

$$- = +$$

Índice

- Prólogo = página_2
- 1. Botánica = página_3
- 2. Alimentación = página_9
- 3. Higiene = página_12
 - 3.1 Cuerpo = página_12
 - 3.2 Cabeza = página_13
 - 3.3 Rostro = página_13
 - 3.4 Boca = página_13
 - 3.5 Defecación = página_13
- 4. Medicina = página_14
- 5. Agua = página_17
- 6. Electricidad = página_19
- 7. Tecnología = página_25
- 8. Mantenimiento = página_28
- 9. Social = página_28

Prólogo

Conocimientos obtenidos, de: experiencias propias, de libros de supervivencia, de libros de permacultura, de observar a los animales, etc

La versión mas actual, la puedes encontrar en: <https://sabiduria.webcindario.com>

Los conocimientos expuestos en este libro, han sido probados en mi persona; salvo los que están en fase de pruebas. Aún así, proceder con cautela.

La verdad, como el amor: no se vende, no se impone y no se cambia. Se regala y se acepta, cuando uno está preparado.

El conocimiento es como comer; si lo engulles, no te alimenta correctamente. Tenéis que degustarlo y masticarlo hasta que se haga puré; entonces notaréis: que os alimenta en cuerpo y espíritu.

No hagáis las cosas de forma automática. Razonar y si creéis que son correctas, ejecutarlas.

No te ancles en el conocimiento. Si encuentras una anomalía, corrígela y actualízate.

Es mejor un “malvado” consciente, que un “bueno” inconsciente.

Hay seres humanos que por dinero, serán capaces de hacer cualquier cosa. Tener mucho cuidado.

Muchos os intentaran vender ilusiones (mentiras); por eso debéis estar atentos, para discernir lo que es real, de lo que no lo es.

Sabio es aquel, que predica lo que hace y hace lo que predica.

Lo que no suma, resta y si resta, sobra.

EL sabio simplifica, el necio complica.

En lo bueno, elige siempre lo mas bueno. En lo malo, elige siempre lo menos malo.

Mejor es que los ignorantes os llamen: “tacaños” y vivir tranquilo. A que os llamen despilfarradores y vivir en una continua angustia.

Yo viviré como todos, cuando todos puedan vivir como yo.

Para obtener respuestas correctas, debemos hacer preguntas correctas.

En la medida que reducimos, las “necesidades” desaparecen.

El que no sabe, no será juzgado; pero el que sabe, será juzgado por lo que sabe.

1. Botánica (precaución)

Ser humano de experimentación: un adulto masculino

FC = falta confirmación

RAA = rasurar antes de aplicar

ud = unidad; uds = unidades

UTPS = uso tópico en piel sana. Ejemplo: parte inferior (muñeca) de la palma de la mano y labios.

M = maceración en agua dulce potable a temperatura ambiente

HM = hervir y macerar en agua dulce potable

N = normal

FP = faltan pruebas

GL = gravedad leve; GM = gravedad media; GA = gravedad alta

Acacia cyclops. UTPS (muchas hojas y ramas): M, N. Corteza (1 ud, largo: 4 cm y ancho: 1,60 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 5 ml: N. Semilla (1 día de M y hervir sin olla a presión): uso interno: 4 uds: N

Acacia cyanophylla (Acacia saligna). Hoja deshidratada (1 ud, largo: 13 cm y ancho: 1 cm): maceración en agua caliente (1 min en el microondas), UTPS: N; uso interno: M, 15 ml: N. Hoja fresca (1 ud, largo: 14 cm y ancho: 1 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 10 ml: N. Corteza deshidratada (1 ud, largo: 2,50 cm y ancho: 2 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 10 ml: N, sensación bucal: astringente.

FC. **Aloe arborescens.** Hoja: UTPS: N.

Acokanthera oblongifolia (precaución). Sabia: UTPS: N. Hoja (1 ud, largo: 3,30 cm y ancho: 2,10 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 4 ml: rechazo y náuseas. Corteza (1 ud, largo: 2 cm y ancho: 1 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N, FP: purgante. Fruto (mitad carne madura de 1 ud): UTPS: M, N; uso interno: M, 12 ml: N; ingesta sin agua: mitad carne madura de 1 ud: N. Semilla (mitad de 1 ud): UTPS: M, N; uso interno: M, 4 ml: rechazo. Flor (62 uds): UTPS: M, N; uso interno: 1 ml: rechazo.

Astydamia latifolia.

Agave attenuata. Flor (2 ud): UTPS: M, N; uso interno: M, 8ml: N. Hoja (1 ud, largo: 9 cm y ancho: 2,90 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N

Brachychiton populneus. Hoja (1 ud, largo: 4,30 cm y ancho: 4,50 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 10 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 2 cm y ancho: 2 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N. Resina: UTPS: M (poca agua), N; uso interno: M (poca agua), 2 ml: malestar en la garganta; disolución: lenta; M mas de una semana: proliferación de microorganismos en la superficie; después se cubrió dicha superficie, con resisa de Schinus molle disuelta en agua potable a temperatura ambiente, obteniendo una limpieza de la zona en mas de un 50%. Semilla (hervidas sin olla a presión): uso interno 16 uds: N, precaución: pelos urticantes en el interior de la vaina.

Bougainvillea glabra. Hoja (1 ud, largo: 4,50 cm y ancho: 3,80 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 3 ml: N. Bráctea (1 ud, largo: 3 cm y ancho: 2,50 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N. Flor (7 uds): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N

Bauhinia variegata.

Bauhinia forficata.

Coccoloba uvifera. Hoja (1 ud, largo: 4,50 cm y ancho: 5,80 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 10 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 3,60 cm y ancho: 2,40 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 5 ml: N, sensación bucal: astringente.

Ceratonia siliqua. Hoja (1 ud, largo: 4,10 cm y ancho: 4,50 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 2,10 cm y ancho: 2 cm): UTPS: hervir en agua, N; uso interno: hervir en agua, 12 ml: N. Fruto (1 ud): uso interno (carne madura cruda): N, sabor: leve dulzor. Semilla (1 día de hidratación, 3 días para germinar una semilla de 8 y hervidas sin olla a presión): uso interno: 4 uds: N

Carissa macrocarpa. Hoja (1º ud (largo: 3,50 cm y ancho: 2,50 cm), 2º ud (largo: 3 cm y ancho: 2 cm)): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 12 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 3,50 cm y ancho: 1,10 cm): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 12 ml: N. Fruto: ¿comestible?

Caesalpinia gilliesii. Hoja (36 uds): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 3,90 cm y ancho: 8 mm): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N. Semilla (1 día de hidratación en agua tibia y un día para la germinación): uso interno: mitad de 1 ud cruda: N; hervidas sin olla a presión: 4 uds: N; (123 uds, 1 día de hidratación en agua a temperatura ambiente, hervidas sin olla a presión, hidratadas: 49): ingesta sin agua: 10 uds: N

Caesalpinia spinosa. Hoja (1 ud, largo: 3,80 cm y ancho: 1,70 cm): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 12 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 3,50 cm y ancho: 1,50 cm): UTPS: HM, ; uso interno: HM, 12 ml: N. Semilla (9 uds): 1 día de hidratación, hervidas, ingesta sin agua: 4 uds: N,

Casuarina cunninghamiana. Hoja (rama verde, 4 uds, largo: min: 14,80 cm y max: 23,20 cm): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 24 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 3,10 cm y ancho: 3,10 cm): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 24 ml: N. Fruto (2 uds inmaduros): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 24 ml: N

Cupressus arizonica.

Chamaerops humilis.

Conyza bonariensis.

Conyza canadensis.

Conyza sumatrensis.

Clinopodium mexicanum. Flores (11 uds): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N. Hoja (8 uds): UTPS: M, N; uso interno: 12 ml: N. Rama (1 ud, largo: 11 cm y ancho: 3 mm): UTPS: HM, N; uso interno: 12 ml: N

Callistemon viminalis. Hoja (1 ud, largo: 7 cm y ancho: 1,10 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 12 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 2,60 cm y ancho: 5 mm): UTPS: M, N; uso interno: M, 12 ml: N

Carpobrotus edulis, acinaciformis, chilensis, etc. Hoja (1º ud (largo: 4,60 cm, ancho: 1,20 cm y alto: 9 mm), 2º ud (largo: 5,40 cm, ancho: 1,20 cm y alto: 9 mm)): UTPS: HM, N; uso interno: 24 ml: N.

Crassula ovata, variedad: obliqua. Hoja (1º ud (largo: 3,60 cm y ancho: 2,40 cm), 2º ud (largo: 3,90 cm y ancho: 2,30 cm)): UTPS: HM, N; uso interno: 24 ml: N. Tallo (1 ud, largo: 4 cm y ancho: 1 cm): UTPS: HM, N; uso interno: 24 ml: N. Flor (11 uds): UTPS: HM, N; uso interno: 24 ml: N.

Crassula ovata, variedad: gollum. Hoja (4 uds, largo: de 1,60 a 2,30 cm y ancho: de 7 mm a 1,30 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 24 ml: N. Tallo (1 ud, largo: 4,10 cm y ancho: 1 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 24 ml: N.

Delonix regia. Hoja (53 uds): UTPS: M, N; uso interno: M, 10 ml: N. Fruto: ingesta sin agua y cocinado en olla a presión: 4 uds: N. Fruto: la vaina que contiene las semillas, fue puesta en remojo en agua a temperatura ambiente, durante un periodo de un día, para facilitar la extracción de las semillas; las semillas fueron hervidas sin olla a presión; ingesta sin agua: 36 uds: N. Nota: las semillas se cocinan mejor en olla a presión.

Dracaena draco. Hoja (1 ud, largo: 4,20 cm y ancho: 1,60 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N; uso interno: HM, 8 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 5,50 cm y ancho: 1,60 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N. Fruto (1 ud, carne inmadura): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N. Semilla (1 ud): UTPS: M, N; uso interno: M, 2 ml: N. Fruto (1 ud, maduro): ingesta sin agua: N

Euphorbia canariensis. Savia (RAA): UTPS: N; uso tópico en herida (GL) por abrasión: escozor constante, erupción, al secarse crea una capa resistente al agua, intoxicación por vía tópica: síntoma: sudoración por la frente. Fruto (capa externa): UTPS: N.

Euphorbia enterophora. Savia (RAA): UTPS: N; uso tópico en herida (GL): positivo, durante un breve periodo de tiempo escuece y después de secarse crea una capa resistente al agua.

Euphorbia grandicornis. Savia: UTPS: enrojecimiento, escozor y erupción.

Euphorbia lactea. Savia: UTPS: N; uso tópico en herida (GL) por abrasión: erupción y pus. Rama (1 ud, largo: 1,20 cm, ancho: 9 mm y altura: 7 mm): M, 2 ml: N.

Euphorbia balsamifera. Savia: UTPS: N. Hoja (1 ud, largo: 2 cm y ancho: 5 mm): UTPS: M, N; uso interno: M, 5 ml: N

Euphorbia tirucalli. Savia: UTPS: N. Rama (1 ud, largo: 8 cm y ancho: 5 mm): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 4 ml: leve ardor en la garganta. Corteza (1 ud, largo: 2,50 cm ancho: 2,10 cm): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 1 ml: leve ardor en la garganta.

Euphorbia milii. Hoja (1 ud, largo: 5,70 cm y ancho: 4,20 cm): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 24 ml: N. Savia: UTPS: N. Flor (10 uds): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 24 ml: N. Tallo principal (1 ud, largo: 1,10 cm, ancho: 1,10 cm y alto: 9 mm): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 24 ml: N.

Eucalyptus globulus. Corteza (1 ud, largo: 2,70 cm y ancho: 2 cm): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 24 ml: N

FC. **Eucalyptus gomphocephala**. Hoja (1 ud, largo: 19 cm y ancho: 2,50 cm): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 37 cl: N

Echium vulgare.

Ficus carica. Savia: UTPS: N. Hoja: (1 ud, largo: 6 cm y ancho: 4 cm): M, UTPS: N; uso interno (1 ud, largo: 6 cm y ancho: 4 cm): M, 15 ml: N, sabor: higo inmaduro. Corteza: (1 ud, largo: 6 cm y ancho: 8 mm): UTPS: M, N; uso interno: M, 2,50 ml: N, sabor: higo inmaduro.

Ficus microcarpa (¿espiritual?). Hoja (muchas): UTPS (todo el cuerpo): M, N.

Ficus rubiginosa. Fruto (10 uds): ingesta sin agua, N. Hoja (1 ud, largo: 7 cm y ancho: 3,50 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 15 ml: N. Raíz aérea (1 ud, largo: 23 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 7,50 ml: N.

Geranium rose. Hoja (1 ud, largo: 8 cm y ancho: 8,70 cm): HM, UTPS: N; uso interno: HM, 24 ml: N. Flor (3 uds): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 24 ml: N.

Hedera helix. Hoja (1 ud): UTPS: M, N; uso interno: M, 2,50 ml: N.

Heliotropium europaeum.

Ipomoea cairica. Hoja (5 uds): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N. Flor (1 ud): UTPS: M, N; uso interno: M, 12 ml: N.

Jacaranda caucana.

Kalanchoe daigremontiana. Hoja (1 ud pequeña, 8 cm): ingesta sin agua, sabor: cítrico suave; (media ud grande, 7 cm): ingesta sin agua, sabor: cítrico intenso.

Kalanchoe pinnata. Hoja (1 ud, largo: 4,50 cm y ancho: 2,50 cm): ingesta sin agua, N.

Kleinia neriifolia. Hoja (4 uds, largo: de 5 a 6,50 cm y ancho: de 9 mm a 1,10 cm): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 24 ml: N. Tallo (1 ud, largo: 2,70 cm y ancho: 1,50 cm): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 24 ml: N.

Leucaena leucocephala. Hoja (38 uds): UTPS: M, N; uso interno: M, 10 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 4 cm y ancho: 2 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 10 ml: N

Lagunaria patersonii. Hoja (1 ud, largo: 7,70 cm y ancho: 3,50 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 2 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 2,80cm y ancho: 2,50 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N. Precaución: pelos urticantes en el interior de la estructura que protege a las semillas.

Matricaria chamomilla (1 cucharadita de materia deshidratada macerada en agua dulce caliente): 1 gota en globo ocular sano: N

***Nerium oleander* (precaución)**. Hoja (1 ud, largo: 6,50 cm): UTPS: M, leve prurito (picazón); uso interno: M, $\frac{3}{4}$ de un mililitro: N; (1º ud (largo: 16 cm y ancho: 2,20 cm), 2º ud (largo: 12,90 cm y ancho: 1,70 cm)): uso interno: HM, 24 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 1,90 cm y ancho: 8 mm): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: rechazo y náuseas. Flor (1 ud, variedad: Splendens Giganteum): UTPS: M, N; uso interno: M, 16 ml: leve rechazo. Fruto (1 ud, largo: 15 cm y ancho: 9 mm): UTPS: M, N; uso interno: M, 1 ml: rechazo.

Nicotiana glauca. Hoja (1 ud, largo: 5,80 cm y ancho: 3,30 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N.

Nicotiana tabacum. Hoja (1 ud, largo: 6,70 cm y ancho: 6 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 24 ml: N.

Olea europaea. Corteza (1 ud, largo: 2,60 cm y ancho: 2,50 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, mitad de 1 ml: N

Plectranthus amboinicus. Hoja (1 ud, largo: 3 cm y ancho: 2,50 cm): ingesta sin agua, N.

Paspalum vaginatum.

Pelargonium graveolens.

Phoenix theophrasti.

Pinus radiata.

Plumbago auriculata. Flor (13 uds): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 8 ml: N, 24 ml: N.

Prosopis pallida.

Parkinsonia aculeata. Hoja (48 uds): UTPS: M, N; uso interno: M, 12 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 3,50 cm y ancho: 1,30 cm): UTPS: M, N; uso interno: 8 ml: N

Plantago albicans.

Papaver rhoeas.

Schinus molle. Hoja (muchas uds): UTPS: M, N; uso interno (8 uds): M, 15 cl: N. Fruto: ingesta sin agua (2 uds): N; UTPS (20 uds): M, leve prurito; uso interno (20 uds): M, 20 ml: N, sabor: leve dulzor. Corteza: (1ud, largo: 9 cm y ancho: 2 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 10 ml: N. Resina (1 ud, largo: 1,30 cm, ancho: 1 cm y alto: 8 mm, disolución: rápida): UTPS: M, N; uso tópico en quemadura solar de primer grado: positivo; uso interno: M, 1 ml: picante y rechazo; inhalación (2 ml en agua recién hervida): N; baño cuerpo entero: N.

Schinus terebinthifolius. Hoja (1ud, largo: 3 cm y ancho: 1,40 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 2 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 4 cm y ancho: 1,50 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 2 ml: N. Fruto (maduro e inmaduro, 100 uds): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 16 ml: N.

Schefflera arboricola. Hoja (1 ud): UTPS: M, N; uso interno: M, 15 ml: N, sabor: cítrico suave; uso interno (8 uds): M, ingesta 2/4 de medio litro: N, sabor: cítrico suave.

Senna didymobotrya. Hoja (4 uds, largo: entre 3 y 4 cm y ancho: entre 1 y 1,50 cm): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 12 ml: N. Flor (22 pétalos): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 12 ml: N. Corteza (2 uds, 1º ud (largo: 3,30 cm y ancho: 7 mm), 2º ud (largo: 4,60 cm y ancho: 7 mm)): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 12 ml: N

Solanum nigrum.

Sinapis arvensis.

Sansevieria (Dracaena) zeylanica. Hoja (1 ud, largo: 11,20 y ancho: 4 cm): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 12 ml: N

Sempervivum arboreum (Aeonium arboreum).

Sempervivum tectorum.

Terminalia catappa. Hoja (1 ud, largo: 7,60 cm y ancho: 3,80 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 10 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 3,20 cm y ancho: 3 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 10 ml: N

Tipuana tipu. Hoja (1 ud, largo: 4 cm y ancho: 1,80 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 2,50 cm y ancho: 2 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N

Tropaeolum majus.

Traganum moquinii. Hoja (33 uds): UTPS: M, N; uso interno: M, 12 ml: N. Rama (1 ud, largo: 10,50 cm y ancho: 3 mm): UTPS: M, N; uso interno: M, 4 ml: N

Tecoma fulva.

Tradescantia spathacea. Hoja (1 ud, largo: 8 cm y ancho: 4 cm): UTPS: HM, N; uso interno: HM, 12 ml: N

Tradescantia zebrina.

Rhoeo tricolor.

FC. *Viola odorata*. Hoja (1 ud, largo: 4 cm y ancho: 3 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 12 ml: N

FC. *Yucca schidigera*. Hoja (1 ud, largo: 3,70 cm y ancho: 2,60 cm): UTPS: M, N; uso interno: M, 8 ml: N. Corteza (1 ud, largo: 3,40 cm y ancho: 3 cm): UTPS: hervida, N; uso interno: hervida, 8 ml: N

Fórmulas

Bálsamo para tratar contracturas musculares de la zona superior posterior derecha de la espalda. Aceite de oliva virgen extra, romero (*Salvia rosmarinus*), clavo (*Syzygium aromaticum*), *Harpagophytum procumbens*, *Árnica montana*, *Capsicum annuum* (corazón de paloma). Resultado: mejor con *Capsicum frutescens* (malagueta).

Gripe, catarro, constipado, resfriado, etc. 2 hojas de *Plectranthus amboinicus* + 1 hoja de *Kalanchoe daigremontiana* + 25 frutos de rosál silvestre + 2 hojas de *Schefflera arboricola* + 4 clavos (*Syzygium aromaticum*) + una cucharadita de llantén + una cucharadita de *Origanum vulgare* + una cucharadita de *thymus vulgaris*. Uso interno (hervir mínimo un minuto e inhalar vapor y beber varias veces al día): mas de 82,5 cl: positivo. Segunda repetición sin los frutos del rosál: 2 hojas de *Eucalyptus gomphocephala* + una cucharadita y media de miel “ecológica”: positivo. Tiempo de estabilización de la enfermedad: 2 días. Tomas futuras: añadir flores de *hibiscus rosa sinensis*.

Inhalaciones. Aceite esencial de eucalipto + aceite esencial de pino + mentol + aceite esencial de menta + alcanfor: positivo

Malestar estomacal, producido por exceso de alimento, tipo de alimento o mezcla incorrecta de alimentos. 1 o 2 hojas de laurel (*laurus nobilis*) + 1 o 4 frutos de cardamomo (*Elettaria cardamomum*) + 2 cucharaditas de tomillo (*Thymus vulgaris*) + 2 o 3 clavos (*Syzygium aromaticum*) + media cucharadita de canela (*Cinnamomum verum*) + una cucharadita de anís matalahúva (*Pimpinella anisum*) + 2 o 3 anís estrellado (*Illicium verum*) + una cucharadita de manzanilla (*Matricaria chamomilla*) + agua potable caliente. Resultado: positivo

Resina de *Schinus molle* + resina de *Brachychiton populneus* + M: UTPS: N; uso tópico en herida (GL) punzante: positivo; uso tópico en herida (GL) por abrasión: positivo; uso tópico en quemadura solar de primer grado: positivo

Romero (*Salvia rosmarinus*) + clavo (*Syzygium aromaticum*) + *Harpagophytum procumbens* + *Árnica montana* + *Capsicum frutescens* (malagueta): 7 días de maceración en agua dulce, después filtrar y combinar con resina de *Schinus molle* + resina de *Brachychiton populneus* a partes iguales: UTPS: N. Cancelado por proliferación de microorganismos en la superficie.

Aceite de oliva virgen extra + romero (*Salvia rosmarinus*) + clavo (*Syzygium aromaticum*) + *Harpagophytum procumbens* + *Árnica montana* + *Capsicum frutescens* (malagueta) + resina de *Schinus molle*. La resina no se disuelve. Segundo intento: resina de *Schinus molle* + M, resultado: combinación incompleta.

Aloe vera + Resina de *Schinus molle*: UTPS: N; uso tópico en quemadura solar de primer grado: positivo.

Kalanchoe daigremontiana: trozo de hoja de 5 cm + 2 hojas de *Schefflera arboricola* + 1 una hoja de *Lactuca serriola* + hervir en agua potable mínimo un minuto. Resultado: normal

Kalanchoe daigremontiana: trozo de hoja de 6 cm + 2 hojas de *Schefflera arboricola* + una hoja de *Lactuca serriola* + una hoja de *Plectranthus amboinicus* + hervir en agua potable mínimo un minuto. Resultado: normal

Observaciones

Los vegetales expuestos al viento, presentan una menor o nula infestación exterior.

Los vegetales expuestos a vientos muy fuertes durante largos periodos de tiempo, presentan deformación en dirección del viento.

2. Alimentación

Intento alimentarme solo de materia (semillas, hojas, flores, tubérculos, algas, hongos, etc) alimenticia no animal. Algunas veces la oscuridad se apodera de mí y me puedo comer un helado no sano, un trozo de carne, etc. Cuando eso ocurre, no puedes dejar que el sentimiento de culpa se expanda y te domine; pues si lo permites, surge la ansiedad y ella te conduce a cometer un error mayor. La solución reside en ser consciente de tu imperfección y en la de los demás; para evolucionar desde una base de realidad. Da igual cuantas veces te caigas, no te rindas nunca; pues si te rindes, toda tu lucha habrá sido en vano. En el diccionario de un creyente verdadero, la palabra rendirse, no existe. En las ciudades conseguir vegetales de calidad, puede llegar a ser difícil y cuando los puedes conseguir, es a un precio elevado. El recurso más eficiente y económico, al cual puedes recurrir para evitar una carencia (enfermedad) alimenticia, es el huevo y en segundo lugar, la leche y/o sus derivados (queso, etc). Usados con comedimiento y por necesidad. No malgastéis el dinero en suplementos alimenticios; pues son la manifestación de la incompetencia del "sistema", al no poder o no querer proporcionar variedad y calidad, de materia alimenticia de origen no animal. Además, si vives lejos de la ciudad, la obtención de los suplementos puede llegar a ser complicado o imposible; pero la obtención de huevos y/o leche y sus derivados, si es viable. La solución reside en generar un sistema de agricultura, que aproveche todos los recursos alimenticios de origen no animal y que sea de alta calidad. Alimentos eliminados: bollería industrial, carne, leche animal y azúcar blanca. Reducción de alimentos: productos refinados y huevos. Es mejor consumir solo productos sin refinar. Escuchar al organismo, el os dirá cuando y cuanto huevo debéis comer.

Hervir es mejor y mas sano que freír. Freír y después botar el aceite, es acción de necios.

Buscar el camino del medio. No seáis rígidos, pues os quebraréis.

Es complicado desarrollar una alimentación vegetariana, si todos los seres humanos que te rodean, comen carne. Lo mismo pasa con la televisión, etc. Para desarrollar una alimentación vegetariana eficiente, hay que comer de todos los tipos de materia alimenticia de origen no animal. Sobra decir: que hay que comprar solo vegetales de temporada. Ejemplo: si compráis tomates en invierno, estaréis desperdiciando el dinero y contribuyendo a esa práctica anómala; pues esos tomates serán de muy baja calidad. La calidad de un vegetal, se siente en el olor, en la textura, en el sabor y que cuando lo comes, notas que te nutre y sacia. Lo cual me a llevado a la conclusión, de que para conseguir un nivel muy alto de consciencia, tienes que apartarte de toda fuente de oscuridad (degeneración, violencia, televisión, etc). Por lo tanto, tienes que vivir como un ermitaño, solo o con otros seres humanos, que procesen tu misma ideología de vida o similar. En resumen: la mejor forma de no ver la televisión, es no poder verla; la mejor forma de no comer carne, es no tener carne para comer, etc

La forma mas eficiente de solucionar un problema, es eliminar la raíz que lo genera.

Según la época del año, Dios nos ofrece diferentes alimentos vegetales. Lo único que debemos saber, es cuales son comestibles y/o medicinales. Podemos obtenerlos de la ciudad, del campo, del bosque, de la selva, etc. Tener mucho cuidado, con el lugar donde recolectáis las plantas; pues pueden estar contaminadas con los orines y las heces de los perros, con los productos químicos negativos de los seres humanos, etc. Evidentemente, el perro carece de culpa. La culpa reside totalmente en el ser humano. Una solución sería poner cámaras y castigar a los seres humanos, por ensuciar, romper, intoxicar, etc, recursos alimenticios y/o medicinales.

Todo vegetal tiene su tiempo. Como todo en la vida.

Si has comprado, recolectado, etc, comida en exceso y adviertes que no te la podrás comer a tiempo, procede a compartirla con los demás y/o realizar conservas; las cuales puedes preparar con los siguientes ingredientes: agua, sal, vinagre, azúcar, aceite, etc. Este método tiene un inconveniente, que es: el alto porcentaje de sal, de vinagre, etc, que puede quedar en los alimentos; por eso es mejor comprar o recoger solo los alimentos, que vayamos a consumir. A no ser, que el clima te obligue a la conservación de los alimentos. Otro método que nos permite estar varios días sin cocinar, es introducir la comida recién (caliente) hecha, en botes de cristal. Los llenaremos al máximo, para que quede poco aire y así se genere con mas facilidad, el vacío. También podemos usar otros métodos de conservación, como: el secado, el ahumado, etc

Cuando finalices de comer y el plato quede manchado por salsa o alguna otra sustancia, pásale la lengua; que no te de vergüenza. Piensa que hay seres humanos, que no tienen ni plantas manchados para lamer.

Comer en tu casa, es la forma mas económica, segura e higiénica que hay.

Comprar el pan, me parece algo sumamente antihigiénico e ineficiente. Antihigiénico porque en algunos lugares, todo el mundo lo manosea; hecho al que hay que añadirle, que ya a sido manoseado con anterioridad por el “panadero”. También dejan la bolsa abierta y eso contribuye, a que puedan pasar seres (cucarachas, etc) vivos, por donde está el pan. Y si se cae un pan al suelo, dudo mucho que el comerciante lo tire. Lo más probable, es que lo vuelva a meter en la bolsa, para que se lo lleve algún desafortunado. Finalmente, cuando tu lo compras, no lo vas a lavar; por lo tanto, te comerás un pan que a sido tocado por muchas personas, al que le pueden haber pasado seres vivos por encima y que a lo mejor, se a caído al suelo. Y es ineficiente, porque tienes que invertir tiempo en ir a buscarlo y porque tiene una cantidad de aceite, sal y harina, ya preestablecida; además, que seguramente cuando te lo vayas a comer, ya esté frío. El sistema que yo uso, es mas eficiente e higiénico. Compró un saco de harina, que es mas económico que comprar pan. Después la mezclo con lo que yo quiero y en la cantidad que yo quiero; además me lo como caliente y me aseguro de que no tenga productos químicos negativos, excepto los que pueda tener la harina. Ejemplo de creación: dejas la masa en un estado cremoso y viertes en varias sartenes una cantidad reducida, quedando hechas en poco tiempo. Que no se os olvide poner un poco de aceite en la sartén, para que no se peque la masa y poner una tapa, para no desperdiciar la energía calorífica. Evidentemente pondremos aceite, si la sartén lo requiere.

Somos esclavos de acciones repetidas, de la “ignorancia” de los antepasados y de los intereses de los adoradores del dios dinero. Nos aferramos a la forma y eso, nos limita. Todo aferramiento corrompe. Libera la mente y se libre.

Las leches de semillas de los supermercados, son una estafa. Su contenido consta de un noventa u ochenta por ciento de agua y el resto es extracto de la semilla y algo de sal y/o de azúcar. Es decir: que estáis pagando un agua muy cara. Mucho mas eficiente es, comprar un paquete de semillas, dejarlas en remojo y darle presión si fuese necesario. Después podéis mezclarlas con harina, arroz, pasta, etc. Una forma simple de preparar una leche vegetal, es mezclando copos de avena con agua; para después aplastarlos con la cuchara, triturarlos, etc

La materia vegetal cuanto menos la cocinéis, mejor. Cocinándola (si hay necesidad de ello) lo suficiente, para que se pueda digerir con facilidad.

Las semillas de papaya, de calabaza, de pimiento, de tomate, etc, te las puedes comer. Las papas, los tomates, las zanahorias, la calabaza, las manzanas, etc, si son de agricultura natural, no es necesario pelarlas. No botes el agua producto de hervir (cocer) patatas, pasta, etc. Reutilízala en hacer arroz, pan fino (torta de harina), etc. O utiliza la cantidad justa de agua. El tallo central del brócoli, de la coliflor, de la col, etc, no es necesario botarlo. Lo podemos cortar muy fino y dejarlo en remojo, para que las sustancias amargas se disuelvan en el agua. Después lo cocinamos, lo condimentamos y nos lo comemos. Si hacéis sumo (jugo) de frutas, no seáis como esos que exprimen naranjas y después botan la materia solida comestible. Ni seáis como esos que botan la masa interna del pan, etc. Los seres humanos que hacen estas cosas, son los que deberían de estar pasando hambre. Cuando botamos semillas, la piel de los alimentos, etc. Estamos botando dinero y como el dinero se consigue invirtiendo tiempo y esfuerzo; en realidad lo que estamos botando, es tiempo de vida.

No actuéis de forma robótica y pensar las cosas antes de hacerlas.

Se puede usar la energía calorífica (calor) de una materia alimenticia (arroz recién hecho, etc), para calentar otra que esté a menor temperatura y al mismo tiempo conseguir que baje la temperatura, de la que está recién hecha. También podemos usar la energía calorífica para cocinar, sin necesidad de usar fuego. Ejemplo: si le damos presión a unas semillas que necesitan media hora, con darle veinte minutos, apagar el fuego y dejar la olla tal y como está hasta que se enfríe, será suficiente. Si queremos que la energía calorífica tarde mas tiempo en disiparse, podemos rodear la olla con algún material aislante; como si fuera un termo o una nevera. Este sistema necesita mas tiempo; pero ahorramos gas, electricidad, dinero, etc

Si te organizas bien, el tiempo no tiene porque ser un problema.

Hacer potajes convencionales, no es eficiente y por lo tanto, es innecesario. Por los siguientes motivos: hay que invertir mucho tiempo, se consume mucha energía (gas, electricidad, etc) y lo peor de todo, es que la materia vegetal se cocina en exceso. Para evitar el uso de olla a presión y un largo tiempo de cocción, tenemos que llevar la simiente a un estado de germinación. En este estado, su estructura se debilita y el proceso digestivo, es mas beneficioso. Ejemplo: el garbanzo, etc. Con la energía y el tiempo que se invierten en hacer un potaje, se hace una cantidad mas elevada, de verduras en pequeños trozos, pan fino, semillas germinadas, etc. También podéis prepararlo todo en la misma olla y al finalizar la cocción, separamos lo que vamos a consumir y le echamos el aceite, las especias, la sal, etc. Este sistema reducirá la degradación de los vegetales, evitará la alteración del aceite y eliminará la necesidad de

usar jabón para la olla.

Si lames el plato, no necesitarás jabón para limpiarlo.

Sistema para alimentarnos sin tener que pagar electricidad, gas, etc o reducir su dependencia: hay vegetales, como: la col, la zanahoria, la calabaza, etc, que si las cortamos en trozos muy pequeños y finos (para facilitar la digestión), nos las podemos comer crudas. También hay semillas, como: las lentejas, la quinoa, etc, que después de germinar, nos las podemos comer crudas. Es conveniente machacar las semillas en un mortero, para facilitar la digestión. El gofio, que es un cereal molido o una mezcla de cereales molidos, nos lo podemos comer crudo (sin necesidad de cocinar). Además, lo podemos mezclar con frutas (manzana, naranja, etc) y no hace falta añadirle agua; pues con el agua de la fruta, será suficiente. Si no consigues suficiente variedad de vegetales o los que consigues, son de muy mala calidad y por ello, te ves obligado a recurrir a consumir huevo, lo puedes mezclar con el gofio y la fruta. Muchas plantas, como: el aloe vera, el tomillo, el ajo, la cebolla, etc, se pueden comer crudas. Todas las ideas anteriores, se pueden mezclar entre si. Usar la imaginación. Si tienes el privilegio de disfrutar de alguna fuente gratuita de calor, como: el sol, el calor interno de la tierra, etc; eso te permitirá cocinar sin necesidad de dinero.

Las semillas tiernas (antes de finalizar su maduración) de la *Leucaena leucocephala*, nos las podemos comer crudas o cocinadas, sin necesidad de remojo o presión. Si las recolectáis en su fase final de maduración, tendréis que aplicarles calor (hervir, etc) o germinarlas. También las semillas tiernas de la *Parkinsonia aculeata*, nos las podemos comer crudas. Si las recolectamos en su fase final de maduración, tendremos que aplicarles presión o germinarlas.

Siempre hay que tener un plan B y C.

Proyectos

Cultivar en estructuras verticales de grandes dimensiones. Ejemplo de estructuras de grandes dimensiones: edificio, rascacielos, etc. Finalidad principal: aumentar la producción de alimentos de origen no animal. La parte inferior (dentro de la tierra) de la estructura, la podemos usar para cultivar hongos comestibles, medicinales, etc. Lo mismo podemos hacer en un medio (mar, río, etc) acuático; cambiando los hongos por algas comestibles, medicinales, etc. La estructura estará dividida en módulos, para obtener diversos beneficios, como: 1º mayor eficiencia en el proceso de construcción (ensamblar), 2º control de plagas, de enfermedades, etc. Ejemplo: aparece una plaga de pulgones (*Aphididae*) en el módulo 2; inmediatamente procedemos a clausurar el módulo en cuestión y a tratar la plaga con mariquitas (*Coccinellidae*). Cuando la plaga esté controlada, reabriremos el módulo. Sobra decir que en este sistema, como en cualquier otro; el número de seres humanos no puede sobrepasar, la capacidad de sustentación del propio sistema. Si esto sucede, se manifiesta el caos (prostitución, mendicidad, delincuencia, hambre, etc). Ejemplo de ello es la naturaleza. También en caso de necesidad, se podrían incorporar animales (gallinas, vacas, ovejas, cabras, termitas, peces, etc) al sistema. Habilitando un lugar donde puedan caminar, alimentarse, exponerse al sol, etc. Los beneficios de los animales podrían ser los siguientes: aporte de nutrientes a los vegetales, control de plagas, interacción entre los seres humanos y la parte animal de la naturaleza, eliminación y/o reducción de enfermedades mentales, huevos, leche y/o sus derivados, etc. “Contras”: consumo de un porcentaje de la materia vegetal producida en la EPA, etc. Resultado:

Factores a tener en cuenta: 1º exposición solar adecuada de todos los vegetales, 2º captación del agua de lluvia, 3º porcentaje de fertilización generado por la propia vegetación, 4º automatización de la estructura, etc

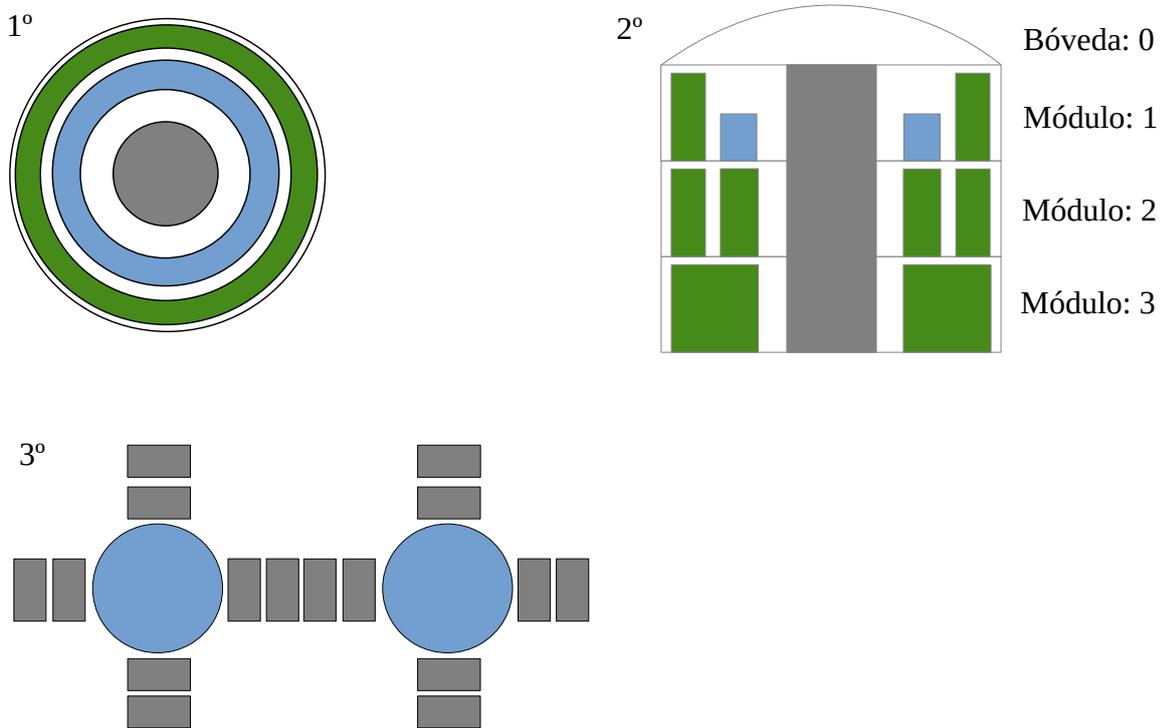
Mejoras: 1º combinar con potabilizador solar de grandes dimensiones, 2º usar la bóveda para recolectar el agua de la lluvia, para redirigir el agua condensada, etc, 3º dividir la estructura en módulos, para facilitar su construcción y mantenimiento, 4º aprender del sistema (ventilación, fertilización, etc) de cultivo de hongos de las termitas, 5º usar la gravedad para distribuir el agua de la lluvia, el fertilizante (compost, minerales, etc), generar electricidad, etc, 6º generar electricidad con paneles solares, aerogeneradores, etc, 7º conectar las EPA para el intercambio de conocimientos, energía, etc

EPA: Estructura Productora de Alimentos

Ejemplo de uso: colocaremos estas EPA en los núcleos urbanos de forma estratégica, para que provean de alimentos a dicha población. Retroalimentando a las EPA con la materia (restos vegetales, excremento, orina, etc) proveniente de las viviendas de los seres humanos. Algunos de los beneficios de este sistema, podrían ser los siguientes: 1º aumento del valor nutricional, del olor y del sabor de los vegetales; pues como el lugar de consumo está muy cerca, se puede

esperar a su total maduración en el organismo vegetal madre, 2º reducción de vehículos para transportar mercancías, con el consiguiente ahorro de combustible y la reducción de contaminación, de ruido, etc, 3º aumento de la producción de alimentos, debido al aprovechamiento del espacio vertical, 4º eliminación o reducción de residuos al medioambiente; debido a que es un sistema en bucle y a la cercanía entre la EPA y las viviendas de las personas, 5º purificación del aire y del agua por los organismos vegetales, 6º reducción del tiempo de ida y vuelta entre el hogar y el lugar de trabajo; lo cual se traduciría en pasar mas tiempo con la familia, mas tiempo de descanso, reducción de horas de trabajo, etc, 7º mas puestos de trabajo, como: mantenimiento de la estructura, control de los vegetales, etc, 8º mejora de la salud física, emocional y espiritual de los ciudadanos, al alimentarse con alimentos de mejor sabor, olor y valor nutricional, 8º mayor interacción de los seres humanos con la naturaleza, etc

Vista aérea 1º y vista lateral 2º, Verde: zona organismos vegetales terrestres, Azul: zona para almacenar agua de lluvia, cultivar plantas acuáticas, etc, Gris: ascensores, escaleras, etc y Blanco: zona para caminar, usar maquinaria, etc. Vista aérea 3º, Azul: EPA 1, 2, 3, etc, Gris: viviendas, fábricas, laboratorios, hospitales, etc y blanco: carreteras, aceras, huertos urbanos, zonas verdes, etc



Fuente de vitamina B12: espirulina, levadura de cerveza, sistema digestivo sano, etc. Preferiblemente de origen vegetal, económica y abundante. Resultado:

Poner un recipiente con materia a conservar, dentro de una cacerola (olla, etc); en la cual herviremos agua, con la intención de extraer el oxígeno. Resultado: positivo.

Secar alimentos al sol. Resultado:

3. Higiene

3.1 Cuerpo

Procedimiento: nos podemos duchar solo con agua; salvo cuando se nos impregne el cuerpo, con alguna sustancia que el agua no pueda quitar. Ejemplo: grasa, etc

Opcional: darnos baños con plantas y así beneficiarnos de sus propiedades.

Nota: no es necesario usar una toalla grande para secarse, con una toalla pequeña será suficiente. Los beneficios de

usar una toalla pequeña, son los siguientes: cuesta menos dinero que una grande y su lavado a mano es más fácil.

Proyectos

Probar plantas que contengan saponina (modo jabón). Resultado:

3.2 Cabeza

Me corto el pelo yo mismo.

Procedimiento: necesitamos dos espejos, uno grande y otro menor. En el grande se refleja, gran parte del organismo y con el espejo menor, vemos lo que se refleja, en el espejo mayor; lo cual nos permite, ver la parte posterior de la cabeza.

Nota: si engrasamos (depende de la calidad de la máquina) las cuchillas de la máquina de pelar, antes de cada corte de pelo o afeitado, conseguiremos un aumento en la velocidad de corte; debido a un menor rozamiento, de las superficies metálicas. Además, evitaremos los tirones de pelo.

3.3 Rostro

El uso de maquinillas y otros productos (gel, espuma, etc), es innecesario. Es un conjunto de acciones y objetos generados, por la usura de los ladrones con traje.

Procedimiento: para afeitarnos la barba, el entrecejo, las estructuras auditivas, etc; podemos usar la máquina de pelar. En el caso de que no dispongamos de máquina de pelar, podemos usar unas tijeras. Para quitar los pelos del interior de la nariz, es mejor usar una tijera pequeña.

3.4 Boca

Antes usaba pasta de dientes comercial y aún así, me seguían saliendo caries.

Procedimiento: después de cada comida, me cepillo los dientes y para finalizar: hago gárgaras y enjuagues, con: infusiones de plantas (tomillo, menta, cola de caballo, anís, etc), sal (úlceras boca, etc) marina disuelta en agua, etc. La infusión que utilizo para hacer gárgaras y enjuagues, me la trago. Así no desperdicio materia alimenticia.

Nota: al dejar de usar pasta de dientes comercial y adoptar un modelo de alimentación vegetariano, la cantidad y la velocidad del deterioro del tejido dental, se han reducido.

Consejo: Antes de ir al dentista, mírate el interior de la boca usando un espejo pequeño y lo que se refleje en el, lo puedes ver en un espejo mayor. Después puedes comparar la información obtenida, con la que te proporcione el “médico”.

Si el uso de pasta dental comercial fuese una necesidad, los animales y los indígenas que solo usan plantas o nada, se quedarían sin dentadura en muy poco tiempo.

Opcional. Blanquear (limpieza): el carbón vegetal machacado hasta reducirlo a polvo, se puede usar para este fin; pero con comedimiento. Si abusamos, podemos dañar la encía. Además, el blanqueamiento no será total. Yo lo hago una o dos veces al año.

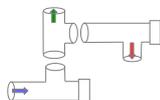
3.5 Defecación

El uso de papel higiénico, es un método de limpieza poco eficiente. Por los siguientes motivos: raspa la zona exterior del ano y en seco; lo cual nunca es una limpieza óptima. Además, es un objeto fungible (desechable rápidamente).

Nota: al defecar, no hacer mucha fuerza; ni mantener dicha fuerza, durante mucho tiempo. Tampoco os aguantéis las ganas de defecar o de miccionar (orinar). Para finalizar: después de cada defecación, lavaros las manos con alguna sustancia antiséptica. Si conseguís suficiente presión de agua, no tendréis que usar el dedo y por lo tanto, tampoco ningún limpiador. Yo preparo mi propio desinfectante, con los siguientes ingredientes: sal, alcohol, vinagre, lavanda, tomillo, resina de Schinus molle, etc. Si sufres de estreñimiento, procede a hacer lo siguiente, 1º: corregir la alimentación, 2º: hacer deporte y 3º: movilizar el abdomen cuando estemos en el retrete; lo cual podemos hacer, flexionando la parte superior del tronco en todas direcciones.

Procedimiento: limpiamos la zona con agua, preferiblemente fría y a presión; para evitar el uso del dedo. El frío puede favorecer la reducción de la hemorroides y/o evitar su aparición. Si tenemos que recurrir al dedo, hacerlo siempre con el mismo y utilizar la menor superficie posible. Después con una toalla pequeña, trapo, trozo de tela, etc, nos secaremos presionando, no raspando. La toalla solo la usaremos para limpiarnos; la cual debe ser expuesta al sol y al viento, diariamente o cuando podamos. Si nos limpiamos bien, podemos usar la toalla principal; pues lo mismo hacemos al finalizar de ducharnos o bañarnos. Para finalizar, debemos lavar la toalla cada cierto tiempo o cuando se ensucie.

Fabricación: para la construcción del mecanismo de limpieza, se necesitan las siguientes piezas: 2 llaves de escuadra de ½, una t de ½, un flexible de ½ y un mando de ducha pequeño (opcional). E usado las llaves de escuadra, pues a la hora de manipularlas, generan poco estrés mecánico (mueven poco la estructura). Flecha azul: entrada de agua de la calle, flecha verde: entrada de agua a la cisterna y flecha roja: entrada de agua al flexible. El proceso se puede simplificar, echándonos agua por la parte posterior con un recipiente (jarro, etc) y con el dedo de la mano que queda libre, restregamos la zona exterior del ano. También, si os queda cerca el flexible de la ducha, lo podéis usar para esta finalidad.



Lo mas económico, es defecar y miccionar en la naturaleza.

Proyectos

Ceniza de madera + agua = limpiador manos. Resultado:

4. Medicina

Tener cuidado con los “medicamentos” que consumís, hay mucha meretriz (prostituta) disfrazada de médico, de científico, de profesor, etc. Muchos se han vendido al dios dinero. Se abren de piernas a final de mes y día a día, se adentran mas en la oscuridad de su incompetencia.

Un sanitario que se droga (alcohol, cigarro, etc), no es un sanitario; es un hipócrita y un farsante.

Todas estas plantas y combinaciones de ellas, las e probado en mi mismo sin ningún efecto adverso. Si sois novicios (novatos) en el tema, proceder con cautela e informaros bien. Hay plantas que se pueden usar en grandes cantidades y otras, que hay que usarlas en pequeñas cantidades. Tener mucho cuidado. Además, yo soy partidario de extraer sus propiedades en frío (maceración a temperatura ambiente); a no ser, que dude de la calidad de la planta o requiera otro procedimiento. Respecto al bálsamo, yo prefiero usar el aceite sin quitar los componentes. Si queréis mejorar el bálsamo, podéis triturar los vegetales. Finalmente, siempre que usemos el bálsamo, deberíamos cubrir la zona con ropa hecha de fibra sintética, para evitar la adsorción del aceite. Mejor fórmula hasta el momento: aceite de oliva virgen extra, romero (*Salvia rosmarinus*), clavo (*Syzygium aromaticum*), *Harpagophytum procumbens*, *Árnica montana*, *Capsicum frutescens* (malagueta). Componentes principales: romero y clavo. Sobra decir que si no tenemos aceite de oliva, podemos usar otra sustancia. Ejemplo de aplicación del bálsamo: usar una jeringuilla para la extracción y la dosificación.

Todo a de acompañarse con oración (hablar con Dios).

Anomalía (dolor y molestias) del tejido cartilaginoso de la rodilla derecha.

Los síntomas se presentaron al correr por la carretera. Tratamiento. Primero: guardar reposo y evitar correr y saltar. Segundo: tomar unas dos o tres veces al día agua de cola de caballo (*Equisetum arvense*) concentrada. Tercero: aplicar bálsamo en la rodilla, después de cada ducha con agua caliente y tras aplicar el bálsamo, me pongo una media de mujer; para impedir que el aceite sea absorbido por el tejido (pantalón, etc) circundante. Cada cierto tiempo, noto saturación del organismo por la ingesta de la cola de caballo y hago un reposo de tres o cuatro días. Finalmente, me aplico calor sobre la rodilla. Ejemplo de calor: calcetín relleno de piedras pequeñas, de arroz integral, etc y calentar en el microondas. Tiempo de recuperación: dos años. Porcentaje de recuperación: 90%. Rehabilitación: nadar en el

mar. Composición del bálsamo: aceite de oliva virgen extra, romero, lavanda, harpagofito, laurel (*Laurus nobilis*), clavo y ajo. Componentes predominantes: romero y clavo. Tiempo de maceración del bálsamo: mínimo un mes. Fase final del tratamiento. Consumo de producto compuesto por: colágeno hidrolizado (origen animal), magnesio, ácido hialurónico y vitamina C. Aumento de recuperación: 95%. Tiempo de consumo: indefinido, con reposo de siete días o más, después del consumo total de cada envase. Observaciones: consumir colágeno desde el principio de la lesión y correr solo sobre arena u otra superficie que absorba el impacto o mejor aún, solo nadar y así reducimos el estrés mecánico al mínimo.

Contractura crónica en la parte superior posterior derecha del tronco. Dolor y molestias en la zona posterior derecha del cuello y hombro.

Primero aplico calor húmedo; puede ser el de la ducha o preparar una infusión compuesta por: clavo, romero, árnica montana, harpagofito, etc. Empapamos un trapo (toalla, etc) en dicha sustancia y después nos lo ponemos en la zona afectada; para posteriormente masajear la zona con un bálsamo, compuesto por: aceite de oliva virgen extra, clavo, ajo, romero, árnica montana, harpagofito, etc. Además, hay que evitar toda postura inadecuada. Con este sistema consigo hacer desaparecer los síntomas, hasta que vuelvo a ejecutar posturas incorrectas. La infusión, no es necesario botarla; la podemos gastar con los paños húmedos o usarla como baño final.

Nota: el bálsamo me a dado mejores resultados, que las cremas comerciales.

Dedos de las manos blancos y con hormigueo; debido a una carencia de vitamina B12. Según el “médico”, era un sabañón.

Cuando exponía las manos al frío del agua del fregadero o cuando me bañaba en el mar, se me ponían los dedos de las manos blancos y sentía un ligero hormigueo. Lo solucioné comiendo huevo. Nota: los síntomas tardaron años en aparecer.

Diarrea.

Producto de una intoxicación, por consumir pazote (*Chenopodium ambrosioides*) silvestre del trópico en exceso. La diarrea fue paralizada tomando una infusión de hojas de guayaba (*Psidium guajava*).

Fascitis plantar (pie abierto) en el pie derecho.

Producto de caminar durante muchos kilómetros, con calzado (cholas, chancletas, esclavas, etc) abierto. Para solucionar esta anomalía, procedí ejecutando pediluvios (meter los pies en agua). Preparé una decocción con: clavo, árnica montana, harpagofito (*Harpagophytum procumbens*) y romero, la eché en una palangana (cubeta) y la enfrié. Cuando estaba a una temperatura adecuada, introduje los pies y los mantuve hasta que se enfrió el líquido. Después les aplico un bálsamo, compuesto por: aceite de oliva virgen extra, clavo, ajo, romero, árnica montana, harpagofito, etc. Para finalizar, me puse el calcetín mas grueso que encontré, usé calzado cerrado con doble plantilla e intenté apoyar el pie lo menos posible. A las tres semanas, ya podía caminar medianamente bien. Para evitar la adsorción del bálsamo por el calcetín, podemos ponernos primero una media de mujer y encima el calcetín.

Granos con pus a nivel dérmico en los muslos y en los glúteos (nalgas). Posible enfermedad: Foliculitis. Posibles causas: 1º presión mas sudoración durante mucho tiempo, producto de estar sentado mucho tiempo, 2º reutilización de ropa impregnada de agua de mar. Nota: la enfermedad se manifiesta en aquellas zonas, donde hay poca exposición solar o nula.

Tratamiento:

1º mojar la zona con agua dulce tibia, aplicar jabón, frotar y dejar que actúe durante unos minutos; finalmente secar y aplicar en la zona alcohol etílico (Alcohol etílico parcialmente desnaturalizado 99,9% p/p y Cloruro de benzalconio 0,1% p/p); resultado: positivo.

2º resina de *Schinus molle* disuelta en agua potable y aplicar dos o tres veces al día; resultado: positivo.

3º exposición solar dos horas a la semana + ducha + jabón con azufre (*Sodium Cocoate*, *Aqua*, *Glycerin*, *Sodium Sweet Almondate*, *Sodium Chloride*, *Sucrose*, *Parfum*, *PEG-30 Castor Oil*, *Titanium Dioxide*, *Sulfur*) y dejar que actúe unos minutos; después de secarnos:

Muslo derecho y glúteo derecho: loción con aloe vera (*Aqua*, *Paraffinum Liquidum*, *Glycerin*, *Alcohol Denat*, *Hydrogenated vegetable glycerides*, *Cetearyl ethylhexanoate*, *Pentaerythrityl distearate*, *Butyrospermum parkii*)

Butter, Tocopheryl acetate, Aloe barbadensis leaf juice powder, Tocopherol, Parfum, Xanthan gum, Sodiumstearoylglutamate, Acrylates/C10-30 alkyl acrylate crosspolymer, Ethylhexylglycerin, Phenoxyethanol, Tetrasodium glutamate diacetate, Hexyl cinnamal, Limonene, Sodium hidroxide, Linalool, Alpha-isomethyl ionone, citral, coumarin. PI01294.1).

Muslo izquierdo y glúteo izquierdo: loción pure urea (Aqua, Urea, Myristyl myristate, Cetyl alcohol, Glycerin, Cyclopentasiloxane, Glyceryl stearate, cetareth-20, Dimethicone, Isopropyl myristate, Parfum, Acrylates/10-30 alkyl acrylate crosspolymer, Triethanolamine, Stearic acid, Phenoxyethanol, Ethylhexylglycerin, Disodium edta, Tocopheryl acetate, Linalool, Hexyl cinnamal, Limonene, Alpha-isomethyl ionone, Benzyl salicylate, Geraniol, Coumarin).

Tiempo de tratamiento: 7 días. Resultado: limpieza total.

Aspectos a tener en cuenta: 1º vigilar la zona y si reaparecen los síntomas, repetir el tratamiento.

Tratamientos 1º, 2º y 3º, no eliminan la enfermedad.

4º Pomada. Cada gramo contiene 20mg de mupirocina. Excipientes: macrogol 400 y polietilenglicol 3350. Proceso de aplicación: después de cada ducha en zona afectada. Resultado: limpieza total. Nota:

Gripe, catarro, constipado, resfriado, etc

En cuanto notes los primeros síntomas, prepara dos litros o más de decocción con: tomillo (*thymus vulgaris*) + eucalipto (1 o 2 hojas) + menta + romero (1 rama de 10 cm) + orégano + 4 hojas de *Schefflera arboricola* + 1 hoja de *Kalanchoe daigremontiana* + 4 clavos (*Syzygium aromaticum*) + cítrico (limón, lima, escaramujo, etc) + endulzante (Jugo concentrado de caña de azúcar), etc. Beberemos este preparado durante todo el proceso y antes de tragárnoslo, haremos enjuagues y gárgaras bucales. El preparado para las inhalaciones es el siguiente: agua + romero + eucalipto + Cineol (Eucalipto) + Aceite esencial de eucalipto + Aceite esencial de pino + Mentol + Aceite esencial de menta + Alcanfor + resina de *Schinus molle* de 1,5 cm alto x 1,5 cm ancho, etc. Para las inhalaciones podemos usar mayor cantidad de productos, que para beber; pero con comedimiento, sobre todo no excederse con los aceites esenciales. Realizaremos inhalaciones varias veces al día, durante todo el proceso y el preparado no es necesario botarlo, lo podemos usar como baño final. Para retirar la mucosidad nasal, podemos usar un trozo de tela de textura suave; después la lavamos y la volvemos a reutilizar. Al acostarnos por la noche, es probable que suframos de insuficiencia respiratoria; para combatir este estado, aparte de las acciones anteriormente nombradas; podemos añadirle las siguientes: dormir boca arriba, poner los brazos hacia la parte posterior e inhalar algún preparado, compuesto por: mentol, alcanfor, esencia de eucalipto, etc. A todo esto añadiremos la ingesta de grandes cantidades, de: cebolla, ajo, naranja, rábano, orégano, pimienta, jengibre, puerro, cúrcuma, comino, etc. Con este sistema, yo e llegado a controlar (no eliminar) la gripe en dos (algunas veces más) días. Otras personas, igual tardan más o menos en controlarla; pues influyen muchas variables, como: edad, estado de salud actual, si es fumador, si hace deporte, calidad de los vegetales, etc

Hemorroides.

Combinar con capítulo 2 y 3.5. Primero: hervir un puñado de cola de caballo (*Equisetum arvense*), en un litro de agua; segundo: dejar que repose; tercero: retirar la planta; cuarto: enfriar (astringente) y finalmente: aplicar en la zona afectada, con un algodón, con una servilleta, etc. Después que defequéis y os limpiéis, tenéis que volver a aplicar la sustancia. Si el líquido emite mal olor, hervirlo. También, podemos acompañar la aplicación tópica (uso exterior), de ingesta de infusiones, de la misma planta.

Mejorar tránsito digestivo y por ende la defecación: ingerir semillas enteras de papaya.

Recuperación de piel (capa superficial) dañada.

Aloe vera + opcional: aceite de oliva virgen extra.

Sistema digestivo atrofiado. El “médico” me mandó una dieta, la cual fue inútil.

Producto de la intoxicación con el pazote. Restauré el sistema digestivo a su normalidad, bebiendo decocción de semillas de hinojo (*Foeniculum vulgare*).

Los mayores beneficios físicos y mentales, los e obtenido al nadar en el mar.

Proyectos

Depurar agua mediante el paso de la misma, a través de materia vegetal (pino, etc). Resultado:

No beber agua durante ingestión de alimentos, para evitar la pérdida de concentración del jugo gástrico. Resultado: positivo.

No mezclar materia alimenticia cocinada, con materia alimenticia cruda; debido a que puede generar procesos digestivos diferentes. Resultado: positivo.

5. Agua

Regular las llaves de entrada de agua, del lugar donde vivís; para consumir menos agua y pagar menos. No es necesaria tanta presión.

Para ahorrar agua en el váter (retrete), podéis hacer lo siguiente: primero regulamos la boya que hay en el interior de la cisterna, para que se accione con la menor cantidad de agua; segundo: colocaremos un objeto en el interior de la cisterna, para que el volumen que es ocupado por el objeto, no sea ocupado por el agua; tercero: podéis poner recipientes (cubo, palangana, etc) en el suelo de la ducha, para almacenar el agua que discurre por el cuerpo o la que no usamos, porque todavía no está a la temperatura adecuada. También podéis derivar el agua de salida de la lavadora (respetando la altura), hacia un recipiente. Después podemos usar toda esa agua, para descargar el retrete directamente. Para este fin, también podemos usar el agua de limpiar el piso, la de la lluvia, etc. Otra opción es usar un retrete seco; pero después necesitaréis una forma de gestionar la materia resultante.

Nota: no echéis el agua de la ducha o la de la lavadora en la cisterna; pues si lo hacéis, los mecanismos se ensuciaran en extremo y después tendréis que invertir tiempo, energía y agua para limpiarlos.

No es necesario usar agua caliente en la lavadora y deberías usar el programa corto. Respecto a los productos de "limpieza" (suavizante, detergente, etc). Si el fabricante te dice que uses un tapón de jabón, prueba a usar medio tapón; o mejor aún, usa algún producto (bicarbonato sódico, vinagre, etc) alternativo. La gran mayoría de la veces, con agua y sol, será suficiente. Que no se os olvide que por regla general, el ser humano que se hace empresario, lo hace para ganar dinero y por lo tanto, quiere que tu consumas el producto, en el menor tiempo posible; para que lo vuelvas a comprar.

Nota: bicarbonato + vinagre = purga (limpieza) de la lavadora.

No confiéis en aquellos, que le han puesto precio al mundo.

Sistema para no necesitar usar la lavadora eléctrica: tener la menor cantidad de ropa posible y lavar a mano. Un ser humano solo puede usar al mismo tiempo, una camisa, un abrigo, un pantalón, dos zapatos, dos calcetines, etc. Esta limitación me lleva a deducir: que con dos o tres de estos objetos, se pueden cubrir las necesidades de protección fisiológica (cuerpo). Teniendo en cuenta factores como el clima, sexo, modo de vida, etc. Ejemplo: un pantalón que estás usando, uno de repuesto y otro que se está secando. Para lavar grandes piezas de ropa, no debemos manipularlas en su totalidad. Tenemos que fraccionarlas (sin romperlas) en partes menores; para que nos sea mas fácil su manipulación. Finalmente, no debemos esperar a que toda la ropa esté sucia. Un día lavas un pantalón, otro día una camisa, etc

Divide y vencerás. Esta frase es muy importante.

Usa el lavavajillas (detergente, jabón, etc) para lavar los platos, vasos, etc, cuando realmente sea necesario. En algunos casos, será suficiente con sacudir el plato y en otros, será suficiente enjuagarlo solo con agua. Además, la cantidad de agua que se necesita, es muy poca; si usamos el siguiente método. Podemos dejar una pequeña cantidad de agua en el interior del objeto a lavar y con la esponja restregar, para después enjuagar. El procedimiento correcto para usar la esponja con detergente, es el siguiente: primero mojamos el objeto; segundo: enjabonamos y finalmente: enjuagamos. Si usáis la esponja al mismo tiempo que tenéis el grifo abierto, el agua que sale del grifo, arrastrará consigo el detergente que hay en el interior de la esponja; lo cual se traduce: en un desperdicio de producto. Si queréis que os rinda mas el jabón, diluir un porcentaje en agua. Ejemplo: una botella de un litro, en la cual echamos dos dedos de jabón y el resto de agua. No es necesaria tanta concentración, para romper la grasa.

No es necesario lavar siempre las herramientas de cocina. Por ejemplo: si cocinamos materia vegetal en una sartén y vamos a volver a cocinar materia vegetal, carece de lógica el lavarla y preocuparse por los microorganismos, que pueda haber en ella; pues alcanzará una temperatura muy alta. Además que al lavarla, desperdiciamos sustancias nutritivas. Es evidente, que cuando la acumulación de grasa, de óxido, etc, sea excesiva, se le debe hacer mantenimiento (limpieza).

En las ciudades, donde el agua del grifo es producto de la desalinización; un gran porcentaje de los seres humanos dice: que no toman esa agua, porque tiene mal sabor; pero al mismo tiempo la usan para cocinar. E aquí una gran incoherencia. Creen que el agua embotellada proviene de un manantial; el cual no han visto y creen que es un agua extremadamente pura; la cual no han analizado. Es la ingenuidad en su máximo apogeo. Si lo que os preocupa es el sabor del agua, con ponerle plantas solucionaréis este problema; además de añadirle al agua propiedades (bactericidas, fungicida, antihelmíntica (antiparasitaria), etc) propias de las plantas. La verdadera solución es corregir el sabor y las propiedades del agua, en su origen; para que llegue en las mejores condiciones a los hogares. Lo cual tendría muchos beneficios, como: mas ahorro económico para las familias, mejor salud de las familias, etc y sobre todo, que eliminaría a los parásitos del agua. Entiéndase por parásitos del agua: los que venden garrafas de agua, filtros, etc. Aquellos que hacen negocio con las necesidades básicas de los demás, merecen ser borrados de la existencia.

El agua embotellada es un invento de unos cuantos usureros e idolatras del dios dinero.

El ser humano es esclavo de su propia ignorancia.

Muchos seres humanos van a esos lugares llamados supermercados y compran productos químicos negativos, que no saben como se han hecho, ni de que están hechos. Después los echan en el agua de limpiar el suelo, a la ropa o sobre si mismos; como si se hubiesen encontrado un cadáver en descomposición o como si los hubiese tocado un leproso. No se han puesto a pensar que después los hijos, se arrastrarán sobre superficies, donde se han usado esos productos químicos o peor aún, les ponen ropa o los bañan con esos productos. Es evidente que la gran mayoría de seres humanos, no los compran por necesidad o razonamiento; sino, por lavado de cerebro cultural. Los ladrones uniformados que los venden, han hecho un buen trabajo, mediante la publicidad falaz. Si lo que deseáis es retirar el polvo, que no habéis podido quitar con la escoba; con mojar la fregona en agua, será suficiente. Y si lo que queréis es desinfectar, por alguna necesidad real; pues tenéis otras alternativas mas saludables, como: alcohol, vinagre, sal, vegetales, etc

¿Si te encuentras por la calle a alguien muy bien vestido y te ofrece algo de comer, tu te lo comerías sin informarte primero, de que está hecho y de como lo han hecho?

Los idólatras del dios dinero, les han enseñado a los seres humanos mundanos, que todos los microorganismos son “malos”. Si eso fuera cierto, los únicos seres vivos que habrían en el planeta, serían microorganismos; pues están en todas partes y en cantidades inmensas.

¿Es el león malo por matar?, ¿se debe adjudicar conceptos humanos, a seres que no son humanos?, etc. El león es lo que es y por el momento, hace lo que tiene que hacer y los microorganismos, igual. Algunas veces es mejor dejar la ideología humana a un lado, e intentar contemplar las cosas tal y como son, para comprender y no destruir. La comprensión y la adaptación, son el camino de la ecuanimidad.

No es necesario bañarse todos los días, salvo que sudemos mucho o nos ensuciamos. La ducha no solo tiene una finalidad de limpieza; también proporciona relajación muscular y neuronal, a través del calor.

En la entrada de agua caliente y en la entrada de agua fría, que alimentan a la grifería de la ducha; podemos poner una arandela de acero inoxidable o de plástico; cuyo orificio central, tenga un diámetro menor que el preestablecido. Para así, generar un cuello de botella y que salga menos agua por segundo. Lo cual se traduce: en un mayor ahorro de agua y en pagar menos dinero.

Proyectos

Jabón con aceite usado (aceite vegeta + producto alcalino (sosa cáustica o potasa)). Resultado: positivo.

Lejía potásica (ceniza vegetal + agua + 24 h de reposo). Resultado:

Potabilizador solar de grandes dimensiones. Colocaremos una bóveda de cristal, sobre una gran masa (embalse, estanque, etc) de agua dulce y/o salada. Funcionamiento: cuando el agua se evapora, se condensará en la parte superior interna de la bóveda y por efecto de la gravedad, descenderá por los laterales internos de la misma y cuando llegue al final del recorrido, la redirigiremos hacia un lugar de almacenamiento o uso (ciudad, pueblo, etc). El sistema se puede mejorar, usando pantallas para concentrar la energía solar y aumentar la evaporación. También podemos usar paneles solares, generadores eólicos, etc, para almacenar electricidad y así, aumentar la temperatura del agua durante la noche y continuar con la evaporación. Finalmente: si las condiciones climáticas no son las correctas o queremos aumentar la evaporación durante día, usaremos la electricidad generada por los paneles solares, generadores eólicos, etc. Resultado:

6. Electricidad (precaución)

Intenta usar el menor número de bombillas que puedas y que sean de bajo consumo. ¿Para que quieres una bombilla, dentro de la nevera?. Solo la usarás de noche y con la luz de la cocina apagada. Realmente no compensa. Las bombillas de menor consumo que e encontrado hasta el momento, son las que usan tecnología led. Otra opción, si no quieres tener varias bombillas, es tener solo una; la cual iremos movilizandop por donde sea necesario. El sistema de una sola bombilla se puede optimizar, creándole un mecanismo de conexión desconexión rápido y añadiéndole una carga (batería, condensador, etc) auxiliar, que alimente un led o conjunto de leds; los cuales nos proporcionen la cantidad suficiente de luz, para trasladarnos en horario nocturno, hasta el siguiente punto de conexión. También podemos cargar la batería durante el día, con energía solar, eólica, etc y consumirla durante la noche.

Sistema para iluminar, sin necesidad de electricidad: luz diurna y nocturna; lo que se conoce como vida solar. La vivienda debe estar estructurada para esta finalidad. También podemos recurrir a: velas, lámpara de aceite, etc

Los “embellecedores” restan energía lumínica; por lo tanto, son innecesarios.

Si no estás usando un artefacto eléctrico, desconéctalo.

La televisión, el horno, el microondas, el coche, el secador de pelo, la plancha, el extractor, la aspiradora, etc. En la gran mayoría de los casos, se puede prescindir de estos artefactos. Mejor es un libro que un televisor. Con una buena sartén, olla, etc, se puede cocinar muy bien. Con las condiciones solares adecuadas, es viable cocinar. El pelo se puede secar con una toalla, con el sol, con el aire, etc. La bombona de gas y la compra, se pueden hacer con una bicicleta o con algún artefacto similar. Evidentemente, lo mas eficiente es proveer directamente a la vivienda de electricidad, gas, etc y en el caso de la alimentación, teniendo en cuenta factores (clima, contaminación, espacio, etc) propios del lugar; sería beneficioso producir parte o todo el alimento, lo mas cerca posible del lugar de consumo. Algunos de los beneficios, de la producción de alimentos en las ciudades, serían los siguientes: reducción de la contaminación, mas interacción entre los seres humanos, contacto con la realidad de la vida, menos monotonía visual y mas interacción con el medio ambiente; lo cual se traduciría en menos enfermedades mentales y disminución de las mismas, etc. Para limpiar el polvo se puede usar una escoba, una fregona y un trapo. Hay ropa que no es necesario plancharla y si al tenderla la estiras bien, las probabilidades de que salgan arrugas son menores. Si la ropa está hecha cien por ciento con algodón, tendrás que colgarla, rociarla con agua, estirla y dejar que el agua y la gravedad hagan su trabajo.

Si ponemos el termo lo mas cerca posible del lugar de consumo (bañera, ducha, etc), aumentaremos su rendimiento. Debido a una menor pérdida de energía calorífica (calor) en el circuito. Algunos termos tienen incorporada una luz, que está siempre encendida; cuya función, es la de indicar la existencia de un “flujo de electrones” (electricidad). Lo cual a mi parecer, es innecesario; pues está las veinticuatro horas del día y los trescientos sesenta y cinco días del año, encendida. Lo cual se traduce: en mucha electricidad consumida. Hay maneras mas eficientes de comprobar la existencia del flujo de electrones, como: tocar el agua, usar un multímetro, etc. Desenchufar y enchufar el termo, consume mas electricidad; porque se necesita mas energía para calentar de diez a treinta, que de veinticinco a treinta. Dejarlo enchufado.

Lo mas eficiente para calentar el agua, sería usar la energía del sol, el calor de la tierra, etc

Sistema para limpiar el cuerpo, sin tener que pagar electricidad: si tenemos que limpiarnos con agua fría, podemos usar el siguiente método: con un trapo (pañó, trozo de tela, etc) húmedo, lo doblamos para poder manipularlo con facilidad y con el, limpiamos las zonas mas sensibles del organismo; que en mi caso son: parte anterior (pecho y abdomen) del tronco y parte posterior (espalda). El trapo hay que ir movilizandop, sobre todo cuando

lo pasemos por los genitales, las axilas o la zona de defecación. Esto lo haremos, para no limpiarnos siempre con la misma cara y hay que enjuagarlo (limpiarlo) cuando todas sus partes estén usadas. Una vez que e finalizado con el trapo, me echo agua con la ducha (jarro, etc) en las zonas menos sensibles; que en mi caso son: cabeza, rostro, extremidades inferiores y superiores, zona de defecación y genitales. Si tienes acceso a una fuente de calor libre de dinero, como: el sol, el calor de la tierra, etc; puedes usarla para calentar el agua. El método de calentar el agua usando el sol, comprobé su veracidad (autenticidad), una vez que viajé al trópico. La casa en la que me alojé, tenía en el techo (azotea) un tanque, el cual no estaba pintado de negro (si está pintado de negro, se calienta mas el agua) y según la hora a la que te duchases, el agua salía muy caliente o tibia. Otro sistema para ducharnos con agua fría, es variar la cantidad de agua. Ejemplo: mi organismo tolera mejor cinco litros de agua de una sola vez, que cinco litros de agua dosificados.

Mejor usar baterías que pilas; porque se pueden recargar. Usar las baterías, cuando no tengáis acceso a la red. La forma mas fácil de recargar la batería, es conectarla al artefacto original. Con unos conocimientos mínimos de electrónica, se puede construir una fuente de alimentación o mas fácil aún, usar una que ya esté hecha y así nos ahorramos el estar comprando pilas. Los componentes electrónicos, no es necesario comprarlos. Los artefactos electrónicos que tenéis por casa o los que se encuentran en eso que llaman “basura”, están repletos de componentes electrónicos.

Sistema para conservar los alimentos, sin tener que pagar electricidad: guarda todo el alimento que consigas, en un lugar seco, lejos del sol, fresco y bien ventilado. Compra (recolecta, etc) lo que necesitas y en la cantidad que lo necesitas. Ejemplo: los tomates entran en estado de descomposición, antes que las papas; por lo tanto, puedes comprar mas papas que tomates. Si introducimos la base (tallo) de los vegetales en agua, mantendrán mas tiempo su morfología primaria. Priorizaremos el consumo de aquellos vegetales, que presenten un estado avanzado de maduración, daños, etc. Cuando separamos el fruto de la planta madre, se paraliza el aporte de nutrientes y conforme va pasando el tiempo, pierde vitalidad. Es ilógico e ineficiente, tener un tomate dos semanas en una nevera. Lo mas lógico y eficiente, es conseguir el tomate fresco y consumirlo lo antes posible.

Proyectos

Precauciones: 1º pensar las cosas muy bien antes de hacerlas, 2º no utilicéis el sistema eléctrico de la vivienda, para realizar los experimentos, 3º para los experimentos a nivel planetario, es mas seguro usar primero un cuerpo celeste diferente a la Tierra y a la Luna.

Alternador accionado por gravedad

A. TY-50A SYNCHRONOUS MOTOR AC 220V/240V 50/60Hz 5/6r/min 4W Bobina: 87 vueltas y transmisión: inducción. Pruebas:

1º Bombilla led 220-240V AC 5W 4000K 40mA. Resultado: positivo y poco flujo luminoso

2º Bombilla led 220-240V AC 50/60Hz 5W 6400K 500Lm. Resultado: positivo y poco flujo luminoso

B. SM202E-E SYNCHRONOUS MOTOR AC 220/240V 50/60Hz 5/6R.P.M 3W. Pruebas:

1º Bombilla led 220-240V 5W 4000K 40mA. Resultado: positivo y poco flujo luminoso

Mejoras: 1º cambiar el imán que trae por defecto el motor A, B, etc, por un imán de neodimio, por un electroimán, etc; el cual nos proporcionará un campo magnético mas intenso y así obtener mayor diferencia de potencial e intensidad.

Para que el artefacto sea eficiente, hay intentar generar un sistema en bucle. Soluciones posibles:

1º Crearemos una estructura cerrada y con un techo abovedado, la cual en su interior contendrá organismos (árboles, etc) vegetales; cuya finalidad será elevar agua y evaporarla. Proceso que hacen los vegetales de forma natural. Ese vapor de agua, se condensará en la parte superior interna de la bóveda y por efecto de la gravedad, las gotas descenderán por los laterales internos de la bóveda, para finalmente ser almacena y usada en la recarga del peso primario. El peso primario será un recipiente encargado de rotar el rotor de un alternador y esto lo conseguiremos, gracias a la tracción de la gravedad. El recipiente primario tendrá una pequeña perdida de agua en su parte inferior, la cual caerá en la base donde están los vegetales, para que los vegetales la reutilicen. Cuando el peso primario haya

perdido suficiente agua, será elevado por un contrapeso secundario y cuando el peso primario llegue a la parte superior, será recargado con el agua almacenada. Factores a tener en cuenta: 1º ventilación, 2º elegir la especie o las especies adecuadas, 3º número de ejemplares, etc. Resultado:

2º Dejar caer el alternador, en rotación contraria a la caída del peso, para que lo devuelva a su posición inicial y volver a repetir el proceso. Símil: un yoyo o yoyó. Cuando se acabe la altura, liberaremos un peso secundario, que devolverá el alternado con su peso primario, a la parte superior y volver a repetir todo el proceso. Usaremos parte de la electricidad generada, para devolver el peso secundario a su posición inicial y generar un sistema en bucle. Resultado:

3º Iniciaremos el sistema con la caída de un recipiente lleno de agua y al llegar al final de su recorrido, lo conectaremos con una bomba hidráulica de ariete; que elevará el agua del primer recipiente, a un segundo recipiente. Cuando el segundo recipiente pese mas que el primero, empezará a descender y elevará el primero, devolviéndolo a su posición inicial. Al llegar el segundo recipiente al final de su recorrido, lo conectaremos con la bomba hidráulica de ariete; para que mueva el agua hasta el primer recipiente y así volver a repetir el proceso. Resultado:

4º Que el peso sea un imán o un conjunto de imanes; que haremos descender por un cilindro. El cilindro tendrá en sus paredes internas bobinas o estará construido con bobinas. Al finalizar el peso su recorrido, nos habrá generado electricidad; la cual podemos usar para elevar el peso hasta su posición inicial y volver a repetir el proceso. Resultado:

5º Usar la diferencia de potencial, entre la parte mas alta (atmósfera) de una estructura (edificio, etc) y la parte mas baja (tierra); para generar electricidad y usarla en la elevación del peso primario hasta su posición inicial. Resultado:

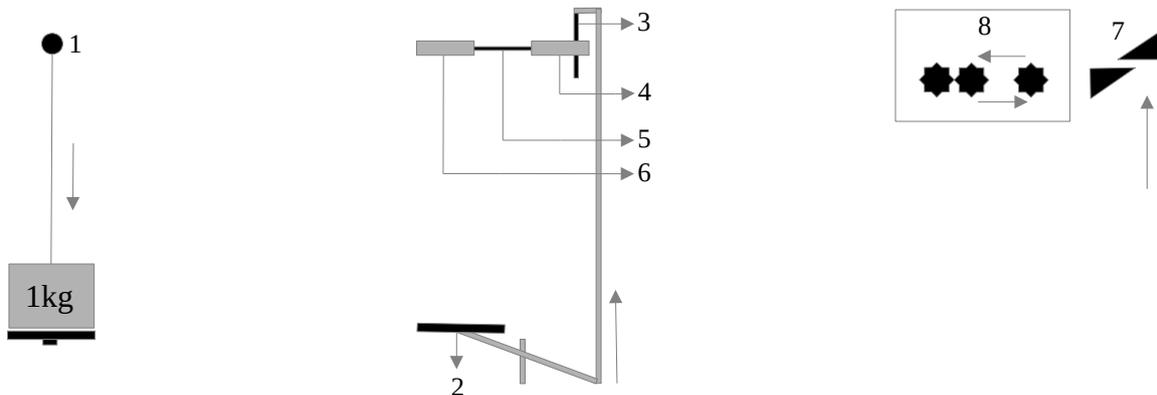
6º Usar un motor Stirling, para mediante energía mecánica, electricidad previamente almacenada, etc, elevar el peso primario. La zona de calor la obtendremos en el exterior (sol) de la estructura y para obtener mayor eficiencia, podemos pintarla de negro, concentrar la energía del sol mediante pantallas y/o mediante la propia estructura del edificio, etc. La zona fría la obtendremos en el interior (sombra, agua, etc) de la estructura. Durante la noche podemos invertir el proceso; pasando a ser el exterior la zona fría y el interior la zona caliente. Mejoras: célula Peltier y/o resistencia para generar calor durante la noche. Resultado:

7º Usando los materiales (cristal piezoeléctrico, etc) adecuados y generando rozamiento entre el peso, el cable y las estructuras que los rodean, generar electricidad estática; para usarla posteriormente en la elevación del peso primario. Resultado:

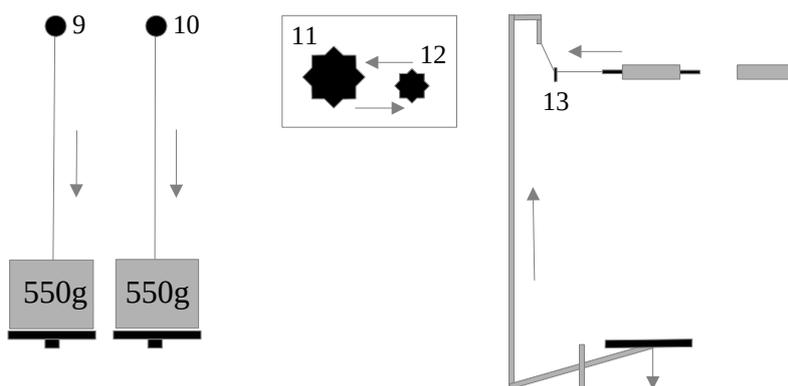
8º Cuando el peso primario finalice su recorrido, accionará un mecanismo; el cual rotará un cilindro en posición vertical, quedando la parte superior en la parte inferior. El cilindro estará lleno de líquido (agua, etc) y tendrá en su interior un objeto flotante. Conectaremos el objeto flotante con el peso primario, para cuando el objeto flotante empiece a ascender, devuelva el peso primario a su posición inicial. Resultado:

9º Cuando el peso primario finalice su recorrido, liberaremos al mismo tiempo un peso secundario y terciario. Cuya suma de masas, superará a la del primero; para que puedan elevarlo. Cuando el peso secundario y terciario finalicen su recorrido, los cambiaremos a mecanismos (engranaje, etc) individuales y de doble velocidad; para cuando el peso primario vuelva a descender, eleve los otros pesos por separado y al doble de la velocidad de caída. Cuando el peso secundario y terciario finalicen su ascenso, los devolveremos a su mecanismo primario; para que desciendan al mismo tiempo y a velocidad normal. Resultado:

Etapa 1: 1º descenso del peso primario, 2º activación del primer mecanismo, 3º liberación del segundo y tercer peso, 4º conectar con el primer peso. Vista frontal: 1 eje del peso primario. Vista lateral: 2 mecanismo activado por el primer peso, 3 anclaje del segundo y tercer peso, 4 eje del tercer peso, 5 sistema macho hembra que acopla y desacopla el eje del segundo peso con el tercer peso, 6 eje del segundo peso. Vista frontal: 7 triangulo rectángulo superior: desplaza el engranaje del segundo y tercer peso para ser conectado con el engranaje del primer peso y triangulo rectángulo inferior: impide retroceso del mecanismo, símil: sistema de cierre de una puerta, pero en vertical, 8 (de izquierda a derecha): engranaje del primer peso, engranaje de conexión y engranaje del segundo y tercer peso.



Etapa 2: 5º cambiar tercer peso a sistema de aumento de velocidad y conectar con el primer peso, 6º separar el segundo del tercer peso, 7º dejar caer peso primario, para que eleve el tercer peso, 8º cambiar segundo peso a sistema de aumento de velocidad, conectar con el primer peso e individualizar, 9º conectar segundo con tercer peso y conectarlos con el sistema de velocidad normal, 10º desacoplar segundo y tercer peso del primario y dejar caer el primer peso. Vista lateral: 9 segundo peso, 10 tercer peso. Vista frontal: 11 y 12 corona y piñón para generar aumento de velocidad en la elevación del tercer y segundo peso, símil: sistema de transmisión de energía de una bicicleta. Vista lateral: 13 pieza (círculo, triángulo, etc) por donde pasa un cable metálico, que tracciona el eje que unifica el segundo con el tercer peso,



10º Recipiente primario lleno de líquido (agua, etc) y expuesto al sol; para que se evapore el líquido que hay en su interior. Conduciremos el vapor hacia un recipiente secundario, el cual estará en un lugar mas elevado y a la sombra, para que se condense el vapor en su interior y cuando tenga suficiente peso, descienda y eleve el peso primario. Mejoras: 1º pantallas para concentrar energía solar y aumentar la evaporación, 2º paneles solares, generador eólico, etc, para calentar líquido durante el día y/o la noche y aumentar evaporación, 3º convección, 4º calcular tiempo de llenado del recipiente secundario y tiempo de descenso del peso primario, para sincronizarlos. Resultado:

11º Producir gas con microorganismos. Cuando el peso primario finalice su recorrido, lo devolveremos a su posición inicial, mediante un globo lleno de gas, el desplazamiento de un émbolo (pistón), combustión del gas para hervir agua y usar el vapor, etc. Mejoras: dependerá del o de los microorganismos que usemos. Resultado:

12º Dejaremos caer el peso primario por un conducto lleno de agua; conforme avance el peso, aumentará el nivel del agua. Cuando el peso finalice su descenso, el nivel del agua llegará a una altura, donde habrán dos objetos conductores de electricidad; para cuando entren en contacto con el agua, cierren un circuito que active un mecanismo de elevación. Resultado:

13º Concentrar la energía solar mediante pantallas, para generar un efecto de convección y con el flujo de aire resultante, activar un mecanismo; que eleve el peso primario hasta su posición inicial. Resultado:

14º Comprimir agua en un circuito con el descenso del peso primario, cuyo final será un segundo recipiente a mayor altura. Cuando el segundo recipiente pese mas que el primero, empezará a descender y elevará el peso primario hasta su posición inicial. Al finalizar su recorrido el peso secundario, devolveremos el agua de su interior al circuito. Aspectos a tener en cuenta: 1º aumentar peso desde el inicio en el segundo recipiente, etc. Resultado:

Mejoras generales: 1º generar electricidad con la subida y bajada del peso, 2º generar electricidad con la rotación de desenrollamiento y enrollamiento del rotor, 3º producción de hidrógeno para la combustión del mismo o su recombinación con oxígeno y producción de electricidad, 4º energía solar, eólica, etc, para la elevación de los pesos, 5º sumergir materiales en nitrógeno líquido para generar superconductividad y evitar pérdida de energía en forma de calor, etc, 6º extracción de aire para eliminar la fricción con el mismo y aumentar la velocidad. Resultado:

Todas las opciones anteriores, pueden ser combinadas entre si. Usar la imaginación y pedirle a Dios que os de inteligencia y sabiduría.

Alternador giroscópico. En el interior de una esfera sin aire, colocaremos un giroscopio. En la parte superior e inferior de la esfera, colocaremos unos imanes. El giroscopio en su parte superior e inferior, tendrá un imán cuyo campo magnético será contrario a los de la esfera. También tendrá un imán en todo el lateral de su plato central. Inicialmente contrarrestaremos la fuerza de repulsión superior e inferior, mediante campos magnéticos emitidos por bobinas, colocadas en los laterales de la esfera; las cuales también usaremos para iniciar las revoluciones del giroscopio, por medio del encendido y apagado de las mismas. Teoría: el giroscopio al girar sobre si mismo a gran velocidad, debería de contrarrestar la repulsión (desplazamiento lateral) superior e inferior y al no tener rozamiento con el aire, ni con otras superficies, debería de permanecer girando “permanentemente”. Finalidad: el giroscopio será el rotor y el estátor será la esfera. Resultado:

Mejoras: 1º superconductividad, 2º materiales diamagnéticos: grafito, etc, 3º generar campo magnético alrededor del alternador y hacia el exterior, para evitar la tracción del campo magnético terrestre, etc

Aspectos a tener en cuenta: 1º protección (fusible, etc) del circuito, por posible aumento de tensión, intensidad, temperatura, etc

1º En la parte interna de la tapa de un bote de cristal, e colocado un imán circular de los que utilizan los microondas. La tapa del bote, será la base del mismo. E colocado otro igual en el interior del bote de cristal; el cual a quedando en flotación, debido a la repulsión del imán de la tapa. En el centro del imán que está en flotación, e insertado dos tapones de corcho; los cuales se pueden unificar con alfileres, etc. La función de los tapones de corcho, es evitar la rotación vertical del imán. E utilizado corcho, debido a su ligereza. Al rededor del recipiente de cristal y a la altura del imán flotante, colocaremos un bobinado de cobre, etc. La extracción del aire del interior del recipiente, la realizaremos a través de la tapa y mediante jeringuillas, mediante una bomba extractora de aire, etc. Además debemos de realizar mediciones de voltaje, intensidad, temperatura, etc y actuar en función de los datos obtenidos. Mejoras: 1º ajustar el diámetro del recipiente, al diámetro del imán en flotación, para trabajar con la máxima intensidad magnética, etc. Resultado:

Bombilla led + disipador (pc, etc) + pasta térmica + opcional: ventilador (pc, etc). Finalidad: disipar calor y aumentar vida de los leds. Resultado:

Conservación de alimentos.

1º Descenso de temperatura, obtenido mediante la inmersión en agua. Resultado:

2º Evaporación de agua. Resultado:

3º Diferencia de temperatura entre el interior de la tierra y el exterior. Resultado:

Generación de electricidad en un edificio o estructura similar.

1º Alternador en la entrada y en la salida de agua del edificio. Resultado:

2º Alternado en el ascensor, para usar el movimiento de subida y bajada. Resultado:

3° Usar la estructura metálica del edificio para atraer y dirigir la electricidad de las tormentas, hacia un medio de almacenamiento o uso. Resultado:

4° Usar la diferencia de potencial, entre la parte mas alta (atmósfera) del edificio y la parte mas baja (tierra), para generar electricidad. Resultado:

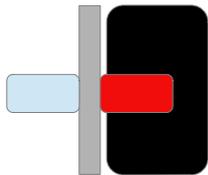
5° Usar la altura del edificio, para generar electricidad por gravedad, ejemplo: peso que al descender hace rotar el rotor de un alternador. Resultado:

6° Alternador en el eje de una puerta rotatoria de un edificio, para generar electricidad con la salida y la entrada de las personas. Resultado:

7° En las zonas frías del mundo, usar el frío del exterior y el calor interno de la calefacción (chimenea, estufa, etc), para generar electricidad con un motor Stirling, con una célula Peltier, etc. Ejemplo: 1° activar la calefacción con una fuente de energía (electricidad, gas, etc) externa, 2° usar el calor generado para calentar el aire en el interior de un motor Stirling, 3° usar el frío del exterior de la vivienda, edificio, etc, para enfriar el aire del interior del motor Stirling, 4° usar el flujo de aire generado para generar energía mecánica, 5° usar la energía mecánica para generar electricidad, 6° usar la electricidad para mantener en funcionamiento la calefacción y así generar un sistema en bucle. Otros posibles usos: 1° frío del espacio exterior y calor interno de la nave espacial, 2° frío del exterior de la vivienda y calor del agua de un termo eléctrico. Resultado:

Mejoras: probar diferentes gases, etc

Vista lateral. Azul: parte del motor Stirling en el exterior de la vivienda, Gris: pared de la vivienda, Rojo: parte del motor Stirling en el interior de la calefacción y Negro: calefacción en el interior de la vivienda.



Generar electricidad con los campos magnéticos de la tierra u otro cuerpo celeste similar (campo magnético).

1° El rotor sería la tierra y el estátor sería un bobinado alrededor de la misma. Resultado:

2° Bobina circular que gira sobre si misma o permanece estática y usar la rotación de la Tierra. Colocaremos una en el polo norte y otra en el polo sur. Símil: peonza. Resultado:

Mejoras: 1° usar energía solar, para generar movimiento, etc, 2° usar frío del espacio para intentar generar superconductividad, 3° transmisión de electricidad: rozamiento, inducción, etc

Motor y/o alternador iniciado y sostenido por combustión de hidrógeno presente en el agua dulce y/o salada.

Finalidad: dividir moléculas de agua, mediante la exposición de las mismas, a altas temperaturas. Procedimiento: lo iniciaremos presionando oxígeno en un cilindro cerrado, dicha presión la conseguiremos por la caída de un peso (masa, etc) accionado por la gravedad. Podemos aprovechar la caída del peso, para aumentar su velocidad mediante repulsión de campos magnéticos y/o generar electricidad mediante bobinas e imanes. Ejemplo: parte anterior y posterior, para la aceleración (repulsión de campos) e izquierda y derecha, para generar electricidad. Símil: el cilindro sería el estátor y el objeto que cae, sería el rotor; pero en un sistema vertical; 2° símil: pistón de fuego. La electricidad generada en el recorrido del pistón, puede ser usada para someter el agua a electrólisis y así tener una carga primaria de hidrógeno y/o facilitar la ruptura de las moléculas de agua. También puede ser usada, para aumentar la repulsión de los campos magnético y aumentar la velocidad de caída del peso. El agua estará conectada con el sistema de ignición. Si conseguimos que el hidrógeno presente en el agua entre en combustión, usaremos dicha fuente de calor para hervir agua y con el vapor generado, moveremos el rotor de un alternador. Mejoras: 1° dividir el cilindro en dos partes mediante una membrana y extraer todo el aire de la mitad superior; para eliminar la fricción con el aire y así aumentar la velocidad de caída del peso, 2° aumento de la velocidad del pistón, debido a la diferencia de presión entre el interior del cilindro sin aire y el exterior con aire, 3° enfriar el vapor, para su posterior reutilización. Resultado:

Atracción de la gravedad + no rozamiento con el aire + repulsión de campos magnéticos + empuje del aire exterior = gran velocidad = mucho calor.

Mas presión en menos tiempo = a mas calor

Si sometemos una gran (toneladas) masa de agua, a toda la electricidad proveniente de una tormenta; ¿cuanto hidrógeno podríamos obtener de una sola vez?

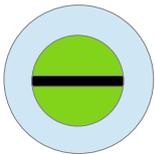
Motor Stirling, célula Peltier, etc, de grandes dimensiones.

1º Zona fría en el interior del mar, río, etc y zona de calor, fuera del agua. En las zonas frías y terrestres del mundo, obtendremos el frío del interior de la tierra y el calor del exterior. Resultado:

2º Motor Stirling circular, el cual rodeará un cuerpo celeste (tierra, luna, etc). Símil: una bola en el centro de un anillo. La zona de frío, será la parte del cuerpo celeste no expuesta al sol y la zona de calor, la parte expuesta al sol. En las paredes internas y/o externas de la estructura, habrán bobinas y el flujo de aire moverá un imán; el cual en su recorrido generará electricidad. El artefacto estará fijado al suelo. Aspectos a tener en cuenta: 1º tamaño, forma y número de imanes, 2º dirección del flujo de aire y velocidad, etc. Resultado:

Mejoras: 1º pintar de negro toda la estructura por donde circula el aire, 2º usar paneles para concentrar la energía solar y para generar electricidad, 3º intentar generar superconductividad con el frío del espacio exterior, etc

Verde: cuerpo celeste, Negro: motor Stirling y Azul: atmósfera o espacio exterior.



Nevera ecológica (barro cocido poroso + tierra + plantas + agua). Resultado:

Producción de energía (gas, electricidad, calor, etc) mediante, toda la biomasa (excremento, orina, restos vegetales, etc) generada por las ciudades. Recolectaremos toda esa materia en contenedores, para que los microorganismos la procesen y produzcan gas; el cual tiene múltiples usos. Una vez que todo ese material esté procesado, lo podemos usar para fertilizar los cultivos; generando un sistema en bucle. Resultado:

Usar bomba de expulsión de agua de la lavadora a la inversa. Finalidad: producir electricidad alterna. Ejemplo: instalar en la entrada y en la salida de agua de la casa. Resultado:

7. Tecnología

Si no tienes una necesidad real del vehículo (coche, moto, etc) personal y de internet, deshazte de ellos; pues consumen mucho (principalmente el vehículo) dinero. Además, internet es una puerta abierta a la degeneración, a la violencia, etc

Si quieres que el ordenador (hardware) te dure mas tiempo, ahorrarte muchos quebraderos de cabeza, aprovechar mejor el tiempo, no gastar dinero, aumentar el rendimiento, etc; deberías usar un sistema operativo (software) libre. El mejor sistema operativo que e usado hasta el momento, es: Debian (Linux).

Si te vas a comprar un ordenador, te recomiendo que te compres un portátil. Su consumo es menor que un ordenador de torre (mesa) y sus complementos. Si no usas la lectora de CD, quítasela; pues consume electricidad y añade peso.

El software generado para ser instalado en el dispositivo personal, me parece un concepto de programación arcaico e ineficiente. Exceptuando el software realmente necesario, como: el navegador, etc. Me parece ineficiente por los siguientes motivos; primero: consume recursos (memoria de almacenamiento, etc) del dispositivo personal; segundo: el usuario tiene que invertir tiempo en actualizar; tercero: al estar instalado de forma local, puede generar incompatibilidad con el sistema operativo, en un cambio del mismo, en una actualización, etc; cuarto: según como esté programado el software, su acceso puede estar limitado a un uso local. Ejemplo de un software innecesario, es

aquel que crean los bancos para ser instalado en el teléfono móvil; pues las acciones que realizas en el software instalado localmente, pueden ser realizadas perfectamente en el proyecto web del banco. Es innegable la inmensa necesidad del dueño del banco y/o del mal programador que desarrolló dicho software. No bastándose el banco con robar a los clientes, o dejarlos sin hogar, etc; añaden mas complejidad a la vida, sobre todo a la vida de aquellos seres humanos, con pocos o nulos conocimientos tecnológicos, como pueden ser: los ancianos. Sin duda alguna el futuro de la programación, debe ser orientado hacia la red (cliente y servidor). Cuyas ventajas para el usuario son innegables. Enumeraré algunas de esas ventajas; primero: el usuario no tiene que perder tiempo en actualizar; segundo: puede acceder desde cualquier dispositivo, independientemente del sistema operativo del mismo; eliminando las incompatibilidades; tercero: disminución del consumo de recursos en el dispositivo personal; cuarto: aumento de la seguridad; porque por regla general, un servidor tiene mayores prestaciones que un ordenador personal, etc. También e observado que hay muchos malos programadores, que abusan del código de segundos (framework, etc). Generando lentas transferencias de datos; lo cual se traduce en una mala experiencia para el usuario. Además ese código de segundas personas, lugares, etc, a lo largo del tiempo puede generar problemas; los cuales suelen quedarse sin resolver, pues el mal programador que usó dicho código, algunas veces no tiene experiencia, ni una base sólida en el lenguaje. Es evidente que se aprovechan de la ignorancia tecnológica, de la persona (empresario, etc) que los contrató. Por eso os digo: no os fieis de los documentos de los hombres, ni de la vana reputación de sus centros educativos.

Mirar en el interior y ver mas allá de lo aparente.

Cuando necesitéis crear un software. No os recomiendo que acudáis a las empresas, que os permiten crear el programa por vosotros mismos. Por los siguientes motivos; primero: vais a crear un producto inferior, pues vosotros no sois programadores; os limitaréis a arrastrar y soltar; segundo: es muy probable, según la política de la empresa, que el proyecto nunca sea de vuestra propiedad; tercero: pagareis una cuota mensual indefinida y si vendéis algún producto, seguramente os cobren un porcentaje por dicha venta; lo cual se traduce: en mucho dinero a lo largo del tiempo; cuarto: la repartición del dinero y el movimiento del mismo, se ven drásticamente reducidos. Ejemplo: mil seres humanos acuden a una empresa, lo cual le aporta dinero a una sola persona o a un numero reducido de personas; pero si cada una de las mil personas acuden a un programador diferente, estarán repartiendo el dinero entre mil programadores; lo cual tienen múltiples beneficios para ambas partes. Si recurrís directamente a los servicios de un programador que sea de confianza, obtendréis los siguientes beneficios; primero: solo realizaréis un único pago por el proyecto, el cual será de vuestra propiedad; después solo tendréis que pagar anualmente el servidor y algún cambio puntual en el software; segundo: tienes una persona física y cercana, a la cual acudir para que te oriente en multitud de aspectos; tercero: al contratar tu mismo el servidor, seguramente cuentas con mayores beneficios; algunos de ellos serán: mas memoria ram, mas control de todo el proceso, mas porcentaje del microprocesador, etc; lo cual puede ser gestionado, por el programador que has contratado. Por eso os digo: pensar muy bien las cosas antes de hacerlas y no os dejéis llevar por las falacias de la publicidad, ni por la vanidad de los seres que os rodean. Evidentemente hay proyectos, que por su complejidad y/o magnitud, necesitará de la colaboración de varios programadores.

Antes de comprar cualquier cosa, piensa si realmente lo necesitas y si realmente lo necesitas, intenta conseguirlo o generarlo de alguna forma que no requiera dinero.

Entiendo que en un sistema social, basado en el intercambio de un objeto llamado dinero, se cobre dinero (impuestos) para la construcción, mantenimiento y desarrollo de estructuras que permitan la manifestación, conservación y transporte de la electricidad, del agua, etc. Lo que no “entiendo”, es que se cobre por el agua, por la electricidad, etc. Carece de lógica; pues el ser humano no es creador de los electrones, ni del hidrógeno, ni del oxígeno, etc, ni de las leyes que los gobiernan. El ser humano solo es manipulador y/o generador de las condiciones, que permiten la manifestación de la electricidad, del agua, etc. Creador es aquel que crea de la nada. ¿Como llamarías a alguien, que cobra por algo que no a creado?; pues evidentemente, lo llamaríamos ladrón. Imaginaos: que los habitantes de un pueblo, aportan dinero para la construcción y el mantenimiento de un pozo y después, les cobran por el agua; por un agua que a creado Dios. También creador de la electricidad, del gas, etc. Aquellos que a la mentira llaman verdad y en su búsqueda de vanidad, llenan de piedras el camino de los demás, merecen ser borrados de la existencia. Bendito sea Dios, el día que culmine su obra. Día de paz, día de descanso y sobre todo, día de justicia y verdad.

Bendito sea Dios, que siendo creador y dueño de todo, todo lo a dado gratis.

Proyectos

Precauciones: los mismos que en el capítulo de electricidad.

Estabilizar objetos (trajes, herramientas, etc) en el espacio exterior, mediante magnetismo.

1º Mientras que el astronauta tiene el pie apoyado en el suelo, permanece activo un electroimán en la suela del calzado y en el momento que intenta levantar el pie, el electroimán se desactiva; lo cual le permitiría desplazarse caminando por el interior de la nave o el exterior. Resultado:

2º Generar un campo magnético en toda la nave, que sea lo suficientemente fuerte como para estabilizar los objetos en su interior; pero lo suficientemente débil, como para permitir la manipulación de los objetos, por medio de la fuerza muscular humana. Resultado:

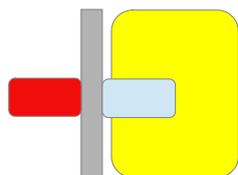
Aspectos a tener en cuenta: 1º materiales de fabricación de los objetos, 2º consecuencias de la exposición de los organismos vivos a campos magnéticos, durante poco o mucho tiempo, etc

Nave espacial propulsada por energía nuclear (fisión y/o fusión). Trasladaremos por separado los componentes de los generadores (módulos), a un destino intermedio y los ensamblaremos en ese lugar. Ese destino puede ser: una estación espacial, la luna, etc. Cuando la nave empiece a surcar el espacio y se encuentre a una distancia prudencial de la tierra, iremos activando los generadores según sea necesario. En el caso de que algún generador presente anomalías y sea necesaria su eliminación, expulsaremos el módulo en cuestión y cuando se encuentre a una distancia adecuada de seguridad, detonaremos un explosivo previamente colocado en su interior. Lo haremos explotar en el espacio vacío, para prevenir que pueda impactar con algún cuerpo celeste. Mejoras: 1º usar bajas temperaturas del espacio exterior, para intentar generar superconductividad, 2º usar el calor interno de la nave y el frío del exterior, para la activación de motores Stirling, de células Peltier, etc. Finalidad: autonomía energética, para viajar por el espacio largas distancias. Resultado:

Nevera mantenida en funcionamiento por motor Stirling. 1º iniciar funcionamiento de la nevera con fuente (electricidad, gas, etc) de energía externa, 2º la parte del motor stirling expuesta al frío, estará en el interior de la nevera, 3º la parte del motor stirling expuesta al calor, estará en el exterior de la vivienda. Teoría: cuando se empiece a enfriar el interior de la nevera, enfriará el gas en el interior del motor stirling; que a su vez, se estará calentando en el exterior de la vivienda; lo cual movilizará el gas en el interior del motor y dicho movimiento lo podemos usar para generar energía mecánica, con la cual podemos obtener electricidad, mover un pistón, etc; usando esta energía final, para mantener a la nevera en funcionamiento. Resultado:

Mejoras: 1º pintar de negro la parte exterior del motor stirling y usar paneles para concentrar la energía solar, 2º usar el calor liberado por el refrigerante, para calentar el gas en el interior del motor stirling, etc

Vista lateral. Rojo: parte del motor Stirling en el exterior de la vivienda, Gris: pared de la vivienda, Azul: parte del motor Stirling en el interior de la nevera y Amarillo: nevera en el interior de la vivienda.

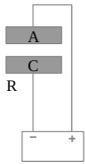


Sistema para no necesitar comprar termo eléctrico, en ausencia de sol, calor de la tierra, etc. Conseguir un recipiente (olla, cazuela, barril de acero inoxidable, etc) y hacer dos perforaciones en la parte inferior, para colocar dos tubos de medidas diferentes. El tubo mas pequeño, servirá para la entrada de agua fría y el tubo mas largo, para la salida de agua caliente. Finalidad: crear un termo que dure toda la vida de un ser humano o mas y que sea fácil realizarle el mantenimiento. Resultado:

Materiales de construcción: acero “inoxidable”, etc

Termo termiónico. 1º la primera pieza (cátodo) estará conectada a la parte negativa de una batería, 2º la segunda pieza (ánodo) estará conectada a la parte positiva de la batería, 3º el cátodo y el ánodo estarán ligeramente separados y la batería no tendrá carga, 4º calentaremos el cátodo con una resistencia, para que sus electrones se desplacen hasta la parte positiva (ánodo) e intentar generar un sistema en bucle. Finalidad: crear un termo para calentar agua que funcione con esta tecnología. Resultado:

Mejoras: 1º calentar diferentes minerales, 2º concentrar energía solar con paneles para calentar el mineral.



Tren propulsado por repulsión de campos magnéticos. En las paredes internas de la estructura (túnel subterráneo, etc) que rodea al tren, colocaremos electroimanes para generar campos magnéticos; con los cuales impulsar al tren. La parte externa del tren estará fabricada, envuelta, etc, por un material (imanes, electroimanes, etc) que repulse los campos magnéticos, de los electroimanes exteriores. Para frenar el tren, usaremos también repulsión de campos magnéticos; pero a la inversa. El mismo o similar sistema puede ser usado, para intentar lanzar una nave espacial fuera de la tierra. Resultado:

Vehículo propulsado por motor Stirling.

1º Terrestre: la zona de calor estará expuesta al sol y aumentaremos su eficiencia pintándola de negro y/o usando pantallas para concentrar la energía solar. La zona fría no estará expuesta al sol y aumentaremos su eficiencia, sumergiéndola en agua y/o exponiéndola al flujo de aire, producto del desplazamiento del vehículo. Resultado:

2º Acuático: lo mismo que en el terrestre, pero la zona fría estará dentro del medio (agua) de desplazamiento. En los dos casos, podemos mejorar el sistema usando paneles solares, generador eólico, etc; para almacenar electricidad durante el día y usarla durante la noche; con la finalidad de aumentar la temperatura de la zona de calor. También podemos usar electricidad durante el día, si las condiciones climáticas no son las correctas. Resultado:

8. Mantenimiento

Todo lo que puedas reparar, repáralo. Si no sabes, aprende (internet, libros, etc). Todo necesita mantenimiento. Cualquier necio con dinero, puede comprar. Aprender a reparar las cosas por vosotros mismos. Que comprar sea la última opción. El sabio repara, inventa, innova y usa las herramientas que le dio el creador. El necio compra; es lo único que sabe hacer.

No botes nada (dentro la lógica), todo tiene utilidad.

Para quitar óxido, podemos usar vinagre, una lima (herramienta), una piedra de afilar, un estropajo de aluminio, etc

Para quitar cal, podemos usar vinagre, un cepillo, etc

Proyectos

Ceniza de madera + agua = eliminación de cal. Resultado:

9. Social

No veas la televisión y si la ves, se selectivo con lo que ves. El noventa por ciento (mas o menos) de lo que emiten por ella, es veneno para la mente. Te roba el tiempo y por lo tanto, la vida. Te llena la mente de falsos conceptos y a cambio, te da una miseria. Es este un mal negocio.

La televisión es el opio de los necios.

Ten cuidado con quien hablas, que lees, que miras, que piensas, etc

Si no necesitas tener una cuenta bancaria, guarda el dinero o parte del mismo en un lugar mas seguro. El banco por “guardarte” el dinero, te cobra y puede que haga cosas indebidas con el. Para guardar el dinero, necesitas un lugar estable y seguro. Si te desplazas continuamente de un lugar a otro, es mejor usar otro método.

Cuando quieras comprar algo, nunca lo compres en el primer lugar donde lo veas. Muévete y busca. La diferencia de

precios y de servicios, puede ser muy alta. Hay mucho carnicero, que se hace pasar por dentista; mucho ser humano sin vocación, que se hace pasar por médico; mucho enchufado incompetente, etc. Tener cuidado, os van a intentar estafar, robar, etc. Cuando os roben o sepáis que esa persona hace algo incorrecto (prostitución, drogadicción, etc), es vuestra obligación hacérselo saber a los demás, mediante internet, boca a boca, etc. Informando a los demás, para generar el vacío al estafador, degenerado, etc y los que puedan tomar acciones directas, las tomen. Evidentemente, hay lugares que donde por defecto, te van a robar; como pueden ser: inmobiliarias, agencias de trabajo temporal, lugares de apuestas, etc

Ten mucho cuidado a quien le prestas dinero. Algunos os pedirán dinero, para generar vicios y después, no os lo devolverán.

Siempre hay recursos gratuitos (libros, plantas, etc), aprovéchalos. Muévete y busca. ¿Por qué pagar por algo, que puedes hacer o conseguir gratis?

¿Por qué pagáis por hacer deporte?, ¿no sabéis ir a caminar, a correr, a nadar al mar, etc, por vosotros mismos?, ¿es que sois niños pequeños, a los que hay que decirles lo que tienen que hacer?. No malgastéis el dinero y usarlo de forma inteligente.

No te cases con nadie, ni con nada. Libera la mente y busca la eficiencia. Cásate solo con Dios, con la verdad y con la justicia; que viene a ser todo lo mismo.

¿Qué sentido tiene invertir tiempo y energía en tender (hacer) la cama, si dentro de unas cuantas horas la vas a deshacer?. Con sacudir las partes que la componen (sábana, manta, etc) y quitar las arrugas, será suficiente. Ahorramos tiempo y energía.

El que apunta recuerda y el que memoriza olvida. Lleva siempre encima un trozo de papel y un bolígrafo.

Usando un recipiente para echar la materia orgánica (piel de plátano, cascara de cacahuets, etc), no es necesario usar bolsas. Después lo echamos en el contenedor de la materia orgánica o en un lugar adecuado para ello y finalmente lavamos el recipiente. Para el cartón y el plástico, será suficiente con vaciar las bolsas y volver a reutilizarlas. Aunque todo este conjunto de acciones, no es una solución real; solo es un parche.

Es ineficiente y una gran muestra de necesidad humana, que existan miles de páginas web para buscar trabajo, para encontrar pareja sentimental, etc. Lo único que se consigue con este exceso de servicios, es complicarle la vida a los demás y a nosotros mismos. El necio complica y el sabio simplifica. Ser sabios y simplificar, para que vuestra vida y la de los demás, sea mas agradable. Ejemplo: imaginaos que se os pierde un objeto pequeño y tenéis que elegir entre estas dos opciones, primero: buscarlo en una casa de diez mil metros cuadrados o segundo: en mil casas de diez metros cuadrados cada una. ¿Cual opción eliges?, evidentemente, la primera; pues entrar, buscar y salir de mil casas, por muy pequeñas que sean, es una tarea ardua en extremo.

La simplicidad es eficiencia.

Antes de hacer cualquier cosa, pregúntate: ¿realmente lo necesito?. Si la respuesta es no, te ahorras el malgastar tiempo de vida.

Un día un hombre se encontró un bolsa llena de garbanzos y sintió deseos de comérselos; pero no sabía como prepararlos. Pensando, se acordó que había oído hablar de dos grandes sabios. Primero fue al pueblo mas cercano y al encontrar al primer sabio, le pregunto: ¿sabio, como puedo cocinar estos garbanzos?; el sabio le contestó: déjalos en remojo ocho oras, después te compras una olla a presión y les das presión durante una hora y media y después de echarle las verduras, otra media hora. Después fue al segundo pueblo, en busca del segundo sabio. Al encontrarlo le preguntó: ¿sabio, como puedo cocinar estos garbanzos?; el sabio le contestó: déjalos en remojo hasta que veas que se hidratan, después espera a que germinen y finalmente, aplícales calor durante unos cinco minutos.

Muchos os intentaran vender la olla a presión. Tener mucho cuidado y estar atentos.

Proyectos

Sistema para purgar la suciedad (sociedad) de forma selectiva. Crearemos estructuras que servirán de base, para

que las herramientas (drone, IA, etc) de eliminación, se recarguen de energía, compartan información, reparación, etc. Las estructuras estarán colocadas de forma estratégica. Símil: sistema inmunológico que combate patógenos (generadores de pornografía, traficantes, explotadores de necesidades (vivienda, sexualidad, etc) humanas, policías corruptos, etc) en un organismo (sociedad). La automatización de este sistema e implantación a gran escala, limpiaría la sociedad de forma muy eficiente y en muy poco tiempo. Sobra decir, que la implantación y ejecución de este sistema, debe ser autorizado por Dios. SI DIOS NO AUTORIZA ALGO, MEJOR NO HACERLO; pues las probabilidades de que salga mal, son muy altas.