

## Informacja o działaniu Gongów na ciało i umysł człowieka

Technika pracy z dźwiękiem za pomocą gongów stosowana jest już od 5 tysięcy lat w Indiach i Tybecie. Wykorzystanie dźwięku do uzdrawiania ma długą tradycję. Ciało człowieka, jego narządy i komórki mają częstotliwość rezonansową i dlatego możliwe jest zharmonizowanie umysłu i ciała za pomocą dźwięku, przywracając stan równowagi i wyciszenia.

Dźwięki wydobywane przez gongi oczyszczają umysł z negatywnych myśli, a ciało z napięć. Uczestnicząc w relaksie w formie koncertu na gongach, przede wszystkim odbywamy podróż w głąb samego siebie, poddając ciało i umysł całkowitemu wyciszeniu.

Relaks dźwiękiem ma wiele zastosowań. U osoby zdrowej wzmacnia siły i energię potrzebną do normalnego egzystowania w codziennym życiu. W przypadku osób cierpiących na różne schorzenia, relaks dźwiękiem pomaga w walce ze stresem i lękami.

Relaks dźwiękiem przede wszystkim:

- likwiduje napięcia powstałe w karku i plecach,
- usuwa bóle głowy,
- uspokaja i pogłębia oddech,
- reguluje przemianę materii,
- oczyszcza z toksyn,
- uwalnia od skurczów podbrzusza,
- wywiera pozytywny wpływ na poczucie własnej wartości,
- pomaga osiągnąć stan wyciszenia, relaksu.

Dźwięk gongów wywiera korzystny wpływ na nasz nastrój i na nasze emocje. Większość naszych zmartwień, problemów, chorób to wynik stresu i pośpiechu, który odbiera nam radość i spokój i często prowadzi do sięgania po używki.

Relaks w dźwiękach gongów daje nam możliwość zadbania o siebie. Poddając się dźwiękowi zaczynamy inaczej myśleć i postrzegać otaczające nas sprawy.

Gongi potrafią przekazać energię do ciała, która może zostać w ciele jeszcze przez kilka dni po seansie, a skutki jej oddziaływania można zaobserwować na poziomie: fizycznym, emocjonalnym, mentalnym i duchowym.

Masaż dźwiękiem gongów jest bardzo skuteczną metodą relaksacyjną i już po kilku sesjach masażu dźwiękiem można przywrócić naturalną harmonię organizmu, fizyczne rozluźnienie oraz pozytywne nastawienie wobec siebie.

**PRZECIWWSKAZANIA:**

- wszczepiony rozrusznik serca,
- sztuczne zastawki serca,
- osoby po przeszczepach narządów.