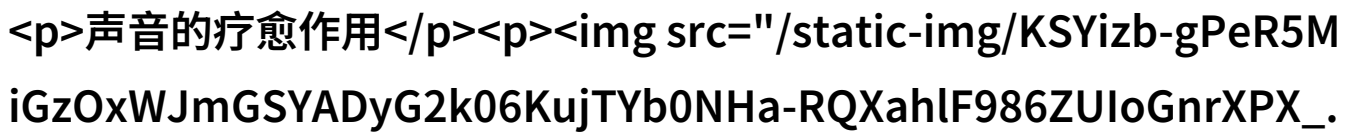


2分30秒不间断喘息声音频免费听

声音的疗愈作用



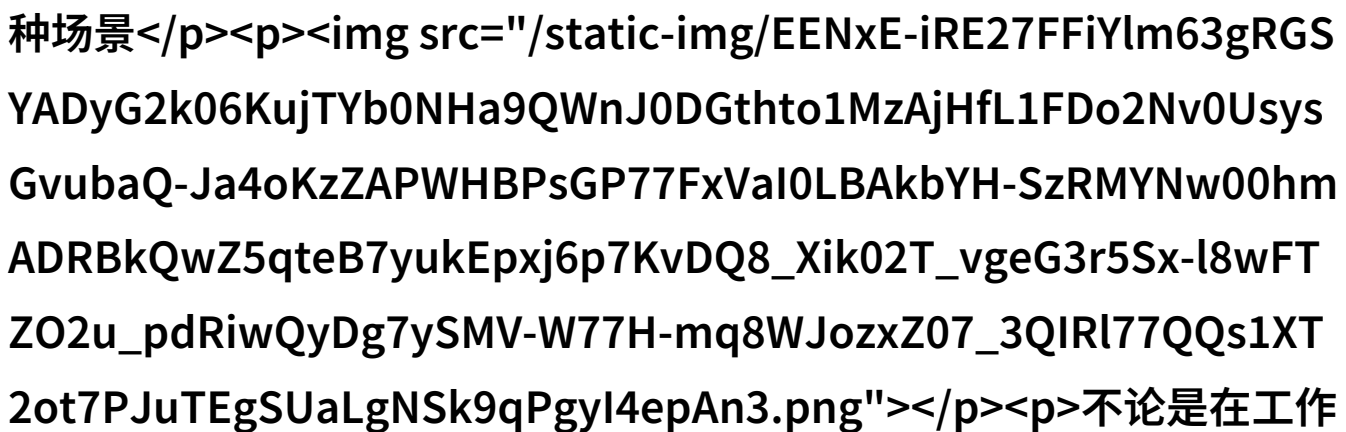
2分30秒不间断喘息声音频免费听，通过其特有的节奏和韵律，为用户带来一种放松的感觉。这种声音对应着心跳的节奏，有助于调节呼吸和心率，从而减轻压力和焦虑。

治疗方法的一种



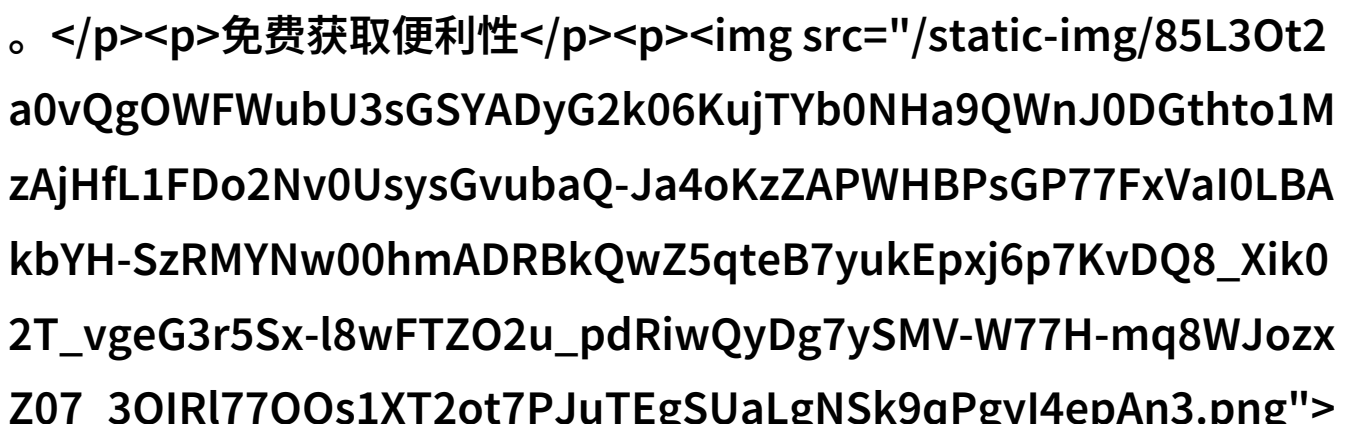
该声音频可以作为一种自然疗法使用，它能够帮助人们在日常生活中找到放松自己的大好时机，无需专业知识或设备，只需点击即可开始享受。

适合多种场景



不论是在工作之余需要休息一下，或是准备睡觉之前想要一个平静的心态，这段时间内持续的声波都能提供必要的安宁环境，让人进入更深层次的放松状态。

免费获取便利性



</p><p>在互联网上获得这样的资源无疑是一个巨大的便利，不仅价格实惠，而且方便快捷，随时随地都能听到这些有益的声音，极大地提高了我们生活中的舒适度。</p><p>多样化选择</p><p></p><p>除了基本的“喘息”声外，还有各种其他的声音，如雨声、海浪声等，可以根据个人的喜好进行选择，以此来丰富我们的听觉体验，使得每一次聆听都不再重复枯燥。</p><p>身心健康双赢</p><p>长期以来，对于如何保持身心健康一直是一个问题，而这类声音可能为答案之一。它们不但能够缓解紧张情绪，还可能对身体产生积极影响，比如降低血压、改善睡眠质量等。</p><p>下载本文pdf文件</p>