1. **जल चिकित्सा**

प्रत्येक दिन सर्वप्रथम सुखासन में बैठ कर खली पेट बिना कुल्ला किये डेढ़ लीटर पानी पिए।

2. **भूमि चिकित्सा**

एक चम्मच हल्दी पाउडर

एक चौथाई चम्मच काली मिर्च पाउडर

पांच चम्मच देसी गाय का दूध

सबको मिला कर प्रत्येक दिन (दिन में तीन बार) 41 दिन तक खाने के बाद खाना चाहिए ।

3 से 6 महीने तक लगातार खाइये और 6 महीने के बाद प्रत्येक दिन में एक बार 5 से 6 साल तक ले, इस प्रकार इस मिश्रण का सेवन करने से आप को भविष्य में कभी कैंसर नहीं होगा ।

सभी पदार्थ आर्गेनिक ही ले।

रोज दिन में एक बार आर्गेनिक अन्नानास का जूस का सेवन करना सेहत के लिए बहुत लाभकारी है।

3. **एलोवेरा**

सुबह नाश्ते से पहले एक बड़ा चम्मच एलोवेरा का सफ़ेद वाला गुद्दा पानी में मिला कर पिए, अगर चाहे तो शहद भी मिला सकते है।

4. **त्रिफला पाउडर**

रोज रात को एक चम्मच त्रिफला पाउडर ५० मिली गर्म पानी में घोल कर पिए।

5. **यकृत के स्वास्थ्य को बढ़ावा देने वाली जड़ी बूटी**

यहाँ उपचार एक सप्ताह तक करना होता है. इस में आप कुछ भी गर्म नहीं कर सकते है किन्तु अगर आप चाहे तो उसमे कालीमिर्च, नारियल, कला तिल, दाल, मटर आदि मिला सकते है।

पहला दिन- हरे धनिये की चटनी

दूसरा दिन- जंगली आँवला की चटनी

तीसरे दिन- भृंगराज के पत्तो की चटनी

चौथे दिन - कड़ी पत्ता (मीठे नीम) के पत्ता की चटनी

पांचवे दिन - फिर हरे धनिये के पत्तो की चटनी

छटे दिन -पुदीना की चटनी

सातवे दिन - सहिजन के पत्ते और एलोवेरा की चटनी

अगर ऊपर दिए गयी सामग्री और पत्ते हरे न मिले तो आप सभी का जैविक (आर्गेनिक) सूखा पाउडर इस्तेमाल कर सकते है। इनके साथ जैविक शहद, जैविक गुड़ और जैविक मिश्री का ही इस्तेमाल करे।

फाइबर (रेशेदार) समृद्ध भोजन - लिवर के लिए टॉनिक

6. रेशेदार खाना जैसे साबुत आनाज (गेहूं, चावल, धान)

१. ब्राउन चावल (इस्तेमाल करने से पहले रात भर पानी में भिगो कर रखे)

२. पुरे राइ के पोहे

३. पुरे गेहूं के पोहे और मोटा पिसा हुआ साबुत गेहूं

४ जौ (बार्ली) के पोहे

५ बाजरा जैसे रागी

५ किण्वित चावल (फर्मेन्टेड राइस) एवं घर पर बनाया हुआ दही

जैसे ब्राउन राइस और छिलके वाला उड़द दाल से डोसा, इडली अदि ..

कोई भी भोजन जो पीसकर रत भर खट्टा होने के बाद बनाया हुआ।

7.पंद्रह दिन में एक बार आर्गेनिक कैस्टर आयल क्लींजिंग (जैविक अरंडी के तेल से आंतो की सफाई)

ऑक्सीडेशन (ऑक्सीकरण) को बढ़ाने वाले भोजन से परहेज़ करे

जैसे चीनी, पैकेट वाला रिफाइन तेल, आयोडीन वाला नमक एवं कीटनाशक वाली चीजों का सेवन न करे। सिर्फ जैविक (आर्गेनिक) चीजों का ही सेवन करे।

8.अग्नि चिकित्सा (फायर थैरेपी)

योग -

कैंसर के उपचार के लिए योग बहुत ही फायदेमंद है । यह रक्त संचार को बढ़ाता है एवं कैंसर को बढ़ने से रोकता है । योग करते समय बहुत ही जागरूकता के साथ स्वांस के प्रवाह पर ध्यान देना चाहिए ।

पंच भूता चलना और टहलना -

पंच भूता चलना और टहलना का अर्थ है की सुबह सुबह खुली हवा में सामान्य गति से थोड़ा तेज चलना है एवं चलते समाये पूरा ध्यान स्वास के आने जाने के प्रवाह एवं गति पर होना चाहिए। टहलते समय मन में कोई चिंता या डर नहीं रखे।आपका ध्यान स्वास पर केंद्रित करते हुए प्रसन्न रहते हुए टहले।

9.वायु चिकित्सा (एयर थैरिपी)

प्रत्येक दिन प्राणायाम करे

गहरी स्वास ले एवं गहरी स्वास छोड़ने का अभयास करे

मन की शक्ति के लिए ध्यान लगाए (मैडिटेशन करे)

10. अंतरिक्ष चिकित्सा (स्पेस थैरिपी)

व्रत और उपवास करे, जिससे आपके शरीर के ऊर्जा प्राप्त होती है

ऊर्जा एवं हमारा स्वस्थ

औषधियां एक प्रकार की ऊर्जा है । हम इसे प्राप्त करने के लिए पैसो की ऊर्जा खर्च करते है ।किन्तु उपचार के लिए भी हमें ऊर्जा की आवश्यकता होती है जी की सभी आदमी नहीं समझ पाते है और वो लोग इस उलझन में पड जाते है की हमारी चकित्सा या उपचार असर क्यों नहीं कर रहा है।

हम लोग लगातार अपने स्वार्थ के लिए स्वार्थी काम करते है, मतलब हमारी हरेक क्रिया और कार्य खर्चे एवं आमदनी के अनुसार होते है । किसी भी कार्य की उतनी कीमत नहीं होती है जितनी की उसमे लगी हुई ऊर्जा की होती है। हमारे पास 60 से 100 खरब मानव कोशिकाओं और 700 खरब माइक्रोबियल कोशिकाएं हैं। ये सभी कोशिकाएं मानव शरीर के लिए एक साथ मिल कर काम करती है । जब एक कोशिका सिर्फ अपने लिए काम करने लगती है एवं मानव शरीर से अधिक ऊर्जा लेने लगती है तो वह कोशिका कैंसर कोशिका में बदल जाती है । जब हमें कैंसर हो जाता है तो हम डॉक्टर के पास उस कोशिका के हटवाने या मारने के लिए जाते है। उसी प्रकार रोगी को यहाँ समझना चाहिए की ब्रह्मांडीय शरीर भी आपकी स्वार्थी प्रकृति के कारण आपको समाज से जल्दी से निकालने की कोशिश कर रहा है. इसलियह कहने के लिए खेद है, लेकिन यह एक सच है। हमें अपने स्वार्थ से ऊपर उठ कर (अगर हम स्वस्थ है तो भी) दूसरो की मदद करनी चाहिए एवं अपनी आय का कुछ हिस्सा दान कर कर किसी और के जीवन के भी संवारना चाहिए

यह कहने के लिए खेद है, लेकिन यह एक सच है।

Source: Uni5 Sakthi Foundation.

Contact info is info@rightawareness.com