ANANDA KUTIR FOUNDATION

Reg. No.7/2015

அன்புடையீர் வணக்கம்

சுவாமி சிவானந்தர் ஆசியுடன் மதுரையில் ஆனந்தகுடீர் பவுண்டேஷன் என்னும் அமைப்பு துவங்கப்பட்டு, கடந்த இரண்டு தசாப்தங்களுக்கும் மேலாக சிறப்பாக செயல்பட்டு வருவது தாங்கள் அறிந்ததே.

பொதுமக்களுக்கும், பள்ளி கல்லூரி மாணவ மாணவியர்களுக்கும், இல்லத்தரசிகள், தொழில் முனைவோர், & ஆன்மிகவாதிகள், யோகா, தியான பயிற்சி செய்பவர்கள், ஆகியோர்களை ஊக்குவித்து அனைவருக்கும், அனுபவம் மிக்க சான்றோர்களால் நல்ல வழிகாட்டுதலும் பயிற்சி பட்டறையும், பயிற்சி வகுப்பும், நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கின்றது.

இத்தகைய சூழலில் இன்று மக்கள் சில கொடுமையான தாங்க முடியாத நோய்களுடன் போராடிக் கொண்டிருக்கின்றார்கள்..

அதுவும் பெண்களை மிகவும் அதிகமாக தாக்கக்கூடிய ஒரு நோய் என்பது மார்பக புற்றுநோய் ஆகும்.

இந்த நோயின் ஆரம்ப அறிகுறித் தாக்கம் யாருக்கும் தெரிவதில்லை. இது முற்றி, அது உடலில் பாதிப்பை ஏற்படுத்திய பின்னரே இந்த நோய் வெளியே தெரிகிறது.

அப்பொழுது அவர்கள் அந்த உறுப்புகளை இழக்க வேண்டி இருக்கிறது. இது தவிர மிகவும் கவலைக்கிடமான நிலையில் குறுகிய காலத்திலேயே அவர்களுக்கு மரணம் ஏற்படுகிறது.

எந்தவிதமான நோய் வந்தாலும் சிலர் அதை அலட்சியமாகவே எடுத்துக் கொள்கிறார்கள்... அது கடைசியில் அவர்கள் உயிரையே குடிக்க கூடிய அளவிற்கு விஷமாக மாறிவிடுகிறது.

அதனால் இந்த மார்பக புற்றுநோயை பற்றி பெண்களுக்கு விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தும் வகையில் நிகழ்ச்சிகள் ஏற்பாடு செய்து வருகிறோம்.

முற்றிய நிலையில் உள்ள ஒருவரிடம் மருத்துவர் கூறக்கூடிய ஒரே விஷயம் என்னவென்றால் சற்று நாட்கள் முன்னதாக நீங்கள் வந்திருந்தால் உங்களை காப்பாற்றி இருக்கலாம் என்று கூறுவது தான்.

அந்த சற்று நாட்கள் என்பது அவர்கள் தன்னை தானே தாழ்த்திக் கொண்டு தாழ்வு மனப்பான்மையை வைத்துக் கொண்டு வெளியில் கூறுவதற்கு பயமும் வெட்கமும் கலந்து கொண்டு அந்த வியாதியை தனக்குள்ளே புதைத்து வைக்கின்றார்கள்...

அதுபோன்ற செயல்களில் இருந்து அவர்களை மீட்டு வெளியே வருவதற்கு உண்டான பயிற்சி பட்டறைகளை இந்த மார்பகப் புற்றுநோய் பற்றிய விழிப்புணர்வு கருத்தரங்கம்.

இதை நமது ஆனந்தகுடீர் பவுண்டேஷன் மூலமாக ஒவ்வொரு பகுதியிலும் விழிப்புணர்வு நிகழ்ச்சிகளை ஏற்பாடு செய்து நடத்தி வருகிறோம்...

மிகவும் எளிமையாக மக்களிடம் கொண்டு சேர்ப்பது ஆனந்தகுடீர் பவுண்டேஷனின் ஒரு தலையாய முயற்சியாகும்.

அந்த வகையில்
பெண்கள் அதிகமாக இருக்கும் கல்லூரிகள், பெண்கள் அதிகமாக பணிபுரியும் பணியிடங்கள், பெண்கள் அதிகமாக வேலை பார்க்கும் வங்கிகள், நிறுவனங்கள், தொழிற்சார்ந்த துறை நிறுவனங்கள், மற்றும் கிராமங்கள் வரைக்கும் அனைத்திற்கும் சென்று பெண்களின் உயிர் காக்கும் இந்த விழிப்புணர்வு பயிற்சியை, பெண் மருத்துவர்கள் மற்றும் சான்றோர்கள்,வழிகாட்டிகள் அவர்களுடைய துணை கொண்டு

ஆனந்த குடீர் பவுண்டேஷன் மூலமாக
முற்றிலும் இலவசமாக நடத்திக் கொடுத்து வருகிறோம்.

இந்த மார்பக புற்றுநோய் சம்பந்தப்பட்ட விழிப்புணர்வு நிகழ்ச்சிகளை நடத்துவதற்கு 40 நிமிடங்கள் முதல் ஒரு மணி நேரம் வரை மட்டுமே தேவைப்படும்.

பெண்கள் உயிரை காப்பாற்றக்கூடிய இந்த புனிதமான பணியில் தாங்களும் இணைந்து, தங்களுடைய நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் பெண்களுக்காக இந்த விழிப்புணர்வு நிகழ்ச்சியை தங்களுடைய நிறுவனத்தில் ஏற்பாடு செய்து கொடுக்குமாறு அன்போடு கேட்டுக்கொள்கிறோம்..

நன்றி.

தங்கள் அன்புள்ள,
ஆனந்த குடீர் ஃபவுண்டேஷன், மதுரை.
Cell : 98421 44588, 98941 43019