

Wie Braintone Shift wirkt



Braintone Shift ist mehr als Musik.

Es ist ein Instrument zur mentalen Regulation – individuell komponiert, wissenschaftlich inspiriert und

Klang als Brücke zwischen Geist und Körper

Unser Gehirn arbeitet in rhythmischen Mustern. Diese elektrischen Schwingungen – sogenannte Hirnwellen – verändern sich je nach mentalem Zustand:

- Beta (13–30 Hz) – wacher Fokus und Aktivität
- Alpha (8–12 Hz) – entspannte Aufmerksamkeit
- Theta (4–8 Hz) – Meditation, Kreativität, Tiefenruhe
- Delta (unter 4 Hz) – Schlaf und Regeneration

Braintone Shift nutzt dieses natürliche Prinzip:

Der Schwingungsverlauf – das Herzstück

Im Gegensatz zu gewöhnlicher Entspannungsmusik bleibt ein Track bei Braintone Shift nicht statisch. Jede Komposition folgt einem gezielten Schwingungsverlauf – etwa von 8 Hz (ruhige Aufmerksamkeit) über 5 Hz (Tiefenentspannung) zurück auf 6.5 Hz (stabile Balance).

Dieser Verlauf wirkt wie eine akustische Reise:

Das Gehirn wird geführt, nicht gedrängt – es gleitet Schritt für Schritt in den gewünschten Zustand und findet anschließend sanft zurück in Wachheit.

Individuell abgestimmt

Jeder Mensch reagiert anders auf Klang. Darum wird jede Komposition neu erstellt – abgestimmt auf Ziel, Umgebung und individuelle Resonanz.

Ob für Schlaf, Fokus, Stressabbau oder therapeutische Begleitung:

Der Verlauf, die Intensität und die Klangfarben werden persönlich angepasst.

So entsteht ein maßgeschneiderter Klangraum, der mit dem Hörer arbeitet, nicht gegen ihn.

Wissenschaftlich fundiert

Braintone Shift basiert auf Erkenntnissen aus Musikpsychologie, Neuroakustik und Wahrnehmungsforschung. Studien zeigen, dass rhythmisch modulierte Klänge das Nervensystem harmonisieren, Herz- und Atemfrequenz synchronisieren und den Zugang zu regenerativen Zuständen erleichtern.

Diese Musik nutzt keine Suggestion, sondern natürliche Resonanz – spürbar, aber nicht aufdringlich.