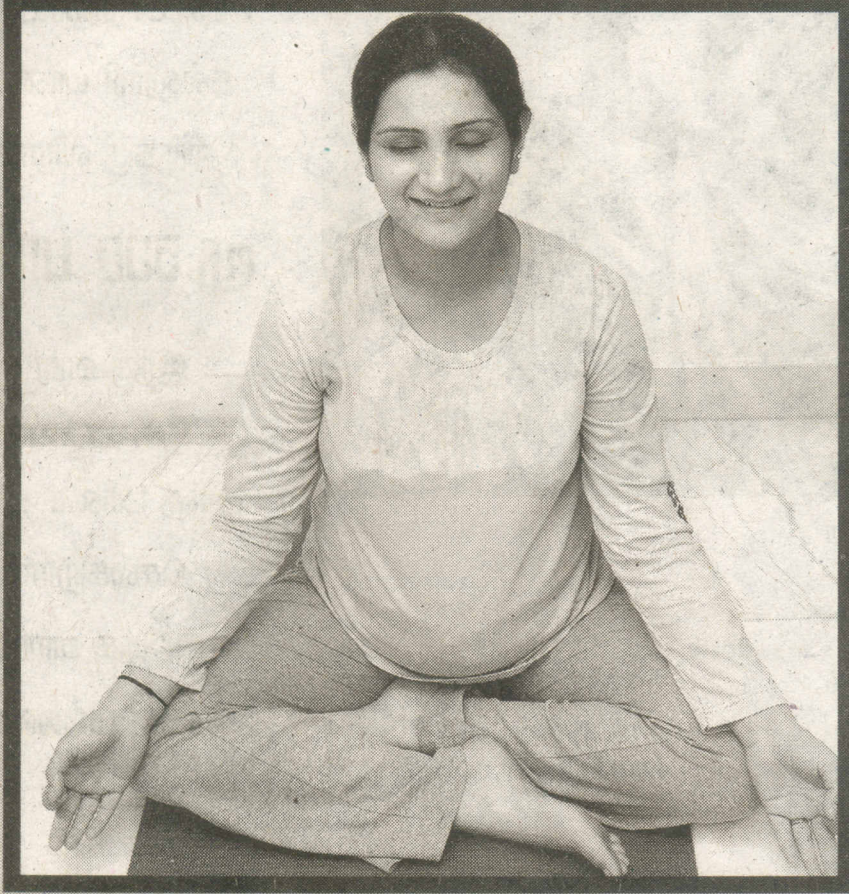


வேத மந்திரங்கள்!



‘கர்ப்பிணிகள் நல்லதையே நினைக்க வேண்டும். நல்ல விஷயங்களை கேடக வேண்டும். அப்போதுதான் குழந்தைக்கு நல்லது’ இது நமது பாரம்பரியம் அளிக்கும் அறிவுரை. இது, இந்த காலத்திற்கு ‘கூடுதலாகவே’ பொருந்தும். காரணம், இன்றைக்கு பெண்கள் வீட்டிலும் வேலை பார்த்து, வெளியிடங்களிலும் வேலை பார்க்கின்றனர். இன்றைய பரபரப்பான வாழ்க்கை சூழல், பெண்களிடம் ஏகப்பட்ட டென்ஷன்களை ஏற்படுத்தியுள்ளது. கர்ப்பகாலத்தில் உடல், மன ரீதியான டென்ஷன் அதிகமாக இருக்கும். வாழ்க்கை சூழல் இதை மேலும் அதிகரிக்கிறது. தாயின் டென்ஷன், வயிற்றில் உள்ள குழந்தையையும் பாதிப்பதை பல ஆய்வுகள் உறுதிசெய்துள்ளன. கர்ப்பகாலத்தில் அமைதியற்ற மனமில்லாமல் தவிக்கும் பெண்ணின் குழந்தையிடம் பயம், அறிவுமந்தம், சுறுசுறுப்பு குறைவு போன்ற பிரச்சனைகள் இருப்பது பல ஆய்வுகளில் தெரியவந்துள்ளது.

கர்ப்பிணிகளின் டென்ஷன் நீங்க என்ன வழி?

நமது பாரம்பரிய வேதங்களில் இதற்கான மந்திரங்கள் உள்ளன. இதன் அடிப்படையில், கர்ப்பிணிகளின் மனநலம் காக்கும் வகையிலான மந்திரங்கள் கொண்ட சி.டி.யை வெளியிட்டுள்ளது, ‘ஓஜாஸ்’ என்ற வேத ஆராய்ச்சி அமைப்பு!

இதன் நிறுவனர் தத்வம்சி தீட்சித்திடம் இதுபற்றி பேசினோம்.

For the expectant mother

The Vedic path to healthy living

“மகாபாரதத்தில் அபிமன்யு பற்றி ஒரு தகவல் உள்ளது. அவன் கர்ப்பத்தில் இருந்தபோது, மந்திரோபதேசம் மூலம் ஸ்ரீகிருஷ்ணர் அவனது அறிவை வளர்த்திருக்கிறார்! இதே வகையிலான பல ஐதீக உதாரணங்களும் நமது பாரம்பரியத்தில் உள்ளது. இவற்றின்



தத்வம்சி தீட்சித்

அடிப்படையில்தான், கர்ப்பிணிகள் மற்றும் கருவில் உள்ள குழந்தைகளின் நலன்காக்க ‘ஜனனி’ என்ற திட்டத்தைத் துவக்கி இந்த சி.டி.யை வெளியிட்டுள்ளோம்...

தாயின் மனநிலை சாந்தமாக இருந்தால், நல்ல அறிவுள்ள, ஆரோக்கியமான குழந்தையைப் பெற்றெடுக்கலாம். இதற்காக நமது பாரம்பரியம் அருளியுள்ள வேதமந்திரங்களைத்தான் இந்த சி.டி.யில் கொடுத்துள்ளோம். கர்ப்பகாலம் பற்றி தெரிந்துகொள்ள வேண்டிய அவசியத் தகவல்கள், கர்ப்பிணிகளின் உடல் மற்றும் உணர்வு ரீதியான ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்துதல், கர்ப்பிணிகள் மேற்கொள்ள வேண்டிய யோகா பயிற்சிகள், பிராணாயாமம், தியானம், உணவு முறைகள், கர்ப்பத்தில் இருக்கும் குழந்தைக்கு கற்பித்தல், தாய்-சேய் உறவை வலுப்படுத்துதல், தந்தையின் உணர்வு பூர்வமான ஈடுபாட்டை மேம்படுத்தி அதன்மூலமாக வளமான குடும்பம் அமைய வழிவகுத்தல் ஆகியவற்றை எங்களது ‘ஜனனி’ திட்டத்தில் சொல்லிக் கொடுக்கிறோம்” என்றார், தத்வம்சி தீட்சித்.

ஓஜாஸ் நிறுவனத்தின் பயிற்சியாளரான ஸ்ரீதேவி தீட்சித் அளித்த தகவல்:

“ஒவ்வொரு பெண்ணுக்கும் தாய்மை என்பது



ஸ்ரீதேவி தீட்சித்

புதிய அனுபவம். அதனால் கர்ப்பமடையும் பெண்களுக்கு அதிக மனோ ரீதியான குழப்பங்கள் மற்றும் போராட்டங்கள் ஏற்படும். இதைச் சிறப்பாக கையாள , ‘ஜனனி’ திட்டம் உதவும்...

கர்ப்பிணி பெண்களுக்கு மட்டுமல்லாமல், இதய நோயாளிகள், ரத்தஅழுத்த

பிரச்னை உள்ளவர்கள், மனஅழுத்தத்தால் தவிப்பவர்கள், ஞாபகச் சக்தி குறைவாக உள்ள பள்ளி மாணவர்கள் ஆகியோருக்கு பலனளிக்கும் வகையிலான சி.டி.க்களையும் தயார் செய்துள்ளோம். ஒவ்வொரு பிரச்னைக்கும் ஒரு குறிப்பிட்ட தெய்வ வழிபாட்டையும் விசேஷ மந்திரத்தையும் நமது பாரம்பரியம் அருளியிருக்கிறது. அதன் அடிப்படையில்தான் இந்த சி.டி.க்களைத் தயாரித்துள்ளோம்...

இந்த சி.டி.க்களை தங்களால் முடிந்த ஒரு குறிப்பிட்ட நேரத்தில் போட்டுக் கேட்டு பலனடையலாம். அவற்றில் உள்ள சக்திவாய்ந்த மந்திரங்களின் ஒலி அதிர்வுகள் உடல், ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்தும்.

எங்களின் ‘ஜனனி’ பயிற்சி வகுப்புக்கு வந்த பல பெண்கள், தங்கள் குழந்தைகள் மற்ற குழந்தைகளை விட அதிக சுறுசுறுப்பாகவும், எதையும் விரைவில் கிரகித்துக் கொள்ளும் கூர்மையான அறிவுடன் இருப்பதாகவும் தெரிவிப்பது சந்தோஷமாக இருக்கிறது!” என்கிறார், ஸ்ரீதேவி தீட்சித்.

- விஜி

தெரியுமா?

★ நம் உடலில் இருக்கும் மிகச் சிறிய எலும்பு எது தெரியுமா? நடுக்காதில் இருக்கும் ஸ்டாப்ஸ் என்ற எலும்புதான். இந்த எலும்பு ஒரு அரிசியை விட சிறியதாக இருக்கும்.

★ நம் வயிற்றினுள் இருக்கும் சிறுகுடலின் நீளம் எவ்வளவு தெரியுமா? 22 அடி.

★ ஒரு நாளைக்கு ஒரு பெண் சராசரியாக 7000 வார்த்தைகள் பேசுவார்; ஆனால், ஒரு ஆண் 2000 வார்த்தைகள் மட்டுமே பேசுவார் என்கிறது ஒரு ஆய்வுத்தகவல்!

★ திங்கட் கிழமையில்தான் ஹார்ட் அட்டாக் மரணங்கள் அதிகம் என்று ஜெர்மனி ஆய்வில் ஒரு முடிவு வந்திருக்கிறது!