ОГАУСО «Специальный дом – интернат для престарелых и инвалидов в с. Акшуат»

«ЛЕЧЕНИЕ СЛОВОМ»



МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА

**Ермильева Людмила Владимировна**

прочищаются верхние дыхательные пути, насыщаются кислородом ткани и органы.
У Вас плохое настроение, усталость , депрессия? Утром, как только встали с постели, начните громко проговаривать и петь слоги «Та-ра-ра», «Па-ра-ра». Через несколько минут самочувствие

 улучшится!

Целительное действие оказывают также звуки природы. Утреннее пение птиц взбадривает, стимулирует нервную систему. Шум листвы, звуки моросящего дождика расслабляют и успокаивают. И по - настоящему целебными являются звуки весны! Капель нормализует сердечный ритм, шум весеннего ветра в кронах деревьев помогает справиться с сердечными спазмами и одышкой. Слушая этот весенний шум, человек ощущает подъем душевных и физических сил! Все знают о мощном воздействии музыки на человека, на его сознание и подсознание. Из всего многообразия выберите для себя необходимое и используйте обязательно для восстановления сил, настроения, для бодрости или наоборот, для отдыха; для занятий по дэнс - воздействию. В Вашем стремлении к равновесию музыка будет прекрасным дополнением!
 систему.

-Сердечную боль снимает слог «АЙ». Общее благотворное действие на сердце оказывают слоги: «ОЙ» и «ОУ».
-Сочетание «ОУ» исцеляет печень, желудок и нижние доли легких.
-слог «СУ» лечит бронхи и легкие.
-Сочетание «ШЕ» и «ЩЕ» положительно влияет на головной мозг, успокаивают нервную систему.

- слог «ЧЕН» эффективен при болезнях сердца, тонкой кишки и языка

-слог «ШЕН» полезно произносить при заболеваниях кожи, легких, толстой кишки, носа. При этом левую руку положите на грудь под шеей и накройте ее правой рукой.
-При атеросклерозе сосудов головного мозга почаще произносите сочетание «М-ПОМ».
-Сочетание «ГУО» врачует глаза, печень, желчный пузырь и сухожилия.
-Слог «СИ» оказывает лечебное действие на щитовидную железу.
-При диабете и заболеваниях пищеварительного тракта очень полезно как можно чаще смеяться и проговаривать «Ха – ха – ха» и «Хо – хо – хо», делая по 4 вдоха и выдоха за один раз. При этом прочищаются верхние дыхательные пути, насыщаются кислородом ткани и органы.

-Слог «СИ» оказывает лечебное действие на щитовидную железу.
-При диабете и заболеваниях пищеварительного тракта очень полезно как можно чаще смеяться и проговаривать «Ха – ха – ха» и «Хо – хо – хо», делая по 4 вдоха и выдоха за один раз. При этом

 В современном и стремительно меняющемся мире человек испытывает чрезвычайно высокие психологические и информационные нагрузки, связанные с неблагоприятным воздействием окружающей среды, лавинообразно увеличивающимся объемом информации, а у человека попавшего из домашней и привычной обстановки в дом – интернат в разы увеличивается стресс, поэтому сама жизнь подсказала необходимость осуществления новой  функции - словотерапия. Вместе с тем известно, что определенные слова способствуют преодолению дискомфортных состояний, стрессов. Именно прочтение книг, газет, журналов, различной духовной литературы или произношение простых, но в тоже время ласковых и приятных слов должны предоставить каждому «лекарство для души». **Лечение словом (словотерапия)** - это деятельность, которая предполагает активный процесс воздействия словом с целью профилактики и восстановления гармонии духа и тела человека.

 С давних времен люди знали, что слово обладает особенной силой. Это воинский клич, молитва, песни радости и печали. Не зря гласит мудрость народная: «Слово, словно бальзам на рану». Доказано уже давно, что определённые слова, произнесенные с определенной интонацией, несут в себе целебный и энергетический заряд. При изучении данной темы я обратила внимание на лечебный алфавит.

**Советы при использовании лечебного алфавита:**
-Один-два раза в день или больше (по необходимости) звуковое упражнение: глубоко вдохнуть, а затем произнести тот звук, который наиболее подходит, мысленно направляя его на больной орган. Тяните как можно дольше – до тех пор, пока хватит воздуха, но без напряжения.
-При заболеваниях сердца или легких произносите целительные звуки на низких тонах, при болезнях печени, селезенки, желудка, почек, кишечника – на средних или высоких тонах.

- Целебное действие усиливается, если, произнеся звук, прижать левую руку к области пупка и накрыть ее правой рукой.
\*Звук «А» снимает боли различного происхождения, лечит сердце и верхние доли легких, помогает при параличе и респираторных заболеваниях, оказывает мощное действие на весь организм, способствуя насыщение тканей кислородом.
\*Звук «В» оказывает положительное действие на нервную систему, спинной и головной мозг.
\*Звук «Е» (йэ) помогает организму освободиться от отрицательной энергии, благотворно влияет на мозг и эндокринные железы.
\*Звук «З» применяют при лечении заболеваний гортани, щитовидной и паращитовидной желёз.
\*Звук «И» помогает при болезнях сердца, глаз и ушей, а также при насморке и почечной недостаточности.
\*Звук «М» уникален: он воздействует на весь организм в целом, исцеляет сердечные заболевания и
положительно влияет на сосуды головного мозга.
\*Звук «Н» исцеляет болезни правого полушария головного мозга, активизирует интуицию и творческие способности.
\*Звук «О» называют «спасителем легких»: он вызывает в груди целительную вибрацию, которая лечит кашель, бронхит, трахеит, воспаление легких, снимает спазмы и боли, облегчает течение туберкулеза легких.
\*Звук «С» полезен для сердца, сосудов, желез внутренней секреции.
\*Звук «У» лечит горло и голосовые связки, а также все органы, расположенные в области живота.
\*Звук «Х» гармонизирует весь организм и восстанавливает нервную систему, помогает при стрессах и депрессии, заболеваниях сердца.
\*Звук «Ч» лечит бессонницу и неврозы, заболевания почек.
\*Звук «Ш» полезен при атеросклерозе, ожирении, ухудшении зрения, заболеваний печени и желчного пузыря.
\*Звук «Э» исцеляет сердечно-сосудистую систему, укрепляет связки , активизирует работу головного мозга.
\*Звук «Ю» полезен при заболеваниях костей, почек, мочевого пузыря.
\*Звук «Я» гармонизирует работу всего организма, избавляет от боли, врачует нервную