

# Fußpflege • Massage • Entspannung

0511. 832652

## PATIENTENINFORMATIONEN

Die Anwendung mit dem brainLight-System unterstützt Sie, Ihrem Wunsch nach Gesundheit und Wohlbefinden einen Schritt näherzukommen.

### Was erleben Sie?

Bei der Anwendung des brainLight Synchronos fühlen Sie sich innerhalb weniger Minuten ruhig und tief entspannt. Der Atem verlangsamt sich und wird gleichmäßiger. Um Ihnen eine Vorstellung zu geben, wie die Reize auf Auge und Ohr in den ersten Sekunden wirken, hier einige Vergleiche: Denken Sie an die Magie flackernden Feuers, das tanzende Sonnenlicht auf den Wellen des Meeres, das monotone Schienengeratter bei einer Zugfahrt oder das Wechselspiel von Licht und Schatten bei der Fahrt durch eine Baumallee. Sie erleben sehr bald Gedankenbilder und Vorstellungen wie in einem Film, Ihr Geist scheint zu schweben. Aufregende Farben, Formen oder Muster entstehen vor Ihrem inneren Auge.

Bei regelmäßiger Anwendung erreichen Sie folgende Ergebnisse:

- Tiefenentspannung
- Stressabbau und Stressresistenz
- mehr Lebensenergie und Vitalität
- stabilere Gesundheit

### Warum und wie wirkt diese Methode?

Ihr Gehirn arbeitet während des Tages fast ausschließlich im schnellen Beta-Rhythmus (nachmessbar mit einem EEG). Die verschiedenen Lichtprogramme des brainLight-Systems zielen darauf ab, den Rhythmus in den Alpha- und Thetabereich zu führen. Konkret bedeutet das: Mit schnellblinkendem Licht (Beta) werden Sie aus einem angespannten Zustand abgeholt und durch langsamer werdendes Blinken z.B. in den Alpha-Zustand geführt. Alpha-Wellen sind ein grundlegendes Merkmal für geistige und körperliche Entspannung, sie sind ein Zeichen für Aufnahmefähigkeit, Gedächtnis, Kreativität, Fantasie und Intuition. Zu Heilung und Selbstregeneration kommt es in der Delta-Phase, die ebenfalls durch das blinkende Licht induziert werden kann.

### Nach der Anwendung:

Nachdem das Programm abgelaufen ist, nehmen Sie sich möglichst noch etwas Zeit, um wieder in das Normalbewusstsein zu kommen. Stehen Sie langsam auf. Nehmen Sie noch ein paar tiefe Atemzüge, bevor Sie sich klar und ausgeruht Ihrem Alltag zuwenden.