

PRESSEMITTEILUNG

Lee Gerdes

Das zufriedene Gehirn

Frei von Depressionen, Traumata, ADHS,
Sucht und Angst



- Revolutionäre Methode aus den USA zur Harmonisierung der Gehirnhälften
- Trendthema Neuroplastizität: So lernfähig und optimierbar ist unser Gehirn
- Autor entschlüsselt die Architektur eines ausbalancierten Gehirns

weltinnenraum.de

J.Kamphausen | Mediengruppe

„Ein Gehirn, das sich selber sieht, kommt ins Gleichgewicht“

Eigentlich wollten wir ja beim Kuchen etwas kürzer treten. Wenn da nicht diese Konditorei auf dem Weg zur Arbeit wäre! Sobald der Duft unser Riechzentrum erreicht, werden neuronale Suchtmuster aktiviert. Neurophysiologen können die Datenautobahn, die der Kuchen inzwischen in unserem Gehirn hinterlassen hat, immer besser nachzeichnen. „Die Nebenstraßen verkümmern, das lässt das gesamte Gehirn aus dem Gleichgewicht geraten“, sagt Lee Gerdes, Autor des Buches *Das zufriedene Gehirn*.

Auch bei Symptomen wie Schlafstörungen, chronischem Schmerz und Ängsten können Neurophysiologen inzwischen immer präziser nachweisen, welche Gehirnregionen in ein Ungleichgewicht geraten sind. Diese neuen Erkenntnisse verknüpfte Lee Gerdes vor mittlerweile zehn Jahren mit dem klassischen Biofeedback. Entstanden ist eine Methode, die dem Gehirn rückmeldet, wie es im optimalen Fall funktionieren würde.

„Wenn das Gehirn sich in einer Situation bedroht fühlt, ist der Schutz durch ein Dissoziieren eine sinnvolle Lösung“, so Gerdes. Später, wenn die Situation vorbei ist und das Verarbeitungsmuster sich dennoch etabliert hat, liegt ein Trauma vor. Die vorherigen Muster sind nicht verloren gegangen, aber sie sind

verschüttet. Stress und Reizüberflutung tun ihr übriges: Ständig fährt das Gehirn beim Scannen der inneren To-do-Liste dieselben Routen ab.

„Die Brain-State-Technologie hilft, die funktionaleren Muster wieder zugänglich zu machen“, sagt Gerdes, der 1992 von Jugendlichen auf offener Straße mit einem Baseballschläger angegriffen wurde und danach an einer posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) litt. Nach Jahren erfolgloser Behandlungsversuche begann Gerdes, seine Gehirnwellen aufzuzeichnen und sie mit denen zweier tibetischer Mönche zu vergleichen, die seit Jahrzehnten meditierten. Inzwischen haben nahezu 32.000 Menschen in weltweit 140 Niederlassungen die Technologie genutzt und dabei ein immer klareres Bild entstehen lassen von der **Architektur eines ausbalancierten Gehirns**.

Dabei setzt die von Gerdes entwickelte Technologie auf eine zentrale Erkenntnis der modernen **Quantenphysik: Bereits Beobachtung bewirkt eine Veränderung**. Die von Gerdes entwickelte Software misst diesem Ansatz folgend die Frequenz in den unterschiedlichen Gehirnregionen und übersetzt diese Informationen in eine für das jeweilige System optimale Klangstruktur.

Die optimalen Gehirnwellen filtert das Programm heraus, um sie dem Gehirn über Kopfhörer in Form von diversen Tönen in Echtzeit zurückzumelden. Mit Hilfe dieser Töne sieht sich das Gehirn in einem optimalen Zustand und ist in der

Lage, sich diese neuen Muster im Laufe von etwa zehn Sitzungen anzueignen.

In den USA kommt die von Gerdes entwickelte Brain-State-Technologie bereits in Justizvollzugsanstalten und Kliniken mit großem Erfolg zum Einsatz. Wissenschaftliche Studien, die Gerdes in seinem Buch vorstellt, konnten die **Wirksamkeit bei Schlafstörungen, Sucht und PTBS** nachweisen. Nicht zuletzt illustrieren die vielen Fallgeschichten, die Gerdes gesammelt hat, auf beeindruckende Weise das immense Potential des menschlichen Gehirns, dessen Entfaltung die Brain-State-Technologie unterstützen kann.



Lee Gerdes:

Das zufriedene Gehirn

Frei von Depressionen, Traumata, ADHS, Sucht und Angst

324 Seiten, Broschur

€ (D) 19,95

ISBN 978-3-89901-362-7

Auch als E-Book erhältlich

ÜBER DEN AUTOREN



Lee Gerdes blickt auf eine Laufbahn als Systemanalytiker, Seelsorger, Managementberater und Vizepräsident des Unternehmens *Solutions for NetPerceptions* zurück. Er studierte Mathematik und Physik und beschäftigte sich intensiv mit Psychologie. Das von ihm gegründete Unternehmen *Brain State Technologies™* in Scottsdale, Arizona, mit Niederlassungen auf der ganzen Welt erforscht, wie ein optimal funktionierendes Gehirn zu Wohlbefinden und Glück führt.

www.brainstatetech.com

Die Brain-State-Technologie in Deutschland:

www.mindbodybalance.eu

PRESSEKONTAKT

Andreas Klatt
Presse & Öffentlichkeitsarbeit
J.Kamphausen | Mediengruppe
Stapenhorststraße 20
33615 Bielefeld
Fon +49 (0)521 56052 230
Fax +49 (0)521 5605229
andreas.klatt@j-kamphausen.de

Weitere Pressemitteilungen und Infos finden Sie im Pressebereich unter:
www.weltinnenraum.de

Auf Wunsch stellen wir Ihnen gerne druckfähiges Bildmaterial für Ihre Berichterstattung zur Verfügung.

ÜBER DEN VERLAG

Lüchow begann 1983 mit Louise L. Hay's „Heile Deinen Körper“ und spricht heute seine Leser mit einem breit aufgestellten Programmspektrum rund um die Themenkomplexe Ganzheitliche Gesundheit und Spiritualität an. Zu den bekanntesten Autoren gehören neben Louise L. Hay, Serge K. King, Wulfing von Rohr, Amit Goswami, Stephen Wolinski und John Veltheim.

Im Verlagsgefüge der J.Kamphausen Mediengruppe* ist Lüchow die Marke, die mit hohem Alltagsbezug den Horizont westlicher Leser um populäre Weisheitslehren und schamanische Traditionen erweitert. Lüchow-Bücher vermitteln verständlich und seriös eine positive Lebensanschauung und schlagen Brücken zu neuen spirituellen Ansätzen, die den Alltag erleichtern.

* Die J. Kamphausen Mediengruppe mit den Verlagen J.Kamphausen, Aurum, Theseus, Lüchow und LebensBaum sowie der Tao Cinemathek wurde 1983 in Bielefeld gegründet. Das Lieferprogramm umfasst mehr als 700 Titel aus den Themenbereichen der Spiritualität, ganzheitlicher Gesundheit und Wirtschaft. Einzelne Titel erreichen Auflagen von bis zu 500.000 Exemplaren.