



Von Dr. John Beaulieu, N.D., Ph.D.

Betreff: Stimmgabeln und COVID-19

Viele Menschen haben mich nach Stimmgabeln und dem neuartigen Coronavirus (COVID-19) gefragt. Stimmgabeln sind kein Heilmittel für COVID-19, aber sie können ein wichtiges Instrument zur Unterstützung der integrativen Medizin sein. Der Schlüssel liegt in ihrer richtigen Anwendung. Ich empfehle das nachfolgende mit Anmerkungen versehene Protokoll.

1. Kreieren Sie eine klare Intention (Absicht, Zielsetzung). Um mehr über die Wichtigkeit von Intention zu erfahren, empfehle ich Ihnen die Lektüre des Buches "Sound Healing and Values Visualization", das unter www.biosonics.com oder als e-Buch über Kindle erhältlich ist).
 - a. Die Intention ist, sich im "Hier und Jetzt" zu befinden. Die Angst vor COVID-19 erzeugt Panik. Um den Unterschied zwischen Panik und Realität zu verstehen, ist es notwendig sich im "Hier und Jetzt" zu befinden und nicht in einem zukünftigen Zustand, in dem man die Kontrolle verloren hat. Denken Sie daran, dass Sie nur das kontrollieren können, was Sie im "Hier und Jetzt" kontrollieren können. Eines der Dinge, die Sie in der Gegenwart kontrollieren können, ist Ihr Atem. Eine der besten Möglichkeiten, mit Angst und Panik umzugehen und sich selbst in einen gegenwärtigen Bewusstseinszustand zu bringen, ist rhythmisches Atmen. Ich schlage vor, dass Sie über einen Zeitraum von ein bis fünf Minuten, in regelmäßiger Weise 5 Sekunden lang einatmen und 5 Sekunden lang ausatmen. Während Ihr Geist sich beruhigt und Sie in die Gegenwart kommen, wird sich auch Ihre Körperphysiologie entspannen. Angst und Panik erzeugen eine Körperphysiologie, die nicht immunitätsfördernd ist und den Betroffenen anfälliger für COVID-19 macht.
2. Schlagen Sie die C und G Stimmgabeln (BioSonic Body Tuner™) aneinander. (Um mehr über die BioSonic Body Tuner™ zu erfahren, empfehle ich das Buch „Klangheilung mit Stimmgabeln“, das unter www.biosonics.de oder als e-Buch über Kindle erhältlich ist).

- a. Setzen Sie sich an einen ruhigen und geschützten Ort, schlagen Sie die Stimmgabeln C-256 und G-384 an und führen Sie sie an Ihre Ohren. Wenn Sie sich nicht sicher sind, wie Sie dies tun können, sehen Sie sich meine Support-Videos unter www.biosonics.com an.

Ich habe immer empfohlen, die Stimmgabeln auf den Nachttisch zu legen und einmal am Abend und einmal am Morgen die Stimmgabeln anzuschlagen. Im Zusammenhang mit der Herausforderung von COVID-19, empfehle ich, immer wenn Sie sich in einem negativen Zukunftsszenario befinden oder Angst oder Panik verspüren, die Sie nicht kontrollieren können, dem oben beschriebenen Ablauf zu folgen - dem rhythmischen Atmen und dem Anschlagen der Stimmgabeln. Der Klang der Stimmgabeln führt augenblicklich zu einem kohärenten Zustand des Nervensystems und hilft Ihnen dabei, automatisch einen Zustand des "Hier und Jetzt" zu erreichen und sich von einem Zustand der Angst in einen kohärenteren Zustand zu versetzen, in dem Sie besser in der Lage sind, die Realität in klarer Weise zu erfahren und wahrzunehmen.

Die C und G-Stimmgabeln (Biosonic Bodytuners™) haben eine unmittelbare Wirkung. Sie sollten sie in Ihrer Tasche oder Handtasche mit sich führen und sie benutzen, wann immer Sie es für nötig halten. Wenn Sie die Stimmgabeln mit anderen Personen anwenden möchten und eine sichere soziale Distanz wahren wollen, dann schlagen Sie die Stimmgabeln aneinander und kreieren Sie ein Konzert für eine oder mehrere ZuhörerInnen, mit einem Mindestabstand von eineinhalb Metern oder mehr.

Denken Sie daran, dass die Stimmgabeln ein integratives Klangheilungsinstrument sind. Sie sind kein Ersatz für das Händewaschen, ausreichenden Abstand und Hygiene. Wenn die Stimmgabeln richtig angewendet werden, stärken sie Ihr Immunsystem durch eine Stickstoffmonoxid-Signalantwort (bekannt durch die Entspannungsreaktion), die nachweislich das Immunsystem stärkt und eine physiologische Reaktion hervorruft, die antivirale Wirkung hat.

Wenn Sie keine Stimmgabeln zur Hand haben, empfehle ich Ihnen, sich meine CD Calendula "A Suite For Pythagorean Tuning Forks" anzuhören, die unter www.biosonics.com oder auf iTunes oder in verschiedenen digitalen Musikläden erhältlich ist.

Wenn Sie sich die "Calendula-CD" nicht leisten können, habe ich eine spezielle Stimmgabel-Mediation im Internet eingerichtet. Sie ist kostenlos, und wenn Sie eine Spende machen möchten, sind Sie herzlich dazu eingeladen. Folgen Sie dem Link:

<https://biosonics1.bandcamp.com/track/sonic-sunlight-a-biosonic-tuning-fork-meditation>

Wenn Sie andere Klangheilungsmethoden anwenden möchten, empfehle ich Ihnen, mit der rhythmischen Atmung zu beginnen und dann aufmerksam dem Klang zu lauschen, z.B. dem Summen einer Klangschale aus Kristall oder Metall, dem sanften Vibrieren eines Gongs oder den natürlichen Klängen von Wasserfällen, Bächen und Regen. Wenn Ihnen eine besondere Musik gefällt, die gute Erinnerungen und Gefühle weckt - spielen Sie sie und bewegen Sie sich zu ihr.

Sending lots of light

Dr. John Beaulieu, N.D., Ph.D.

From my New York Studio March 21, 2020