



Presents



REIMAGINE

YOUR BIOLOGY, HEALTH, AND THE SECRETS OF AGEING



Dr. Debi Prasad Acharjya
(Wellness Trainer, Hydration Specialist & Author)

We are now living in an exciting time in human history. What was “science fiction” is now “science fact.” It is difficult for our linear human minds to comprehend what is coming up next.

If you look throughout our ancestral history, most of the changes till now has been slow and tedious. It is now exponential. But we have also seen massive destruction of our forward progress.

More than half of our species have become extinct and lost due to human activity. We have created massive deserts, destroyed rainforest, depleted, and poisoned our fresh water supplies, polluted our planet, and destabilized our climate, all of which are threatening the very survival of the human species.

The masses have resigned to the state of the world today and mostly hold a pessimistic view. The rise of autocracies, the decline of democracy, the growing economic and health inequalities, the rapidly heating climate effects threatening to destabilize governments and populations, the polarization of our society, and the rise of hate and discrimination, the erosion of human rights, the dramatic increase of global obesity and chronic disease, the destructive food system, forcefully exercising authority of free will through the digital economy influenced by communications from authorities via mainstream media – all of these has taken control of our choices, beliefs and behaviors through manipulative algorithms. These are enough to get rattled and become restless, which ultimately affects our health and well-being.

At the same time when we are facing these massive problems, we are also discovering how to solve our most courageous challenges through innovation, creativity, and the genius of the human mind and spirit.

It is not a foregone conclusion that we will survive. It was predicted that a future population growth would outstrip the capacity of the earth to sustain us. Those predictions have not come true, because human seems to always pull the proverbial rabbit out of the hat. We may be able to do this time or not, but as a wellness preacher, I see the potential to heal both our bodies and our minds to repair broken societies and to heal a damaged planet.

For me the promise of healing, of relieving the needless suffering of billions of people from the ravages of disease, disability and frailty, the promise of helping humans become the best versions of themselves by healing their bodies, by healing our individual and collective trauma, by reimagining society and the ways bringing magic to the world, is the only work that I am called to do.

The revolution in medicine and advances in technology promises to transform everything we know about health, disease, aging relegating the common disease of today. How it turns out remains to be seen, but my belief is that if we start with our own healing, both our bodies and our minds, we will reclaim what our stressed-out society has taken from us – that is our cooperative nature, our ability to work together, and to live in balance with one another and the Earth.

If asked whether you wanted to live to be 120 years old, would you say yes? For most of us the idea of living beyond our 80s is not appealing. Fatality, not being cared for, dependency, and disease seem the norm. But is that all inevitable? Is it possible to live into our nineties, hundreds and beyond – disease-free, active, and mentally sharp? The answer emerging from the field of longevity and aging research is an emphatic yes!

There is a basic question for you to answer yourself before diving into the revolutionary science that can extend both your health span – that is – how many years you live in great health – and your life span – which is – how many years you do live.

That question is: what is your why that matters for your wanting to live up to 100 years and beyond?

Imagine that you arrive at age 60, stronger, fitter, healthier, wiser, smarter, and more energetic than you were at 40? Imagine you have another 60 to 80 years left to live of a vibrant, highly engaged, functional life? What would you do? How would you spend your time? Who would you spend it with?

I just turned 68 by applying the insights of science of healthy aging to myself. For me the answer to why is really very simple. Love and Service to humanity! To meet myself, my friends, my family, my team, and my work with love and to make the world just a little better before I die. To serve and contribute to healing and more love to the world. To learn and grow and evolve my soul. That is my why. What is yours?

The Japanese people, who are the longest-lived people in the world, have a concept called ikigai, or “the reason for being.” We live in a world that is full of expectations, demands and struggle, and for many of us, when we finally reach our “golden period,” we are spent, tired and often sick. Globally, three-fourth of older adults have at least one chronic disease (me included), and about 60% have at least two.

Aging seems to bring inevitable dysfunction, diseases, and death. Aging is scary. Aging accelerates the risk of all chronic diseases - heart disease, cancer, diabetes, dementia, high blood pressure, autoimmune disease and more. The truth is that what we see as "normal" aging is, in fact, "abnormal aging."

We are hampered by a medical paradigm that focuses downstream on symptoms and diagnoses, but not upstream on causes and mechanisms. Does it make sense to spend our precious resources to treat those downstream diseases? It is like mopping up the floor while the sink continues to run rather than turning off the faucet. Rather than study the root causes and underlying mechanisms of aging, we look for drugs and therapies to block abnormal processes and suppress symptoms.

I have struggled with many health issues (disease, pain, and sufferings) for the last 40 years (and still is). I am learning to rebuild my own self through the advances in holistic healing. This journey to explore all the avenues of alternate therapies has made me understand the deeper meaning of my stay in this planet.

The beauty of this approach is that it is never too late to start. Yes, starting at birth is better, but research is clear: making changes at any age even 70, 80 or 90 can create profound changes in health and longevity.

Today's presentation is one such effective modality which I have put into use for the last 3 months after through research. It is a revolutionary health breakthrough that might change your life. It has resulted in measurable difference to my health challenges. I earnestly hope that it helps you too and the information that will be shared gets percolated deep down to the society.

So, let us begin the journey of how our "Mother Nature" can be the source of our healing process. Please join me in sharing these observations with your parents, your friends, your kids; anyone and everyone who might benefit from it. You cannot believe the positive feedback that will begin to come your way.

Dr. Debi Prasad Acharjya

(Wellness Trainer, Hydration Specialist, Author)

Web: <https://www.successlifecreation.com>

SUCCESS
L I F E C R E A T I O N



**अपने खुद का जीव विज्ञान,
स्वास्थ्य और उम्र बढ़ने के रहस्यों को
एक नए दृष्टि से सोचे**

Success
LIFE CREATION

अब हम मानव इतिहास के एक रोमांचक समय से गुज़र रहे हैं। जो पहले “साइंस फिक्शन” था अब वो “साइंस तथ्य” है। हमारे रैखिक मानव मन के लिए यह समझना मुश्किल है कि आगे क्या होने वाला है।

यदि आप हमारे पूरे पुश्तैनी इतिहास को देखें, तो अब तक हुए अधिकांश परिवर्तन धीमे और कठिन रहे हैं। यह अब घातीय है। लेकिन हमने अपनी आगे की प्रगति का भारी विनाश भी देखा है।

मानव गतिविधियों के कारण हमारी आधी से अधिक प्रजातियां विलुप्त हो चुकी हैं। हमने बड़े पैमाने पर रेगिस्तान बनाए हैं, वर्षावनों को नष्ट किया है, हमारे ताजे पानी की आपूर्ति को समाप्त और जहरीला बना दिया है, हमारे ग्रह को प्रदूषित कर दिया है, और हमारे जलवायु को अस्थिर कर दिया है - जो सभी मानव प्रजातियों के अस्तित्व को खतरे में डाल रहे हैं।

जनता ने आज दुनिया की स्थिति से परेशान है; अपना इस्तीफा सौंप दिया है, और ज्यादातर निराशावादी दृष्टिकोण रखते हैं। निरंकुशता का उदय, लोकतंत्र का पतन, बढ़ती आर्थिक और स्वास्थ्य असमानताएं, तेजी से गर्म हो रहे जलवायु प्रभाव, सरकारों और आबादी को अस्थिर करने की धमकी, हमारे समाज का ध्रुवीकरण, नफरत और भेदभाव का उदय, मानवाधिकारों का क्षरण, वैश्विक मोटापे और पुरानी बीमारी की नाटकीय वृद्धि, विनाशकारी खाद्य प्रणाली, मुख्यधारा के मीडिया के माध्यम से अधिकारियों द्वारा स्वतंत्र इच्छा के अधिकार का बलपूर्वक प्रयोग, संचार से प्रभावित डिजिटल अर्थव्यवस्था को स्थापित करना - इन सभी ने चालाकी से एल्गोरिदम के माध्यम से हमारी पसंद, विश्वास और व्यवहार को नियंत्रित कर लिया है। ये घबराने और बेचैन होने के लिए काफी हैं, जो वास्तव में हमारे स्वास्थ्य और तंदुरुस्ती को प्रभावित करता है।

साथ ही जब हम इन भारी समस्याओं का सामना कर रहे हैं, हम यह भी खोज रहे हैं कि नवाचार, रचनात्मकता और मानव मन और आत्मा की प्रतिभा के माध्यम से हमारी सबसे साहसी चुनौतियों को कैसे हल किया जाए।

यह एक पूर्व निर्धारित निष्कर्ष नहीं है कि हम जीवित रहेंगे। यह भविष्यवाणी की गई थी कि भविष्य में जनसंख्या वृद्धि हमें बनाए रखने के लिए पृथ्वी की क्षमता को पार कर जाएगी। वे भविष्यवाणियां सच नहीं हुई हैं, क्योंकि ऐसा लगता है कि मानव हमेशा टोपी से लौकिक खरगोश को खींचता है। हम इस बार ऐसा करने में सक्षम हो सकते हैं या नहीं, लेकिन एक कल्याण प्रचारक के रूप में, मैं टूटे हुए समाजों की मरम्मत करने और क्षतिग्रस्त ग्रह को ठीक करने के लिए पुरे विश्व समाज के लोगो की शरीर और दिमाग दोनों को ठीक करने की क्षमता देखता हूं।

मेरे खुद के लिए उपचार का वादा, बीमारी, अक्षमता और दुर्बलता के कहर से अरबों लोगों की अनावश्यक पीड़ा को दूर करने का वादा, मनुष्यों को अपने शरीर को ठीक करके, अपने व्यक्तिगत और सामूहिक आघात को ठीक करके, खुद का सर्वश्रेष्ठ संस्करण बनने में मदद करने का वादा, समाज की पुनर्कल्पना करके और दुनिया में जादू लाने के तरीके ही एकमात्र ऐसा काम है जिसे करने के लिए - हो सकता है - मुझे बुलाया गया है।

चिकित्सा में क्रांति और प्रौद्योगिकी में प्रगति आज की सामान्य बीमारी को हटाकर स्वास्थ्य, बीमारी, उम्र बढ़ने के बारे में हम जो कुछ भी जानते हैं उसे बदलने का वादा करते हैं। यह भविष्य में कैसे होता है यह देखा जाना बाकी है, लेकिन मेरा विश्वास यह है कि यदि हम अपने स्वयं के शरीर और हमारे दिमाग दोनों के उपचार से शुरू करते हैं, हम पुनः प्राप्त करेंगे जो हमारे तनावग्रस्त समाज ने हमसे ले लिया है - जो हैं हमारा सहयोगी स्वभाव, हमारा एक साथ काम करने की क्षमता, और एक दूसरे और पृथ्वी के साथ संतुलन में रहने की क्षमता।

अगर आपसे पूछा जाए कि क्या आप 120 साल की उम्र तक जीना चाहते हैं, तो क्या आप हां कहेंगे? हम में से अधिकांश के लिए हमारे 80 के दशक से आगे रहने का विचार आकर्षक नहीं है। विपत्ति, परवाह नहीं की गई, निर्भरता, और रोग आदर्श प्रतीत होते हैं। लेकिन क्या यह सब अपरिहार्य है? क्या हमारे नब्बे के दशक, सैकड़ों और उससे आगे - रोग-मुक्त, सक्रिय और मानसिक रूप से तेज रहना संभव है? दीर्घायु और वृद्धावस्था अनुसंधान के क्षेत्र से उभरने वाला उत्तर जोरदार हां कहते हैं!

क्रांतिकारी विज्ञान में गोता लगाने से पहले आपके लिए एक मूल प्रश्न है जिसका जवाब आपको खुद को देना है जो आपके स्वास्थ्य की अवधि दो प्रकार को बढ़ा सकता है - यानी - आप कितने साल अच्छे स्वास्थ्य में रहते हैं - और आपका जीवन काल जो है - आप कितने साल जीते हैं।

वह सवाल यह है कि: आपके 100 साल और उससे आगे जीने की इच्छा के लिए आपका "क्यों"मायने रखता है?

कल्पना कीजिए कि आप 60 साल की उम्र में पहुंच गए हैं, मजबूत, स्वस्थ, समझदार, होशियार और 40 साल की उम्र से ज्यादा ऊर्जावान? कल्पना कीजिए कि आपके पास एक जीवंत, अत्यधिक व्यस्त, कार्यात्मक जीवन जीने के लिए और 60 से 80 वर्ष शेष हैं? आप क्या करेंगे? आप अपना समय कैसे व्यतीत करेंगे? आप इसे किसके साथ बिताएंगे?

स्वस्थ तरीके से उम्र बढ़ने के विज्ञान की अंतर्दृष्टि को स्वयं पर लागू करके मैं अभी-अभी 68 वर्ष का हुआ। मेरे लिए "क्यों" का उत्तर वास्तव में बहुत सरल है। प्यार और मानवता की सेवा! खुद से, अपने दोस्तों से, अपने परिवार से, अपनी टीम से और अपने काम से प्यार से मिलना और मरने से पहले दुनिया को थोड़ा बेहतर बनाना। सेवा करने और उपचार में योगदान देने और दुनिया को और अधिक प्यार करने के लिए। मेरी आत्मा को सीखने और बढ़ने और विकसित करने के लिए। वह मेरा कारण है। और आपका क्या है?

जापानी लोग, जो दुनिया में सबसे लंबे समय तक जीवित रहने वाले लोग हैं, की एक concept है जिसे ikigai, या "होने का कारण" कहा जाता है। हम एक ऐसी दुनिया में रहते हैं जो उम्मीदों, मांगों और संघर्षों से भरी है, और हम में से कई लोगों के लिए, जब हम finally अपने "गोल्डन समय" तक पहुँचते हैं, तो हम थके हुए, और अक्सर बीमार होते हैं। विश्व स्तर पर, तीन-चौथाई वृद्ध वयस्कों को कम से कम एक पुरानी बीमारी है (मैं भी इस श्रेणी में शामिल हूँ), और लगभग 60% को कम से कम दो हैं।

बुढ़ापा अपरिहार्य रोग और मृत्यु लाता,ऐसा प्रतीत होता है। बुढ़ापा डरावना है। बुढ़ापा सभी पुरानी बीमारियों - हृदय रोग, कैंसर, मधुमेह, मनोभ्रंश, उच्च रक्तचाप, ऑटोइम्यून बीमारी और बहुत कुछ के जोखिम को तेज करता है। सच्चाई यह है कि जिसे हम "सामान्य" उम्र बढ़ने के रूप में देखते हैं, वास्तव में, "असामान्य उम्र बढ़ना" है।

हम एक चिकित्सा प्रतिमान से बाधित हैं जो लक्षणों और निदान पर नीचे की ओर ध्यान केंद्रित करता है, लेकिन कारणों और तंत्रों पर नहीं। क्या उन डाउनस्ट्रीम बीमारियों के इलाज के लिए हमारे बहुमूल्य संसाधनों को खर्च करना समझदारी है? यह फर्श पर पोछा लगाने जैसा है, जबकि सिंक नल को बंद करने के बजाय लगातार चलता रहता है। उम्र बढ़ने के मूल कारणों और अंतर्निहित तंत्रों का अध्ययन करने के बजाय, हम असामान्य प्रक्रियाओं को रोकने और लक्षणों को दबाने के लिए दवाओं और उपचारों की तलाश करते हैं।

मैं पिछले 40 वर्षों से (और अभी भी) कई स्वास्थ्य समस्याओं (बीमारी, दर्द और पीड़ा) से जूझ रहा हूँ। मैं समग्र उपचार में प्रगति के माध्यम से अपने स्वयं के पुनर्निर्माण के लिए सीख रहा हूँ। वैकल्पिक उपचारों के सभी तरीकों का पता लगाने की इस यात्रा ने मुझे इस ग्रह पर मेरे रहने के गहरे अर्थ को समझने में मदद की है।

इस दृष्टिकोण की सुंदरता यह है कि इसे शुरू करने में कभी देर नहीं होती। हां, जन्म के समय से शुरुआत करना बेहतर है, लेकिन शोध स्पष्ट है: किसी भी उम्र में बदलाव करना, यहां तक कि 70, 80 या 90 साल की उम्र में भी स्वास्थ्य और दीर्घायु में गहरा बदलाव ला सकता है।

आजकी प्रस्तुति एक ऐसा ही प्रभावी माध्यम है जिसे मैंने रिसर्च के बाद पिछले 3 महीने से खुद पर प्रयोग में लाया है। यह एक क्रांतिकारी स्वास्थ्य सफलता है जो आपके जीवन को बदल सकती है। इसके परिणाम स्वरूप मेरी स्वास्थ्य चुनौतियों में उल्लेखनीय अंतर आया है। मुझे पूरी उम्मीद है कि यह आपकी भी मदद करेगा और जो जानकारी साझा की जाएगी वह समाज में गहराई तक पहुंच जाएगी।

तो, आइए हम यात्रा शुरू करें कि कैसे हमारी "प्रकृति माता" हमारी उपचार प्रक्रिया का स्रोत हो सकती है। कृपया इन टिप्पणियों को अपने माता-पिता, अपने दोस्तों, अपने बच्चों के साथ साझा करने में मेरा साथ दें; कोई भी और हर कोई जो इससे लाभान्वित हो सकता है। आप उस सकारात्मक प्रतिक्रिया पर विश्वास नहीं कर सकेंगे जो आपके रास्ते में आने लगेगी।

Dr. Debi Prasad Acharjya

(Wellness Trainer, Hydration Specialist, Author)

Web: <https://www.successlifecreation.com>

SUCCESS
L I F E C R E A T I O N



***Unlock Potentials –
Expand Possibilities***

Website: <https://www.successlifecreation.com/>

Dr. Debi Prasad Acharjya
(Wellness Trainer, Hydration Specialist & Author)

