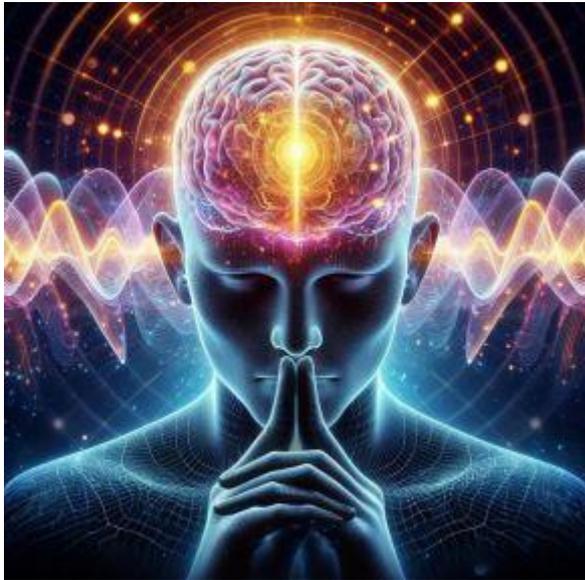


Die Wirkung von Lichtmaschinen



Das Gehirn besteht aus Milliarden von Zellen, die Neuronen genannt werden. Neuronen kommunizieren miteinander, indem sie elektrische und/oder hormonelle Signale abfeuern. Für die Ausführung verschiedener Aufgaben werden verschiedene Teile des Gehirns aktiviert und eine Gruppe von Neuronen beginnt miteinander zu kommunizieren, indem sie elektrische Impulse in einer synchronisierten Weise abfeuern, um eine bestimmte Aufgabe auszuführen, wie z. B. das

Bewegen Ihrer Hand, das Abrufen einer Erinnerung und dergleichen.

Bei komplizierten Aufgaben oder wenn es schnell gehen muss, steigt die Frequenz dieser Signale auf die hohe Frequenz (hoher Beta-Bereich bis zu 30 Hz), während sie im tiefsten Schlaf auf 0,5 Hz (niedrige Delta-Wellen) sinken kann. Die Häufigkeit dieser Signale kann erfasst werden, indem Sensoren mit einem EEG-Gerät auf der Kopfhaut angebracht werden.

Das Gehirn arbeitet gleichzeitig mit mehreren, während die lauteste oder dominanteste Frequenz unsere Stimmung oder unseren mentalen Zustand bestimmen kann.

Gehirnwellen-Entrainment:

Das Gehirnwellen-Entrainment nutzt die sensorischen Eingaben Ihres Gehirns wie Augen und Ohren, um das Gehirn zu stimulieren, um Ihren mentalen Zustand zu verändern, indem eine Frequenz so verstärkt wird, dass sie lauter ist als die anderen. Das Gehirnwellen-Entrainment ahmt die natürlichen elektrischen Impulse im Gehirn nach und stimuliert das Gehirn mit synchronisierten Licht- und Schallimpulsen, sich auf eine bestimmte Frequenz auszurichten.



Das Gehirn neigt dazu, sich auf den Rhythmus dessen einzustimmen, was es hört oder sieht, z. B. wenn Sie zu den Beats der Musik tanzen oder wenn Sie sich entspannt und in Frieden fühlen, indem Sie einfach auf das flackernde Licht eines Lagerfeuers oder einer Kerze starren.

Auch wenn Brainwave Entrainment (BWE) in unserer Zeit nach einem neuen Hype klingt, werden seit der Antike ähnliche Methoden praktiziert, um das Bewusstseinsniveau zu verändern. Schamanen verwenden Trommeln und Rasseln, um sich auf niedrigere Frequenzen einzustimmen und Zugang zu ihrem Unterbewusstsein zu erhalten. Die Griechen nutzten flackerndes Sonnenlicht, das durch ein sich drehendes Rad schien, um veränderte Bewusstseinszustände hervorzurufen. Im Nahen Osten praktizieren Sufis immer noch eine tänzerische Körperbewegung (Sufi-Wirbel), um in Trance zu fallen.

Lichtmaschinen:

Das moderne Brainwave-Entrainment wurde in den 1970er Jahren populär, indem kommerzielle audiovisuelle Stimulationsgeräte (AVS) auf den Markt gebracht wurden.

Es gibt zwei Arten von AVS-Maschinen auf dem Markt:

- **Mind Machines** (wie Kasina, Laxman, David Delight und Dream Weaver) verwenden Brillen mit stromsparenden Stroboskop-LEDs, ein Paar Kopfhörer und einen Mediaplayer.
- **Lichtmaschinen** (wie Enkidu Light, Lucia, PandoraStar und Ajna Light) haben eine höhere Helligkeit und bestehen aus leistungsstarken stroboskopischen LEDs, die in einer kastenförmigen Lampe installiert sind, die normalerweise auf einem Stativ sitzt.

Obwohl es viele Anwendungen für Lichtmaschinen gibt, wie z.B. für die Kognition, ist eine der häufigsten Anwendungen (aufgrund des stärkeren stroboskopischen Effekts) die Hypnagogie, was ganz natürlich direkt vor dem Schlafen passiert. Während dieser Phase des "Schwellenbewusstseins" zwischen Bewusstsein und dem Unbewusstsein (Alpha-Wellen) erleben manche Menschen luzide Gedanken, luzide Träume oder Halluzinationen, die der Wirkung einiger halluzinogener Drogen wie DMT und Psilocybin-Pilze (Theta-Wellen) sehr ähnlich sind.

Eine Lichtmaschine kann diese Phasenverschiebung im Geisteszustand (die vorübergehend und sicher ist) induzieren und ausdehnen und es dem Benutzer ermöglichen, veränderte Bewusstseinszustände ohne Nebenwirkungen zu erleben.