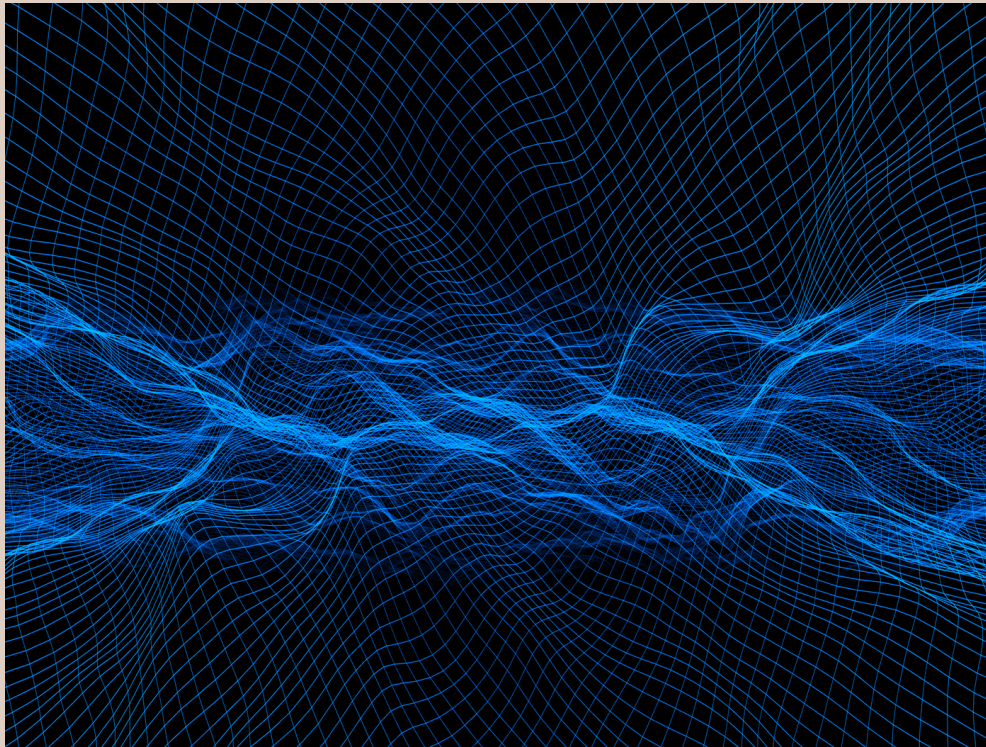




WAT ZIJN DE CHAKRA FREQUENTIES, EN HOE HELPEN ZE JE OM BETER TE HELEN?

www.curvyqueensmindset.be

Het chakra systeem maakt integraal deel uit van het subtiële lichaam en speelt een belangrijke rol in hoe we ons lichamelijk, mentaal en emotioneel voelen. We voelen ons één, rustig en in evenwicht als onze zeven hoofdchakras op dezelfde lijn staan.

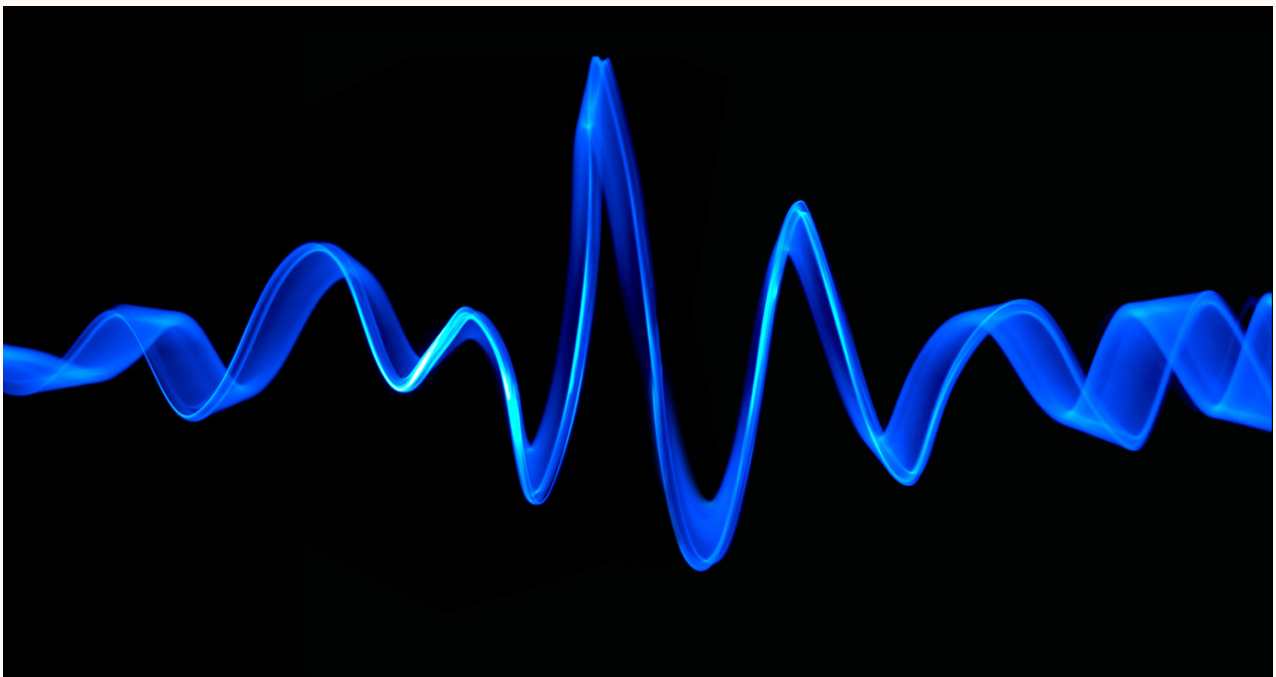
Maar is er ééntje uit balans, voelen we de nadelige effecten in ons fysieke lichaam, onze emoties of in ons mentaal welzijn.

Gelukkig, kennen we de oude yogaleer die ons verschillende technieken leert om de chakras te deblokkeren en ons spiritueel welzijn terug in harmonie te brengen. Chakra frequenties worden gezien als een aanvullende manier om samen met yogahoudingen, begeleide meditaties en visualisatie ons te helen.

Maar wat zijn precies die chakra frequenties en werken hun toonhoogtes op ons subtiële lichaam?

Wat is sound healing?

Chakra frequenties zijn een vorm van sound healing, een therapie dat muziek, geluid en vibraties gebruikt om het algemeen welzijn te verbeteren. Sound healing therapie gebruikt manieren om trillingen te creëren, zoals gongs, Tibetaanse klankschalen en stemvorken. Om aan het chakra systeem te werken, gebruiken sound healers specifieke frequenties die de energiecenters stimuleren en openen.



Solfeggio Frequenties en de Chakras

De frequenties die met de chakras verbonden zijn, kennen we als solfeggio frequenties. Deze geluidspatronen weerklinken op een zekere Hz frequentie en werken samen met onze hersenen en lokken zo trillingen door ons hele fysieke en subtiële lichaam uit. Samen met het openen van de chakras, kan het ook zo zijn dat je onmiddellijk een gevoel van ontspanning en het loslaten van stress ervaart als je naar de frequenties van solfeggio aan het luisteren bent.

Men gelooft dat de solfeggio frequenties al gebruikt werden in het Christendom in de liederen van Gregoriaanse Monniken en in het Oosten in Indische religies zoals liederen in het Sanskriet. Maar deze frequenties werden pas mainstream in het Westen rond de jaren 1970.

Het was dan dat dokter en onderzoeker Dr. Joseph Puleo zes trillende toonhoogtes ontdekte die een harmonieuze weerklank in het lichaam creëerden en hulp boden bij genezing. Zijn onderzoek ontdekte ook dat deze frequenties invloed hadden op het bewustzijn en kan het onderbewuste aanwakkeren. Op deze manier kon men negatieve overtuigingen loslaten.

Hoe genezen frequenties Chakras?

De Solfeggio frequenties hebben een heel positief effect op de chakras omdat ze in harmonie zijn met de Schumann resonantie van 8 Hz, de resonantie van onze planeet. De lage frequentie van de Schumann resonantie komt overeen met de hogere hersenfuncties, die de vijf verschillende hersengolven vertegenwoordigen: delta, theta, alpha, beta en gamma.

Een belangrijk punt is wel dat de chakras niet op dezelfde toonhoogte trillen. Maar alle zeven hoofdchakras hebben elk hun eigen unieke frequentie. Bijvoorbeeld, de solfeggio frequentie van 639 Hz is geconnecteerd met de Hartchakra en heeft een rustige genezende energie die bedoeld is om gebroken harten te helen en harmonieuze relaties helpen openbloeien.



De zes frequenties die Dr. Joseph Puleo ontdekt heeft zijn:

- 396 Hz – Deze toon werkt samen met de **Wortelchakra** en kan gevoelens van angst, schuld en trauma helpen los te laten.
- 417 Hz – Deze solfeggio frequentie komt overeen met de **Sacrale Chakra** en helpt je met positieve verandering om te gaan en creativiteit te verhogen.
- 528 Hz – Deze toonhoogte is gekend als de transformerende frequentie omdat het het celproces beïnvloedt en de neuronen opnieuw verbindt in de hersenen. Deze frequentie is verbonden met de **Zonnevlecht Chakra**.
- 639 Hz – De liefdesfrequentie is geconnecteerd met de **Hartchakra** en ondersteunt intimiteit en kwetsbaarheid.
- 741 Hz – Deze solfeggio frequentie is verbonden met de **Keelchakra** omdat het ons zelfvertrouwen en communicatie stimuleert.
- 852 Hz – Deze toonhoogte werkt samen met de **Derde Oogchakra** omdat het de illusie weghaalt en mentale duidelijkheid aanwakkert.

De solfeggio schaal verbindt met zes van de zeven hoofdchakras. Bijkomend onderzoek heeft ontdekt dat er drie extra solfeggio frequenties zijn, waar er eentje met de Kruinchakra verbindt.

- 174 Hz – De laagste solfeggio frequentie heeft de kracht om pijn te verminderen in het fysieke lichaam helpt je om je veilig en gegrond te voelen.
- 285 Hz – Deze toonhoogte richt zich op het energieveld als geheel en ontdekt en geneest gaten in ons aura en blokkades doorheen het hele chakra systeem.
- 963 Hz – De laatste solfeggio frequentie is verbonden met de **Kruinchakra** omdat het ons connecteerd met universele wijsheid en andere dimensies.

Hoe genezen frequenties Chakras?

Alles in het universum heeft een specifieke vibratie en dus ook de chakras. Elk van de zeven hoofdchakras heeft een verschillende toonhoogte en noten op de solfeggio schaal. Laten we elke chakra eens van dichterbij bekijken.

THE SOLFEGGIO SCALE AND THE CHAKRA SYSTEM



963HZ - THE CROWN CHAKRA



852HZ - THE 3RD EYE CHAKRA



741HZ - THE THROAT CHAKRA



639HZ - THE HEART CHAKRA



528HZ - THE SOLAR PLEXUS CHAKRA



417HZ - THE SACRAL CHAKRA



396HZ - THE ROOT CHAKRA

Sacrale Chakra

De Sacrale Chakra (Swadisthana) regelt onze emoties, seksualiteit en sensualiteit. De kwaliteiten van de tweede chakra kan ons helpen om onze passie te vinden en onze creativiteit de vrije loop te laten. De tweede chakra frequentie is **417 Hz**.

417 Hz chakra healing muziek kan je creativiteit een boost geven en je creatieve blokkades opheffen als je die hebt. Samen met de solfeggio toonhoogte van de Wortelchakra is deze frequentie er ook om oude traumas te helen en dan specifiek seksuele traumas. De 417 Hz toonhoogte brengt ook positieve veranderingen in ons leven mee en helpt ons om niet meer vast te zitten in onze emoties.

Deze helende vibratie kan ook een positieve invloed hebben op ons fysieke lichaam, spanningen loslaten en stress in gewrichten en spieren (zeker die rond de heupen) verminderen. Dit, gaat dan weer meer flexibiliteit en mobiliteit geven.

Samenvatting

Gebruik maken van de schaal van Solfeggio tijdens een chakra healing kan de chakras grondig helen en het chakra systeem en het subtiële lichaam weer terug in evenwicht brengen. De verschillende frequenties van solfeggio kan aan elke chakra harmonie geven, positieve gedachten voeden en het bewustzijn verhogen. Om het maximale uit de heling te halen, combineer dan de frequenties van de muziek met andere technieken zoals het visualiseren van de kleuren tijdens meditatie.

