



Sound Card : sleep • relaxation • wellness

Your Sound Oasis® advances the science of sound therapy by incorporating clinically proven sound therapy sounds developed by Dr. Lee Bartel, an internationally acclaimed music and health expert. From his years of research, Dr. Bartel has helped millions of people sleep better, relax easier and think more effectively. Dr. Bartel has taken that research and developed six (6) sound therapy sounds exclusively for Sound Oasis (**Energy Chimes, Tranquility, Alpha Clouds, Sleep Surf, Delta Voyage and Dream Echoes**).

Your Sound Oasis® also incorporates six (6) authentic digital recordings of our most popular nature sounds that were recorded in the wild by the world's foremost nature recorder, for the most realistic sound available. (**Ocean Surf, Gentle Rain, Stream, White Noise, Forest and Thunderstorm**).

These 12 sounds are further described below:

Ocean Surf:

Ocean surf provides a calm rhythm that helps you drift off to sleep or creates a relaxing oceanside environment.

Gentle Rain:

A gentle rainfall provides a peaceful setting for relaxation and sleep. The shower sound is particularly good at masking higher toned background sounds.

Stream:

A rippling mountain stream helps you unwind and creates an excellent background sound for daily activities in the home or at the office.

White Noise:

The steady flow of a cascading waterfall is perfect as a "natural white noise" for masking unwanted background sounds.

Forest:

Peaceful songbirds take you to a secluded forest for relaxation or contemplation.

Thunderstorm:

Unwind to the exhilarating, but soothing sound of distant thunder as gentle rain falls upon a remote lake.

see our growing line of sound cards at www.sound-oasis.com

The Scientific Breakthrough Of Sound Therapy With Brainwave Entrainment

All of us experience different states of consciousness throughout our daily lives. Some states are frequent – like ordinary waking consciousness, sleep and dreaming – while others are less frequent states such as when we are particularly aware or extra creative. All of these states exhibit a unique pattern of brainwaves that have been mapped and measured over the years by many experts, including Dr. Lee Bartel.

By understanding the variety of brainwaves that occur during these different states, Dr. Bartel has been able to develop sounds, music and techniques that cause your brain to produce the state that you want to experience. Totally safe and clinically proven, this work has helped millions of people sleep better, relax easier and think more effectively.

One technique commonly used by Dr. Bartel is "entrainment". This naturally derived technique is the tendency of our brainwaves to adjust to our sound environment so they vibrate in harmony (for example, two pendulum clocks mounted side by side on the same wall will gradually start to swing at the same rate as they become "entrained"). This principle is universal and found in chemistry, pharmacology, biology, medicine, psychology, sociology, astronomy, architecture and more. Your Sound Oasis Sleep/Relax/Wellness Sound Card delivers unsurpassed sound machine effectiveness by incorporating these techniques.

Delta Waves (0.5 – 3.5 Hz): Delta waves are associated with the deepest levels of physical relaxation. Delta is the rhythm of dreamless sleep and its presence usually corresponds with physical rejuvenation and healing.

Sleep Surf, Delta Voyage and Dream Echoes sounds on your **Sleep • Relaxation • Wellness** Sound Card utilize DELTA entrainment to induce sleep.

Theta Waves (3.5 – 7.0 Hz): Theta waves reflect a state of mind that is attuned to intense creativity, visualization, imagination, and problem solving in a non-sleep state and emotional healing in the sleep state. Theta waves are produced during deep meditation, dreaming and daydreaming. Rapid eye movement (REM) is common in this state.

Alpha Waves (7.0 – 13.0 Hz): Alpha waves indicate an alert state with a quiet mind (e.g. a person who has completed a task and sits down to rest is often in an Alpha state). In this state attention may be focused outward for problem solving or inward to achieve an alert meditative state (e.g. pondering). Increased Alpha is often present in the brainwaves of people who practice meditation, yoga and tai chi.

Tranquility and Alpha Clouds sounds on your **Sleep • Relaxation • Wellness** Sound Card utilize ALPHA entrainment to promote stress reduction or an alert state of relaxation.

Beta Waves (13.0 – 30.0 Hz): Beta waves are associated with normal waking states that we experience from day to day at work and play. In beta states we are highly alert and focused – busy computing, arranging, and organizing – making sense of the external world. Beta is increased in moments of stress or anxiety, enabling us to manage situations and solve immediate problems.

Dream Echoes: Echoing melodies with .25, .5, 1 & 2 Hz DELTA frequency entrainment encourage deep, restorative sleep.

Energy Chimes sounds on your **Sleep • Relaxation • Wellness** Sound Card utilize BETA entrainment to promote a relaxed but focused state of mind.



Lydkort : søvn • avslapping • velvære

Din Sound Oasis® fremmer vitenskapen om lydterapi ved å innlemme klinisk dokumenterte lydterapi lyder utviklet av Dr. Lee Bartel, en internasjonalt anerkjent musikk og helseekspert. Gjennom sine år med forskning har Dr. Bartel hjulpet millioner av mennesker til å sove bedre, slappe av lettere og tenke mer effektivt.

Dr. Bartel har forsket og utviklet seks (6) lydterapi lyder bare for Sound Oasis (Energiklokker, Stillhet, Alphaskyer, Søvnurfing, Deltareise og Drømmeekkoer). Din Sound Oasis® inneholder også seks (6) digitale opptak av våre mest populære naturlyder, som ble innspilt i villmarken av verdens fremste naturlyd opptaker, for å få mest mulig realistiske lyder. (Havbrenninger, Lett regn, Bekk, Hvit støy, Skog og tordenvær).

Disse 12 lydene er mer utførlig beskrevet nedenfor:

Havbrenninger

Havbrenninger gir en rolig rytme som hjelper deg å gli inn i søvnen eller lager et avslappende strandmiljø nede ved havet.

Lett regn

Et lett regnfall gir en rolig bakgrunn for avslapping og søvn. Lyden av en regnskur er spesielt god til maskering av høyfrekvente bakgrunnslyder.

Bekk

En rislende fjellbekk hjelper deg å slappe av og lager en utmerket bakgrunnslyd for daglige aktiviteter i hjemmet eller på kontoret.

Hvit støy

Den jevne flyten fra en brusende foss er perfekt som en "naturlig hvit støy" for maskering av uønskede bakgrunnslyder.

Skog

Fredelige sangfugler tar deg til en bortgjemt skog for avslapping eller meditasjon.

Tordenvær

Slapp av til den forfriskende men beroligende lyden av fjern torden mens lett regn faller på en fjern sjø.

Se vårt voksende tilbud av lydkort på www.sound-oasis.com

Det vitenskapelige gjennombrudd for lydterapi med hjernebølge synkronisering

Vi erfarer alle forskjellige tilstander av bevissthet gjennom vårt daglige liv. Noen tilstander er vanlige – som vanlig bevisst gange, søvn og drømmer – mens andre er mindre vanlige, så som når du er spesielt oppmerksom eller kreativ. Alle disse tilstandene gir til kjenne et unikt mønster av hjernebølger, som over en årekkve er blitt kartlagt og målt av mange eksperter inkludert Dr. Lee Bartel. Ved å forstå de ulike hjernebølgene, som opptrer under de forskjellige tilstandene, har Dr. Bartel klart å utvikle lyder, musikk og teknikker som får din hjerne til å produsere den tilstanden du ønsker å oppleve. Helt trygt og klinisk utprøvd har dette arbeidet hjulpet millioner av mennesker til å sove bedre, slappe av lettere og tenke mer effektivt. En teknikk som vanligvis blir brukt av Dr. Bartel er "synkronisering". Denne naturlig avledede teknikken er våre hjernebølgers tendens til å tilpasse seg våre lydoppgivelser, slik at de vibrerer i harmoni (f.eks. to pendelklokker som henger side om side på samme vegg vil gradvis begynne å svinge i samme takt – etter som de blir "synkroniserte"). Dette prinsippet er universelt og finnes innen kjemi, farmakologi, biologi, medisin, psykologi, sosiologi, astronomi, arkitektur og flere.

Ditt Sound Oasis Sov/Slapp av/Velbehag Lydkort leverer uovertreffelig lydmaskin effektivitet ved å inkorporere disse teknikkene.

Deltabølger (0.5 – 3.5 Hz): Deltabølger er forbundet med de dypeste nivåer av fysisk avslapping. Delta er rytmen for drømmeles søvn og dens tilstedeværelse korresponderer vanligvis med fysisk "foryngelse" og helbredelse. Søvnurfing, Deltareise og Drømmeekko lydene på ditt Sov • Slapp av • Velbehag Lydkort utnytter DELTA synkronisering for å fremkalle søvn.

Thetabølger (3.5 – 7.0 Hz):

Thetabølger spiller en sinnstilstand som er stemt til intens kreativitet, visualisering, oppfinnsomhet og problemløsning i en våken tilstand og emosjonell helbred i søvntilstanden. Thetabølger blir produsert under dyp meditasjon, drømming og dagdrømming. Hurtige øye bevegelser (REM) er vanlig i denne tilstanden..

Alphabølger (7.0 – 13.0 Hz): Alphabølger indikerer en årvåken tilstand med et rolig sinn (f.eks. en person som har avsluttet en oppgave og setter seg ned for å hvile er ofte i en Alpha tilstand). I denne tilstanden vil oppmerksomheten bli fokusert utover for problemløsning eller innover for å oppnå en våken meditativ tilstand (f.eks. tankefullhet). Økt Alpha er ofte til stede i hjernebølgene til en person som praktiserer meditasjon, yoga, og tai chi.

Betabølger (13.0 – 30.0 Hz): Betabølger er forbundet med normale våkne tilstander, som vi opplever fra dag til dag gjennom arbeid og lek. I beta tilstander er vi i høy grad våkne og fokuserte – travelt beregnende, arrangerende og organiserende – får oversikt over den eksterne verden. Beta blir økt i øyeblikk av stress eller engstelse og lar oss klare av situasjoner og løse umiddelbare problemer.

Energiklokker på ditt Sov • Slapp av • Velbehag Lydkort bruker BETA synkronisering for å fremme en avslappet men fokusert sinnstilstand.



Soundkarte : schlafen • relaxen • wellness

Ihre Sound-Oasis® bringt die Wissenschaft der Soundtherapie durch die Einbeziehung klinisch erprobten Sounds entwickelt von Dr. Lee Bartel, einem international renommierten Musik-und Gesundheits-Experten. Dank seiner jahrelangen Forschung hat Dr. Bartel dazu beigetragen das Millionen von Menschen besser schlafen, entspannen und besser denken können. f Dr. Bartel hat die folgenden (6) Klangtherapien exklusiv für Sound Oasis (Energy Chimes, Tranquility, Alpha Clouds, Sleep Surf, Delta Voyage and Dream Echoes) entwickelt. Ihre Sound Oasis® hat außerdem (6) authentische Aufnahmen von populären Naturklängen, welche von anerkannten Aufnahmeexperten aufgenommen wurden. (Ozean, sanfter Regen, Wasserstrom, Rauschen, Wald und Donner).

Die 12 Klänge sind wie folgt im Detail zu beschreiben:

Ozean (Ocean Surf)

Ocean surf bietet einen ruhigen Rhythmus der es Ihnen erlaubt zu schlafen oder ein angenehmes Meerklima zu erzeugen.

Sanfter Regen (Gentle Rain)

Ein sanfter Regenfall bietet eine friedliche Umgebung zum schlafen oder relaxen. Dieser Klang ist besonders gut um Hintergrundgeräusche zu übertönen.

Wasserstrom (Stream)

Ein Wasserstrom in den Bergen hilft Ihnen den täglichen Aktivitäten im Büro oder daheim nachzugehen.

Rauschen (White Noise)

The steady flow of a cascading waterfall is perfect as a "natural white noise" for masking unwanted background sounds.

Wald (Forest)

Singvögel geleiten sie zu einem verlassenen Wald zur Entspannung und Relaxation.

Donner (Thunderstorm)

Entspannen sie sich zu den aufregenden aber beruhigenden fernen Donner während sanfter Regen auf einen fernen See fällt.

Sehen sie unsere ständige neuen Soundkarten unter www.sound-oasis.com

Der wissenschaftliche Durchbruch von Sound Therapy mit Brainwave Entrainment

Jeder von uns erlebt verschiedene Zustände des Bewusstseins während des täglichen Leben. Einige sind häufig – wie gewöhnliches Wach-Bewusstsein, Schlaf und träumen – während andere weniger häufig sind wie wenn wir uns besonders bewusst oder extra kreativ verhalten. All diese Zuständen weisen ein einzigartiges Muster der Gehirnwellen auf. Dieses wurde kartiert und gemessen von vielen Experten, darunter auch Dr. Lee Bartel.

Mit dem Verständnis der Vielfalt dieser Gehirnwelle, die auftreten, während diese verschiedenen Zustände, war Dr. Bartel in der Lage dieses Produkt zu entwickeln, Töne, Musik und Techniken, die dazu führen, dass Ihr Gehirn in den gewünschten Zustand zu bringen den sie erleben wollen. Klinische Tests dieser Methode haben dazu beigetragen das Millionen von Menschen besser schlafen, sich entspannen und denken können,

Eine häufig verwendete Technik von Dr. Bartel ist "Mitnahme". Diese Technik stammt aus der Natur und entspricht unserer Anpassung an die gesunde Umwelt, so dass sie in Harmonie vibrieren (zum Beispiel zwei Uhrenpendel nebeneinander montiert auf der gleichen Wand beginnen schrittweise zu schwingen auf der gleichen Höhe wie sie zu "Mitnahme"). Dieses Prinzip ist universell und fand in der Chemie, Pharmakologie, Biologie, Medizin, Psychologie, Soziologie, Astronomie, Architektur Anwendung. Ihr Sound Oasis Sleep / Relaxation / Wellness Soundkarte bietet unübertroffene Wirksamkeit durch die Einbeziehung dieser Techniken.

Delta Wellen (0.5 – 3.5 Hz): Delta sind im Zusammenhang mit den tiefsten Ebenen der körperlichen Entspannung. Delta ist der Rhythmus des traumlosen Schlaf und seine Präsenz in der Regel entspricht mit körperlichen Erholung und Heilung.

Sleep Surf, Delta und Voyage Dream Echoes Sounds auf Ihrem Sleep • Entspannung • Wellness-Soundkarte nutzen DELTA Mitnahme zu induzieren Schlaf..

Theta Wellen (3.5 – 7.0 Hz): Theta Wellen spiegeln ein Zustand des Geistes, ist abgestimmt auf intensiver Kreativität, Visualisierung, Imagination und Problemlösung in einer nicht-staatlichen schlafen und emotionalen Heilung in den Schlaf. Theta-Wellen produziert werden während der tiefen Meditation, Träumen und tagträumen. Schnelle Auge-Bewegung (REM) ist in diesem Zustand.

Alpha Wellen (7.0 – 13.0 Hz): Alpha-Wellen zeigen eine Warnung Staat mit einem ruhigen Geist (zB eine Person, hat eine Aufgabe und setzt sich zur Ruhe wird oft in einem Alpha-Zustand). In diesem Zustand Aufmerksamkeit kann man sich nach außen zu Problemlösung oder nach innen zu erreichen, eine Warnung meditativen Zustand (zB grübeln). Erhöhte Alpha ist häufig in der Gehirnwellen von Menschen, Praxis Meditation, Yoga und Tai Chi.

Ruhe- und Alpha-Wolken-Sounds auf Ihrem Sleep • Entspannung • Wellness-Soundkarte nutzen ALPHA Mitnahme zur Förderung Stressabbau oder einen Alarm Zustand der Entspannung.

Beta Wellen (13.0 – 30.0 Hz): Beta-Wellen sind im Zusammenhang mit normalen Erwachen heißt es, dass wir erleben von Tag zu Tag zu arbeiten und spielen. In der Beta-Staaten sind wir sehr wachsam und konzentriert - beschäftigt Computing, Vermittlung und Organisation - wie funktioniert der äußeren Welt. Beta ist in den Momenten von Stress oder Angst, die uns in die Lage zu verwalten Situationen und Probleme sofort lösen.

Energy Chimes Sounds auf Ihrem Sleep • Entspannung • Wellness-Soundkarte nutzen BETA Mitnahme zur Förderung einer entspannten, sondern konzentrierte sich Zustand des Geistes.

Visionnez notre gamme grandissante de cartes son à l'adresse www.sound-oasis.com



Carte son : sommeil • relaxation • bien-être

Votre Sound Oasis® est un outil avancé de la thérapie par le son et emploie des sons permettant une thérapie par le son cliniquement prouvée et développés par le docteur Lee Bartel, un expert de la santé et de la musique international. Avec ses années de recherche, le docteur Bartel a aidé des millions de personnes à mieux dormir, se détendre plus facilement et penser de manière plus efficace. Le docteur Bartel a utilisé sa recherche et développé six (6) sons destinés exclusivement au système de thérapie par le son Sound Oasis

(Carillons d'énergie, Tranquillité, Nuages alpha, Surf sur le sommeil, Voyage delta et Echos de rêve). Votre Sound Oasis® incorpore également six (6) authentiques enregistrements numériques de nos plus populaires sons de la nature qui ont été enregistrés dans la nature par le plus connu des enregistreurs de la nature, pour un son des plus réalistes. (Surf sur l'océan, Pluie douce, Ruisseau, Bruit blanc, Forêt et Éclair).

Ces 12 sons sont présentés ci-dessous:

Surf sur l'océan

Surf sur l'océan offre un rythme calme qui vous permet de dériver vers le sommeil ou crée un environnement de détente au bord de l'océan.

Pluie douce

Une douce pluie qui amène la paix dans la relaxation et le sommeil. Le son douche est particulièrement efficace pour masquer des bruits environnants gênants.

Ruisseau

Un ruisseau de montagne vous aide à vous détendre et crée un excellent environnement lors de vos activités quotidiennes à la maison ou au bureau.

Bruit blanc

Le flux continu d'une cascade d'eau est parfait comme un "bruit blanc naturel" masquant les bruits de fond gênants.

Forêt

De paisibles chants d'oiseaux pour vous téléporter dans une forêt de relaxation ou de contemplation.

Éclairs

Détente à l'exaltante, mais un bruit de tonnerre lointain apaisant, doux comme la pluie tombant sur un lac lointain.

Carillons d'énergie

Un chœur ralenti de grillons résonnant dans la gamme d'ondes

cérébrales BETA se mélange avec de lents carillons (également dans la gamme BETA). La combinaison devient une atmosphère qui ressemble à une soirée de détente en été sur le pont, mais qui a un effet BETA dynamisant et inhérent – se résultant par un état d'esprit axé.

Tranquillité

Les sons apaisants et délicatement rythmés d'un xylophone combinés d'un entraînement d'ondes cérébrales ALPHA (8 Hz) amenant à une profonde détente.

Nuages alpha

Une harpe apaisante active des ondes cérébrales ALPHA pour promouvoir un milieu sain, un agréable état de détente.

Surf sur le sommeil

Un Surf sur l'océan combiné avec des pulsations musicales aux ondes cérébrales 2 Hz DELTA créent un environnement favorable au sommeil.

Voyage delta

Bruit blanc rythmique avec un entraînement de forte densité de fréquence DELTA (.5, 1 et 2 Hz) axent votre esprit dans un sommeil reposant et rajeunissant.

Echos de rêves

Faisant écho à des mélodies de .25, .5, 1 & 2 Hz de fréquence DELTA vous entraînent dans un sommeil réparateur et profond.

Le progrès scientifique de la thérapie par le son Avec entraînement par ondes cérébrales

Chacun d'entre nous expérience différents états de conscience tout au long de notre vie quotidienne. Certains états sont fréquents, comme l'éveil de conscience ordinaire, le sommeil et le rêve, tandis que d'autres sont moins fréquents tels que lorsque nous sommes particulièrement conscients ou extra créatif. Tous ces états présentent une structure d'ondes cérébrales qui ont été cartographiées et mesurées au cours des années par de nombreux experts, dont le docteur Lee Bartel.

En comprenant les différentes variétés d'ondes cérébrales qui se produisent dans ces différents états, le Docteur Bartel a développé des sons, des musiques et techniques qui permettent à votre cerveau de produire l'état que vous souhaitez expérimenter. Totalement sûr et cliniquement prouvé, ce travail a aidé le sommeil de millions de personnes, les a également aidés à mieux se relaxer et à penser plus efficacement. L'une des techniques couramment utilisées par le docteur Bartel est "entraînement". Cette technique est naturellement dérivée de la tendance de nos ondes cérébrales pour s'adapter à notre environnement sonore afin qu'ils vibrent en harmonie (par exemple, deux pendules montés côte à côte sur le même mur vont progressivement commencer à balancer au même rythme et devenir "entraînés"). Ce principe est universel et se trouve dans la chimie, la pharmacologie, la biologie, la médecine, la psychologie, la sociologie, l'astronomie, l'architecture et plus encore. Votre carte son Sound Oasis Sommeil / Détente / Bien-être délivre une efficacité sonore inégalée par l'intégration de ces techniques.

Ondes Delta (0.5 – 3.5 Hz): Les ondes Delta sont associées à des niveaux plus profonds de la détente physique. Delta est le rythme d'un sommeil sans rêves et sa présence correspond généralement à la guérison et le rajeunissement physique.

Surf sur le sommeil, Voyage Delta et Échos de rêves de vote carte son Sommeil • Relaxation • Bien être utilisent l'entraînement DELTA pour aider le sommeil.

Ondes Thêta (3.5 – 7.0 Hz): Les ondes Thêta reflètent un état d'esprit qui est adapté à une intense créativité, visualisation, imagination, et la résolution de problèmes dans état de guérison non-sommeil et émotionnel. Les ondes Thêta sont produites pendant une profonde méditation, le rêve et la rêverie. Les mouvements rapides des yeux (REM) sont courants dans cet état.

Ondes Alpha (7.0 – 13.0 Hz): Les ondes Alpha indiquent un état d'alerte avec un esprit calme (exemple, une personne qui a accompli une tâche et s'assoit au repos est souvent dans un état Alpha). Cet état d'attention peut être porté vers l'extérieur pour résoudre des problèmes ou vers l'intérieur pour parvenir à un état d'alerte méditatif (exemple, en méditant). L'augmentation d'ondes Alpha est souvent présente dans le cerveau de personnes qui pratiquent la méditation, le yoga et le tai-chi.

Tranquillité et Nuages alpha de votre carte son Sommeil • Relaxation • Bien être utilisent l'entraînement ALPHA pour promouvoir une réduction du stress et un état d'alerte de relaxation.

Ondes Bêta (13.0 – 30.0 Hz): Les ondes Bêta sont associées aux états normaux de l'éveil d'une journée à l'autre lorsqu'on travaille ou on joue. En états bêta, nous sommes très vigilants et concentrés, occupés à l'informatique, l'organisation, créer un sens au monde extérieur. Les ondes Bêta sont plus nombreuses dans les moments de stress ou d'anxiété, nous permettant de gérer et de résoudre des situations et problèmes immédiats.

Les sons Carillons d'énergie de votre carte son Sommeil • Relaxation • Bien être utilisent l'entraînement BETA pour promouvoir un état d'esprit relaxé, mais axé.



Tarjeta de sonido: sueño • relajación • bienestar

Su Sound Oasis® hace avanzar la ciencia de la terapia sonora incorporando sonidos terapéuticos probados clínicamente desarrollador por el Dr. Lee Bartel, un músico y experto en salud internacionalmente reconocido. En sus años de investigación, el Dr. Bartel ha ayudado a millones de personas a dormir mejor, relajarse con más facilidad y pensar con mayor efectividad. El Dr. Bartel ha usado sus investigaciones y ha desarrollado seis (6) sonidos terapéuticos exclusivamente para Sound Oasis.

(Campanillas energéticas, Tranquilidad, Nubes alfa, Olas de sueño, Viaje delta y Ecos de sueño). Su Sound Oasis® también incluye seis (6) grabaciones digitales reales de nuestros sonidos de la naturaleza más populares, grabados al aire libre con el principal grabador de naturaleza del mundo, para obtener el sonido más realista posible. (Olas del océano, Lluvia suave, Río, Estática, Bosque y Tormenta).

Estos 12 sonidos se describen con más detalle a continuación:

Olas del océano

Olas del océano proporciona un ritmo tranquilo que le ayuda a dormir o crea un ambiente relajante a orillas del mar.

Lluvia suave

Una lluvia suave proporciona un entorno tranquilo para la relajación y el sueño. El sonido de la lluvia es especialmente adecuado para ocultar sonidos de fondo de tonos altos.

Río

Un río de montaña le ayuda a desconectar y crea un sonido de fondo excelente para las actividades diarias en casa o en la oficina.

Estática

El fluir constante de una cascada es perfecto como "estática natural" para ocultar ruidos de fondo no deseados.

Bosque

Los calmantes cantos de los pájaros le llevan a un bosque apartado para relajarse o meditar.

Tormenta

Desconecte con el intenso pero relajante sonido del trueno lejano mientras la lluvia cae suavemente sobre un lago apartado.

Campanillas energéticas

Un coro ralentizado de grillos que resuena en la zona de ondas BETA mezclado con campanillas tranquilas (también en la zona

Vea nuestra gama en constante crecimiento de tarjetas de sonido en www.sound-oasis.com

La innovación científica de la terapia sonora con entrenamiento de las ondas cerebrales

Todos nosotros experimentamos diversos estados de conciencia en nuestra vida diaria. Algunos estados son frecuentes - como la conciencia normal despiertos, el sueño y los sueños - mientras que otros son estados menos frecuentes, como cuando estamos especialmente perceptivos o más creativos. Todos estos estados muestran un patrón único de ondas cerebrales que han sido dibujadas y medidas a lo largo de los años por muchos expertos, incluyendo al Dr. Lee Bartel.

Comprendiendo la diversidad de ondas cerebrales que se producen durante estos distintos estados, el Dr. Bartel ha podido desarrollar sonidos, música y técnicas que hacen que su cerebro genere el estado que desea experimentar. Completamente seguro y probado clínicamente, este trabajo ha ayudado a millones de personas a dormir mejor, relajarse con más facilidad y pensar con mayor efectividad. Una técnica usada habitualmente por el Dr. Bartel es la "sincronización". Esta técnica de base natural es la tendencia de nuestras ondas cerebrales a ajustarse a nuestro entorno sonoro para vibrar armónicamente (por ejemplo, dos relojes de péndulos montados uno al lado de otro en la misma pared comenzarán a oscilar gradualmente al mismo ritmo a medida que se "sincronizan"). El principio es universal y se encuentra en la química, la fisiología, la biología, la medicina, la psicología, la sociología, la astronomía, la arquitectura y muchas más. Su Tarjeta de Sonido Sueño/Relajación/Bienestar de Sound Oasis le ofrece una efectividad sin parangón en máquinas de sonido incorporando estas técnicas.

Ondas Delta (0,5 – 3,5 Hz): Las ondas Delta están asociadas con los niveles más profundos de relajación física. El Delta es el ritmo del sueño sin soñar, y su presencia se corresponde normalmente con el rejuvenecimiento y la curación físicos.

Las Olas de Sueño, el Viaje Delta y los Ecos de Sueños en su Tarjeta de Sonido Sueño · Relajación · Bienestar usan sincronización DELTA para inducir el sueño.

Ondas Theta (3,5 – 7,0 Hz): Las ondas Theta reflejan un estado mental vinculado a la creatividad intensa, la visualización, la imaginación, y la solución de problemas en un estado de vigia y la curación emocional en estado de sueño. Las ondas Theta se generan durante la meditación profunda, los sueños y al soñar despierto. El movimiento rápido de los ojos (REM) es habitual en este estado.

Ondas Alfa (7,0 – 13,0 Hz): Las ondas alfa indican un estado de alerta con una mente tranquila (p. ej., una persona que ha completado una tarea y se sienta a descansar está a menudo en estado Alfa). En este estado puede concentrarse la atención al exterior para solucionar problemas o al interior para obtener un estado meditativo alerta (p. ej., la consideración). El aumento de alfa se encuentra a menudo en las ondas cerebrales de personas que practican meditación, yoga y tai chi.

Los sonidos Tranquilidad y Nubes Alfa en su Tarjeta de Sonido Sueño · Relajación · Bienestar usan sincronización ALFA para producir reducción de estrés o un estado alerta de relajación.

Ondas Beta (13,0 – 30,0 Hz): Las ondas Beta están asociadas con el estado normal consciente que experimentamos día a día en el trabajo y el ocio. En estado beta estamos muy alerta y concentrados – ocupados calculando, preparando y organizando – procesando el mundo externo. Beta aumenta en momentos de estrés o ansiedad, permitiéndonos gestionar situaciones y resolver problemas inmediatos.

Los sonidos Campanillas energéticas en su Tarjeta de Sonido Sueño · Relajación · Bienestar usan sincronización BETA para producir un estado mental relajado pero concentrado.

Vea nuestra gama en constante crecimiento de tarjetas de sonido en www.sound-oasis.com



Cartão sonoro Sono. Relaxamento. Bem-estar

O seu cartão sonoro OASIS oferece uma avançada terapia sonora incorporando sons terapêuticos clinicamente aprovados e desenvolvidos pelo Dr. Lee Bartel, um renomado músico e especialista em saúde. Através de anos de pesquisa, o Dr. Bartel tem ajudado milhões de pessoas a dormir melhor, relaxar mais facilmente e pensar com mais efetividade. O Dr. Bartel utilizou suas pesquisas e desenvolveu uma terapia sonora com 6 sons exclusivamente para o OASIS: Energy Chimes, Tranquility, Alpha Clouds, Sleep Surf, Delta Voyage e Dreams Echoes.

O seu cartão sonoro também possui 6 gravações digitais dos nossos sons mais populares e naturais que foram gravados em locais selvagens para tornar o som mais real possível. (Ocean Surf, Gentle Rain, Stream, White Noise, Forest e Thunderstorm).

Os 12 sons estão descritos abaixo:

Ocean Surf

oferece um ritmo calmo que ajuda você a dormir ou a criar um ambiente relaxante de mar.

Gentle Rain

Um suave som de chuva oferece um ambiente tranquilo para relaxamento e para dormir. O som de chuva é particularmente bom para mascarar sons de frequência aguda.

Stream

Ajuda você a criar um excelente som de fundo para as atividades diárias em casa ou no trabalho.

White Noise

O som de uma cachoeira é perfeito como um "White noise natural" para mascarar sons de fundo desagradáveis e as frequências de zumbido mais comuns.

Forest

O som do cantar dos pássaros te leva a uma sensação de paz como se estivesse em uma floresta isolada para relaxar e contemplar o ambiente.

Trundersthorm

O som de trovão distante, juntamente com chuva caindo num lago.

Dream Echoes

Melodias ecoando com extensão de frequência DELTA com .25, .5 e 2hz promovem um sono profundo e restaurador.

Vea nuestra gama en constante crecimiento de tarjetas de sonido en www.sound-oasis.com

O avanço científico da Terapia Sonora com extensão das ondas cerebrais

Todos nós experimentamos diferentes estados de consciência em toda a nossa vida diária. Alguns estados são frequentes – como a consciência de acordar, dormir e sonhar – enquanto outros são menos frequentes, como quando nós somos cientes ou muito criativos. Todos esses estados exibem um único padrão de ondas cerebrais que foram mapeadas e medidas por muitos anos por muitos experts, incluindo Dr. Lee Bartel.

Para entender a variedade de ondas cerebrais que ocorrem durante esses diferentes estados, Dr. Bartel desenvolveu sons, música e técnicas que estimulam seu cérebro a produzir o estado que você queira experimentar. Totalmente seguro e clinicamente comprovado, este trabalho tem ajudado milhões pessoas a dormir melhor, relaxar facilmente e pensar mais efetivamente.

Uma técnica muito comum usada pelo Dr. Bartel é a "extensão". Esta técnica derivada naturalmente é a tendência das nossas ondas cerebrais se ajustarem ao nosso ambiente sonoro para então, vibrarem em harmonia (por exemplo, dois relógios de pêndulo montados lado a lado na mesma parede , ao poucos, começaram a tocar ao mesmo tempo e se tornam "sincronizados"). Este princípio é universal e encontrado na química, farmacologia, biologia, medicina, psicologia, sociologia, astronomia , arquitetura e outros. Seu Cartão Sonoro Sono/Relaxamento/Bem-estar Sound Oasis proporciona um equipamento sonoro com eficácia insuperável incorporando todas essas técnicas.

Ondas Delta (0,5 – 3,5 Hz): Las ondas Delta están asociadas con los niveles más profundos de relajación física. El Delta es el ritmo del sueño sin soñar, y su presencia se corresponde normalmente con el rejuvenecimiento y la curación físicos.

Las Olas de Sueño, el Viaje Delta y los Ecos de Sueños en su Tarjeta de Sonido Sueño · Relajación · Bienestar usan sincronización DELTA para inducir el sueño.

Ondas Theta (3,5 – 7,0 Hz): Las ondas Theta reflejan un estado mental vinculado a la creatividad intensa, la visualización, la imaginación, y la solución de problemas en un estado de vigia y la curación emocional en estado de sueño. Las ondas Theta se generan durante la meditación profunda, los sueños y al soñar despierto. El movimiento rápido de los ojos (REM) es habitual en este estado.

Ondas Alfa (7,0 – 13,0 Hz): Las ondas alfa indican un estado de alerta con una mente tranquila (p. ej., una persona que ha completado una tarea y se sienta a descansar está a menudo en estado Alfa). En este estado puede concentrarse la atención al exterior para solucionar problemas o al interior para obtener un estado meditativo alerta (p. ej., la consideración). El aumento de alfa se encuentra a menudo en las ondas cerebrales de personas que practican meditación, yoga y tai chi.

Los sonidos Tranquilidad y Nubes Alfa en su Tarjeta de Sonido Sueño · Relajación · Bienestar usan sincronización ALFA para producir reducción de estrés o un estado alerta de relajación.

Ondas Beta (13,0 – 30,0 Hz): Las ondas Beta están asociadas con el estado normal consciente que experimentamos día a día en el trabajo y el ocio. En estado beta estamos muy alerta y concentrados – ocupados calculando, preparando y organizando – procesando el mundo externo. Beta aumenta en momentos de estrés o ansiedad, permitiéndonos gestionar situaciones y resolver problemas inmediatos.

Los sonidos Campanillas energéticas en su Tarjeta de Sonido Sueño · Relajación · Bienestar usan sincronización BETA para producir un estado mental relajado pero concentrado.

Vea nuestra gama en constante crecimiento de tarjetas de sonido en www.sound-oasis.com



サウンド・カード：睡眠改善・リラックス・健康

国際的に高く評価された音楽と健康の専門家リー・バーテル博士 (Dr. Lee Bartel) より開発された。そして、臨床的に承認されたサウンド治療の科学を促進します。数年間の研究で、彼は何百万もの人がより良い睡眠を得る、より簡単にリラックスする、及びより効率的に考えることに助けてあげました。リー・バーテル博士 (Dr. Lee Bartel) はそれらの研究により、サウンド・オアシス専用の6種類の治療サウンド(エネルギー・チャイム、心の平静、アルファ雲、スリープ・サーフ、デルタの船旅及び夢のエコー)を開発しました。入手可能なリアルなサウンドを求めるために、あなたのあなたのサウンド・オアシスは6種類の真のデジタル録音、野外で世界一流の録音装置にて録音した一番流行っている自然音を組み込んだ装置であります。(オーシャン・サーフ、小雨、流水、白色騒音、森及び雷雨)

12種類のサウンドの詳細は以下通りです。

オーシャン・サーフ

オーシャン・サーフは貴方が知らぬ間に眠るように静かなリズムを提供し、あるいは、貴方を寛げる海辺のような環境を作成しております。

小雨

安らかな降雨はリラックス及び睡眠ができるように、穏やかな背景を提供します。にわか雨のサウンドはより高調のバックグラウンド・サウンドを覆い隠す最適な選択です。

流水

波打つ谷川は貴方を寛がせ、家庭及び職場の活動には素晴らしい背景音を提供します。

白色雑音

着実な流れのカスケード滝は1つの「ナチュラル・ホワイト・ノイズ」望まれていない背景音を覆い隠すものとして、完璧なものです。

森

平和な鳴き鳥は寛ぎ及び沈思のため、人里離れた森へ貴方を連れて行きます。

雷雨

平日の緊張を解し、シトシト降る雨が遠く離れた湖に降りかかるよう、貴方をうっとりさせるディスタントサンダー(遠雷)のサウンド。

Ondas Alfa (7,0 – 13,0 Hz): Las ondas alfa indican un estado de alerta con una mente tranquila (p. ej., una persona que ha completado una tarea y se sienta a descansar está a menudo en estado Alfa). En este estado puede concentrarse la atención al exterior para solucionar problemas o al interior para obtener un estado meditativo alerta (p. ej., la consideración). El aumento de alfa se encuentra a menudo en las ondas cerebrales de personas que practican meditación, yoga y tai chi.

Los sonidos Tranquilidad y Nubes Alfa en su Tarjeta de Sonido Sueño · Relajación · Bienestar usan sincronización ALFA para producir reducción de estrés o un estado alerta de relajación.

Ondas Beta (13,0 – 30,0 Hz): Las ondas Beta están asociadas con el estado normal consciente que experimentamos día a día en el trabajo y el ocio. En estado beta estamos muy alerta y concentrados – ocupados calculando, preparando y organizando – procesando el mundo externo. Beta aumenta en momentos de estrés o ansiedad, permitiéndonos gestionar situaciones y resolver problemas inmediatos.

Los sonidos Campanillas energéticas en su Tarjeta de Sonido Sueño · Relajación · Bienestar usan sincronización BETA para producir un estado mental relajado pero concentrado.

Vea nuestra gama en constante crecimiento de tarjetas de sonido en www.sound-oasis.com

脳波同調によるサウンド

治療技術の突破

一般に、私たちは毎日の生活の中で、異なる意識の状態を経験します。ある意識状態は頻繁に起こります。例えば、一般の人は普通な目覚め意識、睡眠及び夢見を経験していますが、一部の人が自分の認識力及び創造力が特に強いような脳波頻度の低い状態を経験します。これらのすべての意識状態はこの数年にリー・バーテル博士 (Dr. Lee Bartel) などのような専門家らがマップ及び測定されていた1つ脳波のユニークなパターンを表します。

違う意識状態を経験する時に生じる脳波の多様性に対する理解により、リー・バーテル博士 (Dr. Lee Bartel) はさまざまなあなたの脳のほしい意識状態の経験を与えるサウンド、音楽及び技術を開発しました。完全に安全及び臨床的に承認されたこの解決策は何百万人の人により良い睡眠、より簡単なリラックス及びより効率的な思考を可能にしました。リー・バーテル博士 (Dr. Lee Bartel) 使用された技術の一つは「(脳波)同調」です。この自然に生成した技術は脳波を調和するに音環境に適合した技術の発展傾向です(例えば、同じ壁に実装された2つ振り子時計が同調されることにずれて徐々に同じような速度で揺れる)。この原理は普遍的で、化学、薬理学、生物学、医薬学、心理学、社会学、天文学、建築学及び更なる分野においても適用すると発見されました。あなたのサウンド・オアシス睡眠/リラックス/健康サウンド・カードはこれらの優れた技術を含め、卓越した音質及び実効性の提供が可能です。

デルタ波 (0.5 – 3.5 Hz):

デルタ波は最深レベルの物理的緩和と関連付けています。デルタ波は夢のない睡眠のリズムであり、その存在はいつも物理的若返り及び治療と同じ意味をします。

睡眠・リラックス・健康サウンド・カードのスリープ・サーフ、デルタの船旅及び夢のエコーなどのサウンドはデルタ波の同調を睡眠を誘発するに利用したサウンド治療製品です。

シータ波 (3.5 – 7.0 Hz): シータ波は調和された非睡眠状態の豊かな想像力、視覚化、想像力及び問題解決と睡眠状態の情緒治療などの意識状態を反映します。シータ波は深い瞑想、夢見及び白昼夢の時に生成した脳波です。急速眼球運動(Rapid Eye Movement)の見られる睡眠)は良くこのような状態に生じます。

アルファ波 (7.0 – 13.0 Hz): アルファ波は静かな意識付きの警戒状態(例えば、任務を完成して、腰を下ろし、休んでいる人がアルファ

状態にいる) を表します。この時の注意は外には問題解決向けあるいは中にはのアラートの瞑想状態に集中している(例えば、沈思)可能です。瞑想、ヨガ及び太極拳をする人に対して、アルファ波が増強されたことが多いです。睡眠・リラックス・健康サウンド・カードの心の平静、アルファ雲はアルファ同調を利用したストレス解消あるいはアラート状態の緩和に助長するサウンド治療製品です。

ベータ波 (13.0 – 30.0 Hz): ベータ波は私たちが普通に経験する目覚め状態と関連付けています。(毎日の仕事及び遊びの時)。

ベータ波の状態は私たちが計算、手配及び組織に忙しい時に、外界状況を理解する高度警戒及び集中的状態を表します。ベータ波はストレスまたは不安の時に増加し、緊急問題の解決及び状況の把握を可能にします

エネルギー・チャイムなどの音は睡眠・リラックス・健康サウンド・カードはベータ波同調を利用した、意識緩和かつ集中に助長する治療サウンド製品です