**Terapia ad induzione**

La Terapia Induttiva Cerebrale è nata 25/30 anni fa in Germania da un team di neurofisiologi coordinati da R. Fuss e da P. Mandel.
Fu scoperto che nelle patologie legate allo stress, vi sono delle alterazioni nella produzione di onde emesse dal cervello, fecero così degli studi finalizzati a riportare in equilibrio le onde cerebrali.
Rimodularono cioè le onde cerebrali e le trasmisero di nuovo al corpo umano tramite degli elettrodi che venivano posizionati con dei polsini e videro che lo stimolo delle onde veniva indotto direttamente nel cervello, poiché la cute è un ottimo conduttore dello stimolo elettrico.
Questa terapia è un metodo semplice, naturale, efficace ed indolore che aiuta a regolare e riarmonizzare l’organismo inducendo rilassamento e omeostasi, è come se mostrasse al cervello lo specchio del suo ritmo vibratorio corretto.

Ritmo beta 14 – 30 Hz: piccola onda irregolare di alta frequenza
Il ritmo beta caratterizza lo stato di veglia rivolto all’esterno e quello di concentrazione, tensione ed attività intellettuale. Anche l’essere all’erta e il pensiero logico fanno parte del ritmo beta. In caso di stimoli psicosensoriali vengono espressi anche irrequietezza, timori e paure. L’aumento della produzione di ormoni dello stress (adrenalina, noradrenalina) è correlato ad una parte elevata di onde beta.
Ritmo alfa 7,5 – 13,5 Hz: onda regolare di media frequenza
Il ritmo alfa esprime lo stato di rilassamento. Il cervello lo produce soprattutto quando si chiudono gli occhi e comincia il rilassamento intellettuale. Qui sorge la sensazione di una piacevole tranquillità senza sonnolenza. L’inizio in uno stato di meditazione comincia con il ritmo alfa.
Ritmo theta 4 – 7 Hz: onda regolare di bassa frequenza
Finché non insorge uno stato patologico, questo ritmo garantisce determinate fasi del sonno e la meditazione profonda. È risaputo che esso favorisce anche lo sviluppo della memoria. Nel “superlearning” si persegue questa fase poiché viene smorzata la capacità di pensare e diviene così possibile l’ingresso negli strati profondi della nostra coscienza. Le onde theta sono messe in relazione anche alla creatività spirituale e all’intuizione.
Ritmo delta 0,5 – 3,5 Hz: onda lenta di bassa frequenza
Queste onde compaiono principalmente nel sonno profondo privo di sogni, che riguarda la necessità di rigenerarsi del corpo. L’ipnosi profonda e la trance corrispondono al ritmo delta, così come le fasi della rigenerazione ed un sistema immunitario integro. Per queste ragioni il ritmo delta ha una grande importanza in tutti i processi di guarigione.