

Flanagan Neurophone GRS – Übersicht über die Programme und Bedienfunktionen

Programm	Funktion	Taste	Bedienungsweise	Anzeigeleuchten
<i>Programm 1</i>	Fibonacciklang (<i>Dauermodus</i>)	Select	zur Inbetriebnahme fest drücken und mehrere Sekunden gedrückt halten	nach kurzer Initialisierungsphase leuchtet die mittlere Anzeige
<i>Programm 2</i>	Rosa Rauschen (<i>Dauermodus</i>)	Select	einmal kurz drücken	untere Anzeige
<i>Programm 3</i>	Fibonacciklang (<i>Sleep Entrainment</i>)	Select	einmal kurz drücken	mittlere Anzeige
<i>Programm 4</i>	Rosa Rauschen (<i>Sleep Entrainment</i>)	Select	einmal kurz drücken	untere Anzeige
	<i>Ausschalten</i>	Select	zum Ausschalten des Neurophone GRS die Select-Taste ein weiteres Mal kurz drücken. Durch jedes Drücken der Select-Taste wird zum nächsten Programm weitergeschaltet; das insgesamt 5. Drücken der Select-Taste schaltet das Neurophone GRS ab.	keine Anzeige
<i>Programm 5</i> (nur für Programm 1+2)	Timerfunktion	Select (gedrückt halten) + Pfeil oben bzw. unten	Bei eingeschaltetem Programm 1 oder 2 kann mit den Pfeiltasten (bei gedrückter Select-Taste) die Anzahl der gewünschten Stunden bis zum Ausschalten des Neurophone GRS eingestellt werden (bis zu 6 Stunden bei neuen Qualitätsbatterien)	Die Blinkanzahl der oberen LED-Anzeige entspricht der programmierten Stundenanzahl

Allgemeine Hinweise: Die Lautstärke wird mittels der Pfeiltasten eingestellt. Die eingestellte Lautstärke wird bei jedem Umschalten auf eines der anderen Programme beibehalten und bleibt auch beim Ausschalten des Geräts gespeichert. Die GRS-Entrainmentsequenzen (s. u.) sind so programmiert, dass die eingestellte Lautstärke/Intensität bis zum Ausschalten automatisch verringert wird. Dies ist ein gewünschter Effekt und verändert die eingestellte Lautstärkeeinstellung nicht.

Entrainment: (auch ‚Frequenzkopplung‘) bezeichnet einen Zustand der Harmonie oder Synchronisation, der überall in der Natur (in lebenden und unbelebten Systemen) vorkommt. Von synchronisierten Systemen heisst es, dass sie effizienter funktionieren; allgemein fördert ein Gefühl der Harmonie die Ausgeglichenheit. Beim GRS sind die Entrainment-Programme auf den jeweiligen Grundklängen basierende Sequenzen (Taktfolgen), die die Gehirnwellen aus dem Alphabereich in den Theta- und Deltabereich führen. Nach einem ca. 8minütigen Übergang folgt ein ca. 2minütiger Dauerbetrieb bei reduzierter Intensität bzw. Lautstärke (10% der eingestellten Lautstärke). Dies kann unterhalb der Hörgrenze liegen, ohne die Wirkung der Entrainment-Sequenzen zu verringern. Danach schaltet sich das Neurophone GRS automatisch aus.
Die Entrainment-Programme werden zum Herbeiführen von tieferen Meditationszuständen (im Wachzustand) oder von erholsamem Tiefschlaf empfohlen.