

טכנולוגית ההולוסינק - מדיטציה בלחיצת כפתור.

טכנולוגית הצליל "הולוסינק" מכניסה את המוח לגלי אלפא, טטה ודלתא, אליהן מגיעים רק יוגים מנוסים, לאחר שנות מדיטציה רבות. מחקרים אודות השפעתה של מדיטציה על פעילות המוח אשר נעשו בשנות ה-70 הוכיחו שמדיטציה גורמת לשינוי התדרים החשמליים במוח. בניגוד לפעילות המוח בקרב אנשים שאינם עושים מדיטציה, בה אונה אחת דומיננטית יותר ביחס לאונה השנייה, נמצא שבקרב אנשים המתרגלים מדיטציה בקביעות ולאורך זמן, שתי אונות המוח פועלות בתאום ואיזון. המחקרים הוכיחו קשר ישיר בין פעילות המוח המאוזנת יותר לבין יכולתם של יוגים מנוסים ליצור מצבים תודעתיים ומצבי חיים מאוזנים יותר. איזון בין שני אונות המוח גורמת להיווצרות גלי אלפא השומרים את האדם בערנות וריכוז רגועים ונינוחים.

על מנת להתמודד עם המצב המדטטיבי העמוק, המוח יוצר מסלולים עצביים חדשים בין המוח הימני והשמאלי, היוצרים איזון ותקשורת טובים יותר בין שני חלקי המוח. בתהליך ההתאזנות, טכנולוגית ההולוסינק מחזקת את סף היכולת הרגשית והמנטלית (סף יכולת ההתמודדות עם גירויים) וגורמת לרגשות ולהתנהגויות שאינן משרתות את האדם להתמוסס ולהעלם. (כעס, פחד, חרדה, דיכאון, התמכרויות, אכילת יתר ועוד).

פעילות מוח אחידה, מתואמת ומאוזנת יוצרת חווית מציאות חיובית ומעצימה יותר.

טכנולוגית ההולוסינק מעצימה באופן משמעותי את היכולת המנטאלית, הרגשית והרוחנית ע"י חיזוק סף היכולת הרגשית והמנטאלית.

אנלוגיה טובה לתהליך חיזוק היכולת הרגשית, היא חיזוק הכושר הגופני. אדם שמתחיל באימוני ריצה יתקשה לרוץ 10 ק"מ ברציפות, שכן סף הכושר הגופני שלו נמוך. ככל שימשיך להתאמן, המרחק הזה ילך ויהיה קל יותר. בסופו של תהליך 10 ק"מ לא יהיו קשים כלל והוא ירגיש שהוא יכול לרוץ מרחק גדול יותר. כאשר יאריך את המסלול התהליך יהיה דומה. כך ילך ויגביר את הכושר הגופני שלו ככל שיתאמן ויגביר בהדרגה את המאמץ הגופני.

בזמן המדיטציה עם טכנולוגית ההולוסינק, המוח מפריש חומרים הגורמים לתחושות של רגיעה, ולכן החוויה היא ברובה נעימה ומרגיעה מאד.

התכנית מבוססת על הקשבה לדיסקים בהם מוטמעת הטכנולוגיה מאחורי מוסיקה רכה ומרגיעה, בתוספת צלילים סביבתיים, למשך חצי שעה – שעה בכל יום. הטכנולוגיה פותחה על סמך שנות מחקר רבות בפעילות המוח ומושתתת על ממצאים מדעיים מוצקים.

טכנולוגית ההולוסינק פותחת בפני כל אחד, את האפשרות לשפר את היכולות האישיות, להנות מהשפעותיה החיוביות של מדיטציה ולהשיג רגיעה בלחיצת כפתור בלבד.

לפרטים נוספים והזמנת דיסק הדגמה חינם, העתיקו את הקישור לדפדפן :

http://www.hiburim.org/index.php?option=com_content&task=view&id=38&Itemid=51

והקליקו על הבאנר המהבהב.

או כנסו ל: www.hiburim.org בקטגוריה: מדיטציה בלחיצת כפתור.