



*Hemi - Sync*



## **Hemi-Sync<sup>®</sup>: equilibrio mente-cuerpo-espíritu a través de la sincronización hemisférica.**

Hemi-Sync<sup>®</sup> es el proceso desarrollado y registrado por el Instituto Monroe, abreviatura de Hemispheric Synchronization –Sincronización Hemisférica–, resultado del trabajo de un grupo de investigadores que persiguen explorar, desarrollar y dar una aplicación práctica a los estados expandidos de consciencia. Como fruto de dicha investigación nació en 1979 The Monroe Institute, nombre que obedece a su fundador Robert Monroe.

El principal descubrimiento de Monroe fue advertir que ciertos patrones de sonido inducen en el ser humano distintos estados de consciencia no ordinaria. Partiendo de su experiencia personal directa, identificó, mezcló y sistematizó combinaciones de sonidos que producen estos estados de forma casi inmediata.

Una característica fundamental y muy importante de su metodología es que el usuario tiene siempre total control durante el proceso. Se trata de que aprenda a entrar a voluntad en estos estados alterados de consciencia sumamente productivos y útiles en la vida cotidiana.

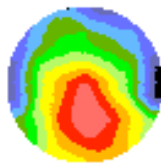
Sabemos que los hemisferios cerebrales se encargan por separado de diversas funciones, o al menos tienen una mayor dominancia en ellas. Así podemos decir que funciones tales como la lógica, el lenguaje, la orientación o el concepto del tiempo son regidas principalmente por el hemisferio izquierdo, a diferencia de características tales como la sensibilidad artística, intuición, espontaneidad y diversas emociones que se hallan regidas por el derecho.

El Hemi-Sync<sup>®</sup> a través de sus mezclas de sonido, provoca en el sujeto un estado de “cerebro total” o estado de consciencia expandida, en el que ambos hemisferios se hallan simultáneamente en igual amplitud y frecuencia de ondas cerebrales. Este estado se produce de forma natural en la vida diaria por muy breves períodos de tiempo y de forma involuntaria. Un meditador experimentado puede producir y mantener este estado a voluntad por algunos minutos pudiendo llegar a experimentarlo por un período mayor si ha practicado la meditación Zen (por ejemplo) a lo largo de muchos años.

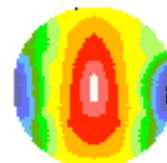
Las técnicas de audio desarrolladas por el Instituto Monroe facilitan la sincronización hemisférica a partir de los primeros cinco minutos y la mantienen durante todo el periodo de escucha. El mecanismo para lograrlo es la estimulación por sonido binaural, que es un sonido que se produce en nuestra fisiología cuando cada uno de nuestros oídos escucha frecuencias de audio diferentes.

Ante la descompensación que crea un sonido binaural, nuestro cerebro se reequilibra generando un tercer sonido o frecuencia, fruto de la diferencia entre los dos que realmente escucha. Aunque no se trata de un sonido real, podemos percibir una característica nota oscilante. Si por ejemplo introducimos en un oído un sonido de 100 Hz. y en el otro introducimos uno de 104 Hz. la frecuencia binaural será de 4Hz. Ya que nuestro cerebro no puede detectar un sonido de tan baja frecuencia (nuestro límite se halla en 40Hz) los seres humanos, gracias a este proceso, podemos emplear frecuencias más allá de nuestros límites fisiológicos para lograr resultados concretos.

**Sin Hemi-Sync®**



**Con Hemi-Sync®**



Por ejemplo, la obtención y mantenimiento de un estado prolongado de máxima atención y concentración con cintas y cds basados en frecuencias Beta y Superbeta, que son de gran utilidad para estudiantes así como para niños con desórdenes de atención o hiperactividad.

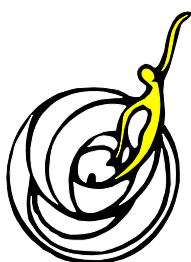
Esto es sólo un ejemplo de las utilidades de esta tecnología, ya que Hemi-Sync® es el resultado de la investigación y aplicación de múltiples combinaciones de sonidos binaurales y sonido rosa así como de las Respuestas de Frecuencia Continúa (FFR), sugerencias verbales y ejercicios de relajación (gama Human Plus), Metamúsica,... convirtiéndose en un soporte que nos sirve de guía para conseguir nuestros propios objetivos facilitándonos una atención y concentración totalmente enfocadas, una alta productividad y una actividad cerebro-mente idónea.

Asímismo, el Instituto Monroe ha diseñado grabaciones que emplea en sus cursos y programas oficiales, donde bajo la supervisión de un monitor especializado, los participantes tienen enriquecedoras experiencias de crecimiento personal y espiritual, que por realizarse en un estado expandido de conciencia, facilitan profundos cambios de patrones mentales y ayudan a enriquecer y mejorar sus vidas.

Existe una amplia estadística de efectos beneficiosos del Hemi-Sync® constatada por científicos de diferentes ramas: psiquiatría, psicología, traumatología... Entre los comentarios de los usuarios destacan: claridad mental, modificación del umbral del dolor a niveles muy significativos, estados de meditación profunda, gran creatividad, sensación de felicidad interior, sueños lúcidos, reducción de la ansiedad, mayor rendimiento deportivo,...

También existen resultados muy alentadores usando Hemi-Sync® como soporte en terapias para dejar todo tipo de adicciones, así como en dependencia de psicofármacos, como el caso del insomnio crónico. Por supuesto, siempre bajo la supervisión de un especialista médico.

En mi consulta, llevo varios años recomendando grabaciones de Hemi-Sync® a mis pacientes como soporte terapéutico para diversas patologías. Los resultados son 100% satisfactorios, aún más si consideramos que se trata de un "medicamento" cómodo, económico y sin ningún tipo de efecto secundario, más allá de la paz interior. En definitiva Hemi-Sync® es el soporte ideal para reencontrar el equilibrio mente-cuerpo-espíritu que todos deseamos. Los seres humanos somos un maravilloso complejo interconectado a todos los niveles y gracias al Hemi-Sync® tenemos una gran oportunidad de ser plenamente conscientes de ello.



**Si quieres más información:**

**Daniel Chumillas**  
**Facilitador acreditado Gateway Outreach por The Monroe Institute**  
**Tel: 639 444 139**

**<http://www.danielchumillas.com>**

**E-mail: [medicusalmae@danielchumillas.com](mailto:medicusalmae@danielchumillas.com)**