

POSITIVE LIVING

CRACKING THE WELLNESS CODE

(Guide for a Joyful Living)



#successlifecreation #renatuswellness #WeAreInThisTogether

The Coronavirus pandemic is not just a global crisis, but an event that has changed the world forever. When the pandemic will end and people around the globe will finally come out of their homes, they will have something vital to ponder on - where we will go from here?

There will be two paths in front of us. One that leads to nowhere and we keep running in circles. While the other is a road to a better future where humanity will thrive and prosper. It will be up to us to decide which path we take.

The future is uncertain, but the possibilities of making a big change are in front of us. There will be conflicts, difficulties, and challenges along the way, but together we can make impossible possible. The only thing we need is to choose the right path, which can lead us to a more promising, and a brighter future.

This presentation aptly titled "Positive Living – Cracking the Wellness Code" is a bold initiative to educate people about taking responsibility of their own health rather being sabotaged by the present healthcare system.

Discover how staying healthy can make you rich which is the ultimate solution to our nation's health care crisis. This is a powerful and practical guide focused on fixing the prime cause of the crisis; which is to help the people suffering from chronic lifestyle diseases.

Medical bills are reported to be one of the leading cause bankruptcies and people are adversely affected by their medical expenses. Medical debts are generally unexpected and most of the people live paycheck to paycheck due to the cost of living, low wages, or living beyond their means. A sudden medical bill causes havoc in the financial lives of struggling people.

There is an unspoken myth on "Human Longevity" that getting older means growing weaker. Without realizing it, we subconsciously adopt this myth as truth and through some self-fulfilling prophecy make it a reality. The result is that we experience old age in a state of frailty and immobility.

When we think about the human lifespan we generally think that living to 100 years old is extraordinary. With advancements in medical science, improved diets and increasing knowledge and practice of healthy lifestyles, the centenarian benchmark may well become the norm.

This presentation will help you discover amazing insights which can ultimately lead to lessen the health care crisis, not by claiming to cure all disease with the elusive holy grail of medical treatments, but by providing common sense, time tested, proven advice for better health through better living. The only way to have more people, less sick is to have more people adopt healthier habits. It is as simple as that. Anyone seeking to reduce their risk of emotional, physical and financial bankruptcy will enrich their lives by attending this Seminar.

The most recent theoretical studies suggest that the maximum human lifespan is 125 years. If you want to have impact, you must be around long enough to be a person of impact. If this is true (which it is), then why are we not living to 125? Obviously, we are doing something wrong.

About 55 Years Ago, the “Sugar” industry quietly paid scientists to point blame at “Fat.” Then the “Exercise” myth was pushed. This means first they advocated us to consume food which had sugar leading to diabetes and obesity; and finally to reduce the fat we were advised to exercise. Each of these creates mental stress and raises the “cortisol” levels which in turn raise the weight. And the cycle continues. The Diet, Food and Exercise Industries are in cahoots; they all contribute to the damage our self esteem.

Prescription drugs approved by authorities, GMO's, hormones, microwaves, fast food, dead foods, wrong dead acidic water and beverages and many other toxins are stealing not only your life force, but your life itself! These poisons affect your mind as well.

The only time you are not totally vibrant, vital and alive is when you are doing something to disconnect yourself from your unlimited power source.

The two primary assets you have been given by your creator are your mind and your energy. How are you doing with these assets?

Everything you do is determined by these two tools that you have at your disposal. If you do not have these right tools set right, you will not be able to create the results you desire and deserve.

These two assets are so intricately interwoven that discussing one without the other is unjust. But please realize that everything affects everything. Your mind affects your energy; and your energy affects your mind.

Most people are anxious to improve their circumstances, but they are unwilling to improve themselves. They therefore remain bound.

There is no denying or arguing that we live in a rapidly changing world. Rapid change tends to cause fear. We are all creatures of habit; and whether we like to admit it or not, we like things to be predictable. Predictability gives a false sense of security.

It takes a long time to develop any amount of wisdom. Usually by the time it is achieved the body has worn out and is ready to check out. What a complete waste of time and ability.

Science is all about extending your ability to live longer. Yet, many of us are living longer miserably. Existing and enduring longer is not living longer; it is a big difference.

It is time to LIVE!

Let us face it. In the age of the entrepreneur, if you are going to lead both your life and business, it is going to take a tremendous amount of energy to do it.

Cancer; Heart Disease; Alzheimer's – all are rising!

Why are these diseases of the body so commonplace in a world where simultaneously technology is extending the ability to live? It seems like a complete oxymoron, is it not? The answer is plain and simple: Economics!

The pharmaceutical, healthcare, food, beverage, exercise, meat and dairy industries and many others, along with the mainstream media have all of us by the throat and they are not going to let go. There is just too much money to be made.

It stands to reason that if you are going to have a lot of life and energy,

- You are going to have to eat a lot of foods and drink water with life and energy in them;
- Revitalize yourself with Nutritional Supplements;
- Embrace the Eastern methods of Restoration & Regeneration;
- Add few simple Exercises and Movements in your daily schedule;
- Utilize the existing (traditional) Western model to address acute health issues;
- Adopt various Eastern alternate modalities (Wellness Therapies) aimed not only curing chronic diseases, but also prevent its recurrence to live a life of Wellness.



Success
LIFE CREATION

So why are intelligent people sleeping?

There are almost more myths and theories around healthcare, diet, eating and hydrating as there are stars in the visible sky.

I am not a Doctor or a Nutritionist; Do not take my word for it; Do your own research; I am just sharing my experience for what it is worth.

If you want to live a high energy, healthy and long life, wish to put the mindset and energy principles into practice, come join me in this amazing “90 minutes Wellness Journey” and you could well be on your way.

Dr. Debi Prasad Acharjya

(Wellness Trainer & Hydration Specialist)

"सकारात्मक जीवन- वेलनेस कोड को जान लेना"

#successlifecreation #renatuswellness #WeAreInThisTogether

कोरोना वायरस महामारी न सिर्फ एक वैश्विक संकट है, बल्कि एक ऐसी घटना है जिसने दुनिया को हमेशा के लिए बदल दिया है। जब महामारी खत्म हो जाएगी और दुनिया भर के लोग अपने घरों से निकलेंगे, तो उनके सामने यह विचारणीय प्रश्न होगा कि हम यहां से कहां जाएंगे?

हमारे सामने दो रास्ते होंगे। एक वह जो कहीं नहीं जाता है और हम वृत्त में घूमते रहते हैं। वहीं दूसरा बेहतर भविष्य की ओर ले जाने वाला मार्ग है जहां मानवता पनपेगी और समृद्ध होगी। यह निर्णय करना हमारा काम है कि हम किस मार्ग को अपनाते हैं। भविष्य अनिश्चित है, लेकिन बड़े बदलाव लाने की संभावनाएं हमारे सामने हैं। मार्ग में टकराव, कठिनाईयां और चुनौतियां होंगी, लेकिन साथ मिलकर हम असंभव को संभव कर सकते हैं। जिस एक चीज की हमें आवश्यकता है, वह है सही मार्ग का चयन करना जो हमें कहीं अधिक संभावनाशील और चमकदार भविष्य की ओर ले जाए।

"सकारात्मक जीवन- वेलनेस कोड को जान लेना" शीर्षक वाली यह प्रस्तुति लोगों को अपनी स्वास्थ्य जिम्मेदारी के बारे में शिक्षित करने का एक साहसिक पहल है न कि वर्तमान हेल्थकेयर सिस्टम के नुकसान को उठाना है।

इस बात का पता लगाएं कि स्वस्थ रहना कैसे आपको समृद्ध बना सकता है जोकि हमारे राष्ट्रीय स्वास्थ्य संकट का अनन्तिम समाधान है। यह एक शक्तिशाली और व्यवहारिक गाइड है जोकि संकट के प्रधान कारण पर केंद्रित है; जोकि लोगों को जीवन शैली से संबंधित पुरानी बीमारी से ग्रस्त लोगों को मदद करने के लिए है।

देखा गया है कि चिकित्सा खर्च दिवालियापन का बड़ा कारण है और लोग अपने चिकित्सा खर्च से बुरी तरह प्रभावित हुए हैं। चिकित्सीय खर्च साधारणतया अप्रत्याशित होते हैं और ज्यादातर लोग जीवन-यापन के खर्च, कम पारिश्रमिक के कारण वेतन के सहारे रहते हैं या अपनी आमदनी से अधिक खर्च वाला जीवन जीते हैं।

“मानव के दीर्घायु” होने के बारे में एक अकथित मिथक है कि बूढ़े होने का मतलब है कमजोर होते जाना। इसे महसूस किए बिना भी हम अवचेतन में इस मिथक को सच की तरह अपना लेते हैं और कुछ आत्म-संग्रहीत भविष्यवाणियों के माध्यम से इसे वास्तविकता में तब्दील कर देते हैं। परिणाम यह होता है कि हम कमजोरी और गतिहीनता की अवस्था में स्वयं को वृद्ध महसूस करते हैं।

जब हम मानव के जीवन काल के बारे में सोचते हैं तो सामान्यतया हमें लगता है कि 100 वर्ष तक जीवित रहना असाधारण बात है। चिकित्सा विज्ञान के विकास, बेहतर आहार, ज्ञान में हो रही वृद्धि और स्वस्थ जीवित शैली ने शतकीय बेंचमार्क एक सामान्य बात हो गई है।

यह प्रस्तुति आपको जबर्दस्त अंतर्दृष्टि की खोज करने में मदद करेगी जोकि अंततः स्वास्थ्य केयर संकट के लिए सबक तैयार करेगी, यह कार्य चिकित्सीय उपचार के मायावी पवित्र ग्रेल के साथ सभी बीमारियों को ठीक करने का दावा करके नहीं, बल्कि व्यवहारिक बुद्धि उपलब्ध कर और बेहतर जीवन शैली के जरिए बेहतर स्वास्थ्य के लिए समय परीक्षित और सिद्ध सलाह के माध्यम से होता है। ज्यादातर लोग कम बीमार पड़ें इसका एकमात्र तरीका यह है कि अधिक से अधिक लोग स्वस्थ आदतों को अपनाएं। यह बहुत ही सरल है। कोई भी व्यक्ति जो भावनात्मक, शारीरिक और वित्तीय दिवालियेपन के जोखिम को कम करना चाहता है, इस सेमिनार में भाग लेकर अपने जीवन को समृद्ध कर सकते हैं।

हाल के नये अध्ययन इस बात का संकेत देते हैं मानव की अधिकतम जीवन अवधि 125 वर्ष है। अगर आप प्रभाव छोड़ना चाहते हैं तो आपको पर्याप्त रूप से लम्बी उम्र तक एक प्रभावकारी व्यक्ति बनना होगा। अगर यह सच है (जोकि है) तो हम 125 वर्ष क्यों नहीं जी रहे हैं 125? स्पष्टतया हम कुछ गलत कर रहे हैं।

करीब 55 वर्ष पहले "चीनी" उद्योग ने "वसा" को आरोपी ठहराने के लिए वैज्ञानिकों को अच्छा-खासा भुगतान किया। फिर व्यायाम का मिथक आगे बढ़ाया गया। इसका अर्थ है कि पहले उन्होंने हमें चीनी युक्त भोजन के लिए उकसाया जिसने मोटापा और मधुमेह उत्पन्न किया; और अंततः उन्होंने वसा कम करने के लिए हमें व्यायाम की सलाह दी। इसमें से हर सलाह ने मानसिक दबाव उत्पन्न किया और "कार्टिसॉल" के स्तर को बढ़ाया जिसके कारण वजन में वृद्धि हुई। और यह चक्र जारी है। आहार, भोजन और व्यायाम का उद्योग आपस में मिले हुए हैं, वे सभी हमारे आत्म-निष्ठा को क्षति पहुंचाते हैं।

प्राधिकारियों के द्वारा अनुमोदित प्रेसक्रिप्शन ड्रग, जीएमओ'ज हार्मोन, माइक्रोवेक्स, फास्ट फूड, डेड फूड, गलत मृत अम्लीय पानी और पेय पदार्थ और अनेक अन्य टॉक्सिन न सिर्फ आपकी जीवन-शक्ति को, बल्कि स्वयं आपका जीवन को हर रहे हैं! ये जहर आपके मन को भी प्रभावित करते हैं।

सिर्फ उसी समय आप चपल, महत्वपूर्ण और जीवंत नहीं होते हैं जब आप अपने अनंतिम शक्ति स्रोत से स्वयं को अलग करने के लिए कुछ करते हैं। आपकी रचना करने वाले ने आपको जो दो प्राथमिक परिसंपत्ति दी हैं वह है आपका मन और आपकी ऊर्जा। आप इन दोनों संपत्ति के साथ कैसा आचरण कर रहे हैं?

आप जो कुछ करते हैं वह इन्हीं दो औजार द्वारा निर्धारित होता है जोकि आपके पास आपके अनुसार होते हैं। अगर आपने इसे ठीक तरह से व्यवस्थित कर नहीं रखा है तो आप जिस परिणाम की इच्छा करते हैं और जिसके आप हकदार हैं उसे प्राप्त करने में सक्षम नहीं होंगे।

ये दोनों परिसंपत्ति आपस में इस तरह गूंथी हुई हैं कि एक के बिना दूसरी की चर्चा अनुचित है। लेकिन, कृपया महसूस करें कि सब कुछ सब कुछ को प्रभावित करता है। आपका मन आपकी ऊर्जा को प्रभावित करता है और आपकी ऊर्जा आपके मन को प्रभावित करता है।

ज्यादातर लोग अपनी परिस्थितियों को बेहतर बनाने के लिए चिंतित रहते हैं, लेकिन वे स्वयं अपने आपको बेहतर बनाने में रुचि नहीं लेते हैं। इसलिए वे बंधे रह जाते हैं।

इस बात से इनकार नहीं किया जा सकता और इस पर बहस नहीं हो सकती कि हम तेजी से बदलती दुनिया में जी रहे हैं। तेज बदलाव भय उत्पन्न करने वाला होता है। हम सभी आदत के रचना हैं; चाहे हम इसे पसंद करना चाहें या नहीं लेकिन सच यह है कि हम चीजों को अनुमान योग्य देखना चाहते हैं। अनुमान करने योग्य स्थिति हमें सुरक्षा का एक छद्म बोध देती है।

स्वतंत्रा की छोटी मात्रा को भी विकसित होने में लम्बा समय लगता है। आम तौर पर जब तक यह प्राप्त होता है हमारा शरीर इससे घिस चुका होता है और इसे त्यागने के लिए तैयार रहता है। यह समय और क्षमता की पूर्ण बर्बादी ही तो है।

दीर्घकालीन जीवन जीने की आपकी क्षमता को विस्तार देना ही तो विज्ञान है। फिर भी, हममें से कई लोग दयनीय रूप से दीर्घकालीन जीवन जीते हैं। दीर्घकालीन अस्तित्व और टिके रहना दीर्घकालीन जीवन नहीं है; इसमें बड़ा अंतर है। यह जीवन जीने का समय है!

आइए, इसका सामना किया जाए। इस उद्यम युग में अगर आप अपने जीवन और व्यापार दोनों को आगे बढ़ाने जा रहे हैं तो इसे पूरा करने के लिए आपको भारी मात्रा ऊर्जा लगानी होगी।

कैंसर; हृदय रोग; अल्जाइमर्स- सभी बढ़ रहे हैं।

ऐसी दुनिया में ये सब रोग क्यों इतने आम हो गए हैं जहां तकनीक लगातार जीने की सक्षमता को बेहतर कर रही है? यह एक पूर्ण ऑक्सीमोरॉन प्रतीत होता है, क्या ऐसा नहीं है?

उत्तर साफ और सरल है: अर्थशास्त्र!

दवा, स्वास्थ्य सेवा, भोजन, पेय पदार्थ, व्यायाम, मांस और डेयरी उद्योग और कई अन्य और इसके साथ मुख्यधारा के मीडिया के जरिए हम सभी का गला घोट दिया गया है और वे जाने नहीं देंगे। अभी इन्हें बहुत पैसा कमाना है।

इसका कारण यह है कि यदि आप बहुत अधिक जीवन और ऊर्जा प्राप्त करने, तो

- आप जीवन और ऊर्जा से युक्त बहुत भोजन करने और पानी पीने होंगे;
- पोषक पूरक आहार के साथ अपने आपको फिर से जीवंत करें;
- रीस्टोर करने और पुनः उत्थान के पूर्वी देशों के तरीकों को अपनाएं;
- अपने दैनिक शेड्यूल में सामान्य व्यायाम और प्रचलन को शामिल करें;
- गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं के समाधान के लिए मौजूदा (पारंपरिक) पश्चिमी मॉडल का उपयोग करें;
- न केवल पुरानी बीमारियों को ठीक करने के उद्देश्य से विभिन्न पूर्वी देशों के वैकल्पिक तौर-तरीकों (कल्याण चिकित्सा) को अपनाएं, बल्कि स्वस्थ जीवन जीने के लिए इन बीमारियों की पुनरावृत्ति को भी रोकें।

तो बुद्धिमान लोग क्यों सो रहे हैं?

स्वास्थ्य देखभाल, आहार, भोजन और हाइड्रेटिंग के बारे में बहुत से मिथक और सिद्धांत हैं क्योंकि दृश्यमान आकाश में बहुत से सितारे होते हैं।

मैं कोई डॉक्टर या आहार विशेषज्ञ नहीं हूँ; मेरे कहे पर आंख मूंदकर नहीं जाएं, अपने स्तर पर अनुसंधान करें। मैं सिर्फ अपना अनुभव साझा कर रहा हूँ जो मूल्यवान है।

यदि आप एक उच्च ऊर्जा के साथ, स्वस्थ और लंबा जीवन जीना चाहते हैं और मानसिकता और ऊर्जा सिद्धांतों को व्यवहार में लाना चाहते हैं, तो मेरे साथ इस अद्भुत "90 मिनट की वेलनेस यात्रा" में शामिल हों और फिर आप अच्छी तरह अपने रास्ते पर पहुंच सकते हैं।

डॉ. देबी प्रसाद आचार्य

(वेलनेस प्रशिक्षक और हाइड्रेशन विशेषज्ञ)

Event Organized & Powered by:



(Reedem the Epitome of Wellness with Renatus Nova®)



success
LIFE CREATION



POSITIVE LIVING
CRACKING THE WELLNESS CODE

(Guide for a Joyful Living)