

# Popis účinků nízkých frekvencí na činnost mozku

**0,2 – 3 Hz - oblast velmi nízkých frekvencí, označují se jako delta frekvence. Normálně se mozek při převaze delta frekvencí nachází v hlubokém, bezesném spánku.**

0,3 Hz - Zastavují se vnitřní hodiny, ztráta pojmu o čase, stav hluboké relaxace, podobné bezvědomí.

0,9 Hz - Eufórie

1,0 Hz - Pocit pohody, uvolnění růstovému hormonu, harmonie a rovnováha.

1,05 Hz - Pomáhá při růstu vlasům eliminuje šedivění, uvolnění růstovému hormonu (podporuje tvorbu svalové hmoty, léčí zranění, efekty omlazení).

1,2 Hz - Zmírnění bolestí hlavy

1,5 Hz - Abrahams univerzální hojící frekvence. Vyvolání spánku a léčba závažných onemocnění, osvobození od negativního pocitů provázejících nemoc.

1,8 Hz - Eliminuje ucpaní dutin, frekvence se pohybuje v sinusovce okolo 1,8 Hz.

2,0 Hz - Regenerace nervové soustavy.

2,06 Hz - Souvisí s kostrčí (malá trojúhelníková kost na konci páteře).

2,5 Hz - Úlevy bolesti, relaxace, produkce endogenních opiátů. Použití pro uklidňující účinek. Sedativum na krvácení, modřiny, eliminuje nespavost a zánět nosních dutin. Sexuální stimulace.

2,57 Hz - Souvisí s močovým měchýřem.

2,67 Hz - Souvisí se střevy.

**Oblast 3 - 8 Hz tzv. théta frekvence - hluboká relaxace, rozjímání, zvýšená paměť, zaměřenost, kreativita, srozumitelné snění, hypnotický stav, kreativita, intuice, snění, představitivost, vzpomínky, emoce, ospalost. Může vést až do stavu transu. Stav osoby se pohybuje mezi bdělostí a spánkem. Váže se k podvědomí. Použití při úzkosti, podporuje učení, aktivuje paměť a zvyšuje pozornost a vzrušení. Mozek dětí do 13 let, setrvává v této oblasti podstatně déle než u osob s vyšším věkem.**

3,0 Hz - Mírně redukuje svalové napětí, bolení hlavy. Používá se při léčbě alergie, ve spojitosti s 330 Hz.

3,4 Hz - Zdravý spánek.

3,5 Hz - Pocit jednoty se vším, zrychlené jazykové chápání, posílení vnímavosti, Earth frekvence, náprava deprese a úzkosti, Wholebeing regenerace, DNA stimulace.

3,6 Hz - Náprava hněvu a popudlivosti.

3,84 Hz - Souvisí s vaječníky a aktivuje výrazně vitalitu.

3,9 Hz - Reakce a následná náprava nespolečenského chování. Meditace, jasné snění, vytváří prostor pro vnitřní klid a sebe obnovu.

4,0-6,0 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a působí na změny postupů a chování.

4,0 - 7,0 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a působí na vzpomínky, fantazii, kreativitu, plánování, snění, meditaci a navodí ospalost. Je umožněn přístup k podvědomým obrazům, navodí hlubokou meditaci, sníží se krevní tlak a působí léčení závislostí. Úprava hladiny sodíku a draslíku snižující duševní únavu. Zvyšuje sexuální apetit. Rozjímání, blíží se spánku, napomáhající hlubokému vnitřnímu míru, transformuje nevědomé procesy pro fyzickou a emocionální léčbu. Aktivuje vnitřní moudrost, víru a některé psychické schopnosti související s povědomím, to je především představivost a vnímavost.

4,0 - 8,0 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a navodí příjemný pocit na hranici spánku, aktivuje tvůrčí inspiraci, působí na podvědomou mysl, zvyšuje schopnost učení a do procesu je zapojena vnímavost a představivost.

4,0 Hz - Mimo smyslové vnímání, astrální projekce, telepatie. Produkce katecholaminu jež patří do skupiny důležitých látek organismu, k nimž patří adrenalin, noradrenalin a dopamin. Jsou vytvořeny předpoklady pro výrazné zlepšení paměti a schopnosti učení. 4.11 Souvisí s ledvinami a je aktivována fyzická síla.

4,5 Hz - Zvláštní stav vědomí odpovídající meditaci tibetského buddhisty.

4,5 - 6,5 Hz - Bdění, živé obrazy.

4,6 Hz - Souvisí se slezinou a krví. Emocionální podněty.

4,9 Hz - Sebeopozorování, přivodí relaxaci, rozjímání a lehčí spánek.

5,0 Hz - Neobvyklé řešení problémů, snížená potřeba spánku, uvolněný stav, úleva od bolesti (produkování betaendorfinu se zvětší o 10-50%).

5,14 Hz - Souvisí se žaludkem, emoční akceptace.

5,35 Hz - Souvisí s plícemi, produkce kyslíku a pocit tepla.

5,5 Hz - Absorpce znalostí, zvýšení inteligence, intuice, pocit tepla.

5,8 Hz - Snižuje strach, nepozornost, závrať.

6,0 Hz - Dlouhodobá stimulace paměti, odbourává lenost a neochotu pracovat.

6,15 Hz - Souvisí se srdcem, láska, příjemný stav.

6,2 - 6,7 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a evokuje kognitivní funkce, koordinaci pohybů, učení a paměť, odměna a slast, kontrola pohybů, regulace teploty těla, rovnováha soli a vody v těle, vzrušení a kontrola motoriky.

6,26 - 6,6 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a kladně upravuje úzkost, nízkou reakční dobu, depresi a nespavost.

6,36,30 Hz - Duševní a astrální projekce, zrychlené učení a zvýšení paměťové kapacity, Snižuje hněv a popudlivost.

6,5 Hz - Souvisí s hemisférami mozku, aktivuje rozumové centrum.

6,8 Hz - Možné použití pro svalové uvolnění spolu s Schumann Resonance 7.83Hz.

6,88 Hz - Působí na klíční kosti, evokuje vitalitu, celkovou rovnováhu, stabilitu.

7,0 - 8,0 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a může sloužit jako podpora pro účely léčení léčitелеm nebo podpůrná léčba vizuálních poranění. Manipulace s návyky.

7,0 Hz - Duševní a astrální projekce, rychlá reakční doba, léčba poruch spánku.

7,5 Hz - Rozjímání, kreativní myšlení o umění, hudební invence. Snadné nalezení řešení nepříjemných problémů. Kontakt s podvědomím a zhodnocení předkládaných podnětů.

7,5 - 8,0 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a působí na zacházení s alkoholem a na drogové závislosti, omezuje návykové vlastnosti.

7,69 Hz - Souvisí s rameny, uklidnění, expanze, učení.

7.83 Hz - Schumann Resonance je frekvence Země, uklidnění, kontrola myšlení, duševní uvolnění, hypofýza aktivuje uvolňování růstového hormonu, pomůže k vytváření svalové hmoty, léčí zranění, efekty omlazení a posílení učení. Vyšší oktávy 7.83Hz Schumann Resonance, může také povzbudit hypofýzu, obzvláště 31.32 Hz.

**8.0-12.0 Hz - frekvence alfa, lehká relaxace, výborné učení, pozitivní myšlení. Napomáhá tvořivému řešení problémů, zrychluje učení, zlepšuje náladu, redukuje stresu. Podporuje duševní vynalézavost, pomáhá v duševní koordinaci, zlepšuje relaxaci. Pohyby jsou rychlé, efektivní, v pohodě a klidu lze vykonávat jakýkoliv úkol. Pocit bezstarostnosti podporuje dobrou náladu, most mezi vědomým a podvědomým, zpracovávání vnějších informací odpovídá tvůrčímu řešení jakéhokoliv problému.**

8,0 Hz - Frekvence blízko uvedené, snižují stres a úzkost, fungují jako rychlé osvěžení. Vybavení si minulosti, vzpomínky, zvýšení hladiny lymfocytů, druh bílé krvinky zapojené do lidského tělesného imunitního systému. Aktivuje tělesnou energii a chuť k životu.

8,22 Hz - Souvisí s ústy, výřečnost, tvořivost.

8,3 Hz - Osvojení vizuálních představ o duševních objektech, jasnozřivost.

8,6 - 9,8 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a přivodí lehký spánek, mravenčení.

9,1 – 10,9, 11,1 - 13,0 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a navodí uvolněný stav, příjemný „plovoucí“ pocit, dominantní v určitých druzích meditace, aktivuje fyzickou kondici. Často evokuje euforický stav, zaměřený na činnost nebo objekt.

9,1 – 10,9, 11,1 - 14,0 Hz - Uvolnění, vizualizace, smyslová představa, jasné snění. Brána do rozjímání - poskytuje most mezi vědomou a podvědomou myslí.

9,1 Hz - Povědomí o příčinách nerovnováhy těla a prostředků pro rovnováhu. Somatosensory je rozšířený a různorodý smyslový systém, zahrnuje receptory, centra, smyslové receptory, kardiovaskulární systém.

9,19 Hz - Souvisí s horním rtem, emoce, vyřešení konfliktů.

9,4 Hz - Hlavní frekvence užívaná na problémy prostaty.

9,41 Hz - Frekvence vně pyramidy.

9,5 - 10,0 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a navodí připravenost mozku na podvědomé signály.

9,6 Hz - Průměr kmitočtů souvisejícím s zemským magnetickým polem, hloubkový očistný proces.

9,8 - 10,6 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a navodí ostražitost.

10,0 Hz - Zvýšené uvolňování serotoninu, zlepšení nálady, všeobecně prospěšná frekvence používaná spolu s jinými frekvencemi a její použití je důležité při výuce cizích jazyků. Funguje jako ananalgetikum, nejbezpečnější frekvence, obzvláště při žaludečních potížích a odbourávání závislosti na nikotinu. Aktivuje ledviny, zvedne tělesnou náladu, zvýší hladinu serotoninu, který se v centrálním nervovém systému účastní především procesů, které se podílejí na vzniku nálad. Jeho nedostatek způsobuje snížení přenosu nervových vzruchů, způsobuje tak změny nálady, celkovou depresi, případně poruchy spánku, podrážděnost až agresivitu. Aktivace zvýšené bdělosti, především zásluhou zvýšení hladiny norepinefrinu, který se chová jako hormon stresu a ovlivňuje části lidského mozku, kde vznikají impulsy pozornosti. Vlivem uvedené frekvence se sníží hladina melatoninu, což je hormon, který je produkován epifýzou (podvěskem mozkovým). Epifýza je součástí mezimozku, také

známá jako šišinka. Tento hormon patří do skupiny inhibičních, což znamená utlumujících, mimo jiné utlumí i sexuální aktivitu. Spolu s vhodnou frekvencí 18Hz, odbourává bolesti hlavy, zrychluje čtení a působí blahodárně na paměť.

10,0 - 12,0 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a navodí soustředění a léčení mysli i těla.

10,2 Hz - Produkce katecholaminů, jedná se o společný název pro dopamin, noradrenalin a adrenalin. Z chemického hlediska jde o alkylaminoderiváty o-dihydroxybenzenu. Užívají jako léčiva při závažných neurologických (Parkinsonova choroba) a psychiatrických onemocněních (endogenní deprese, schizofrenie apod.).

10,3 Hz - Souvisí s nosními průchody, upravuje se chuť a dýchání.

10,5 Hz - Frekvence pro léčení těla, silný stabilizátor a povzbuzení pro odolnost, především při rekonvalescenci. Uvolnění ostražitosti, uvažování, léčení těla i ducha. Snížení krevního tlaku a celkové pozitivní působení na thymus /brzlík/, srdce, krev a objemový systém. Pocity, radost ze života a spokojenost sám se sebou.

10,6 Hz – Uvolnění a pohotovost.

10,7 Hz - Souvisí s ušima, působí aktivně na kvalitu sluchu.

11,1 Hz - Redukce stresu.

11,0 - 14,0 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a navodí ostražitost.

11,5 - 14,5 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a aktivuje zvýšení inteligence a duševní efektivity.

12,0 Hz - Soustředění, duševní stabilita.

**12.0-36.0 Hz - frekvence beta - dominantní je aktivita, analytické myšlení při řešení problémů, rychlé posouzení situace, následné rozhodnutí a zpracovávání vnějších informací. Normální bdělost. Při vyšších frekvencích je aktivita silnější a bdělost výraznější.**

12,0 - 14,0 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a je účinná při učení a pasivním získávání informací s tím, že budou použity později.

12,0 - 15,0 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a působí na zlepšení pozornosti, redukuje hyperaktivitu a mírně léčí autismus. 6

12,3 Souvisí z očima, vizualizace.

13,0 Hz - Ovlivňuje činnost svěrače, nepříliš vhodná frekvence.

13,8 Hz - Souvisí s čelními lalůčky, smyslové vnímání, konečné rozhodnutí.

14,0 - 15,0 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a zpomaluje podmíněné reflexy.

14,0 Hz – Bdělost, pohotovost, vitalita a soustředění. Zvýšení inteligence ve spojitosti s binaurální frekvencí 22.0 Hz.

14,1 Hz - Harmonické kmity Země, zrychlené léčení.

15,0 Hz - Snižuje chronické bolesti.

15,4 Hz - Souvisí s mozkovou kůrou, zvyšuje inteligenci.

16,0 Hz - Spodní hranice sluchu. Přesun kyslíku a vápníku do buněk, v některých případech je proces škodlivý, v jiných prospěšný. Rozhodující je zdravotní stav.

16,4 Hz - Souvisí s horní částí hlavy, seberealizace, dokonalost.

17,5 - 18,2 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí na navodí úplnou bdělost, normální stav ostražitosti. Významná zlepšení v práci s paměti a rychlosti čtení. Hyperaktivní chování, spojené s duševní aktivitou jako matematika nebo organizování. Tato frekvence však byla naměřena rovněž při rozrušení a úzkosti.

20,0 Hz - Zapříčiní úzkost a únavu. Lidský sluchový práh. Ukládají se podvědomé příkazy pro použití v jiném čase. Pomůže při tinnitis, zvonění v uších a působí léčivě při rýmě a bolestech hlavy.

20,215 Hz - napodobuje účinky drogy LSD, aniž způsobuje návyk.

20,3 Hz - dle některých zdrojů frekvence resonance Země podobně jako 7,83.

22,0 Hz - Použití ve spojitosti se 14 Hz, zlepšení inteligence. Ve spojitosti se 40 Hz, duševní léčba.

25,0 Hz - Zraková kúra, obrazy mimo realitu. Klinické testování s pacienty, kteří si stěžují na úzkost.

26,0 - 28,0 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a způsobí astrální projekci, tento stav je možné navodit meditací.

27,5 Hz - Nejnižší tón na klavíru.

30,0 Hz - Napodobuje účinky MARIHUANY, aniž způsobuje návyk. Zvyšuje sexuální apetit.

31,32 Hz - Hypofýza uvolňuje růstový hormon (pomáhá vytvořit svalovou hmotu, vyléčit se ze zranění, efekty omlazení).

32,0 Hz - Zlepšuje ráznost a ostražitost.

33,0 Hz - Přecitlivělost, frekvence uvnitř pyramidy. Zvláštní stav uspokojení nastává ve spojitost s frekvencí 9.41, což je frekvence vně pyramidy.

35,0 – 38,0 Hz - Binaurální frekvence se pohybuje v uvedeném rozmezí a použití je při udržení bdělého stavu, studiu, přemýšlení, zpracování informací a aktivace paměti.

38,0 Hz - Uvolnění endorfinu, endorphin – laicky hormon štěstí.

*Zdroj: <http://www.lunarsight.com/glossary.htm>*