



Regina Murphy lleva más de 10 años enseñando terapia sonora y produciendo materiales fáciles de usar. En la actualidad, sus trabajos se estudian y aplican en cuatro hospitales, con sorprendentes resultados en bebés prematuros y en el tratamiento de la ansiedad y de afecciones respiratorias. Nuestro último programa dirigido a la neumocistitis ha demostrado ser de gran utilidad; se centra en infecciones fúngicas y en problemas de sensibilidad pulmonar en recién nacidos y personas inmunodeprimidas.

Regina

www.soundsforselftreatment.com

www.thesecretsofsoundtherapy.com

www.babyheartsongs.com

¿Se distrae con facilidad? Aquí tiene la ayuda que necesita.

Nuestro organismo, y en especial el cerebro, se ven afectados por los campos electromagnéticos y las ondas de radio, luz y sonido. ¿Alguna vez se ha quedado hipnotizado frente al cautivador centelleo del fuego?

Las ondas cerebrales nos mantienen despiertos de noche, nos provocan sueño al escuchar un sermón o nos preparan para crear una obra maestra. El aprendizaje, la meditación y la depresión implican, todos ellos, una alteración de las ondas cerebrales. Cada día hay más personas que se dan cuenta de la facilidad con la que se distraen, y el deseo de cambiar la situación va en aumento.

Puede que siga la dieta perfecta a base de aceites omega y tome Ginkgo biloba y aun así continúe sintiéndose incapaz de completar tareas aburridas o complicadas. Le presento una solución sencilla que ya utilizan millones de personas. Se llama <<Brain Entrainment>> o sincronización cerebral. Al principio se creía que sólo actuaba a través de los auriculares, pero las investigaciones han demostrado que no son necesarios. Aceleran los efectos, pero funciona igualmente bien a través del aire o de la piel.

En You Tube abundan vídeos sobre esta técnica, y también existen numerosas aplicaciones disponibles para teléfono móvil. Son tantos los estudios realizados al respecto que se pueden encontrar por internet, que es imposible recomendar uno en concreto. Lo importante es que

tiene a su disposición los recursos necesarios para concentrarse mejor en cualquier momento, cuando esté delante del ordenador o incluso cuando se encuentre a una distancia audible de materiales que suenen de fondo.

Aunque parezca sorprendente, los materiales se pueden escuchar a través del televisor con un reproductor de DVD o Apple TV.

Cuando se adquiere conciencia del poder de las frecuencias del sonido y de cómo influyen en la biología y la materia, en todas sus manifestaciones, la terapia sonora se convierte en una disciplina fascinante.

El famoso puente de Tacoma Narrows se desplomó por las vibraciones causadas por la resonancia del viento en menos de ocho minutos ([el vídeo de You Tube](#))

Los científicos han descubierto que permiten cultivar frutas y verduras más rápidamente y sin recurrir a pesticidas, y la mejor bodega española utiliza frecuencias sonoras para conseguir que sus caldos se conviertan en vinos dignos de medallas de oro ([Artículo relacionado](#)).

La vibroacústica es un área de estudio emergente que propaga el sonido por el organismo y lleva utilizándose desde hace unos 35 años en el Instituto Nacional de Sanidad con excelentes resultados en el tratamiento del dolor y la ansiedad. Las distintas frecuencias pueden afectar a las diferentes células del organismo, tanto de forma positiva como negativa. Uno de los motivos por los que la vibroacústica no es muy conocida es porque el sonido no se puede patentar ni tener derechos de autor o de propiedad.

La combinación de frecuencias sonoras y vibraciones acústicas graves, la proyección de imágenes positivas en los vídeos, los CD de aprendizaje o los vídeos de meditación están expandiendo esta tecnología de autocuración y fortalecimiento que ya se estudia y utiliza en unidades de cuidados intensivos neonatales y hospitales de los Estados Unidos. En internet existen páginas web y materiales gratuitos con lo más avanzado de la terapia sonora que nos ayudan a comprender los increíbles efectos de esta tecnología. Del mismo modo que mucha gente sigue una <<dieta alimentaria>> también deberíamos conocer esta <<dieta sonora>> que puede ayudarnos con el dolor, la ansiedad, las infecciones y cualquier estado del organismo, desde el embarazo a situaciones terminales. Los materiales pueden descargarse en formato de archivos de audio y vídeo y también están disponibles directamente en CD y DVD.

Su televisor o internet podría emitir <<tratamientos>> para la ansiedad, dificultades del aprendizaje, el dolor, las infecciones, la salud cardiovascular o el estrés postraumático desde su propia casa. ¡Las posibilidades son infinitas!

Regina Murphy

www.ecometta.org www.meteomusica.com www.eltiempodelosaficionados.com