

Sehr geehrte*r brainLight®-Anwender*in,

setzen Sie bitte den Kopfhörer auf und legen Sie Ihre Visualisierungsbrille bereit. Starten Sie das Programm, indem Sie die beiden Ziffern Ihres Wunschprogramms auf der Touch Tastatur der Pyramide berühren. Auf dem Display erscheint die gewählte Nummer. Es beginnt ein 5-Sekunden-Countdown, während dessen Sie die Programmwahl noch korrigieren können, indem Sie einfach die Ziffern eines anderen zweistelligen Programms eingeben. Nach Ablauf des Countdowns kann das Programm mit der Abbruchtaste gestoppt werden: Berühren Sie dafür die Mitte der Taste 0 ca. 2 Sekunden lang, bis auf dem Display „Bitte warten/Please wait“ erscheint. Anschließend können Sie ein neues Programm wählen.

Wenn Sie das audio-visuelle brainLight®-Tiefenentspannungserlebnis zum ersten Mal genießen, beginnen Sie bitte GRUNDSÄTZLICH mit Programm 01: Einführung + Anwendung (16 Minuten).

Gegenindikationen: Wenn Sie Epileptiker*in sind, einen Herzschrittmacher tragen oder schwanger sind, genießen Sie die Anwendung bitte ohne Visualisierungsbrille.

Wir wünschen Ihnen eine wunderschöne Erfahrung!

Die 10 „Heilmeditationen für die inneren Organe“ finden Sie hier in dreifacher Ausführung:

- das jeweils erste Programm inklusive Einleitung & Informationstext zum Organ, Meditation und Abschlussmusik,
- das zweite Programm inklusive Meditation und Abschlussmusik ohne Einleitung & Informationstext und
- das dritte Programm nur mit der Musik zum jeweiligen Organ, ganz ohne Sprachführung.

Programm-Nr.

01 **ERSTANWENDUNG: Einführung + Anwendung** 16 Min.

HEILMEDITATIONEN FÜR DIE INNEREN ORGANE

02 **Heilung für Ihre Fortpflanzungsorgane • Kreative Schöpfungskraft ausstrahlen** 25 Min.

12 Programm 02 ohne Einleitung & Informationstext 21 Min.

22 Musik aus Programm 02 21 Min.

03 **Heilung für Ihre Blase • Einfach loslassen und entspannen** 25 Min.

13 Programm 03 ohne Einleitung & Informationstext 20 Min.

23 Musik aus Programm 03 20 Min.

04 **Heilung für Ihre Nieren und Nebennieren • In der Kraft, Präsenz, Klarheit und Empfänglichkeit leben** 28 Min.

14 Programm 04 ohne Einleitung & Informationstext 24 Min.

24 Musik aus Programm 04 24 Min.

05 **Reinigung der Leber • Mach es Deiner Leber doch so leicht wie möglich** 31 Min.

15 Programm 05 ohne Einleitung & Informationstext 28 Min.

25 Musik aus Programm 05 28 Min.

06 **Heilung für Ihre Bauchspeicheldrüse • Die Süße des Lebens und was dafür nötig ist** 23 Min.

16 Programm 06 ohne Einleitung & Informationstext 19 Min.

26 Musik aus Programm 06 19 Min.

07 **Wohlgefühl im Bauch • In Frieden mit sich selbst annehmen, was ist** 21 Min.

17 Programm 07 ohne Einleitung & Informationstext 17 Min.

27 Musik aus Programm 07 17 Min.

08 **Heilung für Ihre Lungen • Freudige Leichtigkeit und der Atem des Lebens** 24 Min.

18 Programm 08 ohne Einleitung & Informationstext 20 Min.

28 Musik aus Programm 08 20 Min.

09 **Ein freies und offenes Herz • Liebend, gütig, stärkend, mitfühlend SEIN** 25 Min.

19 Programm 09 ohne Einleitung & Informationstext 21 Min.

29 Musik aus Programm 09 21 Min.

10 **Heilung für Ihre Schilddrüse und Nebenschilddrüsen • Freiheit zur Selbstentfaltung** 26 Min.

20 Programm 10 ohne Einleitung & Informationstext 23 Min.

30 Musik aus Programm 10 23 Min.

11 **Heilung für Ihren Körper • Gesundheit lichtvoll erschaffen** 33 Min.

21 Programm 11 ohne Einleitung 32 Min.

31 Musik aus Programm 11 32 Min.

Unterlegt mit Musik von Dietrich von Oppeln

brainLight® Touch Synchro

healing

brainLight®

LIFE IN BALANCE

www.brainlight.de

Festprogramme und Festfrequenzprogramme

Diese Programme enthalten nur Licht- und Ton-Frequenzen (also keine Musik und/oder Sprachführung) und können ganz ohne oder zusammen mit Ihrer persönlichen Musik eingesetzt werden (mittels MP3-Player, CD-Player, Laptop etc.).

Festprogramme enthalten festgelegte Abläufe verschiedener Licht- und Ton-Frequenzen (für die Programme 50 bis 59 finden Sie hierzu in Ihrer Bedienungsanleitung Grafiken der Programmverläufe); Festfrequenzprogramme enthalten eine durchgehend gleichbleibende Licht- und Ton-Frequenz.

Programm-Nr.

Festprogramme

50	Alpha Entspannung I (Grafik A)	10 Min.
51	Alpha Entspannung II (Grafik B)	15 Min.
52	Entspannung (Grafik C)	10 Min.
53	Entspannung mit Schumannfrequenz (Grafik D)	20 Min.
54	Entspannung / Modus ändert sich (Grafik E)	30 Min.
55	Anti-Stressprogramm – intensiv (Grafik F)	30 Min.
56	Tiefe Entspannung (Grafik G)	30 Min.
57	Entspannung im hohen Alpha-Bereich (Grafik H)	10 Min.
58	Entspannung im hohen Alpha-Bereich (Grafik I)	15 Min.
59	Meditation (Grafik J)	30 Min.
60	Meditation, Träumen, Visualisierung im Theta-Bereich	15 Min.
61	Lernprogramm	15 Min.
62	Entspannung, Energie tanken	20 Min.
63	Energie tanken	20 Min.
64	Visualisierung, Kurzschlaf	20 Min.
65	Mentales Training, Superlearning I	30 Min.
66	Mentales Training, Superlearning II	30 Min.
67	Sehr tiefe Entspannung	30 Min.
68	Einschlafhilfe	35 Min.
69	Mentales Training	20 Min.
70	Demonstriert die Stimulationselemente	5 Min.
71	Klare Träume	35 Min.
72	Morgenfrische, Aufwachen	20 Min.
73	Energie, Kreativität	35 Min.
74	Problemlösung, Kreativität	30 Min.
75	Mentales Tune-Up	15 Min.
76	Energie, Lernen	30 Min.
77	Schnelle Pause, Kurzentspannung	15 Min.
78	Entspannte Kreativität, Lösungen finden I	30 Min.
79	Entspannte Kreativität, Lösungen finden II	30 Min.

Festfrequenzprogramme

80	Balance	0,5 Hz	15 Min.
81	Ausgeglichenheit	1 Hz	15 Min.
82	Hormonfreisetzung	1,5 Hz	15 Min.
83	Entspannung	2 Hz	15 Min.
84	Gegen Schlaflosigkeit	2,5 Hz	15 Min.
85	Entspannung	3 Hz	15 Min.
86	Fremdsprachen lernen	3,5 Hz	15 Min.
87	Außersinnliche Wahrnehmung	4 Hz	20 Min.
88	Außersinnliche Wahrnehmung	5 Hz	20 Min.
89	Vision	5,5 Hz	20 Min.
90	Gedächtnissteigerung	6,4 Hz	20 Min.
91	Kreativität	7,5 Hz	20 Min.
92	Intuition	7,8 Hz	20 Min.
93	Schumann-Resonanz	7,83 Hz	20 Min.
94	Zentrierung	12 Hz	20 Min.
95	Grundfrequenz	14 Hz	20 Min.
96	Schmerzlinderung	15 Hz	20 Min.
97	Muskelentspannung	38 Hz	20 Min.
98	Schmerzlinderung	10 Hz	35 Min.
99	Schumann-Resonanz	7,83 Hz	30 Min.

brainLight® Touch Synchro

healing

brainLight®

LIFE IN BALANCE

www.brainlight.de