

Solfeggio – Frequente Verbindung zum Universum

Egal, ob Du relativ neu in der Welt der wohltuenden Klänge bist oder bereits ein erfahrener Hörer, der Begriff "Solfeggio-Frequenzen" ist für Dich möglicherweise völlig neu.

Solfeggio-Frequenzen beziehen sich auf bestimmte Töne, die bei verschiedenen Aspekten der körperlichen und geistigen Gesundheit helfen und diese fördern. Es heißt, dass diese Frequenzen bis in die Antike zurückreichen und die Grundtöne sind, die sowohl im westlichen Christentum als auch in den östlichen indischen Religionen verwendet werden, die von den gregorianischen Mönchen und in den alten indischen Sanskrit-Gesängen gesungen werden.

Der Arzt und Forscher Dr. Joseph Puleo entdeckte die Solfeggio-Frequenzen in den 1970er Jahren wieder und brachte ihre Vorteile wieder ins öffentliche Bewusstsein. In seiner Forschung nutzte er die mathematische Zahlenreduktion, um sechs messbare Töne zu identifizieren, die den Körper wieder ins Gleichgewicht bringen und bei der Heilung helfen.

Man glaubte, dass diese Solfeggio-Frequenzen das Bewusstsein und das Unterbewusstsein tiefgreifend beeinflussen, um die Heilung anzuregen und die Vitalität zu fördern. Dank Puleos Arbeit und des wiedererwachten Interesses haben viele Wissenschaftler seitdem weitere Beweise für die positiven Auswirkungen dieser Frequenzen auf den menschlichen Körper gefunden.

Die Wissenschaft hinter den Solfeggio-Frequenzen

Die wissenschaftliche Gemeinschaft begann, einen Zusammenhang zwischen der Art der gespielten Musik und den verschiedenen physischen Auswirkungen auf den menschlichen Körper herzustellen. Im Jahr 1988 machte der Biochemiker Dr. Glen Rein eine Entdeckung, die bestätigte, was die alten spirituellen Traditionen wussten, als er die Auswirkungen verschiedener Musik auf die menschliche DNA testete.

Rein setzte ähnliche DNA-Proben vier Arten von Musik mit unterschiedlichen Frequenzen aus - gregorianische Gesänge, Sanskrit-Gesänge, klassische Musik und Rock. Durch die Messung der UV-Licht-Absorptionsrate, einer wesentlichen Funktion gesunder DNA, konnte Rein die Auswirkungen der einzelnen Musikarten beurteilen. Die Ergebnisse wird Dich dazu veranlassen, die Art von Musik, die Du hörst, wenn Du Dich erholen möchtest, zu überdenken.

Die gregorianischen und Sanskrit-Gesänge hatten die positivsten, sogar heilenden Auswirkungen, da sie die UV-Lichtabsorption um 5 bis 9 Prozent erhöhten. Klassische Musik erhöhte die UV-Absorption nur geringfügig. Und Rockmusik verringerte die UV-Lichtabsorption, was die DNA schädigte. Reins Forschung stützt die Theorie, dass Tonfrequenzen ernsthafte Auswirkungen auf die Gesundheit und das Wohlbefinden haben - im Guten wie im Schlechten.

Seit Reins aufschlussreicher Entdeckung sind weitere Forschungen ans Licht gekommen, die zeigen, dass Solfeggio-Frequenzen tiefgreifende geistige, emotionale und körperliche Auswirkungen haben.

Darüber hinaus hat diese Erkenntnis dazu geführt, dass sich die Musiktherapie als Gesundheitsberuf etabliert hat, um Menschen mit verschiedenen Aspekten des Musikschafterns und -hörens therapeutisch zu helfen.

Um jedoch zu verstehen, was das Besondere an den Solfeggio-Frequenzen ist und wie sie sich von anderen Tönen unterscheiden, ist es zunächst wichtig, die Schumann-Resonanz zu verstehen.

Wissenschaftliche Einstimmung und die Schumann-Resonanz

Vielleicht fragst Du Dich, warum die Solfeggio-Frequenzen eine positivere Wirkung auf den Körper haben als andere Klänge oder Töne. Die Antwort liegt in der Schumann-Resonanz.

Im Jahr 1952 dokumentierte der deutsche Physiker Winfried Otto Schumann mathematisch die elektromagnetischen Resonanzen zwischen der Erdoberfläche und der Ionosphäre, dem elektrisch geladenen Teil der Erdatmosphäre. Schumann entdeckte, dass diese elektromagnetischen Wellen, die von Blitzentladungen herrührten, bei einer niedrigen Frequenz zwischen 7,86 Hz und 8 Hz schwingen. Er stellte fest, dass diese Frequenz im Wesentlichen der Herzschlag der Erde ist. Sie wurde nach ihrem Begründer als Schumann-Resonanz bezeichnet.

Schumanns Nachfolger, der Doktorand Herbert König, ging bei seinen Forschungen noch einen Schritt weiter. Er untersuchte die Verbindung zwischen den Schumann-Resonanzen und fand heraus, dass sie mit verschiedenen Ebenen der menschlichen Gehirnaktivität übereinstimmen, indem er EEG-Aufzeichnungen mit den elektromagnetischen Feldern der Erde verglich.

König fand heraus, dass die Resonanzen mit fünf verschiedenen Gehirnwellenzuständen übereinstimmen: Delta, Theta, Alpha, Beta und Gamma. Dies sind die Gehirnwellenzustände, die bei allen täglichen Aktivitäten - vom Schlafen über das Schaffen bis hin zum Lernen - auf natürliche Weise auftreten.

Weitere Forschungen unterstützen Königs Ergebnisse, die die unglaublichen Ähnlichkeiten zwischen der Schumann-Resonanz und der menschlichen Gehirnaktivität bestätigen. Darüber hinaus zeigen andere Forschungen, dass die niedrige Frequenz der Schumann-Resonanz eine Synchronisation für höhere Gehirnfunktionen ermöglicht.

Wie hängen also die Schumann-Resonanzen mit den Solfeggio-Frequenzen zusammen?

Die Solfeggio-Frequenzen haben eine so positive Wirkung, weil sie mit der Schumann-Resonanz von 8 Hz in Einklang stehen. Musikalisch gesehen werden die Frequenzen abgeleitet, indem man bei 8 Hz beginnt und sich in der Tonleiter Oktave für Oktave nach oben arbeitet, bis die C-Note bei 256 Hz und die A-Note bei 432 Hz schwingt. Wenn Musik so gestimmt ist, dass sie mit dieser Frequenz harmoniert, spricht man von wissenschaftlicher Stimmung.

Die Solfeggio-Frequenzen umfassen sechs verschiedene Töne, sind aber nicht auf diese beschränkt. Schauen wir uns die einzelnen Frequenzen und ihre einzigartigen Heilwirkungen auf Körper und Geist genauer an.

Die Vorteile der verschiedenen Solfeggio-Frequenzen

432 Hz

Viele antike Musikinstrumente wurden für die 432-Hz-Stimmung gebaut, und bis Mitte des 20. Jahrhunderts war 432 Hz der Standard für die Instrumentenstimmung. Seitdem hat sich die 440-Hz-Stimmung durchgesetzt. Die 432-Hz-Frequenz steht in Resonanz mit der Schumann-Resonanz von 8 Hz und ist für ihre tief beruhigende und besänftigende Wirkung bekannt.

Eine aktuelle Doppelblindstudie aus Italien hat gezeigt, dass auf 432 Hz gestimmte Musik die Herzfrequenz im Vergleich zu 440 Hz verlangsamt. Diese Frequenz erfüllt den Geist mit einem Gefühl der Ruhe und des Wohlbefindens und ist damit die perfekte Begleitung für Yoga, sanfte Übungen, Meditation oder Schlaf.

528 Hz

Auch wenn die Wissenschaft über die reparativen Wirkungen von 528 Hz noch in den Kinderschuhen steckt, deuten erste Forschungsergebnisse darauf hin, dass sie die Fähigkeit hat, den Körper zu heilen und zu reparieren.

Eine Studie aus Japan aus dem Jahr 2018 fand heraus, dass Musik, die auf die Frequenz 528 Hz abgestimmt ist, den Stress im endokrinen System und im autonomen Nervensystem signifikant reduziert - und das schon nach nur fünf Minuten Hören. Und in einer Studie, die im Journal of Addiction Research & Therapy veröffentlicht wurde, reduzierte die Frequenz von 528 Hz die toxischen Auswirkungen von Ethanol, dem Hauptbestandteil alkoholischer Getränke, auf die Zellen. Noch erstaunlicher war, dass diese Frequenz auch die Lebensdauer der Zellen um etwa 20 Prozent erhöhte.

Die energetisierende und heilende Wirkung von Musik mit einer Frequenz von 528 Hz macht sie zur idealen Hintergrundmusik, wenn Sie sich nicht gut fühlen oder einfach nur entspannen möchten.

396 Hz

Musik, die auf 396 Hz gestimmt ist, hilft, unterbewusste Ängste, Sorgen und Befürchtungen zu beseitigen. Sie hilft auch, Schuldgefühle und unterbewusste negative Glaubenssätze zu beseitigen, die den Weg zum Erreichen persönlicher Ziele blockieren.

Das Hören von Musik in dieser Frequenz ist besonders hilfreich, wenn Du Dich erhabener und sicherer fühlen und Deinen Zielen und Träumen mehr Kraft verleihen willst.

639 Hz

Die Frequenz von 639 Hz hilft, Emotionen auszugleichen und die Stimmung zu heben. Sie fördert auch Kommunikation, Liebe und Verständnis und bringt Harmonie in zwischenmenschliche Beziehungen.

Musik in der Frequenz 639 Hz ist perfekt, wenn Du einen deutlichen Schub an Liebe und Positivität brauchst oder mit Konflikten in Beziehungen zu kämpfen hast.

741 Hz

Musik, die auf die Frequenz 741 Hz gestimmt ist, hilft bei der Problemlösung, der Reinigung des Körpers und dem Selbstausdruck. Sie hilft auch, die Intuition zu wecken und ein einfaches und reines Leben zu fördern.

Diese Frequenz ist ideal, wenn Du Schwierigkeiten hast, einen gesunden Lebensstil zu führen, Deine Kreativität auszudrücken oder Deine Wahrheit zu sagen.

852 Hz

Die 852-Hz-Frequenz hilft, negative Gedanken durch positive zu ersetzen, und ist daher ideal, wenn Nervosität oder Ängste Dich niederdrücken. Sie hilft auch dabei, Intuition und innere Stärke zu wecken.

Wenn Du mit Deinem höchsten Selbst kommunizieren und in Harmonie mit ihm leben willst, wirst Du Musik mit der Frequenz 852 Hz gerne hören.

Ganz gleich, ob Du es vorziehst, sie als Hintergrundmusik bei Deinen täglichen Aktivitäten zu hören oder Dich beim Schlafen begleiten zu lassen, jede Solfeggio-Frequenz hat eine einzigartige erhebende und beruhigende Wirkung, die Du zweifellos genießen wirst.