

Herbst - die Zeit, um zu Hause anzukommen

∨

Die Sonne macht sich rar und die Blätter fallen von den Bäumen. Der Herbst ist da. Da lädt die eigene Wohnung ein, es sich bei Tee oder einem guten Buch auf dem Sofa gemütlich zu machen. Jetzt ist es an der Zeit, zu Hause anzukommen. Wie sagte Johann Wolfgang von Goethe, „Der Herbst ist immer unsre beste Zeit“. Nutzt man diese Zeit für das Wohlbefinden von Körper, Geist und Seele, dann kann man sich viel Gutes tun. Viel Tee zu trinken schafft Gemütlichkeit, wärmt auf und ist gesund. Mandarinen sorgen für die nötige Dosis Vitamin C und mit einem heißen Bad mit Badezusatz erreicht man ein Rundum-Wohlfühl-Feeling.∨

∨

Shiatsu-Massage und audiovisuelle Entspannung

Die brainLight GmbH mit Sitz in Goldbach/Unterfranken bietet Entspannung pur mit einem ganz eigenen Beitrag für entspannte Stunden im Herbst. Dazu kombinieren die Produkte des Unternehmens eine wohlige Shiatsu-Massage auf einem Massagesessel mit einer audiovisuellen Tiefenentspannung. Hierfür setzen Stressgeplagte Visualisierungsbrille und Kopfhörer auf und lassen sich bei der Shiatsu-Massage rundum körperlich verwöhnen. Nachdem im Anschluss daran die audiovisuelle Session startet, hebt man zu einem entspannten geistigen Höhenflug ab. Und dies ohne eigens Zutun. Das Programm „Stress abbauen“ beispielsweise entführt an einen Strand in der Karibik, wo man gefühlt für mehrere Stunden die Seele baumeln lassen kann. Kern der Anwendung ist eine Tiefensuggestion. Diese hilft den Stress loszulassen. Der Sprecher holt aus diesem wunderbaren Gefühl zurück ins Hier und Jetzt. Zwischenstation ist eine bemooste Waldlichtung auf der man sich eine wunderbare Ruhepause inmitten der Natur gönnt. Zurück in der Gegenwart kann man ein bisschen weiterträumen oder speziell am Morgen neue Aufgaben in Angriff nehmen, denn „der Herbst ist unsre beste Zeit“.∨

Wer es ganz relaxt mag, der kann sich beispielsweise dieses Loslass-Programm und 45 weitere in die eigenen vier Wände holen. Mit folgenden Ergebnissen:∨

I. Unmittelbare Wirkungen einer Anwendung:

- Sofortiger Stressabbau
- Ersatz für ca. 2 Stunden Schlaf (tiefe Regeneration)
- Aufnahme und Vertiefung von Lerninhalten ins Langzeitgedächtnis

II. Mittelfristige Wirkungen nach ca. 5 Anwendungen:

- Mehr Stressresistenz und höhere Belastbarkeit
- Bessere Leistungen
- Mehr geistige Klarheit und richtige Entscheidungen

III. Langfristige Wirkungen je nach Regelmäßigkeit:

- Konzentrationssteigerung
- Steigerung der Gehirnaktivitäten
- Tägliche Probleme werden als Aufgabe, Chance und Herausforderung gesehen

∨

Das angesprochene brainLight-System, mit dem sich diese Zustände erreichen lassen, verfügt über 40 Festprogramme und sechs Kurzvorträge zu Themen wie Lernen, Entspannung und Selbstbewusstsein. Ein weiteres Beispielprogramm ist das Programm Classic Dream. Hier hört und sieht man ein Potpourri aus klassischer Musik während des Wohlfühl-Erlebnisses. Man sieht es deshalb, weil die Visualisierungsbrille ganz individuelle Erlebnisse vor dem inneren Auge entstehen lässt. Die beschriebenen Programme finden sich auf dem Shiatsu-Massagesessel 3D FLOAT mit Synchro be complete wieder. Der Synchro be complete ist auch mit Touch-Bedienfeld erhältlich. Ebenso lässt sich dieses audiovisuelle Entspannungssystem mit dem Massagesessel GRAVITY PLUS kombinieren. Es verfügt über eine automatisierte Sesselsteuerung, das heißt, der Synchro und der Massagesessel funktionieren genau aufeinander abgestimmt. Aber auch weniger umfangreiche Systeme bieten Vergleichbares. Hier ist der Massagesessel Spice zu nennen, der mit dem be Synchro Selection mit 15 Best-of-Programmen ausgeliefert wird. Ohne Massagesessel lassen sich ebenfalls schöne Ergebnisse erzielen: Der Synchro be balanced beispielsweise verfügt über 46 Programme zu verschiedenen Themenbereichen sowie über 50 Synchro-Programme für externe Einspielungen über CD- und MP3-Player sowie für das iPhone. Gewünschte Zustände, wie meditativ, erfolgsorientiert, motiviert und konzentriert lassen sich mit dem System ohne eigenes Zutun erreichen. Seit circa einem Jahr sorgen zehn Sportprogramme für die nötige Motivation für Profi- und Hobbysportler. Für die, die's auch im Herbst sportlich mögen.

∨

Haben Sie Fragen zu diesem Artikel?

Pressereferent: Jost Sagasser

brainLight GmbH

Jost Sagasser

Hauptstr. 52

63773 Goldbach

06021-5907-13

jost.sagasser@brainlight.de www.brainlight.de

Veröffentlicht in Allgäuer Wirtschaftsmagazin Oktober 2013