

Tapasztalatok a Sirius fény-hang készülék használatával

A Sirius használatát megelőző időszak:

Lombikbébi programban részt vevő pár vagyunk. Én 42 éves vagyok, a párom 58, az életkorunk miatt is behatároltak a lehetőségeink. Már 2-szer próbálkoztunk, ICSI-vel, sajnos eredménytelenül. Gyógyszerek és étrendkiegészítők terén már nagyon felvértezettek vagyunk.

A fény-hang készülékkel való relaxáció lehetőségére férjem andrológusa hívta fel a figyelmünket, akit több éve ismerünk és már szinte baráti a kapcsolatunk. Ő irányított minket egy szakemberhez, aki mindkettőnkénél ún. rövid állapotfelmérést végzett. Kiderült, hogy az én agyi tevékenységemre az alfa-hiányos állapot jellemző-(szinte sosem álmodom, fáradtan ébredek, a reggeli felkelés és elindulás nagyon nehezemre esik), a páromnál pedig az alacsony béta állapotot lehetne erősíteni.

A Sirius előtti időszakban egyikünk sem volt túl vidám. A nőgyógyászom a legutóbbi találkozómon szinte teljesen le akart beszélni a további próbálkozásról, azt mondta, szerinte 5%-os esélyünk van –még ICSI-vel is!-a babára, mindez a párom spermogramjának eredményei miatt. Úgy éreztem, semmi értelme a mindennapoknak, féltettem a kapcsolatunk jövőjét, teljesen reményvesztett és apatikus állapotban voltam. Régebben nagyon élveztem a nyelvtanulást, több könyvet fordítottam angolból-most ez teljesen haszontalan, strapás dolognak tűnt, amire sosem maradt energiám. Esténként leragadtam a TV elé, könyvet nagyritkán vettem a kezembe, pedig valaha 8-10 órát is tudtam olvasni egyvégtében, ha valami érdekes regény lekötötte a figyelmemet. A férjem is stresszessé, magába zárkózóvá vált. Szeretjük egymást, de apróságokon mégis összekaptunk, és ilyenkor csak lassan oldódott közöttünk a feszültség...

A Sirius soha jobbkor nem érkezhett volna az életünkbe. A fény-hang készülékek közül a Sirius megvásárlása mellett döntöttünk, mert nálunk a költséges lombik-program gyógyszerek miatt az ennél drágább készülékek szóba sem jöhettek. Férjem is lelkesen állt hozzá a kipróbálásához-ő régebben aktívan agykontrollozott, de mostanában teljesen elhanyagolta. Fiatalkorában pedig egy színházrendezői tanfolyamon a japán színházzal is megismerkedett, melyben az előadásokban nem a cselekményen és a jellemek megformáltságán van a hangsúly, hanem a látványon és a hangon-ez képes különböző meditációs szintekre eljuttatni a befogadó keleti színháznézőt.

A készülék működési elvét, és a különböző agyhullámokhoz kapcsolódó tudati állapotok jelentőségét, és az agyféltekék feldolgozó szerepe közötti különbségeket is ő magyarázta el nekem...

Az első napokban szépen, óvatosan kezdtük kipróbálni a Sirius programjait: én először csak a kézzel beállított Schumann frekvenciát (7, 8 Hz) aztán, 4 nap múlva a rövidebb, nyugtatóbb programokat, az alfa állapotot erősítő 9-es Agyszaunát. A 7-es „Rövid munkaszünetet” ha kevés időm van, vagy a 09-est, a „Gyors frissítőt” Később este a 10-es „Megújulás”-t az esti elalvást segítő programot, a Mély relaxációt. Naponta 2x, 3x használjuk. de összességében ritkán lépjük túl a 30-40 percet.

Én, a hétralvó, **az első kezelési nap utáni másnap reggel már frissen, kipihenten, magamtól ébredtem 7-kor, és több álmot is el tudtam mesélni a páromnak,** hosszabb, összefüggő történeteket. Férjem nagyon élvezi a vizuális kreativitást, fejlesztő programokat, és a meditációs zenét a fényvel kombinálva (U 4-es felhasználói mód).

Napközben általában déltájt már fáradt vagyok, ha nem ehetek, és nem ihatok egy kávét, már nagyon nehezemre esik a további munka. Nos, ezt sosem gondoltam volna, de **a Siriussal a déli kávé már eszembe sem jut! 1 nap alatt leszoktam róla.** Pedig napközben nincs velem

a készülék, csak 3 után szoktam hazaérni. Az ebédről pedig harmadnap egyszerűen megfeledkeztem- olyan fél 4 körül jutott eszembe, hogy elmaradt. **Sokkal kevésbé jellemző rám, hogy rosszkedvemben, vagy a stressz miatt ennék - sokkal könnyebben tudom tartani a nőgyógyász által előírt, szénhidrátszegény diétát.**

A Sirius most már két hete beköltözött az életünkbe, azt hiszem, már nem tudnék róla lemondani. **Már én öntöm a lelket túlhajszolt kolléganőimbe, ha nehéz helyzetbe kerülök, vagy valami bosszantó hír ér, akkor sem veszítem el a humorérzékemet.** A 2. hét is eltelik lassan-és több örömet találok a munkámban. Persze, érzem, hogy ez még csak a kezdet, hogy egy nagy változás közepén vagyok. Az egész lombikprogram veszített a jelentőségéből, a „mindent egy lapra teszünk fel” jellegéből. A probléma egyszerűen összezsugorodott - **az életem pedig kiteljesedett, örömtelibbé vált.** Utóbbi időben szinte bujkáltam az ismerőseim, barátnőim elől - ne is faggassanak, ne is kérdezzenek. Az elmúlt két hétben többször jöttem össze a barátnőimmal, távolabbi, nagyon kedves unokatestvéreimmel. **Magam is meglepődtem, hogy mennyire élveztem a nagy beszélgetéseket.** Anyukámhoz is le tudtam szaladni egy napra Veszprémbe, ami csak a mi kettőnk kirándulása lett, színpompás tavaszi virágokat, rododendronokat néztünk meg a jeli arborétumban, később pedig megmártóztunk egy újonnan épült celldömölki fürdő gyógyvizében. Félttem, mi lesz, hiszen a Sirit férjemnél hagytam-de csodák csodája, önállóan is vagy 45 percet tudtam relaxálni, és a végére képgazdag théta állapotba kerültem-érzésem szerint.

Férjemmel pedig rég nem látott kedvenc unokabátyját látogattuk meg, végehossza nem volt az iskolai és a gyerekkori legendáknak, órák hosszat mesélt, és rengeteget nevtünk. **Annyira jó érezni a környezetünk szeretetét, nem is értem, miért fosztottuk meg tőle magunkat. Sokkal oldottabbak vagyunk, többet nevetünk, ha valamin összezörrenünk is, nyoma sincs a hosszú fagyos sértődéseknek. Nagyon jó látnom, ahogy a férjem érzelmi problémamegoldó készsége is fejlődik, úgy látom, ő is türelmesebbé a nehéz helyzetekben is.**

Az álmaimban és a 10, 11.-es programokkal, előjönnek korábbi kapcsolataim- ki szeretett, vajon szeretett-e, vagy csak én képzeltem a nagy érzelmeket- érdekes volt rádöbbenni-a tudatalattimat mennyire foglalkoztatják ezek az 5-10 éve történt dolgok- talán még pontosabban el tudom helyezni magam, honnan jöttem, és hová tartok. Ráébredtem, hogy a személyiségfejlődésemnek korántsem szakadt vége, és múltbéli dolgok közül is van még mit elfogadni és megérteni magamban és az életemben, nem csak a jelenben. Sőt, méríteni is tudok a múltból, energiát kapok a régi emlékektől. **Mindehhez a Sirius segít hozzá, ami többet ér egy hightech házimozsi-rendszernek, és hozzásegít a régi, boldog énem újrafelfedezéséhez. Mintha 20 évet fiatalodott volna a lelkem, amióta velünk van-pedig csak két hét telt el. Még a nevetésem is megváltozott - ha nevetek, az őszintébben, mélyebbről, belülről jön.**

Az már csak ráadás, hogy **felfedeztem, a Siriussal a nyelvi kazetták hanganyagai (13-as program, ugyanúgy 35 perces, mint az ELO angol kazettáim!), az új szavak úgy ivódnak az agyamba, mint a szivacs.** Újra van kedvem és kitartásom az angollal foglalkozni, mindez önbizalmat és önbecsülést ad. Sőt, hamarosan elkezdem a spanyolt is. Férjem pedig szintúgy nagy kedvvel naponta hallgatja a kezdő szintű angol hanganyagokat, pedig ez nála forradalmi áttörés! Nagy falakat sikerült ezzel lebontania **komoly nyelvtanulási gátlásokat küzdött ezzel le.**

Úgy érzem, a Siriussal el tudtunk indulni egy szélesebb, virágosabb úton, amelyen talán bölcsebben és boldogabban fogunk haladni, mint eddig sikerült-nagyon hálás vagyok érte!