



Sie erleben in einer **brainLight**-Anwendung eine einzigartige Form der körperlichen und mentalen Entspannung. Innerhalb weniger Minuten fühlen Sie sich ruhig und tief entspannt. Der Atem verlangsamt sich und wird gleichmäßiger. Zu den Lichteffekten der Visualisierungsbrille hören Sie schöne, entspannende Musik mit oder ohne Sprachbegleitung und werden je nach Programm zusätzlich massiert. Durch eine sinnliche Sinfonie aus Licht, Ton, Sprache und einem wohligen Körperempfinden werden Sie in eine ungeahnte neue Welt entführt. Ihr Geist scheint zu schweben und Sie erleben sich auf eine intensive, völlig neue Art und Weise. Aufregende Farben und Formen oder Muster entstehen vor Ihrem inneren Auge. Um sich vorstellen zu können, wie die Reize auf Augen und Ohren wirken, denken Sie an die Magie flackernden Feuers, das Wechselspiel von Licht und Schatten bei der Fahrt durch eine Baumallee oder das Glitzern der Sonne auf den Meereswellen.

10-Minuten-Programme BASIC

- 30 Positive Affirmationen für den Tagesbeginn ●
- 31 Positive Affirmationen für das Ende eines Tages ●
- 32 Massage zum Musikstück „Free Flow“ ●
- 33 Massage zum Musikstück „Chill Fit“ ●
- 34 Massage zum Musikstück „Energy“ ●
- 35 Massage zum Musikstück „Free Time“ ●
- 36 Kurzmeditation „Energie auftanken“ ●
- 37 Kurzmeditation „Kraftvoll sein“ ●
- 38 Massage zum Musikstück „Shift“ ●
- 39 Massage zum Musikstück „Timeless“ ●
- 40 Zitate zum Thema Dankbarkeit ●
- 41 Zitate zum Thema Erfolg ●
- 42 Zitate zum Thema Freundschaft ●
- 43 Zitate zum Thema Lebensweisheiten ●
- 44 Zitate zum Thema Liebe ●
- 45 Zitate zum Thema Motivation ●
- 46 Zitate zum Thema Seele ●
- 47 Zitate zum Thema Selbstvertrauen ●
- 48 Zitate zum Thema Stärke ●
- 49 Zitate zum Thema Wahrheit ●

*„Respect yourself enough to let yourself be respected.
Value yourself enough to allow yourself to be valued.
Trust yourself enough to allow someone to trust you.
Love yourself.
Let someone love you.“*

Lazaris

20-Minuten-Programme BASIC

- 50 Musikstück „Fantasy“ ●
- 51 Musikstück „Space“ ●
- 52 Musikstück „Creativity“ ●
- 53 Musikstück „Wellpower“ ●
- 54 Rundum-Wohlfühlprogramm
zum Musikstück „Deep Inside“ ⌘ ⚙
- 55 Rundum-Wohlfühlprogramm
zum Musikstück „Do It“ ⌘ ⚙
- 56 Rundum-Wohlfühlprogramm
„In 20 Minuten frisch und munter“ ☑ ⚙
- 57 Rundum-Wohlfühlprogramm
„In 20 Minuten ruhig und ausgeglichen“ ☑ ⚙
- 58 Anwendung mit dem Musikstück „brainFlight“ 👁
- 59 Sprachgef. Tiefenentspannung „Reise durch den Körper“ 👁



30-Minuten-Rundum-Wohlfühlprogramme BASIC

- 60 zum Musikstück „Sky“ ☑
- 61 zum Musikstück „Chill Out“ ☑
- 62 zum Musikstück „Falling Waters“ ⌘ ⚙
- 63 zum Musikstück „Freedom“ ⌘ ⚙
- 64 zum Musikstück „Ocean“ ⌘ ⚙ 🗨

40-Minuten-Rundum-Wohlfühlprogramme BASIC

- 65 mit der Tiefensuggestion „Konzentration steigern“ ⌘
- 66 mit der Tiefensuggestion „Erfolgreicher leben“ ⌘
- 67 mit der Tiefensuggestion „Erfolgreich verkaufen“ ⌘
- 68 mit der Tiefensuggestion „Stress abbauen“ ⌘
- 69 mit der Tiefentrance „Fantasiereise“ ⌘ ⚙

„Open your eyes – be still – listen –
Open the eyes of your heart –

Be confident and courageous –
Love!”

Lazaris



Tiefensuggestionen „Bewährte Klassiker“

70 „Autogene Entspannung“	⌘	39 Min.
71 „Bewusster und angenehmer träumen“	⌘⚙	39 Min.
72 „Tinnitus bewältigen“	⌘⚙	39 Min.
73 „Ohne Angst zum Zahnarzt“	⌘⚙	38 Min.
74 „Abwehrkräfte steigern“	⌘⚙	39 Min.
75 „Idealgewicht ohne Diät“	⌘	39 Min.
76 „Abnehmen und sich wohlfühlen“	⌘	39 Min.
77 „Lebensmut statt Depression“	⌘⚙	39 Min.
78 „Selbstbewusstsein stärken“	⌘	39 Min.
79 „Ängste überwinden“	⌘	39 Min.

„Ich wurde geboren, um im Glanz
der Liebe und im Licht der
Schönheit zu leben.
Beide sind Gottes Ebenbilder.“

Khalil Gibran

*„Stand in the light of gratitude and
Let shine the spiritual being that you truly are.*

*Let shine the God-Being within you –
Who is still disguised as a human being.*

*Embrace the wonders of your life.
Embrace the wonders of your being.*

*With joy and inspiration – with gratitude –
You and your world can become new – beautifully new –*

And majestic with love and light.“

Lazaris



Clever – Positives Lernerfahrungstraining

Clever-Programme mit Musik

Die Programme 90–99 enthalten Licht- und Ton-Frequenzen sowie Musik.

90	Schnelleres Lernen	👁️ 15 Min.
91	Prüfungsvorbereitungs-Training	👁️ 15 Min.
92	Stimmungsaufhellung nach der Schule/ Unterstützung der Eltern	👁️ 15 Min.
93	Lösung von Problemen	👁️ 15 Min.
94	Positive Motivation/Einstellung für Höchstleistungen	👁️ 15 Min.
95	Lese- und Buchstabierhilfe	👁️ 15 Min.
96	Mathematik-Hilfe	👁️ 11 Min.
97	Hausaufgaben-Hilfe	👁️ 10 Min.
98	Konzentrations- und Aufmerksamkeitstraining	👁️ 15 Min.
99	Tiefschlaf und Erholung	👁️ 40 Min.

Märchen für Kinder & Erwachsene

100	„Der Benzindrache Jaxibur“ *	30 Min.
101	„Prinzessin Faidi“ *	25 Min.
102	„Der Trollkönig“ *	36 Min.

* Programm ohne Massage und ohne Visualisierung.
Der Massagesessel fährt in die Ruheposition.

Die **brainLight**-Clever-Programme wurden zur Unterstützung von schnellerem und einfacherem Lernen entwickelt und ermöglichen Gehirntraining auf dem neuesten Stand der Neurotechnik. Kinder und Erwachsene werden auf eine spannende Reise in die Welt des schnellen und einfachen Lernens eingeladen.

Das **brainLight**-System erzeugt wissenschaftlich fundierte Frequenzen audio-visueller Stimulation, die Sie und Ihr Kind darin unterstützen, Bestleistungen zu erzielen. Durch die Beruhigung und Ausbalancierung der Gehirnwellen werden Fokus und Konzentration gesteigert, der Geist optimal aufs Lernen vorbereitet und ideale Ausgangsbedingungen für eine gute Merkfähigkeit geschaffen.

Die Programme wurden ursprünglich für Kinder entwickelt, können aber auch von Jugendlichen und Erwachsenen genutzt werden.



Sportprogramme mit Musik und Sprachführung

Die Programme 120–129 enthalten Licht- und Ton-Frequenzen sowie Musik.

120	Aufwärmen mit ruhigem Geist	●	12 Min.
121	Wettkampfvorbereitung	●	12 Min.
122	Erschaffen Sie Ihr eigenes Gewinnerlebnis	👁	12 Min.
123	Muskelgedächtnisübung	● ⚙	17 Min.
124	Entspannungsreaktionstraining für Stresstoleranz und Schmerzmanagement	👁 ⚙	17 Min.
125	Selbst-Vertrauen für eine positive Grundhaltung	●	17 Min.
126	Zuversicht und Selbstwertgefühl	⚡ ⚙	22 Min.
127	Tor zum Sieges-Momentum	⚡	27 Min.
128	Mentales Reaktionstraining	⚡	32 Min.
129	Entspannung, Tiefschlaf und Jetlag-Vorbeugung	▣ ⚙	42 Min.

Für den Sport- und Fitnessbereich bietet **brainLight** zehn Sport-Programme an, die alle wichtigen Aspekte mentalen Trainings abdecken, die für sportlichen Erfolg notwendig sind, wie z. B. die Wettkampfvorbereitung, den Aufbau von Selbstbewusstsein und Zuversicht sowie Muskelgedächtnis- und Fokustraining. Vor allem im Sport beginnt Erfolg im Kopf.

Spitzensportler vertrauen auf ihrem Weg zu Topleistungen schon lange nicht mehr nur auf körperliches Training. Mentaltraining und optimale Regeneration durch Entspannungsmethoden gehören heute zum Alltag wie die richtige Ernährung. Von diesen Erkenntnissen der Sportpsychologie können auch Hobbysportler profitieren.

„Nothing changes until you do.“

Lazaris

Licht- und Tonfrequenzverläufe: Dr. Rayma Ditson-Sommer

Musik: Andrea Rushton, Ben Lennox, Dietrich von Oppeln, Frank Metzner (Musik der Programmeinführungen), Joseph Brook, Tallis Brooks, Thomas Hull

Sprecher*innen: Sabrina Sauer + Arno Kohnen: Programm „Tor zum Sieges-Momentum“

Tontechnische Umsetzung: Frank Metzner im Tonstudio Dreamland, Krombach

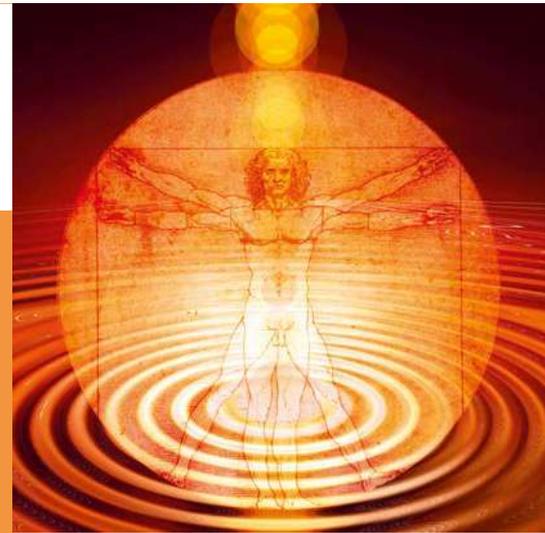
Programmtexte: Sabrina Sauer, nach Programmbeschreibungen von Dr. Rayma Ditson-Sommer

Sinfonie des Lichts – Heilmeditationen für die inneren Organe

Die Programme 170–179 als Vollversion enthalten Einleitung und Informationstext zum Organ, Meditation und Abschlussmusik.

- 170 Heilung für Ihre Fortpflanzungsorgane**
Kreative Schöpfungskraft ausstrahlen ⚡ 25 Min.
- 171 Heilung für Ihre Blase**
Einfach loslassen und entspannen ⚡ 25 Min.
- 172 Heilung für Ihre Nieren und Nebennieren**
In der Kraft, Präsenz, Klarheit und
Empfänglichkeit leben ⚡ 28 Min.
- 173 Reinigung der Leber • Mach es Deiner
Leber doch so leicht wie möglich** ⚡ 31 Min.
- 174 Heilung für Ihre Bauchspeicheldrüse • Die
Süße des Lebens und was dafür nötig ist** ⚡ 23 Min.
- 175 Wohlgefühl im Bauch • In Frieden mit sich
selbst annehmen, was ist** ⚡ 21 Min.
- 176 Heilung für Ihre Lungen • Freudige
Leichtigkeit und der Atem des Lebens** ⚡ 24 Min.
- 177 Ein freies und offenes Herz • Liebend,
gütig, stärkend, mitfühlend SEIN** ⚡ 25 Min.
- 178 Heilung für Ihre Schilddrüse und Nebenschilddrüsen**
Freiheit zur Selbstentfaltung ⚡ 26 Min.
- 179 Heilung für Ihren Körper**
Gesundheit lichtvoll erschaffen 👁 33 Min.

Autoren*innen Programmtexte: Petra Umann, Ursula Sauer, Purak Klaus Hensel • Sprecherin Haupttext: Ursula Sauer • Auswahl Licht- und Tonfrequenzen: Sabrina Sauer • Musik: Dietrich von Oppeln • Tontechnik: Frank Metzner, Tonstudio Dreamland



Mit den 10 Heilmeditationen für die inneren Organe möchten wir Ihnen ein Werkzeug an die Hand geben, um die Ihrem Körper innewohnenden Selbstheilungskräfte zu mobilisieren. Im Einführungstext der Programme lernen Sie zuerst Funktion und Wirkungsweise des jeweiligen Organs aus physiologischer und psychosomatischer Sicht kennen. In der anschließenden, geführten Meditation wird das entsprechende Organ mittels Visualisierungsübungen gezielt dabei unterstützt, gesund zu werden oder zu bleiben. Die Musik wurde speziell auf die Texte komponiert und ist jeweils in der zum Organ passenden Tonart gehalten. Gleichzeitig kommen Lichtimpulse zum Einsatz, die auf Grundlage der Frequenzforschung dem jeweiligen Organ zugeordnet sind. Freuen Sie sich auf eine außergewöhnliche Reise durch Ihren Körper.

„Leuchten des Lebens“ von Dr. Ruediger Dahlke

220 Leuchten des Lebens	⌘ ⚙	30 Min.
221 Berührt werden	⌘ ⚙	21 Min.
222 Massagemeditation	● ⚙	20 Min.
223 Heilungsmeditation	⦿ ⚙	29 Min.
224 Resonanz und Liebe	⦿ ⚙	29 Min.

Die 5 Meditationen „Leuchten des Lebens“ wurden von Dr. Ruediger Dahlke eigens und exklusiv für die **brainLight**-Komplettsysteme entwickelt und gesprochen.

Meine Seele tadelte mich siebenmal.

*Das erste Mal, als ich versuchte,
mich auf Kosten der Erniedrigten zu erhöhen.*

Das zweite Mal, als ich vor Lahmen zu hinken vorgab.

*Das dritte Mal, als ich zwischen Schwerem und Leichtem
zu wählen hatte – und dem Leichten den Vorzug gab.*

*Das vierte Mal, als ich einen Fehler beging und mich mit
den Fehlern anderer tröstete.*

*Das fünfte Mal, als ich Schwäche hinnahm und es der Stärke
meiner Geduld zuschrieb.*

*Das sechste Mal, als ich den Saum meines Gewandes hob,
damit der Staub des Lebens es nicht beschmutzte.*

*Und das siebte Mal, als ich ein Lied zum Lob Gottes anstimmte
und den Gesang für eine Tugend hielt.*

Khalil Gibran



Ruediger Dahlke lädt den*die **brainLight**-Anwender*in in diesen Meditationen dazu ein, das **brainLight**-Wohlfühlerlebnis im **brainLight**-Komplettsystem mit allen Sinnen zu erforschen, sich ganz den Tönen, Lichtern, (Massage-)Berührungen und Worten hinzugeben. Er erinnert uns daran, wie natürlich es ist, sich durch Berührung, Sprache und Musik verwöhnen zu lassen und dass dies, vielleicht ganz unerwartet, alte Blockaden und Erinnerungen (auf)lösen kann.

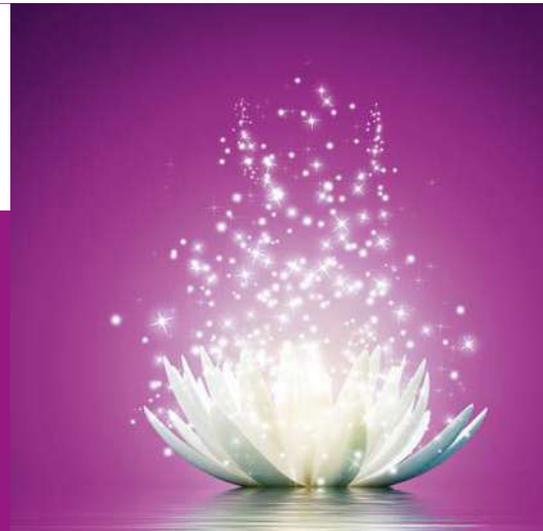


Magische Klänge von Dietrich von Oppeln

- 240 Balance** – Gib Dich Deiner Ganzheitlichkeit hin. Du bist vollständig, Du bist in Harmonie und Balance. ● ⚙ 20 Min.
- 241 Love's Magic** – Lass Dich auf dem Fluss des Lebens und der Liebe treiben. Seine Quelle ist magisch. ● ⚙ 20 Min.
- 242 Bright Horizons** – Die aufgehende Sonne begrüßt Dich. Die Weite entfaltet sich vor Dir. Du machst Dich auf zu neuen Horizonten. ● 20 Min.
- 243 Vibrant Dimensions** – Gehe durch den Vorhang aus Licht. Betritt freudig das Unbekannte. Magische Abenteuer erwarten Dich. ● 20 Min.
- 244 Dreaming with Whales** – Seit Urzeiten singen die Sänger der Meere ihre Lieder. Sing mit ihnen und träume mit ihnen von der Unendlichkeit des Seins. ● 20 Min.
- 245 Magic Rain** – Stelle Dich hinein in den Regen der Fülle! Empfange! Erlaube Dir Reichtum auf allen Ebenen! ● 21 Min.
- 246 Love and Delight** – Voll Zuversicht gehst Du Deinen Lebensweg. Du fühlst dich geliebt, geführt und geborgen. ● ⚙ 20 Min.
- 247 Lucid Dreaming** – Was verbirgt sich hinter dem Offensichtlichen? Träume Dich hinab in die magischen Täler der Feen und hinauf zu den Höhen der Adler des Lichts. ● ⚙ 20 Min.
- 248 Be Enchanted** – Hinter den Vorhängen des Alltäglichen ist der Zauber des Lebens. Tauche hinein! ● 20 Min.
- 249 Shamanic Magic** – Träume mit den Schamanen des Regenwalds. Lass Dich von ihnen in das Nagual führen, zum Ozean der unerschöpflichen Möglichkeiten. ● ⚙ 20 Min.

Musik: Dietrich von Oppeln • Programmansage: Sabrina Sauer

Dieser Programmblock enthält 10 Programme „Musikgenuss pur“ ohne Sprachführung. Zum Entspannen, Träumen und Meditieren.



Dietrich von Oppeln-Bronikowski

Dietrich von Oppeln hat Theologie, Kunst und Germanistik studiert und ist heute Lebensberater, Seminarleiter und Coach mit vorwiegend spirituellen Themen.

Musik ist seine erste Liebe und die Melodien fließen einfach so aus ihm heraus. Anfangs hat er seine Inspirationen mit dem Klavier zum Klingen gebracht, später kamen dann Keyboards und andere, besonders auch virtuelle Instrumente dazu.



Sich im Herzen verankern von Dr. Ruediger Dahlke

In 5 Meditationen zeigt Ruediger Dahlke Wege auf, um sich wirklich im Leben und im eigenen Herzen zu verankern und im Hier und Jetzt wohlzufühlen.

* Musik: Dietrich von Oppeln

** Musik: Frank Metzner



300 Weniger ist mehr*	☒ ⚙	32 Min.
301 Krise als Chance*	☒ ⚙	31 Min.
302 Allein statt einsam**	☒ ⚙	31 Min.
303 Schatten als Schatz*	☒ ⚙	31 Min.
304 Meine Begabung finden*	☒ ⚙	32 Min.

Meditationen aus den Programmen 300 – 304

305 Weniger ist mehr*	☒ ⚙	23 Min.
306 Krise als Chance*	☒ ⚙	25 Min.
307 Allein statt einsam**	☒ ⚙	26 Min.
308 Schatten als Schatz*	☒ ⚙	23 Min.
309 Meine Begabung finden*	☒ ⚙	25 Min.

Musik aus den Programmen 300 – 304

310 Weniger ist mehr*	☒ ⚙	22 Min.
311 Krise als Chance*	☒ ⚙	24 Min.
312 Allein statt einsam**	☒ ⚙	26 Min.
313 Schatten als Schatz*	☒ ⚙	23 Min.
314 Meine Begabung finden*	☒ ⚙	25 Min.

„Mutig leben heißt, das Leben wagen.

Das Leben wagen heißt, es annehmen und seinen Weg gehen.

Leben heißt wachsen – ein Leben lang. Dazu braucht es Mut, sich liebend zu öffnen, und Kraft zur Verwirklichung.

Wenn Mut auf Kraft trifft und sich mit Hoffnung paart, lässt sich die Welt aus den Angeln heben und neu erschaffen.“

Ruediger Dahlke in „Worte, die die Seele heilen“



Carolin Sue ist zertifizierte Selbstliebe-Trainerin, Life Coach und Expertin für persönliche Weiterentwicklung. In ihrer Arbeit unterstützt sie vor allem junge Frauen dabei, ihren Wert wieder zu erkennen, sanfter mit sich selbst zu sein und gesunde Grenzen zu setzen. Sie betreibt außerdem einen Blog und ist als Autorin für Magazine tätig.

Sprecherin: Carolin Sue

* Musik: Dietrich von Oppeln

** Musik: Frank Metzner

Selbstliebe stärken von Carolin Sue

- 340 Tiefe Selbstakzeptanz** ● 16 Min.
- 341 Negative Gedanken loslassen** ● 17 Min.
- 342 Liebevoller Umgang mit Angst** ● 18 Min.
- 343 Kraftvolle „Ich Bin“-Affirmationen** ● 18 Min.
- 344 Meditation – Dein innerer Kraftort** ● ☼ 21 Min.
- 345 Was wäre, wenn?** ● 14 Min.
- 346 Tiefe Liebe spüren* ● ☼ 17 Min.
- 347 Eine Nachricht von Deinem höchsten Selbst* ● 17 Min.
- 348 Starkes Selbstvertrauen* ● 19 Min.
- 349 Meditation für Erdung und Geborgenheit* ● 21 Min.

Musik aus den Programmen 340 – 349

- 350 Tiefe Selbstakzeptanz** ● 16 Min.
- 351 Negative Gedanken loslassen** ● 16 Min.
- 352 Liebevoller Umgang mit Angst** ● 18 Min.
- 353 Kraftvolle „Ich Bin“-Affirmationen** ● 18 Min.
- 354 Meditation – Dein innerer Kraftort** ● ☼ 21 Min.
- 355 Was wäre, wenn?** ● 14 Min.
- 356 Tiefe Liebe spüren* ● ☼ 17 Min.
- 357 Eine Nachricht von Deinem höchsten Selbst* ● 17 Min.
- 358 Starkes Selbstvertrauen* ● 19 Min.
- 359 Meditation für Erdung und Geborgenheit* ● 21 Min.

„Sich selbst zu lieben ist der Beginn einer lebenslangen Romanze.“

Oscar Wilde



Erkenne Dich selbst – Werde, der Du bist! von Dr. Ruediger Dahlke

- 385 Spielregeln des Lebens – Schicksalsgesetze* ● 28 Min.
- 386 Gutes Beginnen** ● 38 Min.
- 387 Prinzipien von Partnerschaft* ● 42 Min.
- 388 Burnout** ● 41 Min.
- 389 Abschied und Loslassen* ● 37 Min.

Meditationen aus den Programmen 385 – 389

- 390 Spielregeln des Lebens – Schicksalsgesetze* ● 21 Min.
- 391 Gutes Beginnen** ● 28 Min.
- 392 Prinzipien von Partnerschaft* ● 30 Min.
- 393 Burnout** ● 31 Min.
- 394 Abschied und Loslassen* ● 28 Min.

Musik aus den Programmen 385 – 389

- 395 Spielregeln des Lebens – Schicksalsgesetze* ● 21 Min.
- 396 Gutes Beginnen** ● 28 Min.
- 397 Prinzipien von Partnerschaft* ● 29 Min.
- 398 Burnout** ● 30 Min.
- 399 Abschied und Loslassen* ● 27 Min.

„Das Leben ist ein Übungsfeld, eine Spielwiese, auf der man mit Genuss und Hingabe herumtollen darf. Je rascher die Spielregeln durchschaut werden, desto mehr Freude macht das Spiel. Das Ziel des Spieles ist erreicht, wenn alle Regeln durchschaut und alle Stationen passiert sind – wenn man gewachsen und erwachsen ist und seinen Lebensplan bewusst und freiwillig erfüllt.“
Ruediger Dahlke in „Zauberworte der Heilung“

In 5 Meditationen erklärt Ruediger Dahlke die Spielregeln des Lebens, universelle Gesetze oder „Schicksalsgesetze“, die alles beeinflussen. Werden sie beachtet, können sie dabei helfen, das Leben in den Fluss zu bringen und wahre Erfüllung zu finden.

* Musik: Dietrich von Oppeln

** Musik: Frank Metzner





Festprogramme

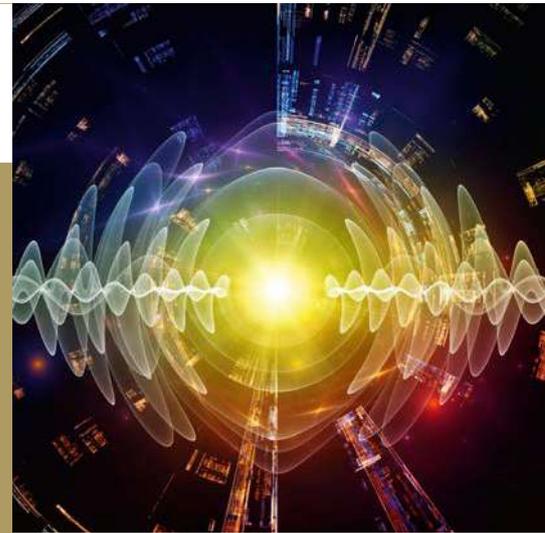
900 Alpha Entspannung I (Grafik A)	10 Min.
901 Alpha Entspannung II (Grafik B)	15 Min.
902 Entspannung (Grafik C)	10 Min.
903 Entspannung mit Schumannfrequenz (Grafik D)	20 Min.
904 Entspannung/Modus ändert sich (Grafik E)	30 Min.
905 Anti-Stressprogramm – intensiv (Grafik F)	30 Min.
906 Tiefe Entspannung (Grafik G)	30 Min.
907 Entspannung im hohen Alpha-Bereich (Grafik H)	10 Min.
908 Entspannung im hohen Alpha-Bereich (Grafik I)	15 Min.
909 Meditation (Grafik J)	30 Min.
910 Meditation, Träumen, Visualisierung, Theta	15 Min.
911 Lernprogramm	15 Min.
912 Entspannung, Energie tanken	20 Min.
913 Energie tanken	20 Min.
914 Visualisierung, Kurzschlaf	20 Min.
915 Mentales Training, Superlearning I	30 Min.
916 Mentales Training, Superlearning II	30 Min.
917 Sehr tiefe Entspannung	30 Min.
918 Einschlafhilfe	35 Min.
919 Mentales Training	20 Min.
920 Demonstriert die Stimulationselemente	5 Min.
921 Klare Träume	35 Min.
922 Morgenfrische, Aufwachen	20 Min.
923 Energie, Kreativität	35 Min.
924 Problemlösung, Kreativität	30 Min.
925 Mentales Tune-Up	15 Min.
926 Energie, Lernen	30 Min.
927 Schnelle Pause, Kurzentspannung	15 Min.
928 Entspannte Kreativität, Lösungen finden I	30 Min.
929 Entspannte Kreativität, Lösungen finden II	30 Min.

Diese Programme enthalten nur Licht- und Ton-Frequenzen (also keine Massage, Musik und/oder Sprachführung) und können ganz ohne oder zusammen mit Ihrer persönlichen Musik eingesetzt werden (mittels Mobiltelefon, CD-Player, Laptop etc.). Sie können sich manuell auch eine Massage mit Hilfe des Bedienpanels Ihres **brainLight**-Massagesessels hinzuschalten.

Festprogramme enthalten festgelegte Abläufe verschiedener Licht- und Ton-Frequenzen (für die Programme 900 bis 909 finden Sie Grafiken der Programmverläufe in Ihrer Bedienungsanleitung).

Festfrequenzprogramme

930 Balance	0,5 Hz	15 Min.
931 Ausgeglichenheit	1 Hz	15 Min.
932 Hormonfreisetzung	1,5 Hz	15 Min.
933 Entspannung	2 Hz	15 Min.
934 Gegen Schlaflosigkeit	2,5 Hz	15 Min.
935 Entspannung	3 Hz	15 Min.
936 Fremdsprachen lernen	3,5 Hz	15 Min.
937 Intuition I	4 Hz	20 Min.
938 Intuition II	5 Hz	20 Min.
939 Vision	5,5 Hz	20 Min.
940 Gedächtnissteigerung	6,4 Hz	20 Min.
941 Kreativität	7,5 Hz	20 Min.
942 Intuition III	7,8 Hz	20 Min.
943 Schumann-Resonanz	7,83 Hz	20 Min.
944 Zentrierung	12 Hz	20 Min.
945 Grundfrequenz	14 Hz	20 Min.
946 Schmerzlinderung	15 Hz	20 Min.
947 Muskelentspannung	38 Hz	20 Min.
948 Schmerzlinderung	10 Hz	35 Min.
949 Schumann-Resonanz	7,83 Hz	30 Min.



Diese Programme enthalten nur Licht- und Ton-Frequenzen (also keine Massage, Musik und/oder Sprachführung) und können ganz ohne oder zusammen mit Ihrer persönlichen Musik eingesetzt werden (mittels Mobiltelefon, CD-Player, Laptop etc.). Sie können sich manuell auch eine Massage mit Hilfe des Bedienpanels Ihres **brainLight**-Massagesessels hinzuschalten.

Festfrequenzprogramme enthalten eine durchgehend gleichbleibende Licht- und Ton-Frequenz.