

## Integralna vibracijska medicina

# Z OSVOBAJANJEM GLASU DO NOTRANJE MOČI



Barbara Vodnik: »Glasba, zvok in vibracije so v svoji sinergiji največje zdravilo, so čarobna alkimija stvarstva.«

Barbara Vodnik je glasbenica, raziskovalka in alkimistka na področju glasu. Sopranistka in pedagoginja ter holistična terapevtka z zvokom in glasom je bogato strokovno in glasbeno terapevtsko znanje pridobivala v tujini, v Ljubljani vodi zasebni zavod Glas ter holistični atelje glasbene ustvarjalnosti Voce divina. Tja ne prihajajo samo ljudje, ki si želijo profesionalno izpopolniti svoj glas, ampak tudi tisti, ki imajo petje preprosto radi. Tisti, ki so zaradi raznovrstnih življenjskih poti bili za pot glasbeno pevskega izražanja prikrajšani, in tisti, ki imajo izzive z uporabo glasu v namene osebnega izpostavljanja.

Andreja Paljevec, fotografiji: Dreamstime in arhiv sogovornice

Ta spoštljiva ljubezen do glasbene dediščine jo je vodila naprej na profesionalno glasbeno pot. Kot dijakinja in študentka je prepevala na raznih dogodkih, da si je lažje omogočala dodatno izražanje v tujini. Prepevala je v raznih pevskih zborih (med drugim svetovno priznanem dekliskem zboru Carmina Slovenica) in raznih vokalnih zasedbah, ter tako pridobivala izkušnje v svetu glasbenega ustvarjanja. V Rimu je študirala sakralno (baročno) glasbo, v Gradcu je na Akademiji za glasbo študirala klasično glasbo, smer operno petje, in pela v opernem zboru mariborske opere, poučevala solo petje na glasbenih šolah, soustvarjala razne umetniške dogodke, pri katerih je delila oder tudi z znanimi imeni slovenske glasbe, sodelovala kot gostja na številnih slovesnostih zunaj meja ... Nato pa je sprejela pot svoje resnice in odšla na zaključno izražanje v London, kjer se je srečala s holistično alternativnimi terapevtskimi pristopi, povezanimi z osvobajanjem glasu in petjem. Odprl se ji je svet, v katerem je našla vse, kar je iskala. Ljudje so vse pogosteje omenjali njen glas in njegov vpliv nanje, saj je skozi zlitje sebe delovala eterično, osvobajajoče, navdihujoče. Začela se je zavedati vibracije, prodornosti in moči svojega glasu ter ga v iskrenosti in srčnosti začutila kot dar, katerega je želela podeliti vsem, ne le občinstvu pred odrom, temveč kot orodje spoznavanja na poti transformacije in samozdravljenja.

### GLAS VE, VIDI, SLIŠI ...

»Glas je popotnik skozi čas in zgodovino človeštva. Je esenca naše notranje Resnice, rojevajoče se znotraj našega telesa, domovanja naše Duše. On ve, on vidi, on sliši. In vse kar rabi, da živi, je pretočnost in naše Zavedanje, da obstaja. Tisti trenutek, ko ljudje ozavešajo in spoznajo, da je glas veliko več kot zgolj orodje za govor in petje tistih s poslušom, da je vsak enkrat in nepovrnjiv unikat, osebni zdravitelj in svetovalec, ki pozna odgovore na mnoga vprašanja našega življenja in namena tukaj in sedaj, in da je vse mogoče, nastopi trenutek osvoboditve. Ta trenutek je najbolj nežen, ranljiv in veličasten obenem. Vsak slednje doživlja na svoj način, a vse poti se zlivajo v trenutek soočenja vse do prvih korakov transformacije telesa in duha.«

Sama pri ljudeh ob prvem srečanju najprej opazi predvsem olajšanje, da so slišani, da so sprejeti, razumljeni. »Ljudje po začetnem pogovoru zadihajo, saj so v svojih drugačnostih sprejeti in začetna stiska, sram, negotovost se prelijejo v samozaupanje, v vero vase. Zgodí se čarobna alkimija življenja ob težko pričakovanem 'imate glas'. V svoji barviti individualnosti se razprostire pred posameznikom spoznanje, nov vpogled vase, in v primeru, da človek zapoje, pesem v trenutku zazveni drugače. To je kot trenutek novega rojstva, kjer vile rojenice pokažejo svoje darove,« pojasnjuje Barbara, ki je pred tremi leti prišla v Ljubljano samo za tri ljudi, ker je bilo to zanjo vredno. Vsak glas šteje, pravi. Od ust do ust se je



širila beseda in glas pesmi, ki je segel v deveto vas in tako je danes obiskovalcev zavoda in centra vse več prihajajočih iz cele Slovenije in tudi iz tujine. Mnogi se vračajo ali pridejo samo, da jo objamejo, pozdravijo. »Vesela sem, da ljudje ponosno stopijo na svojo pot. Naš namen in poslanstvo je, da pridržimo krila, dokler se opolnočena ne razprostrejo, in poletijo v prostranost lastnega namena. Nekomu na glasbeni oder, nekemu na oder plesa in ustvarjanja glasbe, nekemu na oder novega poslanstva ali preprosto na oder ozdravitve in osvobojenega življenja.« Barbara ima tudi naravno prirojen posluš za subtilne zvočne vibracije. Glas posameznika preko vibracije hitro razbere, že po govoru ali zapetih dveh, treh vrsticah. Skozi barvo in vibracijo tona se kot zapis razprostire energetsko in fizično stanje človeka, kar mnogokrat razkrije zanimive zgodbe posameznikov, ki presenetijo tudi njih same.

»Osvobajanje glasu ni le teorija, vse je treba pogledati s holističnega vidika in nato prenesti v prakso. Le v praksi čistimo, predelujemo, ostrimo in seveda pridobivamo notranjo moč in samozavest. Čistijo se mnoge ustvarjene prepreke (blokada energetskega sistema), morda pozabljene ali globoko potlačene zgodbe, neizživete sanje, hrepenenja, nad katerimi smo zaradi neodobravanja obupali ali ne zmogli vztrajati. Glas nehote osvobaja tudi doživlja in spomine, vezane na naše primarno okolje, odnose v družini, prednike. So zgodbe življenja, ki so ljudi oblikovale skozi bolečine, težino in izoblikovale glas, ki se lahko ohranja cele rodbine, celo do sedem rodov nazaj. Glas je misterij, je alkimija vsega, kar obstaja, in nas oblikuje. Odseva skozi barvo

in kakovost naših misli, besed in dejanj. Zato ni enega pristopa k učenju ene tehnike ali ene poti. Glasov je toliko, kolikor je ljudi.«

### VIBRACIJSKA MEDICINA

V atelje pa prihajajo tudi ljudje z velikimi disharmonijami znotraj telesa, ki se kažejo skozi razne oblike tudi zelo težkih bolezni. Zdravljenje z glasbo ali delo na pretočnosti energetskih centrov sodi med alternativne oblike zdravljenja, v področje vibracijske medicine. Veliko ljudi, ki se ukvarja z duhovnostjo, nudi zvočne in glasbene terapije. Barbara meni, da je osnova, da se terapevt z duhovnostjo ne ukvarja, ampak jo živi in da zavedno opravlja tovrstne dejavnosti na temeljih znanja, bodisi o glasu ali inštrumentih, saj vse vibrira in ne deluje na vsakogar enako. »Bolezen je v osnovi pokazatelj notranje neuglašenosti z lastnim glasom, zato je previdnost več kot potrebna. Ni slabih glasbil ali napačnih tehnik, samo ni vse za vsakogar ob istem času. Zaradi pomanjkanja znanja lahko pride do težav ne le v elektromagnetnem polju posameznika, ampak tudi v fizičnem počutju. Zato je delo z zvokom in glasom odgovorno.« Tudi sama izbrano uporablja terapevtske inštrumente, saj so posamezniku krasna opora pri regeneraciji. »Vsakogar seznavimo, da nismo nadomestilo za klasično zdravljenje, smo pa vedno odprti za oblike sodelovanja in s številnimi zdravniki in delavci v zdravstvu že sodelujemo, denimo z nevrologi, ginekologi, klinični psihologi, dermatologi ... Mnogo jih je tudi med obiskovalci, kar nas navdaja z optimizmom in s hvaležnostjo za boljši jutri. Ker je tudi glas vibracija, govorimo o vibracijski medicini, s pomočjo katere vsakemu posamezniku primerno

pomagamo s konkretnimi vajami, z izreki, duhovnimi pristopi ozaveščanja, vokalnimi vajami, meditacijskimi tehnikami, vibracijsko diagnostiko in s harmonizacijo telesa, duha in prostora. Večdnevnimi odmiki harmonizacije in revitalizacije, s prepevanjem vseh zvrsti pesmi, manter in pozitivnih besedil privedemo posameznika ne le do notranjega opolnomočenja, ampak tudi do konkretnih fizičnih transformacij. Telo in glas sta prijatelja in sodelujeta takoj, ko se za to odločimo, s polno odgovornostjo in z zavedanjem, da čarobne formule obstajajo zgolj v nas samih in da pot lastnega življenja krojimo sami.«

Velja rek, da kdor s srcem poje, zlo ne misli ali kar dvakrat moli. »Vsi ljudje smo dobri ljudje, vredni ljudje. Ni slabih ljudi, so samo duše, ki trpijo,« meni Barbara, ki dela tako individualno kot tudi skupinsko. Za vodenje manjših skupin (do 9 ljudi) se je odločila tudi zato, da bi se udeleženci naučili sprejemanja drugačnosti. Vsaka skupina je namreč družba v malem in ima svojo skupinsko dinamiko. »Včasih so se ljudje več družili: ob delu na njivah, setvi, žetvi, trgatvah, ličkanju, se pogovarjali, smejali, prepevali, si pomagali in se ob tem opolnomočili. Na začetku so bili v skupinah opazni previdnost, neprijetnost in sram. Dinamika se je ustvarjala sama, ljudje so drug drugemu prebujali občutke in si nudili oporo, se spominjali bistva in obujali stanja podzavesti. Nastalo je domače, zaupanja polno varno okolje, kamor so se radi vračali,« pojasnjuje sogovornica, ki skupinsko delo zdaj zelo pogreša. Zaradi razmer s skupinami trenutno ne dela, ampak le s posamezniki. Je tudi zagovornica osebnega pristopa. Zavod Glas v sodelovanju s holističnim ateljejem Voce divina tlakuje dostopne poti tudi tistim, ki si zaradi slabših življenjskih pogojev tovrstnega zdravljenja ne morejo privoščiti ali je njihova skupina v družbi neslišana. Povezujejo se že z različnimi dobrodelnimi organizacijami in zavodi. Načrtujejo izvajanje programov za starejše, za otroke s posebnimi potrebami, družbeno šibkejšimi. In ni starostne omejitve.

»Zvok in glasba sta eno največjih zdravil za človeka. Vsakomur bi moralo biti dostopno,« meni holistična terapevtka z zvokom in glasbo. Verjame, da bi, če bi se ljudje zavedali, da imamo vsi svoj glas in vsak svojo frekvenco, nastala čudovita harmonija življenja, katere pesem bi vsi želeli prepevati. Integralna vibracijska medicina je zanjo čudovit most med znanostjo in duhovnostjo, ki povezuje. Kar pomeni – nisi samo ti, skupaj smo. Glede prihodnosti glasbene ustvarjalnosti in zdravljenja z glasbo je optimistična. »Če je zdržalo toliko milijone let, bo zdržalo še najmanj enkrat toliko. Glas imamo pa hvala bogu vsi, tudi če ga kdaj ne slišimo ...« ■

### Voce divina d.o.o.

Cesta 24. junija 23  
1231 Ljubljana Črnuče  
Tel.: 051 672 217  
E-naslov: voce.divina.info@gmail.com