

Musik og helse

Af Verner Bekker

Musikken indeholder en åndelig værdi, som kan overskride dagsbevidstheden. På den måde kan musikken påvirke menneskets sindstilstand og kan være med til at forebygge sygdomme eller supplere igangværende behandlinger. Musikken kan åbne for de store indre ressourcer vi alle har, som kan give os overskud til en større bevidsthed, højere grad af velbefindende og et sundere liv.

Musik er dybt rodfæstet i alle kulturer og har været benyttet i gennem årtusinder, naturfolket, klostre, mysterieskoler og templer brugte menneskets stemme og forskellige instrumenter til at skabe musikkens magi til ritualer, ceremonier og healing.

De gamle vise kendte risikoen ved vibrationer fra ord, musik og dybtgående metoder til udvidelse af bevidstheden og til at give styrke og harmoni til den vitale og psykiske energi, derfor beskyttede de deres viden i en mystisk symbolske sprog, som kun særlige udvalgte havde nøglen til.

Dette kryptiske sprog kender vi fra bibelen og andre hellige skrifter, fra det gamle nord kender vi "launmal" og fra den tantriske tradition i Indien, kender vi "sandhabhasa". Fra Europa er der visse folkeeventyr, som indeholder symboler. Formålet var i høj grad, at personligheden skulle få styrke og følsomhed, så ens handlinger ikke blev til skade for sig selv eller andre.

I vores tid bruges denne viden stadig i visse kredse under kyndig vejledning. Den almindelige viden om musikkens betydning og hvordan musik kan bruges er under stærk udvikling. Man ved at musik er lyd og lyd er vibrationer, som opfattes at energierne i vores krop. Med ganske bestemte toner og tonemønstre er det muligt at skabe balance i kroppen og påvirke bevidsthedstilstande således at krop og sind bringes i harmoni indbyrdes og med den universelle ånd. Musikken har således en vidunderlig og målbar virkning, der kan bruges til at få et sundere liv. Det forudsætter naturligvis, at komponisten har intuition, musisk overblik samt en dybere indsigt i musikkens ånd.

Med den klassiske musik opstod der en musiktradition som påvirkede mennesker på en gavnlig måde, som bruges til at få en musikoplevelse, der kan være en trancelignende eller meditativ tilstand. Derudover bruger vi musikken på mange andre områder, vi bruger god musik til for at skabe en opløftet stemning, vi bruger musikken til at slappe af, vi nyder musikken til koncerter, i bilen, på arbejde, i kirken o.s.v. Hertil kommer, at vi bruger de specielle komponerede sælsomme toner og naturlyde, som taler til vore psykiske energier, der bruges meditativt og til forskellige behandlingsformer.

Pladeselskabet Metatone designer speciel musik, der bygger på naturens egen kosmiske toneharmonier og musikkens struktur er enkel og sammensat i overensstemmelse med naturens egen lovmæssighed. Musikalsk bygger musikken på den gyldne fordeling ligesom vi kender det fra "det gyldne snit" i arkitekturen og kunsten. Musikken er komponeret med henblik på dybdemeditation, men da musikken overholder naturens egen lovmæssighed, så er musikken også velegnet til alle former for meditation, afslapning, kreativ problemløsning, baggrundsmusik, og som et supplement til forskellige behandlingsformer, Musikken har den egenskab, at toner og rytmer kan fremkalde er særlig dybtgående tilstand. Det skaber mulighed for at vi kan modtage og komme i resonans med vibrationer vi modtager fra musikken. På den måde opstår en kæde af overførsler mellem den fysiske krop og de åndelige kroppe. Det skaber harmoni mellem krop, følelse, intellekt og intuition samtidig med at grundtonen i hver af de syv hovedchakra bringes i harmoni indbyrdes

og med kroppens og sjælens grundtone, hvor de psykiske energier og funktioner forbindes i et intimt forhold til kosmiske kræfter.

I den moderne musik bruges fortrinsvis en kammertone med grundfrekvensen 440 Hz. I klassisk musik bruges frekvenser ned til 436 Hz. Historisk set har kammertonen varieret noget, men i 1858 vedtog den franske regering, at fastlægge sig på kammertonen med frekvens 435 Hz. I 1920 ændrede man frekvensen til 440 Hz. I 1939 besluttede man internationalt, at kammertonen skulle være 440 Hz., som danner normen i vor tid.

Når pladeselskabet Metatone designer speciel musik til meditation, så benyttes kammertonen på 432 Hz. for at ramme den harmoniske rækkefølge i de syv hovedchakra. På den måde skabes den bedst mulige tilstand til at frigøre fysiske og følelsesmæssige blokeringer, så kroppen kan opbygge harmoniske frekvenser for at give mulighed for at ramme den tone som er fuldstændigt stemt efter kroppens og sjælens vibration.. Samtidig bliver vi modtagelig for naturens og de kosmiske toneharmonier, som vi bringes i samklang med.

Den specielt designede musik er således næring for sjælen og med denne særlig komponerede musik, kan vi lære at lytte med de fysiske og ikke fysiske høresanser. Det betyder, at vi kan erkende energien bag ord, følelser og lyde. Når vi på den måde hører det fulde lydspektrum, så oplever vi, at vi bliver rensset igennem healing. Det gør det fordi at disse positive harmoniske toner fjerner negative vibrationer og dermed frigør os for negative tanker, for at give plads til positive tanker. På den måde oplever vi det ydre og det indre liv i et meget klar lys og det bliver meget lettere at nærme os virkeligheden. Det indeholder nøglen til de æteriske kræfter, som slår bro mellem de forskellige bevidsthedslag, som dermed udvider vores erkendelse af den sanselige verden og magien opstår.

Når vi lytter til den musik er det ikke alene med høresansen, men musikken bringer også kroppens celler op i højere svingningsniveau. Samtidig med frembringer musikken flere alpha hjernebølger, det øger evnen til at slappe af i kroppen og samtidig stimuleres de æteriske nervebaner. Hertil kommer, at lyd kan transformere fysisk, psykisk og åndelig energi og skabe kontakt til vores potentiale og aktivere det. Når grundtonen i kroppen, de syv hovedchakra og sjælens tone er afstemt med hinanden og med de kosmiske toner, så er der virkelig et grundlag for at vi ikke lader os begrænse af gamle vane og tankemønstre og påbegynde et sundere liv.

Den moderne videnskab har verden over for alvor undersøgt musikkens indflydelse på helbredet og de har vist, at musik påvirker os og kan forbedre effekten af de tilstande vi møder i livets skole af kropslige eller sjælelige art. F.eks. har et forskningsprojekt dokumenteret hvordan speciel designet musik fremmer den almindelige behandlings effekt og bliver i dag brugt på sygehuse i mange lande. Biomusikvidenskab undersøger, med elektroencefalografi (EEG), hvordan lyd og musik kan ændre hjernens elektriske svingninger. Forskning udført af lydterapeuter og cellebiologer har vist, at de enkelte celler i kroppen reagerer på toneskalaens forskellige frekvenser.

Det er vigtig at vælge musik med omhu, vi skal lægge mærke til hvilken musik, der styrker vores harmoni i krop og sjæl, så vi føler os opløftet og styrket og hvilken musik der går i mod disse harmonier og medfører, at vi får det dårligt og nedbrydende.