

Liebes brainLight-Team,

vielen Dank, dass ich an der Studie für Selbstheilungskräfte teilnehmen durfte.

Ich habe das Programm „Selbstheilung für die Blase“ gewählt, weil ich dort immer wieder Beschwerden habe. Außerdem hatte ich immer schon Schwierigkeiten mich zu entspannen und im oft stressigen Alltag herunterzufahren.

Durch brainLight hat sich dies sehr verbessert. Nach anfänglichen Schwierigkeiten in die Entspannung zu kommen und konzentriert bei der Meditation zu bleiben, funktionierte es immer besser. Vor allem den zweiten Zyklus konnte ich sehr genießen. Meine Grundanspannung hat sich mittlerweile gelöst und ich fühle mich entspannter.

Die Meditation fand ich sehr angenehm und die gewählten Bilder sehr anschaulich. Die Lichtimpulse waren mir eine große Hilfe, um besser zu entspannen.

Die Studie hat mich auch angeregt, mich mehr mit dem Thema „Blase“ zu beschäftigen und mehr auf meinen Körper zu hören.

Insgesamt eine wirkliche positive Erfahrung für mich.

Weiterhin alles Gute an das ganze Team!

Mit freundlichen Grüßen

Ina Müller