Alta Tecnología en Meditación

Con la tecnología de Synchronicity solo presiona **play** y experimenta todos los beneficios de una meditación profunda.

Principiante

Inicia con tecnologías Alpha por 15 minutos por 15 días. Al terminar, si fuiste constante, aumenta el tiempo de 5 minutos en 5 minutos.
Usa la tecnología Theta hasta 15 minutos si quieres una experiencia profunda.

Intermedio

Utiliza tecnologías Theta por 30 minutos por 15 días. Al terminar, si fuiste constante, aumenta el tiempo de 5 minutos en 5 minutos.
Usa la tecnología Alpha para ambientar tu espacio en tus actividades relajantes del día.

Avanzado

Utiliza tecnologías Theta por 60 minutos diariamente. Considera tomar Recognitions Program para certificarte como meditador avanzado.

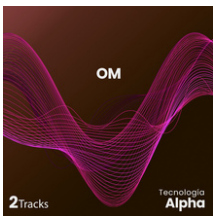
Tecnología Alpha

Las frecuencias cerebrales Alpha se encuentran en el rango **8-13 Hz**. Ocurren cuando una persona siente una relajación agradable, tiene pensamientos tranquilos y desocupados, y se siente contentos, además de sentir una integración de cuerpo y mente. Por ejemplo: disfrutando una cena tranquila entre amigos, tomando un masaje, entre otros.

Sin embargo, al usar ATM en Alpha al meditar se puede alcanzar dicho estado mental y experimentar:

- **Sensación de relajación y concentración.**
- **Liberación de estrés y euforia.**
- **Consciencia y conexión**

Audios de Alta Tecnología ~ Alpha (se usan con audífonos)



OM:

Mantra de la sanación, fuente de la juventud (pineal), estabilizador emocional.

Disco con 2 audios

OM MANI PADME HUM:

Generosidad y sabiduría.
Desarrollo de paciencia. Mantra de la compasión.

Disco con 1 audio

OM NAMAH SHIVAYA:

Libera energía estancada, mantra introspección, conexión interior.

Disco con 1 audio

Welcome to My World:

Iniciación en la meditación con tecnología. Claridad mental. Potencializa la creatividad.

Disco con 1 audio

~ Alpha Ambiental (se usan con bocinas)

Harmonic Coherence:

Está diseñado para crear balance inmediato en ambientes como la casa y la oficina.

Disco con 1 audio

Meditation in Motion:

Se usa para mover el cuerpo, hacer ejercicio y facilitar el proceso de integración de un meditador.
Disco con 2 audios

Now the Technology:

ESu beneficio principal es ayudarte a estar presente en el aquí y el ahora.

Disco con 1 audio

Tecnología Theta

Las frecuencias cerebrales Theta se encuentran en el rango **8-13 Hz**. Ocurren durante la transición entre vigilia y sueño o en prácticas de meditación con enfoques específicos.

Sin embargo, al usar ATM en Theta al meditar se puede alcanzar dicho estado mental y experimentar:

- **Un sentido de bienestar que va más allá de la conciencia experimentada en el día a día.**
- **Un estado de conciencia sincronizado en el que dominan la creatividad y las imágenes.**

Audios de Alta Tecnología ~ Theta (se usan con audífonos)

Sounds of Source 1:
Normaliza la producción hormonal. Regula el estrés crónico. Agilidad mental.

Disco con 2 audios

Sounds of Source 2:
Refuerza el sistema inmune. Auxiliar en la enfermedad cardiaca. Mejora el flujo sanguíneo.
Disco con 2 audios

Sounds of Source 3:
Meditación profunda. Conexión con la naturaleza. Libera la presión.

Disco con 2 audios

Sounds of Source 4:
Libera la ansiedad. Equilibra los dos hemisferios. Meditación profunda emocional.

Disco con 2 audios

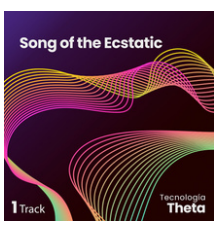
Sounds of Source 5:
Da al meditador una experiencia de amor y compasión. Proporciona profunda calma y felicidad.
Disco con 2 audios

Colaboración
Meditative Flute:
Potencializa la intuición. Masaje auditivo.

Disco con 2 audios

Colaboración
Into the Moment:
Incremento de energía. Autocontrol. Mejora el aprendizaje.

Disco con 2 audios

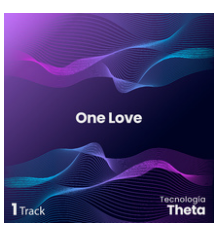


Song of the Ecstatic:
Potencializa la intuición. Masaje auditivo

Disco con 1 audio

Mystical Rose:
Potencializa la intuición. Masaje auditivo

Disco con 1 audio



One Love:
Potencializa la intuición. Masaje auditivo

Disco con 1 audio1

Colaboración
The Becoming of Being- Compassionate Peace
Libera la tensión. Mejora el manejo de la ira.

Disco con 1 audio

Colaboración
The Subject is Love:
Control del dolor. Funcionamiento fisiológico eficiente.

Disco con 1 audio

Colaboración
A Thousand Names- Blessed mother:
Incremento de resistencia. Regula los hemisferios cerebrales.

Disco con 1 audio

Colaboración
One Heart:
Sanación. Meditación profunda. Desbloqueo emocional.

Disco con 2 audios

Colaboración
Echoes of Stillness:
Auxilia en el control de la presión arterial. Manejo de las adicciones. Manejo de ansiedad

Disco con 2 audios

Colaboración
Mystical Strings:
"Enchanted chello" fortalece la conexión mística y las emociones profundas.

Disco con 2 audios

Time Off:
Máximo desacelerador de estrés, reparador de sueño, meditación profunda en 15 minutos

Disco con 1 audio

Infinite Light:
"Enchanted chello" fortalece la conexión mística y las emociones profundas.

Disco con 1 audio

Ocean of Bliss:
"Enchanted chello" fortalece la conexión mística y las emociones profundas.

Disco con 1 audio

Romancing the Moment- The Love Meditation
Afirmaciones en amor. Mejora las funciones físicas (homeostáticas). Estabilizador emocional.
Disco con 2 audios