

तणावमुक्त

प्रसन्नचित्तमुक्त निरोगी मनान् शिस्तबद्ध दृष्टीकोनाच्या पध्दतद्वारे
 परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण ताजेतवान् उत्साहि उजावान् दिवायु जीवनशैली विकसित
 उपभोगाचे योग्य नियोजनावर लक्ष केंद्रित करून दिवायु जीवनप्रवासाचे
 लक्ष target साध्य करणेसाठी दिवायु जीवनशैली विकसित करण्याच्या अंश
 नियोजनावर लक्ष केंद्रित करण्यासाठी 1) दरविषयी शास्त्रोक्त पध्दतीनिहासरीक
 शारिरिक व्यायाम क्रिया सराव योजना, 2) नैसर्गीक रणाव्यायामांमु निषेधक
 संपुलीत अन्न आहाराचे योजनीय उद्दिष्ट साध्य करणेसाठी वयावरहुकुम
 आणि अद्दुमानवरहुकुम age and seasonal प्रत्येक
 दिवशीची दिवसातुन चार वेळचे नैसर्गीक अतिविशिष्ट अन्न आहारांचा
 शरिरिकवर्णना पुरवठा करणेसाठीची नैसर्गीक अन्न आहाराची योजना
 नैसर्गीक संपुलीत नेमके गरजेप्रमाणे अचुक तंतोतंत without mistake
completely exactly नैसर्गीक संपुलीत अन्न आहाराच्या योजनेसाठी
 आवश्यक प्रत्येक नैसर्गीक अन्न ~~पदार्थांचे~~ पदार्थांचे जन्मजात स्वाभाविकपणे
 Since one's birth, in birth, naturally साधक गुण आणि
 व्याधक दोषांनुसार विविध पोष्टीक, सात्विक सत्वमुक्त गुणधर्मांनुसार,
 नानाविध अनमोल नैसर्गीक औषधी गुणधर्मांनुसार शरितावर होणारे
 आरोग्य संपन्न good for the health आणि नुकसानकारक harmful
 परिणामांची सरासरी गुणावगुण गुणवत्तापूर्ण गुणवत्ताची वेरीज आरोग्यसंपन्न
 परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण ताजेतवान् उत्साहि उजावान् दिवायु जीवनशैली विकसित
 होण्याचे दृष्टीकोनातुन प्रत्येक नैसर्गीक अन्न पदार्थांचे नैसर्गीक
 संपुलीत अन्न आहार योजनीय अचुक तंतोतंत मात्रा/काल/हिस्सा/भाग
 प्रमाणशरित्या प्रमाण निश्चित करून आणि नैसर्गीक पध्दतीने अन्न आहार
 शिजवून रणाव्याद्वारे शरीराची नेमकी गरज ओखरवून गरजे इतकाच संपुलीत
 नैसर्गीक अन्नाचा पुरवठा करण्याची नैसर्गीक संपुलीत अन्न आहारयोजना,
 3) दैनंदिन दिनचर्या आरोग्य संपन्न good for the health वेळेचे योग्य
 नियोजन, नेहमी समाधानी, आनंदी व प्रसन्नचित्तमुक्त निरोगी मनान्
 दैनंदिन दिनचर्या योजना, 4) नैसर्गीक नियमवरहुकुम जीवनशैलीला
 दिशा direction आकार देऊन ~~व्यायाम~~ शिस्तबद्ध दृष्टीकोनाच्या
 पध्दतद्वारे परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण ताजेतवान् उत्साहि उजावान् दिवायु जीवनशैली
 उपभोगाचे योग्य नियोजनावर लक्ष केंद्रित करून दिवायु जीवनप्रवासाचे
 लक्ष target साध्य करणेसाठी दिवायु जीवनशैली विकसित ~~करण्याच्या~~ प्रभावपूर्ण
 फाय masterly command कसेटिस आरोग्य/सिध्द केलेन proven
 सिध्द prove करणेसाठी उपयुक्त मार्गदर्शक तत्वे योजना या चार योजनांचे
 एकत्रीत संपुलीत सरावाद्वारे संयोग/मिश्र combined balanced practices
combination पूर्ण ध्यानात्मक पूर्ण प्रामाणिक प्रमाणांना पूर्ण प्रामाणिक
 संपुलीत संपुलीत मेहनतीची जोड देऊन सातत्याने चिकाटीने आणि जीवीने पूर्ण प्रामाणिकपणे
 यज्ञशरित्या साध्य करून शिस्तबद्ध दृष्टीकोनाच्या पध्दतद्वारे परिपूर्ण
 तारुण्यपूर्ण ताजेतवान् उत्साहि उजावान् दिवायु जीवनशैली उपभोगाच्या
long-lived

योग्य नियोजनावर लक्ष्य केंद्रित करणेसाठी, दिव्यामु ^{long-lived} जीवनप्रवासाचे लक्ष्य ^{target}
 साध्य करणेसाठी दिव्यामु ^{long-lived} जीवनशैली विकसित करणेसाठीचे वृत्तिका/जाणुन
 दिव्यामु ^{long-lived} जीवनप्रवासाचे उद्दीष्ट साध्य करणेसाठीचे ध्येयाने इंपाट वॉल
 जे प्रशिक्षणाची नांव नोंदणी करतील मग ते जेष्ठ नागरिक पुरुष असोत
 किंवा जेष्ठ नागरिक महिला असोत त्या सर्व प्रशिक्षणाची ^{open access}
^{YogaGish website} पन्स मोडर मंगीडा वेबसाइट/ ⁶¹ पुन्हा एकदा तरुण ⁸⁰
 या संकेतस्थळाक व लिहून प्रसिध्द केलेले वय वर्षे ⁶¹ ते वय वर्षे ⁸⁰
 वयोगटातील जेष्ठ नागरिकांसाठी अकाली अशक्तता ^{premature weakness} आठ या वयन पत्रमधील
 ही बाँझरि समस्या ^{Seniors problems} क्युसपत्रा ^{आहे} ^{अगदी} तैरवी माहिती व इडुकुन
 अकाली अशक्तता या संज्ञेने समस्ये पाहून पुनर्पण शरीराचे ^{सुदृढीकरण}
 संरक्षण, चांगल्या अचरुतेत सुस्थितीत ^{maintaining} टिकऊन घरा ^{परिपूर्ण}
 तारुण्यपूर्ण तारुण्यपूर्ण तामेतवाने उदाहि उजवित दिव्यामु ^{long-lived} जीवनवाली
 उपभोगाचे ^{सुस्थित} जीवनप्रवासाचे लक्ष्य ^{long-lived} साध्य करणेसाठी दिव्यामु ^{long-lived} जीवनशैली
 विकसित करणे, हि संधी उपलब्ध करून देणे हि माझी वैयक्तिक जबाबदारी
 आहे ^{It is my personal responsibility to making this}
 opportunity available.

सरावाने परिपूर्णतायेने ^{practical begins perfection}

मिस्थतः पुरपरा करवाण असलेल्या ऑनलाईन नैसर्गीक अन्न आहार
 योजना, नैसर्गीक पध्दतीने अन्न शिजविणेच्या पध्दतीची आणि डास्तोकां ^{nutrients}
 पध्दतीने शारिरिक व्हायाम क्रियांची ऑनलाईन प्रालयशिक्षकांवर ^{इडुकुन}
^{the demonstration} अचुक तंतोतंत ^{without} बांझरि ^{correctly}
 exactly सराव पूर्ण प्राणालीकपण आणि सातत्याने अनुसरण ^{follow} करणाऱ्या
 हेतुने ऑनलाईन नैसर्गीक अन्न आहार योजना, नैसर्गीक पध्दतीने अन्न
 शिजविणेच्या पध्दतीसह आणि शास्त्रीय पध्दतीने शारिरिक व्हायाम क्रिया
 योजना प्रालयशिक्षकांसह, दैनंदिन दिनचर्या योजना, मार्गदर्शक ताल्य योजना
 या चार योजनांचा अचुक तंतोतंत सराव पूर्ण प्राणालीकपण आणि सातत्याने
 अनुसरण ^{follow} करणाऱ्या हेतुने पूर्ण प्राणालीकपण स्विकार करून
 सरावाने परिपूर्णता/पूर्णतायेने ^{practical begins perfection}.

स्थळ: नागज (इंडीया) श्रीमान सुरेश रामचंद्र प्रधान
 Place: NAGAJ (INDIA) Mr. SURESH RAMCHANDRA PRADHAN
 Shramekonda
 Date: 15 - 4 - 2022. Fifteen April 2022.

संपुर्ण जगातील प्रशिक्षणार्थी नाव नोंदणी करणारे सर्व आदरणीय, सन्माननीय, प्रतिष्ठीत, पूज्य respectable, venerable, adorable सर्व प्रशिक्षणार्थीसाठी मग ते पुरुष असतील किंवा महिला असतील, मुलगी असेल किंवा मुलगा असेल, तरुण मुलगा असेल किंवा तरुण मुलगी असेल, ती नवविवाहित तरुणी असेल, किंवा नवविवाहित तरुण असेल, विवाहित पुरुष असेल किंवा विवाहित महिला/स्त्री असतील, जेष्ठ नागरिक विवाहित महिला असेल किंवा जेष्ठ नागरिक विवाहित पुरुष असतील, जेष्ठ नागरिक किंवा जेष्ठ नागरिक महिला असतील. सर्व प्रशिक्षणार्थीसाठी आणि आमचे अधिकृत संकेतस्थळाला www.OnceMoreYoungish.com website / पुन्हा एका तरुण संकेतस्थळाला भेट देणारे संपुर्ण जगातील आदरणीय, सन्माननीय, प्रतिष्ठीत, पूज्य respectable, venerable, adorable सर्व जनतेला मग ते पुरुष असतील किंवा महिला असतील, मुलगी असेल किंवा मुलगा असेल, तरुण मुलगा असेल किंवा तरुण मुलगी असेल, ती नवविवाहित तरुणी असेल, किंवा नवविवाहित तरुण असेल, विवाहित पुरुष असेल किंवा विवाहित महिला/स्त्री असतील, जेष्ठ नागरिक विवाहित महिला असेल किंवा जेष्ठ नागरिक विवाहित पुरुष असतील, जेष्ठ नागरिक पुरुष असतील किंवा जेष्ठ नागरिक महिला असतील सर्व नागरिकांसाठी

आठ EIGHT

प्रत्येक महिन्याच्या एका तारखेला वचनपत्र क्र. [REDACTED] या वचनपत्राचे www.OnceMoreYoungish.com website / पुन्हा एका तरुण संकेतस्थळावर वचनपत्र लिहून प्रसिद्ध केले आहे आणि मी स्वतः श्रीमान सुरेश रामचंद्र प्रधान माझे स्वताचे पूर्ण नाव लिहून मी स्वतः माझी सही/स्वाक्षरी SIGNATURE केलेली आहे. माझे नाव आणि स्वाक्षरी SIGNATURE च्याखाली प्रत्येक महिन्याच्या एका तारखेला IN ADDITION TO आणखी ADDITIONAL अधिक ज्यदा उल्लेखनीय माहिती Notable Information आणि काही महत्वाच्या सूचना And Some Important Tips लिहून प्रसिद्ध करणार आहे ही प्रसिद्ध करणार असलेली उल्लेखनीय माहिती आणि काही महत्वाच्या सूचना प्रत्येक आदरणीय सन्माननीय, प्रतिष्ठीत, पूज्य respectable, venerable, adorable प्रशिक्षणार्थीनी, आदरणीय, सन्माननीय, प्रतिष्ठीत, पूज्य नागरिकांनी प्रत्येक महिन्याचे एक तारखेला प्रसिद्ध करणार असलेली माहिती जाणून घेण्यासाठी www.OnceMoreYoungish.com website ला / पुन्हा एकदा तरुण संकेतस्थळाला भेट द्यावी

Visit To The Once More Youngish Website To Know The Information Published

आठसाठी

दिनांक 01/05/2022 रोजी वचनपत्र क्र. [REDACTED] प्रसिद्ध होणारी माहिती जाणून घेण्यासाठी www.OnceMoreYoungish.com website ला / पुन्हा एकदा तरुण संकेतस्थळाला भेट द्या.

8 EIGHT

To know the information that will be published for promise Letter no [REDACTED] 01/05/2022, visit to the Once More Youngish website

एक आदरणीय विनंती A Respectful Request

संपुर्ण जगातील प्रशिक्षणार्थी नाव नोंदणी करणारे सर्व आदरणीय, सन्माननीय, प्रतिष्ठीत, पूज्य respectable, venerable, adorable सर्व प्रशिक्षणार्थीसाठी मग ते पुरुष असतील किंवा महिला असतील, मुलगी असेल किंवा मुलगा असेल, तरुण मुलगा असेल किंवा तरुण मुलगी असेल, ती नवविवाहित तरुणी असेल, किंवा नवविवाहित तरुण असेल, विवाहित पुरुष असेल किंवा विवाहित महिला/स्त्री असतील, जेष्ठ नागरिक विवाहित महिला असेल किंवा जेष्ठ नागरिक विवाहित पुरुष असतील, जेष्ठ नागरिक किंवा जेष्ठ नागरिक महिला असतील. सर्व प्रशिक्षणार्थीसाठी आणि आमचे अधिकृत संकेतस्थळाला www.OnceMoreYoungish.com website / पुन्हा एका तरुण संकेतस्थळाला भेट देणारे संपुर्ण जगातील आदरणीय, सन्माननीय, प्रतिष्ठीत, पूज्य respectable, venerable, adorable सर्व जनतेला मग ते पुरुष असतील किंवा महिला असतील, मुलगी असेल किंवा मुलगा असेल, तरुण मुलगा असेल किंवा तरुण मुलगी असेल, ती नवविवाहित तरुणी असेल, किंवा नवविवाहित तरुण असेल, विवाहित पुरुष असेल किंवा विवाहित महिला/स्त्री असतील, जेष्ठ नागरिक विवाहित महिला असेल किंवा जेष्ठ नागरिक विवाहित पुरुष असतील, जेष्ठ नागरिक पुरुष असतील किंवा जेष्ठ नागरिक महिला असतील

आपण सर्वाना Once More Youngish परिवारकडून एक आदरणीय विनंती जेव्हा तुम्ही www.OnceMoreYoungish.com वेबसाईटला भेट देता, केव्हा इतरांनी www.OnceMoreYoungish.com वेबसाईटला भेट द्यावी या हेतूने www.OnceMoreYoungish.com या वेबसाईटची लिंक, मित्रपरिवार, नातेवाईक, संबंधी, गणगोत, आप्तेष्ट, सगेसोयरे, ग्रुप मध्ये पोस्ट करा.

A respectful request from the once more youngish family to all of you When you visit the www.OnceMoreYoungish.com website in the friends, one's relative, one's kith and kin, group for the purpose that others may visit www.OnceMoreYoungish.com website.

Yours faithfully

Mr. SURESH RAMCHANDRA PRADHAN

आपला विश्वासू

श्रीमान सुरेश रामचंद्र प्रधान



सही/स्वाक्षरी Signature

Once More Youngish Website वन्स मोअर यंगीश वेबसाईटवर / पुन्हा एकदा तरुण संकेतस्थळावर प्रकाशित केलेली लेखी माहिती स्वतः श्रीमान सुरेश रामचंद्र प्रधान यांनी स्वतः त्यांचे मूळ मराठी मातृभाषेत लिहून प्रकाशित केले आहे. ते स्वतः मराठी भाषेचा इंग्लिश (यु एस) भाषेत अनुवाद करत आहेत Once More Youngish Website वर / पुन्हा एकदा तरुण संकेतस्थळावर प्रकाशित करत आहेत.

The written information published on the once more youngish website has been written and published by Mr. SURESH RAMCHANDRA PRADHAN himself in his native Marathi mothertongue. He himself is translating the Marathi language into English (US) and Once More Youngish are publishing on this website.

काही असाध्य रोगांवर संशोधन सुरु आहे

Research into some incurable disease in progress

काही असाध्य रोगांचा शोध अंतिम टप्पात आहे

The search for some incurable disease is in final stages

वेळोवेळी, प्रकाशित माहिती once more youngish website/ पुन्हा एकदा तरुण संकेतस्थळावर सिद्ध चाचणी शरीरविज्ञान फिजीओलॉजी सिद्धांत म्हणून प्रकाशित केली जाईल.

From time to time, published information will be published all the Once More Youngish website as a proven test physiology theory.

आमच्या अधिकृत वेबसाईटला / संकेतस्थळाला भेट द्या

Visit our official website

आमची अधिकृत वेबसाईट / संकेतस्थळ

Our official website

www.OnceMoreYoungish.com

नैसर्गिक फुलाचे रोप/वृक्ष केवडा Flowering plant/tree केवड्याची फुले Kevda Flowers बीजापासून निर्मिती झालेले अपरिपक्व रोप जेव्हा नैसर्गिक परिपक्व होते म्हणजेच परिपक्वतेच्या बहराजे बहरून जाते तेव्हा ते त्याच्या नैसर्गिक जन्मजात विविध गुणधर्मांनी निसर्गात प्रसिद्धी मिळवते. आणि अनेक वर्षे नैसर्गिक जन्मजात मोहक सुगंधाने सर्वांवे लक्ष वेधून घेण्याची क्षमता केवड्याच्या फुलातील सुवासिक सुगंधात आहे.

मनुष्याचे जन्मजात नानाविविध वैशिष्टपूर्ण गुणधर्म वयाच्या 16 व्या वर्षापासून म्हणजेच परिपक्वतेच्या बहराणे बहरलेल्या वर्षापासून परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण ताजेतवाने उत्साही उर्जावान महान सामर्थ्यशाली विर्यतेजउत्साहीउर्जाशक्तीचे The great powerful strength semen brilliance energetic energy power 16 च्या तारुण्याच्या भराच्या बहरातील स्वतःचे वयाचे 16 वे वर्ष तारुण्याचे ते स्वतःच्या वयाची 116 वर्ष आयुष्यातील प्रत्येक वर्ष, प्रत्येक वर्षातील प्रत्येक दिवस स्वतःच्या वयाच्या 16 वर्षाप्रमाणे तारुण्यपूर्ण बहराणे बहरलेला महान सामर्थ्यशाली विर्यतेजउत्साहीउर्जाशक्तीसह क्रियाशील Active उत्तेजित Simulated संतुलित Balanced संतुलीनीकरण Stabilization कामगिरीची Performance शतायुषी More वर्षे 16 व्या वर्षाप्रमाणे तारुण्यपूर्ण बहराणे बहरलेली जीवनशैली उपभोगणे साध्य आहे / शक्य आहे. स्वतःचे वयाचे 16 व्या वर्षाप्रमाणे तारुण्यपूर्ण बहराणे बहरलेली शतायुषी More जीवनशैली उपभोगता यावी या उद्देशाने मनुष्य जन्माची निर्मिती आहे मग तो पुरुष असेल किंवा स्त्री असेल मनुष्यदेह हि एक जिवंत बुद्धीजीवी मशीन आहे. या बुद्धीजीवी मशीन रूपी मनुष्य देहाला ज्या गुणधर्मांचे नैसर्गिक अन्नपदार्थांची Food Diet Plan, Food Stuffs नैसर्गिक संतुलित अन्न आहार योजना नैसर्गिक पद्धतीने अन्न शिजवून खाण्याद्वारे शरीर अवयवांना पुरवठा केला जातो त्याच गुणधर्मांचा शरीर अवयवांकडून रिजल्ट आपणला प्राप्त होतो हा शरीरविज्ञानाचा सिद्धांत आहे. आपले शरीराकडून आपली जी अपेक्षा आहे त्या अपेक्षापूर्तीसाठी त्या गुणधर्मांचे नैसर्गिक अन्नपदार्थांची नैसर्गिक संतुलित अन्न आहार योजना नैसर्गिक संतुलित पद्धतीने अन्न शिजवणे आणि खाण्याद्वारे शरीर अवयवाना पुरवठा करणे आणि शरीरविज्ञानाचा सिद्धांत असाही आहे कि शरीराच्या ज्या अवयवाला शारीरिक व्यायाम क्रिया सारावाद्वारे व्यायाम प्राप्त होतो तो अवयव बलवान, विकसित, क्रियाशील होतो म्हणून संतुलित शारीरिक व्यायाम क्रिया सारावाद्वारे आपण खालेल्या अन्नाचे संतुलित पचन, सर्वांग शरीर अवयव संतुलित बलवान विकसित करण्यासाठी उपयोग केला पाहिजे तरच खर्या अर्थाने अन्न आहार योजन सार्थ ठरतात. 16 व्या वर्षाप्रमाणे तारुण्यपूर्ण बहराणे बहरलेली महान सामर्थ्यशाली विर्यतेजउत्साहीउर्जाशक्तीसह क्रियाशील, उत्तेजित संतुलित संतुलीनीकरण कामगिरीची शतायुषी More वर्षे 16 व्या वर्षाप्रमाणे तारुण्यपूर्ण बहराणे बहरलेली जीवनशैली उपभोगणे सहज साध्य होते.

Yours faithfully

Mr. SURESH RAMCHANDRA PRADHAN

आपला विश्वासू

श्रीमान सुरेश रामचंद्र प्रधान



सही/स्वाक्षरी Signature

वय वर्ष 81 ते वय वर्ष 100 व्योगटातील जेष्ठ नागरिकांसाठी
अकाली अशक्तता ही गंभीर समस्या आहे.

मनुष्य मग तो पुरुष असेल किंवा स्त्री असेल मनुष्याचा
जीवनकाळ the length of life / आयुष्यमर्यादा limit of life
परीपूर्ण तारुण्यपूर्ण ताजेतवाने असाही उर्जावान महान शक्तीशाली
विर्यतेजशक्तीची The great powerful semen brilliance
स्वतःच्या वयाची 16 वर्षे ते स्वतःच्या वयाची
116 वर्षे, प्रत्येक वर्ष स्वतःच्या वयाच्या 16 व्या वर्षप्रमाणे
महान शक्तीशाली विर्यतेज उर्जाशक्तीसह कामगिरीची perfect balance
शतायुषी अधिक वर्षे जीवनशैली उपभोगल्यानंतर आणि वृद्धी
म्हणून मिळालेले ज्यादा परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण ताजेतवाने असाही उर्जावान
महान शक्तीशाली विर्यतेज उर्जाशक्तीसह यशस्वीरीत्या प्रमत्नपूर्वक समाधानाने
जीवनशैली उपभोगल्यानंतर नैसर्गिक वृद्धापकाळ old age सुरू होतो.

शारीरिक तंदुरुस्तीचे श्रेष्ठ वरचढ गुणवत्ताधारक (विशेष दर्जा)
~~जेष्ठ नागरिकांसाठी अकाली अशक्तता~~ जेष्ठ नागरिकांमध्ये मग ते पुरुष
असात किंवा महिला असात अकाली अशक्तता प्रत्यक्ष आणि अप्रत्यक्ष अशा
दोन्ही प्रकारातून पहायला मिळते / निद्विनास येते. अकाली अशक्तता म्हणजेच
अकाली वृद्धत्व होय. याचा परिणाम असा होतो की अल्पायुषी
जीवनशैली उपभोगणे होय. विर्यतेजशक्ती the great semen brilliance power.

मनुष्य जीवनप्रवास प्रामुख्याने तीन टप्प्यात विभागलेला आहे.
पहिला टप्पा वृद्धापकाळ जन्मापासून वयाची 18 वर्षे पूर्ण होईपर्यंतचा टप्पा.
दुसरा टप्पा तारुण्यपूर्ण वयाच्या 19 वर्षापासून वयाची 100+ पर्यंत अधिक
वर्षानंतर आणि वृद्धी म्हणून मिळालेले ज्यादा तारुण्यपूर्ण असाही उर्जावान
जीवन ~~प्रवास~~ प्रवास उपभोगणे आणि तिसरा टप्पा वृद्धापकाळ old age.
वयाचे 81 वर्षानंतर शारीरिक तंदुरुस्तीवर बट्ट पकड निर्विवाद

सिध्द ~~करणाचे~~ केलेले श्रेष्ठ वरचढ ~~गुणवत्ताधारक~~ शारीरिक तंदुरुस्तीचे
गुणवत्ताधारक (विशेष दर्जा) जेष्ठ नागरिक हा सन्मान अगदी सोज्वळ आहे
परंतु 81 वर्षावरील शारीरिक तंदुरुस्तीवर बट्ट पकड निर्विवाद प्रकृत्युत्पत्ति सिध्द
करणारे श्रेष्ठ वरचढ शारीरिक तंदुरुस्तीचे गुणवत्ताधारक विशेष दर्जाचे
जेष्ठ नागरिक म्हणजे वृद्धापकाळ नव्हे. 81 वर्षावरील शारीरिक तंदुरुस्तीवर
बट्ट पकड निर्विवाद प्रकृत्युत्पत्ति सिध्द करणारे श्रेष्ठ वरचढ शारीरिक तंदुरुस्तीचे
गुणवत्ताधारक विशेष दर्जाचे जेष्ठ नागरिक म्हणजे स्वतःच्या वयाच्या 81 व्या
वर्षाचे रूपांतर स्वतःचेच 18 वर्षाप्रमाणे असाही उर्जावान तारुण्यभावस्थेची
पुन्हा एकदा सुरुवात पुन्हा एकदा नव्या जोगीने ताजेतवाने refreshment
जीवन प्रवासासाठी विशेष दर्जाचे जेष्ठ नागरिक सन्मानासह नव्या दमार्चे नवे
दमदार एक विशेष आदर्श तारुण्यभावस्थेचे कारोज संपन्न perfect for the health
असाही उर्जावान energetic ताजेतवाना refreshment उन्मत्तताही सुटते
renewal शारीरिक तंदुरुस्ती physical fitness
जोगीने भरलेले perfect full of youth filled with fully youthful vigor

ताळतावाने असाहि उत्रावान जीवन प्रवास उपभोगमासाठीची 81 वर्षावरील विशेष दर्जाचे जेष्ठ नागरिक पुरुष आणि 81 वर्षावरील विशेष दर्जाचे जेष्ठ नागरिक महिलांची अत्यंत आवश्यक गरज आहे.
वयानुसार आणि ऋतुनुसार according to age and seasonal

81 वर्षावरील विशेष दर्जाचे जेष्ठ नागरिक पुरुष आणि 81 वर्षावरील विशेष दर्जाचे जेष्ठ नागरिक महिलांना नैसर्गिक निवडक वनाभ्यासोच्च अतिविशिष्ट अतिविशेष विविध पौष्टिक सत्वकीय सत्वयुक्त गुणधर्मांनी परिपूर्णतासह नानाविध अनमोल नैसर्गिक औषधी गुणधर्मांनी परिपूर्ण प्रमाणे इतिरितीला प्रमाणानुसार प्रत्येक संतुलित अन्न आहार योजनांसाठी अत्यावश्यक असलेल्या प्रत्येक अनेक नैसर्गिक अतिविशिष्ट गुणधर्मांचे अन्न पदार्थांचा अत्युत्तम तंतोतंत प्रमाणावरील प्रमाणानुसार वापर करून नैसर्गिक पध्दतीने अन्न शिजविण्या निमोजनाद्वारे प्रत्येक नैसर्गिक अन्न पदार्थांचा संतुलित अन्न आहार योजनेसह अत्युत्तम तंतोतंत मात्रा हिन्सा वाटा भाग प्रमाणावरील प्रमाणानुसार वापर करणेच्या सवस्तिर स्पष्टीकरणसह अनेक अतिविशिष्ट वन आहार योजनांची नैसर्गिक पध्दतीने अन्न आहार शिजविणेची अनेक ऑनलाईन प्रालक्षिके, शास्त्रोक्त पध्दतीने वयानुसार, ऋतुनुसार according to age and seasonal निवडक नैसर्गिक वनाभ्यासोच्च

81 वर्षे वयावरील वारीत अवस्थांची नेमकी गरज ओळखून नेमके गरजेइतके अत्युत्तम तंतोतंत अन्न पदार्थ गुणवत्तापूर्ण गुणवत्तेचे शास्त्रोक्त पध्दतीने शारिरिक व्यायाम क्रियांची ऑनलाईन प्रालक्षिके देईत दिवचेची योजना आहे. good for the health वेळेचे योग्य निमोजना आणि 81 वर्षांनंतरचे जीवन शैलीला निसर्गनीयम ठरवून देता दिशे, आकार देणेसाठी अत्यंत महत्वाची शुद्धी वजावणी मार्गदर्शक तत्वे योजनांची सरबोळ विस्तारीत तपशिल वाच, विश्लेषण सह ही वैयक्तिक शिखा माझ्या स्वतःच्या जोरवशीलर ->

नोंदणीकृत प्रशिक्षणार्थी 81 वर्षावरील विशेष दर्जाचे जेष्ठ नागरिक पुरुष आणि नोंदणीकृत प्रशिक्षणार्थी 81 वर्षावरील विशेष दर्जाचे जेष्ठ नागरिक महिला यांना वयानुसार आणि ऋतुनुसार आजूपावेतून ऑनलाईन मार्गदर्शक तत्वे तत्वांद्वारे आणि नैसर्गिक संतुलित अन्न आहार योजना, नैसर्गिक पध्दतीने अन्न आहार शिजविणे आणि शास्त्रोक्त पध्दतीने शारिरिक व्यायाम क्रिया ऑनलाईन प्रालक्षिकांद्वारे वेळेचे योग्य निमोजना माहिती पुरवठा करणार आहे.

प्रशिक्षणार्थीना प्रवेशासाठी ऑनलाईन नांव नोंदणी फॉर्म व्हॉट्सअप द्वारे पाठविण्यासाठी आमचा अधिकृत ई-मेल आयडी:

: happyenjoy@oncemoneyoungish.com

प्रशिक्षणार्थीना प्रवेशासाठी ऑनलाईन नांव नोंदणी फॉर्म भरणे आवश्यक आहे.

आमच्या अधिकृत संकेत स्थळाला भेट द्यावी.
आमचे अधिकृत संकेत स्थळ :

WWW. Once More Youngish. com

प्रशिक्षणार्थींना प्रवेशासाठी ऑनलाईन नांव नोंदणी फॉर्म व्हॉट्सअप
द्वारे पाठविण्यासाठी आमचा अधिकृत ई-मेल आयडी :

: happyenjoy @ once more youngish. com

आणि अधिकृत मोबाईल नंबर :

9764703111, 9168239001, 9371882022.

ऑनलाईन फॉर्म पाठविण्यासाठी वरील ई-मेल आयडी वदती, किंवा
वरीलपैकी कोणत्याही एका मोबाईल नंबरवर पूर्ण माहिती भरलेला फॉर्म
व्हॉट्सअप द्वारे पाठवावेत. तसेच आमच्या अधिकृत संकेत स्थळाला भेट द्यावी.
आमचे अधिकृत संकेत स्थळ :

WWW. Once More Youngish. com

शोध मानधन अमेरिकन डॉलर्स एकत्रो अठ्ठ्याऐंशी डॉलर्स आहे.

Discovery honorarium is US \$ Dollars 188 \$ dollars
One hundred eighty-eight dollars.

प्रशिक्षणार्थींनी प्रवेशासाठी ऑनलाईन नांव नोंदणी फॉर्म व्हॉट्सअप
द्वारे पाठवितांना शोध मानधन अमेरिकन (यु एस) डॉलर्स एकत्रो अठ्ठ्याऐंशी
डॉलर्स गुगल पे किंवा फोन पे द्वारे ऑनलाईन पेमेंट पाठवावे.

शोध मानधन शुल्क अमेरिकन डॉलर्स एकत्रो अठ्ठ्याऐंशी डॉलर्स
गुगल पे किंवा फोन पे द्वारे ऑनलाईन पेमेंट पाठविण्यासाठी आमचे अधिकृत
मोबाईल फोन नंबर :

9764703111, 9168239001, 9371882022.

या तिनपैकी एका मोबाईल नंबरवर शोध मानधन शुल्क अमेरिकन
डॉलर्स एकत्रो अठ्ठ्याऐंशी डॉलर्स गुगल पे किंवा फोन पे द्वारे
ऑनलाईन पेमेंट पाठवावे.

प्रशिक्षणाधीचा समोवन वेतलेला उभे स्थितीचा पूर्ण आकाराचा
वर्तमान ~~चरित्र~~ शारीरिक फिलेस फोटो, आणि डाव्या किंवा उजव्या बाजूने
वेतलेला उभ्या स्थितीचा पूर्ण आकाराचा वर्तमान ~~चरित्र~~ शारीरिक फिलेस
फोटो. ज्या मोबाईल फोन नंबरवरून तुम्ही गूगल पे किंवा फोन पे द्वारे
ऑनलाईन पेमेंट पाठविणार आहात.

From the same mobile number from which you are going
to send payment via Google pay or phone pay online.

ज्या मोबाईल फोन नंबरवरून प्रशिक्षणाधीचा स्वतःचा फोटो आणि ऑनलाईन
प्रशिक्षणाधी नांव नोंदणी पूर्ण माहिती भरलेला फॉर्म व्हॉट्सअप द्वारे पाठवावेत.

तुमचा वेगळ्या प्रगती फाइलमध्ये, आम्ही तयार केलेल्या
फाइलमधे तुमचा फोटो असतो.

Your separate progress file contains your photo on the
file we create.

तुमची सर्व माहिती आमच्याकडे अत्यंत सुरक्षित असेल.

All your information will be extremely secure with us.

आम्ही तुम्हाला गूगल पे किंवा फोन पे द्वारे ऑनलाईन पाठविलेल्या
पेमेंटचे नोंदणी प्रमाणपत्र प्रदान करतो.

We provide you with the registration certificate
of the payment sent by via Google pay or phone pay payment.

प्रशिक्षणाधी नांव नोंदणी फॉर्म संगणकाच्या मदतीने / साहाय्याने
किंवा स्मार्ट फोन मोबाईलच्या मदतीने / साहाय्याने करण्यासाठी इंग्लिश (मुसो)
भाषा निवडा.

वय वर्षे 81 ते वय वर्षे 100 वयोगटातील जेपठ नागरीकांसाठी
अकाली अज्ञातता Premature weakness पासून शरीराचे अगदी सुरक्षित
संरक्षण, सुस्थितीत टिकऊन धरणे maintain व विकास करणेसाठी
प्रशिक्षणाधी नांव नोंदणी फॉर्म नमुना.

पेमेंट ऑनलाईन पेमेंट पाठविण्याचा उद्देश
वय वर्षे 81 ते वय वर्षे 100 वयोगटातील जेपठ नागरीकांसाठी अकाली
अज्ञातता Premature weakness पासून शरीर अवयवांचे अगदी

सुरक्षा संरक्षण, सुस्थिति विकल्प धरण / maintain व विकास करणेसाठी
प्रशिक्षणाची नाव नोंदणी मानधन.

प्रशिक्षणाची पूर्ण नांव

प्रशिक्षणाची वय

जन्मतारीख

male / female

प्रशिक्षणाची लिंग

पुरुष / स्त्री

प्रशिक्षणाची पूर्ण पत्ता

दोन मोबाईल नंबर प्रविष्ट करा

आपल्याकडे ई-मेल आयडी असल्यास ई-मेल आयडी प्रविष्ट करा

प्रशिक्षणाची व्यवसाय

प्रशिक्षणाची इतर आयडीचे संद

प्रशिक्षणाची देशाचे नांव

प्रशिक्षणाची भारत देशातील असतील तर देशाचे नांव आणि राज्य नांव,
जिल्हाचे नांव

पूर्ण माहिती भरलेला फॉर्म संगणकाच्या मदतीने / साहाय्याने किंवा
स्मार्ट फोन मोबाईलच्या मदतीने टाइप टिप केलेला फॉर्म होटसॉप
द्वारे ऑनलाईन पाठवावा.

प्रशिक्षणाची प्रवेशासाठी ऑनलाईन नांव नोंदणी फॉर्म
होटसॉपद्वारे ऑनलाईन पाठविता शोध मानधन अमेझॉन (युएस)
डॉल्स एवढी अठराहजेरी डॉल्स गुगल पे किंवा फोन पे द्वारे ऑनलाईन
पेमेंट पाठवावे.

या मोबाईल फोन क्रमांकावरून तुम्ही गुगल पे किंवा फोन पे द्वारे
ऑनलाईन पेमेंट पाठविता आसात.

The mobile phone number from which you are going
to send an online payment via Google pay or phone pay.

त्याच मोबाईल क्रमांकावरून पूर्ण माहिती भरलेला फॉर्म संगणकाच्या
मदतीने / साहाय्याने किंवा स्मार्ट फोन मोबाईलच्या मदतीने टाइप टिप
केलेला फॉर्म होटसॉपद्वारे ऑनलाईन पाठवावा.

कार्यालयीन office नियमानुसार प्रत्येक वर्षासाठी कार्यालयीन
रवरी, कार्यालयीन भाडे, कार्यालयीन कर्मचारी पगार office staff
salary, ऑनलाईन माहितीची देवाण देणूक इत्यादी online information
exchange एवढी कार्यालयीन मूळ व सर्व annual total office

expenses प्रत्येक प्रशिक्षणाधीन दरवर्षी कार्यालयीन खर्च आमच्या अधिकृत कार्यालयीन ऑनलाईन पेमेंट *online payment* पाठविणे अनिवार्य *Compulsory* आहे. एकूण वार्षिक कार्यालयीन खर्च प्रत्येक प्रशिक्षणाधीन समान प्रमाणात विभागून घ्या म्हणजे वार्षिक कार्यालयीन खर्चाची प्रतीपाटी पायीची एकूण संख्येने विभाजित करणे *dividing the annual office expenses by the total number of trainees*.

संख्या लक्षात घेता एकूण वार्षिक कार्यालयीन खर्च सर्व प्रशिक्षणाधीनी समान प्रमाणात एकूण अमेरिकन डॉलर्स *US \$ dollars* मोठ्या करून *all trainees collect the same amount US \$ dollars* वार्षिक कार्यालयीन खर्च दरवर्षी आमचे अधिकृत कार्यालयीन ऑनलाईन पेमेंट गुगल पे किंग फोन पे द्वारे पाठवावे लागेल. दोघ मान घेऊन अमेरिकन डॉलर्स एकरी अठरादरिशी डॉलर्स *अतिरिक्त/च्या शिवाय वार्षिक कार्यालयीन खर्चाची वर्गीत आमचे अधिकृत ऑफिसला प्रत्येक वर्षी मिरण ऑनलाईन पेमेंट पाठविणे आवश्यक* *Compulsory* आहे. *Discovery honorarium is required to pay an annual subscription in addition/without to US \$ 188 dollars*.

दोघ मान घेऊन आमुच्यातुन एकच वेळ देण्याचे आहे. कार्यालयीन वार्षिक खर्च दरवर्षी आमचे अधिकृत कार्यालयीन ऑन लाईन पेमेंट गुगल पे किंग फोन पे द्वारा भरावा लागतो.

अशास्त्री रीत्या एक खरोखर अर्थपूर्ण नेहमी समाधानी आनंदी व तणावमुक्त प्रसन्न, चिंतामुक्त निरोगी मनाने शिवाय दृढीकरण पद्धतीद्वारे परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण तान्त्रिक उदाहरित उजावाळ दिवायु *long lived* जीवनशैली उपभोगणीय योग्य नियोजनातून लक्ष केंद्रित करून दिवायु *long lived* जीवनप्रवासाचे लक्ष *purpose* साध्य करणेसाठी दिवायु *long lived* जीवनशैली विकसित करण्याच्या योग्य नियोजनातून लक्ष केंद्रित करण्यासाठी

- 1) दर दिवशी शास्त्रोक्त पध्दतीने शिवाय व्यायाम क्रिया सराव योजना,
- 2) नेहमीक रथाभ्यासोग्य निषेधक संपुर्ण अन्न आहारांचे योजनांचे उद्दिष्ट साध्य करणेसाठी वर्षावरहुकूम आणि अष्टतुमान वन हुकूम *increasing the age and seasonal* प्रत्येक दिवशीची दिवसातुन चार वेळेचे नेहमीक अतिविशिष्ट अन्न आहारांचा शरित अवयवना पुरवठा करणेसाठीची नेहमीक वन आहाराची योजना, नेहमीक संपुर्ण नेमके गरजेप्रमाणे अचूकताताने *without mistake correctly exactly* नेहमीक संपुर्ण अन्न आहाराच्या योजनेसाठी आवश्यक प्रत्येक नेहमीक अन्न पदार्थांचे जन्मजात स्वाभाविकपणे *Since one's birth, in born, naturally* साध्य करणेसाठी

दोषानुसार विविध पोपटीक, सात्वीक स्तव्यमुक्त गुणधर्मांनुसार नानाविध अन्नमोळ नेहमीक औषधी गुण धर्मांनुसार शरीरालाद होणारे अवयवसंपन्न *good for the health* आणि लुक्सानकारक *harmful* परिणामांची स्वरामरी गुणावगुण गुणवत्तापूर्ण गुणवत्तांची बेरीज आवोग्यसंपन्न परिपूर्ण

तारुण्यपूर्ण ताजेतवाने असाहि उजाविले दिवायु *long-lived* जीवनशैली विकसित
होण्याचे दृष्टीकोनातून प्रसिद्ध नैसर्गिक अन्न पदार्थांचे नैसर्गिक संतुलित
अन्न खाहार योजनांतील अच्युत तंतोतंत मात्रा/गाटा/हिससा/भाग/प्रमाण
प्रमाणाविररीत्या प्रमाण निश्चित करून आणि नैसर्गिक पध्दतीने अन्न
खाहार शिजवून खाण्या द्वारे शरीराची नैसर्गिक गरज ओळखून घेणे इत्यादी
संतुलित नैसर्गिक अन्नाचा पुरवठा करण्याची नैसर्गिक संतुलित अन्नखाहार योजना
3) दैनंदिन दिनचर्या आरोग्य संपन्न *good for the health* वेळेचे योग्य
संतुलित निराजव, नेहमी समाधानी आनंदी व प्रसन्न राहावमुळा, चिंतामुक्ती
निरोगी मनाने दैनंदिन दिनचर्या योजना, 4) नैसर्गिक निरामुखरुद्ध
जीवनशैलीला दिशा *direction* आकार देऊन शिस्तबद्ध दृष्टीकोनाच्या
पध्दतीद्वारे परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण ताजेतवाने असाहि उजाविले दिवायु *long-lived*
जीवनशैली उपभोगण्याचे योग्य निराजनावर लक्ष केंद्रित करून दिवायु
long-lived जीवनप्रवासाचे लक्ष *target* साध्य करणेसाठी दिवायु
lived जीवनशैली विकसित प्रयत्नपूर्ण प्रयत्न *masterful* *command* कमेटीस
उत्तरलेले/सिद्ध केलेले *powerful*, सिद्ध *power* करणेसाठी उपयुक्त मार्गदर्शक
तत्त्व योजना या चार योजनांचे एकत्रीत संतुलित सरावांनद्वारे संयोग/मिश्र
combined balanced practical combination पूर्ण अन्नातून पूर्ण
संतुलित
प्राभाषिक प्रयत्नांना पूर्ण प्राभाषिकता म्हणूनही जोड देऊन सातत्याने पिकाटिने
आणि जिधीने पूर्ण प्राभाषिकपणे यशस्वीरीत्या साध्य करून शिस्तबद्ध
दृष्टीकोनाच्या पध्दतीद्वारे परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण ताजेतवाने असाहि उजाविले
दिवायु *long-lived* जीवनशैली उपभोगण्याचे योग्य निराजनावर लक्ष केंद्रित
करणेसाठी दिवायु *long-lived* जीवनप्रवासाचे लक्ष *target* साध्य करणेसाठी
दिवायु *long-lived* जीवनशैली विकसित करणेसाठीचे दृष्टीकोनातून दिवायु
long-lived जीवन प्रवासाचे उद्दीष्ट साध्य करणेसाठीचे ध्येयाने इरादात्मक
जे प्रविष्ट छात्री नांव नोंदणी करतील मग ते जेष्ठ नागरिक पुरुष असोत किंवा
जेष्ठ नागरिक महिला असोत त्या सर्व प्रशिक्षणासाठी *once in a while*
website वन्स मोअर अंगीक्षा वेबसाईट/पुस्तकातून या संकेतस्थळा
संकेतस्थळावर मिळून प्रसिद्ध केलेले वय वर्षे 81 ते वय वर्षे 100
वयोवृत्तातील जेष्ठ नागरिकांसाठी अकाली अज्ञातता *premature*
weakness हि बीबीर समस्या *diagnosis problem* आहे. वचनपत्र
क्रमांक नऊ या वचनपत्रामधील लेखी माहितीवरुद्ध अकाली
अज्ञातता या गंभीर समस्येपासून पूर्णपणे दारीवाचे अगदी सुरक्षित
संरक्षण, योग्य अन्नसन्निधिसुसन्निधिसिद्ध करून घेणे *maintain* परिपूर्ण
तारुण्यपूर्ण ताजेतवाने असाहि उजाविले दिवायु जीवनशैली *long-lived*
उपभोगण्याचे जीवनप्रवासाचे लक्ष *target* साध्य करणेसाठी दिवायु *long-lived*
जीवनशैली विकसित करणे, हि संधी उपलब्ध करून देणे हि माझी
वैयक्तिक जबाबदारी आहे. *It is my personal responsibility*
to making this opportunity available.

सरावाने पुर्णत्व येते Practice brings perfection

मि स्वतः पुरपठा करणार असलेल्या औनलाईन नेमगीक अन्न आहार योजना, नेमगीक पध्दतीने अन्न शिजविणेच्या पध्दतीची आणि इंग्रजीत पध्दतीने शारिरीक व्यायाम क्रियांची औनलाईन प्राल्म शिक्षा करणे हे काम ^{according to} demonstration ^{without} अचुक तंतोतंत ^{without} ^{completely} ^{exactly} सराव पुर्ण प्रामाणीकपणे आणि सातत्याने अनुसरण ^{follow} करणाऱ्या हेतुने औनलाईन नेमगीक अन्न आहार योजना, नेमगीक पध्दतीने अन्न शिजविणेच्या पध्दतीसह आणि इंग्रजीत पध्दतीने शारिरीक व्यायाम क्रिया योजना प्राल्म शिक्षासह, दैनंदिन दिनचर्या योजना, मार्गदर्शक तत्वे योजना या चार योजनांचा अचुक तंतोतंत सराव पुर्ण प्रामाणीकपणे आणि सातत्याने अनुसरण ^{follow} करणाऱ्या हेतुने पुर्ण प्रामाणीकपणे सिद्ध करवा. सरावाने परिपूर्णता / पुर्णत्व येते Practice brings perfection.

स्थळ: नागज (इंडिया) श्रीमान सुरेश रामचंद्र प्रधान
Place: NAGAJ (INDIA) Mr. SURESH RAMCHANDRA PRADHAN
SRamekhemba
Date: 15-4-2022 Fifteen April 2022

संपुर्ण जगातील प्रशिक्षणार्थी नाव नोंदणी करणारे सर्व आदरणीय, सन्माननीय, प्रतिष्ठीत, पूज्य respectable, venerable, adorable सर्व प्रशिक्षणार्थीसाठी मग ते पुरुष असतील किंवा महिला असतील, मुलगी असेल किंवा मुलगा असेल, तरुण मुलगा असेल किंवा तरुण मुलगी असेल, ती नवविवाहित तरुणी असेल, किंवा नवविवाहित तरुण असेल, विवाहित पुरुष असेल किंवा विवाहित महिला/स्त्री असतील, जेष्ठ नागरिक विवाहित महिला असेल किंवा जेष्ठ नागरिक विवाहित पुरुष असतील, जेष्ठ नागरिक पुरुष असतील किंवा जेष्ठ नागरिक महिला असतील. सर्व प्रशिक्षणार्थीसाठी आणि आमचे अधिकृत संकेतस्थळाला www.OnceMoreYoungish.com website / पुन्हा एका तरुण संकेतस्थळाला भेट देणारे संपूर्ण जगातील आदरणीय, सन्माननीय, प्रतिष्ठीत, पूज्य respectable, venerable, adorable सर्व जनतेला मग ते पुरुष असतील किंवा महिला असतील, मुलगी असेल किंवा मुलगा असेल, तरुण मुलगा असेल किंवा तरुण मुलगी असेल, ती नवविवाहित तरुणी असेल, किंवा नवविवाहित तरुण असेल, विवाहित पुरुष असेल किंवा विवाहित महिला/स्त्री असतील, जेष्ठ नागरिक विवाहित महिला असेल किंवा जेष्ठ नागरिक विवाहित पुरुष असतील, जेष्ठ नागरिक पुरुष असतील किंवा जेष्ठ नागरिक महिला असतील सर्व नागरिकांसाठी

नं० NINE

प्रत्येक महिन्याच्या एका तारखेला वचनपत्र क्र. ~~XXXXXX~~ या वचनपत्राचे www.OnceMoreYoungish.com website / पुन्हा एका तरुण संकेतस्थळावर वचनपत्र लिहून प्रसिद्ध केले आहे आणि मी स्वतः श्रीमान सुरेश रामचंद्र प्रधान माझे स्वताचे पूर्ण नाव लिहून मी स्वतः माझी सही/स्वाक्षरी SIGNATURE केलेली आहे. माझे नाव आणि स्वाक्षरी SIGNATURE च्याखाली प्रत्येक महिन्याच्या एका तारखेला IN ADDITION TO आणखी ADDITIONAL अधिक ज्यादा उल्लेखनीय माहिती Notable Information आणि काही महत्वाच्या सूचना And Some Important Tips लिहून प्रसिद्ध करणार आहे ही प्रसिद्ध करणार असलेली उल्लेखनीय माहिती आणि काही महत्वाच्या सूचना प्रत्येक आदरणीय सन्माननीय, प्रतिष्ठीत, पूज्य respectable, venerable, adorable प्रशिक्षणार्थीनी, आदरणीय, सन्माननीय, प्रतिष्ठीत, पूज्य नागरिकांनी प्रत्येक महिन्याचे एक तारखेला प्रसिद्ध करणार असेलेली माहिती जाणून घेणेसाठी www.OnceMoreYoungish.com website ला / पुन्हा एकदा तरुण संकेतस्थळाला भेट द्यावी

Visit To The Once More Youngish Website To Know The Information Published

नं०साठी

दिनांक 01/05/2022 रोजी वचनपत्र क्र. ~~XXXXXX~~ प्रसिद्ध होणारी माहिती जाणून घेण्यासाठी www.OnceMoreYoungish.com website ला / पुन्हा एकदा तरुण संकेतस्थळाला भेट द्या.

9 NINE

To know the information that will be published for promise Letter no ~~XXXXXX~~ 01/05/2022, visit to the Once More Youngish website

एक आदरणीय विनंती A Respectful Request

संपुर्ण जगातील प्रशिक्षणार्थी नाव नोंदणी करणारे सर्व आदरणीय, सन्माननीय, प्रतिष्ठीत, पूज्य respectable, venerable, adorable सर्व प्रशिक्षणार्थीसाठी मग ते पुरुष असतील किंवा महिला असतील, मुलगी असेल किंवा मुलगा असेल, तरुण मुलगा असेल किंवा तरुण मुलगी असेल, ती नवविवाहित तरुणी असेल, किंवा नवविवाहित तरुण असेल, विवाहित पुरुष असेल किंवा विवाहित महिला/स्त्री असतील, जेष्ठ नागरिक विवाहित महिला असेल किंवा जेष्ठ नागरिक विवाहित पुरुष असतील, जेष्ठ नागरिक पुरुष असतील किंवा जेष्ठ नागरिक महिला असतील. सर्व प्रशिक्षणार्थीसाठी आणि आमचे अधिकृत संकेतस्थळाला www.OnceMoreYoungish.com website / पुन्हा एका तरुण संकेतस्थळाला भेट देणारे संपूर्ण जगातील आदरणीय, सन्माननीय, प्रतिष्ठीत, पूज्य respectable, venerable, adorable सर्व जनतेला मग ते पुरुष असतील किंवा महिला असतील, मुलगी असेल किंवा मुलगा असेल, तरुण मुलगा असेल किंवा तरुण मुलगी असेल, ती नवविवाहित तरुणी असेल, किंवा नवविवाहित तरुण असेल, विवाहित पुरुष असेल किंवा विवाहित महिला/स्त्री असतील, जेष्ठ नागरिक विवाहित महिला असेल किंवा जेष्ठ नागरिक विवाहित पुरुष असतील, जेष्ठ नागरिक पुरुष असतील किंवा जेष्ठ नागरिक महिला असतील

आपण सर्वांना Once More Youngish परिवाराकडून एक आदरणीय विनंती जेव्हा तुम्ही www.OnceMoreYoungish.com वेबसाईटला भेट देता, केव्हा इतरांनी www.OnceMoreYoungish.com वेबसाईटला भेट द्यावी या हेतूने www.OnceMoreYoungish.com या वेबसाईटची लिंक, मित्रपरिवार, नातेवाईक, संबंधी, गणगोत, आग्नेष्ट, सगेसोयरे, ग्रुप मध्ये पोस्ट करा.

A respectful request from the once more youngish family to all of you When you visit the www.OnceMoreYoungish.com website in the friends, one's relative, one's kith and kin, group for the purpose that others may visit www.OnceMoreYoungish.com website.

Yours faithfully

Mr. SURESH RAMCHANDRA PRADHAN

आपला विश्वासू

श्रीमान सुरेश रामचंद्र प्रधान



सही/स्वाक्षरी Signature

Once More Youngish Website वनस मोअर यंगीश वेबसाईटवर / पुन्हा एकदा तरुण संकेतस्थळावर प्रकाशित केलेली लेखी माहिती स्वतः श्रीमान सुरेश रामचंद्र प्रधान यांनी स्वतः त्यांचे मूळ मराठी मातृभाषेत लिहून प्रकाशित केले आहे. ते स्वतः मराठी भाषेचा इंग्लिश (यु एस) भाषेत अनुवाद करत आहेत Once More Youngish Website वर / पुन्हा एकदा तरुण संकेतस्थळावर प्रकाशित करत आहेत.

The written information published on the once more youngish website has been written and published by Mr. SURESH RAMCHANDRA PRADHAN himself in his native Marathi mothertongue. He himself is translating the Marathi language into English (US) and Once More Youngish are publishing on this website.

काही असाध्य रोगांवर संशोधन सुरु आहे

Research into some incurable disease in progress

काही असाध्य रोगांचा शोध अंतिम टप्पात आहे

The search for some incurable disease is in final stages

वेळोवेळी, प्रकाशित माहिती once more youngish website/ पुन्हा एकदा तरुण संकेतस्थळावर सिद्ध चाचणी शरीरविज्ञान फिजीओलॉजी सिद्धांत म्हणून प्रकाशित केली जाईल.

From time to time, published information will be published all the Once More Youngish website as a proven test physiology theory.

आमच्या अधिकृत वेबसाईटला / संकेतस्थळाला भेट द्या

Visit our official website

आमची अधिकृत वेबसाईट / संकेतस्थळ

Our official website

www.OnceMoreYoungish.com

नैसर्गिक फुलाचे रोप/वृक्ष केवडा Flowering plant/tree केवड्याची फुले Kevda Flowers बीजापासून निर्मिती झालेले अपरिपक्व रोप जेव्हा नैसर्गिक परिपक्व होते म्हणजेच परिपक्वतेच्या बहराणे बहरून जाते तेव्हा ते त्याच्या नैसर्गिक जन्मजात विविध गुणधर्मांनी निसर्गात प्रसिद्धी मिळवते. आणि अनेक वर्षे नैसर्गिक जन्मजात मोहक सुगंधाने सर्वांचे लक्ष वेधून घेण्याची क्षमता केवड्याच्या फुलातील सुवासिक सुगंधात आहे.

मनुष्याचे जन्मजात नानाविविध वैशिष्टपूर्ण गुणधर्म वयाच्या 16 व्या वर्षापासून म्हणजेच परिपक्वतेच्या बहराणे बहरलेल्या वर्षापासून परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण ताजेतवाने उत्साही उर्जावान महान सामर्थ्यशाली विर्यतेजउत्साहीउर्जाशक्तीचे The great powerful strength semen brilliance energetic energy power 16 च्या तारुण्याच्या भराच्या बहरातील स्वतःचे वयाचे 16 वे वर्ष तारुण्याचे ते स्वतःच्या वयाची 116 वर्ष आयुष्यातील प्रत्येक वर्ष, प्रत्येक वर्षातील प्रत्येक दिवस स्वतःच्या वयाच्या 16 वर्षाप्रमाणे तारुण्यपूर्ण बहराणे बहरलेला महान सामर्थ्यशाली विर्यतेजउत्साहीउर्जाशक्तीसह क्रियाशील Active उत्तेजित Simulated संतुलित Balanced संतुलीनीकरण Stabilization कामगिरीची Performance शतायुषी More वर्षे 16 व्या वर्षाप्रमाणे तारुण्यपूर्ण बहराणे बहरलेली जीवनशैली उपभोगणे साध्य आहे / शक्य आहे. स्वतःचे वयाचे 16 व्या वर्षाप्रमाणे तारुण्यपूर्ण बहराणे बहरलेली शतायुषी More जीवनशैली उपभोगता यावी या उद्देशाने मनुष्य जन्माची निर्मिती आहे मग तो पुरुष असेल किंवा स्त्री असेल मनुष्यदेह हि एक जिवंत बुद्धीजीवी मशीन आहे. या बुद्धीजीवी मशीन रूपी मनुष्य देहाला ज्या गुणधर्मांचे नैसर्गिक अन्नपदार्थांची Food Diet Plan, Food Stuffs नैसर्गिक संतुलित अन्न आहार योजना नैसर्गिक पद्धतीने अन्न शिजवून खाण्याद्वारे शरीर अवयवांना पुरवठा केला जातो त्याच गुणधर्मांचा शरीर अवयवांकडून रिजल्ट आपणला प्राप्त होतो हा शरीरविज्ञानाचा सिद्धांत आहे. आपले शरीराकडून आपली जी अपेक्षा आहे त्या अपेक्षापूर्तीसाठी त्या गुणधर्मांचे नैसर्गिक अन्नपदार्थांची नैसर्गिक संतुलित अन्न आहार योजना नैसर्गिक संतुलित पद्धतीने अन्न शिजवणे आणि खाण्याद्वारे शरीर अवयवाना पुरवठा करणे आणि शरीरविज्ञानाचा सिद्धांत असाही आहे कि शरीराच्या ज्या अवयवाला शारीरिक व्यायाम क्रिया सारावाद्वारे व्यायाम प्राप्त होतो तो अवयव बलवान, विकसित, क्रियाशील होतो म्हणून संतुलित शारीरिक व्यायाम क्रिया सारावाद्वारे आपण खालेल्या अन्नाचे संतुलित पचन, सर्वांग शरीर अवयव संतुलित बलवान विकसित करण्यासाठी उपयोग केला पाहिजे तरच खर्चा अर्थाने अन्न आहार योजन सार्थ ठरतात. 16 व्या वर्षाप्रमाणे तारुण्यपूर्ण बहराणे बहरलेली महान सामर्थ्यशाली विर्यतेजउत्साहीउर्जाशक्तीसह क्रियाशील, उत्तेजित संतुलित संतुलीनीकरण कामगिरीची शतायुषी More वर्षे 16 व्या वर्षाप्रमाणे तारुण्यपूर्ण बहराणे बहरलेली जीवनशैली उपभोगणे सहज साध्य होते.

Yours faithfully

Mr. SURESH RAMCHANDRA PRADHAN

आपला विश्वासू

श्रीमान सुरेश रामचंद्र प्रधान

S.Ramachandran

सही/स्वाक्षरी Signature

वय वर्ष 101 शतायुषी + फलस अधिक ^{more} आणि बक्षिस Bonus
 म्हणून ज्यादा मिळालेले 101 वर्षांपरिण उत्साहि उर्जावान
 विर्यतेज उर्जाशक्तीचे The great powerful semen
 energetic brilliance energy power आयुष्य गटातील जेष्ठ नागरीकी
 साठी अकाली अशक्तता premature weakness ही एक
 गंभीर समस्या serious problem आहे.

मनुष्य मग तो पुरुष असेल किंवा स्त्री असेल मनुष्याचा
 जीवनकाल The length of life / आयुष्यमर्यादा limit of life
 जीवना मर्यादा life span
 परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण तार्जतवान उत्साहि उर्जावान महान शक्तीशाली
 विर्यतेज शक्तीचे The great powerful semen brilliance
 energetic power स्वताःच्या वयाची 16 वर्षे ते स्वताःच्या वयाची
 116 वर्षे, प्रत्येक वर्ष स्वताःच्या वयाच्या 16 व्या वर्षाप्रमाणे performance
 महान शक्तीशाली विर्यतेज उर्जाशक्तीसह कामगिरीची performance

शतायुषी + फलस अधिक ^{more} वर्षे जीवनशैली उपभोगानंतर आणि बक्षिस Bonus
 म्हणून मिळालेले ज्यादा परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण तार्जतवान उत्साहि उर्जावान महान
 शक्तीशाली विर्यतेज उर्जाशक्तीसह यशस्वीरीत्या प्रयत्नपूर्वक समाधानाने
 जीवनशैली उपभोगानंतर नैसर्गिक वृद्धापकाळ old age सुरू होतो.

शारीरिक तंदुरुस्तीचे सर्व श्रेष्ठ सर्वात वरचढ गुणवत्ता धारक
 (अति विशेष दर्जा) जेष्ठ नागरिकांमध्ये मग ते पुरुष असोत किंवा महिला असोत
 अकाली अशक्तता प्रत्यक्ष आणि अप्रत्यक्ष अशा दोन्ही प्रकारातून पहामला
 मिळते / निदर्शनास येते. अकाली अशक्तता म्हणजेच अकाली वृद्धत्व होय.
 याचा परिणाम असा होतो कि, अकाली वृद्धत्व अकाली वृद्धत्व
 याचा परिणाम असा होतो कि, अकाली वृद्धत्व अकाली वृद्धत्व
 याचा परिणाम असा होतो कि, अकाली वृद्धत्व अकाली वृद्धत्व

मनुष्य जिवन प्रवास प्राकुरव्यान तेज टप्प्यात विभागलेला आहे.
 पहिला टप्पा बालपण जन्मापासून वयाची 18 वर्षे पूर्ण होईपर्यंतचा टप्पा.
 दुसरा टप्पा तरुणपण / विर्यतेज शक्ती The great semen brilliance power
 वयाच्या 19 वर्षापासून वयाची 100 + फलस अधिक more वर्जानंतर आणि बक्षिस
 म्हणून मिळालेले ज्यादा तारुण्यपूर्ण / उत्साहि उर्जावान जीवन प्रवास उपभोग
 आणि तिसरा टप्पा वृद्धावस्था old age.

वयाचे 101 वर्षांनंतर शारीरिक तंदुरुस्तीविर घट्ट पकड fit grip
 निर्विनाद absolute प्रभुत्वपूर्ण सिद्ध केलेले सर्व श्रेष्ठ सावामध्ये वरचढ शारीरिक
 तंदुरुस्तीचे गुणवत्ता धारक दावेदार (अति विशेष दर्जा) जेष्ठ नागरिक हा
 सन्मान अगदी योग्यच आहे परंतु 101 वर्षांपरिण शारीरिक तंदुरुस्तीविर
घट्ट पकड निर्विनाद प्रभुत्वपूर्ण masterful सिद्ध करणारे सर्व श्रेष्ठ
 सर्वांमध्ये वरचढ शारीरिक तंदुरुस्तीचे गुणवत्ता धारक दावेदार अति विशेष
 दर्जाचे जेष्ठ नागरिक म्हणजे वृद्धावस्थाने 101 वर्षांनंतर बक्षिस
 म्हणून मिळालेले ज्यादा तारुण्यपूर्ण / विर्यतेज शक्ती The great
semen brilliance power उत्साहि उर्जावान जीवन प्रवास उपभोगाचा
 महान आश्चर्यांना / मिळालेला प्रयत्नाने यशस्वी झालेला आश्चर्यांना काळखंड

आहे यशास्वीपुर्ण प्रयत्नाने लाभलेला हा काळखंड एक रत्न रत्न जामनालाही
 आम्हें वान संधी आहे संधीच ~~आम्हें वान संधी आहे~~ नव्या जामनालाही करा.
 स्वविस्वासीदार पुढा एकदा तरुण, पुढा-पुढा तरुण आम्हें वान विजेते नव्या दमाचे
 नवे दमदार एक अतिविशेष अती आदर्श निर्विवाद शारीरिक तंदुरुस्तीचे ^{good fit}
 एक कडी असावी याचे आदर्श दावेदार व्यक्तीमात्र आरोग्य संपन्न ^{rejuvenation}
 the health असाही उर्जेचा energetic energy ~~power~~ ताजेतवाना
 उल्लेखनीय सुडी ^{remarkable shapely} शारीरिक तंदुरुस्ती ^{Physical fitness}
 परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण जोकने भरलेला ^{perfect full of youth filled with fully}
 youthful vigor महान शक्तीशाली सामर्थवान ^{the great powerful strong}
 strength शरीर सौष्ठव ^{body building} अत्यंत शौर्यपूर्ण ^{greatly full of valour}
 पुढाकी शौचन / ^{अप्रीवाकी} ^{विभ्रतेज} प्रभाव ^{effectual puberty / the great semen}
 brilliance ~~अप्रीवाकी~~ ^{energy power influence} परीपूर्ण तारुण्यपूर्ण शतायुषी ^{परस अधिक} ^{more}
 वर्धनान्त ^{वक्षीस} ^{Beams} म्हणून मिळालेला ज्यादा नपतारुण्य ^{rejuvenescence}
 जीवन प्रवासाचा तारुण्य / विभ्रतेजशक्ती ^{the great semen brilliance power}
 पुनर्प्राप्त तारुण्याचे जीवनशैलीची परीपूर्णता, जीवनाची परीपूर्णता, ^{fullness}
 of life, जीवनशैलीचे पूर्णत्व / पूर्णता ^{fulfillment of life style}
 जीवनशैलीची सिद्धी / सफलता ^{achievement of life style}
 यशास्वी रीत्या रक्षा वधरोखर अर्थापूर्ण सफल / यशास्वी जीवनप्रवासासाठी सज्ज ^{पुढापूर्ण}
 या परीपूर्ण तारुण्यपूर्ण / विभ्रतेज शक्तीची परीपूर्णता ~~अप्रीवाकी~~ ^{fullness of}
 the great semen brilliance power, ताजेतवाना असाही उर्जावान ^{on stand - by}
 जीवन उपभोगण्याचे, जीवनशैली उपभोगलेले शारीरिक तंदुरुस्तीचे वटपकड ^{पुढापूर्ण}
 दावेदार ~~अप्रीवाकी~~ ^{निर्विवाद} अलंकेत आरोग्य संपन्न ^{आपणे} प्रवासाचे ^{रुबीने} साक्षीदार आपलेच पुर्ण ^{ancestry}
 पुर्ण, पुर्णपरंपरा, वाडवडील ^{father} मगते पुत्रव्रत असतील
 किंवा महिला असतील परीपूर्ण तारुण्यपूर्ण ताजेतवानी असाही उर्जावान
 शतायुषी ^{परस अधिक} वर्धनान्त आणि ^{वक्षीस} ^{Beams} म्हणून मिळालेले
 ज्यादा तारुण्यपूर्ण ताजेतवान असाही उर्जावान आरोग्य संपन्न ^{good fit}
 the health जीवनशैली उपभोगल्यानंतर सुद्धा गंभीर आजार नव्हते, एक
 रूपांतर अर्थापूर्ण सफल / यशास्वी तारुण्यपूर्ण / विभ्रतेज शक्तीची परीपूर्णता
 fullness of the great semen brilliance power, ताजेतवाने, असाही
 उर्जावान आरोग्य संपन्न जीवनशैलीचा जीवनप्रवास उपभोगलेले शारीरिक तंदुरु-
 स्तीचे वटपकड असलेले ^{दावेदार}, आरोग्य संपन्न ^{आपणे} प्रवासाचे ^{निर्विवाद}
 दावेदार साक्षीदार आपलेच पुर्ण आपणाला वंशरि साक्ष देता हेत.

पुर्ण सत्य हेच आहे

आजचे पुर्ण सत्य पुढा एकदा तरुण हेच आहे
 काळचे पुर्ण सत्य पुढा एकदा तरुण हेच होते
 आणि उद्याचे पुर्ण सत्य पुढा एकदा तरुण हेच असणार / आहेच!
 वर्तमान काळातील पुर्ण सत्य पुढा एकदा तरुण-पुढा-पुढा तरुण हेच आहे
 युतकाळ पुढा एकदा तरुण-पुढा-पुढा तरुण याच पुर्ण सत्याची साक्ष देतोय आणि
 भविष्यकाळ पुढा एकदा तरुण-पुढा-पुढा तरुण याच पुर्ण सत्याने उजवून मिथेल/निपनावच!

101

वर्षापूर्वीची नैसर्गिक निषेडक रसायनांमध्य अन्नक तंतोतंत प्रतिक अन्न पदार्थांचे संतुलित अन्न आहार योजनेसिद्ध अन्नक तंतोतंत मात्रा/प्रमाण/ हिस्सा/ वाटा/ भाग प्रमाणाशिरीत्या प्रमाणांनुसार *mistake correctly a small measure for a medium measure or a large measured/ proportionately proportion* *संतुलित अन्न आहार योजनेसाठी आवश्यक असलेल्या प्रतिक नैसर्गिक अन्न पदार्थांचा अन्नक तंतोतंत प्रमाणाशिरीत्या प्रमाणांनुसार वापर करून नैसर्गिक पध्दतीने अन्न त्रिजिविणे/ *cooking in a natural way using the accurate amount/ quantity/ quantum of each and every natural food-stuff is more digestible required for a balanced food diet plan* आणि व्याख्या द्वारे शरीर अवमर्वांचा अन्नाचा पुरवठा विविध पौष्टिक सात्त्विक सत्यभुक्त गुणधर्मांचे परिपूर्णतासह नानाविध अतुलनिय नैसर्गिक औषधी गुणधर्मांनी परिपूर्ण संतुलित अन्न आहार योजना आणि वयाचे 101 वर्षांतर नैसर्गिक निषेडक रसायनांमध्य अन्नक तंतोतंत मात्रा/प्रमाण/ हिस्सा/ वाटा/ भाग प्रमाणाशिरीत्या प्रमाणांनुसार संतुलित अन्न आहार योजनेसाठी आवश्यक असलेल्या प्रतिक नैसर्गिक अन्न पदार्थांचा अन्नक तंतोतंत प्रमाणाशिरीत्या प्रमाणांनुसार वापर करून नैसर्गिक पध्दतीने अन्न त्रिजिविणे आणि रसायनां द्वारे शरीर अवमर्वांचा नैसर्गिक आणि विशेष वैशिष्ट्यपूर्ण वयाचे 101 वर्षांतर शरीर अवमर्वांची नेमकी गरज जोडवून नेमके गरजेइतके निषेडक रसायनांमध्य प्रमाणाशिरीत्या संतुलित अन्न आहार योजनेचे उद्दीष्ट साध्य करणेसाठी अतिविशिष्ट नैसर्गिक विविध पदार्थांची नेमकी अन्नक तंतोतंत निषेड करून अन्नाचा पुरवठा करणेसाठी शिवाकडे वृद्धी कोनाच्या पध्दतशुद्धि परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण/ किमतीज शक्तीची परिपूर्णता ताजेतवाने उसाहि उर्जावान शताभुषी+ फस अधिक 80% वर्षांतर आणि वक्षसि *महानु मिळालेले ज्वादा तारुण्यपूर्ण/ किमतीज शक्तीची परिपूर्णता ताजेतवाने उसाहि उर्जावान आरोग्य संपन्न *good for the health* व्यापारिक तंदुकमती जीवन प्रवास उपभोगणे-साठी योग्य चांगल्या उपस्थित सुस्थिति शारीरिक विकास/ तिकऊन धरण *in safe keeping protection* आणि ज्वादा सुरक्षित रक्षण करणेचे *in safe keeping protection* योग्य निमोजनावक लक्ष केंद्रित करून परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण/ किमतीज शक्तीची परिपूर्णता *fullness of the good semen brilliance power* ताजेतवाने उसाहि उर्जावान शताभुषी+ फस अधिक 80% वर्षांतर आणि वक्षसि *महानु मिळालेले ज्वादा तारुण्यपूर्ण ताजेतवाने उसाहि उर्जावान आरोग्य संपन्न *good for the health* जीवन प्रवास उपभोगणेचे लक्ष साध्य करणे* आमच्या तुलनात्मक वृद्धीकोनातून 101 वर्षांतर कांही अन्न पदार्थांचा नव्याने समावेश केलेले अन्न आहार योजना म्हणजेच अन्न आहार योजनेमध्द वदल *change* करून शरीर अवमर्वांचा वयावर डुकुम अतिरिक्त नैसर्गिक वैशिष्ट्यपूर्ण अतिविशेष रसायनांमध्य अन्नक तंतोतंत प्रमाणाशिरीत्या प्रमाणांनुसार संतुलित अन्न आहारांचा पुरवठा करण ही 101 वर्षांतरची प्रतिक अति विशेष दर्जाचे जेवढे नागरिक पुढर्वांची आणि अतिविशेष दर्जाचे जेवढे नागरिक**

महिलांची आरोग्य संपन्न *good for the health* असाही उर्जावान ताजेतवाना
 उन्हेवनीस सुखी *remarkable Shapely* शारीरिक तंदुरुस्ती *physical fitness*
 परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण जीवन करलेले *perfect full of youth filled*
 with full youthful vigor महान शक्तीवाली सामर्थ्यावान शरिर सौष्ठव
 संपन्न प्रभावी शौर्यपूर्ण मोहन *puberty / विरतेज शक्तीची परिपूर्णता*
 of the great semen brilliance power प्रभाव परिपूर्ण ताजेतवान
 नवतारुण्य *rejuvenation* शारीरिक तंदुरुस्ती प्रभाव परिपूर्ण ताजेतवान
 maintain शारीरिक तंदुरुस्ती *keeping protection*

पुन्हा - पुन्हा पुनर्करण ताकण्याचे, पुन्हा एकदा तारुण्य इतिहास आणि मनाने
 पुन्हा - पुन्हा तारुण्य परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण / ~~विरतेज शक्तीची परिपूर्णता~~ *उर्जा*
 ताजेतवाने असाही उर्जावान शताशुभी अधिक वर्षावर्षाव आणि बक्षिस
 म्हणून मिळालेले ज्यादा ताकण्यापूर्ण ताजेतवान असाही उर्जावान आरोग्य
 संपन्न अधिनशैलीची परिपूर्णता, जीवनाची परिपूर्णता, जीवन शैलीचे पूर्णत्व/पूर्णता,
 जिवनशैलीची सिद्धी/ सफलता रक्कम अर्थात यशस्वी जीवन प्रवासाने अर्थ
 साध्य करणे प्रभावाने शक्य झालेच पाहिजे हि परिपूर्ण तारुण्यपूर्ण / ~~विरतेज शक्तीची~~
 विरतेज शक्तीची परिपूर्णता, असाही उर्जावान शताशुभी फसू अधिक वर्षाव
 वर्षावर्षाव आणि *Bonus* म्हणून मिळालेले ज्यादा ताकण्यापूर्ण/ विरतेज शक्तीची
 परिपूर्णता, ताजेतवाने असाही उर्जावान जीवन प्रवास उपभोगण्यासाठीची
 101 वर्षावर्षाव अतिविशेष दर्जाचे जेपठ नागरिक पुरस्कार आणि 101 वर्षावर्षाव
 अतिविशेष दर्जाचे जेपठ नागरिक महिला यांची अर्धत आवश्यक गरज आहे.
 वमानुसार आणि अहनुनुसार *according to age and sex*

101 वर्षावर्षाव अतिविशेष दर्जाचे जेपठ नागरिक पुरस्कार आणि 101 वर्षावर्षाव
 अति विशेष दर्जाचे जेपठ नागरिक महिलांना नैसर्गिक निवडक रक्कम प्रमाण
 अतिविशिष्ट अतिविशेष विविध पौष्टिक सारकिक सत्वमुक्त गुणधर्मांनी परिपूर्णतासह
 नवाविध अनमोल नैसर्गिक औषधी गुणधर्मांनी परिपूर्ण प्रमाणाने दिले
 प्रमाणानुसार प्रत्येक संकुलित अन्न आहार योजनांसाठी अलावश्यक असेल
 प्रत्येक अन्न नैसर्गिक अतिविशिष्ट गुणधर्मांचे अन्नपदार्थांचा अनुकूलतंतोर्ण
 प्रमाणाविरहित्या प्रमाणानुसार वापर करून नैसर्गिक पध्दतीने अन्न शिजविले
 नित्रोजनापुर्वी प्रत्येक नैसर्गिक अन्न पदार्थांची संकुलित अन्न आहार योजनांसाठी
 अनुकूलतंतोर्ण मात्रा/ हिस्सा/ वाटा/ भाग/ प्रमाणाने दिल्या प्रमाणानुसार वापर
 कराव्या सविस्तार स्पष्टीकरणासह अनेक अतिविशिष्ट अन्न आहार योजनांची
 नैसर्गिक पध्दतीने अन्न आहार शिजविल्याची अनेक ऑनलाईन प्रत्यक्षिक शास्त्रोक्त
 पध्दतीने वमानुसार, अहनुनुसार *according to age and sex*

निवडक नैसर्गिक शक्यतायुक्त 101 वर्षे वयावरील शरिर अधमर्षांची नेमकी
 गरज ओळखून नेमके गरजेइतके अनुकूलतंतोर्ण गुणवत्तापूर्ण गुणवत्तेचे शास्त्रोक्त
 पध्दतीने शारीरिक व्यायाम क्रियांची ऑनलाईन प्रत्यक्षिके, दैनंदिन दिन चर्चा ~~...~~
 आरोग्य संपन्न *good for the health* वेळेचे योग्य नियोजन दिग्दर्शना
 आणि 101 वर्षावर्षाव जिवनशैलीला निर्गमनियम बरबुरुस दिशा *direction*
 आकार देणेसाठी अर्धत महत्वाची भूमिका वजावणी मार्गदर्शक ताले योजनांची