

---

## Richtige Nutzung Third Eye activating frequency

---



### So nutzt du diese Frequenz am effektivsten:

**Letztes Update: 31.03.2018**

#### **Tageszeit:**

- Diese Frequenz dient dazu, dass du mystische Erfahrungen erlebst, somit solltest du diese Frequenz am besten in einer tiefen Meditation hören.
- Ebenso kannst du diese Frequenz direkt in der Früh nach dem Aufstehen oder vor dem Einschlafen anhören.
- Am effektivsten wirkt sie mit einer Schlafunterbrechung.

#### **Allgemeine Nutzung:**

- Sehr effektiv wirkt die Frequenz, wenn du 4-5 Stunden geschlafen hast, eine Stunde wach bleibst, dann die Frequenz hörst und danach wieder einschläfst.
- Du solltest deine Lieblings-Meditationshaltung einnehmen und die Augen schließen. (Ich empfehle sogar mit einer Schlafmaske die Frequenzen zu hören, um alle visuellen Eindrücke auszublenden.)



### **Sonstige Tipps, um die Wirkung dieser Frequenz zu verstärken:**

- Die Wirkung dieser Frequenz kannst du unterstützen, indem du in den ersten 3 Minuten tief ein- und ausatmest.

### **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.
- Nutze die „DMT stimulator frequency“, um mehr körpereigenes DMT zu produzieren, das die Hellsichtigkeit ausmacht.

### **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)