

# ENTSPANNUNG AUF KNOPFDRUCK

**Stress – die Hauptursache vieler Zivilisationskrankheiten, angefangen beim Herzinfarkt über das Magengeschwür bis hin zum Krebs. Stress – das Symptom unserer westlichen Industrienation. Schlaflosigkeit, Nervosität, Ruhelosigkeit, mangelnde Konzentration sind nur einige der „Stressbegleiter“.**

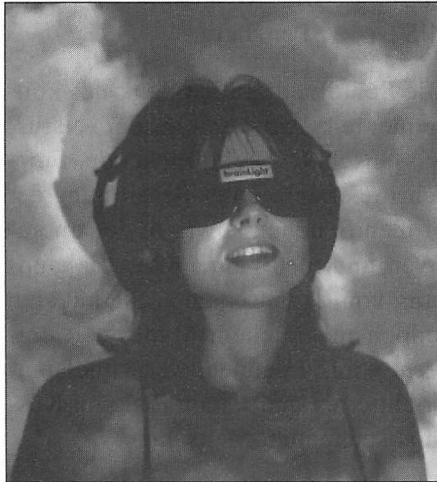
**Moderne Technologien aus den U.S.A., Brainmachines, Mindmachines oder Mental-Trainings-Systeme genannt, versprechen nun Abhilfe. Mit Hilfe von Licht- und Tonimpulsen versinkt der Anwender in kürzester Zeit in Zustände tiefster Entspannung und kann so einen Gegenpol zum alltäglichen Stress bilden.**

Frau Cornelia W., Modemanagerin und Mutter von zwei Kindern, betritt das Münchner Messehotel. Es ist jetzt 12 Uhr, und sie ist seit gestern Nacht unterwegs. Sie kam gerade aus dem Urlaub in Südfrankreich und hatte ihre Kinder bei ihrer Haushälterin abgeliefert, um gleich zur Münchner Modemesse weiterzufahren.

Um 13 Uhr ist Pressetermin. Vorher möchte sie sich eine kreative Pause gönnen. Der Pressetermin ist für sie geschäftlich sehr wichtig. Hierzu will sie geistig klar, völlig ausgeruht und konzentriert sein, um ihre neue Modeschöpfung wortgewandt und brillant vorstellen zu können.

Sie legt sich auf ihr Hotelbett, setzt Brille und Kopfhörer des brainLight-Synchros – seit mehreren Monaten ihr treuer Begleiter – auf und wählt das Entspannungsprogramm 3. Hierzu hört sie schöne klassische Musik. Sie schließt die Augen und gibt sich vertrauensvoll dem hin, was auf sie zukommt.

Sanfte, weiche Musik umschmeichelt ihre Ohren. Dazu ein leises rhythmisches Rauschen. Die Brille beginnt in kurzen Abständen zu blinken.



Zunächst sieht sie nur rotes Flimmern, doch dann gehen die Lichtblitze in wunderschöne Farben und Formen, in kaleidoskopartige Muster und Bilder über. Ein herrliches Erlebnis.

Cornelia W. spürt, wie ihr Körper immer schwerer und schwerer wird, ihre Gedanken werden leichter und fliegen wie Wolken durch ihren Geist. Stundenlang schwebt sie im Raum und genießt die herrliche Entspannung. Alle Belastungen und Sorgen sind in weite Ferne gerückt. Nach, wie es scheint, mehreren Stunden endet das Licht- und Tonprogramm des Mental-Trainings-Systems. Völlig erstaunt nimmt sie wie immer nach einer brainLight-Session zur Kenntnis, daß nur eine halbe Stunde vergangen ist. Sie fühlt sich fit und ausgeruht wie nach einem erfrischen Schlaf.

Mindmachines, Brainmachines oder Mental-Trainings-Systeme versetzen den Anwender in kürzester Zeit in tiefe Entspannung. Diese Geräte beeinflussen die Frequenzen unseres Gehirns und führen sie mittels optischen und akustischen Signalen in untere Hertzbereiche. Diese Alpha- und Thetawellen sind Merkmale für geist-körperliche Entspannung und sehr wichtig für die Aufnahmefähig-

keit, für Kreativität, Phantasie und Intuition.

Mediziner, Heilpraktiker, Psychologen und andere Therapeuten benutzen diese Mental-Trainings-Systeme als Therapieunterstützung. Viele Großfirmen bieten bereits für ihre Mitarbeiter einen Ruheraum, ausgestattet mit brainLight-Synchros, an, damit sie vor wichtigen Meetings oder Kundengesprächen eine Entspannung auf Knopfdruck machen können. Und in etlichen Haushalten Europas gehört eine Session mit einer Mindmachine bereits genauso zum Alltäglichen wie der Druck auf die On-Taste des Fernsehapparats.

Diese Mental-Trainings-Systeme scheinen tatsächlich eine Lösung für viele gestresste Menschen in den verschiedensten Berufen zu sein. Sei es der Chirurg, der sich während seines 24stündigen Einsatz in seinem Krankenhaus mühelos „entstressen“ kann, die Journalistin, die von Gesprächstermin zu Gesprächstermin hetzt und ihren Gegenübern immer wieder einen ruhigen und ausgeglichenen Eindruck vermitteln sollte, oder der Werbegrafiker, der in einer Session wieder Zugang zu seiner Kreativität findet.

Prof. Dr. FRANZ DECKER schreibt über die Mental-Trainings-Systeme: „Die brainLight-Synchros mit ihren entsprechenden Programmen können in einer Zeit zunehmender Stressbelastung, mentaler Desorientierung und Gesundheitsstörungen dazu beitragen, die eigenen geistigen Kräfte, die Lern- und Umstellfähigkeiten zu verbessern und Krankheiten vorzubeugen bzw. therapieren zu helfen. brainLight-Synchros können Kreativität, Flexibilität und Innovation in allen Lebens- und Arbeitsbereichen – besonders auch im Management – fördern und leisten somit einen wichtigen Beitrag zum Selbstcoaching und zur Weiterentwicklung.“

# HUMANISTISCHE MEDIZIN

## „Übergänge im Leben“

**Dr. Stanislav Grof**  
„LSD- und Nahtodforschung“

**Dr. Jeanne Achterberg**  
„Medizin und Spiritualität“

**Julia Onken**  
„Wechseljahre der Frau“

**Caryle Hirshberg**  
„Spontanheilungen“

**Brant Secunda**  
„Schamanismus der Huichol-Indianer“

**Dr. O. Carl Simonton**  
„Krebs-Therapie und Imagination“

**Dr. Rüdiger Dahlke**  
„Symbolik / Psychotherapie“

**Dr. Jean Houston**  
„Medizin, Psychologie und Religion“

**Lama Sogyal Rinpoche**  
„Tibetischer Buddhismus“

**Dr. Jirina Prekop**  
„Festhalte-Therapie bei Kindern“

**Dr. Wolf Büntig**  
„Humanistische Psychologie“

**Dr. Johann Christoph Student**  
„Hospiz Bewegung“

**Dr. Gisela Schmeer**  
„Kunst-Therapie“

### Vorträge, Workshops, Rituale

# 16. - 22. 11. 1992

3. internationale Fachkonferenz  
Garmisch-Partenkirchen

bitte senden Sie mir Informationsmaterial:

Name \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

Ort \_\_\_\_\_

Reichert-Organisation & Verlag,  
Achstraße 63, 8125 Oberhausen,  
Telefon 08802/1250, Fax 08802/1255

# HUMANISTISCHE MEDIZIN

## 3. Internationale Fachkonferenz Humanistische Medizin®

**Datum:** 16. bis 22. November 1992

**Ort:** Kongreß-Zentrum Garmisch-Partenkirchen

**Thema:** Übergänge im Leben

**Leitung:** DR. WOLFGANG BÜNTIG,  
ZIST e. V. Penzberg

Die Schulmedizin hat dank der konsequenten Anwendung der Naturwissenschaft beeindruckende Fortschritte erzielt in der Beseitigung der großen Seuchen sowie in der operativen und medikamentösen Behandlung von Organschäden. Sie hat sich jedoch in gleichem Maße weit entfernt vom fühlenden, wert- und sinnorientierten und seinen Platz im Kosmos suchenden Menschen.

Mit der Konferenz HUMANISTISCHE MEDIZIN wollen wir Anstöße geben zur Entwicklung einer menschengerechten Heilkunst, die sich an einer der menschlichen Eigenart entsprechenden geistigen Perspektive orientiert. Wir richten uns damit sowohl an die Ärzte jeder Fachrichtung in Klinik und Praxis als auch an Fachkräfte aus allen anderen Heil- und Sozialberufen sowie an alle an menschlichen Grundfragen interessierten Laien.

Die 3. Konferenz HUMANISTISCHE MEDIZIN hat zum Leitthema *Übergänge im Leben*. Hier geht es um die sich auf dem Lebensweg entfaltende Person und um den gesunden Umgang mit Krisen und deren phasenspezifischen Herausforderungen. Wir haben hierzu wieder auf ihrem jeweiligen Fachgebiet hervorragende Frauen und Männer gewinnen können, die in der Lage sind, in diesem Zusammenhang wichtige, das geistige Spektrum der Heilkunde ergänzende Ansätze in Vorträgen und anschließenden Übungen überzeugend zu vermitteln.

DR. JEANNE ACHTERBERG diskutiert die heilende Kraft des Weiblichen in Frauen und Männern, die sich in In-

tuition, Mitgefühl und Fürsorge ausdrückt, im Hinblick auf die gegenwärtige Krise des Gesundheitswesens in der westlichen Welt.

DR. WOLFGANG BÜNTIG behandelt Sterben und Geborenwerden als Grundmuster für das Erleben von und den Umgang mit Übergangskrisen.

DR. RÜDIGER DAHLKE beleuchtet die großen Reifungskrisen des menschlichen Lebens anhand dem Mandala als universellem Lebensmuster und den Mangel von Ritualen in unserer kultarmen Kultur.

DR. STANISLAV GROF differenziert stürmische Verläufe von durch spirituelles Erwachen ausgelösten Krisen von Psychosen.

CARYLE HIRSHBERG präsentiert einen Überblick über Spontanheilungen, insbesondere bei Krebs, und diskutiert die damit verbundenen biologischen und spirituellen Faktoren.

DR. JEAN HOUSTON schildert die Notwendigkeit des individuellen wie kollektiven Bewußtseinswandels in der derzeitigen globalen Übergangskrise.

JULIA ONKEN geht auf die Bedeutung der Wechseljahre für den Entwicklungsprozeß der Frau ein.

SILVIA OSTERTAG leitet das allmorgendliche Stille Sitzen im Stil des Zazen an und führt im Workshop ein in die Initiatische Gebärdenarbeit als Grundmuster und Hilfe zur Bewältigung von Übergangskrisen.

DR. JIRINA PREKOP schildert die Methode des Festhaltens als Therapie von autistischen Kindern.

DR. GISELA SCHMEER schildert Möglichkeiten der Kunsttherapie in der Therapie von Entwicklungsstörungen bei Kindern und Erwachsenen.

BRANT SECUNDA führt uns ein in Übergangsrituale für den Umgang mit Übergängen im Leben im Schamanismus der Huichol-Indianer

DR. O. CARL SIMONTON schildert seine Arbeit mit Einstellungen und Emotionen in durch Krebserkran-