

## Curación a través de tu voz



¿Podemos conseguir una curación de nuestros males a través de nuestra voz? Es totalmente posible, ya que la voz humana es portadora de conciencia. La voz humana es uno de los mejores instrumentos musicales, y puede ayudarnos a combatir el sufrimiento.

La voz es la expresión más directa de la esencia de la persona. El sonido de la voz revela nuestro ser, nuestro estado emocional y nuestra personalidad o individualidad. La voz expresa nuestra originalidad, al igual que las huellas dactilares.

Trabajar la voz puede modificar y mejorar a la persona. La voz, que siempre ha tenido un rol importante en los rituales de curación de todas las culturas, representa el verdadero ser, uniendo junto con la respiración, nuestra interioridad con todo lo que hay fuera.

La voz es el primero, el más natural de los instrumentos y el más asequible y poderoso. Especialmente cierto cuando la voz se utiliza para sanar.

Los instrumentos electrónicos pueden producir sonidos más fuertes, con mayor amplitud y decibelios que la voz humana, también pueden producir tonos que estén muy por encima o muy por debajo de la capacidad del ser humano. Sin embargo, el volumen o la potencia de sonido no significan que sea más efectivo. Mayor no es necesariamente mejor. Volumen más alto no significa necesariamente más curación.

Además no debemos olvidar que el sonido producido por un instrumento electrónico, prácticamente carece de armónicos. Y el verdadero poder sanador de la voz está en los armónicos.

La voz humana es una onda portadora de conciencia, esto significa que dependiendo de donde esté situada la conciencia de un individuo cuando crea este sonido, llevará información a la persona que lo reciba.

Quien canta con amor, transmite amor, quien esté enojado al producir un sonido, aunque sea un sonido agradable, enviará enojo, y eso será percibido aunque sea de forma sutil.

Por lo tanto la intención con la que se emite un sonido es muy importante. El primer sentido de la intención se refiere a la conciencia de nuestra mente. Es importante el estado general de la persona que hace el sonido e implica los aspectos físicos, mentales, emocionales y espirituales de esa persona. El concepto de intención se relaciona con el principio hermético de que todo es mente, ya que la intención proviene de la mente del creador del sonido. Con nuestra voz tenemos la posibilidad de expresar el poder sagrado, místico y curativo del sonido, redescubriendo nuestra voz como una herramienta de salud y bienestar.

## Como cura el sonido de nuestra voz

La voz humana es nuestro instrumento más poderoso para transmutar el dolor y el sufrimiento en un bienestar radiante.

Los sonidos y vibraciones tienen la propiedad de modificar las ondas cerebrales. Y dependiendo de las ondas cerebrales, estamos más receptivos a la auto-curación.

Las diferentes longitudes de ondas cerebrales han sido relacionadas con diferentes estados de conciencia. Hay 4 categorías básicas de ondas cerebrales, expresadas en ciclos por segundo (Hercios o Hz), ésta es la forma como se mide el sonido.

- **Ondas beta:** de 14 a 20 Hz, son las que se encuentran en nuestro estado normal de conciencia, despiertos.
- **Ondas alfa:** de 8 a 13 Hz, son las de los estados de ensoñación y meditación.
- **Ondas zeta:** de 4 a 7 Hz, son las presentes en estados de meditación profunda y sueño, y también en la actividad chamanística.
- **Ondas delta:** de 0,5 a 3 Hz, son las del sueño profundo y en estados de meditación muy profundos.

El sonido puede utilizarse para cambiar nuestras ondas cerebrales.

El cambio de esta frecuencia produce cambios en la conciencia, induciendo estados de sanación espontánea y estados místicos, haciéndonos más receptivos a la auto-sanación.

Aparte de cambiar nuestras ondas cerebrales el sonido puede modificar el ritmo de nuestra respiración, haciéndola más profunda, reducir el número de latidos de nuestro corazón, equilibrar el flujo del líquido cefalorraquídeo, recargar nuestro sistema energético, hacer que los sistemas biológicos funcionen con más homeostasis, calma la mente, el cuerpo y las emociones, lo que influye positivamente en el sistema inmunitario, el gran sanador que todos llevamos dentro.

Además tenemos el principio de resonancia que designa la capacidad que tiene la vibración de llegar más allá, a través de las ondas vibratorias que produce nuestra voz y provocar una vibración más saludable en nuestro cuerpo, mente.

**Autor: María Prieto**

Músico, naturópata y terapeuta de la voz y el sonido

Articulista de [Enbuenasmanos](#)



[Contactar con el autor](#)