



Praxis Harmonie / Monika Lein / Nagler Weg 9 / 95686 Fichtelberg

brainLight GmbH

Hauptstraße 52

63773 Goldbach

**Monika Lein**  
Nagler Weg 9  
95686 Fichtelberg

Tel. 09272 - 909780  
Fax 09272 - 909778

info@harmonie-praxis.de  
[www.harmonie-praxis.de](http://www.harmonie-praxis.de)

### Meine Erfahrungen mit dem brainlight-System

Ich habe mein brainlight-System im August 2019 erworben, nachdem ich in einem Seminarhaus die Möglichkeit hatte, dieses auszuprobieren. Bereits bei dieser ersten Erfahrung bemerkte ich bei einer Heilmeditation körperliche Reaktionen. Das machte mir Mut und Hoffnung, diese Möglichkeit zu nutzen bei meinen Schlafstörungen und dem Schmerzsyndrom Fibromyalgie.

Außerdem stellte ich bereits dort nach einigen wenigen Anwendungen fest, dass ich mich in einem Gespräch mit einer anderen Teilnehmerin des Seminars vollkommen ruhig und entspannt fühlte, worauf diese mich auch ansprach. Ich fühlte ebenfalls eine große geistige Klarheit und konnte diese Teilnehmerin durch einen für sie gerade anstrengenden Lebensprozess hindurchbegleiten.

Als ich davon hörte, dass zu den Heilmeditationen gerade eine Studie durchgeführt wird, erklärte ich mich, nun neugierig geworden, sofort bereit, bei dieser Studie mitzuwirken und mich mit meinen Erfahrungen einzubringen.

Während der Zeit der Heilstudie habe ich jeweils am Morgen die von mir für 21 Tage ausgewählte Heilmeditation gemacht und am Abend eine Meditation zum Einschlafen verwendet. Diese Regelmäßigkeit hielt ich ein von Oktober bis Dezember 2019, bis auf die jeweils 7 Tage Pause dazwischen. Wenn ich unterwegs war, war es auch kein Problem, das brainLight-System mitzunehmen.

Jetzt, nachdem die Studienzeit vorbei ist, bin ich direkt froh, keine 7-tägige Pause mehr machen zu müssen, denn die Meditation ist mir inzwischen zu einer lieb gewordenen Gewohnheit geworden, die mich in meinem Alltag unterstützt und begleitet. Als ich vorige Woche dennoch drei Tage pausieren musste, bemerkte ich, wie groß doch inzwischen die positiven Auswirkungen geworden sind, denn ich war unruhiger und unkonzentrierter als sonst und schlief auch wieder schlechter. Deshalb lasse ich jetzt lieber unwesentlichere Dinge weg und verwende die freiwerdende Zeit für das, was mir guttut, indem ich meditiere.

Ich möchte nun noch einige Erfahrungen detaillierter beschreiben:

Ein Effekt, den ich beim brainLight-System besonders liebe, ist das Gefühl, während der Zeit der Anwendung ein Raum-Gefühl zu bekommen, das mich regelmäßig in andere, erweiterte Bewusstseinszustände führt. Oftmals kommen mir dabei wichtige Erkenntnisse und Einsichten, nach



Praxis Harmonie / Monika Lein / Nagler Weg 9 / 95686 Fichtelberg

**Monika Lein**  
Nagler Weg 9  
95686 Fichtelberg

Tel. 09272 - 909780  
Fax 09272 - 909778

info@harmonie-praxis.de  
[www.harmonie-praxis.de](http://www.harmonie-praxis.de)

denen ich schon lange gesucht hatte. Die Lösungen tauchen aus dem Unterbewusstsein auf und erscheinen auf einmal ganz einfach. Da ich Tagebuch schreibe, dokumentiere ich meine Erfahrungen und oftmals, wenn ich das Niedergeschriebene Tage später noch einmal lese, kommt mir die Frage: „Habe ich das geschrieben?“ Es scheint mir dann wirklich manchmal, als hätte ich die Worte direkt aus diesem erweiterten Raumgefühl und dem erweiterten Bewusstsein entnommen.

Durch die Kontinuität der Anwendung spüre ich immer häufiger und deutlicher, wie ich im Alltag anders reagiere und auch handle. Ich gehe entspannter, bedächtiger und klarer mit Krisensituationen um und reagiere gelassener. Außerdem setze ich die gefundenen Lösungsansätze und Erkenntnisse schneller und konsequenter um.

Mein körperlicher Schmerz ist noch nicht verschwunden, doch ich gehe anders damit um.

Ich bewege mich täglich und tue Dinge, die mir guttun, faste immer wieder einmal und bin dabei meine Ernährung umzustellen, so dass auch alle weiteren Faktoren der Heilung Berücksichtigung finden. Ich freue mich daran, dass alle Organe ihren Dienst besser und effektiver erledigen können, wenn ich mich viel mehr Zeit im Parasympathikus befinde.

Ich habe nun seit nunmehr 16 Jahren ständige Schmerzen, doch ich leide nicht (mehr) daran. Ich erfinde mich jeden Tag neu und stelle mich für diesen Tag in das Leben zurück. So kann jeden Tag ein wenig Heilung geschehen.

Während der Zeit der Studie bin ich auch immer wieder von alten Wunden und emotionalen Verletzungen berührt worden, doch mit jedem mich Einlassen und damit Weitergehen, bin ich im Herzen ruhiger und friedvoller geworden. Widerstände lösten sich nach und nach auf und immer wieder einmal stellte ich dann fest, dass manchmal innerhalb der 21 Tage plötzlich Worte oder Sätze in mein Bewusstsein drangen, die ich meinte, vorher noch gar nicht gehört zu haben. Es war immer wieder ein langsames Umschreiben meiner Lebensgeschichte.

Ich bin sehr froh, dass es dieses brainlight-System gibt und mir selbst dankbar, dass ich es nutze und anwende.

Ich wünsche allen weiteren Anwenderinnen und Anwendern dieses Systems ebenfalls entspannende, heilende und inspirierende Erfahrungen und viel inneren Frieden, denn wie ein Dalai Lama einmal sagte: „Es kann nur einen Weltfrieden geben, wenn jeder Mensch in seinem Herzen Frieden hat.“ Möge brainLight mit seinem Entspannungssystem weiterhin einen guten Beitrag dazu leisten.

Mit besten Grüßen

Monika Lein