

Игорь Тютюкин

ДЫХАТЕЛЬНЫЙ СТИХ

(даёт успокаивающий и расслабляющий эффект)

Следует читать 1-ю часть каждой строчки на быстром вдохе (носом) беззвучно (не вслух). А 2-ю часть стиха читать на медленном выдохе (ртом), произнося по слогам слово вслух.

НА ВДОХЕ:

НА ВЫДОХЕ:

Я ... у-спо-ка-и-ва-юсь.

И ... рас-слаб-ля-юсь.

На счастье ... на-стра-и-ва-юсь.

И ... об-нов-ля-юсь.

Себя ... ис-це-ля-ю я.

И ... о-чи-ща-ю.

И царство ... здо-ро-вья

Внутри ... о-щу-ща-ю.

Я к свету ... бла-жен-ства

Душой ... у-стрем-ля-юсь.

И ... у-спо-ка-и-ва-юсь.

И ... рас-слаб-ля-юсь.

(Из книги Игоря Тютюкина «ЦЕЛЕБНЫЕ СТИХИ»)

СЧАСТЛИВЫЕ КНИГИ ИГОРЯ ТЮТЮКИНА

на сайте: <http://tutukin1.narod.ru>

1. **«ЦЕЛЕБНЫЕ СТИХИ»** (333 рубля)
2. **«СВЕТЛЫЕ СТИХИ»** (222 рубля)
3. **«ВОЛШЕБНЫЕ СТИХИ»** (222 рубля)
4. **«РЕЛАКСТИХИ»** (222 рубля)
5. **«ТЕЛЕСНЫЕ СТИХИ»** (222 рубля)
6. **Аудиокнига «ТЕЛЕСНЫЕ СТИХИ»** (222 рубля)
7. **«СЧАСТЛИВЫЕ СТИХИ»** (222 рубля)
8. **«ЦЕЛЕБНЫЕ ТЕКСТЫ — САМОНАСТРОИ»** (333 рубля)
9. **«ЗАГАДКИ В СТИХАХ ДЛЯ ДЕТЕЙ»** (111 рублей)
10. **«СКАЗКИ ДЛЯ младенцев ВСЕХ возрастов»** (111 рублей)

- 11. «ДВЕРЬ В ЗДОРОВЬЕ» (222 рубля)**
- 12. «ДВУСТИШКИ И ОПТИМИСТИШКИ» (111 рублей)**
- 13. «УДАЧА И ДЕНЬГИ» (333 рубля)**
- 14. «ТЫ ВСЕГДА ТВОРЕЦ СВОЕЙ РЕАЛЬНОСТИ» (555 рублей)**
- 15. «КАК ФУНКЦИОНИРУЕТ РЕАЛЬНОСТЬ» (333 рубля)**
- 16. «ОСОЗНАНИЕ ЗЕРКАЛЬНОСТИ БЫТИЯ» (333 рубля)**
- 17. «СТУДЕНЧЕСКИЕ БАЙКИ» (111 рублей)**
- 18. «ТУРИСТИЧЕСКИЕ КАЗУСЫ» (111 рублей)**
- 19. «СОЗВЕЗДИЕ ЛУЧШИХ СТИХОВ» (222 рубля)**
- 20. «ЭТО ПЕРЛЫ» (222 рубля)**
- 21. «ВЕСЁЛЫЙ СБОРНИК ТЕАТРАЛЬНЫХ И КИНОШНЫХ БАЕК» (111 рублей)**
- 22. «САМОЕ БОЛЬШОЕ БЛАГО» (бесплатно)**
- 23. «ТУЛЬСКИЕ СТИХИ» (бесплатно)**

24. «ЯСНОПОЛЯНСКИЕ СТИХИ» (бесплатно)

25. «О ЛЬВЕ ТОЛСТОМ И О ЯСНОЙ ПОЛЯНЕ»
(бесплатно)

26. «ПУТЬ К СЕРДЦУ БАЙКАЛА» (бесплатно)

27. «КОСМИЧЕСКИЕ СТИХИ» (бесплатно)

28. «МОЖНО БРОСИТЬ КУРИТЬ» (бесплатно)

Также на сайте продаётся (за смешные для
такого сокровища деньги — 333 рубля)

«ЗОЛОТАЯ КНИГА ЮМОРА»

сборник остроумных миниатюр

Редактор–составитель — Игорь Тютюкин

*Это — самая смешная книга России,
Европы и мира, содержащая более 10000
коротких шуток, мини-анекдотов,
забавных фраз и ещё кое-что интересное.*

—

Чтобы приобрести любую из этих
электронных книг (или сразу несколько),
надо сделать перевод на карточку Альфа-
Банка Игоря Юрьевича Тютюкина

2200 1529 9940 7565

О переводе сообщите (указав название книги) на мой электронный адрес tutukin1@yandex.ru

В ответном письме, после поступления денег, я вышлю файл с текстом книги в формате pdf.

КОординаты Игоря Тютюкина:

E-MAIL: tutukin1@yandex.ru

ИНТЕРНЕТ-САЙТ: <http://tutukin1.narod.ru>