

# Die Kraft der Klänge auf Körper, Geist und Seele



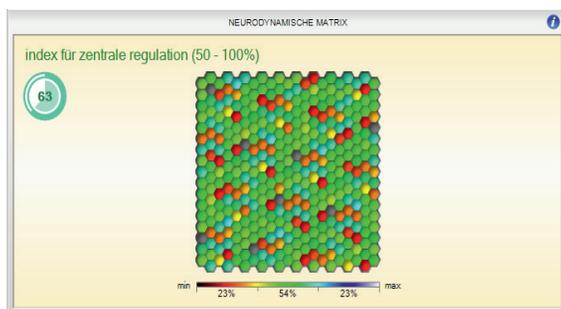
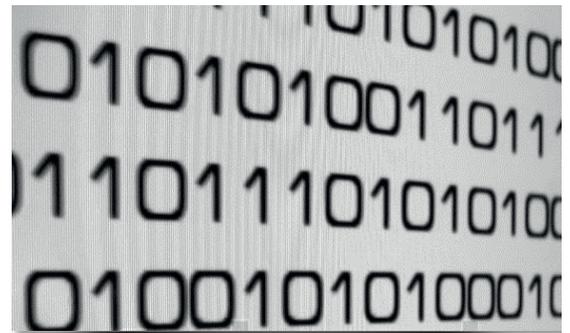
Das Wissen, mit Gesang und Klang den Organismus beeinflussen zu können, besaßen schon unsere Urahnen und es findet seine Bestätigung auch in der Forschung der Neuzeit. So wurde bspw. bereits nachgewiesen, dass sich das Herz des Zuhörers dem Rhythmus der Musik anpasst.

Das menschliche Gehirn wandelt Schallwellen in Signale um und sendet diese an den Kortex, der sensorische und motorische Vorgänge sowie das Bewusstsein, komplexes

Denken und somit die Persönlichkeit steuert. Von den einzelnen Hirnarealen ausgehend beeinflussen die elektrischen Impulse von Klängen u. a. Gefühle, Emotionen und sogar unsere Kreativität. Die durch Klänge erzeugten elektrischen Signale stimulieren im Gehirn auch die Ausschüttung und Umwandlung von Hormonen, die sich über den Blutkreislauf im gesamten Körper verbreiten und die unterschiedlichen Systeme beruhigen oder auch anregen.

## Mit dem richtigen Ton zurück ins Gleichgewicht

Die Software Nilas MV® bietet die Möglichkeit, ein individuelles Soundmuster als Klangregulation zum Ausgleich bioenergetischer Dysbalancen zu erstellen. Die Audiodateien werden spezifisch für den jeweiligen Patienten generiert. Hierfür wird die Differenz zwischen dem Optimalzustand und dem Ist-Zustand der neurodynamischen Matrix sowie den zwei schwächsten Chakren berechnet. Anschließend werden die individuellen Frequenzen als Signalimpuls auf Naturklänge aufmoduliert.



Die Harmonisierungsklänge werden direkt im MP3-Format abgespeichert; sie sind jeweils ca. 20 Minuten lang und sollten für einen Zeitraum von etwa zwei Wochen täglich vom Anwender angehört werden. Da sich die Gesamtkonstitution im Verlauf einer Klangregulation anpasst, sollte nach ca. zwei Wochen eine neue Sound-Datei auf Basis eines weiteren Scans erstellt werden.

Die Sounddateien können auf einer CD, einem USB-Stick bzw. MP3-Player gespeichert oder per Filehosting-Dienst dem Anwender zur Verfügung gestellt werden.



# Atmen Sie sich gesund und fit!

Atmen ist eine essentielle Vitalfunktion und sorgt nicht nur für eine ausgewogene Sauerstoffversorgung und Kohlendioxidabgabe. Die richtige Atemtechnik kann helfen, gesund zu bleiben, Störungen zu beheben und die Energieversorgung verbessern – sowohl körperlich als auch mental.

## Stress beeinträchtigt den natürlichen Atemfluss

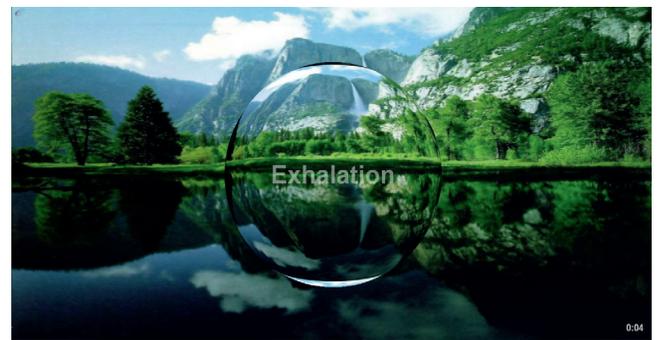
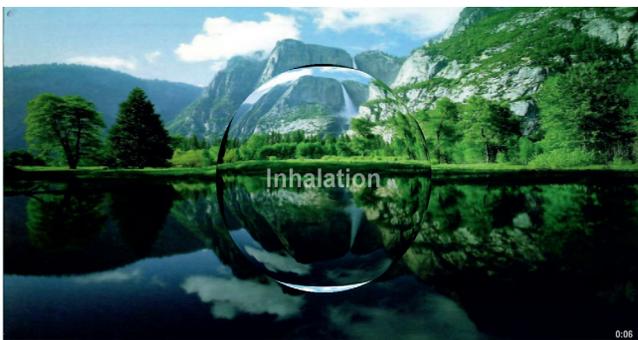
Dauerstress kann zu einer Atemfrequenz führen, die eigentlich nur in Flucht- und Kampfsituationen „normal“ ist. Da der Atmungsvorgang unbewusst abläuft, nehmen viele Menschen nicht wahr, dass ihre Atmung flach oder gar verkrampft ist. Die Folgen einer solchen „Atemtechnik“ manifestieren sich im weiteren Verlauf oft in gesundheitlichen Beeinträchtigungen, wie bspw. Mangelversorgung, Anspannung, Verspannung und Erschöpfung.

## "Richtig Atmen"

Bei einer gesunden Atmung fließt die Atemluft ohne Anstrengung in den Körper und wieder heraus. Dabei sollte der Atem bis in den Bauch und das Becken strömen, aber auch im Rücken und Nierenbereich fühlbar sein.

## Mit Nilas MV® einen "langen Atem" erwerben

Auf Basis der gemessenen Herzratenvariabilität wird eine individuelle Atemfrequenzübung mit einer Dauer von 5 Minuten erstellt. Diese regt an, wieder in den eigenen Rhythmus zu kommen und dient gleichzeitig der Regulation der Biorhythmen sowie zur Stärkung/Aktivierung des parasympathischen Systems bzw. Senkung des Stressniveaus und Steigerung des Energielevels.



Die Atmung wird mithilfe einer dynamischen Kugel dargestellt. Sie dehnt sich für die Einatmung (Inhalation) aus und zieht sich für die Ausatmung wieder zusammen (Exhalation). Die Geschwindigkeit der Ausdehnung bzw. die Kontraktion der Kugel sowie die Länge der Atempausen sind anhand der Messdaten individuell auf den Probanden zugeschnitten.

Der Entspannungseffekt wird zusätzlich durch die Animation der Atemkugel im Zusammenspiel mit wechselnden Landschaftsbildern und der eingebetteten klassischen Musik gefördert.