



Dauer: 20 Minuten

Augen: geschlossen

Kopfhörer: Absolut Pflicht!

[\[Link\]](#) zur Info-Seite mit
Möglichkeit zum Reinhören

Übrigens: Ich habe die Tage nach meiner Hochzeit in Japan zugebracht. Von dort stammen auch viele der Neurostreams™ Fotos.

Was ist das Besondere an dieser Sendung?

Diese Sendung führt Dich auf spektakuläre 5,5 Hertz hinab, einen äußerst tiefen Theta-Wert, den nur wenige Meditierende je erreichen können.

Die Kunst besteht darin, nicht einzuschlafen sondern bei klarem Bewusstsein zu bleiben.

Für wen am besten geeignet?

Für fortgeschrittene Meditierende.

Woraus besteht diese Sendung?

Genau wie gesamte ZenBox aus binauralen Beats und atmosphärischen Klängen.

Wann hören?

Das überlasse ich völlig dir. Sei dir bewusst, dass du danach ziemlich „slow“ sein wirst. Also lieber nicht vor einem sportlichen Wettkampf anhören.

Wie hören?

Genau wie die anderen Sendungen der ZenBox: Ungestört, auf den Atem achtend.