

Von: news@brainlight.de
Betreff: Mailchimp Template Test - "Newsletter März II"
Datum: 24. Mai 2024 um 15:51
An: melissa.wall-roman@brainlight.de



www.brainLight.de

[View this email in your browser](#)



In Zeiten der Verunsicherung und
Anspannung helfen wir mit unseren
Entspannungssystemen

* |MERGE3| *

gerade überschlagen sich die Ereignisse im Stundentakt und die meisten von uns sind verunsichert und gestresst durch die neue und bisher nicht

dagewesene Situation. Angst und Panik bewirken neurobiologisch die Ausschüttung von Stresshormonen. Je nach Stresstyp können wir dann nur noch in einem Reaktionsmuster von Kampf, Flucht oder Verharren agieren. Klare Gedanken oder ein wohlüberlegtes Handeln sowie eine realistische Einschätzung von Situationen und Informationen sind in diesem Zustand kaum möglich.

Auch für uns ist diese Situation eine Herausforderung, aber wir wissen auch, dass unsere Produkte gerade in dieser Zeit für viele Menschen sehr wichtig sind. In Zeiten der Verunsicherung und Anspannung helfen wir mit unseren Entspannungssystemen.

Tiefe Entspannung durch brainLight-Anwendungen stärkt das Immunsystem. Durch Entspannung können Anwender*innen den Weg in die eigene Mitte finden. Dort ist Stille, Zuversicht, Glauben, Anbindung, Heilsein, Liebe. Dort ist das absolute Gegenteil von Angst.

Ab sofort haben wir deshalb ein spezielles „**Das tut mir jetzt gut**“-Angebot für alle, die als Familie oder Einzelperson zu Hause etwas für sich tun wollen, um ihr Immunsystem zu stärken und ruhig zu bleiben oder zu werden.

Unser Spezial-Angebot besteht aus einem **brainLight Touch Synchro self-care** mit 46 aufeinander abgestimmten Musik-, Sprach-, Licht und Tonprogrammen, die Sie dabei unterstützen, gut für sich selbst zu sorgen. Lernen und üben Sie Achtsamkeit im Alltag mit den "Anleitungen zur Achtsamkeit", stärken Sie Ihre Selbstheilungskräfte mit den "Heilmeditationen für die inneren Organe" (in dreifacher Ausfertigung), lernen Sie die Übungen des Autogenen Trainings und werden Sie (endlich) rauchfrei. All dies mit bewährter Unterstützung der audio-visuellen **brainLight**-Technologie. Falls Sie die rauchfrei-Programme nicht benötigen (weil Sie schon Nichtraucher sind), können Sie dafür entweder die **brainLight**-Sportprogramme oder die **brainLight**-Musikprogramme erhalten. Als kostenlose Zugabe erhalten Sie eine weitere Visualisierungsbrille mit grünen LEDs und eine Zusatzkarte mit unseren be healthy-Gesundheitsprogrammen dazu. **Sie sparen mit unserem Angebot 228,90 Euro** gegenüber dem Normalpreis.

Im Angebot enthalten sind u.a. die Programme "Heilung für die Lungen" und "Abwehrkräfte stärken", die gezielt von der ganzen Familie eingesetzt

werden können, um das Immunsystem zu stärken.

Machen Sie das Beste aus der Zeit zuhause mit brainLight und bleiben Sie gesund!

Ihre **brainLight**-Geschäftsleitung
Ursula Sauer & Jochen Hufgard



self-care Special: Das-tut-mir-jetzt-gut-Angebot

**Unser Angebotspreis: Touch Synchro
self-care mit 2 Visualisierungsbrillen
+ Zusatzkarte "be healthy
Gesundheitsprogramme"
für nur 1.071,- €**

mit Privatfinanzierung schon ab weniger als 32 € pro Monat
(bei 36 Monaten Laufzeit)

Programme Touch Synchro self-care

ERSTANWENDUNG

01 Einführuna + Anwenduna 16 Min.

AFFIRMATIONEN ...

02 ... für den Tagesbeginn 10 Min.

03 ... für das Ende eines Tages 10 Min.

MEDITATION UND FANTASIEREISEN

04 Fantasiereise 27 Min.

MUSIKPROGRAMME

05 Timeless 10 Min.

06 Space 20 Min.

ANLEITUNGEN ZUR ACHTSAMKEIT von Dr. Ulrich Ott

10 Einführung in Achtsamkeit 10 Min.

11 Achtsam atmen 10 Min.

12 Achtsame Körperwahrnehmung 10 Min.

13 Klärung durch Achtsamkeit 10 Min.

14 Wohlwollen und Mitgefühl 10 Min.

15 Achtsamkeit im Alltag 10 Min.

16 Achtsame Kommunikation 10 Min.

17 Achtsam arbeiten 10 Min.

18 Achtsam genießen 10 Min.

19 Achtsam sein 10 Min.

HEILMEDITATIONEN FÜR DEN KÖRPER (in dreifacher Ausführung)

20 Heilung für Ihre Fortpflanzungsorgane 25 Min.

30 Programm 20 ohne Einleitung & Informationstext 21 Min.

40 Musik aus Programm 20 21 Min.

21 Heilung für Ihre Blase 25 Min.

31 Programm 21 ohne Einleitung & Informationstext 20 Min.

41 Musik aus Programm 21 20 Min.

22 Heilung für Ihre Nieren und Nebennieren 28 Min.

32 Programm 22 ohne Einleitung & Informationstext 24 Min.

42 Musik aus Programm 22 24 Min.

23 Reinigung der Leber 31 Min.

33 Programm 23 ohne Einleitung & Informationstext 28 Min.

43 Musik aus Programm 23 28 Min.

24 Heilung für Ihre Bauchspeicheldrüse 23 Min.

- 34 Programm 24 ohne Einleitung & Informationstext 19 Min.
- 44 Musik aus Programm 24 19 Min.
- 25 Wohlgefühl im Bauch 21 Min.
- 35 Programm 25 ohne Einleitung & Informationstext 17 Min.
- 45 Musik aus Programm 25 17 Min.
- 26 Heilung für Ihre Lungen 24 Min.
- 36 Programm 26 ohne Einleitung & Informationstext 20 Min.
- 46 Musik aus Programm 26 20 Min.
- 27 Ein freies und offenes Herz 25 Min.
- 37 Programm 27 ohne Einleitung & Informationstext 21 Min.
- 47 Musik aus Programm 27 21 Min.
- 28 Heilung für Ihre Schilddrüse und Nebenschilddrüsen 26 Min.
- 38 Programm 28 ohne Einleitung & Informationstext 23 Min.
- 48 Musik aus Programm 28 23 Min.
- 29 Heilung für Ihren Körper 33 Min.
- 39 Programm 29 ohne Einleitung 32 Min.
- 49 Musik aus Programm 29 32 Min.

SELBSTFÜRSORGE MIT AUTOGENEM TRAINING von Wolfram Krug

- 50 Einführung ins Autogene Training 14 Min.
- 51 Entspannte Muskeln – Schwereübung 14 Min.
- 52 Warmer Körper – Wärmeübung 15 Min.
- 53 Ruhe in Magen und Darm – Bauchübung 11 Min.
- 54 Vertiefte Entspannung – Atemübung 11 Min.
- 55 Gestärktes Herz – Herzübung 12 Min.
- 56 Kühler Kopf – Kopfübung 11 Min.
- 57 Vorsätze umsetzen – Mittelstufe des Autogenen Trainings 12 Min.
- 58 Den Ruheort einrichten – Fantasiereise 14 Min.
- 59 Selbstfürsorge im Alltag leben 12 Min.

RAUCHFREI mit brainLight von Stefanie Wieczorek und Oliver Happ

- 60 Einleitung 8 Min.
- 61 Finden eines Ruheortes 15 Min.
- 62 Nikotin 17 Min.
- 63 Entscheidungsfindung 20 Min.
- 64 Rauchstopp: Die Befreiung vom Nikotin 21 Min.
- 65 Dankbarkeit der Organe 13 Min.
- 66 Umgang mit Rauchverlangen 17 Min.

- 67 Neues Selbstbewusstsein 12 Min.
- 68 Rückfallprophylaxe 17 Min.
- 69 Die neue Freiheit genießen 12 Min.

Programme Zusatzkarte "be healthy" Gesundheitsprogramme

- Tiefensuggestion „Raucherentwöhnung“ 30 Min.
- Tiefensuggestion „Ohne Angst zum Zahnarzt“ 30 Min.
- Tiefensuggestion „Lebensmut statt Depression“ 30 Min.
- Tiefensuggestion „Tinnitus bewältigen“ 30 Min.
- Tiefensuggestion „Abwehrkräfte steigern“ 30 Min.

Alternative 1 (anstatt der rauchfrei- Programme): **brainLight-Sportprogramme**

- Aufwärmen mit ruhigem Geist 12 Min.
- Wettkampfvorbereitung 12 Min.
- Erschaffen Sie Ihr eigenes Gewinnerlebnis 12 Min.
- Muskelgedächtnisübung 17 Min.
- Entspannungsreaktionstraining für Stresstoleranz und Schmerzmanagement 17 Min.
- Selbst-Vertrauen für eine positive Grundhaltung 17 Min.
- Zuversicht und Selbstwertgefühl 22 Min.
- Tor zum Sieges-Momentum 27 Min.
- Mentales Reaktionstraining 32 Min.
- Entspannung, Tiefschlaf und Jetlag-Vorbeugung 42 Min.

Alternative 2: (anstatt der rauchfrei-Programme): **brainLight-Programme** **"Musikgenuss von klassisch bis modern"**

- 5. Symphonie, 1. Satz (Allegro con brio)

Ludwig van Beethoven – Klassik; die Sinne stimulierend 9 Min.

- Peer Gynt Suite: Morgenstimmung & Solveigs Lied

Edvard Grieg – Klassik; belebend 9 Min.

- An der schönen blauen Donau

Johann Strauss – Klassik; erfrischend 11 Min.

- The Red Tide

Earthlimb – Progressive Rock; aktivierend 11 Min.

- Concerto Grosso Nr. 5

Georg Friedrich Händel – Klassik; erhebend und entspannend 12 Min.

- Mariposa Blanca

Frank Metzner – New Age/World Music; inspirierend und entspannend 21 Min.

- Himalaya Breeze

Alex Bleiziffer – Lounge Music; entspannend 31 Min.

- 5. Symphonie (vollständige Version)

Ludwig van Beethoven – Klassik; energetisierend 38 Min.

- Einklang am Meer

Hauke Nissen – Meditationsmusik; meditativ 41 Min.

[NEWS](#)

[PRODUKTE](#)



Datenschutzhinweis

Der brainLight-Newsletter informiert Sie über Neuigkeiten der brainLight GmbH rund um die Themen audio-visuelle Tiefenentspannung, brainLight-Systeme als Baustein im Betrieblichen Gesundheitsmanagement, unsere Präsenz auf Messen, Kongressen und anderen Veranstaltungen,

Awards und vieles mehr. Informationen zu den Inhalten, der Protokollierung Ihrer Anmeldung, zum Versand über den US-Anbieter MailChimp, der statistischen Auswertung sowie Ihren Möglichkeiten zur Abbestellung des brainLight-Newsletters finden Sie in unserer Datenschutzerklärung: <https://www.brainlight.de/information/datenschutz.html>.

Impressum

Absender dieses Newsletters ist die brainLight GmbH,
Hauptstraße 52, 63773 Goldbach, Deutschland,
Telefon +49 (0) 6021 5907-0
Geschäftsführer: Ursula Sauer, Jochen Hufgard,
HRB Nr. 3704, Amtsgericht Aschaffenburg, USt-IdNr.: DE132076945.

Copyright © *ICURRENT_YEAR* *ILIST:COMPANY**, All rights reserved.*
IIFNOT:ARCHIVE_PAGE *ILIST:DESCRIPTION*

Unsere E-Mail-Adresse: news@brainlight.de

Sie erhalten diese Informationen, da Sie mit Ihrer E-Mail-Adresse *IMERGE01* für den Newsletterdienst der brainLight GmbH eingetragen sind.

Sie möchten unserem Newsletter nicht mehr weiter erhalten?

[Melden Sie sich hier vom brainLight-Newsletter ab.](#)

Sie möchten Ihre persönlichen Angaben ändern?

[Aktualisieren Sie hier Ihr Profil.](#)

IIF:REWARDS *IHTML:REWARDS* *IEND:IFI*
