

தியான மண்டபம் மற்றும் நூலகம்  
காலை 6.00 முதல் இரவு 8.00 மணிவரை  
இடைவேளை இன்றி திறந்திருக்கும்

### விழிப்புணர்வு தியானம்

ரமண வழியைப் பயில வேண்டி  
ஒவ்வொருமாதமும் முதல் ஞாயிறு அன்று காலை 10  
மணி முதல் மாலை 4 மணிவரை உள்முக நாட்டம்  
முயற்சி மேற்கொள்ளப்படுகிறது. இந்த சாதனையில்  
நாட்டம் உள்ளவர்கள் பங்கு பெறலாம்.

பகவான் ஸ்ரீ ரமணரின் ஜென்ம நட்சத்திரம்  
புனர்வசு. புனர்வசு நாள் ஒவ்வொரு மாதமும்  
மாலை 5.00 மணிமுதல் இரவு 7.30 மணிவரை  
சிறப்பாகக் கொண்டாடப்படுகிறது.

அன்னதானம் - நாராயண சேவை  
நாள்தோறும் பகல் 12.00 மணி அளவில் ஏழைகளுக்கும்  
சாதுக்களுக்கும் அன்னதானம் நடைபெறுகிறது.



அவரவர் பிரார்த்தப் பிரகாரம் அதற்கானவன்  
ஆங்காங்கிருந்து ஆட்டுவிப்பன். என்றும் நடவாதது  
என் முயற்சிக்கினும் நடவாது. நடப்பது என் தடை  
செய்யினும் நில்லாது. இதுவே திண்ணம். ஆகலின்  
மௌனமாயிருக்கை நன்று

ஸ்ரீ ரமணர்

**ரமணாலயம்**

**2019**

UNIT OF SRI RAMANASRAMAM

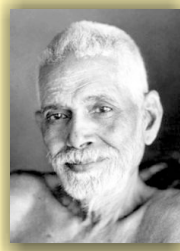
**ஒரு ரமண மையம்**

புதிய எண்.6, பழைய எண்.85,  
ராஜேந்திர பிரசாத் சாலை, நேரு நகர்,  
குரோம்பேட்டை, சென்னை 600 044

E-mail : arunamramanam@gmail.com

For all updates and events visit [www.ramanalayam.org](http://www.ramanalayam.org)

தொடர்பு : 9444261296 / 9884055764 / 9789995970



### தினப் பாராயணம்

நாள்தோறும் இரவு 6.45 முதல் 7.45 வரை பகவான் அருளிய / தமிழ்ப் படுத்திய கீழ்க்கண்ட உபதேசப் பாடல்கள் பாராயணம் நடைபெறுகிறது. பாராயணத்தின் முடிவில் பகவானைப் பற்றிய நூல்கள் வாசிக்கப்பட்டு தியானப் பாட்டும் பாடப்படுகிறது.

திங்கள்	ஸ்ரீ அருணாசல ஸ்துதிபஞ்சகம் [அருணாசல அக்ஷரமணமாலை அடங்கியது]
செவ்வாய்	உபதேச உந்தியார் உள்ளது நாற்பது உள்ளது நாற்பது அனுபந்தம்
புதன்	ஏகான்ம விவேகம் அப்பளப் பாட்டு ஆன்ம வித்தை தேவிகாலோத்தர - ஞானாசார விசாரப் படலம்
வியாழன்	சர்வ ஞானோத்தரம் - ஆன்ம சாட்சாத்காரப் பிரகரணம் பகவத் கீதாசாரம்
வெள்ளி	தக்ஷிணா மூர்த்தி தோத்திரம் ஆன்ம போதம் குருஸ்துதி அத்தாமலகம்
சனி	சத்தியமங்கலம் வேங்கடரமணய்யரின் - ஸ்ரீ ரமண ஸ்துதி பஞ்சகம் [ரமண சத்ரு ராயனே அடங்கியது]
ஞாயிறு	சிவபுராணம் [மணிவாசகர்] ரமண புராணம்

### உள்ளது நாற்பது

புதன் தோறும் தமிழ்ப் பாராயணம் இரவு 06.00 - 06.45 நடைபெறும். பின்னர் 06.45 - 07.45 பகவான் அருளிய "உள்ளது நாற்பது" பொருள் விளங்க சத்சங்கம் நடைபெறும்.

### 2019ம் ஆண்டு நிகழ்வுகள்

#### புனர்வச நாட்கள் (Punarvasu Days)

ஞாயிறு	20.01.2019
ஞாயிறு	17.02.2019
சனி	16.03.2019
வெள்ளி	12.04.2019
வெள்ளி	10.05.2019
வியாழன்	06.06.2019
புதன்	03.07.2019
புதன்	31.07.2019
செவ்வாய்	27.08.2019
திங்கள்	23.09.2019
திங்கள்	21.10.2019
ஞாயிறு	17.11.2019
சனி	14.12.2019
சனி	11.01.2020 140வது ரமண ஜயந்தி

#### இம்மையத்தில் அனுஷ்டிக்கப்படும் சிறப்பு நிகழ்வுகள் 2019

திங்கள்	04.03.2019 மகாசிவராத்திரி
வியாழன்	02.05.2019 பகவான் 69வது ஆராதனை
செவ்வாய்	28.05.2019 மகா பூஜை தாயார் ஆராதனை
சனி	13.07.2019 பசுலக்ஷ்மி நாள்
செவ்வாய்	16.07.2019 குரு பூர்ணிமா
ஞாயிறு	01.09.2019 அருணை விஜய விழா
செவ்வாய்	10.12.2019 அண்ணாமலை தீபம்
சனி	11.01.2020 140வது ரமண ஜயந்தி