

Braintone Shift



Braintone Shift ist mehr als Musik.

Es ist ein Klangteppich, der dir hilft, deinen inneren Zustand zu steuern – extra für dich gemacht, durch Wissenschaft unterstützt und so gestaltet, dass du seine Wirkung hören und fühlen kannst.

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 die Musik von 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.

Individuell abgestimmt

Jeder Mensch reagiert anders auf Klang.

Darum wird jede Komposition neu erstellt – abgestimmt auf Ziel, Umgebung und individuelle Bedürfnisse. Ob für Schlaf, Fokus, Stressabbau oder therapeutische Begleitung: Verlauf, Intensität und Klangfarben werden individuell auf dich abgestimmt. So entsteht ein massgeschneiderter Klangraum,

Wissenschaftlich fundiert

Braintone Shift nutzt Erkenntnisse aus der Musikpsychologie und der Forschung rund um Gehirn, Klang und Wahrnehmung. Studien zeigen: Bestimmte Rhythmen und Klänge können das Nervensystem beruhigen, Herzschlag und Atmung ausgleichen und den Zugang zu Erholung erleichtern.

Die Musik ist deutlich spürbar, aber nie aufdringlich.