

मैं हेमा जोशी, डॉ. सुनील मेहरा की तहदील से शुक्रगुजार हूँ क्योंकि उन्होंने मुझे मेरी कई तकलीफों से राहत दिलाई।

मैं स्लिप डिस्क, माइग्रेन और Throat infection (संक्रमण) से परेशान थी। यह परेशानी मुझे लगभग 10 सालों से है। मैं न जाने कितने डॉक्टरों द्वारा अपना इलाज करवाया परंतु मुझे पूरी तरह से आराम नहीं मिला।

जब मैं, डॉ. सुनील मेहरा के संपर्क में आई, और जब उनसे मेरी बातें शुरू हुई तो मुझे लगा शायद मेरी बीमारी का इलाज मुझे यहाँ मिल जाय। जब मैंने अपनी परेशानी उन्हें बताई तो उन्होंने कहा कि मैं तुम्हें राह दिखाऊँगा परंतु उस राह पर

Next page.

चलना तुम्हें स्वयं ही होगा। उनसे बात करके मैंने जाना कि अच्छा स्वास्थ्य एवं अच्छी समझ जीवन के दो सर्वोत्तम वरदान हैं।

पहले - पहले, शुरुआत में मैंने Dr. Sunil Mehra की कही बातों को उतनी गंभीरता से नहीं लिया और मैं उनकी कही बातों को एक कान से सुनकर दूसरे कान से निकल देती थी। परंतु डॉ. सुनील जी बड़ी सहनशीलता से मेरा इलाज करते रहे। हां कभी - कभी मुझे उनकी डाट - फटकार का भी सामना करना पड़ता था।

परंतु जब मेरा दर्द हृदय से ज्यादा बढ़ गया तब मैंने उनकी कही सभी बातों पर गौर व ध्यान देना शुरू किया। फिर मैंने महसूस किया कि जब मैंने डॉ. सुनील मेहरा जी की बातों को

Next page

गंभीरता से लेना शुरू व आरंभ किया तो, मुझे अपने दर्द से धीरे-धीरे आराम मिलने लगा।

मुझे आराम सा महसूस होने लगा।

विशेष रूप से व्यायाम (Exercise) के उन तरीकों से जो उन्होंने मुझे बताए, उससे मुझे काफी हद तक आराम मिला। तब मैंने जाना कि विश्व एक व्यायामशाला है, जहाँ हम खुद को मजबूत बनाने के लिए आते हैं।

Dr. Sunil joshi ने मुझे 3 बार Acupressure के लिए बुलाया, इस विधि से मुझे बहुत ही ज्यादा आराम मिला और इसीलिए मैं, अपने व्यक्तिगत पहचान के acupressure & acupuncture Specialist (विशेषज्ञ) के पास गई और उन्होंने 12 दिनों तक मुझे acupressure & acupuncture

Next page

Exercisment दिया। जिससे मुझे काफी आराम
मिला।

यह दिशा मुझे डॉ. सुनील मेहरा जी के दिए
हुए Acupressure के लाभ से मिली। इसके
लिए मैं उनका अत्यंत आभारी हूँ और
सदा रहूँगी।

जितना मैंने डॉ. सुनील जी को जाना है, यदि
व्याक्ति (मरीज) उनका इलाज और उनके बताए
परहेज को सही ढंग से माने और उन्हें अपनाया
व निभाया जाए तो मैं पूर्ण विश्वास के साथ कह
सकती हूँ कि गंभीर से गंभीर मर्ज भी
डॉ. सुनील जी के इलाज द्वारा ठीक हो सकता
है। 🙏

Next page

मैं, डॉ. सुनील जी की बातों को पूर्ण रूप से
आत्मसात नहीं कर पा रही थी इसलिए मुझे
संतोषजनक आराम व परिणाम नहीं मिल पा रहा था।

परंतु मेरे मासिक चर्म में होने वाली परेशानी
व Migraine (माइग्रेन) से होने वाली पीड़ा से
काफी हद तक आराम मिला है।

मेरे परिवार के अन्य सदस्य भी Dr. Sunil ji
से इलाज करा रहे हैं और उन्हें भी काफी हद
तक अपनी बीमारी से आराम मिल रहा है।

स्व. बात का उल्लेख मैं, विशेष रूप से करना
चाहती हूँ कि जब कभी भी कहीं भी कोई मुझे
अपनी बीमारी के बारे में बताता है कि, वह अपनी
बीमारी से परेशान है, सही इलाज नहीं हो पा

Next page

रहा है, कोई अच्छा व नेक दिल डॉक्टर हो तो बताओ तो मेरे मन - मास्तिष्क में सबसे पहले डॉ. सुनील मेहरा जी का ही नाम आता है और मैं उन्हें डॉ. सुनील मेहरा जी के पास जाने की ही सलाह देती हूँ।

डॉ. सुनील मेहरा जी के सभी सहायक बड़ी आत्मीयता के साथ पेश आते हैं। डॉ. सुनील जी उन्हें बड़ी ही अच्छी तरह से *managed* किया है। उनके सभी सहायकों को भी मैं, धन्यवाद देना चाहती हूँ।

डॉ. सुनील जी मैं सदा आपकी तहदील से आभारी रहूँगी, क्योंकि अब मैंने यह समाझ लिया है कि सबसे बड़ा धर्म है अपने स्वभाव के प्रति सच्चे होना व स्वयं

Next page

पर विश्वास करो ।

डॉ. सुनील मेहरा जी once again thanks

for everything. 🙏

Hemajoshi