

«Du trenger ikke å være en operasanger for å nyte din egen musikk.»

Tal Coleman, lydhealer og fløytist



:: Tekst og foto: Elisabeth Hægeland, elisabeth.haegeland@mediumforlag.no

Finn deg selv gjennom stemmen

Lydhealing handler ikke bare om å lytte til andres musikk. Ved å bruke din egen stemme, kan du nå frem til kjernen i deg selv og få et klarere uttrykk av den du egentlig er. Og hvis du tror at du ikke kan synge, må du tro om igjen.

Healing gjennom lyd og musikk har vært Tal Colemans lidenskap i over 17 år. Opprinnelig er hun fra Israel, hvor hun studerte, utforsket og underviste i musikkens helbredende aspekter. Nå jobber hun som frilansmusiker, lydhealer, dirigent og historieforteller.

– Vi har alle en medisin inni oss, et fundamentalt verktøy som kan hjelpe med å balansere oss, fryde oss og forbinde oss med livet på en gledesfylt og kraftfull måte, smiler Tal entusiastisk. Hun vet at alle kan bruke sin egen stemme som medisin og forebyggende helseverktøy.

Tal er påvirket av tradisjonell musikk fra Østen og Midtøsten. I mange år har hun studert hos den kjente indiske fløytemesteren Pandit Hariprasad Chaurasia i India, Hol-

land og Norge. Etter at hun flyttet til Norge for 10 år siden, har hun studert på Norsk Musikkhøgskole. Bansuri, en klassisk indisk fløyte, er hennes hovedinstrument. Men i lydterapien og på konserter bruker hun også sin egen stemme og eksotiske instrumenter som tibetanske syngeboller, japans chakuhachi fløyte og indiansk fløyte.

Selv om Tals hovedtema er musikk i ulike retninger, har hun kombinert det med studier i både reiki og shiatsu, samt teaterstudier i Tel Aviv. I mange år har hun hatt stor turnévirksomhet med egne teaterprosjekt i Israel og Japan.

Alle er født musikalske

Nå har Tal slått seg til ro i Oslo, hvor hun

leder koret «Harmonic echoes» som er åpent for alle. Selv de som tror de ikke kan synge er velkommen i koret. Her brukes sang og musikk som healing, og deltakerne lærer flere ulike teknikker. Hun vil gi alle en sjanse til å finne sin egen musikalitet og indre harmoni.

– Alle kan synge og er musikalske fra fødselen, sier Tal overbevist. Til henne kommer selv folk som aldri har turt å bruke sangstemmen. I dag har Tal deltakere i alle aldrer og med forskjellige musikalske bakgrunner. I koret underviser hun ulike måter å synge på, blant annet overtonesang og raga sang, ulike skalaer, improvisasjon, chanting av mantraer fra ulike tradisjoner og danser. Raga sang er ulike indisk skalaer. Tal underviser en meditativ tilnærming til sang, som fokuserer på øyeblikket her og nå. Alle lærer å synge sine egne toner. Prosessen er en feiring og en gjenforbindelse til kilden vi alle kommer fra – den evige flammen, som Tal kaller den.

– Vi har det veldig bra sammen. Vi forener folk og vi studerer musikkens helbredende ►

«Musikk bringer oss tilbake til kilden vår. Når musikk berører oss, er det som å bli forbundet med seg selv. Det er en veldig sterk kraft.»

Tal Coleman, lydhealer og fløytist



Bansuri er en tradisjonell indisk fløyte som blir sett på som et instrument for selvrealisering i hinduistisk tradisjon.



*In the beginning there was silence...
From that silence emerged one sound
The source of all sounds
That sound gave birth to all the other sounds
Those sounds created the universe
We are longing for this silence
For it is our source
Our essence
Our true nature*

*I begynnelsen var det stillhet...
Fra den stillheten kom en lyd
Alle lyders kilde
Den lyden fødte alle andre lyder
De lydene skapte universet
Vi lengter etter denne stillheten
For det er vår kilde
Vår essens
Vår sanne natur*

Deltakerne i Tal Colemans kor, «Harmonic Echoes», opplever at det er både helbredende og energigivende å synge.

aspekter, som hvordan vi kan bruke musikk til å balansere oss og derfor helbrede oss selv, sier Tal. Koret ble startet i fjor høst, og er som et barn for henne nå. De som tar skrittet og begynner i koret må være med i minst tre måneder av gangen, for her er det ikke noe drop-in.

– Det er mer forpliktelse i dette. Deltakerne skal gå gjennom en prosess og åpne seg opp. Med mer forpliktelse blir det mer som en prosess de må gjennom, forklarer dirigenten. I motsetning til vanlige kor får man ikke noter, men man får utdelt ark med korte setninger. Målet er å skape musikk fra hjertet og sjelen, som åpner opp slik at kreativiteten kan flyte fritt og hjelpe vår høyere bevissthet til å løfte oss gjennom livet.

Musikk transformerer ondskap

Hovedtemaet i Tals liv er fremstilt i et eventyr hun skrev for et musikalsk barneteater i Israel, «The journey to the kingdom of enchanted sounds». Historien ble fremført og spilt inn på CD for ti år siden.

– Det er en musikalsk historie jeg skrev om healingkraften i musikk, som alltid har vært mitt hovedtema, sier hun. Historien kan fremstilles for barn med bruk av så mange ulike instrumenter som mulig.

Ideen til eventyret om harmoniens land har hun fått fra sin far, som er poet. Den handler om et land hvor alle er veldig musikalske, alle kan synge, danse og spille instrument. Til og med dyrene og insektene kan spille. En dag vil kongen i landet feire

datterens innvielse eller 12-årsfeiring, som tilsvarer konfirmasjon i jødisk tradisjon. Han inviterer alle instrumentene fra hele verden slik at datteren kan velge hvilket instrument hun vil spille. Alle instrumentene kommer.

– Vi fremstilte det som et teater for barna, og tok med oss flere ukonvensjonelle instrumenter som barna ikke hadde sett før, som sitar, tabla og tibetanske boller, forteller Tal.

Hvert instrument har sin egen historie og spiller egen musikk så det blir en nydelig harmoni. Da blir heksen Cacaphony rasende. Uten å være invitert kommer hun til festen og fjerner alle tonene og instrumentene langt bort fra harmoniens land.

– Det er ikke mulig å leve uten musikk, og spesielt ikke i harmoniens land. Derfor går alt veldig galt, og folk blir syke, forteller Tal. Prinsesse Shiraz i landet blir veldig syk. Navnet hennes er hebraisk for en hemmelig sang. Kongen blir i villrede, og samler alle sine vise menn til råd i syv døgn. Den siste natten står den gamle magikeren opp og sier det er håp. For det finnes en gutt med en helbredende tone i hjertet sitt, og finner de ham, vil han redde dem alle. De finner gutten og sender ham til prinsessen. Hjertet hans åpner seg når han ser henne, og alle stiger i kjærlighet. Prinsessen gir han G-nøkkelen, som vil ta vare på gutten og hjelpe ham å vise veien sammen med tonen i hjertet hans. Hun ber ham bringe tilbake instrumentene, lydene og tonene før det er for sent.

– Dette er en historie om reisen hans og om innvielse. Gutten blir mann ved å gjøre alt for sin elskede. Han har nær-døden-opplevelser og trenger hjelpemiddel, slik som i alle

mytene og eventyrene, kommenterer Tal. På slutten av historien kommer gutten til kongeriket av fortryllede lyder hvor alle instrumentene er. Han ønsker å redde dem tilbake til harmoniens land. Her møter han heksa som begynner å kjempe mot ham. Gutten begynner å synge tonen i hjertet sitt, og instrumentene deltar så det blir en fantastisk symfoni. Da fryser heksa til, og plutselig transformeres hun med tonen i hjertet fra å være heksa disharmoni til å bli en symfonisk alv. Hun blir en vakker, kjærlig og svært harmonisk kvinne. Siden flyr gutten og alven hjem til harmoniens land sammen med alle instrumentene. De lander i palasset hvor de finner den syke prinsessen Shiraz. Hun er blek, livløs og klarer ikke å snakke. Gutten tar ut et magisk skjell han har fått fra Kong Delfin, som han bare kan blåse i én gang. Når han blåser i det, våkner prinsessen og blir frisk. Deretter går han ut på balkongen med prinsessen, hvor alle i kongeriket venter på at han skal snakke. Han taler: «Ikke se på meg slik, jeg er ikke forskjellig fra dere. Hver og en av dere har en tone i hjertet. Alt dere trenger å gjøre er å tro på det og finne det, så vil alle drømmene deres gå i oppfyllelse.» Da kommer freden, kjærligheten og harmonien tilbake til landet.

En unik tone i alle

Det er ikke bare Israel som kan lære noe av det vakre eventyret, hvor budskapet er at alle har en tone i hjertet. Dette har vært et stort tema i Tal Colemans liv, for hun er fortsatt overbevist om at alle har en egen tone.

– Jeg tror at alle har en tone i sitt hjerte, og at alle våre drømmer kan oppfylles hvis vi begynner å lytte til tonen inni oss gjennom musikken, som er vårt høyere selv, guddommen eller juvelen i oss, tror hun. – Finner du din egen tone, kan du transformere livet ditt. Alle har en gave, en diamant. Hvis vi lytter til den og bruker den, forbinder vi oss med den guddommelige energien. Da kan vi oppnå alt vi vil, for da er vi forbundet med en høyere kraft. Det er målet på reisen. Som barn hadde vi kontakt med denne tonen, men som voksne må vi jobbe for å komme tilbake til den, sier hun.

I sangtimer har hun opplevd at når folk finner sin egen tone, kan de bruke den til å helbrede seg selv. En mann som hadde astma fant tonen og brukte den. Han ble 70 prosent bedre av astmaen, forteller Tal med forbauelse.

I sangtimer har hun opplevd at når folk finner sin egen tone, kan de bruke den til å helbrede seg selv. En mann som hadde astma fant tonen og brukte den. Han ble 70 prosent bedre av astmaen, forteller Tal med forbauelse.

Tibetanske syngeboller

At musikk kan ha helbredende kraft er en selvfølge for Tal, som behandler folk med «Harmonic Therapy». Dette er en form for

lydhealing hun har laget selv, som kombinerer sang, musikk, shiatsu, reiki, asiatiske gongonger og tibetanske syngeboller. Shiatsu er en japansk massasjeform basert på de samme prinsippene som akupunktur i kinesisk medisin. Ved balansering av yin og yang og ved meridianbehandling, skal shiatsu åpne blokkeringene med berøring i stedet for nåler. Tibetanske syngeboller brukes i hele verden i meditasjon, avslapning, terapi og som del av religiøse skikker. De ser ut som gullboller, men består av syv ulike metaller som representerer syv planeter. Det er mye mystikk rundt bollene i Østen, og de beste er håndlaget og stammer fra Himalaya. Før i tiden ble de mye brukt i healing.

– Under healingen fylte de bollene med spesielle oljer eller steiner som de la på eller rundt kroppen. De jobbet med frekvenser. I østlig tankegang har alle ting en vibrasjon. Alle organer i kroppen har en vibrasjon. Når vi er ute av balanse forandres vibrasjonene. Healingen søker å stemme kroppen tilbake til den originale vibrasjonen, forklarer Tal. Selv bruker hun bollene både til konserter, meditasjon og i harmonisk terapi. En hovedgrunn til at bollene har effekt, er at menneskekroppen består av 70 prosent vann. Fyller du en tibetansk bolle med vann. ser du sterke reaksjoner i vannet, som danner nydelig mønstre og noen ganger formes mandala i bollen.

– Når vi plasserer bollene på kroppen og slår på dem, reagerer kroppen veldig sterkt fordi det er vann. Det hjelper kroppen å komme tilbake til dens originale vibrasjon. Det er veldig beroligende og meditativt, sier Tal, og forteller om hvor rolige folk blir etter både shiatsu og behandling med syngeboller. Om nødvendig gir hun også guidede meditasjoner, og hun bruker også asiatiske gongonger for å roe stemningen.

– Vibrasjonene fra instrumentene har en transformerende og helbredende effekt på kropp, sjel og sinn. De er kjent for å øke gene-

relt velvære og stimulere livsenergien, og kan hjelpe med spesifikke ting som å forløse fysisk smerte, hjelpe med søvnløshet, redusere stress, forbedre konsentrasjonen og øke kreativiteten.

Broen fra dagligliv til hellig liv

Folk kan komme på privattimer i stemmebruk og helbredende sang. Noen av Tals elever har helt siden de var barn fått høre at de ikke kan synge, og tror det fortsatt. Men når de kommer til Tal får de raskt snudd på sine overbevisninger.

– Folk er så redde for å synge, for stemmen og musikken ligger veldig nær sjela. Men du trenger jo ikke å være en operasanger for å nyte din egen musikk, sier Tal. Hennes sannhet er at alle er naturlig musikalske og kan synge. Men fordi enten lærere, venner, familie eller slektninger forteller dem det motsatte, lukker de sangstemmen sin i mange år.

– Folk kommer til meg for å åpne stemmen igjen. Noen av dem synger så rent at du ikke kan tro de var redd for å synge. Andre som synger mindre rent fra begynnelsen, blir sakte, men sikkert bedre og de vinner selvtilliten tilbake. Frykten forsvinner og musikken bare flyter, smiler Tal.

Hun spiller seg i folks skjønnhet, stemme og potensial, og gir dem et trygt rom å synge i. Noen åpner opp stemmen raskere enn andre, men det betyr ingenting. Poenget er at musikken berører og gleder.

– Alle elsker musikk og alle blir berørt av musikk. Det er som å skape en bro mellom det daglige og materielle livet og den ikke-fysiske verden. Musikk bringer oss tilbake til kilden vår. Når musikk berører oss, er det som å bli forbundet med seg selv. Det er en veldig sterk kraft, sier Tal. Og jo mer du over, jo renere og mer harmonisk blir du i uttrykket ditt. Tal har sett folk som ikke har sunget hele livet, som begynner å synge veldig fint når de er over 50 år.

– Forestill deg at musikken er en guddommelig energi i luften rundt deg. Hver og en av oss er et spesielt instrument, og alle har sin unike stemme. Hvis vi lar denne stemmen komme ut, og vi ikke er redd og står i veien for oss selv, så blir den utrolig vakker, lover lydhealeren.

Lydhealing siden urtiden

I riktig gamle dager var det helt naturlig å bruke sang, dans og chanting som en form for healing. Når noen var syke, trodde man de var besatt av onde ånder, og sjamanen gikk inn i transe gjennom musikk og dans for drive ut ånden. Fortsatt brukes healing gjennom musikk av både aboriginere, indere, tibetanere, nepalesere, afrikanere og andre naturfolk. Sjamaner bruker medisinsanger og trommer for å kurere ulike sykdommer. Det fundamentale verktøyet er musikk gjennom stemmen. Den greske matematikeren og filosofen Pytagoras, som levde for 2500 år siden, snakket om healingaspektene ved musikk. Som inderne visste for enda lenger siden, visste også han at ulike skalaer skaper ulike stemninger.

– Denne kunnskapen er overalt i verden, for det finnes lignende historier fra alle kulturer. Både i gresk mytologi, i Bibelen, i Tibet, i Nord-India og i Skandinavia, finnes skapelseshistorier om healing med musikk. Kunnskapen er veldig gammel, og alle visste om den tidligere, sier Tal.

I skapelsesmyter fra nesten alle kulturer heter det at Gud ga menneskene musikken i gave og gjorde dem i stand til å helbrede seg selv og komme i kontakt med høyere krefter. I stammesamfunn var sang en del av dagliglivet, men i moderne tid blir vi stadig mer isolerte og synger ikke så mye som før. Derfor har vi glemt hvordan vi skal bruke vår naturlige stemme, som kanskje er det mest fundamentale og tilgjengelige redskapet vi har for å komme i balanse og få energi. ▶

Med AuriPlus får du en behagelig, avslappende behandling, og en ypperlig form for ørehygiene. Hvis du er plaget med ørevoks, ørebetennelser, bihulebetennelser, ulyder i øret eller trykkproblemer, prøv AuriPlus i dag!

Fås kjøpt i en del helsekostbutikker. Evt. tlf. 24 10 28 46 eller www.auripus.no (sikker netthandel).

Prøv også **Otosan øreolje** som løser opp ørevoks og hjelper mot kløe





«He who knows the secret of sounds knows the secret of the whole creation»

Hazarat Inayat Khan

Plant et kraftig chant

Tal ber ofte kordeltakerne om å plante et chant inni seg. Et chant er en kort og enkel frase, gjerne et mantra, som synges rytmisk flere ganger på en eller få toner. I hinduistisk og buddhistisk filosofi chantes mantraer repeterende som en meditasjon.

– Når du planter et chant, må du gi det både vann, sol, næring og ta vare på det, og sakte men sikkert blir det en del av deg. Vi synger det igjen og igjen til vi ikke tenker på at vi gjør det, sier hun.

Et mantra hun er svært glad i er «Om mani padme hum» – det viktigste mantraet i tibetansk buddhisme. «Om» betyr den alt-omfattende skapelseslyden, og «mani» betyr juvelen som alle har i hjernen. «Padme» betyr lotus og transformasjonens lyd, og «hum» symboliserer å komme tilbake til jorden med kunnskap.

– Ordene har en spesiell mening og energi som hjelper deg å fokusere og komme i den riktige vibrasjonen og stemningen i deg selv. Når vi fjerner skjellet og støvet vårt, har vil alle en juvel inni oss.

Fra den mørkeste møkka vokser det opp den vakreste og vidunderligste blomsten. Symbolsk minner det om den åndelige reisen vi mennesker er på. Selv om vi vokser opp i forferdelige forhold, kan vi transformeres ved hjelp av holdning og bevissthet, slik at vi blir vakre vesen med store diamanter inni oss. Tibetaneerne tror at hvis man gjentar dette mantraet 108 ganger hver eneste dag, så renser du karmaet og tuner inn i den riktige vibrasjonen. Du går også raskere mot oppvåkning

– Det handler om å ta alt vi har lært fra tidligere ned til jordens dagligliv, og manifestere all denne kunnskapen. Det kalles yoga på markedsplassen, for du går ikke til en hule og sitter alene. Du praktiserer det du har lært hver eneste dag med mennesker rundt deg, sier Tal, som vet at dette er både hardt og krevende.

Åpner eterchakra

Hos mange mennesker er eterchakraet i halsen som har med uttrykk, ekspansjon, kommunikasjon og romfølelse å gjøre, blokkert. Når du synger, åpner du kroppens vibrasjonsfelt. Symptomer på blokkert eterchakra er

Denne eksotiske gitaren er en charangu fra indianerne i Sør-Amerika, som Sigmund Kristoffer Vatvedt spiller i Tals kor.

Masserer indre organer

Det handler om å få stemmen tilbake og gjøre folk klar over dens helbredende kraft. Når du bruker stemmen, blir kroppen en slags resonansboks, for lyden gir gjenklang i kroppen.

– Nynner du mens du mediterer og er fokusert, kan du føle at du berører hver celle, hvert organ og hver muskel i kroppen. Du masserer dine indre organer gjennom tonene og nynningen, sier Tal, som lover at man kan lære å forandre livet gjennom å bruke ulike teknikker.

– Det er et kraftfullt verktøy, og spesielt når man er deprimert, stresset eller har store problemer. Da kan du virkelig gi deg selv mye

bare ved å bruke din egen stemme. Bare syng en sang du liker, smiler Tal.

Å syng selv mener hun er atskillig mer energigivende og kraftfullt enn å lytte til andre som spiller og synger, selv om også det er bra. Å høre på Mozart hvis du er trist eller deprimert eller for å forbedre konsentrasjonen kan gjøre underverker på humøret.

– Det kan endre ditt vibrasjonsfelt på noen få sekunder, sier hun entusiastisk, mens hun sender ut et inderlig ønske om at flere mennesker begynner å bruke stemmen som verktøy. Da tror hun verden ville blitt bedre å leve i.

at du har vanskelig for å snakke, syng eller uttrykke deg. Kanskje har du sår hals, må kremte ofte eller så er du stiv i nakken, kjeven og halsen. En av de mange teoriene om chakraene sier at hvert chakra har sin egen vokal. Vokalen i halschakra er E, og for å åpne eterchakraet, kan du syng denne vokalen. Men den riktige tonen på vokalen varierer fra person til person, ut fra Tals erfaring.

– Når folk kommer til meg finner vi ut hvilken tone som er riktig for deg akkurat nå. Generelt er det én tone for hver person, og den tonen hjelper deg å åpne resten av chakraene, sier Tal.

En av de mange ulike teknikkene for å finne sin tone, er å gå gjennom de ulike tonene veldig sakte. Kjenn etter hvilken tone som gir deg energi og en spesiell følelse i kroppen. Dette kan være din helbredende tone. Deretter sjekker du det ut ved å syng tonen regelmessig over en lengre periode. Du kan også finne tonen ved å syng alle tonene når du har en smerte eller ubalanse i kroppen. Den tonen som åpner opp blokkeringer og som du får mer energi av, kan være den riktige tonen. Prøv dette i løpet av en måned eller et halvt år. Selv om den riktige tonen kan variere fra dag til dag, vil du kunne finne ut hvilken tone du synger oftest.

Energigivende overtonesang

Alle mennesker kan syng to toner samtidig, en lav og en veldig høy tone som en fløyte. Tal demonstrerer for Medium, og synger med en mørk stemme og en lys fløytelignende tone klinger over.

– Hvem som helst kan syng overtoner. Det er et naturlig fenomen som er i luften hele tiden, selv når vi snakker, ifølge Tal. Ofte er dette noe av det første hun lærer bort i koret. Når folk klarer å syng overtoner, blir de klar over hvor mye de faktisk kan gjøre med sine egne stemmer. Tidligere var det mange som mystifiserte overtonesang, som stammer fra Mongolia og Tibet. Man trodde at bare spesielle folk kunne syng det, men det er ikke sant. Overtonesang er noe alle kan lære og bruke som en form for velgjørende meditasjon.

– Det nærer oss på det psykiske, fysiske, mentale og spirituelle planet. Det er veldig nærende og sunt, fordi det vibrerer vevet rundt alle organene i kroppen. Man bruker alle vokalene, som betyr at alle chakraene beveger seg. Det er svært energigivende og beroligende, bekrefter Tal.

Når dyr får høre overtoner, blir de overrasket og forundret. Tal ler, og forteller at hun har sunget overtoner for både tigere, kyr, katter, hunder og hester.

– De stirrer på deg og gjenkjenner overto-

nene. Det er en annerledes måte å høre på, fordi vi hører det vi normalt ikke hører, sier hun. En av fordelene med overtonesang er at den utvider og forbedrer hørselen, som er den første sansen et foster får i morens livmor og den siste sansen som forlater oss når vi dør.

Indisk inspirasjon

Den indiske fløytemesteren Pandit Hariprasad Chaurasia har vært Tals hovedinspirasjon siden hun begynte å studere hos ham. Han regnes som verdens fremste utøver på den indiske fløyta bansuri, og Tal har studert hos ham både i India og Rotterdam, og oppsøker ham så ofte hun kan.

– I India kaller de ham Krishna. Han underviser ikke i healing gjennom musikk, men er healing gjennom musikk. Når du er en guddommelig musiker, er du bare, sier Tal, som er evig takknemlig fordi han har gitt henne så mye inspirasjon, visdom og veiledning. I hinduistisk tradisjon er fløyte et instrument for selvrealisering og forening med opprinnelsens lyd «om». Tals hovedinstrument, bansuri, er brukt i flere tusen år i India, og regnes som guden Krishnas instrument. Hver gang Tal spiller, komponerer, synger eller jobber med musikk, spør hun alltid om beskyttelse og veiledning fra ulike guider og guder. Charasia har lært henne om hinduistiske guder, som hun har lært å forbinde seg til i tillegg til den ene Gud som alle religioner har.

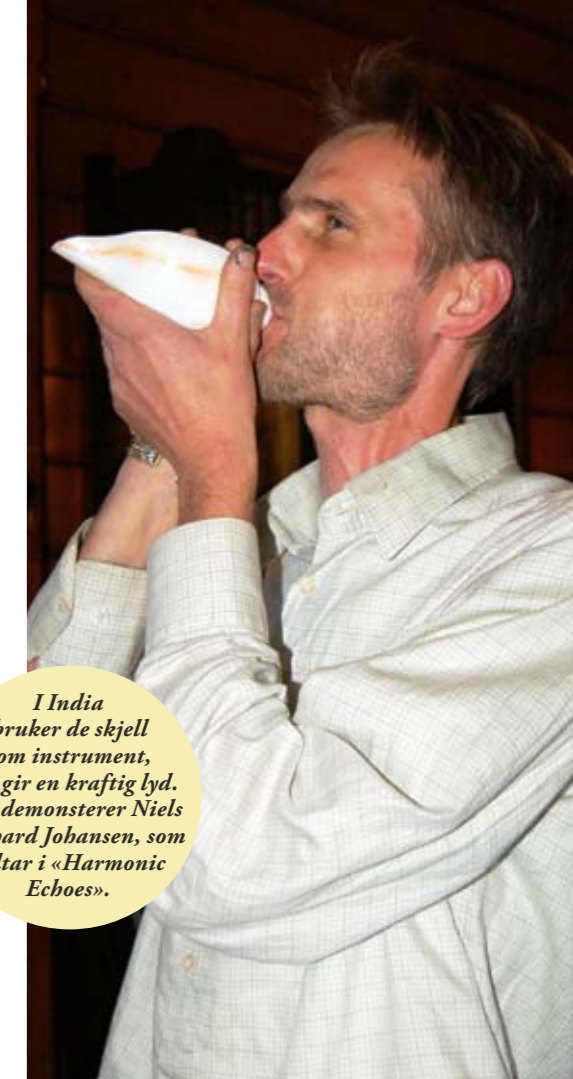
– Jeg tilkaller Krishna og noen få andre guder, men jeg tror selvsagt på Gud. Jeg forbinder meg til Gud gjennom de hinduistiske gudene også. Om det er den sufiske, jødiske eller indiske, er det bare ulike navn og manifestasjoner av en og samme Gud, tror Tal. En av manifestasjonene hun føler seg forbundet til, er Sarasvati, den hinduistiske gudinnen av musikk, medisin og natur. Hun er en vakker kvinne som flyr på en svane og spiller vina, som både ligner og låter like vakker som sitaren.

Tiltrekker god energi

Når Tal synger og spiller, føler hun at interessante ting skjer med henne, og hun glemmer hvor hun er.

– Jeg kan være hvor som helst i verden når jeg kommuniserer gjennom musikk. Det er ikke norsk, hebraisk, men musikk, en utrolig sterk og umiddelbar kommunikasjonsform, utdypes hun. For Tal er det viktig å være et slags instrument som kanalisere denne guddommelige energien. For henne er det ingen som eier energien fra musikk, healing og kunnskap.

– Det er ikke vår energi, vi bringer den bare



I India bruker de skjell som instrument, som gir en kraftig lyd. Her demonstrerer Niels Gerbard Johansen, som deltar i «Harmonic Echoes».

videre. Det er ikke du, det er ikke meg, men alle kan komme i kontakt med dette vidunderlige vakre, tror hun. Tror du på noe og visualiserer det i ditt indre og det manifesterer seg, så er det ment å være slik. Da kan du sende ut takknemlighet og fortsette reisen videre.

– Jeg styrer ingenting, jeg skal bare gjøre jobben min. Gjør jeg den riktig, vil Gud gi meg alt jeg trenger, bekrefter Tal med et kjærlig og fredfylt smil. Er du åpen for det universet gir deg, og har tro og tillit til at alt ordner seg, så får du nok det du trenger. Det er snakk om å forstå denne loven om tiltrekning, at du får det du sender ut, og du mottar det du er åpen for.

De fleste av Mediums lesere vet nok at det finnes tusenvis av veier til himmelen, Nirvana, Rom eller hva du tror på. Sang og musikk er selvsagt ikke den eneste veien, ei heller bønn, meditasjon eller en spesiell religion. Budskapet er at alle mennesker kan utvikle vakre sangstemmer, samme hvor lite du tror på det. Du kan bruke din fantastiske og unike stemme som et verktøy på veien til dine høyeste intensjoner. ■

Er du interessert i mer informasjon, kontakt Tal Coleman på 415 51 513 eller e-post: healingsound@gmail.com.