

VIBRATIONS NEURONALES

PIRATEZ VOTRE CERVEAU



ESOAS

Sommaire

Téléchargement et Streaming	4
Préambule	5
Avertissement	6
Un peu d'histoire	8
Qu'est ce qu'un son binaural ?	9
Qu'est ce que le bruit coloré : Rose, Blanc, ou Marron ?.....	10
Quels sont les effets ?	11
Comment les utiliser ?	12
Qu'attendre des Vibrations Neuronales ?	14

Téléchargement et Streaming

Vous trouverez ci-dessous les deux liens qui vous permettront de télécharger ou écouter en streaming directement tous les audios et de les avoir à disposition sur votre ordinateur, tablette, smartphone ou lecteur mp3.

[Téléchargez votre pack complet](https://bit.ly/PACK-COMPLET)

Ou en copiant/collant cette adresse : <https://bit.ly/PACK-COMPLET>

[Ecoutez en streaming](https://bit.ly/ESOASSTREAMING)

Ou en copiant/collant cette adresse : <https://bit.ly/ESOASSTREAMING>

N'hésitez pas à nous contacter en cas de soucis pour écouter ou télécharger le produit.

Préambule

Bravo pour votre achat ! Vous avez maintenant entre vos mains une série d'outils puissants et uniques pour améliorer votre quotidien et votre vie.

La Vibration Neuronale est une technique qui, grâce à des ondes sonores, permet de synchroniser votre cerveau en fonction de vos activités pour devenir une meilleure version de vous même.

Les plus hauts critères d'exigences ont été respectés pour vous proposer un produit de qualité pouvant répondre à la plus part de vos besoins.

Nous espérons que vous serez satisfait de votre achat.

Hugo, Fondateur d'Esoas

Avertissement

Ces informations reflètent un partage d'expérience destiné à vous permettre de tirer le meilleur de votre produit. Celui-ci n'a cependant pas de vocation médicale ou thérapeutique. Il n'est pas destiné à traiter ou à guérir une quelconque maladie ; et aucune des préconisations présentées ne doit être considérées comme un avis médical. En cas de problèmes physique ou psychologique, consultez un professionnel.

Vous ne devez en aucun cas conduire une voiture ou utiliser des machines pendant que vous écoutez un des enregistrements. Cette technologie peut produire des états de grande détente qui peuvent vous mettre en danger dans des situations qui requièrent votre attention directe.

Les personnes épileptiques ou souffrant de troubles mentaux graves ne doivent jamais utiliser ces enregistrements sans l'approbation du médecin traitant. Bien que rare, il existe un risque de crise associé aux personnes qui sont prédisposées aux crises d'épilepsie. Consultez votre médecin directement si vous avez des questions ou des inquiétudes concernant les effets de ces enregistrements sur vous.

En outre, nous ne recommandons pas ce produit pour les femmes enceintes, les personnes portant un stimulateur cardiaque, les personnes prédisposées aux crises, les personnes photosensibles ou celles sous l'influence de médicaments ou de drogues. Nous ne recommandons pas ces enregistrements pour les personnes âgées de moins de 18 ans.

Ces enregistrements peuvent conduire à de vastes améliorations dans votre développement personnel mais il est possible que des émotions ou des souvenirs refoulés fassent surface lorsque vous écoutez ces enregistrements. Ces remontées sont saines et vous

permettront une meilleure compréhension de vos situations conflictuelles et vos façons de fonctionner.

Les enregistrements de ce produit ne sont pas connus pour provoquer de réaction avec des médicaments ou des thérapies chimiques. En cas de doute, consultez votre médecin soignant.

Dans les situations délicates ou gênantes, il est conseillé de stopper l'écoute et demander l'aide d'un professionnel approprié si vous avez des difficultés à traiter certaines émotions par vous-même.

Un peu d'histoire

Les battements binauraux ont été découverts en 1839 par Heinrich Wilhelm Dove.

Jusqu'en 1973 avec la publication de l'article de Gerald Oster intitulé *Auditory Beats in the Brain* (Scientific American, 1973), le sujet a été traité de nombreuses fois mais pas de manière sérieuse.

Gerald Oster a détecté dans les battements binauraux, une opportunité puissante pour la recherche cognitive et neurologique, utilisable comme un outil de diagnostic médical.

Par exemple pour trouver et évaluer des déficiences auditives, mais aussi pour des fonctions neurologiques plus générales.

Il a constaté que certains patients souffrant de la maladie de Parkinson ne pouvaient pas percevoir les battements. Il a pu également suivre le traitement de la maladie, et constater qu'au départ le patient ne percevait pas les ondes puis après une semaine il commençait à les percevoir.

Gerald Oster a également pu constater des différences entre les genres dans la perception des battements, notamment au début et 15 jours après le début du cycle menstruel concernant les femmes.

Sous la direction de Robert Monroe, le physicien Thomas Campbell et l'ingénieur Mennerich Dennis ont tenté de recréer l'oscillation de 4Hz associée à l'impression que l'esprit se dissocie du corps physique pour vivre une existence autonome et explorer librement l'espace environnant. C'est sur ces conclusions, que Robert Monroe a fondé l'Institut Monroe qui est aujourd'hui un centre de recherche qui étudie les battements binauraux comme un moyen d'entraîner la synchronisation des hémisphères cérébraux.

Qu'est ce qu'un son binaural ?

Lorsque vous entendez deux tons, un dans chaque oreille, dont la fréquence est légèrement différente, votre cerveau traite un battement à la différence d'une fréquence. C'est ce qu'on appelle un battement binaural.

Les battements binauraux sont considérés comme des illusions auditives.

Pour qu'un rythme binaural fonctionne, les deux tons doivent avoir des fréquences inférieures à 1000 Hz, et la différence entre les deux tons ne peut pas être supérieure à 30 Hz. Les sons doivent également être écoutés séparément. Un seul par oreille.

En théorie, les battements binauraux créent la fréquence nécessaire pour que votre cerveau crée les mêmes ondes que celles que vous expérimentez lors d'une pratique d'activité comme l'endormissement, le sommeil, la concentration, la relaxation ou encore la méditation. L'utilisation des battements binauraux de cette manière est parfois appelée technologie d'entraînement des ondes cérébrales.

Les battements binauraux aurait tendance à se propager dans l'ensemble du cerveau pour entraîner une synchronisation des ondes cérébrales des deux hémisphères avec cette fréquence.

Les battements binauraux ont été explorés en musique et sont parfois utilisés pour aider à accorder les instruments, tels que les pianos et les orgues

Qu'est ce que le bruit coloré : Rose, Blanc, ou Marron ?

Bien que le bruit soit un signal aléatoire, il possède des propriétés statistiques caractéristiques. La densité spectrale de puissance en est une, et peut être utilisée pour distinguer les différents types de bruit.

L'idée d'associer chaque type de son à une couleur provient d'une grossière analogie entre les ondes sonores et lumineuses.

Ces différents types de bruit, à l'écoute, peuvent faire penser à de l'eau.

Le bruit blanc ressemble plutôt à des rapides dans un torrent, le bruit rose lui est plutôt ressemblant à une cascade se situant à proximité alors que le bruit marron donne une impression de chute d'eau lointaine.

Peut-être que vous avez des difficultés à la concentration ou au contraire à l'endormissement ?

Certains silences ou certains bruits intermittents peuvent être gênants dans ces deux activités.

Un cri, une alarme, des travaux, des véhicules, un bruit de fond indésirable, une pollution sonore isolée ou intermittente peuvent rapidement devenir très gênant. Ils peuvent être accentués et devenir insupportables par votre cerveau au niveau de vos ressentis lors d'une activité qui demande du calme. Votre cerveau détourne votre attention de votre endormissement, ou de votre concentration.

Quelles sont les effets ?

Il est prétendu que les battements binauraux induisent le même état mental que celui associé à une pratique de méditation, mais beaucoup plus rapidement. En effet, les battements binauraux sont censés :

- réduire l'anxiété
- accroître la concentration et la focalisation
- réduire le stress
- accroître la détente
- favoriser une atmosphère positive
- promouvoir la créativité
- aider à gérer la douleur

La méditation est la pratique qui consiste à calmer l'esprit et à réduire le nombre de pensées aléatoires qui le traversent. Il a été démontré qu'une pratique régulière de la méditation réduit le stress et l'anxiété, ralentit le rythme du vieillissement du cerveau et des pertes de mémoire. Elle favorise la santé émotionnelle et allonge la durée d'attention. La pratique régulière de la méditation peut être assez difficile, c'est pourquoi les gens se tournent vers ce type de technologie pour obtenir de l'aide.

Comment les utiliser ?

Tout ce dont vous avez besoin pour expérimenter les Vibrations Neuronales, c'est un casque audio ou des écouteurs. Pour lire les fichiers, il suffit d'un ordinateur portable ou de bureau, un smartphone, une chaîne hifi, ou simplement un lecteur mp3.

Notez que le volume doit être de modéré à bas, mais surtout pas trop fort pour que cela ne soit pas gênant.

Lors de votre premier essai, constatez que le son semble pulser. Retirez un écouteur : la vibration disparaît totalement. Répétez avec l'autre écouteur.

Trouvez un endroit confortable et sans distractions. Il suffit d'écouter les enregistrements au moins 30 minutes chaque jour dans vos écouteurs pour vous assurer que vos neurones s'habituent et se synchronisent.

Vous pouvez expérimenter la durée d'écoute des enregistrements pour découvrir ce qui fonctionne pour vous.

Par exemple, si vous ressentez un niveau élevé d'anxiété ou de stress, vous pouvez écouter le son pendant une heure entière ou peut-être plus. Vous pouvez également écouter les yeux fermés.

Vous devrez ensuite décider quelles vibrations neuronales correspondent à l'état que vous souhaitez atteindre :

Sommeil Réparateur 2,5Hz • Ondes Delta (inférieures à 4 Hz)

État de sommeil profond et relaxation de l'inconscient. Cet état est retrouvé lorsque vous dormez profondément et que vous n'êtes pas conscient de l'environnement.

Méditation Profonde 5,5Hz • Ondes Thêta (4 à 7 Hz)

C'est l'état des rêves. Les ondes sont liées au sommeil paradoxal, à la réduction de l'anxiété, à la relaxation, ainsi qu'à des états méditatifs et créatifs. En méditation, c'est l'état profond à atteindre pour que des expériences liées aux perceptions extra sensorielles se produisent. Elles sont également utilisées pour l'auto-hypnose.

Relaxation Intense 10Hz • Ondes Alpha (7 à 13 Hz)

C'est l'état pendant lequel vous vous sentez détendu et tranquille. Elles sont censées encourager la relaxation, promouvoir la positivité et diminuer l'anxiété. Par exemple, juste après votre réveil et juste avant de dormir, quand vous vous sentez somnolent. Egalement, lorsque vous êtes rêveur pendant la journée, vous entrez dans le rythme Alpha.

Focus Maximum 40Hz • Ondes Bêta (13 à 40 Hz)

C'est l'état normal pendant la journée. C'est le rythme cérébral typique des moments où vous travaillez, ou pensez activement à quelque-chose en particulier. Ces ondes sont associées à une augmentation de la vigilance et à la résolution de problèmes.

Concentration Accrue 50Hz • Ondes Gamma (supérieures à 40 Hz)

C'est l'état de concentration maximale. Lorsque vous êtes très concentré, vous êtes au meilleur de votre forme mentale. Elles ont été associées à une augmentation de la concentration et à une amélioration de la mémoire.

Qu'attendre des Vibrations Neuronales ?

Un conseil n'en attendez rien ! Si vous avez de trop fortes attentes concernant tel ou tel effet, vous risquez de créer un conditionnement mental qui limitera les effets.

Laissez donc le son vous envahir, détendez-vous, profitez de ce moment de calme sans jugement et vous reviendrez sur vos conclusions au bout d'un certain temps d'adaptation et d'entraînement.

Il est possible que ces vibrations neuronales fonctionnent pour vous très rapidement dès la première séance comme après quelques jours de pratique.

Les effets peuvent être très variables et se faire ressentir différemment selon les individus.

Vous pourrez peut être également penser à l'effet placebo.

Sachez que le placebo est d'une efficacité scientifiquement prouvée !

Comme les vibrations neuronales, nous ne savons pas encore quel est le mode de fonctionnement mais il agit et fonctionne.

Il existe deux faits étranges au sujet du placebo corroborant les études scientifiques. Pensez-vous qu'un placebo pouvait avoir des effets secondaires ?

C'est ce qu'on appelle "l'effet nocebo" et il est susceptible de recréer les effets indésirables d'un produit via des suggestions que l'on aurait pu lire sur une notice ou entendre par des médias...

Par exemple, des troubles chez certains riverains d'une antenne-relais de téléphonie mobile ont été constatés alors même que l'installation n'avait pas encore été mise en service.

Pensiez vous également qu'un placebo pouvait faire effet même en pleine conscience de la prise d'un placebo ?

Une étude menée par un institut universitaire de Lisbonne auprès de 80 personnes souffrant de maux de dos, a démontré qu'un groupe prenant sciemment un placebo en alternance avec des anti-inflammatoires voyait leurs souffrances diminuer davantage que le groupe n'absorbant que les véritables anti-inflammatoires !

Un autre exemple d'étude provenant du Dana Farber Cancer Institute de Boston, montre que des patients en rémission de cancer affrontent mieux la fatigue en absorbant des placebos en toute connaissance de cause qu'en ne prenant rien.

Peut-être est-ce alors l'un des multiples pouvoirs de la pensée positive...

Nous vous souhaitons une bonne utilisation de ces enregistrements !

**N'hésitez pas à nous faire un retour dès que
vous aurez utilisé ces enregistrements :**

<https://esoas.com/produit/piratez-cerveau-vibrations-neurales>