Cum scapam de sinuzita

Tratamentul formelor putin dureroase si putin febrile se limiteaza la pulverizari locale de medicamente vasoconstrictoare, la inhalatii calde, mentolate, si la analgezice. Tratamentul formelor mai avansate asociaza antibiotice si antiinflamatoare luate pe cale orala. In formele foarte dureroase sunt uneori necesare o punctie prin trocar, apoi o spalatura a sinusului. Tratamentul sinuzitei cronice asociaza antibiotice, antiinflamatoare si decongestionante ale foselor nazale. In caz de esec, poate fi propus un tratament chirurgical (curatarea sinusurilor realizata de cele mai multe ori prin endoscopie). Doctorul ORL-ist va hotari cat de grava este boala si care e varianta de abordare. Dar, inainte de scenariile cele mai pesimiste, e randul plantelor sa te ajute!

Vindeceaua La noi se mai numeste si “iarba taieturii” sau cretisorul. Este nativa din Europa, dar creste acum in multe parti ale lumii care au climat temperat. Medicina foloseste frunzele si florile acestei plante, desi, mai demult, medicina traditionala utiliza si radacina. Exista specii similare care cresc si in Asia. Planta este folosita pentru tratarea sinuzitei, stresului, anxietatii si gastritei. Mai demult se folosea si pentru tratarea afectiunilor tractului urinar si a infestarilor cu viermi intestinali. A fost considerata un bun calmant al durerilor de cap si de inima.

Mesteacanul pufos

Este un adjuvant in rinofaringite repetate, la adulti si copii, si, in general, in orice episoade respiratorii recidivante, traheite si traheobronsite, sinuzite acute nesupurative. Se gaseste sub forma de picaturi. Extractul vegetal din muguri de mesteacan pufos contine si alcool etilic de cereale, 33% volum. Folosirea sa implica o metoda

bioterapica, ce utilizeaza extractele obtinute din tesuturile vegetale embrionare proaspete: mugurii, amentii, mladitele, radicele, scoarta interna a radacinii sau scoarta de pe ramuri tinere, seva sau semintele.

Banala apa cu sare poate ajuta

In afara de medicamente si inhalatii in care uleiurile volatile ale diverselor plante te vor ajuta sa scapi de dureri, mai exista cateva manevre simple, care au efecte benefice asupra celor care se lupta cu sinuzita. Un exemplu este folosirea apei cu sare. Se spune ca sarea de mare este cea mai buna, dar si cea comuna te poate ajuta. Spalaturile nazale se efectueaza cu o solutie sarata pe care vei avea grija sa o mentii la temperatura corpului. Aceasta solutie se prepara prin adaugarea unei lingurite de sare in jumatate de litru de apa fiarta. Se amesteca si se asteapta racirea ei pana la o temperatura corespunzatoare. Iti astupi nara cealalta si tragi pe nas aceasta solutie.

Inhalatii cu uleiuri de plante

Una dintre cele mai de efect variante de a folosi plantele pentru a scapa de durerile care vin odata cu sinuzita este de a face inhalatii. Iata si o reteta dupa care iti poti prepara aburii aromati pe care sa-i folosesti. Amesteci picaturi de uleiuri din urmatoarele plante, in combinatia sugerata: brad – 10 picaturi, catina – 15 picaturi, galbenele – 15 picaturi, menta – 10 picaturi, sunatoare – 15 picaturi. Le pui in apa fierbinte si faci inhalatiile. Timpul cel mai potrivit pentru tratament este seara, tarziu, inainte de a te culca. Trebuie sa repeti inhalatiile timp de cateva zile.

Eucaliptul – pentru sinusuri

Una dintre plantele cele mai folosite pentru tratarea bolilor care afecteaza sinusurile fetei este eucaliptul. Frunzele arborelui contin 1,5% ulei esential, din care 90% este reprezentat de eucalyptol, responsabil de proprietatile antiseptice, febrifuge si expectorante. Uleiul de eucalipt este descris ca avand efect asemanator cu al mentolului,

actionand asupra receptorilor din membranele mucoasei nazale si conducand la reducerea simptomelor, in cazul nasului infundat. Eucaliptul este nativ din Australia, nu isi pierde frunzele si este cultivat in toata lumea, acolo unde temperatura o permite. El a fost folosit de catre aborigenii care nu doar ca mestecau radacinile, dar foloseau si frunzele ca remediu impotriva febrei. Trebuie sa ai grija la administrarea sau folosirea uleiului de eucalipt, deoarece actiunea in interiorul organismului poate duce la urmari nefaste, in functie de doza folosita. Efectele secundare ale folosirii interne pot include greata, varsaturile si diareea. Uleiul de eucalipt nu este recomandat la copiii sub doi ani. In ciuda precautiilor legate de folosirea acestui ulei in stare pura, eucaliptul ramane una dintre principalele plante in lupta cu neplacerile provocate de sinuzita.

Mugurii de carpen

Extractul vegetal din muguri de carpen este indicat ca adjuvant in toate episoadele respiratorii recidivante la adulti, in rinofaringite spasmodice si cronice (cicatrizeaza mucoasa lezata si calmeaza spasmele), in sinuzite cronice, traheite, traheo-bronsite. Pentru sinuzita cronica se administreaza ca picaturi, cate 25 – 30 de doua ori pe zi. Acest extract vegetal contine si alcool etilic de cereale, 33% volum.

Verbina

Creste in Europa, Asia, Africa si America de Nord. Unele specii medicinale sunt originare din America de Nord. Se folosesc frunzele si florile. Verbina este utilizitata la tratarea sinuzitei, a colicilor, dismenoreei si indigestiei. Datorita gustului sau amar, verbina se foloseste pentru a imbunatati digestia. Ca leac traditional, se recurgea la aceasta planta pentru a stimula producerea laptelui la mamele care nu isi puteau hrani copilul la san.
De asemenea, “indulceste? febrele si provoaca transpiratia. Ceaiul se prepara adaugand una – doua lingurite de planta

uscata la jumatate de litru de apa. Datorita gustului sau nu prea placut, multi prefera sa foloseasca tincturile de verbina. Nu este indicata folosirea sa pe perioada graviditatii fara supravegherea medicului. Verbina este considerata o planta cu un aport deosebit pentru sanatate.

Gentiana

Aceasta planta este folosita pentru sinuzita (in combinatie cu verbina, luminita, socul negru si cu o varietate de macris), indigestie sau lipsa apetitului. Alte moduri traditionale de folosire a gentianei recomanda aplicarea ei in cazul tumorilor de piele si a febrei. Cel mai folosit medicament, de cativa ani, care se utilizeaza in Germania pentru tratarea sinuzitei (Sinupret) se bazeaza, de asemenea, si pe gentiana. Gustul amar al gentianei poate fi depistat chiar si dupa o diluare de 50 000 de ori. Aceasta planta nu ar trebui folosita de cei care sufera de ulcer peptic sau gastrita.

Tot sarea, dar altfel Sarea te poate ajuta si altfel decat in solutie. In cazul sinuzitelor, se recomanda incalzirea unei cantitati mici de sare si punerea ei intr-un mic saculet, care se aplica pe zona unde ai durerile. Trebuie sa verifici ca sarea sa nu fie foarte fierbinte. Saculetul pe care il folosesti este de preferat sa fie din panza si sa nu fie cu tesatura asa de rara incat sa permita iesirea firisoarelor de sare, care iti pot irita ochiul, in cazul in care este vorba despre sinuzita frontala. Cand sarea s-a racit, inlocuieste-o cu o noua cantitate, incalzita.

Masajul si inhalatia Ti-am vorbit despre tot felul de plante care, fie sub forma de ceai pe care il faci in bucataria ta, fie ca parte din medicamente luate din farmacie, te ajuta sa scapi de durerile care vin cu sinuzita. Sunt lucruri citite, primite ca sfat, folosite deja de multi altii, inainte. Dar, pentru ca fiecare isi gaseste leacul cel mai bun, iti dau si reteta mea, salvatoare (cel putin pe moment): o inhalatie in care pun musetel, cimbru salbatic, menta si multa sare si, daca se poate, apoi, un masaj facut de cineva care se pricepe.

Atat inhalatia, prin uleiurile volatile ale plantelor, cat si masajul te vor ajuta sa ai un somn bun si sa incepi ziua urmatoare fara dureri.

Luminita de seara

Este o sursa bogata de acizi grasi nesaturati, mai ales de acid linoleic. Aceasta planta este folosita in tratamentul sinuzitei, al bolilor de piele (in special a anumitor eczeme), mentine un nivel corect al colesterolului si are efecte benefice asupra inimii si vaselor sangvine. Luminita de seara are influenta pozitiva asupra conditiei generale a organismului inainte si in timpul menstruatiei si contribuie la mentinerea functionarii in buna stare a articulatiilor. Este folosita si de industria cosmetica.

Varza sau bitterul

In cazul in care suferi de sinuzita cronica, un remediu poate fi sucul de varza. Se foloseste sucul obtinut de la o varza alba, proaspata, care se toarna in nari, seara, inainte de culcare – nu mai mult de cateva picaturi. Tot in sinuzita cronica poti utiliza o compresa de pus pe frunte, la care folosesti bitter suedez. Aceasta compresa se tine pe locul cu probleme toata noaptea.

Hreanul sau radacina calului

Ca element de imbunatatire al sanatatii noastre, hreanul este folosit in tratarea sinuzitei, bronsitei, a durerii de gat si a infectiilor tractului urinar. Planta contine uleiuri volatile asemanatoare cu cele gasite in mustar. Administrarea interna ar trebui evitata de catre cei care sufera de gastrita sau ulcer. Procedurile traditionale sugereaza aplicarea unor fragmente de radacina in imediata apropiere a sinusurilor cu probleme, dar cu grija, deoarece cauzeaza iritarea tegumentului.

Sursa: http://sanatate.unica.ro

Sursa foto: http://natura-vindeca.blogspot.ro

Cum sa transformi apa intr-un medicament

Apa miracolul vindecarii

Cu totii ne simtim slabiti, fara energie, sau avem boli care ne supara. Cu totii ne dorim sanatatea, dar cati facem ceva ca sa o obtinem? De la o gandire sanatoasa, care e de baza, pana la un stil de viata sanatos ce include alimentatie sanatoasa, miscare, actiune, purificare, energizare etc, exista multiple cai prin care sa ne obtinem si mentinem corpul si spiritul asa cum ni le-a daruit Dumnezeu. Printre acele gesturi marunte dar atat de benefice pe care le putem face zilnic pentru a ne simti mai bine, este a avea grija de apa – de apa pe care o bem, de apa care ne compune, de apa din mediul inconjurator, de apa din mancare, de apa de pretutindeni. Asa cum este bine sa mentinem energia la vibratii inalte in undele iubirii, asa este bine sa mentinem si apa la vibratii inalte in iubire. Pentru ca apa este in toate, si hraneste totul, si schimba totul.

Apa este viata!

Apa este buna, nutritiva, la indemana, ieftina, atat de necesara si totusi atat de subestimata, neglijata. Apa este coordonata esentiala a supravietuirii noastre, a doua dupa aer. Organismul nostru depinde de apa pentru a functiona asa cum trebuie. Desi un om poate rezista mai mult timp fara mancare, fara apa insa nu ar putea supravietui mai mult de trei zile. Apa este absolut necesara in pregatirea substantelor nutritive din alimente pentru absorbtie si asimilare.

Ca si energia, apa este peste tot, in tot ce exista, chiar si in pietre, chiar si in oase. Daca energia este materia din care este alcatuit universul subtil, apa este materia din care este alcatuit universul palpabil. Asta ma face sa ma gandesc

ca poate cumva, apa este o corespondenta a energiei in plan fizic.
Desi numim planeta noastra “Pamant”, si tot astfel si suprafetele de uscat, de parca acestea ar fi cele mai intinse, totusi pe aceasta Planeta Albastra marile si oceanele ocupa 70,8% – 361.200.000 kmp, adica de 36 de ori mai mult decat suprafata Europei. Din “pamant” – continentele si insulele – gheturile acopera 1.600.000 kmp, lacurile aproximativ 2.000.000 kmp, iar suprafata raurilor nu poate fi masurata, fiindca e schimbatoare. Mlastinile cuprind si ele 2.700.000 kmp. Daca mai adaugam si zapada, inseamna ca si “uscatul” planetei este mai mult de jumatate acoperit cu apa, solida sau lichida. Apa este suportul vietii pe Pamant, desi majoritatea formelor de viata au aparut si s-au dezvoltat, avand caracteristici adaptate, pe pamant.
Cum totul in Univers respecta un patern general, unic, minunat, ca si planeta pe care traim, si corpul nostru contine in medie 70 % apa. Suntem atat de interconectati cu tot ce ne inconjoara incat ne oglindim in acestea pana la cel mai mic detaliu. Creierul unui om este ¾ apa. Oasele ¼, muschii ¾, iar sangele aproximativ 85% apa. Asadar apa este o parte din noi, ne este esentiala pentru supravietuire, pentru mentinerea sau imbunatirea sanatatii.
Am putea spune ca noi suntem APA.
Spre exemplu, plasma sanguina este 92% apa, tesutul muscular 80%, celulele rosii 60%, etc. Chiar si oasele contin 25% apa! Nu ai spune ca e asa, nu? Apa este constituentul de baza al tuturor organismelor vii, intre 50 si 90% din greutatea acestora fiind apa. Protoplasma, materia de baza a celulelor vii, consta intr-o solutie in apa de grasimi, carbohidrati, proteine, sare si alte substante chimice similare. Apa actioneaza ca solvent, transportand, combinand si dizolvand aceste substante. Sangele in animale si seva din plante este in primul rand apa si servesc pentru a transporta hrana si reziduuri. Apa joaca de asemenea un rol esential in metabolismul moleculelor esentiale vietii, cum ar fi proteinele si carbohidratii. Acest proces, numit hidroliza, se desfasoara constant pe intreaga durata a vietii celulelor, incetinirea lui fiind sinonima cu imbatranirea iar oprirea lui cu moartea.
Beneficiile apei

In primul rand este important deci sa bei apa pentru a mentine nivelul de hidratare normal al celulelor organismului dar nu este totuna ce fel de apa bei. In primul rand este necesar ca apa sa fie curata, fiind o idee buna substituirea apei de la robinet a carei tratare dura si calatorie prin tevi ii afecteaza calitatea, prin alte surse de apa, cat mai curate si mai naturale. Atentie insa, bauturile alcoolice si cele ce contin cofeina, chiar daca sunt in mare masura apa, contin diuretice ce determina ca in final organismul sa piarda mai multa apa decat asimileaza.
Organismul are nevoie apoi de detoxfiere, in consecinta are nevoie de apa. Detoxifierea este o necesitate pentru simplul fapt ca in fiecare zi , pe langa substantele nutritive, organsimul “colecteaza” si reziduuri, substante mai mult sau mai putin toxice care se gasesc inevitabil in alimente, si pe care corpul le identifica si elimina. Eliminarea acestora ar fi mult inlesnita daca organismul ar avea la indemana cel mai bun agent detoxifiant si anume apa. Fara apa, organismul se dovedeste a fi pur si simplu un “container” in care se aduna depozite de toxine care treptat incep sa actioneze negativ asupra ficatului,rinichilor sau chiar favorizeaza aparitia tumorilor canceroase.
Apa amelioreaza considerabil digestia. Constipatia, problemele care pot aparea in digestie pot fi deseori rezolvate printr-o hidratare adecvata. Apa nu trebuie sa lipseasca din alimentatia ta zilnica pentru ca digestia sa decurga normal.
O buna hidratare are efecte importante si la nivelul pielii, stiut fiind faptul ca o hidratare optima(din interior) a pielii previne aparitia ridurilor sau le estompeaza, mentine pielea catifelata si elastica, nu permite aparitia acneei, mentine pielea tanara. Un organism bine hidratat se poate lauda si cu un aspect sanatos. Este valabil si la nivelul formei fizice, apa fiind un ingredient de baza in curele de slabire. Incearca sa inlocuiesti orice lichid- altul decat apa – din alimentatia ta, cu apa plata si ai sa vezi ca o sa incepi sa pierzi din kilogramele in plus. Apa regleaza metabolismul si tine si de foame in cazul in care ai tendinta sa mananci mai mult decat este normal. Adesea oamenilor le este de fapt sete atunci cand cred ca le este foame. Atunci cand ti-e foame prea repede dupa ce deja ai avut o masa indestulatoare, incearca sa bei un pahar de apa. Daca si dupa

ce ai baut acel pahar de apa, tot mai iti este foame, atunci foamea este reala.
O hidratare adecvata se dovedeste benefica si pentru activitatea cerebrala, dar si in prevenirea unor afectiuni precum Alzheimer sau atacul cerebral. Bea apa suficienta si vei avea mai putine dureri de cap sau de articulatii (apa formeaza fluidele din jurul articulatiilor). Bea apa ca sa-ti protejezi inima, bea apa ca sa ai mai putina nevoie de medicamente. Bea apa ca sa-i oferi organismului tau energia naturala de care are nevoie pentru o functionare optima.
Renunta la alte lichide pe cat de mult posibil (cum ar fi alcoolul, sucurile dulci, sucurile acidulate). Incearca sa bei 8-10 pahare de apa pe zi, timp de o saptamana si vezi diferenta. Cu siguranta efectele pozitive pe care le vei observa asupra propriului tau organsim iti vor da incredere sa abordezi un mod de viata mai
sanatos.

Nehidratarea – Dezhidratarea

Orice persoana simte ca are nevoie de hidratare, prin urmare de lichide. Si atunci recurge la orice in afara de apa : cafea, suc, ceai, alcool. Nimic insa nu poate inlocui apa pura, plata, nu exista un substitut perfect pentru ea. 8-10 pahare de apa pe zi pot avea neasteptate si nebanuite efecte pozitive la nivel fizic dar si la nivel energetic.
Deci, pentru o buna functionare a organismului si pentru a evita deshidratarea, corpul necesita cel putin 2 l apa pe zi (sau pana la 4 l pe zi vara, pe timp de canicula sau cand omul desfasoara activitati fizice intense in urma carora pierde apa prin transpiratie.) Apa se pierde din organism prin urina, fecale, prin transpiratie si respiratie.. Cantitati semnificative de apa sunt utilizate de organism doar pentru digestia hranei. Apa se poate bea ca atare, in forma ei lichida, se poate infiltra prin piele in urma dusurilor, sau se poata lua din diferite surse pentru ca intra in compozitia produselor alimentare in diferite proportii. Cantitati mari de apa contin: laptele, legumele, fructele si carnea. Mentionez si carnea, pentru ca putini sunt vegetarieni, insa trebuie sa stiti ca apa din carne este incarcata energetic negativ, cu emotiile animalului din ultimele lui clipe de viata: frica, disperare, durere, deznadejde, moarte. Toate aceste energii, necuratate, vi se transmit si sunt preluate de mentalul

vostru.
Majoritatea bolilor sunt cauzate de deshidratarea si intoxicarea celulelor. Acestea declanseaza un mecanism de protectie, atunci cand sunt deshidratate, prin care se imbraca intr-o pelicula gelatinoasa, din care se hranesc pentru a nu muri. Aceasta substanta se numeste… colesterol. Este important, asadar, sa schimbam mesajul apei, sa ne rugam si sa intelegem ca apa poate fi un medicament eficient pentru corpul nostru fizic. Avem nevoie sa bem cel putin doi litri de apa plata pe zi (putem sa bem ceai, sa consumam legume sau fructe bogate in apa, dar cei doi litri de apa trebuie bauti in mod constant). Cercetarile efectuate arata ca, de exemplu, 90% din durerile de stomac sunt cauzate de deshidratare. Sunt oameni care tusesc, ii apasa inima sau au colici dupa masa. Acele organe care ne dor, mai ales dupa ce mancam, spun ca nu au destula apa. Cei care au miscari greoaie sau fata “impietritai au o proasta functionare a nervilor, cauzata de lipsa apei in corp. La nivelul cartilagiilor, componenta apei este de 90%. Cand se deshidrateaza, ele incep sa pocneasca. Oasele au nevoie de apa, in aceeasi masura – si multe dintre durerile de oase, precum si sindromul de alunecare a discului lombar sunt cauzate de deshidratare. Ce se intampla cand luam un calmant pentru dureri sau cand avem un soc? Luam calmantul cu apa – si ni se da apa cand suntem in stare de soc. De fapt, cand iei o pastila, ceea ce face durerea sa dispara este apa, nu calmantul. 90% din durerile corpului nostru sunt semnale gen: “Te rog, am nevoie de apa!”. Studiile arata ca tensiunea arteriala mare, problemele legate de vasele de sange sunt cauzate de lipsa apei din corp.
Pierderile de apa (dezhidratarile) pot produce perturbari sau in cazuri grave pot duce la deces. Pe termen lung, cand nu consumam suficienta apa zilnic, celulele deshidratate incep sa se distruga, organismul incepe sa consume propriile celule si tesuturi si apar boli autoimune precum scleroza in placi, lupus, etc. dar si in rinichi se depoziteaza toxine sub forma de pietre care apoi se elimina cu greu prin tratament.

Apa si energia

Apa inmagazineaza energie si este un mediu cu putere de transmitere nelimitata in timp si spatiu. Apa are cea mai buna memorie din toate substantele de pe pamant.
Cea mai buna e apa care propaga cel mai bine energia cosmica.

Cu cat apa potoleste mai bine setea, cu atat ea transmite mai bine energia cosmica. Cu cat apa potoleste mai bine setea cu atat ea induce mai multa armonie in relatia celula sanatoasa – viata – univers. Eu personal am observat ca anumite tipuri de apa, pe care le cumpar din comert, nu pot satisface setea. Beau 2 litri de apa pe zi si parca nu as bea deloc. Nu exista nici racoarea pe care ti-o da apa pura, si nici nu are gustul puritatii (da, apa pura are un anumit gust usor sesizabil). Insa daca apa este pura, un pahar este mai mult decat suficient sa stinga setea atunci cand te simti insetat (apa te energizeaza, si te simti ca si cum tocmai ti-ai reincarcat bateriile.)
Incepand cu vechii babilonieni, egipteni, chinezi e cunoscut faptul ca apa are memorie. Apoi, in majoritatea confesiunilor religioase apa are un rol foarte important. Chiar si stiinta moderna are dovezi incontestabile ce sustin aceasta afirmatie care spune ca apa are atit componenta chimica cit si componenta fizica (adica memorie structurala sau de structura).
De fapt orice obiect care ne inconjoara este purtator de informatie. Tot asa cum luam o sarma de metal si o indoim si ea ramane indoita (metalul memoreaza forma care i-a fost impusa) tot asa si apa pastreaza informatia despre locurile prin care a trecut. Memoria apei in comparatie cu memoria metalului e de miliarde de ori mai incapatoare. La etapa actuala a cunostintelor acumulate de civilizatia umana apa se dovedeste a fi substanta cu cea mai bogata memorie din toate substantele cunoscute pe pamint.
Apa memoreaza toata calea care a strabatut-o pe pamant. Tine minte toata rugina si gunoaiele din tevile prin care trece, tine minte proprietatile straturilor de pamant prin care trece, tine minte absolut orice stare si eveniment prin care trece sau la care asista, tine minte energiile pozitive, cat si energiile negative. Memoria apei “se restabileste” doar prin inghetare sau cu ajutorul unor aparate nou inventate.

Apa de energie joasa

APA DE ROBINET (pe care o consumati chiar la momentul de fata fie pentru baie, dus sau baut) – calitatea apei de robinet se manifesta printr-o structura energetico-vibrationala deformata. Apa de la robinet are tensiunea superficiala de 73 dyne/cm² si in aceste conditii schimbul de substante intre apa

si celula nu se face corect. Apa bauta trece prin corp fara sa hidrateze suficient celulele si noi credem ca daca am baut 2l – 2,5l/zi, suntem cu siguranta sanatosi…
Aceasta apa preia din mediul prin care trece si energii negative, si sistemul de tratare chimica nu asigura si tratarea, purificarea energetica. Si ganditi-va ce cale lunga bate aceasta apa si pe unde trece (sol, statii de epurare, tevi, cladiri de locuinte..), si in momentul in care o bem de-a gata, ea pur si simplu ne infesteaza cu programe si idei care nu ne apartin, cu emotii si stari care ne otravesc. In loc sa ne furnizeze energia cosmica pe care ea o poarta in mod natural, ea ne conecteaza la energii joase.
O astfel de apa pe perioade lungi de timp cauzeaza: scaderea imunitatii, raceala, gripa, dureri de cap, dureri de spate, dureri la nivelul incheieturilor, oboseala cronica, lipsa de energie, capacitate scazuta de lucru, irascibilitate sporita, slabirea sistemului nervos, miros urat din gura, slabirea igienei cavitatii bucale, matreata si fire de par slabe, dereglarea ciclului menstrual, tensiune marita / tensiune scazuta, diabet zaharat, hemoroizi, fisuri anale, aciditate la stomac, acnee, insuficienta renala, boli de inima, ficat, pancreas, vezica biliara, intestine, rinichi, prostata avansand in timp la cancer de absolut orice forma. Este destul de lunga lista?
APA DIN BAUTURILE RACORITOARE SI ALCOOLICE este cel mai adesea impura, modificata chimic si energetic, informata sa produca dependenta si placere, programata sa modifice structurile corpului si mintii noastre. De aceea este o apa de energie joasa si nu trebuie luata in considerare in ratia de 2l/zi. Este bine sa evitam consumul des al acestor produse, sau, daca le preferam din anumite motive, sa le energizam si deprogramam prin tehnicile energetice existente.
APA DE LA BAIE este la fel de importanta. Fie ca facem dush, ca ne spalam pe maini, ca stam in cada, ca ne spalam pe dinti, sau chiar ca ne spalam rufele cu ea, aceasta apa are propria ei energie inmagazinata. Si dincolo de proprietatile ei utile, este incarcata cu energii negative memorate din drumul ei pana la noi. Din pacate, fiind atat de receptiva si usor influentabila, apa nu are propriul ei mecanism de curatare si energizare. Poate ca Dumnezeu a lasat-o atat de necesara vietii dar atat de sensibila, tocmai ca sa invatam o lectie

valoroasa despre cum emotiile si gandurile noastre ne afecteaza structurile si viata. Aceasta apa intra in piele pentru ca pielea este permeabila si adesea insetata din cauza ca nu o hidratam din interior. Aceasta apa intra in structura hainelor noastre, si chiar daca ea se evapoza prin uscare, informatia adusa de ea nu se evapora decat prin metode energetice. Si atunci cand ne imbracam si purtam hainele, e ca si cum, avem asa o aura de energii negative care ne inconjoara corpul foarte aproape, si care interfereaza cu corpurile noastre subtile. Eu, cunoscand cateva sisteme de terapie care utilizeaza energia universului, pot folosi punerea palmelor, simbolurile, rugaciunea, algoritmii, pentru a curata apa de la baie, si de ce nu?- pentru a o informa in favoarea mea. La indemana oricui este sa puna sare in apa de la baie pe care o foloseste. Sarea purifica extraordinar apa, si la nivel chimic, si la nivel energetic.

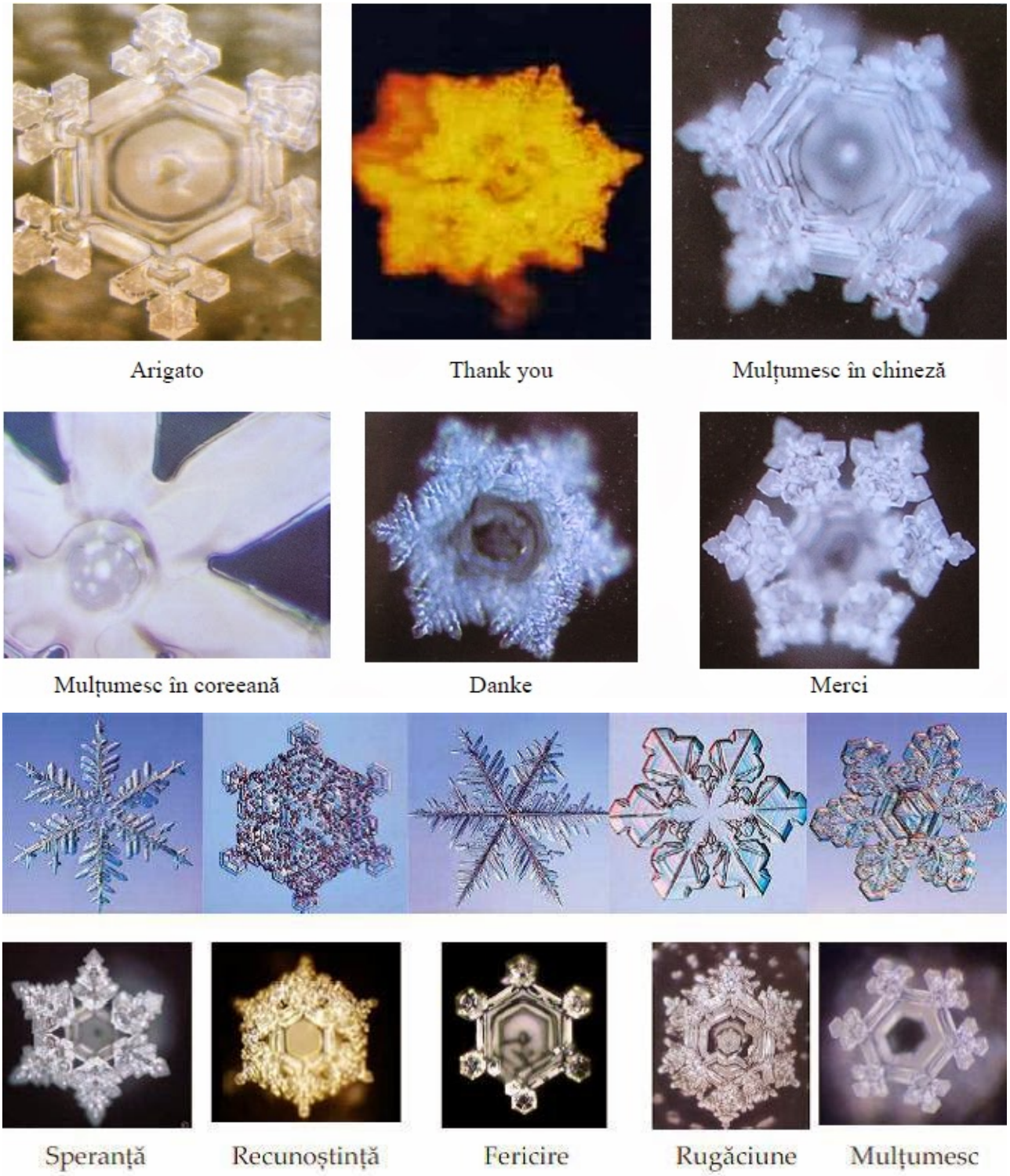
Apa si emotiile

Apa este un mediu natural care rezoneaza cu cele mai subtile vibratii.

Dr. Masaru Emoto este un om de stiinta japonez care a studiat indelung elementul vietii: apa. Din 1994, a inceput sa studieze si sa fotografieze cristale de apa inghetata. Aceste fotografii erau realizate cu ajutorul unui microscop plasat intr-o camera la -50°C. Rezultatele uluitoare au fost prezentate in cartea sa Messages from Water (Mesajele apei), care pune in evidenta efectul constiintei umane (al diferitelor tipuri de energie hado) asupra apei.

Fotografiile din articol sunt preluate din aceasta carte si arata clar in ce mod structura cristalina a apei inghetate reflecta calitatea ei, precum si modificarile acesteia datorita expunerii la diversi factori externi: poluare, cuvinte, muzica, fotografii si chiar rugaciuni. Cercetand proprietatile apei, Dr. Emoto a descoperit si demonstrat cu ajutorul fotografiei de mare viteza ca moleculele de apa pot fi influentate de gandurile noastre, de cuvintele si emotiile noastre. Starile emotionale care influenteaza apa, influenteaza prin urmare totul.


WATER CRYSTALS
Distilled Water
Dirty water from Fujiwara Dam
Fujiwara dam after pray
Love and gratitude
"You make me sick."
"Arigato"(Thanks)
Dirty Lake water before pray
After Pray
After pray crystal
Beethoven-Pastoral
Heavy Metal music
Kawachi local dance music
Tibet Sutra
Antartica Glacier Water
Dirty Water Biwako Lake
Shimanto River- The last clean river in Japan
Spring Water Lourdes, France
Sanbu-ichi Yusui Spring Water Japan
Adolf Hitler
Saint Theresa



Iisus ne-a transmis in “Evanghelia Eseniana” sa nu mancam cand suntem suparati sau furiosi, pentru ca mancarea se va transforma in otrava pentru corp…Aceasta pentru ca mancarea, care contine in mare proportie apa, preia emotiile noastre, sau ale celor care au preparat mancarea, si le tranfera in noi, la nivel celular, adica la cel mai profund nivel. Astfel, mancarea devine otrava pentru corp, indiferent de proprietatile nutritive ale acesteia.

Iata cum noutatea revolutionara despre apa si emotii confirma arta de a fi armonios, arta intelepciunii transmisa de

milenii.Este vital sa acordam atentie la ceea ce gandim si simtim, cu predilectie. A simti iti creaza viata. Asa iti construiesti viata, precum simti. A simti amprenteaza apa vietii corpului nostru, cu ceea ce oferim ca vibratii prin emotii si gandurile de zi cu zi.
Aceasta este o descoperire stiintifica care revolutioneaza Evolutia, insa cu siguranta nu ar fi fost niciun secret daca altcineva l-ar fi descoperit mai devreme, pentru ca "instructiunile" unei vieti sanatoase ne-au fost data odata cu creerea noastra ca fiinte. Emotiile, Apa, Viata. Totul este atat de interconectat. Si adevarul este chiar sub ochii nostri, dar este atat de greu de vazut!
Gandurile si sentimentele influenteaza direct structura materiei fizice – aceasta este concluzia japonezului Masaru Emoto, in urma cercetarilor sale. El a observat ca apa inmagazineaza toate informatiile transmise ei sub forma de energie (hado) din mediul inconjurator. Stiinta confirma astfel ceea ce traditiile spirituale sustin de milenii: suntem responsabili de raiul sau de infernul in care traim.
Cercetarile dr. Masaru Emoto l-au condus la definirea conceptului de "hado", un cuvant care este din ce in ce mai des folosit chiar si in conversatiile uzuale de catre japonezi. Cuvantul "hado" este alcatuit din doua ideograme kanji, ha si do, care inseamna respectiv unda si miscare. Prin urmare, hado este modelul vibrational intrinsec existent la nivelul atomic al materiei, fiind considerat drept cea mai mica unitate de energie.
Hado este energia asociata constiintei umane, dupa definitia dr. Masaru Emoto. Cercetand aceasta energie, el a ajuns la concluzia ca gandurile si sentimentele modeleaza realitatea fizica. Inspirat fiind de rezultatele unui om de stiinta american care a reusit, cu ajutorul unui dispozitiv ce utiliza rezonanta magnetica, sa impregneze apa cu anumite informatii benefice, curative, dr. Masaru Emoto a continuat cercetarile in domeniul rezonantei magnetice.
Astfel, generand diferite energii hado prin cuvinte rostite sau scrise, sau prin muzica la care a fost expusa o aceeasi proba de apa distilata, aceasta si-a modificat structura in functie de energia primita. Formele de hado pozitiv, de exemplu forta sublim creatoare a artei si a muzicii, au generat cristale geometrice, hexagonale, armonioase si

incantatoare. Interesant este ca nu toate esantioanele de apa au cristalizat.
Cele expuse unui hado negativ (cuvinte urate, poze ale unor fiinte malefice recunoscute, de ex., Hitler, poluare, muzica heavy-metal) au inghetat in forme amorfe, ciudate si dizarmonioase. Astfel, chiar daca toate tipurile de apa au aceeasi formula chimica, structura lor moleculara difera considerabil, fapt demonstrat clar in aceste fotografii.
Intelegem din aceasta ca apa are un mesaj foarte important pentru noi. Ea este precum o oglinda, care ne reflecta intocmai starea interioara. Atunci cand ne reflectam chipul in ea, mesajul ei devine uimitor de clar, precum un cristal. Stim ca viata umana este in directa corelatie cu calitatea apei, atat cea din corpul nostru cat si cea din jurul nostru.
In lucrarea sa doctorul Emoto prezinta argumente concrete care demonstreaza ca bioenergia umana, energia gandurilor, cea vehiculata de cuvinte, ideile-forta si muzica, toate acestea influenteaza structura moleculara a apei, aceeasi apa care alcatuieste in procent de 70% corpul unui om matur si care acopera in acelasi procentaj planeta noastra. Apa este sursa esentiala a vietii pe planeta, calitatea si integritatea ei sunt de o importanta vitala pentru toate sursele de viata.
Dr. Emoto a descoperit multe diferente fascinante in structurile cristaline ale apei provenind din diverse surse aflate in anumite conditii. Spre exemplu, apa de munte si de izvor a dezvaluit in structura ei cristalina frumoase modele geometrice. in schimb, apa toxica si poluata din zonele industriale suprapopulate sau apa stagnanta din puturile de apa sau lacurile de acumulare a cristalizat in forme distorsionate, aleatoare si dizarmonioase.
Un alt domeniu de studiu al doctorului Emoto l-a constituit meloterapia, De aceea el a urmarit efectele muzicii asupra structurii cristalelor pe care apa le formeaza prin inghetare. El a plasat timp de cateva ore apa distilata intr-o eprubeta intre doua boxe si apoi a fotografiat cristalele obtinute prin inghetarea acelei ape. Dupa ce a inregistrat modurile in care apa a reactionat la diferitele conditii de mediu, la poluare si la diferitele genuri de muzica sau sunete, echipa doctorului Emoto si-a orientat cercetarile spre a vedea modul in care gandurile si cuvintele afecteaza formarea cristalelor de apa netratata, distilata. Ei au aplicat pe esantioanele de

apa bucati de hartie cu diverse cuvinte scrise pe ele, lasandu-le asa timp de o noapte.



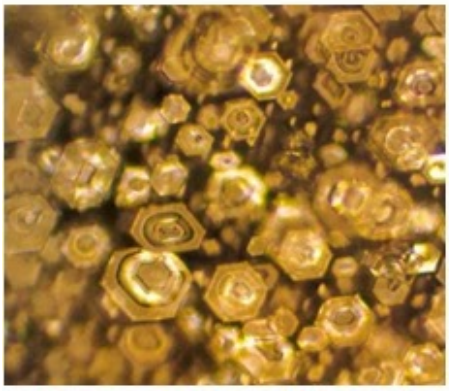
„Cele 4 anotimpuri - primăvara" de Vivaldi



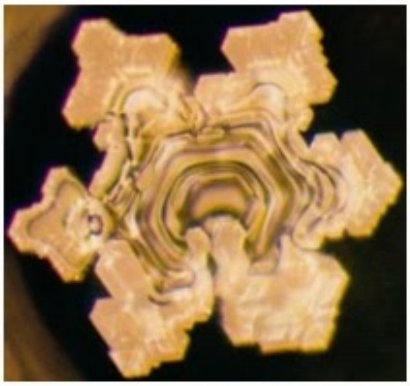
Simfonia Pastorală a lui Beethoven.
Muzica lui Beethoven a dat naştere unor cristale deosebite, cu multe detalii şi forme fanteziste, ce produc un efect terapeutic



Bach: „Arie pentru corzi în Sol Major"
Acordurile line ale acestei melodii de Bach (din celebrul aranjament pentru vioară şi pian) sunt bine reprezentate de splendoarea acestui cristal



Chopin: „Studiu în Mi major"
Se pare că muzica de pian produce cristale în formă de picături



Mozart: „Simfonia Nr. 40
Frumuseţea acestui cristal reflectă frumuseţea piesei muzicale. Cristalul pare să oglindească modul de viaţă entuziast a lui Mozart



Muzică de vindecare

Aceeasi procedura a fost aplicata folosindu-se numele unor persoane decedate, care au avut o anumita influenta in istoria omenirii. Fotografiile obtinute dupa inghetarea esantioanelor de apa ce fusesera expuse acestor influente au demonstrat incredibilele raspunsuri ale apei, ca entitate vie si inteligenta, la emotiile si gandurile inscrise in campul morfic al umanitatii.
Concluzia generala a fost de necontestat: apa preia cu usurinta vibratiile si energia mediului in care se afla. Descoperirile extraordinare ale dr. Masaru Emoto reprezinta un valoros instrument si o dovada incontestabila care ne poate transforma perceptia asupra noastra si asupra lumii in care

traim. Avem acum dovada si explicatia faptului ca apa poate vindeca si poate transforma in bine viata planetei, prin gandurile pe care alegem sa le intretinem in mentalul nostru si prin modurile in care aplicam aceste ganduri.

Ce inseamna o apa sanatoasa

O apa sanatoasa nu inseamna doar o apa pura din punct de vedere chimic! Inseamna o apa purificata energetic si energizata. Cel mai important ce-i lipseste apei de robinet si apei ambalate e energia vietii (informatie, structura si energie). Daca apa e filtrata nu inseamna ca e energetic superioara. O apa sanatoasa pentru consumul zilnic e apa care are:

- mineralizarea ~ 0,3-1,2gram/litru
- poseda energie informational-vibrationala neutra
- are forma cristalului asemanatoare cu a fulgului de zapada
- e structurata
- e energizata.

Apa cea mai buna e apa care actioneaza ca si filtru al organismului – adica apa cu proprietati energetice deosebite care fortifica imunitatea organismului si proprietatea naturala a organismului de a se autocurati.

Majoritatea laboratoarelor moderne fac doar analiza chimica a apei si induc in eroare prin aceasta analiza superficiala.

E demult cunoscut faptul ca prin rugaciune asupra apei aceasta devine mai dulce si mai folositoare pentru organism fara ca ea sa-si schimbe compozitia chimica. Nici un postulat al chimiei nu poate explica ce se intampla, insa din punct de vedere energetic apa se ridica la vibratii mai inalte, la care microorganismele si impuritatile sunt pur si simplu distruse, iar energia cosmica cu toate proprietatile ei vitale este inmagazinata prin invocarea divinitatii. Este atat de simplu. Doar o rugaciune spusa din inima.

Analiza energetica a apei si analiza fizica a apei (structurala) e cea care conteaza cel mai mult. Apa filtrata obtinuta cu ajutorul filtrelor de apa traditionale (osmoza inversa) din punct de vedere energetic e apa moarta – nu stimuleaza viata absolut nici cu un “milimetru”. Apa filtrata cu filtrele de apa traditionale nu inlatura efectul de

acumulare a metalelor grele in organism sau acumularii toxinelor, sarurilor si mineralelor in organismul uman sub forma de calculi biliari, pietre la rinichi sau acumulari de saruri la incheieturi.
Cristalul apei de robinet e asemanator ca si structura cu cel al celulei canceroase, iar cristalul apei vii e asemanator ca si structura cu cel al unei celule sanatoase. Cristalul apei de robinet e cancerigen, iar cristalul apei vii (energizate) nu e cancerigen ci dimpotriva: sustine viata.
Un fapt ce sustine cele de mai sus sunt populatiile de la munte: cei de la munte se imbolnavesc mai rar si traiesc mai mult deoarece ei folosesc in mod curent apa din raurile de munte ce provine din topirea zapezii si ghetarilor – acesta e un fapt confirmat de mii de ani si sute de generatii. Aceste ape sunt ape care poarta de mii de ani proprietatile vindecatoare ale Mamei Terra.

Energizarea apei

Pe scurt, o metoda eficienta si simpla de imbunatatire a proptietatilor apei este ca dimineata vasul cu apa sa fie agitat de 120 ori cu ajutorul mainilor, caci astfel apa se dinamizeaza si se energizeaza, devenind compatibila cu corpul fizic si energetic al celui care consuma apa.
Daca este expusa la rasaritul soarelui (solarizata), isi mareste raza de actiune si rezultatele sunt mai bune. Prin acest procedeu se reconstruieste starea de sanatate. Pentru cei considerati sanatosi, cura este considerata profilactica. Orice tratament medicamentos sau tratament naturist e mai putin eficient sau poate fi chiar absolut ineficient daca se utilizeaza apa care are structura energetico-vibrationala joasa, precum apa de la robinet.

APELE ENERGIZATE

In tratamentele alternative un rol important il reprezinta apele energizate. Prin activarea apelor fie de izvor, fie apa obisnuita de la robinet, fie apa plata sau apa minerala, in corpul pacientului se produc modificari importante.
Apele energizate, in primul rand isi modifica usor gustul, sunt pacienti care simt si un parfum deosebit al apei. Aceste ape in timp, prin activare, nu se mai altereaza, informatia transmisa in apa ramane activa si apa isi pastreaza calitatile chiar si dupa un numar mare de ani (am ape preparate de peste 10 ani care si-au pastrat gustul proaspat si parfumat).

Apele energizate se prepara fie prin transmiterea de energie cu palmele, fie cu mana si bagheta de energizare a apei, fie prin activarea cu bagheta si bazaltul sau numai activarea cu pendulul din bazalt si mana.
Interesant este faptul ca atunci cand apa se activeaza cu pendulul din bazalt in apa se formeaza structura DOMUSULUI, adica a lotusului cu 16 petale. Petalele simbolizeaza principalele elemente chimice din tabelul lui Mendeleev.
Pe aceasta structura formata in apa putem cunoaste excedentele sau deficitele de minerale din corpul pacientului, putem observa schimburile de informatii la nivel de celula, putem observa cand in organism exista celule care deja nu mai vor sa “lucreze” pentru corp si se dezvolta agresiv, “lucreaza” numai pentru ele (celula canceroasa).
Apa energizata are rolul de a ajuta pacientul in tratamentul alternativ dar si in cel alopat.
Prin consumarea zilnica a 100 ml apa energizata dimineata si la fel seara inainte de masa cu aproximativ 30 de minute, pacientul isi constientizeaza in primele zile problemele din organism si pe cele stiute, dar si pe cele nestiute, deoarece apa declanseaza usoare vibratii in corp, acolo unde sunt probleme.
Dupa 4 – 5 zile urina se tulbura usor, fiind eliminate toxinele din corp dar si diferite depuneri care de-a lungul timpului s-au fixat in corp in diferite zone (apele lucreaza mai ales asupra stomacului, ficatului, fierei, rinichilor si intestinului).
Dupa intervalul de timp mentionat mai sus, in corp se instaleaza o stare de liniste, de usurare, sunt persoane care scad usor in greutate, altele se deplaseaza mai usor si se simt mai detasate de problemele zilnice, au o digestie mai buna, le dispar usor durerile din corp, au un somn mai bun, etc.
Atunci cand pacientul asociaza apa energizata cu un tratament alopat acesta este asimilat mai rapid in organism, dar in acelasi timp compusii chimici de sinteza sunt si evacuati mai rapid din corp, in general efectul asupra bolilor este mult mai rapid, ceea ce duce la scurtarea timpului de tratament.
Apele energizate sunt foarte eficiente atat in tratarea pacientilor, dar si in tratarea mediului ambiant.
Astfel s-a observat ca plantele care sunt zilnic udate cu ape

energizate, isi schimba ritmul de viata. Acesta este usor modificat prin faptul ca prind radacini mult mai repede, se dezvolta mai armonios si infloresc in permanenta; nu mai merg pe ciclul lor biologic.
Din 1993 folosesc in terapiile alternative apele energizate in combinatie cu ape care au culori diferite ale aurei, de la Centrul de Terapii Alternative din Viena. Acestea sunt:
Apa “ALBASTRA” – care este folosita atat pentru uz intern, avand proprietati antibacteriane, antivirale si eliminand toxinele din organism; cat si pentru uz extern, avand proprietati antiinflamatorii, precum si de calmare si accelerare a cicatrizarilor.
Apa “GALBENA” – care este folosita pentru uz intern, avand rolul de a dizolva impuritatile din organism. Aplicata pe piele este benefica in cazul eruptiilor sau a altor afectiuni ale pielii. Intareste de asemenea radacina parului.
Apa “VERDE” – este folosita numai pentru uz extern. Este puternic revitalizanta si antidureroasa.
APA MAGNETIZATA
Folosita din timpuri stravechi in China, in Italia, in extremul Orient, cu efecte terapeutice, a ajuns sa fie intens studiata datorita efectelor bune care s-au observat la curele cu apa magnetizata, in tratarea diverselor afectiuni, care apar si se agraveaza pe fondul unor probleme emotionale:
– hipertensiune, aritmie cardiaca,
– ulcer gastric, colita de fermentatie,
– constipatie, tulburari de tranzit intestinal cronicizate,
– diabet – are rol adjuvant in stabilizarea glicemiei, a carei valoare variaza foarte mult in functie de starea emotionala,
– nevralgii diverse, migrene,
– tulburari de asimilare (inclusiv in insuficienta de Ca si Mg, in anemii),.
Cura cu apa magnetizata se face pe o periada de 2 saptamani, se consuma dupa ce a fost tinuta de la 8 la 12 ore in apa cu magneti (cana magnetica), dupa care se face o pauza de 1-2 saptamani, apoi se reia din nou tratamentul pe o perioada de 2 saptamani.
Contraindicatii: nu se cunosc.
APA DINAMIZATA
Este realizata pe principiile homeopatiei, adica apa este

agitata mecanic de catre o persoana cu mare credinta si iubire in Dumnezeu. Agitarea apei se face cu putin inainte de a fi consumata. Aceasta operatie va fi facuta cu mult entuziasm si participare afectiva, pentru a o INCARCA intr-un mod corespunzator, de cele putin 100 pina la 1000 de ori, in functie de natura dilutiei:

– dilutiile de joasa frecventa actioneaza la nivelul corpului fizic si corpului eteric,
– dilutiile de medie frecventa actioneaza la nivelul corpului eteric si a corpului mintal,
– dilutiile de inalta frecventa actioneaza la nivelele energetice inalte.

Apa dinamizata da rezultate eficiente in tratarea:

– anorexiei, incapacitati de a simila, digestiei lenesa,
– apatiei, asteniei psihice, depresiilor,
– tulburarilor digestive aparute pe fondul tensiunilor psihice,
– lipsei de minerale,
– crizelor de astm si de sufocare care apar pe fond de stres sau fara un motiv anume,
– cosmarurilor, somnului agitat,
– toate afectiunile in care pacientul se confrunta temporar cu slabirea vointei de a trai.

Administrarea apei dinamizate se face de 3 ori pe zi, inainte de masa cu o jumatate de ora. Cura poate dura de la o saptamana pana la 3 luni, in functie de afectiune, dar si de starea generala apacientului, iar pauza dintre cure este de 1-2 saptamani.

APA DE PIRAMIDA

Apa tinuta in piramida – plasata la o treime de baza, devine din punct de vedere microbiologic, mai pura, se pastreaza mai mult timp, are efecte stimulative asupra proceselor de crestere si efecte curative pentru o lista foarte lunga de afectiuni.

Apa de piramida nu are efect asupra unei boli anume, ci chiar asupra organismului pe ansamblu, stimulandu-l sa se apere singur. Este folosita in:

– deblocarea proceselor de eliminare a toxinelor,
– astenie,
– constipatie,

– boli de piele,
– tulburari de asimilare,
– apetitul dereglat,
– afectiuni digestive,
– in tratarea cancerului,
– scleroza in placi,
– boli virale recidivante.

Pentru a obtine apa de piramida trebuie sa avem o piramida in miniatura folosind proportiile reduse ale piramidei lui Keops din Egipt. Vasul in care se pune apa de izvor sau apa plata trebuie sa fie din sticla sau portelan. Locul in care se plaseaza vasul trebuie sa fie situat in prima treime de la baza piramidei. Durata de activare a apei este de minim 12 ore, respectiv maxim 24 de ore (dupa unii cercetatori). Timpul de pastrare a apei de piramida trebuie sa nu depaseasca 24 de ore. Apa de piramida nu se fierbe, nu se mai prepara in nici un alt mod.

In general nu este recomandat sa bem apa de piramida la nesfarsit. O cura cu apa de piramida va fi de la 14 zile minim, pana la 3 luni consecutiv, cu 2 sapatamani de pauza intre cure.

Reactiia dverse la aceasta apa nu se cunosc.

Cea mai mare piramida construita la noi in tara este Piramida de la Pitesti, construita sub indrumarea prof. univ. dr. in biologie Marioara Godeanu.

APA PI

In urma cu peste 30 de ani cercetatorul japonez Kukava a demonstrat matematic existenta unei a 4-a forme de energie naturala, pe langa cele trei forme cunoscute anterior:

– energia electrica,
– energia magnetica,
– energia gravitationala,

pe care a denumit-o ENERGIA PI.

Aceasta energie PI poate fi produsa de celulele vii, care o utilizeaza pentru a completa AURA. Cand aura este completa, fluxul energetic al corpului biologic asigura desfasurarea armonioasa a proceselor fizico-chimice vitale.

APA PI este o apa filtrata fizic si biologic si energizata cu ajutorul unei instalatii specifice numita LIFE ENERGY. S-a constatat ca APA PI are efecte binefacatoare in revigorarea organismului, de intretinere a sistemului imunitar, ajuta

digestia, impiedica formarea calculilor renali, dar ii si dizolva.
Este indicata in afectiuni gastrice, are rol de reglare a glicemiei, are efecte diuretice, este folosita in tratarea migrenelor si pentru cefalee. Are efecte spectaculoase in vindecarea bronsitelor, astmului bronsic, a sinuzitelor si-n ameliorarea micozelor, etc.
Este utilizata si in uz extern pentru revigorarea, regenerarea pielii. Este buna pentru vedere, are efecte binefacatoare in irigarea oculara, ducand la calmarea durerilor dar este folosita cu succes si in alergii oculare.
In medie se pot utilza pina la 2 l/zi, iar pentru persoanele mai sensibile nu este indicata seara, deoarece este un energizant puternic si poate crea insomnii.
TE FELICIT DACA AI AJUNS PANA AICI SI AI CITIT INTREG ARTICOLUL MEU. INSEAMNA CA MINTEA TA A PRIMIT INFORMATIA SI SUBCONSTIENTUL TAU VA INCEPE SA LUCREZE PENTRU SANATATEA TA, CHIAR DACA IN MOD CONSTIENT TU NU VEI SCHIMBA MODUL IN CARE PRIVESTI SI UTILIZEZI APA ZILNIC.
Pe scurt, iata cele **6 principii de baza** pe care trebuie sa le respectam zilnic pentru a oferi corpului nostru apa necesara in forma ei cea mai pura si pentru a utiliza la maxim proprietatile apei:

Purificare.
Energizare.
Dinamizare.
Solarizare.
Recunostiinta.
Hidratare.

Astfel, ii vom darui apei rolul ei primordial, si anume – miracolul sustinerii vietii, si noi vom incepe sa ne vindecam.

Sursa: http://www.cocoon.ro

Cum sa ucizi super bacteriile

Unele bacterii se pot dezvolta si isi pot crea tulpini foarte rezistente la medicamentele create de industria farmaceutica, industrie ce nu poate tine pasul cu aceasta dezvoltare. Dar cercetarile recente din domeniu ce provin de la Universitatea de Medicina din Gondar, Etiopia, dovedesc faptul ca nu avem nevoie de industria farmaceutica pentru a trata bolile noi care apar in urma modificarii tulpinilor bacteriilor.

In rezolvarea acestei probleme au venit cercetatorii de la Universitatea mai CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: http://www.secretele.com

Cum facem bani din marketing afiliat in Romania

Recomanda produse si servicii pe care ti le-ai cumpara si tu

E clar ca daca vei recomanda produse in care nu crezi nu vei fi entuziasmat, nu vei convinge audienta, iar cititorii vor simti asta si vor spune: oare tipul asta si-ar cumpara pentru el telefonul/laptopul/camasa/cartea asta? Nu, deci inseamna ca ma fraiereste.

Nu recomanda produse pe care nu le cunosti/in care nu ai incredere

Cum ar fi sa recomand eu un curs despre cum sa faci bani pe net sau o carte despre cum sa ai succes la femei, mai ales ca ii dispretuiesc pe cei care incearca sa vanda chestiile astea si nu am incredere in ele? Recomanda produse testate/incercate/care au o reputatie buna pe piata, pentru ca altfel iti vei dezamagi cititorii.

Produsele electronice si hainele se vand mult mai bine decat cartile

Exceptand Bookblog nu stiu prea multi care au castigat bani buni in Romania promovand carti pe blog. Sa zicem ca la o carte castigi 5 lei, si tu scrii 2 recenzii pe saptamana. Cate carti ar trebui sa scrii pentru a avea un venit decent? Comparativ cu cartile, produsele IT&C, gadgeturile, hainele se vand mult mai bine la noi. E suficient ca oferta sa fie buna si prezentarea produsului sa fie convingatoare. Sunt mai multe sanse sa vinzi gadgeturi si haine decat carti, mai ales daca te adresezi unui public generalist. Trist, dar adevarat, nu cred ca in Romania poti sa castigi bani buni din marketing afiliat pe carti. Cunosc pe cineva care castiga foarte bine vanzand chiloti Catalin Botezatu. Numai in Romania, dar merge. Astept contraargumente la faza cu carti vs electronice si haine.

Foloseste linkuri in posturi, nu bannere

Lumea e setata sa ignore bannerele datorita aglomerarii de pe site-uri ce folosesc in exces aceasta metoda (ad blindness). Cand ajung pe o pagina noua cititorii scaneaza in primul rand dupa textul din articole. Nu spune nimeni sa nu pui imagini ale produselor sau bannere in recenzii pentru a realiza posturi atractive, dar din ce am remarcat eu, in cazul recenziilor, cititorii fac clic pe linkurile inserate in text

mai mult decat pe bannere.

Ca o comparatie, cum arata un blog cu un singur banner de 300*250 px in sidebar raportat la unul ce are 5 bannere in sidebar, unul in header, inca unul in post si inca unul in footer? Pe ce banner sa mai dai clic?

Foloseste pluginuri pentru a contoriza numarul de clicuri si a afisa linkurile pe blog

Cum poti vedea cate clicuri s-au facut pe un link afiliat, ce a mers bine si ce nu? Poate ca platforma de marketing afiliat iti ofera informatiile astea, dar eu zic ca e mai bine sa ai informatii proprii. Am testa GoCodes care mi s-a parut ok pentru ca iti afiseaza numarul de clicuri facute pe un link si iti permite sa creezi linkuri curate, de forma http://numeblog.ro/go/numeprodus in locul linkului afiliat, care e de regula o insiruire de cifre si numere.

Alte completari?

Sursa: http://mariussescu.ro

Sursa foto: drconsultants.ro

Cum sa fac bani din blogging

1. Scrieți conținut util.

2. Continuați să scrieți conținut util.



3. Nu uitați de promovarea blogului, online și offline.

Continui aici cu a doua parte a prezentării pe care am ținut-o la cursul organizat de Divanul pentru cei dornici să își facă un blog. Logic ar fi ca atunci când îți deschizi blogul să nu o faci cu gândul la bani. Cel puțin nu când îți deschizi primul blog. Eu am scris 2 ani de zile pe blog fără să câștig nimic, și probabil mai scriam încă vreo 2 ani dacă nu începeam să primesc oferte de colaborări.

Să spunem totuși că ai blogul de ceva timp, l-ai promovat prin toate metodele existente și inexistente, ai început să ai cititori fideli, ai început să fii cunoscut în domeniul tău și te gândești că ai putea să câștigi și ceva bani din blogul în care investești timpul și ideile tale.

Cum se fac banii în blogging? Câteva idei mai jos, de reținut că nu toate au același efect pentru toți bloggerii și toate blogurile. Încercați și vedeți ce se potrivește cel mai bine blogului vostru.

Modalități de monetizare a unui blog ce are deja vizitatori:

1. **Inserarea pe blog de reclame PPC (pay per click) prin Google Adsense și alte rețele de anunțuri, de ex Etarget**. Dezavantajul este că reclamele pot strica aspectul blogului dacă nu sunt integrate corect în temă. Nu exagerați cu reclamele în articole, cititorii vin pentru conținut. Nu îi alungați. Nu vă așteptați la câștiguri fabuloase, am avut și clicuri de 1 cent, iar maximul cred că a fost de 80 de cenți pe un clic. Aveți nevoie de mulți cititori pentru a câștiga sume decente, de la 1000 de vizitatori în sus. Am remarcat că Google Adsense convertește mai bine pe blogurile ce au mult trafic din motoarele de căutare, cititorii fideli nu fac de obicei clic pe reclamele text.
2. **Publicarea de articole plătite (pay per post)** scrise pentru a promova branduri, produse etc. Dacă aveți un blog cunoscut sau cu mulți cititori cu siguranță veți fi contactat direct de firme sau de către agenții pentru publicarea de articole plătite sau participarea la campanii de promovare mai complexe. Este ok, dar nu vă mințiți cititorii, încercați să vă prezentați opinia proprie în legătură cu produsele promovate. Dacă nu vă plac mai bine refuzați colaborarea. Daca știți că aveți un blog bun puteți să contactați voi direct agențiile care organizează campanii pe bloguri și social media, nu aveți nimic de pierdut. Vă recomand să citiți și Daca isi pune reclame pe blog, nu il mai citesc, De ce nu fac toți bloggerii bani din blog?, Cum să faci bani din blog – varianta practică
3. **Inserarea de linkuri în sidebar**, de regulă pentru optimizarea unui site în motoarele de căutare. Se plătesc lunar sau anual, prețurile se calculează după traficul blogului, Page Rank, influența bloggerului etc.
4. **Inserarea de bannere pe blog** pentru firme, în header,

sidebar sau chiar în articole. Nu exagerați cu ele, eu de exemplu închid rapid un blog dacă văd trei bannere în primul ecran, și în header. și in sidebar și la începutul articolului.

5. **Folosirea unor unelte de marketing afiliat** – Profitshare și 2Parale sunt cele mai cunoscute la noi. Marketingul afiliat funcționează bine mai ales dacă aveți un blog nișat, care are legătură cu produsele promovate. Puteți afișa widgeturi sau bannere, dar cel mai bine convertesc articolele în care inserați linkurile afiliate. Puteți face review-uri pentru produse, vă puteți exprima opinia inserând linkurile afiliate, ideea este că un articol convertește mult mai bine decât un banner în marketingul afiliat. am mai scris pe tema asta: Cum facem bani din marketing afiliat in Romania, De ce nu merge marketingul afiliat in Romania, Marketing afiliat: recomandari pentru prieteni
6. **Vânzarea directă a unor produse sau servicii către cititorii blogului**. Puteți realiza o carte electronică pe care să o vindeți online, direct pe blog, puteți să vă promovați serviciile pe care le oferiți (grafică web, scrierea de articole pentru alte bloguri sau site-uri….). E o metodă foarte bună pentru cei care au un blog cunoscut și și-au creat un brand personal, sunt priviți ca profesioniști în domeniul lor
7. **Donații de la cititori prin Paypal**, se poate afișa un widget pe blog. În România nu funcționează din ceea ce știu eu, dar unii bloggeri mi-au spus că au mai primit donații.

Ce alte posibilități prin care se pot face bani cu ajutorul unui blog mai știți?

Sursa: http://mariussescu.ro

Cum sa faci un videoclip pentru YouTube

Chiar daca multa lume foloseste YouTube-ul, nu toti stiu cum sa faca un filmulet pentru o melodie si sa-l puna online. Este un proces simplu, singura greutate poate fi **editarea videoclipului**. Astfel, daca vrem sa urcam un videoclip pe popularul site de video sharing trebuie sa urmam acesti pasi:

1) **Gasim o idee pentru video** – asta daca vrei sa faci un videoclip original. In celalalt caz ai deja o filmare pe care vrei sa o faci cunoscuta. (Atentie: pe youtube puteti urca doar fisiere video – mp3-urile si pozele nu se incadreaza.

2) **Filmam ce avem de filmat** – bine, trebuie sa ai si o camera video :)) (Eu folosesc un **Flip UltraHD**). Dupa ce ai gasit ideea pentru filmuletul tau, pune-o in actiune, sunt multe oportunitati – de la filmulete scurte despre evenimente pana la **video blogging**.

3) **Cu ajutorul unui program de editare video** transforma videoclipul tau intr-o opera de arta. Aici eu recomand **SONY Vegas PRO**, ultima versiune, cu toate ca unii pot folosi si *basic-ul* **W**indows*M*ovie *M*aker (care nu este disponibil insa pentru Windows 7) iar pentru amatorii de Open Source, se poate folosi ceva gen Open Movie Editor. Asta e partea cea mai dificila, de aceea daca nu ai cunostinte in editarea video si nu ai inclinatia sa te “joci putin prin program” atunci foloseste WMM, unde poti **face foarte rapid un filmulet** pornind de la **melodia ta preferata**, adaugand o imagine.

– Daca ai o camera HD ai grija cum editezi filmuletul si

seteaza rezolutia proiectului la fel cu a fisierului de pe camera video.

4) **Urca videoclipul pe Youtube** folosind pagina de Upload din contul tau. Evident este necesar sa ai si cont pe Youtube :). Adauga o descriere relevanta videoclipului si apasa Save. Poate dura cateva minute pana filmuletul tau va fi uploadat si procesat.

Cateva lucruri de stiut.

- Daca urci un videoclip cu o melodie aflata sub protectia legii drepturilor de autor, acesta va fi sters in cele din urma
- Cu toate ca unele siteuri permit download-ul videoclipurilor de pe YouTube, acesta este interzis in Termenii si Conditiile siteului, asa ca nu descarca un filmulet doar pentru a-l re-uploada pe contul tau
- Daca vrei o **filmare HD,** foloseste o camera pe masura si ai grija sa setezi rezolutia proiectului la dimensiunile corespunzatoare pt 720p sau 1080p
- Nu urca **ORICE** pe Youtube. Daca filmuletul tau nu are o calitate buna, nu vei avea cine stie ce vizualizari…poate doar daca-i filmezi pe Elvis sau Michael Jackson in viata…

Sa faci un filmulet si sa-l **urci pe youtube** nu e greu, insa ai nevoie de putina inspiratie si cunostinte minime de editare video. In caz ca ai o **melodie preferata**, ai grija sa nu faci ceva ilegal cand o pui pe youtube.

Poti foarte usor sa te promovezi pe Youtube prin intermediul filmuletelor de tip videoblog, sau prin product placement. Dupa cum spuneam, ai nevoie de putina inspiratie si de o idee solida.

Sursa: pebarbamea.ro

Cum sa faci bani pe Facebook

Stiu, e un titlu folosit de atatea ori, dar nu stiu cum se face ca toate articolele din categoria “cum sa faci bani pe facebook” promoveaza unele metode care avantajeaza foarte putin publicul tinta.

Nu am sa vorbesc despre porcarii online care te pun sa-ti trimita sms-uri prin care sa castigi bani de paine, o data la doua saptamani. Pe Facebook, poti face bani in doua moduri (vorbesc doar despre ceea ce am facut eu, din experienta personala) si anume din reclame si recomandari. Din punctul meu de vedere, cele doua modalitati au la baza afilierea pentru ca de fiecare data am urmarit comisionul.

Sa faci bani pe Facebook nu e un lucru pe care-l poate face oricine. Iti trebuie putina minte ca sa stii carui public te adresezi si cum trebuie sa faci asta. Majoritatea celor care incearca sa scoata niste bani pe seama lui Zuckerberg, o fac recomandand unele servicii dubioase (pe care nu o sa le promovez aici) de tipul schemelor bancare pe sistemul de refferal. “Aduci 100 de prieteni care dau 100 de clickuri si castigi 100 de centi”. Scuzati-ma dar mi se pare o prostie.

Cea mai buna metoda de a face bani pe Facebook este afilierea. Daca lucrezi de ceva vreme in online, apelezi la serviciile de marketing afiliat si iti dai silinta ca recomandarile pe care le faci sa fie de calitate si sa raspunda intrebarilor despre produs. Unii o fac mai bine decat altii desigur, dar asta nu inseamna ca tu nu poti incerca.



Pentru inceput, iti recomand Hapsha, un serviciu prin intermediul caruia, te poti folosi de cunostintele tale dar si de lista ta de prieteni pentru a face un ban cinstit pe Facebook. Normal, totul depinde de tine, daca esti in stare sa faci o recomandare buna si nu doar sa distribui un link. Un utilizator de pe Facebook are, in medie intre 100 si 500 de prieteni, dar daca tu deja te gandesti sa faci bani pe reteaua de socializare, inseamna ca esti constient ca-ti trebuie mai multi.

Ecuatia e simpla, dar depinde de tine daca o aplici cum trebuie. Sunt trei pasi simpli:

1. Faci o recomandare inteligenta.
2. Prietenii tai cumpara produsul.
3. Primesti un comision de 4% din valoarea produsului cumparat.

Nu spun ca e usor si nici nu spun ca functioneaza pentru fiecare persoana care vrea sa faca bani pe Facebook. Hapsha este o solutie inteligenta de marketing afiliat prin social media care se orienteaza mai mult in zona prieteniilor virtuale, cercuri de prieteni si recomandari bune, spre deosebire de alte sisteme de afiliere care se axeaza mai mult pe conversii veniti cu ajutorul siteurilor de nisa.

Daca vreti sa incercati un serviciu simplu, sa-l testati si sa faceti niste comisioane, incercati Hapsha, dar nu uitati ca totul depinde de voi.

Sursa: pebarbamea.ro

Sursa Foto: adevarul.ro

Cum se amenajeaza peretii interiori si vopsele cu diferite proprietati (tutorial video)

Aplicarea vopselelor cu efect decorativ

https://www.youtube.com/watch?v=QYqVr6RFGZo

Vopsele cu proprietăți

https://www.youtube.com/watch?v=OtpIKfLcVic

Amenajarea pereților cu efecte 3D

https://www.youtube.com/watch?v=C19mRUYGq4s

Sursa: canal YouTube Hornbach Romania

Sursa foto: www.interiordesigner.ro

Sursa video: www.YouTube.com

Cum se fac instalatiile electrice? Montajul cablurilor si a dozelor (tutorial video)

https://www.youtube.com/watch?v=QExFTlYa8Ws

Sursa foto: www.garajuluimike.ro

Sursa video: www.YouTube.com

Cum se monteaza cabina de dus (tutorial video)

https://www.youtube.com/watch?v=uSD7V-xfx3c

Sursa foto: www.baiadevis.ro

Sursa video: www.YouTube.com