< gi j í « cz unt©L«! mĉ î j; F¥ gšntW bga^afŸ c©L vd kfĉĪ j dJ fĒĒš Fĉ¥āĒLŸsh^a. fUi z , m< ò, MuhĒĉá, fhj š, āahf« fhk«, ád«, ga«, btĒf«, āu«, nrhf«, mUtU¥ò i < g J< g«, Mi r, ghr«. M^at«, j i a, ÉU¥ò, btW¥ò, mi kâ, Phd«, f^at«, gi ā,

fti y, í j ā, ôf«, khĒi a i z j f«, Ā^aÉ f%g bksd« k%w « v©Ā w^aj Āi y Fĉ; F« ng^afŸ gy mĉ É%F©L.
Mi fĒdhš m< ghdt^afns i a j f« mj< Éi sî v< dthf i U^aj hY« j< _y^ai j (i ka¥òYĒ i a) cz^a āU; F«ngHJ Éi sî fĒ dhš V%gL« ghā¥òfŸ »i l ahJ; e K< ndh^afshd ĉĪ fS «, KĀfS « PhĀfS « eLĀ< nw thœ^aJŸsd^a eLt< v< nw i i wĀi y; F¥ ngU©L. "c^aj k¥ bghUS; F cĒbuG^a bj< do áš» mJ ecruthL« eLĀi y ašynth ášfh! v< W á^aj^a ghl š Tĉ É s; F»wJ. m< ghdt^afns! e« i u^aj Xēl^aâ%F i ka« i ja«; Rthr Xēl^aâ%F i ka« Ei upuš; eu«ngHĒl^aâ%F i ka« _i s; cĒnuhĒl^aâ%F i ka« fUi ka«; i i tai d^aâ%F« i kakhf i U¥gJ M< kh! M< khÉš e kd« Ā< whš eh« Mā; Fĉ rkkh« nwh«! vši ya%w gu«bghUnshL i ašghĒ; fy^aJ x< wh»< nwh«; xU òYĒÆĒU^aJ āu«kh©l khĒ khW» nwh«! x> bthU òYĒí « āu«kh© l^aj h< vd cz^a»nwh«.
bjhl U« . .
thœf tsKl<

v© z nk i a% i faj < áfu <
 nguh. ckh nj É, átfhá.

br < w i jø bjhl ©á ...
 mbkÇi fhÉ < NASA É ©btÉ
 kaâš gÅ òÇa É ©z ¥ãmj 2962
 ngÇÈUªJ i t® kÉLnk nj ®ªbj
 Lj f¥ gÉl j %Fj fhuz « fšÉ mj Fâ,
 ci š cWáil < i tUj »Uªj mghu
 khdkd cWána. v©z mâ < tÉi k
 É < Éi sthf #dtÇ16, 2003 m < W
 bjhl š »aJ mtwJ É ©btÉ gaz «,
 thÅ ÈUªj gona óAi a j f©l h®.
 252 Ki w óAi a ty « tªjh®.
 e%brašfi s¥ nghynt e%ªj
 dfS « e < i kna mÉ j F « guk
 Vi Hahd É trhÆ xUt® j < Vøi k
 Uš » ešthæi bgw VnjD « tÉ
 Uj » wjh v < W gh®JÇ brhšYkhW,
 < #hj fªi j äugy n#hâl « xUtÇ
 « bfhLªjh®. #hj f¥go m < çuî
 vÉL kÅ j F mtUj F V%g L «
 f©l « mtwJ cÆi u¥ gçªJ ÉL «
 v < çUªj j j fÅ mj n#hâl® kd «
 tUªa "lah! vdj F mtru nti y
 cÝsJ. mJ Āi dÉšyhkš eh <
 n#hâl « gh® j f mk®ªJ É fnl < .
 i < W nghÆ ehi s fhi y thUšfY.
 gy < brhš » nw < v < W brhš È
 rkhÉªJ mD¥ã ÉÉl h®.
 É trhÆ åL åU « ò » fhÉL

tÉÆš i o, Å < dš, bgUki H . .
 ghHi lªj át < nfhÆš bj < gl
 mãš xJš » at® kd mãš gy v©z S
 fY, eh < kÉL « brštªj dhf i Uªjhš
 iªj j nfhÉ i y¥ òJ¥ãªJ j F « ghã
 nõf « brÉJ ÉLnt < v < W Āi d
 J j bfh©l njhL Āšyhkš khDfkhf
 òdui k¥ð gÅ fY nk%bfhYtjhf
 v©z mj j tYthj » dh®. åU¥gÅ i a
 KGi kahf KoªJ¥ ònuh » j®fi S
 mk®ªâ, ntj kªâušfY KHSf
 åUj FI mj j C®tykhf vLªJ tªJ
 F « ghã nõf » elªâ, fUt i wÆ <
 K < Ā < W i i wti d tz š Ft J
 nghš j < áªj i di a XI ÉÉl h®."
 áªj i dÆ < Cnl k©l gªâ <
 nk%gFâi a¥ gh®ªjh®. mtwJ j i y F
 nkš xU fUehf « gl bkLªJ Ā < W
 mti uj foj fª jahuhf i UªJ f©L
 mã®Çái %W mt® k©l gªi j ÉÉL
 btÉna Xoa kWbehona, k©l gªâ <
 ŪJ i o ÉGªJ k©l gnk behWš »
 ÉGªJ. m¥nghJ kÅ rÇahf vÉL
 fhi yÆš n#hâl i u¥ gh®ªjh®
 nrhâl® âi fªjh®. xU nti s jh <
 rÇahf #hj f « fÅ j fÉš i ynah?
 i Jti u i ¥go neªj åš i yna! v < W
 Āi dªj thnw n#hâl üšfi S

MuhÆªjh®. fz j F rÇahfnt i UªJ. v©z nk i a% i faj < áfukhF «.
 Mdhš mãš gÇfhu « Tw¥gÉoUª i a% i fna v©z mãš ml š » ¥
 J. i J ngh < w f©l mãÈUªJ j ¥ã j f
 nghF
 nt©Lkhdhš mªj eg® át < nfhÆš v©z mã < Āi yfhÉl Kotâš i y
 x < i w j fÉo mj %Fj F « ghã nõf » i š i y v < W brhšyî « ahUĀš i y
 brÉJ ò©Ā a < bg%çUj f nt©L « v©z « vG « i l nk xU òYÈ ahF
 v < çUªJ J. guk Vi Hahd i t® i aš » Koí « msnth mf©l fhu «
 v¥go brÉåUj f Koí « v < W v©z nk bra% i f j fUÉ fY
 v©Ā athW Édt, Édt elªj i j
 mi dªândhL
 oašyh « É trhÆ Twj nfhÉ çªjh®. i a% i f j fUÉ fi sbašyh «
 xU kÅ j D j F É i sí « i a j F « r j Ā
 « i kí », Ōi kí « mt < brÉi « (Ph. f)
 brašfi s¥ bghWªnj mi kí « v©z šfi s MuhÆªJ v©z %w
 v < gāš vªj ç rªnj fĀš i y. mnj e < i kfY bgWnth «! thæf
 ka mãš e%brašfY brÉa v©Q « tsKI <!
 áªj i dí « TI mtDj F e%gai dj
 ofhLªJ mtdJ thæi t ca®i
 ogwç brÉi «.

thæf tsKI <
 thæf i taf « thæf tsKI <

âUbešnt È kd ts j fi y k < w « mw j fÉl i s
 94, nru < kfhnj É nuhL, ngfi l, âUbešnt È - 4.
 ngh < : 0462 - 2337355, brš. : 94425 37349
 ntj hªâÇa nt® fY - 2018

gÆ%á ehY	04.03.2018 PhÆ%Wj »Hi k
gÆ%á elªJgt®	nguh. G.T. fnz r < mt®fY
bghUY	ghtšfÈÈUªJ ÉLj i y

- ❖ gÆ%á neu « : fhi y 10 kÅ K j š khi y 5 kÅ ti u
- ❖ gÆ%á e < bfhi l : %. 100/- (kâa cz î , nj Ū® cÉgl)
 (FHªi j fi s mi HªJ tUt i jª j É® i fi «)

kd ts j fi y m < g®fY ntj hªâÇa nt® fY
 gÆ%áÆš fyªJ ga < bgw m < òl < mi H j » < nwh «.

thœf tsKI < i si kf h J thH âahd ¥ gÆ%á mt áa < mUYĀâ R.bt Šfnl Z, âutešy ®.

thœf tsKI <

fi si fhEoY « mt®FS i larkhE ¥ òâaw < v¥nghJ « M%wš thEªj hE cÝsJ v < W « f©Lãoi f ¥ gELÝsJ.

“Levels of Cortisol and adrenaline are often found to be lower in long term meditators and their coping mechanism almost always tend to be stronger than average”

(Ageless body, Timeless mind, p.162)

m©i ki fhy « tiu 1970 « M©L thi » š TI nki yehEL kUªJt « âahd « g%ŷí « mj < M%wš g%ŷí « e«ã; i fi šyhkš i UªJ. Ihil® thyP v < D « mbkÇ; f ehEo < ÉŠPhĀjh < âahdªâ < bgUi ki ai f©I ŷªJ kUªJt Bâahf mji d bkE¥ãªjh® Ihil® gEl « bgWtj %fhf 1960M M©o < fi l áEš mt® nk%bfh©I MEE š fšy Ç khz t®fi s ¥ gŠnf%ofÇ brEJ bjhlªJ mt®fi s nrhªj nghJ âahd ¥ gÆ%áE dhš mt®FS i la _ÇR. i jaªJo ¥ ò i uªj mGªj « Mªat%ŷ š áwªj K < nd%w « V%gEl i j; f©I hª jŠFS i la kdªâš Mæªj mi kâ Fobfh©oUªj hfi « khz t®fY m¥nghJ bjÇEªj duh «.

xUtUJ taJ v¥nghJ « VWK fkhf i U; Fnk j É u i wŠF K fkhf i uhJ. taJ KâªtJ

âahd « v < gJ nahf ¥ gÆ%áEš Af Ki » akhd gFâ. âahd « šyhkš nahfnk i ši y. mšyJ nahf « vd ¥ gLtnj âahd « vdÇ orhšyyh «.

kdªi j Āi y âÇahkš ĀWªj nt©L «. ā < Fŷªj bghUEš mji dª brYªj nt©L «. iª Āi y Eš âahd « MªWJ. i j i d v©z j fi Y; FÝ ÉGªJ Ūªâ Āi ybfh©I ŷªW F MæªJ bršY « Āi y; F x¥āi yh «.

MæĀi y âahd « brE t â dhš Cl YW¥ðfY i si knahL cÝsd. rhj huz khd ki fnshL x¥āL « nghJ bjhlªJ âahd ¥ gÆ%á brEg t®fY lªJ, g < Āu©L taJ tiu Fi wªJ kâ; fªj j fgo i si kí l < fhz ¥gL » wh®fY v < W kUªJt E %g < d® nrh¥uh j dJ MuhEČáE < KoÉš TW » < wh®.

“From my experience with studies on people using Transcendental Meditation, it has been established that long term meditators can have a biological age between 7 and 12 years younger than their chronological age”

Ú©I fhy « âahd « brEgt® fS; F nfh® orhš mEÇi di y < v < D « Ah® nk < fE < msî xU dti uai w; FÝ cÝsbj dî « k%wt®

Phuz khf cl « a < M%WS FI WªJ FS « (Introspection Trainings), au < K ofh©nl nghF «. i Jjh < i a%oi f. Mdhš Ú©I fhyª âahd ¥ gÆ%á cÝst®fY i > Éa%oi f c©i ki a ¥ bghEah; »; fhEL » wh®fY. mt®fY taJ _¥gi lªj hY « cl « ò vĒâš _¥gi l tâši y. mJ beLŠfhY « si kí l < thœ » wJ v < gi j l h; l® ofÆªthyP mŷ ÉaĒ < go K j < K j Ēš bkE¥ãªJ; fhEodh®fY.

j ĀkĀj mi kâE < _y « FL « g mi kâ, rKjha mi kâ, Cui kâ, cyf mi kâi a neh; fkhf; bfh©L 1958- « M©L br < i d; F mUnf cÝs TLthŠnrÇ v < D « CÇš mUYjªi j ntjhªâÇ kfÇĪ mt®fY cyf rKjha nrth rŠf « v < w mi k¥i g ĀWÉ dh®fY. (The World Community Service Centre) i j < i yi kaf « br < i dĀEY «, fhaf%g MuhEČá (Kayakkarpa Research Foundation) mi k¥ò v < w bgaÇš bghYshČáEYš MĒahÇš mŷiªâU; nfhÉš (Temple of Consciousness) tshfªâš brašgEL tU » < wJ. mUYjªi j ntjhªâÇ kfÇĪ at®fY j < i d, j < cl š a; fŠfi sí « gy M©L fhykhf MĒi brEJ cl š eyªâ%fhf vĒaKi w cl %gÆ%áí « (Simplified Physical Exercise) kd mi kâ; F âahd ¥ gÆ%á fS « (Simplified Meditation Practices), CĀ® tsªâ%fhf fhaf%g ¥ gÆ%áí « (Kayakalpa Yoga Trainings) m fªih(Ei ¥ gÆ%á

Phd ¥ gÆ%áí «, MáÇa® gÆ%áí « tot i kªJ (Systemised) mĒªJY sh®fY. i j < » i si kašfY kdts; fi y M < Āf cÝS z ® i; fšE i kašfshf (Centre for Spiritual and Intuitional Education Centre) j ĀHF « kELkšyhJ cyf « KGtJ « brašgEL tU » < wd. nahfK « KĀj kh©ò « (Yoga For Human Excellence) v < w bgaÇš gšfi y; fhfŠfS l < i i zªJ Diploma, B.A., B.Sc (YHE) K j Š M.Phil., Ph.d., ti u gFâ neu; fšÉ ahf kdts; fi y M < Āf; fšÉ i kaš fĒš f%Wªju ¥ gEL tU » < wd j %bghGJ (YHE, YYE Yoga for youth Empowerment) vD « bgaÇš gYĒ fšy Ç khz t®fS; fhf rh < ŷæ gEl a; fšÉ tF¥ðfY brašgLªj ¥ gEL tU » < wd. iª j i fa m%oj khc kdts; fi y vD « KĀj nea, M < k nea M < Āf mŷ Éaš fšÉ i a (Science and Spiritual Education) mi dª j jušādU « Ki wahf; f%W ¥ gadi l ayh «. bjĒÉ f Fz Šfi s mi lªJ kdtsªJ l < i < gKI < thœÉ < neh; f kªªJ thHyh «. thœªJ fhEL nth «. i i sa rKjhaªâU; F eštÉ fhEo e%rKjhaªi j cUth; » l i < nw mU » Yš kdts; fi y k < wªâ < gÆ%áahsuh » l Ēi uªJ brayh%ŷ Lnth «.

thUŠfY m < g®fns ... thœf tsKI <

k< Å ¥ã < nk< i k
mUYĀã Ñ. Ój hkĀ , MĒahW.

k< Å j fª bj Çªj kÅj Å< ngh»nw< . i i wĀi yÆš eh«
CÝs« khĀ j f j nfhÆš! xUt® FWi »l j Tl hJ. eh« ahi uí « kd«
vd j F xU bgÇa bfhLi ki ač tUªjč brĒjhš ghtÉi dahf
brĒjÉÉl h®. eh< mtÇl « nfhg« ek j F tªnj ÔU«. fhykh»a Āªz aª
bfhÝS j š Tl hj h? v< w xU É dh i j ci l aJ.e«KÝbjĒtnk cÆuhf j
vG«ò»wJ. nfhgªadhš vŠF« xU Fobfh©oUj »wJ. āw® cÝS « mnj
k i kí « elªjhf i Jti u tuyhW bjĒt« . i i wt< j h< Fobfh©oUj
š i y. Ôi kfÝjh< elªāUj »< wd. »wh< . vªj i fa J< gªi j ah® bfhLª
FHªi j í « , bjĒtK« x< W v< W j hY«k< ÅªJ mt®fS j fhd cjÉi a
eh« brhš»nwhnk mj%Fj fhuz «. brĒj bjĒÉf kÅj®fshf thœnth«.
mj Āl « fhz ¥gl j Toa k< Å j F« "e«khš vJĪ « Koí « " v< gJ
kd¥gh< i k j h< . xU j hĒ j dJ ÉntfhdªjÇ< th j F. xUt® ek j Fª
FHªi j i a mo j f, mo j f tĒ j hšf ÔŠF brĒ»wh® vd i tªJ j bfhYª
Koahkš j hĒ< fhšfi sna S šfÝ. m¥nghJ eh«, ehkhf i Uªj hš
R%Wti j eh« gh®āUj »nwh«. ÚšfÝ mJnt e« vâÇ j F xU ghl kh»ÉL«
cšfÝ thœ j i fÆš ahi uª Ōat®fÝ. ek i k j F ek i kí « , Ôi k j F Ôi kí «
bfhoat®fÝ vd Āi d j »Ō®fnsh brĒeaj Toat< kÅj< . ek i k j F«
mt®fi s iªj ĀĀl nk k< ÅªJ Ôi k brĒeaj ToaJ Āuf«. Ôi k j Fª
ÉLšfÝ. āučri d Koªj J. m¥go ek i k òÇí «bghGJ j h< kÅj<
Æšyhkš k< Å j fhkš i Uªj hš bjĒtªj< i k, ci l atdhf khW»wh<
kdtUªjnk ĀŠR«. eh< öá, i< dh brĒj hi u xWªj š mt®ehz
i wtĀ< xU gFâ. i i wt< ek da« brĒjÉl š.
hfÉgi j Él th eh< nfÉf¥

thœf tsKI <

xU òJi k¥ gaz «
mUYĀã R. Ńj h r j ânt š, MĒahW.

eh« âdrÇfĒš fhi yÆš vGªj J ekJ nfÝÉfS j fhd gâšfshĒ
Kj š e« ngUªJ¥ gaz « bjhl š» njl šfS j fhd Ō®thĒ "kdtš j fi y
kJ thœ j i f¥ gaz « ti u vD« mĸÉ< thrš ek j fhĒ āwª
x> bthU É Ō aªā%F« nt©Lkh? âUj »wJ. M©l h©LfshĒ e«i kª
nt©l hkh? »i l j Fkh? »i l j fhj h? bjhlªªJ tU« āučái dfS j F
vd gšntW NHšfshš rªnjf«, ghkuD« cz U« ti fÆyhd xª
mĸr«, fti y, gl gl ¥ò, kd ci sč vĒi kahd gÆªá Ki wfshš xª
šfÝ vd Vuhs khd āučái dfÝ c< dj khd Ō®i . cl š, kd« rhªªj
«i k Él ntfkhĒ Xo j bfh©oUj āučái dfS j F vĒi kahd cl %
»< wd. ehK« mi j Él ntfkhĒ gÆªáfÝ, āahd Ki wfÝ vd
Xlª j h< Kaªá j »nwhnk xĒa É ŠPhd É s j fšfnshL āfÉl hj
v< whtJ xU ehÝ mj%fhd fhuz š bkĒŠPhd ghi j. mfªjhĒi ¥
fi s mĸa ā< ndh j »¥ gaĀªāUj gÆªáfshš e«i k¥ g©gLªjª j Uª
»nwhk h? É s j fšfÝ mi dªJ« e«i kª
vi j vi j nah bgWtjhĒ Āi dªJ i yFth j » i y j ffi sč RĒo j
HªJ bfh©oUj »nwh«. nj LtjhĒ fhĒL« Ńi j. mi kâ, j< d«ā j i f
Āi dªJ e«i kª bjhi yªJ j bfh©o k»æčá, kd Āi wī vd mi dª j í
U j »nwh«. āučái dfĒĒUªJ Éy» mĒra ghªāukhĒ mÝĒªj Uª
X Lt i j É l É l É l É l G L « tĒ m%òj ¥ gaz «.
j oÆU j »nwhk h? J< gªā< _y kdtš j fi y v< D« c< dj khd
fhuz šfi s¥ g%ĸ mĸa Kaªá òJi k¥ gazªāš i i z nth«
brĒeaj U j »nwhk h? i ¥go nfÝÉfS «, gaĀªJ j bfh©oU¥ngh® òaat®
j l šfS « rçahd ghi jÆš fi s i i z ¥ngh«. fi s i i z ¥ngh«.
gaĀª j F« nghJjh< i y j ffi s thœf ntjhªāÇa<!
mi l a Ko»wJ. mJ KGi kahd thœf ntjhªāÇa<.
hfĪ « mi k»wJ. thœf tsKI <

thœf i t a f «
kfÇĪ ntj h^αâÇÆ< cl %gÆ%áí « nahfK «
 âu<kPh^À B.Mâ_y«, ghi sašnfhēi l.

br< w i jœ bjhl[®]čá ...
 cl ěš kĚLkšy i f ĚušfĚY «
 khbgU « nahf rĭ â ki w^âUj »wJ.
 ĚušfĚš K^âai ui a V%gL^â m^{aj}
 nahf rĭ âi a btĚj bfhz u Koí «.
 K^âai ufĚš 50j F nk%gĚl nahfK^â
 ai ufY i Uj »< wd. kfÇĪ mt[®]fY
 0j F « nk%gĚl K^âai ufi s
 cl %gÆ%áĚš cĚgL^â mi tfĚ<
 M%Wšfi s i > î yf « ga< bgw
 cj ĚĚUj »wh[®]fY. cl %gÆ%áĚdhš
 i l j f i Toa e< i kfS « i^{aj}
 K^âai ufshš »i l j F « gy< fS «
 nr[®]aj xUtUj F »i l j F «.

nahfj fi y:
 nahf « v< w t l bkhĚč brhš
 i z ^{aj}š, x< W nr[®]aj š vd^ž
 bghUŸgL «. cl nyhL cĚ[®]i i z^{aj}
 Ě%f nt ©L «. cĚnuhL kd « x< W
 gl nt ©L «. kd^{ai} j i i w^Āi ynahL
 i z ^žgJnt nahf « v< wd[®].
 m^žP[®]fY, mĭ fhy KĀ t[®]fY, á^{aj}
 fY nahfj fi yi a i ak « Kjš rkhā
 ti u vĚL^ž āčĭ fshf^ž āč^{aj}Ysd[®].
 nahfj fi yĚš _< whtJ mšf «
 t »^žgJĭ «, cl i yč rč brĚa cjĭ t
 J « nahfhrdšfY jh< . nahf^âš
 bt^ž bgw Mrd^ž gÆ%áfY cjĭ
 < wd. cl i y i Wj fĀ< ĭ i t^{aj}J
 bfhYs cjĭ «. nkY«, Mrdšfi s
 Ki wahfč brĚJ ĚĚL^â āahd «

òČĭ « bghGJ kd « vĚāš x[®]i k^ž
 gL «. i āY « 100j F « nk%gĚl
 MrdšfY cYsd. kd mi k^â
 j < d « āj i f, thœĚš bt^ž bgw
 MrdšfY cjĭ »< wd. cl Ěš
 i a^{oi} fĚny na mi k^{aj}JYs i ka
 fS j F mG^{aj} « bfhL^žgj < _y
 cl Ěš brašgL « mi d^{aj}J cW^ž
 fi sí « Őuhd Āi yĚš i t^âUj f
 Koí «. i u^{aj} XĚl ^âĚU^{aj} eu «
 k © l y i a j f « ti u mi d^{ai} j i
 áw^žghd Ki wĚš i ašfč brĚa
 Koí «. m^âf msĚyhd Mrdš
 fi s e « K< ndh[®] tF^{aj}Ysd[®].
 kfÇĪ mt[®]fS « 13j F « nk%
 gĚl ahtU « brĚa j Toa Jkhd
 Mrdšfi s j f © l ĭ^{aj} k j fY ga<
 bgw cl %gÆ%áĚš nr[®]aj Ysh[®]fY
 i j dhš Mrdšfshš »i l j f i Toa
 ga< fS « TLj yhf i »i l j »< wd.
mĭ Fāuō[®].
 nehĚ t^{aj} āwF kU^{aj}Jt Mny
 ri d bgw, nehĚ Őšf v^{aj} j dnah
 tĚfY t^{aj} ĚĚl d. rhj huz k j f
 shš j %nghJYs kU^{aj}Jtč bryi t
 rkhĚ j f KoaĚš i y. nehĚ Fz kh
 Y « g j f Ě i s i fĚ < ghā^ži g
 jĚ[®] j f KoaĚš i y. v^{aj}č NēĀi y
 ĚY « Mnuh j »a « bfl hkš gh[®]aj
 bfhYs, Mnuh j »a « bfl »wJ vd
 bjč^{aj} cl nd mj < fhuz ^{ai} j

thœf t s k l «
 f © Lao J U j f i a % i f j a u j f « ačtjhs, K j f a j © L b r a s
 tu^žāurh j « j h < m j F ā u ō[®]. i j dhš mghukhf i U j F «. cl š, kd «, _ i s
 nehĚ tuhks ghJfh^{aj}J j bfhYs j Toa ö © L j y h š k »æthd kdĀi y To
 < i kĚi dĭ « kfÇĪ mĚ^âUj RWRW^žò mi l t[®]. ghj « krh
 »wh[®]fY. brĚa^žgltj hš cl š ò^{aj}Jz[®] i
cl i y^â njĚ[®]JĚljš: bgW «. i j dhY « Toa e< i k j h <
 cl %gÆ%á nahf h ngh< wt^ž < xUtUj F »i l j »wJ.
 _y « cl i y^â j F āahf i t^{aj}J
 bfhYgt[®]fY c © L i t[®]fĚ < cl š
 rkhĀ[®]fĚ < cl ĚĚU^{aj} khWgĚo
 Uj F «. mJnghš (krh{) cl i y^â
 njĚ[®]J ĚĚLj bfhYgt[®]fS j F «
 r i j i W F «. i w j f n k h, j s[®]n t h
 v % g l h j. f © R U j f « k i w i «, j h i l
 Ěč t i l t J F i w i «. K f « k r h {
 brĚJ bfhYs « bghGJ K f^â
 YŸs i w^{aj} āR j fY Őj f^žgL «.
 K J i k b j Č a h J. k d «, c l š
 K G t J « ò^{aj}Jz[®] i b g W «, K <, ā <
 f G^{aj} k r h { b r Ě t j h š 72000 e h o
 eu « ò f Y j i y Ě Ě U^{aj} f G^{aj} t Ě

mHnfh mHF
 mUYĀā R.btšfni Z, āutešy[®].

m< ā%F mHF m ^ž ĭ m ^ž ĭ j F mHF fšĚ fšĚ j F mHF go ^ž go ^ž ā%F mHF gĚl « gĚl ^â %F mHF nti y nti y j F mHF fli k fli k j F mHF ne [®] i k ne [®] i k j F mHF c © i k c © i k j F mHF ci H ^ž ci H ^ž ā%F mHF Cāa	Cāa ^â %F mHF á j fd « á j fd ^â %F mHF nrĀ ^ž nrĀ ^ž ò j F mHF jhd « jhd ^â %F mHF fUi z fUi z j F mHF i u j f « i u j f ^â %F mHF bk sd « bk sd ^â %F mHF M © l t < M © l t D j F mHF mUY mUS j F mHF ò ^â , Phd « všyht ^ž %F « mHF m< ò thœf t s k l «
---	---

**MĒahW mġi āU; nfhĒS 2018 āñutÇ 16 Kġš
2018 kh[®] 15 ti u ei lbgwī Ÿs ĀfæçáfY g%a Égu«**

t. v©	gĒ%áĒ< bga [®]	āñutÇ - kh [®]
1.	Éō< neuo [®] bjhl [®] tFñò	16, 17, 18
2.	mf [®] jhĒi Āi y - 3	17, 18
3.	Éō< neuo [®] bjhl [®] tFñò	19, 20, 21
4.	KGi key thæÉ%F kdtsi fi ynahfh - MŞ»y«	21 Kġš 25 ti u
5.	mUYĀāa [®] gĒ%á	23, 24, 25
6.	Éō< neuo [®] bjhl [®] tFñò	26, 27, 28
7.	Éō< neuo [®] bjhl [®] tFñò	2, 3, 4
8.	mf [®] jhĒi Āi y - 1	3, 4
9.	fhafšg gĒ%á	4
10.	Éō< āu«kPhd tFñò	5, 6, 7
11.	KGi key thæÉ%F kdtsi fi ynahfh - j Āæ	7 Kġš 11 ti u
12.	Éō< neuo [®] bjhl [®] tFñò	9, 10, 11
13.	mf [®] jhĒi Āi y - 2	10, 11
14.	Éō< āu«kPhd tFñò	12, 13, 14

K ādrÇ fhi y 10.30 k%W« khi y 4.00 kĀ ; F[®] j t«, ā[®] j i d ÉU[®] J, RthĀI ā.o. ĀfæçáfY ei lbgW«.

(KGi key thæÉ%F kdtsi fi ynahfh gĒ%á)
āñutÇ 14 Kġš 18 ti u k%W« kh[®] 7 Kġš 11 ti u
j ĀĒŠ ei lbgW« (5 ehĒfY)

ī ŸgĒ%á ī a[®] i f vĒŠ bfhSR« nk%F ki yçrhuĒS MĒahW mi z ; fU»Š mi k[®] J Ÿs mġi āU; nfhĒS tshf[®] āš ei lbgW»wJ. clš ey« ngz cl%gĒ%á, kd« mi kĀi «, Āi wī « bgw āahdŸ gĒ%á, FL«g mi kĀ, efōey«, brašāw<, mġi ; T[®] i k, Āi dth%wš, Fz eyŸngW ngh< wi tfY mi la mf[®]jhĒi Ÿ gĒ%áfY, neh< ç Ū©l ehĒfY thĒi «, ī si kfhi fī « fhafšgŸ gĒ%ái « 5 ehĒfĒŠ f%W[®] j uŸgL»wJ. gĒ%á; fĒl z « k%W« cz ī, FçŸngLfs j fhf %. 1500/- fy[®] J bfhYs ÉU«ò»< w m< g[®] fY %. 1500/- j fhd D.D. (Demand Draft in favour of Vethathiri Maharishi Kundalini Yoga Kayakalpa Research Foundation Payable at Coimbatore) k%W« É©z Ÿg[®] āš 1. bga[®], 2. M©/bg©, 3. taJ 4. KftÇ, 5. bj hĒŠ Kġ yhd ÉgušfS l< gĒ%á nj āi F K< d[®] É©z Ÿāi fnt©L«.

1. ehšt[®] j ŠF« mi we< bfhi l, xU ehi s; F xU egU; F %. 300 āj « 5 ehĒfS ; F %. 1500/-
2. ī Ut[®] j ŠF« mi we< bfhi l, xU ehi s; F xU egU; F %. 400 āj « 5 ehĒfS ; F %. 2000/-
3. ī Ut[®] j ŠF« A/c mi we< bfhi l, xU ehi s; F xU egU; F %. 600 āj « 5 ehĒfS ; F %. 3000/-

15 taJ; F nk%gĒl M©, bg© ī UghyU« fy[®] J bfh©L ga< bgwyh«

ĀfæçáfY g%a brĒâfY 10-02-2018 Kġš 12-03-2018 ti u

nġ ā	Āfæçá	el [®] Jgt [®]	neu«
10 & 11.02.2018	mf [®] jhĒi Āi y - 2	nguh.fĒl i s, āĒ - 4. bjhl [®] ; F 98435 20508	10.00 A.m. To 5.00 P.m.
01 To 12.03.2018	kdtsi fi ynahfh (M© fY)	nguh.P.i sšnfht<	06.30 A.m. To 8.30 A.m.
01 To 12.03.2018	kdtsi fi ynahfh (bg© fY)		10.30 A.m. To 12.30 P.m.
04.03.2018	ntjh [®] āÇa nt [®] fY	nguh.G.T.fnz r<	10.00 A.m. To 5.00 P.m.
04.03.2018	fhafšg«	nguh.K.K.mPĀj h	10.00 A.m. To 1.30 P.m.
10&11.03.2018	mf [®] jhĒi Āi y - 3	nguh.G.T.fnz r<	10.00 A.m. To 5.00 P.m.
01 To 12.03.2018	kdtsi fi ynahfh (bg© fY)	m< i d nyhfh«ghY j ti ka«	6.30 P.m. To 8.30 P.m.
01 To 12.03.2018	kdtsi fi ynahfh (bg© fY)	Dr. A.P.J. mŸJš fyh« j ti ka«	6.30 P.m. To 8.30 P.m.
01 To 12.03.2018	kdtsi fi ynahfh (bg© fY)	āwñò k< w« āuā thu« br> thĒ »Hi k (ī UghyU«)	6.30 P.m. To 8.30 P.m.
01-12.02.2018	kdtsi fi ynahfh (M© fY)	ī uh#ghi sá« kdtsi fi y k< w«	6.00 A.m. To 7.30 A.m.
01-12.02.2018	kdtsi fi ynahfh (bg© fY)		10.30 A.m. To 12.00 P.m.
04.02.2018	fhafšg«	--	10.00 A.m. To 1.00 P.m.
10, 11.02.2018	mf [®] jhĒi Āi y - 1		10.00 A.m. To 5.00 P.m.
25.02.2018	āwñò gĒ%á	nguh. byĒRkz <, MĒahW	10.00 A.m. To 5.00 P.m.

mUY mKj « r[®] j h ò J Ÿñgh[®] ft d[®] ā%F

tUl «	r [®] j h	
1	100/-	r [®] j h mDñò« nghJ m< g [®] fY KftÇi a [®] bj Ēthfī «, bjhl [®] ò v© i z í « vGā, v [®] j i d tUl ç r [®] j h v< gi j [®] a bj ÇĒ [®] j m [®] j bjhi fi F "mUY mKj «" v< w bgaU; F D.D. mšyJ M.O. mDŸgyh« mšyJ áfo ôĀa< tš», āUbešntĒ lī © tš» Current A/c No. 048109000052000 , IFSC Code CIUB 0000048 v< w v© Ā š gz ñi j ç brY [®] j yh«. gz « brY [®] āa Égu« KG KftÇ k%W« bjhi yngá v© M»a Égušfi s [®] j gš _y« Égu« bj ÇĒi fī «.
2	200/-	"mUY mKj «" ī j æ x> bthU khj K« 3M« nj ā j ghĒŠ nr [®] i fŸgL»wJ. xU thu fhya [®] ā%F (10« nj ā) ī j æ »i l; fŸ bgwhj m< g [®] fY j ghš mšyJ bjhi yngá _y« j ftš bj ÇĒ [®] j hš kh%WŸ āuā tU« khj ī j Gl< mDñā i t; fŸgL«.
3	300/-	
4	400/-	
5	500/-	
Mī Ÿ r [®] j h	1500/-	

"mUY mKj «" 279, nkyuj āā, āĒ lī © - 627 006. ngh< : 0462-2330553

M< Af mUY mKj « | gāi mYtyf«: l, bjhl[®] i[®] r< dā, āUbešntĒ lī © ngh< : 0462-2330340
j ghš KftÇ: 279, nkyuj āā, āUbešntĒ lī © ngh< : 0462-2330553

rh[®] ò mw; fĒl i s: āUbešntĒ kdtsi fi y k< w« mw; fĒl i s - 627 004. ngh< : 0462-2337355
E-mail id : arulamutham_maharishi@yahoo.co.in. Website : www.arulamutham.com