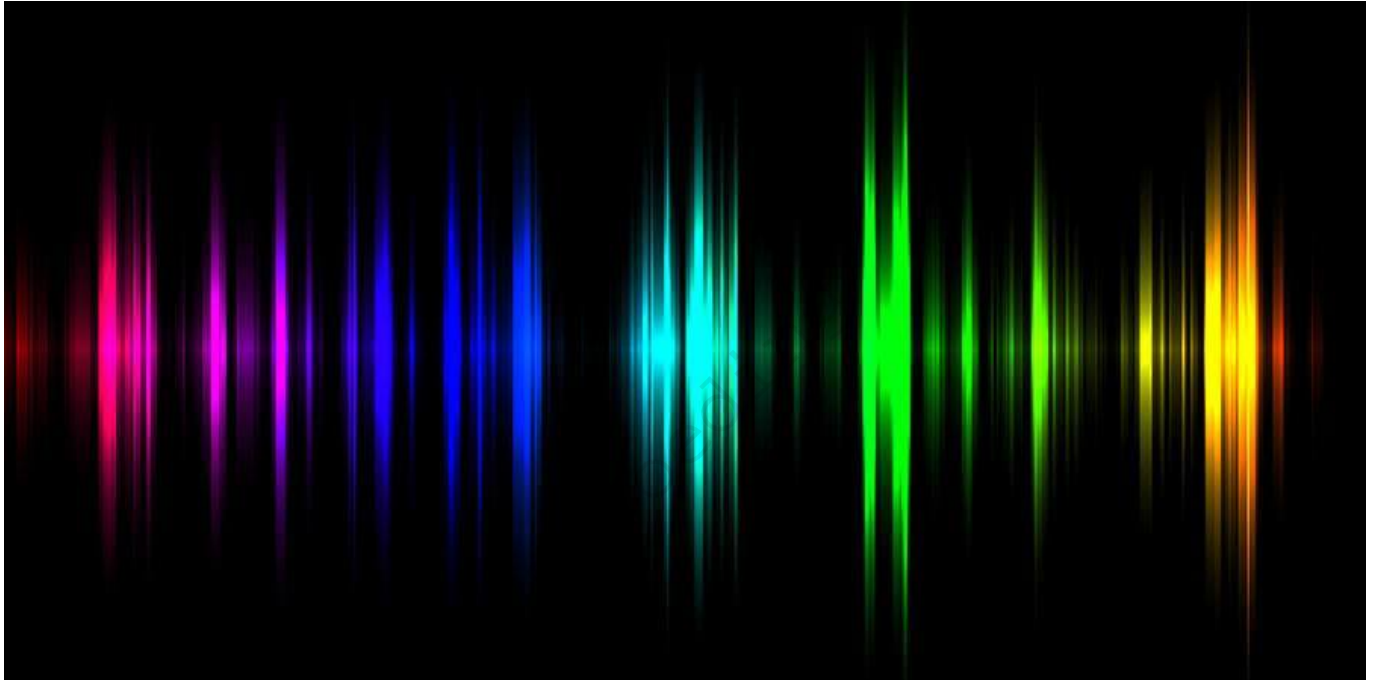


## Muziek is helend en goed voor je gezondheid



Alles wat bestaat is energie en heeft een frequentie, een bepaalde toon. Muziek bestaat ook uit frequenties en deze geluiden kunnen je lichaam, je geest en je hele zijn beïnvloeden.

Iedereen weet dat keiharde rockmuziek een ander gevoel opwekt dan een rustig klassiek concert. Muziek kan je onrustig of juist onrustig maken. Maar muziek kan nog veel verder gaan dan dat. **Muziek is helend en goed voor je gezondheid.**

Onderzoekers hebben aangetoond dat muziek de polsslag, bloeddruk, ademhaling, bloedsomloop, spijsvertering en hartslag beïnvloedt..

Bij het luisteren naar muziek komen er [hormonen](#) vrij. Er zijn verschillende soorten hormonen en elke frequentie zorgt voor een ander hormoon. Combinaties van verschillende frequentie laten dan ook combinaties van verschillende hormonen vrijkomen. Deze hormonen bepalen hoe we ons voelen. Lage tonen zorgen ervoor dat we ons loom, rustig en ontspannen voelen, terwijl hoge tonen ons actiever maken en oplettender.

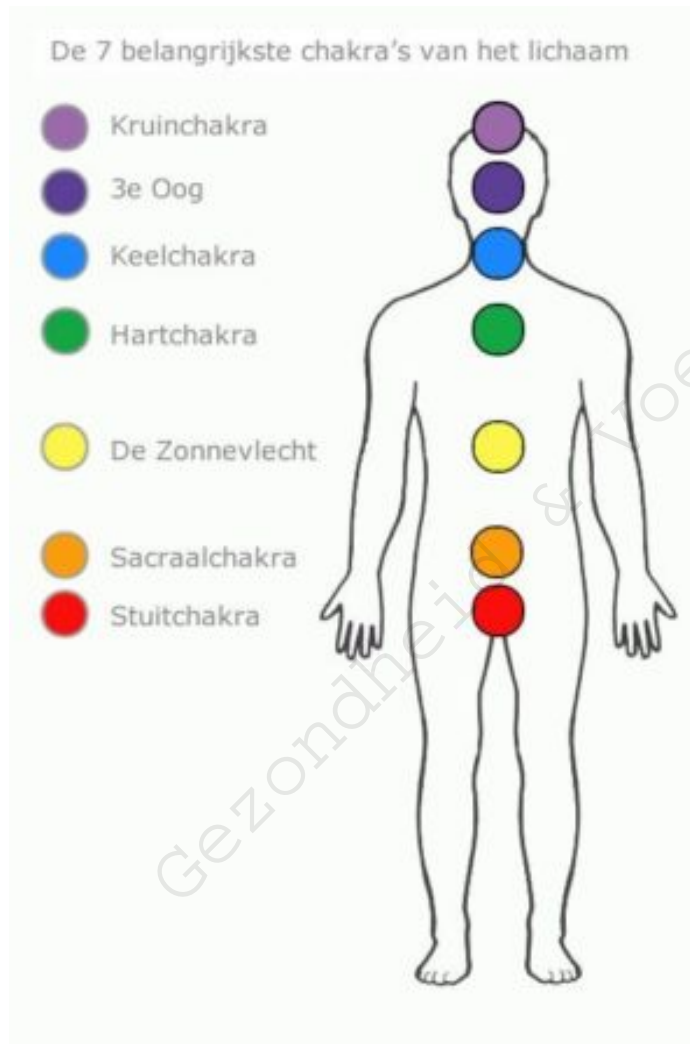
## Muziek is helend en goed voor je gezondheid

Muziek kan heilzaam voor het hart zijn. Hoe meer je er naar luistert, hoe groter de beïnvloeding is. De muziek moet prettig zijn om naar te luisteren en je moet er een goed gevoel bij hebben.

De natuurkundigen Gordon Shaw en Frances Rauscher stelden vast dat het luisteren naar Mozarts pianosonate voor vier handen in D-dur (KV 448) een verbetering te zien gaf bij college-studenten in het ruimtelijk denken.

Luister hieronder naar de muziek en kijk wat het met jou doet, de sonate van Mozart KV448:

## Heel jezelf en je chakra's met muziek



—

- —
- —
- —
- —

- —  
—
- —  
—
- —  
—
- —  
—

Om dit experiment verder uit te breiden, ga ik nu over op het beluisteren van speciale frequenties voor je chakra's.

De chakra's zijn eigenlijk energiebronnen, deze nemen energie op en geven energie af aan de energiebanen die door ons lichaam lopen. Ieder chakra vertegenwoordigt een bepaald stukje van je zijn, wie en wat je bent.

Je kunt deze chakra's beïnvloeden door naar de juiste tonen te luisteren. Chakra's spelen een belangrijke rol bij het welzijn van lichaam en geest. Elk chakra heeft invloed op bepaalde lichaamsfuncties en emoties.

Ik luister zelf de naar onderstaande muziek tijdens mijn werk. Ga het gewoon aan probeer het uit, ervaar het kijk of er een verschil is tussen voor en na het beluisteren van de muziek, ik voel me er meestal prettig bij en soms gaat het verder dan dat, alleen maar door te luisteren.

## **Chakra 1 UT, stuitchakra – 396 Hz | Bevrijdend van schuld en angst, je thuis voelen en aanwezig zijn in situaties**

Deze toon genereert een sterk magnetisch veld. De Ut tonen kunnen worden gebruikt als middel voor het realiseren van je doelen. En heeft gunstige effecten op het hebben van schuldgevoelens. De 396 Hz frequentie reinigt je van het gevoel van schuld, dat vaak een van de fundamentele obstakels voor realisatie is, het maakt het bereiken van doelen in de meest directe manier mogelijk.

Ut maakt je vrij van het gevoel van schuld en angst door het terugdringen van de afweermechanismen. Deze solfège frequentie kan ook worden gebruikt als middel om te aarden, ontwaken, ontzuiveren en terug te keren naar de realiteit.

---

## **Chakra 2 RE, sacraalchakra – 417 Hz | Ongedaan maken van Situaties en het mogelijk maken van verandering. Emotie en seksualiteit.**

De volgende toon is verbonden met resonantie processen of processen van versterking. Re vervreemding van God tegengaan en je in staat stellen terug te keren naar het “juiste pad”. Het reinigt traumatische ervaringen en wist destructieve invloeden van gebeurtenissen uit het verleden.

De toon Re moedigt de cel en zijn DNA aan om te functioneren op een optimale manier. De 417 Hz frequentie geeft energie aan je lichaamscellen en helpt om hun creatieve potentieel te gebruiken.

## **Chakra 3 MI, de zonnevlecht – 528 Hz | Transformatie en Wonderen (DNA Reparatie). Wilskracht en macht.**

De Mi toon wordt toegepast om het menselijke DNA in zijn oorspronkelijke, perfecte staat terug te brengen. Het proces van DNA herstel heeft invloed op het volgende – toegenomen hoeveelheid levensenergie, helderheid van geest, bewustzijn, wakker of geactiveerde creativiteit, extatische staten als diepe innerlijke rust, dans en feest.

De Mi toon maakt persoon ontvankelijk voor diepe spirituele ervaringen en spirituele verlichting.

## **Chakra 4 FA, hartchakra – 639 Hz | Aansluiting / Relaties, liefde, vriendelijkheid en affectie.**

Deze frequentie maakt het creëren van een harmonieuze gemeenschap en harmonieuze intermenselijke relaties mogelijk. De Fa toon kan worden gebruikt voor het omgaan met relatieproblemen – die voorkomen in je familie, tussen partners, vrienden of bij sociale problemen. De Fa toon kan worden gebruikt om de cellen te stimuleren om met zijn omgeving te communiceren. Deze frequentie verbetert de communicatie, begrip, tolerantie en liefde.

De 639 Hz frequentie kan ook worden gebruikt voor communicatie met parallelle werelden of geestelijke sferen.

## **Chakra 5, keelchakra: SOL – 741 Hz | Het ontwaken van je intuïtie, jezelf uiten**

De toon Sol reinigt de cel van afvalstoffen. Frequent gebruik van 741 Hz zal leiden tot een gezonder, eenvoudiger leven, maar kan ook meehelpen aan veranderingen in je dieet door automatisch meer voedingsmiddelen te gaan eten die niet vergiftigd zijn met verschillende soorten afvalstoffen. Sol reinigt de cel van verschillende soorten [elektromagnetische straling](#).

---

Deze frequentie kan ook gebruikt worden voor het reinigen van infecties – virussen, bacteriën en schimmels. Deze toon leidt je naar een pure, stabiele en spirituele kwaliteit.

## **Chakra 6 LA, het derde oog: – 852 Hz | Terugkeren naar spirituele orde, inzicht en visualisatie**

De toon La is direct verbonden met het Licht en het Licht is een hogere vorm van bio-energie. Deze frequentie kan worden gebruikt voor het openen van de communicatie met het allesomvattende, God, Atma hoe je het ook noemen wilt. La maakt je gevoeliger en opent de persoon voor spirituele ervaringen.

Deze frequentie kan de cel omvormen tot een hoger niveau.

## **Chakra 7, je kruinchakra: 963 Hz | Wijsheid en één zijn met de wereld**

Deze toon brengt alle systeem terug in zijn oorspronkelijke, perfecte staat. Het is verbonden met het Licht en allesomvattende Geest, en maakt directe ervaring, de terugkeer naar Eenheid mogelijk.

Deze frequentie zal je, opnieuw, verbinden met de Geest, of de niet-vibrerende energieën van de spirituele wereld. Het zal je Eenheid laten ervaren – onze ware aard.

### **Het reinigen van alle 7 chakra's in een keer:**

Conclusie:

Er is altijd wel tijd of ruimte om naar muziek te luisteren, in de auto, tijdens je werk, als je een boek leest. Ik merk echt een verschil als ik naar bepaalde tonen luister en probeer dit dan ook zo veel mogelijk te doen. Het is eenvoudig en werkt echt, ga het experiment aan en vertel mij jouw ervaringen.

Bronnen: [muziek gezond](#), [helende muziek chakra's](#)

Shares

- -

[Facebook](#)

- -

[Twitter](#)

- -

[Google+](#)

- -

[LinkedIn](#)

- -

[Pinterest](#)

- -

[Tumblr](#)

- -

[Gmail](#)

- -

[Uitprinten](#)

Gezondheid & Voeding