

SERENA PATTARO

LA DIVINA FREQUENZA DI 432 HZ

Armonia ed equilibrio con le vibrazioni
creanti del suono

COLLANA
"GLI INDISPENSABILI"

La divina frequenza di 432 Hz – Serena Pattaro

La divina frequenza di 432 Hz

*Armonia ed equilibrio con le vibrazioni
creanti del suono*

A cura di *Serena Pattaro*

Collana *“Gli Indispensabili”*

INDICE

<i>INDICE</i>	3
<i>INTRODUZIONE</i>	5
<i>TUTTO È VIBRAZIONE</i>	9
<i>COS'È IL SUONO?</i>	13
<i>LA RISONANZA ACUSTICA E I BENEFICI DELLA SUONOTERAPIA</i>	15
<i>LE FREQUENZE DELLA VITA</i>	19
<i>LE FREQUENZE DEI CHAKRA</i>	29
<i>LE FREQUENZE DELLE NOTE MUSICALI</i>	31
<i>LE ONDE CEREBRALI</i>	33
<i>LA CIMATICA</i>	35
<i>BIBLIOGRAFIA</i>	39
<i>L'AUTRICE</i>	41
<i>CONTATTI</i>	43

INTRODUZIONE

“Un giorno anche la guerra si inchinerà al suono di una chitarra”, Jim Morrison.

“La mia anima è una misteriosa orchestra; non so quali strumenti suoni e strida dentro di me: corde e arpe, timpani e tamburi. Mi conosco come una sinfonia”, Fernando Pessoa.

“Quando suono quella particolare nota – se la suono correttamente – io sono importante quanto Jimi Hendrix, Eric Clapton o altri. Poiché quando ho suonato quella nota, vibra il cordone ombelicale di ognuno di coloro che ascoltano”, Carlos Santana.

La musica è terapeutica, la possiamo utilizzare nella vita di tutti i giorni per migliorare lo stato della nostra macchina biologica.

Qualsiasi genere musicale può essere benefico, purché vibri ad una determinata frequenza.

Il suono è la vibrazione creante dell'universo, tutto si manifesta tramite esso. È con esso che possiamo generare una vita di armonia e benessere, selezionando le corrette vibrazioni adatte a noi stessi.

Ogni suono è una vibrazione specifica, o un insieme di vibrazioni, che risulta più o meno risonante con il nostro essere.

Esistono, però, frequenze della vita e frequenze di disturbo. La scelta è importante per rigenerare continuamente le cellule op-

pure per indurle ad un invecchiamento o distruzione veloce.

Serena Pattaro

TUTTO È VIBRAZIONE

Il 2012 è stato un punto di cambiamento molto importante. Ovviamente, la terra è rimasta inesplosa e tutti gli esseri viventi hanno continuato la loro esistenza. Allora, cos'è avvenuto realmente? Una serie di congiunzioni astrali ha generato una diversa percezione temporale e vibrazionale-

Il cambiamento è in atto già da un po' di tempo; ora, tutto è più accelerato. Si tratta di mutazioni vibrazionali, o meglio, accelerazioni vibrazionali, che possono essere percepiti solo da chi è un pochino più sensibile. Tutti possiamo diventarlo, attraverso l'osservazione di noi stessi e del mondo che ci circonda.

Avrete certamente notato come la vita sia accelerata rispetto a qualche anno fa; le generazioni meno giovani vivono intensamente questa mutazione. Il giorno ha sempre 24 ore, ma ne percepiamo solo 18, il 25% in meno. La sensazione che il tempo sia sempre troppo poco per tutto ciò che dobbiamo e vogliamo fare è molto diffusa.

La Terra ha una sua vibrazione (che è la sua frequenza sonora, il suo battito cardiaco), la Risonanza di cavità Schumann, identificata nel 1899 e che fino al 1940 è rimasta invariata a 7,8 Hz. Dal 1986 si è verificato un aumento considerevole e nel 1996 era di 8,6 Hz. Nel 2002 era di 11,9 Hz. Al raggiungimento dei 13 Hz, si prevede un assestamento del campo magnetico terrestre (inversamente proporzionale alla velocità vibrazionale) in-

torno allo zero, con arresto della rotazione e inversione della stessa e dei poli magnetici. Si calcola che questo evento si sia verificato 14 volte negli ultimi 4,5 milioni di anni. Oggi si verificano picchi fino a 40 Hz.

Questo fenomeno accelera l'evoluzione e con essa anche gli schemi comportamentali sia positivi che negativi.

COS'È IL SUONO?

Il suono è un fenomeno fisico prodotto dalla vibrazione regolare di un corpo elastico. È un insieme di onde generate da qualcosa che vibra, che percepiamo attraverso l'udito.

Le onde sonore si espandono come le onde generate nell'acqua da un sasso. Per diffondersi, il suono ha bisogno di un mezzo, che può essere l'aria, l'acqua o altri materiali. Nel vuoto assoluto il suono è inesistente.

Un insieme di suoni ordinati crea musica. Quest'ordine è assolutamente soggettivo.

La musica è costituita da note, che possono essere paragonate ai poligoni regolari in ge-

ometria. I suoni possono essere anche poligoni irregolari.

Il pianoforte, strumento musicale preso in considerazione come base, è costituito da 88 tasti che rappresentano le note e va da 55 Hz a 4186 Hz.

LA RISONANZA ACUSTICA E I BENEFICI DELLA SUONOTERAPIA

La risonanza acustica è l'effetto di un corpo che vibra a una specifica frequenza diffondendola in tutte le direzioni. Un corpo sensibile a questa frequenza inizia a vibrare alla stessa frequenza. Prova a pensare a un diapason: iniziando a farlo vibrare avvicinandone uno fermo, dopo poco quest'ultimo si sintonizza col primo e vibra alla sua stessa frequenza.

Ora, immagina di sintonizzarti con frequenze distruttive: la rottura del cristallo di un so-

prano ne è la prova. Lo stesso accade alle cellule.

Per effetto della risonanza acustica, sono noti da sempre gli effetti terapeutici del suono, diffusi sotto il nome di Musicoterapia, anche se a me piace di più parlare di Suonoterapia, in quanto anche un'unica nota può essere efficace (vedi l'Om).

Nell'antichità sentivano musica e armonia in ogni suono della natura. La civilizzazione ha creato suoni disarmonici, i quali, ascoltati continuamente, distruggono la macchina biologica. Questo è uno dei motivi per cui si consiglia il contatto con la natura per rigenerare tutto l'organismo.

Ogni suono ha una propria frequenza, intensità e lunghezza d'onda; ogni suono è unico.

Il suono viene percepito da ogni singola cellula del nostro corpo. L'orecchio, l'apparato uditivo, trasforma solo una parte dei suoni che ci circondano, ossia quelli compresi tra 20 Hz e 20.000 Hz (nel padiglione auricolare sono presenti le proporzioni della geometria sacra). Ogni cellula, invece, è dotata di recettori di frequenze invisibili per la coscienza.

Esiste un legame molto stretto tra voce, udito e sviluppo psicofisico. Il suono fa parte della banda di frequenze che infondono energia e salute. I suoni bassi stimolano la parte inferiore del corpo, quelli alti la parte superiore. Il nervo vago trasmette i suoni a cuore, trachea, laringe e diaframma. La voce è un mezzo veloce per propagare i suoni nel corpo umano.

La musica raggiunge direttamente il sistema limbico, riorganizza gli emisferi cerebrali attraverso le frequenze binaurali.

Una musica a 70 bpm fa produrre maggiori endorfine, utili in depressione e dolore.

La musica svolge un ruolo fondamentale soprattutto con dementi, infermi, malattie respiratorie, lungodegenti, malattie terminali.

LE FREQUENZE DELLA VITA

I suoni con le frequenze sotto descritte sono straordinariamente salutari per gli esseri viventi, in quanto trasmettono informazioni in sintonia con le leggi dell'universo.

Prima di passare all'elenco, ancora qualche piccola informazione.

Lo sapevi che gli aminoacidi sono utili nel suono? Sono delle microantenne che si connettono al DNA. Esistono 64 codici genetici, ma solo 20 sono funzionanti, gli altri 44 rimangono spenti.

Quando si vivono emozioni inferiori, si attivano solo alcune antenne, in quanto genera-

no un'onda lunga e lenta. Chi vive nell'amore e nella felicità attiva tutte le antenne, perché l'onda è corta e veloce. I suoni riprogrammano il DNA: i recenti esperimenti russi confermano la possibilità di evitare di sezionare il DNA e utilizzare geni individuali.

In tempi remoti, gli uomini erano come gli animali, collegati alla coscienza di gruppo e agivano come gruppo. Volendo sviluppare l'individualità hanno abbandonato l'ipercomunicazione.

Nikola Tesla affermava che i tre numeri che costituiscono l'universo sono 3, 6 e 9. Le principali frequenze sono costituite da questi numeri.

Il diapason è tarato a 440/441 Hz, una frequenza dannosa che agisce come portatrice di

stress, ansia e patologie varie. Si dice che questa frequenza fosse utilizzata da Goethe e che Hitler, essendo un suo estimatore, l'abbia voluta introdurre su larga scala. Si era, infatti, notato che essa generava una giusta aggressività nei guerrieri e lo stesso era stato valutato alla corte dello zar russo. Questo, sembra, uno dei motivi per i quali è stata scelta questa frequenza che ha, poi, condizionato la musica a livello mondiale.

Vediamo un elenco delle frequenze ritenute vitali (in Hz):

- 0,26: mal di denti;
- 0,30-0,15: aiuto depressione;
- 0,50: rilassamento, piacere, cefalea, dolore lombare;

- 0,60-0,70-0,80: attivazione ghiandole;
- 0,90: euforia;
- 1: benessere, stimolazione ghiandola pituitaria, interrelazioni, armonia, equilibrio;
- 1,05: crescita e colore dei capelli, tono muscolare, guarigione delle ferite, ringiovanimento, stimolazione produzione ormone GH;
- 1,2: cefalea, mal di testa;
- 1,5: antidolorifico, stimolazione produzione di endorfine, guarigione, sonno, stanchezza cronica;
- 1,8: congestione sinusale;
- 2: rigenerazione nervosa;
- 2,5: diminuzione dolore, rilassamento, sedativo;

- 2,9: problemi alla prostata;
- 3: tempi di reazione, mal di testa cronico;
- 3,44: vitalità;
- 3,5: unità, recettività, rigenerazione;
- 3,9: rabbia, irritabilità;
- 4: encefaline, percezione extrasensoriale, meditazione, guarigione, stanchezza cronica;
- 4,11: reni;
- 4,5: stato di coscienza sciamanico;
- 4,9: introspezione, rilassamento, meditazione, sonno profondo;
- 5,35: ossigeno, calore;
- 5,5: conoscenza, crescita, guida interiore;
- 5,8: riduzione paura, distrazione, vertigini, capogiri;

- 6: stimola la memoria a lungo termine, riduce la riluttanza a lavorare;
- 6,15: amore, calore;
- 6,26 e 6,6: calma, chiarezza, sonno, felicità;
- 6,30: concentrazione nello studio, miglioramento della memoria, proiezione astrale e mentale;
- 7-8: indipendenza, guarigione, liberazione;
- 7,83: antistress, guarigione;
- 9,7: armonizzazione dei tendini del polso;
- 10: guarigione;
- 10,5: guarigione, stabilizzazione, stimolazione, lavoro sul 4° chakra;
- 11: ghiandola pituitaria, benessere;
- 15,2: guarigione dei capillari;

- 35: mente chiara;
- 42,31: focus, aumento dell'attività cerebrale;
- 90: benessere, guarigione;
- 110/111: empatia, socializzazione;
- 136,1: risonanza della terra, visione nitida (terzo occhio);
- 174: fondamenta, effetti spirituali individuali;
- 179,6: evita la procrastinazione, migliora la socievolezza, padronanza della vita;
- 210,42: regolazione ciclo mestruale, energia sessuale;
- 285: cognizione quantica;
- 330: sinusite;
- 480: corretto funzionamento della ghiandola pineale;

- 635: normizzazione della funzione del colon;
- 637: rinforzo dell'integrità e delle funzioni dell'RNA;
- 696: normizzazione della frequenza cardiaca;
- 751: normizzazione della funzione epatica;
- 763: normizzazione della funzione tiroidea;
- 764: normizzazione del sistema nervoso;
- 835: normizzazione della funzione del sistema immunitario;
- 963: effetti spirituali individuali;
- 965: rilassamento muscolatura, in particolare del collo;

- 1335: normizzazione della funzione della ghiandola surrenale;
- 1444: produzione fisiologica di testosterone maschile;
- 1445: produzione fisiologica di testosterone femminile;
- 1537: normizzazione della funzione del sistema endocrino;
- 1565: bilanciamento di mente e corpo;
- 1725: stimolazione della ghiandola pituitaria, GH.

LE FREQUENZE DEI CHAKRA

- 256: primo chakra, colore rosso, equilibrio della base della spina dorsale;
- 288: secondo chakra, colore arancione, equilibrio dell'osso sacro;
- 320: terzo chakra, colore giallo, equilibrio del plesso solare;
- 341,3: quarto chakra, colore verde, equilibrio del cuore;
- 384: quinto chakra, colore blu, equilibrio della gola;
- 426,7: sesto chakra, colore indaco, equilibrio del terzo occhio;

- 480: settimo chakra, colore violetto, equilibrio della corona.

LE FREQUENZE DELLE NOTE MUSICALI

- 396: frequenza del DO. Liberazione dal senso di colpa e dall'ansia;
- 417: frequenza del RE. Cambiamento, lasciare andare il passato;
- 528: frequenza del MI. Frequenza dell'amore, riparazione e riarmonizzazione del DNA. Consigliata prima di andare a dormire. Elimina le frequenze basse. Elimina i pensieri negativi. Sommando i tre numeri esce il 6, considerata la frequenza del miracolo;

- 639: frequenza del FA. Apertura e connessione nei rapporti umani;
- 741: frequenza del SOL. Stimolazione del risveglio interiore;
- 852: frequenza del LA. Ritorno all'ordine spirituale.

LE ONDE CEREBRALI

Ogni giorno sperimentiamo diversi stati di coscienza, sempre calcolati in Hz. Gli studiosi li hanno classificati in quattro categorie, a seconda delle attività cerebrali: Delta, Theta, Alfa, Beta.

- Onde Delta: da 0,5 a 4 Hz. Inducono rilassamento profondo psico-fisico. Sono proprie della mente inconscia, del sonno senza sogni, dell'abbandono. Creano autogenerazione e autoguarigione;
- Onde Theta: da 4 a 8 Hz. Sviluppano creatività e attitudini artistiche. Prodotte nella fase REM, nell'imma-

ginazione, visualizzazione, ispirazione;

- Onde Alfa: da 8 a 14 Hz. Sono sviluppate nello stato vigile e rilassato. Soluzione di problemi esterni. Attive nell'impegno di realizzare un obiettivo;

Onde Beta: da 14 a 30 Hz. Veglia, concentrazione su stimoli esterni. Normali attività di sopravvivenza.

LA CIMATICA

È lo studio riguardante le onde.

“La geometria è musica solidificata”,
Pitagora.

Persona significa *per-sona*, ossia attraverso il suono. E attraverso il suono si crea la nostra personalità.

La Cimatica nasce con un fisico tedesco, E. Chladni, che scoprì come i granelli di sabbia, appoggiati su una lastra di metallo applicata ad un violino, si disponevano in forme diverse a seconda della nota prodotta.

Hans Jenny scoprì che a determinati suoni corrispondono figure geometriche ben precise. Antichi linguaggi come Ebraico e Sanscrito producono la forma della lettera dell'alfabeto che si pronuncia. Alcuni disegni corrispondono alle strutture cellulari: ogni cellula vibra con una propria nota musicale. L'interazione tra cellule avviene grazie al proprio campo elettromagnetico.

Quando ci si ammala, è perché queste note sono stonate. La macchina biologica è un vero e proprio spartito dove tutte le note devono essere accordate per dar luogo ad una sinfonia.

Lo stato di onde Alfa del cervello è quello di serena vigilanza; vibra a circa 8 cicli al secondo, come la duplicazione del DNA. Il si-

stema nervoso è sintonizzato su tale frequenza. Ecco perché la matematica dell'8 è alla base dei processi naturali.

Un altro fatto curioso, è che in ogni parte del mondo che ci spostiamo, le persone sono sintonizzate con note diverse: per esempio in Europa si è più recettivi al “sol diesis”, in Canada al “si”. Questa diversità è dovuta alla frequenza dell'energia alternata.

La terapia Cimatica ristabilisce l'equilibrio: attraversa le cellule sane e ristabilisce l'equilibrio in quelle stonate. È una terapia ideale per pelle, ossa, tessuto nervoso periferico.

BIBLIOGRAFIA

Brainwaves, le onde dell'armonia (+ cd), Ni-
rodh Fortini,

Frammenti di un insegnamento sconosciuto,
P. D. Ouspensky,

Longevity. The frequency of life (cd), Nicho-
las Caposiena,

La quarta via, P. D. Ouspensky,

Risveglio, Salvatore Brizzi, Anima Edizioni,

www.lorecalle.it

www.musica-spirito.it

www.segnidalcielo.it

L'AUTRICE

Serena Pattaro è una libera ricercatrice della verità.

Ama da sempre il benessere psico-fisico e spirituale, la ricerca dei quali sono diventati la sua missione.

Scrive e parla delle sue esperienze, con approfondimenti di altri autori e persone.

Per oltre un ventennio si è occupata del benessere e della bellezza esteriore, inserendo gradualmente la pratica di quelli interiori.

Tiene corsi, seminari e conferenze in tutta Italia sugli argomenti di comunicazione, lavoro su di sé, benessere in ogni suo aspetto.

CONTATTI

Per rimanere in contatto con l'autrice, puoi scrivere a:

meravigliosamenteserena@gmail.com

Il sito di *Serena Pattaro* è

www.meravigliosamenteserena.com

Le pagine Facebook di *Serena Pattaro* sono

Serena Pattaro

Meravigliosamente Serena

Le opere editoriali di *Serena Pattaro* le trovi su

www.meravigliosamenteserena.com

www.amazon.it

Trovi i video di *Serena Pattaro* nel canale Youtube

Serena Pattaro

