

प्रेस विज्ञप्ति

अपनी मशीन का ध्यान रखिये: नौसिखियों से बचा कर रखिये कीमती मशीन

समन्वय भवन में "Medicine Free Life" पर डॉ प्रवीण चोरड़िया का वक्तव्य

हमारा शरीर एक बहुत ही सुंदर मशीन है। इस मशीन को प्रकृति ने बनाया है और हमें यह एक तोहफे के रूप में मिली है। लेकिन जब हम इसे मैनुअल के मुताबिक नहीं चलाते तो ये परेशान करने लगती है और हम बीमार हो जाते हैं। जब हम बीमार होते हैं तो हम डॉक्टर को ढूँढते हैं।

लेकिन सवाल ये है कि क्या हम एक कंपनी की खराब मशीन को ठीक करने के लिए किसी दूसरी कंपनी की वर्कशॉप में भेजेंगे? ऐसा करने पर हमारे सारे असली पार्ट्स के साथ छेड़छाड़ होगी और हमें समाधान की जगह मुश्किलें और मिल जाएगी। उचित समाधान की जगह हम बार बार की समस्याओं को- घर ले आएंगे। आपको लगेगा कि कैसी वेबकूफी की बात है लेकिन ठीक ऐसा ही होता है जब हम किसी डॉक्टर , की सलाह पर दवाइयां लेना शुरू कर देते हैं। जबकि हमारी बीमारी और समस्याओं का समाधान तो हमारी मशीन के निर्माता यानि प्रकृति के पास है।

दवा मुक्त जीवन या "Medicine Free Life" एक आसानी से समझ में आने वाली मानने और जीवन , में उपयोग करने वाली प्रक्रिया है जो प्रकृति में उपलब्ध छह मुख्य बिंदुओं पर आधारित है ANSWER यानि (Air, Nutrition, Sunshine, Water, Exercise and Rest.) हवा , पानी , सूरज की रोशनी , पोषण , व्यायाम और आराम। विश्व स्वास्थ्य संगठन भी मानता है कि स्वस्थ होना शारीरिक मानसिक एवं , आध्यात्मिक रूप से पूर्णत् स्वस्थ होना है ना कि सिर्फ बीमारी का ना होना।

दवा मुक्त जीवन या "Medicine Free Life" पर पुणे के प्रसिद्ध सर्जन और गोल्डमेडलिस्ट डॉ प्रवीण चोरड़िया आज शाम 6 बजे समन्वय भवन में व्याख्यान देंगे। शहर के प्रदूषण और दवाइयों पर बढ़ती निर्भरता से परेशान डॉ चौरड़िया ने मेडिकल प्रैक्टिस छोड़ने और Medicine Free Life की शुरुआत को याद करते हुए कहा कि "मुझे लग रहा था कि हम प्रकृति से दूर जा रहे हैं और जब मेरे बेटे को अस्थमा हुआ तो मैंने यथास्थिति को बदलने का इरादा पक्का कर लिया।" उनका व्याख्यान सांची बौद्ध भारतीय-ज्ञान अध्ययन के समन्वित चिकित्सा केंद्र द्वारा आयोजित किया गया है और सभी के लिए खुला है।

डॉ चौरड़िया ने लाइलाज और गंभीर बीमारियों के मरीजों की दिनचर्या में छोटेमोटे बदलाव और भोजन से- , शरीर के अंगों , बैक्टीरिया , आश्चर्यजनक परिणाम प्राप्त किए। डॉक्टर होने से उन्हें शरीर की बनावट उनके काम और आपसी ऊर्जा का ज्ञान था जिसे उन्होंने बीमारियों के बुरे प्रभावों को पलटने में इस्तेमाल किया। वो कहते हैं-"Medicine-free life सिर्फ बीमार लोगों के लिए ही नहीं बल्कि हर उम्र के लोगों के लिए परिपूर्ण जीवन जीने की विधि है।" तो अपनी डायरी में इस महत्वपूर्ण और हमारे शरीर के बारे में समझ को बढ़ाने के इस मौके को जरूर नोट कर लें। शाम बजे से समन्वय भवन में होगा वक्तव्य। 6

मेडिसिन फ्री लाइफ पर व्याख्यान 17 अप्रैल को समन्वय भवन में होगा आयोजित

M भ्रम / मध्य प्रदेश

f t @

मोहम्मद काहिर खान | 15 Apr, 2018



भोपाल। केंद्र सरकार की सबसे महत्वाकांक्षी तथा दुनियाँ की सबसे बड़ी स्वास्थ्य योजना 'आयुष्मान भारत' का उद्घाटन प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी द्वारा आबेडकर जयंती के मौके पर किया गया। यह भारत सरकार की 'सभी के लिए स्वास्थ्य के प्रति ईमानदार प्रतिबद्धता' को दर्शाता है। यह संकल्प जितना ही सराहनीय है, इसे अमलीजामा पहनाना उतना ही दुरूह है।

इस संकल्प को वास्तविक स्वरूप में शहरों के आधुनिक तकनीक से लैस सुपरस्पेशलिटी चिकित्सा केंद्रों से दूरस्थ स्थित पिछड़े एवं आदिवासी दुरूह तथा निर्गम सुदूर क्षेत्रों में साकार करने की चुनौती को हम जैसे चिकित्सकों को साकार करना होगा। यह बातें सचि बोड, भारतीय ज्ञान अध्यापन विश्वविद्यालय के सहायक प्राध्यापक डॉ अखिलेश सिंह ने अकादमिक परिसर स्थित एक कार्यक्रम में कही। डॉ सिंह ने बताया की सचि विश्वविद्यालय का समन्वित चिकित्सा केंद्र पिछले दो वर्षों से सतत ऐसे प्रकल्प पर कार्य कर रहा है जो आधुनिक, पारम्परिक तथा गैर-पारम्परिक प्रभावी हीलिंग विधाओं को संकल्पनात्मक धरातल पर साथ ला सके।

प्रत्येक हीलिंग विधा में बीमारी को सामान्य से असामान्य की तरफ होने वाले प्रथम विचलन पर ही चिन्तित करने, प्रत्येक विधाओं के चिकित्सा दर्शन को समझने तथा प्रत्येक विधा के अन्त-क्षेप के दर्शन को निक्षेपित कर मौलिक स्तर पर सूत्रीकरण का गुरुतर कार्य किया जा रहा है। इन तमाम हीलिंग विधाओं के सफलतापूर्वक उपरोक्त तीनों पायदानों पर मौलिक सूत्रीकरण से एक हीलिंग विधा का मजबूत पक्ष दूसरी हीलिंग विधा के कमजोर पक्ष से प्रतिस्थापित की जा सकेगी। डॉ. अखिलेश के अनुसार समन्वित चिकित्सा के मौलिक सूत्रीकरण तथा कलन विधि हेतु देश विदेश के चोटी के विद्वानों से निरंतर विचार विमर्श किया जा रहा है।

विश्वविद्यालय के समन्वित चिकित्सा केंद्र द्वारा इस हेतु राष्ट्रीय स्तर पर दो कार्यशालाएं भी आयोजित की जा चुकी हैं तथा इस हेतु एक कार्यदल भी गठित किया गया है। समग्र स्वस्थ्य यानि शारीरिक, मानसिक, सामाजिक तथा आध्यात्मिक स्वस्थ्य ही सभी चार पुरुषार्थों का मूल है। हम समग्र रूप से तभी स्वस्थ्य रह सकते हैं जब हमारे शरीर की रचनात्मक तथा क्रियात्मक इकाई हमारी कोशिकाएं स्वस्थ्य होंगी। अतः स्वस्थ्य एवं बीमारी दोनों को कोशिका के तल पर समझना होगा। यदि हमारा खान-पान, रहन-सहन, वातावरण बीमारी का कारण है तो मात्र इन्हे सुधारने से हम पूर्ण रूप से स्वस्थ्य नहीं हो सकते।

हमें इनका सुधार कोशिका के स्तर पर करना होगा ताकि समूल एवं अपूर्णरूप रूप से बीमारी दूर हो सके। हमें बीमारियों को साइको-सोमेटिक समझकर कारणों की उपेक्षा करने के बजाए उसके प्रभावों को साइको-सेतुतर स्तर पर साइको-मेटाबोलिक घटकों में परखना होगा। विडम्बना है कि आज हम दवा को भोजन की तरह खाने लगे हैं, यह समझना होगा की क्या दवा ही भोजन है।

समन्वित चिकित्सा के इन्हीं निगूढ़ पक्षों को आयाम देने हेतु विश्वविद्यालय के समन्वित चिकित्सा केंद्र द्वारा ख्यातितम्ब मूर्धन्य विद्वान चिकित्सक डॉ प्रवीण चोरंडिया से संपर्क कर उनके असीम अनुभवों तथा ज्ञान का वरण करने हेतु उनका एक व्याख्यान 17 अप्रैल, 2018 को समन्वय भवन, भोपाल में आयोजित है। उनके इस व्याख्यान से भोपाल की आम जनता के साथ ही चिकित्सा व्यवसाय से जुड़े चिकित्सकों, छात्रों तथा चिकित्सा वैज्ञानिकों को फायदा होगा।

केंद्र सरकार | मेडिसिन फ्री लाइफ | समन्वय भवन | आयुष्मान भारत | चिकित्सा केंद्रों | प्रत्येक विधाओं
 Lecture on Medicine | Free Life will be organized | organized in coordination | bhopal news | glibS.in
 glibS news

चिकित्सा पर व्याख्यान 17 को

भोपाल। सांची बौद्ध-भारतीय ज्ञान अध्ययन विश्वविद्यालय का समन्वित चिकित्सा केंद्र सरल और सबके लिए आसान चिकित्सा सुविधाओं की दिशा में काम कर रहा है। इसी के तहत 17 अप्रैल को मेडिसिन फ्री लाइफ पर डॉ. प्रवीण चोरडिया का लेक्चर आयोजित किया गया है। समन्वय भवन में शाम 6 बजे आयोजित होने वाले इस लेक्चर में डॉ. चोरडिया अपनी बात रखेंगे। डॉ. चोरडिया एमबीबीएस और एमएस में गोल्ड मेडलिस्ट हैं। वे 'मेडिसिन फ्री लाइफ' के फाउंडर भी हैं। इस आयोजन में एंटी फ्री है।

दवामुक्त जीवन पर 17 को समन्वय भवन में व्याख्यान

Publish Date: | Mon, 16 Apr 2018 04:02 AM (IST)

दवा मुक्त जीवन पर 17 अप्रैल को कार्यक्रम भोपाल। आज के जमाने में जब सिरदर्द से लेकर ब्लडप्रेसर और मोटापे से लेकर शुगर तक के इलाज में एक गोली खाकर मैनेज करना आम बात हो गई है...कोई दवाई के बिना जीवन की बात करें तो हम उसे गंभीरता से नहीं लेंगे। जैविक भोजन और कुछ छोटे-छोटे बदलाव कर क्या जीवन को बीमारी और दवाओं के साये

भोपाल (नरि)। आज के जमाने में जब सिरदर्द से लेकर ब्लडप्रेसर और मोटापे से लेकर शुगर तक के इलाज में एक गोली खाकर मैनेज करना आम बात हो गई है...कोई दवाई के बिना जीवन की बात करें तो हम उसे गंभीरता से नहीं लेंगे। जैविक भोजन और कुछ छोटे-छोटे बदलाव कर क्या जीवन को बीमारी और दवाओं के साये से दूर किया जा सकता है? ये बातें किसी भ्रामक विज्ञापन की पंच लाइन नहीं है बल्कि मेडिसिन फ्री लाइफ के नए ट्रेंड की है।

इन्हीं सवालों के जबाव दिए जाएंगे 17 अप्रैल को समन्वय भवन में सायं 6 बजे। जहां सांची बौद्ध-भारतीय ज्ञान अध्ययन विवि की ओर से डॉ. प्रवीण चौरडिया का व्याख्यान आयोजित किया है। कार्यक्रम में शुगर, ब्लडप्रेसर, हार्ट अटैक, कैंसर, माइग्रेन, थायराइड जैसी बीमारियों से मुक्ति संभव है पर चर्चा की जाएगी। कार्यक्रम का विषय दवा मुक्त जीवन रखा गया है।

By Editorial Team

पत्रिका

BHOPAL TUESDAY
17/04/2018

मेडिसिन फ्री लाइफ पर व्याख्यान आज

भोपाल • पुणे के प्रसिद्ध सर्जन और गोल्ड मेडलिस्ट डॉ. प्रवीण चोरडिया मंगलवार शाम-6 बजे समन्वय भवन में व्याख्यान देंगे। व्याख्यान का विषय मेडिसिन फ्री लाइफ होगा। डॉ. चोरडिया ने मेडिकल प्रैक्टिस छोड़ने के बाद मेडिसिन फ्री लाइफ प्रोग्राम की शुरुआत की। उनका व्याख्यान सांची बौद्ध-भारतीय ज्ञान अध्ययन के समन्वित चिकित्सा केंद्र द्वारा आयोजित किया जा रहा है। कार्यक्रम में प्रवेश नि:शुल्क रहेगा। डॉ. चोरडिया ने दिनचर्या में छोटे-मोटे बदलाव और भोजन से लाइलाज और गंभीर बीमारियों के मरीजों को राहत दी है।

दैनिक जागरण

17 अप्रैल, 2018

मेडिसिन फ्री लाइफ पर व्याख्यान आज

जागरण सिटी रिपोर्टर। सांची विश्वविद्यालय के समन्वित चिकित्सा केंद्र द्वारा ख्यातिलब्ध मूर्धन्य विद्वान चिकित्सक डॉ. प्रवीण चोरडिया का व्याख्यान 17 अप्रैल बुधवार को समन्वय भवन में शाम छह बजे आयोजित किया जा रहा है। वे दवामुक्त जीवन पर अपना व्याख्यान प्रस्तुत करेंगे। डॉ. चोरडिया स्वयं एमबीबीएस हैं, लेकिन वे इससे दूर होकर लोगों को दवा मुक्त जीवन के प्रति अवैयर कर रहे हैं। वे रोग मुक्त जीवन की राह, बीमारियों से कैसे दूर रहें, स्वस्थ जन स्वस्थ धरा, भोजन से स्वस्थ जीवन की ओर, डॉक्टर एवं दवाई से कैसे छुटकारा पाएं आदि विषयों पर जागरूक करेंगे।

समन्वित चिकित्सा पर व्याख्यान आज

भोपाल। सांची बौद्ध-भारतीय ज्ञान अध्ययन विश्वविद्यालय का समन्वित चिकित्सा केंद्र सरल और सबके लिए आसान चिकित्सा सुविधाओं की दिशा में काम कर रहा है। इसी के तहत 17 अप्रैल को मेडिसिन फ्री लाइफ पर डॉ. प्रवीण चौरडिया का लेक्चर आयोजित किया गया है। समन्वय भवन में शाम 6 बजे आयोजित होने वाले इस लेक्चर में डॉ. चौरडिया अपनी बात रखेंगे। डॉ. चौरडिया एमबीबीएस और एमएस में गोल्ड मेडलिस्ट हैं। वे 'मेडिसिन फ्री लाइफ' के फाउंडर भी हैं। इस आयोजन में एंटी फ्री है।

Today's Happenings

चित्र प्रदर्शनी

- स्वराज भवन में सामूहिक चित्र प्रदर्शनी नन्ही कूची
- दोपहर-2 बजे से

नृत्य कार्यशाला

- उत्कल भवन में चैतन्य सोश्यो कल्चरल सोसायटी की कार्यशाला
- दोपहर-2 बजे से

फोटोग्राफ एग्जीबिशन

- भारत भवन में बर्ड ऑफ भोज वेटलैंड फोटोग्राफ एग्जीबिशन का शुभारंभ
- शाम-5.30 बजे से

व्याख्यान

- समन्वय भवन में दवा मुक्त जीवन पर डॉ. प्रवीण चौरडिया का व्याख्यान
- शाम-6 बजे से

नाट्य समारोह

- शहीद भवन में नाटक बगिया बांछाराम की का मंचन
- शाम-7 बजे से

प्रेस विज्ञप्ति

बिना पिल और बिना बिल करें बीमारियों का इलाज: प्रकृति की सीख

समन्वय भवन में "Medicine Free Life" पर डॉ प्रवीण चोरड़िया का वक्तव्य

सांची बौद्ध-भारतीय ज्ञान अध्ययन विश्वविद्यालय के समन्वित चिकित्सा केंद्र के आयोजन "Medicine Free Life" में जाने-माने सर्जन डॉ प्रवीण चोरड़िया ने दवा मुक्त जीवन के कुछ सूत्र बताए। समन्वय भवन में आयोजित इस व्याख्यान की शुरुआत में डॉ. चोरड़िया ने कहा कि पिछले दरवाजे से जंकफूड, मैदा, शक्कर और सफेद नमक जैसे चोर हमारे शरीररूपी घर में घुस गए और हमारे स्वास्थ्य पर सेंध लगा दी। ऐसे ही कई अन्य अननोन अननोन डेविल्स हमारे स्वास्थ्य के साथ खिलवाड़ कर रहे हैं। डॉ चोरड़िया कहते हैं कि हम सभी को एक ही बीमारी हो गई है, Nature deficiency disorder यानि हम प्रकृति से दूर हो गए हैं। दस साल पहले एलोपैथी से नाता तोड़ चुके डॉ. चोरड़िया का शरीर और स्वास्थ्य से जुड़े हर सवाल पर एक ही जवाब होता है 'ANSWER'। ऑन्सर (ANSWER) ग्रुप में काम करने वाला डॉक्टर्स हैं, इनमें से एक भी डॉक्टर का साथ छोड़ा तो बाकी सभी भी काम नहीं करेंगे।

क्या है ऑन्सर (ANSWER)

- A – एअर (शुद्ध और ताजी हवा में सांस लें)
- N – न्युट्रिशन (जैविक खाद्य पदार्थ का इस्तेमाल शुरू और शक्कर, मैदा, रिफाइंड ऑइल से दूरी)
- S – सनलाइट (लगभग 85 प्रतिशत जनसंख्या विटामिन डी की कमी से जूझ रही है)
- W – वॉटर (क्लोरिन, फ्लोरिन और आरओ पानी से गुड बैक्टिरिया को मारने का काम करते हैं। सूरज की रोशनी में बहने वाले प्राकृतिक पानी का इस्तेमाल करें।)
- E – एक्सरसाइज (कार्डियो, योगा और मसल ट्रेनिंग।)
- R – रेस्ट (शरीर को बायोलॉजिकल क्लॉक के हिसाब से चलाएं और आराम करें)

शरीर के बिगड़े स्वरूप के लिए यू टर्न की बात करते हुए उन्होने कहा कि बॉडी हिल्स ऑन इट्स ऑन...। उन्होने कहा कि मैंने हमारे शरीर के निर्माता (प्रकृति) से पूछा कि शरीर में खुद ही हील होने की क्षमता है तो क्यों हम बीमारियों से घिरे हुए हैं। प्रकृति ने जवाब दिया- ब्रेकेट में 'टर्म्स एंड कंडिशनस अप्लाई भी तो लिखा है।' तुम्हें याद है जब बचपन में तुम बीमार होते थे तो दादी डॉक्टर के पास नहीं बल्कि किचन की ओर दौड़ती थी, क्योंकि वहां स्वस्थ जीवन का खजाना होता है। एक रामबाण नुस्खा देते हुए उन्होने कहा कि हमें स्वस्थ रहना है तो आदमी की बनाई चीजों की बजाय प्रकृति निर्मित चीजों को ही भोजन का हिस्सा बनाना होगा।

डॉ चोरड़िया ने कहा कि मैंने अपनी एलोपैथी की पढ़ाई और प्रेक्टिस में कभी पेस्टिसाइड्स के खिलाफ एक भी चैप्टर नहीं पढ़ा, जबकि पेस्टिसाइड्स पूरी तरह से हमारी जीवन-शैली का हिस्सा बन चुके हैं। एलोपैथी समस्या को जड़ से समाप्त नहीं करती, बल्कि बैंडेज का काम करती है। आजकल हर बीमारी के समाधान में सबसे पहले एंटीबायोटिक दिया जाता है। मैं एंटीबायोटिक का समर्थक बिल्कुल नहीं हूँ, बल्कि जीव-जंतुओं को प्रणाम करता हूँ। हमारी लाइफस्टाइल कुछ ऐसी हो गई है कि हम सुबह से लेकर शाम तक केवल बैक्टिरिया को खत्म करने के बारे में ही सोचते रहते हैं। हम केमिकल सेंडविच बन गए हैं। बिना पिल और बिना बिल के डॉ चोरड़िया ने बताया कि हमें प्रकृति से जुड़ने और खुद का डॉक्टर स्वयं बनने की जरूरत है। उन्होने मेडिसिन के जन्मदाता हिप्पोक्रेटिस का उद्धरण सुनाते हुए उन्होने कहा कि अगर आप अपने डॉक्टर खुद नहीं है तो आप मूर्ख है।

कार्यक्रम की शुरुआत में सांची विवि के कार्यक्रम में विवि के कुलपति आचार्य प्रो डॉ यज्ञेश्वर शास्त्री ने कहा कि हमें जैविक भोजन और रसायन मुक्त दूध के साथ प्रकृति की ओर फिर से बढ़ना चाहिए। उन्होने कहा कि हमें किसानों को जैविक अनाज उगाने को प्रोत्साहित करना चाहिए। विवि के कुलसचिव श्री राजेश गुप्ता ने विवि के समन्वित चिकित्सा केंद्र पर प्रकाश डालते हुए कहा कि हमारी विकृति को ठीक करने में प्रकृति का योगदान समझकर उसपर काम करना चाहिए। कार्यक्रम का संचालन प्रभाकर पांडे ने किया व स्वागत भाषण डॉ अखिलेश सिंह ने दिया। धन्यवाद ज्ञापन विवि के डीन प्रो नवीन मेहता ने किया।

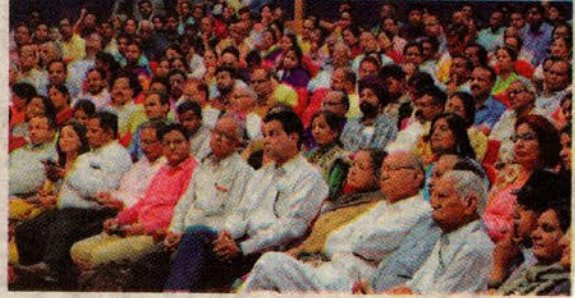
समन्वय भवन में मेडिसिन फ्री लाइफ पर डॉ. प्रवीण चोरडिया का वक्तव्य

बिना पिल और बिना बिल करें बीमारियों का इलाज

भोपाल • सांची बौद्ध विवि के समन्वित चिकित्सा केंद्र की ओर से समन्वय भवन में मेडिसिन फ्री लाइफ विषय पर मंगलवार को व्याख्यान का आयोजन किया गया। इसमें जाने-माने सर्जन डॉ. प्रवीण चोरडिया ने दवा मुक्त जीवन के सूत्र बताए। व्याख्यान की शुरुआत में चोरडिया ने कहा कि पिछले दरवाजे से जंक फूड, मैदा, शक्कर और सफेद नमक जैसे चोर हमारे शरीररूपी घर में घुस गए और हमारे स्वास्थ्य पर सेंध लगा दी है। आगे उन्होंने कहा कि हम सभी को एक ही बीमारी हो गई है, नेचर डिफिशियंसी डिसऑर्डर यानी हम प्रकृति से दूर हो गए हैं। दस साल पहले एलोपैथी से नाता तोड़ चुके चोरडिया का शरीर और स्वास्थ्य से जुड़े हर सवाल पर एक ही जवाब होता है 'आन्सर'। यानी ए से एअर (शुद्ध और ताजी हवा में सांस लें), एन से न्यूट्रिशन (जैविक खाद्य पदार्थ का इस्तेमाल शुरू करें), एस से सनलाइट (लगभग 85 प्रतिशत



जनसंख्या विटामिन डी की कमी से जूझ रही है), डब्ल्यू से वॉटर (क्लोरोन, फ्लोरिन और आरओ पानी से गुड बैक्टिरिया भी मरते हैं, इसलिए सूरज की रोशनी में बहने वाले प्राकृतिक पानी का इस्तेमाल करें), इ से एक्सरसाइज (कार्डियो, योगा और मसल ट्रेनिंग) और आर से रेस्ट (शरीर को बायोलॉजिकल क्लॉक के हिसाब से चलाएं और आराम करें)।



एलोपैथी समस्या को जड़ से नहीं करती समाप्त

कार्यक्रम में डॉ. चोरडिया ने कहा कि मैंने अपनी एलोपैथी की पढाई और प्रैक्टिस में कभी पेस्टिसाइड्स के खिलाफ एक भी चैप्टर नहीं पढ़ा, जबकि पेस्टिसाइड्स पूरी तरह से हमारी जीवन-शैली का हिस्सा बन चुके हैं। एलोपैथी समस्या को जड़ से समाप्त नहीं करती, बल्कि बँडेज का काम करती है। हम केमिकल

सेडबिच बन गए हैं। बिना पिल और बिना बिल के डॉ. चोरडिया ने बताया कि हमें प्रकृति से जुड़ने और खुद का डॉक्टर स्वयं बनने की जरूरत है। उन्होंने मेडिसिन के जन्मदाता हिप्पोक्रेटिस का उदाहरण सुनाते हुए कहा कि अगर आप अपने डॉक्टर खुद नहीं हैं तो आप मूर्ख हैं।

मोपाल, बुधवार 18 अप्रैल 2018
haribhoomi.com

मोपाल **हरिभूमि**

दिनचर्या में बदलाव से आप जी सकते हैं दवामुक्त जीवन

समन्वय भवन: मेडीशन फ्री लाइफ पर डॉ. प्रवीण चोरड़िया ने कहा



हरिभूमि न्यूज ► मोपाल

सांची बौद्ध-भारतीय ज्ञान अध्ययन के समन्वित चिकित्सा केंद्र द्वारा समन्वय भवन में मंगलवार को दवा मुक्त जीवन पर पुणे के प्रसिद्ध सर्जन और गोल्ड मेडलिस्ट डॉ. प्रवीण चोरड़िया ने कहा कि मुझे लग रहा था कि हम प्रकृति से दूर जा रहे हैं और जब मेरे बेटे को अस्थमा हुआ तो मैंने यथास्थिति को बदलने का इरादा पक्का कर लिया। जिसके बाद भोजन और दिनचर्या में छोटे मोटे बदलाव कर बेटे के गंभीर बीमारी पर आश्चर्यजनक परिणाम प्राप्त किए।

हमारी हर बीमारी का समाधान प्रकृति के पास है

डॉ. प्रवीण ने कहा कि हमारा शरीर एक बहुत ही सुंदर मशीन है। इस मशीन को प्रकृति ने बनाया है और इसे यह एक तोहफे के रूप में मिली है। यह मशीन अखात न हो और इसे दवा मुक्त प्रकृति की छह मुख्य बिंदु हवा, पोषण, सूरज की रोशनी, पानी, व्यायाम और आराम से रखा जा सकता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन भी मानता है कि स्वस्थ होना शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक रूप से पूर्ण स्वस्थ होना है ना कि सिर्फ बीमारी का ना होना।

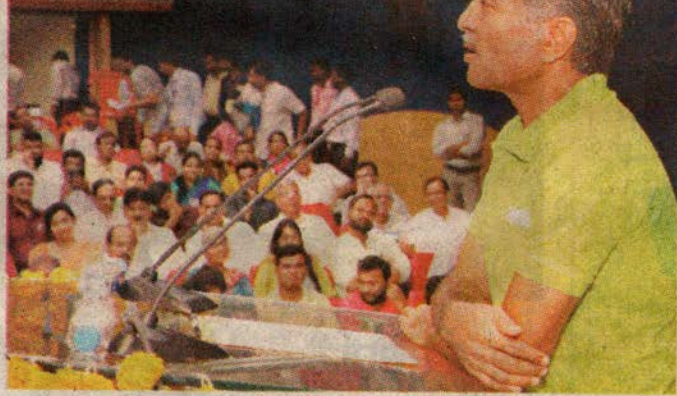
बिना पिल और बिना बिल करें बीमारियों का इलाज

**समन्वय भवन में 'मेडिसिन फ्री लाइफ'
पर डॉ. प्रवीण चोरड़िया का वक्तव्य**

● जागरण रिपोर्टर ●

सांची बौद्ध-भारतीय ज्ञान अध्ययन विश्वविद्यालय के समन्वित चिकित्सा केंद्र के आयोजन 'मेडिसिन फ्री लाइफ' में जाने-माने सर्जन डॉ. प्रवीण चोरड़िया ने दवा मुक्त जीवन के कुछ सूत्र बताए। समन्वय भवन में आयोजित इस व्याख्यान की शुरुआत में डॉ. चोरड़िया ने कहा कि पिछले दरवाजे से जंकफूड, मैदा, शक्कर और सफेद नमक जैसे चोर हमारे शरीररूपी घर में घुस गए हैं और हमारे स्वास्थ्य पर सेंध लगा दी है। ऐसे ही कई अन्य अननोन-अननोन डेविल्स हमारे स्वास्थ्य के साथ खिलवाड़ कर रहे हैं। डॉ. चोरड़िया ने कहा कि हम सभी को एक ही बीमारी हो गई है, नेचर डेफिसिएंसी डिऑर्डर यानि हम प्रकृति से दूर हो गए हैं। दस साल पहले एलोपैथी से नाता तोड़ चुके डॉ. चोरड़िया का शरीर और स्वास्थ्य से जुड़े हर सवाल पर एक ही जवाब होता है 'ऑन्सर'।

क्या है ऑन्सर: ऑन्सर ग्रुप में काम करने वाला डॉक्टर हैं, इनमें से एक ने भी डॉक्टर का साथ छोड़ा तो बाकी सभी भी काम नहीं करेंगे। ऑन्सर मतलब एअर, न्युट्रिशन, सनलाइट, वॉटर,



एक्सरसाइज और रेस्ट। उन्होंने कहा कि बिना पिल और बिना बिल के भी बीमारियों का इलाज कराया जा सकता है। हमें प्रकृति से जुड़ने और खुद का डॉक्टर स्वयं बनने की जरूरत है। उन्होंने मेडिसिन के जन्मदाता हिप्पोक्रेटिस का उद्धरण सुनाते हुए कहा कि अगर आप अपने डॉक्टर खुद नहीं हैं, तो आप मूर्ख हैं।

एलोपैथी बैंडेज का करती है काम

उन्होंने कहा कि एलोपैथी समस्या को जड़ से समाप्त नहीं करती, बल्कि बैंडेज का काम करती है। आजकल हर बीमारी के समाधान में सबसे पहले एंटीबायोटिक दिया जाता है। मैं एंटीबायोटिक का समर्थक बिल्कुल नहीं हूँ, बल्कि जीव-जंतुओं को प्रणाम करता हूँ। हमारी लाइफस्टाइल कुछ ऐसी हो गई है कि हम सुबह से लेकर शाम तक केवल बैक्टीरिया को खत्म करने के बारे में ही सोचते रहते हैं। हम केमिकल सेंडविच बन गए हैं।

बिना पिल और बिना बिल के करें बीमारियों का इलाज: डॉ. प्रवीण

समन्वय भवन में 'मेडिसिन
फ्री लाइफ' पर व्याख्यान

रंग रिपोर्टर • आईएम ओपाल
iambhopsalofficial@gmail.com



यह हैं ऑन्टर

- **A**—एअर (शुद्ध और ताजी हवा में सांस लें)
- **N**—न्यूट्रिशन (जैविक खाद्य पदार्थ का इस्तेमाल शुरू करना और शक्कर, मैदा, रिफाईंड ऑइल से दूरी)
- **S**—सनलाइट (लगभग 85 प्रतिशत जनसंख्या विटामिन डी की कमी से जूझ रही है)
- **W**—वॉटर (क्लोरीन, फ्लोरीन और आरओ पानी से गुड बैक्टिरिया को मारने का काम करते हैं । सूरज की रोशनी में बहने वाले प्राकृतिक पानी का इस्तेमाल करें ।)
- **E**—एक्सरसाइज (कॉर्डियो, योगा और मसल ट्रेनिंग ।)
- **R**—रेस्ट (शरीर को बायोलॉजिकल क्लॉक के हिसाब से चलाएं और आराम करें ।)

सांची बौद्ध- भारतीय ज्ञान अध्ययन विश्वविद्यालय के समन्वित चिकित्सा केंद्र के आयोजन 'मेडिसिन फ्री लाइफ' में सर्जन डॉ. प्रवीण चोरड़िया ने दवा मुक्त जीवन के फॉर्मूले बताए। मंगलवार को समन्वय भवन में आयोजित इस व्याख्यान की शुरुआत में डॉ. चोरड़िया ने कहा कि पिछले दरवाजे से जंकफूड, मैदा, शक्कर और सफेद नमक जैसे चोर हमारे शरीर में घुस गए हैं और हमारे स्वास्थ्य पर संघ लगा दी है। ऐसे ही कई अननोन डेविल्स हमारे स्वास्थ्य के साथ खिलवाड़ कर रहे हैं। डॉ. चोरड़िया कहते हैं कि हम सभी को एक ही बीमारी हो गई है, नेचर डेफिशियेंसी डिऑर्डर यानि हम प्रकृति से दूर हो गए हैं। दस साल पहले एलोपैथी से नाता तोड़ चुके डॉ. चोरड़िया का शरीर और स्वास्थ्य से जुड़े हर सवाल पर एक ही जवाब होता है 'ANSWER'।

दादी के नुस्खे आते थे काम

व्याख्यान के दौरान डॉ. चोरड़िया ने शरीर के बिगड़े स्वरूप के लिए यूटर्न की बात करते हुए कहा कि 'बॉडी हिल्स ऑन इट्स ऑन...।' उन्होंने कहा कि मैंने हमारे शरीर की निर्माता प्रकृति से पूछा कि शरीर में खुद ही होल होने की क्षमता है तो क्यों हम बीमारियों से घिरे हुए हैं। साथ ही, उन्होंने आगे बताया कि तुम्हें याद है

जब बचपन में तुम बीमार होते थे तो दादी डॉक्टर के पास नहीं, बल्कि किचन की ओर दौड़ती थीं। क्योंकि, वहां स्वस्थ जीवन का खजाना होता है। एक रामबाण नुस्खा देते हुए उन्होंने कहा कि हमें स्वस्थ रहना है तो आदमी की बनाई चीजों की बजाय प्रकृति निर्मित चीजों को ही भोजन का हिस्सा बनाना होगा।

मेडिसिन फ्री
लाइफ कैम्पेन
में डॉ. प्रवीण
चौरड़िया ने बताया

सिटी रिपोर्टर | भोपाल

आंसर में छिपा है शरीर को रोगमुक्त रखने का इलाज

हमारा शरीर एक बहुत ही सुंदर मशीन है। इस मशीन को प्रकृति ने बनाया है, लेकिन जब हम इसे मैनुअल के मुताबिक नहीं चलाते तो ये परेशान करने लगता है और फिर हम डॉक्टर दर डॉक्टर भटकते हैं। यह कहना है, 10 साल पहले एलोपैथी डॉक्टर के तौर पर प्रैक्टिस छोड़ चुके पुणे के डॉ. प्रवीण चौरड़िया का। वे मेडिसिन फ्री लाइफ कैम्पेन चला रहे हैं, जिसमें वे लोगों को बताते हैं कि वे वापस अपनी जड़ों की तरफ लौटकर अपने शरीर को स्वस्थ रख सकते हैं। समन्वय भवन में आयोजित इस कार्यक्रम में उन्होंने कहा कि हम सभी नेचर डेफिशिएट डिसऑर्डर के शिकार हो रहे हैं और इसका जवाब है, आंसर।

- ए- एयर - ऐसी जगहों पर रहने की कोशिश करें, जहां हवा शुद्ध हो, अपने पर्यावरण को स्वच्छ रखें।
- एन- न्यूट्रीशंस - ऑर्गेनिक



स्वस्थ जीवनशैली के बारे में बताते पुणे के डॉ. प्रवीण चौरड़िया।

फूड की तरफ बढ़ें, पता करें कि जो ऑर्गेनिक फूड मिल रहा है वो वाकई शुद्ध है।

- एस-सनलाइट - 85 फीसदी भारतीय विटामिन डी की कमी से जूझ रहे हैं।
- डब्ल्यू: वॉटर - आरओ पानी की बजाए साफ पानी लें क्योंकि यह

एसिडिक होता है।

- ई- एक्सरसाइज - कार्डिएक, इलास्टिसिटी के लिए योग और मसल्स एक्सरसाइज करें।
- आर- रेस्ट - बायोलॉजिकल क्लॉक के मुताबिक जागें और सोएं। ∴ समय पर सोना और समय पर उठना जरूरी है।

अंतरराष्ट्रीय जिला रायसेन प्रदेश स्वाथ्य स्रोत

मेडिसिन फ्री लाइफ पर सांची विवि में डॉ चोरडिया ने दिया लेक्चर

YESTERDAY BY PRINCE MEDIA NEWS 0 COMMENTS



मेडिसिन फ्री लाइफ पर सांची विवि में डॉ चोरडिया का लेक्चर

बिना पिल और बिना बिल करे बीमारियों का इलाज, प्रकृति की सीख समन्य भवन में "Medicine Free Life" पर डॉ प्रवीण चोरडिया का वक्ताव्य



सांची बौद्ध-भारतीय ज्ञान अध्ययन विश्वविद्यालय के समन्वित चिकित्सा केंद्र के आयोजन "Medicine Free Life" में जाने-माने सर्जन डॉ प्रवीण चोरडिया ने दवा मुक्त जीवन के कुछ सूत्र बताए। समन्य भवन में आयोजित इस व्याख्यान की शुरुआत में डॉ. चोरडिया ने कहा कि पिछले दरवाजे से जंकफूड, मेदा, शाकर और सफेद नमक जैसे चोर हमारे शरीररूपी घर में घुस गए और हमारे स्वास्थ्य पर सेंच लगा दी। ऐसे ही कई अन्य अननोन अननोन डैविस् हमारे स्वास्थ्य के साथ खिलवाड़ कर रहे हैं। डॉ चोरडिया कहते हैं कि हम सभी को एक ही बीमारी हो गई है, Nature deficiency disorder यानि हम प्रकृति से दूर हो गए हैं। दस साल पहले एलोपैथी से नाता तोड़ चुके डॉ. चोरडिया का शरीर और स्वास्थ्य से जुड़े हर सवाल पर एक ही जवाब होता है 'ANSWER'। ऑन्सर (ANSWER) सुप में काम करने वाला डॉक्टर हैं, इनमें से एक भी डॉक्टर का साथ छोड़ा तो बाकी सभी भी काम नहीं करेंगे।

क्या है ऑन्सर (ANSWER)

- A – एअर (खुद और ताजी हवा में सांस ले)
- N – न्यूट्रिशन (लैविक खाद्य पदार्थ का इस्तेमाल शुरू और शाकर, मेदा, रिफाईंड ऑइल से दूरी)
- S – सनलाइट (लगभग 85 प्रतिशत जनसंख्या विटामिन डी की कमी से जूझ रही है)
- W – वॉटर (बलौरन, पलौरन और आरओ पानी से गुड बैक्टिरिया को मारने का काम करते हैं। सूरज की रोशनी में बढ़ते वाले प्राकृतिक पानी का इस्तेमाल करें।)
- E – एक्सरसाइज (काईयो, योगा और मसल ट्रेनिंग।)
- R – रेस्ट (शरीर को बायोलॉजिकल क्लॉक के हिसाब से चलाएं और आराम करें)

शरीर के बिगड़े स्वरूप के लिए यू टर्न की बात करते हुए उन्होंने कहा कि बॉडी हिस्स ऑन इट्स ऑन...। उन्होंने कहा कि मैंने हमारे शरीर के निर्माता (प्रकृति) से पूछा कि शरीर में खुद ही हील होने की क्षमता है तो क्यों हम बीमारियों से भिरे हुए हैं। प्रकृति ने जवाब दिया- ब्रेकेट में 'टर्म्स एंड कंडिशनस अप्टाई भी तो लिखा है।' तुम्हें याद है जब बचपन में तुम बीमार होते थे तो दादी डॉक्टर के पास नहीं बल्कि किचन की ओर दौड़ती थी, क्योंकि वहां स्वस्थ जीवन का खजाना होता है। एक रामबाण नुस्खा देते हुए उन्होंने कहा कि हमें स्वस्थ रहना है तो आदमी की बनाई चीजों की बजाय प्रकृति निर्मित चीजों को ही भोजन का हिस्सा बनाना होगा।

डॉ चोरडिया ने कहा कि मैंने अपनी एलोपैथी की पढ़ाई और प्रैक्टिस में कभी पेरिंसाइड्स के खिलाफ एक भी चैप्टर नहीं पढ़ा, जबकि पेरिंसाइड्स पूरी तरह से हमारी जीवन-शैली का हिस्सा बन चुके हैं। एलोपैथी समस्या को जड़ से समाप्त नहीं करती, बल्कि बैटल का काम करती है। आजकल हर बीमारी के समाधान में सबसे पहले एंटीबायोटिक दिया जाता है। मैं एंटीबायोटिक का समर्पक बिल्कुल नहीं हूँ, बल्कि जीव-जंतुओं को प्रणाम करता हूँ। हमारी लाइफस्टाइल कुछ ऐसी हो गई है कि हम सुबह से लेकर शाम तक केवल बैक्टिरिया को खत्म करने के बारे में ही सोचते रहते हैं। हम केमिकल सेंडविच बन गए हैं। बिना पिल और बिना बिल के डॉ चोरडिया ने बताया कि हमें प्रकृति से जुड़ने और खुद का डॉक्टर स्वयं बनने की जरूरत है। उन्होंने मेडिसिन के जन्मदाता हिप्पोक्रेटिस का उद्धरण सुनाते हुए उन्होंने कहा कि अगर आप अपने डॉक्टर खुद नहीं हैं तो आप मूर्ख हैं।

कार्यक्रम की शुरुआत में सांची विवि के कार्यक्रम में विवि के कुलापति आचार्य प्रो डॉ यज्ञेश्वर शास्त्री ने कहा कि हमें लैविक भोजन और रसायन मुक्त दूध के साथ प्रकृति की ओर फिर से बढ़ना चाहिए। उन्होंने कहा कि हमें किसानों को लैविक अनाज उगाने को प्रोत्साहित करना चाहिए। विवि के कुलसचिव श्री राजेश गुप्ता ने विवि के समन्वित चिकित्सा केंद्र पर प्रकाश डालते हुए कहा कि हमारी विकृति को ठीक करने में प्रकृति का योगदान समझकर उसपर काम करना चाहिए। कार्यक्रम का संचालन प्रभाकर पांडे ने किया व स्वागत भाषण डॉ अशिलेश सिंह ने दिया। धन्यवाद ज्ञापन विवि के डीन प्रो नवीन मेहता ने किया।



Admission 2018-19

city भास्कर

BHOPAL, MONDAY, 30/04/2018 . 28

सांची तिथि में एडमिशन के नोटिफिकेशन जारी

सिटी रिपोर्टर | सांची बौद्ध भारतीय ज्ञान अध्ययन विश्वविद्यालय की ओर से वर्ष 2018-19 के पाठ्यक्रमों के लिए नोटिफिकेशन जारी कर दिया गया है। यह नोटिफिकेशन यूनिवर्सिटी द्वारा संचालित यूजी, एमफिल, पीएचडी और सर्टिफिकेट कोर्सेस के लिए जारी किया गया है। भारतीय दर्शन, बौद्ध अध्ययन, वैदिक अध्ययन, योग एवं समग्र स्वास्थ्य, संस्कृत, हिंदी, अंग्रेजी, भारतीय चित्रकला, आदि विषयों पर एडमिशन लिए जा सकते हैं। एडमिशन के लिए फॉर्म जमा करने की अंतिम तिथि 18 जून है। सभी कोर्सेस के लिए आयोजित की जाने वाली प्रवेश परीक्षा 1 जुलाई को कंडक्ट की जाएगी।