

---

# Referenz zur brainLight Healing Studie Q4 / 2021 von Anna-Lena

---

Hier mein Feedback zur Studie!

Da ich seit mehreren Jahren unter einer Art chronischen Magen-Darmerkrankung mit diversen Allergien leide, habe ich an der brainLight Studie „Selbstheilungskräfte erforschen“ teilgenommen.

In der Arbeit habe ich bereits des Öfteren die brainLight Entspannungssessel genutzt, um in der Pause wieder etwas frischer zu werden oder um nach der Schicht zu entspannen.

Um meinen Magen zu entspannen, habe ich auch die Meditation dafür ausgewählt. Ich habe zu Anfang einige Anläufe benötigt, bis ich mich voll und ganz auf die Meditation einlassen konnte, doch nach dem 3. - 4. Mal war es wirklich Wahnsinn. Nach der Anwendung war ich entspannt, teils auch müde (ich habe es immer gegen 19.30 h angewandt) und alles fühlte sich sehr angenehm an. Mit der Wiederholung kam auch eine Art innere „Grundentspannung“. Ich konnte besser einschlafen und hatte seltener diesen nervösen Magen.

Alles in allem war die Studie für mich sehr entspannt und positiv! Ich kann jedem die Programme der Selbstheilung sehr ans Herz legen.

Vielen Dank Daniel / Yvi und brainLight, dass ich die Möglichkeit bekommen habe, daran teilzunehmen.

Ich wünsche euch ein gesundes und tolles neues Jahr 2022!

Liebe Grüße  
Anna-Lena