

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 „Streß-Begleiter“.

Moderne Technologien aus den USA, brain machines, mind machines 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.

Völlig abgeschlafft und entnervt

erreicht Dr. Walter P. nach einem anstrengenden Messetag auf der Medica in Düsseldorf sein Hotel. Es kommt ihm vor, als habe er Tausenden von Medizinern die Bedienungsanleitung und den Nutzen seines medizinisch-technischen Gerätes, das er auf der Messe anbietet, erklärt.

Zu diesem Messestreß kam die ständige akustische „Untermalung“ in den Messehallen. Und zu guter Letzt: Er hat heute abend, 21 Uhr, noch einen Gesprächstermin mit einem seiner wichtigsten Kunden. Es geht um die Bestellungen für das nächste Jahr. Hierzu muß er geistig klar, völlig ausgeruht und konzentriert sein.

Das Hotel, in dem er während seines Düsseldorf Aufenthaltes seine Nächte verbringt, bietet seit einigen Monaten einen neuen Service für die Hotelbewohner an: Entspannung auf Knopfdruck und verschiedene Mental-Trainingsprogramme. Dr. Walter P. entscheidet sich heute dafür, dieses Angebot zu nutzen.

Keineswegs deshalb, weil er davon überzeugt ist, daß diese brainLight Synchron - so heißen diese „Wundergeräte“ - ihm tatsächlich aus seiner gestreßten Not helfen. Seine Motivation ist eher die eines Kranken, der jede Hilfe annehmen würde, denn schlimmer kann es nicht mehr werden.

Dr. Walter P. betritt den harmonisch eingerichteten Ruheraum des Hotels und wird vom Fachpersonal zu einem erwärmten Wasserbett geführt. Es ist ein herrliches Gefühl für ihn, das erste Mal auf einem leicht schwingenden Wasserbett zu liegen. Dann bekommt er die Brille und den Kopfhörer des brainLight Synchro aufgesetzt. Er schließt seine Augen und gibt sich dem hin, was auf ihn zukommt.

Sanfte, weiche Musik

ertönt in seinen Ohren. Dazu ein leises rhythmisches Rauschen. Dann beginnt die Brille Lichtreflexe in kurzen Abständen zu blinken. Erst erschrickt er über die Heftigkeit der Lichtblitze, doch dann gehen die Blitze in wunderschöne Farben und Formen, in kaleidoskopartige Muster und Bilder über. Ein herrliches Erlebnis. Dr. Walter P. spürt, wie sein Körper immer schwerer und schwerer wird, seine Gedanken über den Messetag werden leichter und fliegen spielend an seinem Kopf vorbei.

Stundenlang schwebt er im Raum und genießt die herrliche Entspannung. Alle Belastungen und Sorgen sind in weite Ferne gerückt. Nach, wie es ihm scheint, mehreren Stunden endet das Licht und Tonprogramm des Mentaltraining-Systems. Völlig erstaunt muß er zur Kenntnis nehmen, daß er nur ein halbstündiges Entstresungsprogramm gemacht hat. Er fühlt sich fit und ausgeruht wie nach einem erfrischenden Schlaf.

In einem konzentrierten und zielgerichteten Bewußtseinszustand

nimmt er den wichtigen Termin mit seinem Kunden wahr und kann erfolgreich abschließen.

In einem ähnlichen Fall betritt Cornelia W., Modemanagerin und Mutter von zwei Kindern 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 der 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 brilliant vorstellen zu können.

Sie legt sich auf ihr Hotelbett, setzt Brille und Kopfhörer der mind machine, die ein guter Freund ihr empfohlen hatte, auf und wählt das Entspannungsprogramm 3. Hierzu hört sie schöne klassische Musik. Sie schließt ihre Augen und gibt sich vertrauensvoll dem hin, was auf sie zukommt.

Harmonisch perlende Musik

umschmeichelt ihre Ohren. Dazu ein leises pulsierendes Pochen. Die Brille beginnt in kurzen Abständen zu blinken. Rotes Flimmern, geht über in bunte Gedankenbilder, Spiralen, Wellen und Kreise.

Cornelia W. spürt, wie ihr Körper immer schwerer und schwerer wird, ihre Gedanken werden leichter und fliegen wie Wolken durch ihren Geist. Sie verliert jegliches Zeitgefühl. Pressetermin und Modemesse sind vergessen. Die Seele baumelt, der Druck ist weg. Wie immer ist sie überrascht, daß das Programm nur zwanzig Minuten gedauert hat. Tattendrang und freudige Erwartung prikkeln in ihr.

Ihrer selbst und ihrer entspannten Wirkung vollkommen sicher stellt sie ihre Creation überzeugend dar und nimmt die Ovationen des Fachpublikums entgegen.

„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 Theta-Wellen sind Merkmale für geist - körperliche Entspannung und sehr wichtig für die Aufnahmefähigkeit, für Kreativität, Phantasie und Intuition.“



Verschiedene Universitäten

führen seit einigen Jahren Untersuchungen durch. Die Universität Essen hat ihre positiven Ergebnisse in der Zeitschrift DM 2/91 veröffentlicht.

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 Synchron an, damit sie vor wichtigen Meetings oder Kundengesprächen eine Entspannung auf Knopfdruck machen können. Und in etlichen Haushalten Europas gehört eine Session mit einer mind machine bereits genauso zum Alltäglichen wie der Druck auf die On-Taste des Fernsehapparates.

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 24-stündigen Einsatzes in seinem Krankenhaus mühelos „entstressen“ kann, die Journalistin, die von Gesprächstermin zu Gesprächstermin hetzt und ihren Gegenübern immer einen ruhigen und ausgeglichenen Eindruck vermitteln sollte, oder der Werbefrafer, der in einer Session wieder Zugang zu seiner Kreativität findet.

brainLight® MENTALSYSTEME

Erleben Sie durch die brainLight Entspannungs-Systeme eine faszinierende Reise, voller Farben und atemberaubender Visionen.

**Natürliches Wohlbefinden und
Ausgeglichenheit
durch tiefe Entspannung**

Wissenschaftler bestätigen
bei regelmäßiger Anwendung:

- **Sie entspannen sofort**
- **Ihre Vitalität erhöht sich**
- **Ihre Kreativität steigert sich**
- **Ihre Konzentration steigert sich**
- **Größere geistige Klarheit**



Fordern Sie unverbindlich Informationen an!

brainLight® GmbH

Hauptstraße 52 D- 63773 Goldbach

Tel: 06021 - 59070 Fax: 06021 - 540997