

Lovetuner | Die geistigen und körperlichen Vorteile von Mind-Body Interventionen

MALIBU, CA, USA, August 3, 2022 /EINPresswire.com/ -- Es ist kein Geheimnis, dass ausgleichende Aktivitäten wie Yoga, [Meditation](#) und Atemarbeit Stress abbauen, Ängste reduzieren und das allgemeine Wohlbefinden fördern. Neue Forschungsergebnisse zeigen, dass die Vorteile dieser Aktivitäten weit über mentales Wohlbefinden hinausgehen.

Tatsächlich können Übungen wie Meditation, Klangheilung und Atemarbeit Veränderungen auf molekularer Ebene bewirken. Eine kürzlich in der Fachzeitschrift "Frontiers in Immunology" veröffentlichte Studie untersuchte über ein Jahrzehnt lang, wie das Verhalten unserer Gene durch so genannte Mind-Body Interventionen (MBI), einschließlich Achtsamkeit, Yoga und Meditation, beeinflusst wird.

Den Forschern zufolge hinterlassen MBI eine "molekulare Signatur" in unseren Zellen, die die Wirkung von Stress auf den Körper umkehrt, siehe (<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fimmu.2017.00670/full>).

Wenn eine Person einem stark stressigen Ereignis ausgesetzt ist, wird ihr sympathisches Nervensystem ausgelöst (das System, das für die Kampf- oder Fluchtreaktion



Erhöhte Yoga-Praxis mit dem Lovetuner



Lovetuner-Meditation, die die Kraft der 528-Hz-Heilfrequenz nutzt

verantwortlich ist), wodurch die Produktion eines Moleküls namens NF-kB erhöht wird. NF-kB reagiert, indem es Gene aktiviert, um Proteine, so genannte Zytokine, zu produzieren, die eine Entzündung auf zellulärer Ebene verursachen. Diese Reaktion ist in einer Kampf- oder Fluchtsituation nützlich, eine anhaltende Stressbelastung jedoch kann ernsthafte Auswirkungen auf unsere körperliche und geistige Gesundheit haben.

Die jüngste Studie zeigt, dass Menschen, die regelmäßig MBI wie Yoga oder Meditation praktizieren, den gegenteiligen Effekt aufweisen. Ihre Körper zeigten einen Rückgang der Produktion von NF-KBs und Zytokinen.



Lovetuner 528-Hz-Frequenz-Meditationswerkzeug

Die leitende Forscherin Ivana Buric vom Zentrum für Psychologie der Universität Coventry erklärt: "Diese Aktivitäten hinterlassen in unseren Zellen eine so genannte molekulare Signatur, die die Auswirkungen von Stress oder Angst auf den Körper umkehrt, indem sie die Art und Weise verändert, wie unsere Gene exprimiert werden. Vereinfacht ausgedrückt, veranlassen MBI das Gehirn, unsere DNA-Prozesse in eine Richtung zu lenken, die unser Wohlbefinden verbessert."

Diese Forschung liefert weitere Einblicke in die kraftvolle Verbindung zwischen unserer mentalen Gesundheit und unserer körperlichen Gesundheit.

Der [Lovetuner](#) nutzt diese Verbindung zwischen unserer mentalen und körperlichen Gesundheit, um mit einer sehr einfachen Übung Heilung zu bewirken. Der Lovetuner richtet den Nutzer auf die [528 Hz-Frequenz](#) aus, die auch als Liebes- oder DNA-Reparaturfrequenz bekannt ist.

Beim Ausatmen verbindet sich der Atem mit der 528 Hz-Frequenz und richtet die Wassermoleküle im Körper aus, was ein Gefühl tiefer Entspannung hervorruft. Ob man es nun eilig hat oder sich eine Stunde Zeit für Meditation oder Yoga nehmen kann, der Lovetuner ist das perfekte Hilfsmittel.

Der Lovetuner ist das perfekte Werkzeug, um die eigene Schwingung zu erhöhen und sich mit einer positiven Einstellung durch die Welt zu bewegen. Der Lovetuner ist wahrhaftig Meditation

leicht gemacht. Mit nur 6 einfachen Atemzyklen ist es möglich, die gleiche Wirkung zu erzielen wie mit 30 Minuten Meditation. Der Lovetuner ist ein großartiger Ersatz für Meditation, da er überall eingesetzt werden kann und es nur ein paar Minuten dauert, aber er ist auch ein wunderbares Meditationsinstrument, um eine bestehende Meditationsroutine zu ergänzen.

Wir sind dadurch in der Lage, aus dem Stress des Kampf- oder Fluchtmodus herauszusteigen. Das hörbare Feedback des Lovetuners hilft dabei, sich auf den Atem zu konzentrieren. Es ermutigt den Benutzer, die Ausatmung länger zu halten. Der Klang der 528 Hz-Heilfrequenz macht es möglich, den Verstand vollständig zu klären und sich wieder mit dem Herzen zu verbinden, wodurch Herzkohärenz geschaffen wird.

Wir werden ständig mit neuen Informationen gefüttert, das kann überwältigend sein und blockierend wirken. Deshalb ist es so wichtig, die Vorteile von Mind-Body Interventionen zu nutzen, die helfen, den Geist zu befreien und Absichten und Ziele zu klären. Beim "Tuning" findet eine Angleichung des emotionalen und physischen Zustands an die Umgebung statt, wodurch eine perfekte Harmonie mit dem Selbst und der Welt entsteht.

Wenn es jemals eine Zeit gab, den Lovetuner zu entdecken und all seine erstaunlichen Vorteile zu erfahren, dann ist es definitiv jetzt.

www.lovetuner.com

Lovetuner Team

Lovetuner

+1 310-457-5697

[email us here](#)

Visit us on social media:

[Facebook](#)

[LinkedIn](#)

[Other](#)

This press release can be viewed online at: <https://www.einpresswire.com/article/584318419>

EIN Presswire's priority is source transparency. We do not allow opaque clients, and our editors try to be careful about weeding out false and misleading content. As a user, if you see something we have missed, please do bring it to our attention. Your help is welcome. EIN Presswire, Everyone's Internet News Presswire™, tries to define some of the boundaries that are reasonable in today's world. Please see our Editorial Guidelines for more information.

© 1995-2022 Newsmatics Inc. All Right Reserved.