Влияние слов на наше здоровье

Являясь носителем языка (неважно, какого), каждый из нас имеет совершенно уникальный запас (набор) слов. Этот набор является мощным инструментом самопрограммирования. В буквальном смысле: как мыслим – так и говорим, как говорим – так и живем. Что заявляем, то и имеем.

Слова – разрушители

Нет никакой разницы в том, к кому (или к чему) применяются эти и подобные слова и выражения. Сам факт их присутствия в активной речи закладывает (а потом поддерживает) программу негатива и болезни.

Работайте над собой, занимайтесь самосовершенствованием, меняйте себя, свои мысли и слова и будьте здоровы.

- Надоело до тошноты, сыт по горло, с души воротит – нервные срывы, бессонница.
- Взвалить груз забот, нести свой крест, проблемы, которые сидят на шее – хроническая усталость, остеохондроз.
- Что – то гложет, отравлять жизнь, сама себе не принадлежу, надоело до смерти, страшен, как смертный грех – онкология.
- Заниматься самоедством, язвительно что – то не переваривать, увлекаться критикой, фиксировать себя на плохом и верить в это – язвы (в том числе и во внутренних органах).
- Что – то сидит в почках, моча в голову ударила, нет сил, смертельно устала – урологические заболевания.
- Найти отдушину, дать волю своему гневу, перекрыть кислород, чихать на кого – то, - заболевания легких, астма.
- Высасывать кровь, выжимать соки, это вошло в мою плоть и кровь – болезни крови.
- Принимать близко к сердцу, сердце разрывается, удар в самое сердце – инфаркт миокарда.
- Он и не чешется, не хотел бы оказаться в его шкуре, легкоранимая, тонкокожая, толстокожая – болезни кожи и аллергия.
- Ломать голову, рисковать головой, ещё и головой побейся, сплошная головная боль – мигрени, метеозависимость, ранний склероз.
- Хромать на обе ноги, неустойчивый, шатко – валко, непроходимый – подагра, судороги ног.
- Выпускать пар, лопнуло терпение, поддавать жару, подстегивать, скрепя сердце – гипертония.
- Глаза бы не видели, страшно смотреть, смотря зачем, свет не мил, непроглядный, ненавижу – проблемы со зрением.
- Не хочу даже слышать это, не говори, замолчи, заткнись, шумно, все грохочет – глухота (в том числе и душевная).
- Колотит, трясет, бесит, претит, не морочьте (мрак) мне голову, лопнуло мое терпение – депрессия.
- Ничего себе! – ничего вам и не будет. Лучше скажите: «Вот это да!»

Пожалуйста, следите за вашими мыслями и речью, уважаемые взрослые. Дети смотрят на нас и, не осознавая, копируют нас. Хотите видеть своих детей вежливыми, веселыми, здоровыми, общительными с развитым чувством юмора и такта? Прекрасно! Научить можно только личным примером. Удачи и успехов всем!

С уважением, педагог-психолог Золотухина Т.М.