

## Звукотерапия

Сила звука целебна для всего живого на земле. При вибрации звуки очень хорошо помогают в профилактике и лечении болезней. Звуковые волны создают вибрации, которые и оказывают лечебное воздействие на больные органы. Их можно петь с детьми в конце занятия на любой мотив. Волшебная сила этих лечебных звуков, так же, как и лечебной музыки, действие которой начинается лишь на десятой минуте прослушивания, зависит от числа их произношения.

Один звук нужно произнести (спеть) **не меньше двенадцати раз**. Произнося звук, необходимо стараться представлять себе больной орган, на область которого хорошо в этот момент накладывать обе руки – левая прижата к телу, а правая – сверху на левой; после этого произносить звуки.

Болезни различных органов требуют разного звучания. Если лечим сердце – низкое звучание, при болезнях желудка, почек, селезёнки – высокое.

Звук **самолёта** – закройте глаза, руки в стороны, «гудим носом», не открывая рот – то сильнее, то тише – улетел – при насморке.

Звук летящего **комара** – ладони на горле – «З» – звеним – при болезнях горла.

Звук летящего **жука** – «Ж» – ладони к груди – мощное звучание – при кашле.

Звук «У» – способствует вентиляции лёгких.

Звук «Ю» – ладони на почках на спине, благотворно действует на почки и мочевой пузырь (урологические заболевания), снижает болевые спазмы.

Звуки «А» и «О» – способствуют становлению царской осанки, приводят в действие всю гамму организма, дают команду всем клеточкам настроиться на работу.

Звук «Н» – активизирует процессы кровообращения и творческие способности, а также снимает зубную и головную боль – ладони на макушку.

Звук «В» – исправляет неполадки в нервной системе и спинном мозге.

Звук «Е» – прекрасный чистильщик нашего организма от различных негативов. При произнесении, чтобы усилить его воздействие на организм, можно выполнить следующее упражнение – сложить большой и указательный пальцы на обеих руках в колечко и с усилием прижать их друг к другу. А если так делать всеми пальцами поочередно, да ещё сильно надавливать у основания каждого пальца, то повышается иммунитет, т. е. способность организма бороться с недугами.

Звук «М-ПОМ» – благотворно действует на сердце, снижает давление, оказывает положительный эффект при склерозе сосудов головного мозга.

Звук «М» – ладони на желудок, лучше усваивается пища.

Звук «ИМ» – оказывает защитный, очищающий и гармонирующий эффект.

Звуки «ГУ-О» – для лечения печени, желчного пузыря, глаукомы.

Звук «ШЭН» – ладони на груди крест- на крест – произносить не меньше двадцати раз, способствует защите организма от бронхо - лёгочных заболеваний.

Вибрация, исходящая от звуков, уменьшает новообразование опасных клеток, прекращает их рост.

Звук «ДОН» – ладони на области солнечного сплетения – болезни селезёнки и желудка.

Звук «ЧЕН» – ладони на области сердца - болезни сердца и тонкой кишки.

Звук «ОМ» – повышает жизненный тонус, эффективен при опухолях мозга и повышенном кровяном давлении.

Звук «АМ» – помогает при воспалении придатков, геморрое, простатите.

Звуки «ХЭ» и «СИ» – для онкологических больных. Это очищающие звуки.

Звук «Э» – используют для снятия сглаза и порчи.

Зная целебные звуки, можно **самому** подбирать сочетания. Если болит голова, или стресс, можно использовать звук «АУМ» или «ПЭМ». Все лучшие сочетания звуков положительно влияют на людей.

Если человек всё время ворчит, то он болеет. Самое лучшее средство от всех болезней – это хорошее настроение и смех. Как говорил Григорий Горин: - «**Улыбайтесь, господа!**»