

**DisMark GmbH
Flavio Sardo
Bahnhofstrasse 156
CH-8620 Wetzikon**

Mommenheim, 25.08.2004

Sehr geehrter Herr Sardo,

gerne berichte ich Ihnen von meinen Erfahrungen mit Ihrer Tinnitus-CD. Wohltuende sphärische Klänge, Klangkaskaden lassen meinen Tinnitus beim Hören dieser CD in den Hintergrund treten. Totale Entspannung und Beruhigung tritt ein. Je länger ich mich auf diese Klänge einlasse, umso mehr verliert das Ohrgeräusch schon nach kurzer Zeit an Bedeutung. Es geht in dieser Klangwelt auf, es bedrängt mich nicht mehr. Die Penetranz des Tinnitus verschwindet. Ich denke nicht mehr an das Geräusch, sondern überlasse mich ganz den angenehmen Melodien. Sie führen mich zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit. Gelassenheit und Entspannung stellen sich ein. Es entsteht eine neue Hörwelt, die Enge des allgegenwärtigen Ohrgeräuschs verschwindet, ich fühle eine große innere Weite. In der Ruhe dieses Klangteppiches erlebe ich eine völlig andere Hördimension. Die Melodien und Klänge besänftigen, verändern die negative Einstellung gegenüber meinem Tinnitus und lassen mich ausruhen oder in den Schlaf gleiten. Es gelingt mir mehr und mehr, das Ohrgeräusch auszublenden. Bei längerem Hören versinke ich in eine Tiefenentspannung.

Mein Gehirn gewöhnt sich weg vom Ohrton an die neue Klangwelt, die ich durch Hören dieser CD planen und beeinflussen kann. Die Musik macht einen fließenden, sanften, beruhigenden Eindruck und hilft, bei der Tiefenentspannung alle Außenreize zu dämpfen bzw. auszuschalten.

Es sind Klänge, in die man sich sozusagen „hineinfallen“ lassen kann.

Dadurch, dass die Aufmerksamkeit auf den eigenen Körper und auf die Musik gelenkt wird, werde ich unempfindlich für andere Umweltreize und damit erreicht mich auch mein Tinnitus nicht mehr. Ich befinde mich auf einem angenehmen innerlichen Rückzug. Zeit und Raum lösen sich auf. Schließlich kann die Ruhe und der Schlaf folgen.

Interessant ist, dass nach dem Hören der CD der Tinnitus weiterhin abgeschwächt und maskiert bleibt. Er wird nicht mehr auf der Intensitätsstufe wie vorher wahrgenommen. Es ist wohltuend, mit wie wenig Aufwand ich mit Unterstützung dieser CD meinen Tinnitus beeinflussen kann.

Freundliche Grüße

Martin Falk