
Zdravlje

Post Ivan B. - 31.03.07 19:04

Evo nove teme na forumu. Z D R A V L J E.. Ništa ljepše u životu nego biti zdrav, fizi?ki i psihi?ki dakako. Ima ona stara koja kaže, Bože zdravlja a za ostalo ?emo ve? nekako. To je uistinu tako. Kad te ništa ne boli i suh kruh je sladak. No mi eto kao nesavršena bi?a ?esto zaboravimo na sve to i sjetimo se toga tek kad nas neka bolest malo podsjeti koliko smo ranjivi. Eto toliko od mene što se ti?e zdravlja.

=====

Odg: Zdravlje

Post Ivan B. - 02.04.07 06:11

Izgleda da nikoga ne zanima zdravlje.

=====

Odg: Zdravlje

Post Edita Topi? - 03.04.07 23:43

Ova tema trebala bi biti vazna, citana i diskutirana a znam da ce od toga svega najviše biti ipak citana. Neka, i to je dobro i vazno jer o zdravlju govoriti cini se kao da je i suvisno, da se sve vec zna, vazno je biti zdrav i vazno je da nas u našem poimanju života zdravlje služi da bi mi mogli raditi, napredovati, živjeti kako bi se reklo zdravo i veselo i da nas bolnica, bijeli mantili liječnika zaobilaze u velikom luku. No, to nije uvijek tako, kad se najmanje nadamo, cesto dozivimo iznenadnu automobilsku nesrecu, povredu na poslu, rodi se dijete s vec teskom dijagnozom doživotnog invalida ili se bolest polako uvuce u nase tijelo nastani se u njemu i polako ga izjeda tiho i polako dok najedanput ne eksplodira u vidu kakvog tumora, raka ili nekih drugih smrtonosnih bolesti. Tada dolazi vrijeme borbe protiv bolesti i tada se covjek zamisli nad svojim životom, cesto se upravo tada približi Bogu i postaje svjestan da je Bog vladar nad našim životima, našim zdravljem i našom bolesti. Dok cete u razgovoru sa zdravim covjekom cuti cesto njegovo kukanje nad životom, nesretnom sudbinom sto se nije obogatio, sto nije ostvario svoje sne itd.. kod bolesnika zelja je jedna da mu je samo jos jednom biti zdrav. Ja sam e koz bolesnike u mom životu naucila jedno, iz Bozije ruke primi život, odravaj zdravlje i cuvaj ga a kad dodje vrijeme bolesti primi je i ponesi kao svoj kriz ne kukaj, ne panici, budi strpljiv budi jak i vjeruj u providnost Boziju. Ljudi koji žive uz bolesnike, skrbe se o njima, zdravstveni djelatnici, osobe koje se brinu o starima i nemocnima u domovima vjerujem cine humano djelo milosrdja i po njima se Bog ocituje u bratu covjeku. Kada sam bila mlada djevojka jedno vrijeme bavila sam se ozbiljno primislila o odlasku u misije. To se nije dogodilo. Moj životni put odveo me u misiju blizine bolesti. Kroz život uvidjela sam da ne moras otici u Afiku da bi bio bliz ljudskoj patnji. Ona je dio nas, i mi smo dio nje. Kroz bolest onog do tebe i ti sam rastes i sazrijevas u toj ljudskoj potrebi biti tu, sad za nekoga ko te na ovaj ili onaj nacin treba. Vjerujem da ste i vi dosa puta u svom životu osjetili da vas netko treba ili da vi trebate neciju pomoc. Zdrav covjek ne smije nikad zaboraviti da zdravlje nije zagantirano na dugorocne staze i da je bolest dio naseg života koja ce ipak jednom pokucati svima nama na vrata.

=====

Odg: Zdravlje

Post svjetlana - 04.04.07 03:03

edita, ?itam sve tvoje zapise, a i poznajemo se iz lukendi. ja sam svjetlana iz tuzle. krasno pišeš.

=====

Odg: Zdravlje

Post Edita Topi? - 04.04.07 06:50

Umalo spadoh sa stolice hahaha, ne mogu vjerovati :woohoo: :woohoo: :woohoo: Svjetlana, ma kako te se ne bih sjecala, oprostite eh eh... pobrkah temu ali ovo je isto kao zdravlje, sto ljepse nego kad trefis staru poznanicu i to jos iz djetinjstva Svjetlana vidimo se mi na chatu... hvala za pohvalu ovim mojim "planetarnim razmisljanjima... sto ti je internet, stavis misao na forum a ona dopre ziva i zdrava do tvojih prijatelja... " nadam se da si ok. i da su svi tvoji zdravo. Pozdrav ti i vidimo se kako rekoh na chatu da pretresemo sve ove protekle godine iza nas..Bogggggg

=====

Odg: Zdravlje

Post Edita Topi? - 04.04.07 19:55

U svijetu u kojem živimo danasnji covjek najcesce se u bolesti okrece lijekovima dobivenim kemijskim putem, na kojima farmaceutske kuce zaradjuju basnoslovne sume novaca. Tabletama, pilulama, raznim sirupima itd... pokusava se vratiti zdravlje ili ga barem odrzavati da kako tako živimo bez bolova i tegoba koje bolest sa sobom neminovno nosi. Suvremeni covjek zaboravlja vrlo cesto na blagodati majke nam prirode, na sve one ljekovite biljke kojima nas je ta majka priroda obasula samo sto mi na to ne obracamo paznju. Naravno da covjek treba biti pazljiv ako se odluci za posjet kakvom travaru ili odabere neku vrstu lijecenja prirodnim recepturama. Ima tu i nadriljekara o kojima ovaj puta ne bih govorila, no provjerene recepture zlata su vrijedne i lijekovi spravljani po njima zasigurno nece stvoriti ovisnost, nece jedno lijeciti a drugo trovati u nasem tijelu. Mi smo u B.Luci imali izuzetnu sreću sto su nase susjede bile one casne u Aleksandrovcu koje su skupljale trave i pravile gotovo sve vrste lijekova za mnoge bolesti koje su i tada a i sada vrebale i napadale krhke organizme. Ljudi su se njima obracali za pomoc, nije se pitalo koje su bile nacije i vjere svi su odlazili i trazili lijeka za svoje bolesti. Nazalost, kao veliku nezahvalnost u ovom ratu casne su dobile izgon u najkracem mogucem roku i znamo kako je to sve prošlo. Sto je bilo s recepturama, da li jos uvijek prave prirodne lijekove ja ne znam a ako netko zna bice mi drago da nam ovdje da na znanje pa da se u slucaju kakve bolesti mozemo ipak njima obratiti. Takodjer su u Bosni franjevci skupljali i pravili od trava i biljaka prirodne recepte a te recepture zabiljezene su u poznatim franjevacim Ljekarusama koje su veliko blago i u kojima stoje izvori zdravlja samo je stvar osobno svakog da li ce zeljeti naci taj izvor i pokusati lijecenje tim nekim alternativnim metodama, uvijek naznacavam vrijednost meda za zdravlje nase svagdanje. Med stvaraju i proizvode pcele, najradisnija bica koje je Bog stvorio u svojoj raskosnoj prirodi pored covjeka. Med ima nevjerovatne mogucnosti lijecenja mnogih bolesti pa se i ne cudim sto se jedino za pcele kazu da na kraju svog pcelinjeg izmorenog zivota kaze da samiru poput covjeka jer cijelog svog vijeka marljivo skupljaju taj med da bi ga covjek mogao jesti i biti zdraviji i jaci u svom zivotnom vijeku. ...

=====

Odg: Zdravlje

Post Edita Topi? - 04.04.07 20:16

U stresnom nacinu zivota koji vecina nas zivi, nametnutoj trci za poslom, svakidasnjim obvezama, aktivnostima itd... dolazi do neravnoteze duha i tijela, tijelo postaje kronicno umorno i iscrpljeno a duh slabi pod svakodnevnim umorom i stresom a znamo da je stres tihi ubojica i da je glavni krivac za nastanak mnogih bolesti u nasem tijelu. Bolesti duha cesta su pojava u danasnje vrijeme. Ljudi su vise nego ikad pored svih tehnoloskih napredaka sve vise okrenuti sami sebi, usamljeni su i cesto nesretni, razlozi tome su raznovrsni ali u biti dolazi vrlo cesto do raznih vidova depresije, dusevnih i drugih oboljenja. Mladima se kao savrseni ideal namecu modeli sa naslovnica, besprijeornih mjera, trazi se savrseni izgled a utjecaj sredine je vrlo cesto ogroman, mladi zele biti dio sredine u kojoj se nalaze, boje se odbacenosti i podsmijeha i nastaju cesto vrlo zalosni primjeri anoreksije, bulimije itd.. kod mladih djevojaka ili "nabildanih" mladica koji jos posteno nisu izašli ni iz svog adolescentnog doba u punu zrelost a vec su postali karika u lancu nametnutih laznihih ideala koji mogu vrlo cesto završiti tragicno. U ratu koji je ne tako davno prosao kroz nase zivote pretrpili smo velike dusevne boli, ponizenja, razocarenja, strahove, neimastinu itd... naravno da su posljedice bolest, aneksioza, da ne spominjem strasni PTS i da je vise nego zalosna slika mnogih mladih ljudi koji su oboljeli, cija psiha nije stabilna i koji pate od raznih vidova psihickih poremećaja. Njima je potrebna prije svega podrška u obitelji, razumijevanje prijatelja i drustva a i njihova sopstvena volja da prevazidju teskoce u kojima se nalaze i da pronadju smisao u svom zivotu.. U zdravom tijelu zdrav duh, tako se kaze i tako jest, pa da bi svi mi imali zdrav duh jedimo dobro, stavimo zlicu meda u caj, obavezno se naspavajmo i druzimo se... zelim vam zdrav zivot i zdrava razmisljanja, je li da sam se raspisala ??? pozdrav svima a sad zbilja Zdravo, boggggg

=====

Brinemo li se o zdravlju ili o bolesti?

Post Josip A. - 05.04.07 04:13

Da malo i ja nabacim koju misao na ovu temu. Gledah na TV jednog lije?nika koji je obilazio gradove s EKG aparatom, spirometrom i slušalicama kako bi utvrdio zdravstveno stanje na "ulici". Taj lije?nik je izrekao jednu groznu ?injenicu u kojoj sam se i, na žalost, pronašao: "današnji ?ovjek kad govori o brizi za zdravlje u praksi je to briga za izlije?enjem. Dakle ve? je bolestan i želi ozdraviti. Preventiva je samo deklarativna kategorija, iako najvažnija za zdraviji život". Naveo je ?ovjek tu i pretilost, i previše brige prema tlaku na uštrb drugih parametara zdravlja, a i to znanje o tlaku je jadno.

=====

Odg: Brinemo li se o zdravlju ili o bolesti?

Post Ivan B. - 05.04.07 08:50

Nekidan u bolnici posjetim svog nekadašnjeg radnog frenda koji boluje od teške bolesti. Rak plu?a, grla i još nešto što nisam razmio o ?emu se radi. Ne može govoriti ve? piše na papiru. Iznenadio se kad me vidio jer mene stranca sa kojim je kratko radio vjerojatno nije o?ekivao. Na moj upit kako je napisao da nije dobro. Pitam jel ga posje?uju djeca, bivše žene, samo odmahnu rukom. Teško je je govoriti sa nekim za koga vidiš da umire. Šutnja je još teža jer ona valjda više govori od rije?i. Nisam ostao dugo. Nisam izdržao. Izašavši na ulicu kora?ao sam ko zombi. Duboko u podsvjesti i skrivena od danjeg svjetla bila je misao: sre?a moja da nisam na njegovom mjestu. No jednog dana bit ?u i ja na tom nekom mjestu i netko ?e isto tako iza?i iz posjete meni i možda se isto tako osje?ati. Neznam sad šta bih pisao dalje. Rije?i ponekad nemaju nikakvog smisla. Bolje da prekinem ovog trena.

=====

Odg: Brinemo li se o zdravlju ili o bolesti?

Post Edita Topi? - 05.04.07 09:10

Pretilnost kao i povišeni ili snizeni tlak jest vrlo cesto oboljenje koje prati danasnjeg covjeka. Kod pretilnosti ipak je zanimljivo da svi ljudi skloni debljanju u biti su dobrocudni, mirnih naravi barem je slucaj s ljudima koje ja poznajem. Nikad jos nisam naisla na neku malo korpulentniju osobu a da je neka ostrokondza, cjepidlaka i nektko tko ti "truje zivot", to je slucaj ipak sa mrsavima ali opet ne generalno uzimajuci u obzir... svi mi koji zivimo na ovom nazovi Zapadu znamo na kakve primjere debljine nailazimo... vec u djecjoj dobi ili od samog rođenja poremeaji u ishrani pocetak su vrlo cesto debljine s kojom ce se ta osoba u zivotu nositi, naravno da i genetika cini svoje ali u biti nezdrava prehrana, nekretanje i neaktivnost glavni su po meni uzroci debljine. No, povišeni ili snizeni tlak takodjer se namece kao bolest suvremenog stresnog drustva a vi svi koji patite od tog uzburkanog pritiska u svome tijelu znate kako se tesko s tim problemom nositi. Sto reci nego ukoliko je to moguće pratiti savjete lijecnika i strucnjaka i pokusati sam sebi biti lijecnik...to je sve fino ovako napisati ili procitati ali evo prva ja kad se uzrujam ili kad sam pod stresom cini mi se da kazaljka mog krvnog tlaka dosegne onu maksimalnu tocku pa sto se kaze kod nas Bosanaca ono nesto prokljuca u nama... e tada je najbolji bijeli luk iliti cesnjak... s malo jogurta i da vidis odmah se smiris i postanesh sasvim ok... a preventiva za onaj neprijatni odor iz usta jest ipak široki osmijeh... onda se nitko ne može ljutiti na vas i pogledati vas popijeko zar ne....

=====

Odg: Brinemo li se o zdravlju ili o bolesti?

Post Edita Topi? - 05.04.07 09:21

Obici bolesnika veliko je djelo milosrdja. Jos je veca vrijednost tog djela kad taj bolesnik nije sasvim blizak rod, supruznik, prijatelj itd... mi smo kao polaznici vjeronauka imali o Danu bolesnika uvrijezeni obicaj zahvaljujuci nasim casnima da idemo u posjet boelsnicima u Dom staraca u Banja Luci. Casne su nas poducile da za tu priliku poneseo kao dar malo kave i secera kao sto je to tamo bio obicaj, sok itd.. i da nasom gestom posjeta uocimo kako na ovome svijetu postoje osamljeni ljudi, bolesnici koje nema nitko obici ili ako i ima iz nekog razloga to ne cine. Sjecam se jedne starice koja nije imala nikoga svoga bila je stara i tesko bolesna, ja sam položila svoju vrecicu s darovima na njen ormaric i sjela na ivicu njenog kreveta. Sasvim mi je bilo prirodno uzeti je za usahlu ruku i drzati, bila je necija baka, necija majka, necija zena sada je bila potpuno sama u svojoj bolesti. Iz njenih ociju potekle su suze, vjerojatno je bila dirnuta mojim dječijim posjetom..ta slika me je uvijek pratila kad sam u zivotu bila bolesna, u bolesti covjek je sam, htio to ili ne prolazi sam kroz nesto sto je dio njega i njegovog zivota, jednog dana kad budemo tako poput ove starice bolesni ili kad dodje ono nase vrijeme putovanja bice lijepo da netko ipak bude kraj nas, oni koje volimo ili oni koji su nam za zivota nesto znacili. Tako ja razmislim a tko zna gdje ce i kako upravo moj rastanak s ovim zivotom biti i u kojoj situaciji... staracki dom ah kako to otuzno zvuci.....

=====

Odg: Brinemo li se o zdravlju ili o bolesti?

Post Edita Topi? - 05.04.07 22:18

Pa evo jos jedna sugestija za dug zivot i dobro zdravlje " zurite se polako..."

=====

Odg: Brinemo li se o zdravlju ili o bolesti?

Ona prezentacija o Two Tenors nekako se meni čini kao da je Oda zdravlju i prijateljstvu. Bez puno mudrovanja svima nam je jasno da kad izgubimo dragu osobu tek onda uočimo koliko je bolest kao i zdravlje dato da spoznamo koliko je ljudski život nistavan, prolazan i kratak. Leukemija je bolest koja potresa ovaj svijet tiho priguseno, podmuklo u nekom svom kontinuitetu, kao da podsjeća sad ovdje sad tamo da je prisutna, opasna, nadmocna i jaka. Zahvaljujući leukemiji prošlog tjedna ugasio se jedan život koji sam nekad poznavala. U duplexu moje bivše kuće živjela je curica koju sam upamtila po vedrini, plavim očima i plavoj kosi. Zvala se Slavica. Bila je moja susjeda i u sali smo govorili da živimo "pod jednim krovom" zahvaljujući tom duplexu. Bila sam znatno starija od nje, nismo bili iste vjere, istih nacionalnih pripadnosti a ipak smo se zajedno radovali životu, ja nekom svom osobnom viđenju svijeta ona vjerojatno na svoj način... ja sam otišla iz grada zbog rata ona je ostala u gradu zbog toga što je nitko nije tjerao. Imala je zapravo samo privilegiju da ostane živjeti nekoliko godina duže u našem gradu točno onoliko koliko je trebalo da je leukemija odnese u neku drugu sferu u neku drugu stvarnost koja se čini sad meni iz ove moje ovozemaljske perspektive tako daleko. Njena bolest odvela ju je u grad veoma blizu mog u kome trenutno živim, tamo je bila u klinici preko tri mjeseca nastojanju da joj se spasi život, ja nisam znala da je bolesna, dan kad je njeno mrtvo tijelo prevezeno za Europu ja sam saznala da je bila bolesna i da je umrla, da je leukemija bila jača i neumoljivija od njene borbe za život. Presadivanje koštane srži nije uspjelo. Leukemijom se završio Slavica život na ovom svijetu. Rat je učinio da smo se razdvojili ... svatko je pripadao svom narodu, no, zao mi da je nisam posjetila u bolnici u kojoj je ležala, to bih sasvim sigurno učinila. Nista ne bih promjenila osim možda što bih leukemiji pogledala u oči i našla se pred zidom na kojem bih vjerojatno čitala ovo, U toj bolesnoj osobi vidim odraz i sliku Božjeg stvaranja, Bog je doista Alfa i Omega crnom i bijelom, žutom i crvenom, čovjeku onom do mene različitim po načinu života vjeri naciji slican ili isti po zdravlju i bolesti. Postuj život koji je dan i tebi i meni. Leukemija je uzela život moje bivše susjede, možda jednog dana znansvenici pronađu lijek i sto posto metode izlječenja. Do tada ostaje nadati se u dobro među ljudima, u postovanje ljudskog zdravlja i života. Mojoj bivšoj susjedi neka je pokoj vječni. Posvećeno Slavici.

=====

Odgovor:Odg: Brinemo li se o zdravlju ili o bolest

Post edita - 13.10.07 16:10

Evo zaustavih se na temi Zdravlja, pročitah od početka do kraja što smo ovdje zapisali, pokazuje nam čak ova nova forma foruma i kad je što pisano, prije koliko mjeseci, dana ili minuta... jedan ugrađeni sat u ovaj mehanizam internetske tehnologije.. i zamislite kad bolje razmislim podsjeća nas to odbrojavanje i pokazivanje vremena na prošlost pokazuje nam da se podsjetimo kad je što napisano..podsjetnik na temu Zdravlja.

Nije to slučajno, dok je čovjek zdrav želi gledati unaprijed, ne želi da ga nista koci jer to je u samoj naravi čovjeka. Tek kad ga dohvati kakva ozbiljna bolest, prometna nezgoda ili smrt u obitelji zastane i na tren se zamisli.

Neki dan je na temi Prošlost započela jedna tema koju vidjeli smo svi kako je pokazala šta ko i kako misli o drugima a i o sebi. Vidjeli smo kako gledamo u životu na ljude oko sebe s nekim manjim estetskim nedostacima na tijelu. U biti većina ljudi se podsvjesno ruga takvima i s prezirom i cinizmom zahvaljuje se Bogu što kod nje / njega sve stoji kako treba i više je nego zadovoljan svojim sopstvenim izgledom. Čak su ljudi skloni svoje recimo bore na licu smatrati nesavršenostima ili možda veći broj stopala poistovjećujući u svojoj skruenoj viziji s ozbiljnim anomalijama na ljudskom tijelu koje nekima doista znače mnogo, ljudima je kako zdravim tako i bolesnim ipak važno kako sebe i druge doživljavaju s psihološkog aspekta. Gube pouzdanje (pogotovo taste zene) ako se s vremena na vrijeme ne naoružaju kojim komplimentom, da ih netko pohvali itd.. Ljudi sa invaliditetom moraju s njim živjeti. Suočeni su sa tim da Bog u njihovom životu stavlja pred njih same izazov, da gledaju još uvijek pozitivno na aspekt svoje bolesti ili deformiteta i zamislite kako se oni osjećaju kad bi mi u njihovom društvu počeli pričati kako nam je teško jer imamo klempave usi a do nas gluhočijem osoba koja nam još pokazuje znakovnim pismom da nas voli prislanjajući svoje ruke na srce... ili da se zalimo kako nam je kosa rano osijedila i ispada od prevelikog farbanja, mini valova i ostalih trica i kucina koje činimo da bi ljepše DA LJEPSE izgledali, a do nas celava žena s perikom oboljela od leukemije..

=====

Odgovor:Odg: Brinemo li se o zdravlju ili o bolest

Post edita - 13.10.07 16:29

Da li je ljudska tastina, narcisoidnost, želja da nas odraz bude savršen pred nama samima i drugima toliko izražen da postaje ozbiljni psihicki poremećaj ?

Meni osobno je puno lakše provesti vrijeme sa uzetom osobom nego s narcisoidnim tipom žene ili muskarca. Kod djece

narcisoidnost može biti i te kako izražena ali barem postoje sanse da ih tako malo stvorenje kroz život prevaziđe i da poradi na sebi no kod odraslih ljudi to je znak da pate, duboko u sebi su neispunjeni, zeljni paznje i ljubavi. Narcisoidnost je sama po sebi umisljenost koja gazi i gleda na sve oko sebe s snishodljivošću i dozom arogancije smatrajući sebe svoje Ja iznad ostalih više vrijedno i naravno savršeno. Takvi ljudi će vas često kao što gladimo psica pomilovati po glavi i pohvaliti a onda bezobzirno sutnuti nogom ističući sebe, svoje kvalitete i svoje veliko JA. Dakle, trknuvši vas tamo negdje u kut nastojat će istaknuti sebe to je ta narcisoidnost i zelja da se prikrivenom lažnom skromnošću dobije kontraefekat da svoje JA stavi u prvi plan. To je veliki psiholoski a ako hocete i moralni invaliditet osoba koje pate od tog sindroma narcisoidnosti.

Danas je ljepota nametnuta kao element bez kojeg se jednostavno ne može. Ne ostavlja taj imperativ mjesta za ljude kojima priroda nije bila sklona. Jer našem ljudskom oko privlačno je ono što je lijepo, još nisam vidjela reklamu osobe u invalidskim kolicima da reklamira najnoviji modni krik, i zato već od samog početka malih ljudskih života kod djece modom, nekim nametnutim standardima itd... tako malim bicima u svijest se ugrađuje moto savršenosti, željom za biti i postati the best, ne ostavljajući mjesta samoj osobi djeteta da gradi svoj karakter i svoje samopouzdanje kroz život. Otuda svi ti veliki duševni slomovi rano ostarjelih glumica, pjevača, osoba javnog života. Otuda tolika depresija i samoubojstva jer kroz život nismo dokazali ni sebi a ni drugima da smo uspjeli naturiti svoje malo JA u nešto veliko prepoznatljivo i hvale vrijedno.

Zdravlje je najbolji put da nas ono vodi kroz život, da od njega očekujemo komplimente, primjerenost i pohvalu. Jer zdravlje je dio nas i ono nam doista zeli sve najbolje.

Zdravlje, lijek

Post Josip - 09.12.07 19:21

PIJTE VODU NA PRAZAN ŽELUDAC

U Japanu je navika piti vodu odmah nakon buđenja. I znanstveni testovi su također uvidjeli prednosti te tehnike. Liječenje vodom daje rezultate za "stare" i ozbiljne bolesti kao i za "nova" moderna oboljenja - priznato je kao 100%-tno efikasno za liječenje slijedećih bolesti:

glavobolja, bolovi u tijelu, srčani sustav, artritis, brzi otkucaju srca, epilepsija, masnoća u krvi, bronhitis, astma, TB, meningitis, bolesti bubrega i mokraćnih organa, povraćanje, gastritis, dijareja, hemoroidi, dijabetes, zatvor, sve bolesti oči, bolesti maternice, rak i menstrualni poremećaji, bolesti uha, grla i nosa.

METODA LIJEČENJA

1. čim se probudite ujutro, prije nego operete zube, popijte 4 x 160 ml (640ml) čaša vode
2. operite zube i usnu šupljinu i nemojte jesti ni piti ništa narednih 45 minuta
3. nakon 45 min. možete normalno jesti i piti
4. nakon 15 min. (koliko je trajao vaš doručak/ručak/večera) nemojte jesti ili piti ništa narednih 2 sata.
5. oni koji su stari ili bolesni i ne mogu popiti 4 čaše vode odmah na početku (dok se ne priviknu) mogu početi tako da popiju odjednom koliko mogu a onda svakim danom povećavati količinu vode dok ne dosegnu te 4 čaše vode.
6. ova metoda izliječit će bolesne i a zdravi će uživati još već zdravlje

KOLIKO JE DANA POTREBNO DA SE IZLIJEČE SLIJEDEĆE BOLESTI:

1. visoki krvni tlak - 30 dana
2. gastritis - 10 dana
3. dijabetes - 30 dana
4. zatvor - 10 dana
5. rak - 180 dana
6. TB - 90 dana
7. oni koji imaju artritis, ovu metodu liječenja mogu provoditi samo 3 dana u prvom tjednu, a od drugog tjedna nadalje, dnevno.

Ovo liječenje nema popratnih efekata, osim što ćete češće i mokriti.

Dobro bi bilo da ovo uzmemo za dnevnu praksu tokom cijelog života, a ne samo dok liječimo bolest. Pijete vodu i ostanite aktivni.

Ima smisla. Kinezi i Japanci piju vruću čaj tijekom jela ... ne hladnu vodu. Možda je vrijeme da usvojimo njihove navike pijenja (u malim gutljajima) tijekom jela.

Ovaj članak je koristan za one koji piju hladnu vodu.

Lijepo je popiti neko hladno piće nakon obroka, ali hladna voda će zbiti masnoću koje ste upravo konzumirali - usporit će probavu. Kada takve tvorevine reagiraju s kiselinom, slome se i crijeva ih apsorbiraju brže nego krutu hranu. To će

izbrazdati crijeva (ošteti crijevne resice) i uskoro æe uzrokovati debljinu i voditi do raka. Zato je bolje piti toplu juhu ili toplu vodu nakon jela.

Važna napomena o srèanom udaru: morate znati da nisu uvijek isti simptomi prije srèanog udara bol u lijevoj ruci. Budite svjesni intenzivne boli u èeljusti (vilici). Muèнина i intenzivno znojenje takoðer su ubièajeni simptomi. 60% ljudi koji su imali srèani udar tijekom sna, nisu se više probudili. Bol u èeljusti moøe vas probuditi iz èvrstog sna. Budite paøljivi i svjesni toga. Što više znamo, imamo više šansi za preøivljavanje...

Kardiolozi savjetuju svakome tko dobije ovaj mail da ga proslijedi dalje - bit æe vrijedno ako spasimo bar 1 život.

Odgovor:Zdravlje, lijek

Post Josip - 09.12.07 19:25

Ovo sam takoðer dobio putem neta. Neznam koliko je istinito, ali znam opæenito da je vodu potrebno piti i da je mi kronièno malo trošimo. Kod kojeg god sam bio lijeènika, pa i nadrilijeènika odreda su mi rekli: piti više vode, preko 2 litre dnevno, jer se to sve izmokrava a na taj naèin izlaze otrovi iz tijela. Ja još nisam poèeo ovakvo lijeèenje. Èekam vas da mi nešto kaøete.

Odgovor:Zdravlje, lijek

Post zorica - 10.12.07 01:15

Evo da ja nesto kazem,

da upravo ste sto se tice vode i kako je korisno sto vise je piti, ne puno nego oko 2L...moj slucaj, prosli tjedan sam bila kod dr. i upravo mi je to rekao ali ne na taj nacin nego ovako----nauci se piti casu vode (ne veliku casu) svaki sat vremena, točno svaki sat, bio zedan ili ne, cajeve isto tamo samo ne sladiti, nikako sodu, osim kad spavas ne :laugh: voda razblazuje sve necisti u nasem organizmu...pa eto ja vec pokusavam a vi???? probajte...(a mislim da najvecu korist imaju bubrezi, jer oni su preradivaci, tj. filteri)

Odgovor:Zdravlje, lijek

Post edita - 12.12.07 16:05

sve je ovo dobro napisano ali ja se toga ne mogu pridrzavati.Ujutro kad ustajem zmireci dodjem do kafe aparata u prolazu dohvatim cetkicu za zube i kad zacujem harmonichni zvuk kljucale vode pomijesan sa aromaticnom kavom ja polako dolazim k sebi.... u tom mom jutarnjem ritualu nema mjesta za vodu nazalost.. KAVA je zauzela primat,cak mi je ujutro vec problem ako prethodnu vecer nisam promijenila filter stavila kavu i pripremila vodu znaci kad ustanem klik i eto kave.Ako bih popila toliku vodu i cekala 45 min ja bih dobila nesnosnu glavobolju kroz dan i to ne bi bilo dobro.E, da, samo jos nije napisano u ovom gore receptu da poslije cetiri case vode cekam 45 min i onda smijem upaliti kompjutor...ma nema teorije, dakle, ustajanje iz kreveta...cetkica za zube (cesto i bez kaladonta za moje gadljive haah :laugh: priznajte ovo je ipak blaza varijanta od onih kokosijih nogica u juhi, ovdje pozdrav Nati, Ceci itd...:huh: ;) onda pritisak na dugme kafe aparata drugi klik na komp i onda konacno temeljno pranje zuba....voda ? gdje da uglavim vodu u sve ovo....:blink: ee pa kad perem zube... jedino tako. ma zbilja kad promislim koliko nas doista popije tri pune case kroz cijeli dan ciste vode? vrlo malo ja mislim.

Odgovor:Zdravlje, lijek

Post Josip - 12.12.07 20:59

Jadna Edita. Moram ovih dana angaøirati kakve japance da nam izmisle nešto kako bi iz web stranica procurila voda putem interneta. To bi svakako doprinjelo zdravlju ove naše on-line zajednice. :)))

Odgovor:Zdravlje, lijek

Post edita - 20.12.07 14:08

citam ovo oko Japanaca, ma koji crni Japanci(ili Japanke), njima od stresa kosa opada najviše na svijetu, najmanje spavaju,prodaju zapadnjacima maglu i piju toplu vodu...samoubojstva zbog stresa dostizu najvisu stopu a znamo da su skloni i kamikaznim ateriiranjima tako da ih od mene drži sto dalje. Ipak, kad bolje razmislim mozda netko i usvoji pravila japanskog mentaliteta ali ja sigurno nisam ta. U svakom slucaju hvala na sugestiji...ma cekaj nesto mi pade na pamet da ti nisi nagraisao na kakvu Japanku, cim ti nama ovdje o vodi na dugacko i nasiroko...aaaa Jole?

evo vec imam fabulu u glavi o Japanki i nasem emigrantu u dalekoj Abesiniji a gdje ono bi Abesinija ??? :P :cheer:
:ohmy: :dry: :huh: B)

=====

Odg:Odgovor:Zdravlje, lijek

Post Plamenko B - 16.09.08 20:21

Zapravo sam tražio èist list papira da nešto ovdje zapišem, pa gledajuæi zastadoh ovdje, uèini mi se da mojim promišljanjima ovdje neææ biti nelagodno.

Opet sam se probudio više od sat ranije nego inaèe, oh kad bih svijetu mogao poruèiti kakvo dobro zdravlju i životu donosi rano ustajanje.

Iz jednostavnog razloga jer je rano ustajanje usklaðenje sa ritmom života u prirodi. Sva se priroda budi ujutro i zapoèinje novi dan, i svi ustaju rano, samo su ljudi izmislili da više niti liježu niti ustaju po redu, a èudimo se kad se u nama kao posledica takvog življenja poènu pokazivati bolesti.

Vidjet æe mo na žalost uskoro na ovoj generaciji koja ustaje u podne a u ponoæ odlazi u život. Sve može neko vrijeme, tri minute æeš preživjeti i bez zraka, ali kad se prijeðu limiti, stižu posledice, a to je zakon Božiji, pa kao takav djeluje, ne pita nas za mišljenje.

Samo anđeli Svevišnjega koji sve zapisuju znaju koliko sam put samo pijuæi vodu pomislio, draga vodica, direktno iz radionice Velièansvenog. Ko da Živu Vodu pijem koja mojim biæem život pronosi, tako je pijem.

Otkad više nemam žene uzase, uspostavio sam s vodom ljubovanje. Ludnica, vjerujte, pijem dnevno minimum galon vode, al neæu sad reæi narode pijte i vi toliko, al svima kažem, voda je blagoslov i zdravlje i život direktno iz Gospodinove ruke, volite i pijte vodu i tako je primajte.

Pijenje vode je u principu ispiranje organizma, sve one radionice i laboratorije po tijelu treba èistiti, izbacivati smeæe, jer ljudsko je biæe uistinu najveæi neboder na svijetu, u kome zapravo žive milioni stanovnika, a sve zajedno jedan svijet. Ima i danas velikih naseobina bez tekuæe vode i kanalizacije, ali kakva su ona i kakav je život i zdravlje u njima?

I što je zdravlje zapravo? Danas je postalo o tome nemoguæe ljudima prièati, jer je svijet do te mjere bolestan, da ljudi više nemaju niti predstave o tome što je to biti zdrav. Ono malo rijetkih zdravih što ima su se mudro posakrivali da ih ne otkriju i ne uhvate, te zatvore u kakav istraživaèki laboratorij za pokuse, ili povade organe za rezervne dijelove bogatašima.

A zdravlje je jednostavno postojanje harmonije, postojanje ravnoteže unutra, koja se onda manifestira prema vani. Zdravlje je osjeæaj da ti ne fali ništa, i da dišeš i život živiš u punini, osjeæaj zadovoljstva i ispunjenosti koji poraða davanje, eto zdravlje.

Moj je tata u životu pojeo toliko soli, da ga ovi ludi ameri otkriju uvalili bi ga u onu njihovu još luðu knjigu, a evo ga hvala Bogu gazi osamdesetu, oèito njemu sol nije naškodila puno, svome tijelu ravnatelj i lijeènik najprije moraš biti sam, taman posla da æe ti neko dati zdravlje ako sam zakažeš.

Da bi bili zdravi ima samo jedan naèin, sve ostalo je zagarantirana bolest. Treba živjeti zdravo.

Zdrav život je raznovrstan život ko kraja ispunjen lijepim stvarima, aktivnošæu, uèenjem i stvaralaštvom, iz kojega stalno zraèi harmonija, jer je i unutra sve uravnoteženo. Klonite se svakoga pretjerivanja, a pogotovo da ne postane ovisnost, èim je pretjerivanje nije zdravo.

U svoj svijet dakle ne smijemo unosti svakakvog smeæa, a istovremeno se moramo izvana i iznutra stalno èistiti i prati. To nam je sudbina i ko u tome ne uživa bolje da se ni rodio nije.

Namjera mi je ipak ovdje svratiti našu pozornost na duhovni aspekt zdravlja. Šta najzdravijem tijelu vrijedi to zdravlje ako duša nije zdrava. A i duša je neboder sa mnogo stanovnika, isto se mora prati i ispirati i èistiti, al dušu peremo i èistimo Vodom Živom i Vatrom Božanskog Duha, da duša bude èista i zdrava. Ako duša nije èista i svakakvim se smeæem puni, to tijelo niti može sakriti niti savladati, pitanje je samo vremena kad æe tijelo pokleknuti..

Sad je i znanstveno dokazano da se bolesni ljudi koji vjeruju u Boga i mole se, ozdravljaju bolje od onih koji se uzdaju samo u doktore i lijekove.

Koliki su ozdravili na neobiène naèine, posredstvom Duha svakako.

Evo i danas živi jedna gospođa koja je prije više od dvadeset godina brojala zadnje dane života, bili smo susjedi u to vrijeme i sluèaj dobro poznajem.

Oèajna i otpisana od ljekara, zbog silne želje da još živi, ona vam je od onih koji misle da æe sve propasti ako ne bude nje da se brine. Jako interesantna osoba, koja imaše vrlo buran život, ali sve se nekako svede na lijpi obiteljski život, a onda dođe da treba iæi gore, a njoj se ne ide.

Uistinu je za prièu kako se moja susjeda nije predavala, jednostavno je odluèila živjeti, al znajuæi da joj života nema bez Boga, sve svoje vrijeme ispunila je molitvom, samo je ponavljala, Bog ima lijek, Bože Svemoguæi i svi Sveti pošaljite mi lijek. Pokušavala je èudo nekih trava i savjeta, a onda je sve to nekako prepuklo u nešto, nastupio je neki prelom, promijenila je cijeli život.

Postala je vegetarijanka, i promijenila je u životu sve poèevši od razmišljanja, život koji je tako voljela sad tek kad je ponovo poèeo priticati u tijelo, sad joj se tek èinio dragocijen. Ali uvijek treba znati da je svaki sluèaj jedinstven, ona je našla svoj recept. I koga god sretne prièa kako je èudesno ozdravila, i kako je lijek našla u molitvi.

Život su vjeèite promjene i kretanje, nemoguæe ga je zaustaviti, nego se jedino može sa tim kretanjem uskladiti. Dakle moramo se kretati, raditi i stvarati. Tijelo je u stvari alatka koja nam je dana na upotrebu, ako je ne koristimo zahrða i propadne gore nego od žestoka rada.

Ustanovio sam takođe da su bitno zdraviji ljudi koji u životu imaju jedan uzvišen ideal, pa im je zdravo i moralno življenje najveæe zadovoljstvo a ne teret.

Nadam se eto da sam izrekao nekoliko korisnih stvari, da dodam na vaša razmišljanja. Svima obilje zdravlja želim i ljubavi iz koje se svako dobro pa i zdravlje porađa.

A bolje nam je da ovaj život nikad ni poèeli živjeti nismo ako u njemu ne otkrijemo Božiji Mir.

Tek je u njemu jasno što je život, što zdravlje, što sreæa. I što smisao!

PS: ujutro mjesto kafe najveæu šolju koju imate vrele vode, i posrkati ko kavicu, što vruæu, imat æe te iste efekte kao i od kave, još mnoge neke druge, a sve bez ikakvih štetnih posledica za vaše zdravlje. O ovim stvarima ne treba prièati i èitati, život treba živjeti, ako ovo proèitate samo bolje vam je da niste, jer æe te jednom sigurno otkriti koliko je bilo istina i koliko je moglo koristiti. Dokazano je da ovom terapijom sa vodom potreba za kavom otpada sasvim poslije nekoliko tjedana discipline, ali milioni ljudi za kafu troše milione dolara i svoje zdravlje, i umrijet æe a nikada neæe otkriti da je kafa ne samo nepotrebna nego je i jako štetna. Kafa je u stvari jedan od žešæih zaèina, te bi i kad se koristi trebalo da se koristi tako, a ne kao danas kad je kafa postala hrana.

Još ovo pa odoh, znam da sam dojadio, al mene goni moja savijest pa ja gonim i budim vašu, al istina je živa. Ako veæ pijete, što manje dodataka, dodaci samo bude za kavom glad i otvaraju apetit, a pogotovo nemojte u kafu dodavati ništa mlijeèno, ono možda može biti ugodno u ustima, ali je vašemu stomaku smrtonosni koktel. To u stomaku postaje takav smrad i baruština, da se zna završiti povraæanjem, tad biva oèito što smo u se stavili.

Jedna moja susjeda veli ne mogu se probuditi bez kave pa ubi me, a sve šira opažam da je, veæa kilaža više kave treba, gledam je sa smješkom i velim razumijem te, a ne kažem joj moja draga, da ti znaš kako bi na kafu zaboravila da sad ovdje zapuca i rat zapoène, niti bi ti kava trebala niti na pamet padala, nego bi gledala da negdje na sigurno strugneš, oæutim jer vidim da je sto posto sigurna da ne može biti drugaèije nego kako veli.

Masovno ste ovdje mlaði od mene i imate kraæe pamæenje, al nekim èudom ja sam zapamtio jedan drugaèiji život od ovoga današnjeg, u kome je kocka šeæera bila blago a kava rijetkost, pila se voda i prerađivala se vlastita hrana, nije bilo struje, telefona, interneta, danju je sijalo sunce a noæu zvijezde, al sam zapamtio moje tete i njihovo društvo kad krene sezona ljetnih radova krene i sezona smijeha i pjesme, po cijeli dan na ljetnom suncu gore a pjevaju. I kad sunce klone i završi se dan pa veèeraju, taman posla da se rastanu prije nego se ispjevaju. Nedjeljom bose niz bare sa

sandalam u rukama odoše uređene ko svijetae za misno slavlje, a u srcu veæ prebiraju stihove koje æe pjevati.

Htio sam vas zapravo upitati gdje je naša pjesma iz života nestala. Ne da je guramo u se, danas je to lako, nego je pitanje gdje je ona pjesma koja iz nas progovara.? <http://barlovci-zupa.org/images/fbfiles/images/Vancouver08.jpg>

Odg:Zdravlje, lijek

Post Josip - 19.09.08 01:44

Ovo neznaš odakle bi krenuo. Krasno postavljeno nekoliko stvari. Pa i u ovom P.S. -u za koji kažu da treba biti kratak. Ovo je ispalo jedno novo poglavlje kojeg možemo svrstati u "ekologiju duha" kako neki to danas zovu. Ja se isto pitam ovih dana kad vidim ovih jesenjih dana kako se iz dvorišta dime rakijski kotlovi, ali nema oko njih ljudi niti pjesme niti glasna žamora, nièega. Sjetim se i onih naših perušanja, branja kukuruza po danu. Sjetim se i svoje pokojne matere koja je voljela zapjevati i u "retku" i u na kraju retka, tj. kad je posao skonèan i kad se sa sepetom na ramenu i pjesmom na usnama ide s njive. Pokoj joj duši, znala je i ovdje zapjevati, a i onda kad smo išli kao župa na hodoèašæa. Sada meni to ljudi i žene spominju: "tvoja mama je baš bila veseljak, znala je lijepo pjevati i znala je lijepe pjesme". Istina, bila je živa eknciklopedija starine koja se prenosila iskljuèivo usmenom predajom. Na hvalu Božju i sreæom za fra Juru da je nekoliko njih zapisao i objavio u svojoj knjizi "Hod u vjeri". I meni ih je mama otpjevala u kasetofon, na traku, ali snimak je toliko loš da æu morati pronaæi naèina da popravim šum. Možda ih ovdje objavim.

Zanimljivo je takoðer kako mi je nekoliko ljudi ostalo u sjeæanju po svojim omiljenim pjesmama. Te su pjesme u raznim prigodama "potezali" a ostali bi pojaèavali. Vrbas voda nosila jablana- najèešæe je pjevao Juro, a tu pjesmu nije pjevao kao sevdalinku, veæ kao operni pjevaè, s puno srca punim grlom, zatvorenih oèiju. Ili Mato pokojni, njegova omiljena je bila Koliko je Prijedor polje. Tukara još i danas zapjeva onu lovaèku Kad sam bi mlaðan lovac ja. Svi su te svoje pjesme pjevali s velikom strašæu, tako da neke nedostatne pjevaèke osobine jednostavno ne možeš primjetiti od "srca" koje se osjeti u glasu. Zamjetno je i zgoda koje se nije propuštalo da se zapjeva. Ma to su bila vremena. Ja volim potegnuti: Oj livado rosna travo javoreeeee, javoreee....

Dobra je preporuka: pjevajte i pjevajte.

Odg:Zdravlje, lijek

Post Plamenko B - 19.09.08 03:20

Znam i ja Josipe koliki bi trebao biti PS, hahahaha, al svi æe te mi oprostiti kad vidite kolika je æutnja bila između, trebalo je malo namaknuti radi ravnoteže.

A zapravo misao poteæe, ja brž na comp da zapišem, što uhvatim uhvatim a htio bih sve, iz priloženog se vidi.

Moje promišljanje je na sve ovo vaše, dakle ne samo da sam pisao dugaèko nego æu se još, ako Bog da, vratiti. Evo ove pjesme koje Josip spomenu, sve žestoke, morat æu se osvrnuti, al da ne tovarim uvijek previše, radije drugi put. Evo se najžešæe pridružujem Josipovoj preporuci na kraju, uz malu napomenu, pjevajte al nemojte svašta, jer je u ovo vrijeme Šejtan i taj dar Božiji iskoristio da po njemu ljudima donese propast.

Odg:Zdravlje, lijek

Post Marinko - 06.10.08 01:17

Prvo cu vas sve gore naredane FINO pozdraviti, jako mi je drago sto vas ima i sto pisete! Plamenka eto nazalost nisam stigao upoznati doma oko Barlovaca (imam osjecaj da je domaci). A sada sam opet poceo raditi nocne smjene pa se slucajno zakaci za ovu temu sa vodom i harmonijom zivljenja... Ne volim ostati duzan pa cu zato odmah uruciti pohvale Plamenku za njegov jako zanimljivi clanak. I ja volim piti puno vode, poslije citanja ovoga jos cu je radje piti. A kave ne pijem puno ali volim malo mlika toknuti u nju, to sto si napisao da se nebi trebalo dodavati mliko, e to mi bas i ne ide u prilog (bilo bi dobro da to Jole cenzurira :-). Plamenko kada napises knjigu a trebao bi kada vec imas tako zanimljivih i dobrih misli ... kupujem prvi primjerak. A za sada cu traziti i druge tvoje priloge ovdje pa uzivati :-). Bog i Hrvati!

Odg:Zdravlje, lijek

BARLOVCI-ZUPA.ORG - barlovci-zupa.org

FireBoard Forum Component version: 1.0.4

Generated: 20 November, 2008, 10:01

Post edita - 11.10.08 15:37

Osobno volim citati a jos vise pisati dugacke PS-ve..
obicno ih pisu osobe koje imaju sto za reci i napisati, sebe smtram bez lazne skromnosti jednom od njih.

Nikada se ne umorim citajuci Plamenkoe ili Josipove ili hahah moje postove, dakle, pisite nadugacko ja citam svem,
memoriziram gotovo sve a neke znam napamet.
pozdrav postovima.

Jedne od vrlo zanimljivih postova je svojedobno pisao Usklicnik, pozdrav mu!
