

---

## Richtige Nutzung Alien contact

---



### So nutzt du diese Frequenz am effektivsten:

**Letztes Update: 22.01.2018**

#### **Tageszeit:**

- Am effektivsten wirkt diese Frequenz, wenn du meditierst! Die Tageszeit spielt im Grunde keine große Rolle. Trotz dessen wirkt sie vor dem Einschlafen oder in der Früh direkt nach dem Schlafen am effektivsten.
- Wenn du Anfänger bist, kannst du diese Frequenz mit einer Schlafunterbrechung nutzen, um direkt telepathischen Kontakt zu erzeugen! (Desto öfter du diese Frequenz hörst, desto stärker wird sie auch wirken!)

#### **Allgemeine Nutzung:**

- Am besten nutzt du diese Frequenz, wenn du die Augen schließt, dich hinsetzt und deine Hände auf die Oberschenkel legst. Versuche dabei mindestens 6 Minuten tief ein- und auszuatmen.

- Nutze deine Lieblings-Meditationshaltung oder lege dich flach hin (Achte jedoch darauf, dabei nicht einzuschlafen!)

### **Weitere Tipps:**

- Nutze eine Schlafmaske mit Oropax, damit du keine Eindrücke von der physischen Realität bekommst.
- Du kannst die Wirkung dieser Frequenz deutlich steigern, indem du zuvor "Stop Thinking! - Gate 1" vom Seelenreisen Programm hörst und danach diese Telepathie-Frequenz in einer Playliste immer wieder laufen lässt.

### **Telepathie einleiten mit Schlafunterbrechung:**

**Phase 1:** Schlafe 5 Stunden.

**Phase 2:** Bleibe 20-30 Minuten wach und beschäftige dich mit etwas!

**Phase 3:** Gehe in deine Meditationshaltung oder lege dich hin! Starte die Frequenz (oder vorher „Stop Thinking! - Gate 1“).

**Phase 4:** Versuche wieder einzuschlafen und halte dich in der Schlaf-/Wachzone (bleibe dabei wach). Falls dir diese Phase schwer fällt, versuche zu visualisieren, um leichter in eine tiefe Ebene einzutauchen. (PS: Es ist ausgesprochen wichtig, dass du keine Gedanken erzeugst, denn diese generieren Beta-Wellen und diese blockieren die Telepathie!)

**Phase 5:** Visualisiere, wie du in den Himmel fliegst und alles heller und heller wird. Stelle dir dann vor, wie du in einen Spiegel aus Licht hineingehst und dort in einem Raum aus Licht bist. (Die Visualisierung sollte ca. 1-10 Minuten dauern.) Desto besser du visualisieren kannst, desto schneller wirst du durch Phase 5 gelangen.

**Phase 6:** Versuche nun auf deine Intuition zu hören und Kontakt mit einer Wesenheit herzustellen! Vielleicht kannst du sie sogar in deinem Geiste sehen.

### **Eine andere Methode:**

**Phase 1:** Du arbeitest wieder mit einer Schlafunterbrechung. Dabei startest du diese Frequenz in einer Playliste und versuchst so schnell als möglich wieder einzuschlafen!

**Phase 2:** Du wirst irgendwann wieder wach werden (ideal mit Schlafmaske!) Versuche nun wieder einzuschlafen und halte dich in der Schlaf-/Wachzone (bleibe dabei wach). Falls dir diese Phase schwer fällt, versuche zu visualisieren, um leichter in eine tiefe Ebene einzutauchen.

**Phase 3:** Visualisiere, wie du in den Himmel fliegst und alles heller und heller wird. Stelle dir dann vor, wie du in einen Spiegel aus Licht hineingehst und dort in einem Raum aus Licht bist. (Die Visualisierung sollte ca. 1-10 Minuten dauern). Desto besser du visualisieren kannst, desto schneller wirst du durch Phase 3 gelangen.

**Phase 4:** Versuche nun auf deine Intuition zu hören und Kontakt mit jemanden (idealerweise mit deinem Geistführer) herzustellen!

### **Anmerkung bei Fehlschlag:**

Falls man immer noch keine gute Trefferquote hat, sollte man einfach öfter trainieren. Telepathie ist nichts, was man sofort beherrscht. Dazu gehört viel Übung, wie bei jeder anderen Fähigkeit oder wie beim Sport. Am besten regelmäßig trainieren, solange bis man eine gute Trefferquote erzielt. Mit genügend Übung kann man auf der Straße die Gedanken von wildfremden Menschen lesen.

### **Ideale Kombinationen, die die Wirkung dieser Frequenz steigern:**

- Wenn du Gate 1 öfter trainiert hast, dann kannst du durch das "nicht denken" einen deutlich stärkeren Effekt erleben, denn "nicht denken" führt zu sofortigen Stopp der Beta-Wellen, das automatisch dazu führt leichter in den schamanischen Bewusstseinszustand zu gelangen.
- Trainiere Gate 2, dadurch perfektionierst du deine Visualisierungsfähigkeit, die die Erfolgsquote beim Training mit dem Partner drastisch verbessert.



**Der Brainwave-Guide:**

Weitere Tipps zur Nutzung von binauralen Beats / Frequenzen findest du in meinem kostenlosen Brainwave-Guide: [www.brainwave-guide.com](http://www.brainwave-guide.com)