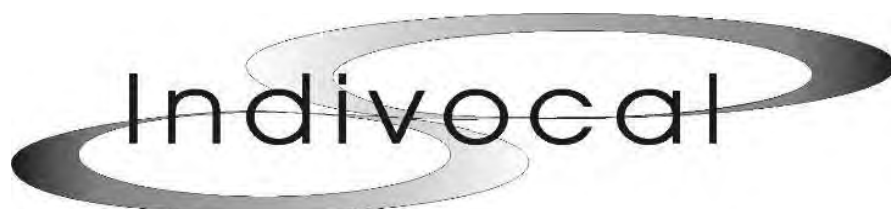


Gunda Dietzel

Hangunk,
mint személyiségünk hordozója

Üzenete

Hatása



Bevezetés

Vemu Mukunda Nada-Brahma rendszerébe

© Gunda Dietzel 2001
Minden jog fenntartva
ISBN 978-3-00-045373-1
Első magyar kiadás 2014

Fordította: Gyurkovics Ádám

A szöveget az eredetivel egybevetette: Ary Ildikó

Kapcsolat:
Gunda Dietzel

e-mail: info@indivocal.com

Internet: www.indivocal.com

Készült a százhalombattai EFO Nyomdában
Felelős vezető: Fonyódi Ottó
www.efonyomda.hu

Tartalomjegyzék

Fordítói előszó	7
A szerző előszava	9
Bevezetés	11
Vemu Mukunda: zenész és természettudós	11
A Nada-Brahma koncepció Joachim Ernst és Vemu Mukunda tolmácsolásában	13
I. rész	17
A Nada-Brahma rendszer alapjai	17
1. Mi az a Nada-Brahma	19
2. A Hangunk egyedisége, alaphang és személyiség	25
3. Hangod sok mindent elárul	29
4. Prána, a hang és az érzelmek frekvenciája	33
5. A hang, az érzelmek és a test egysége	41
6. Hangmagasságok az emberi testen?	44
7. Hang és érzelmi intenzitás	53
8. Az oktáv	57
9. Skálastruktúrák és érzelmek	61
10. A zenei hangok és mantrák hatása	67
A Nada-Brahma rendszer áttekintése	71
II. rész	73
Betekintés a Nada-Brahma rendszer gyakorlati alkalmazásába ..	73
Előszó	75
1. Az alaphang meghatározása	77
2. Az egyéni alaphang alapgyakorlata	81
3. "OM"	85
4. Nyugalom, megtisztulás és védelem	91
5. Az egyéni alaphang	95
a) Hogyan áll össze az alaphang?	95
b) Az alaphang megmarad életünk folyamán?	96

c)	Mindig megtalálható és meghatározható az alaphang?	96
d)	Az alaphang és az interperszonális kapcsolatok	97
e)	Alaphang és szín.....	99
f)	Mindennek van alaphangja	100
6.	Az egyéni alapritmus.....	103
7.	Rágák és hatásaik	107
8.	Gamaka és a ritmus duplázásának elve.....	115
9.	Ritmus	119
10.	Gyakorlatok a tudattal és vizualizációk	125
11.	Mantrák	133
12.	A Nada-Brahma rendszer – Pillantás a jövőbe	135
	Utószó	137
	Függelék.....	139
1.	Tanulmány: Kamaszok Hangtesztje és személyiség analízise 141	
2.	Kirlian fotózás	149
	Irodalomjegyzék	157
	Ajánlott irodalom	159

Fordítói előszó

Kedves Olvasó!

Különleges könyvet tart a kezében, amennyiben Ön is úgy gondolja, hogy a hangok sokkal többek annál, mint a levegő rezgései által keltett fizikai érzetek. Ki ne tapasztalta volna magán, hogy egyes zenék milyen heves érzelmi reakciót váltanak ki belőlünk, míg mások hidegen hagynak, vagy azt, hogy saját hangunk is mennyire változik pillanatnyi érzelmeinkkel összhangban.

Egy érdekes cikk keltette fel bennem a téma iránti érdeklődést, mely a Nada-Brahma hanganalízisről szólt, azaz hogy beszédhangunk analízisével képet kaphatunk személyiségünk felépítéséről, erősségeinkről és gyengeségeinkről, akár egy jó asztrológiai elemzés során. Továbbá, az analízis eredménye alapján a hangokat tudatosan felhasználhatjuk gyógyulásunk érdekében.

Elkezdtem információk után kutatni, de magyar nyelven csak nagyon korlátozott mértékben jutottam hozzájuk, és olyan személyekkel sem sikerült kapcsolatot teremtenem, akik érdemben segíteni tudtak volna nekem ebben. Végül kutatásaim elvezettek jelen könyv írójához, Gunda Dietzelhez, és magához a könyvhöz, melynek magyar fordítását a kedves Olvasó éppen a kezében tartja.

Meg kell jegyeznem, hogy a fordítás során egy apró nehézségbe ütköztem. Mégpedig abba, hogy a magyar nyelvvel ellentétben mind az angol, mind a német többféle kifejezést használ a „hang” szóra, amivel lehetővé válik az általánosan értelmezett hang (sound, r Ton), a zenei hang (tone, r Klang) és az emberi hang (voice, e Stimme) egyszerű megkülönböztetése. Azért, hogy a körülírások nélküli egyszerű fogalmazást megtarthassam anélkül, hogy az a megértés rovására menne, amikor az emberi beszédhangról van szó, azt nagybetűvel írtam (Hang). Továbbá, a szövegkörnyezet is segít az eligazodásban.

Jó szívvel ajánlom e könyvet mindazoknak, akik érdeklődnek a zene (kiemelten az indiai zene) terápiás megközelítése, a spiritualitás és az emberi psziché témaköre iránt, hiszen e könyv mindezt magában foglalja, mégpedig úgy, hogy a tudományosság igényéről sem kell lemondanunk. Mivel a különböző, a laikusok számára esetlegesen ismeretlen fogalmakat a könyv az alapoktól indulva magyarázza, olvasásához semmilyen előismeret nem szükséges.

Hála és köszönet Vemu Mukundának és Gunda Dietzelnek az ismeretanyag kutatásáért, rendszerezéséért és nyilvánosságra bocsátásáért!

Jó olvasást kívánok!

Gyurkovics Ádám

A szerző előszava a magyar kiadáshoz:

Pontosan 10 évvel ezelőtt jelent meg a könyvem angol és francia nyelven – most pedig itt egy újabb ok az öröme: Gyurkovics Ádám saját kezdeményezéséből lefordította a könyvemet (az angol verzióból) magyar nyelvre! Figyelemre méltó teljesítmény, ami különleges elismerést érdemel, kiváltképpen azért, mert Gyurkovics Ádám nem egy hivatásos fordító. Az eredmény az ő téma iránti mély kapcsolatáról vall.

Szívélyes köszönetem neki és Ary Ildikónak, aki spontán módon készen állt a szöveg korrektúrázására.

Találjon a könyv megannyi érdeklődő olvasóra Magyarországon!

Gunda Dietzel

2014 tavasz

A szerző előszava

Az 1929-ben Bangalore-ban (Mysore), India déli részén született Vemu Mukunda úgy 25 évvel ezelőtt kezdte megismertetni az európai hallgatósággal több évtizedes kutatásának eredményeit a hang és a zene emberi testre és elmére gyakorolt hatásáról. Az emberi hanggal kapcsolatos felfedezései különleges fontossággal bírtak. Az általa életre hívott „Zeneterápia a Nada-Brahma rendszer szerint” című előadásokon, szemináriumokon és kurzusokon adta át tudását a zene és az emberi hang, valamint azok érzelmekre és testre gyakorolt kölcsönös egymásra hatásáról. Kutatásai ősi indiai forrásokon alapultak, valamint más tradíciók és civilizációk ősi tudásán. Sok éven át tervezte, hogy a témakörben elért eredményeit összefoglalja, de hanyatló egészsége megakadályozta a könyvírásban.

Miután elvégeztem a „Nada-Brahma rendszer” tanfolyamot, tolmácsként tevékenykedtem Vemu Mukunda majdnem összes kurzusán 1993 óta. 1995-től pedig felhatalmazott, hogy betegsége miatt képviseljem őt zeneterápia kongresszusokon Németországban és külföldön egyaránt. Gyakran beszéltünk arról, hogy igény mutatkozna egy Nada-Brahma rendszerről szóló könyv megírására, de a reményem, hogy a segítségével írok egy angol nyelvű könyvet, ahogy ezt 1996-ban javasolta, akkoriban nem vált valóra. Végül 1998-ban feljogosított, hogy saját belátásom alapján írjam meg a könyvet, és mikor 1999 novemberében utoljára találkoztunk, gyümölcsöző beszélgetést folytattunk annak tartalmát illetően. Vemu Mukunda 2000 februárjában halt meg charltoni házában London mellett.

A Stuttgarti Zenei és Előadóművészeti Egyetemen voltam előadó, emellett 1993-tól a Nada-Brahma rendszerről szintén tartottam előadásokat és szemináriumokat. A rendszer akkora érdeklődésre tartott számot, és gyakorlati alkalmazása annyi pozitív eredményt és visszajelzést hozott, hogy örömteli küldetéssé vált számomra megírni ezt a könyvet, hogy szélesebb közönség előtt is bemutassam Vemu Mukunda életművét.

Az olvasónak ily módon lehetősége nyílik arra, hogy megismerje és méltányolja Mukunda alapján véve átfogó megközelítését a zenei hangok és különösen saját Hangunk fontosságát és hatásait illetően. A könyvet 2001 végén adták ki elsőként Németországban. Az olvasók többségének javaslatára most, 2004 tavaszán adjuk ki a második kiadást. Boldog vagyok, hogy a könyvet angol és francia nyelvre is lefordították.

Az utóbbi évek pozitív visszajelzései folyamatosan bátorítottak a továbbhaladásban. Mivel sokan érdeklődtek a tárgy iránt, és igény jelentkezett kiegészítő kurzusokra, úgy döntöttem, hogy felajánlom ezt a lehetőséget. Ennélfogva hamarosan meg fog sokszorozódni azon zeneterapeuták száma, akik szakértő módon osztják majd meg a zeneterápia e különleges megközelítését.

Továbbá, 2003 nyara óta propagálom Vemu Mukunda Nada-Brahma rendszerét „Indivocal Musical Therapy” bejegyzett kereskedelmi néven. Az „Indivocal” név fémjelzi a zeneterápia ezen megközelítésének lényegét, Hangunk egyediségét (individual sound of the voice).

Állítsuk tudatosságunk fókuszába Hangunk jelentőségét, és annak egészség támogató hatását, amit már sokan megtapasztaltak.

Hálás vagyok Dr. Navin Dalalnak, hogy elvállalta könyvem angolra fordítását. Dr. Navin Dalal sok éven át volt a „Times of India” és az „Evening News of India” zenei kritikusa Bombayben, majd a „Rheinische Post”-nak Düsseldorfban és a „Kölnische Rundschau”-nak Kölnben, valamint jól bevált fordítója a stuttgarti német orvosi könyvkiadónak.

Továbbá, hálás vagyok Hannah Wray-nak, aki kompetenciájával és nagy elkötelezettségével segített teljessé tenni ezt a könyvet.

Gunda Dietzel

2004 tavasz

Bevezetés

Vemu Mukunda: zenész és természettudós

Vemu Mukunda 1929-ben a dél-indiai Bangalore-ban született. Iskolai évei után Angliában tanult és a glasgow-i Strathclyde Egyetemen szerezte mérnöki Ph.D fokozatát. Sok éven át dolgozott nukleáris kutatóként, de ígéretes karrierjét a 60-as években magánéleti okok miatt megszakította és visszatért Indiába, miközben London melletti lakását megtartotta. Abban az időben talált vissza élete szenvedélyéhez, a zenéhez. Zenész családban nőtt fel, ahol nagy hagyománya volt a veena nevű hangszernek, ami egy a legősibb indiai húros hangszerek közül. A veena virtuóz mesterévé vált mind az észak-indiai zenét illetően, mind pedig a déli karnatikus zenét illetően, de főleg az utóbbihoz volt különleges affinitása. A karnatikus zene a dél-indiai hindu templomok zenéje, spirituális és gyógyító ereje évezredek óta ismert.



Vemu Mukunda számos koncertet adott a Föld majd minden táján. Mikor Willy Brandt volt a Német Szövetségi Köztársaság kancellárja, Mukundát bízták meg azzal, hogy a német iskolákat látogatva megismertesse a diákokkal az indiai zenét. Egy alkalommal, a franciaországi Avignonban tartandó éves zenei fesztiválon néhány barátja egy kísérlet lefolytatására bátorította őt. A koncertet diákok számára szervezték, akik különböző országokból érkeztek. Mukunda három rágát, hindu zenei motívumot improvizált, amik struktúrájuknak és zenei felhasználásuknak köszönhetően jellegzetes érzelmekhez társíthatók. Nagy meglepetésére a nemzetközi hallgatóság érzelmi reakciója hasonló volt az Indiában ismert reakciókhoz, így nem maradt más lehetőség, mint az, hogy ez bizonyosan egy transzkulturális jelenség. E perdöntő kísérlet eredménye további kutatások kezdeményezésére inspirálta Mukundát, és ez volt minden általa vezetett további kísérlet és analízis alapja.

E felfedezést követően koncertturnéi mellett évtizedeken át a zene testre és elmére gyakorolt hatására összpontosított. A zene megközelítésének indiai gyökereire építkezett, ami a Védákban is megtalálható, különösen a Számavédában, vagy későbbi írásokban is, mint a 13. századi Sangita Ratnakara. Számos útmutatót fedezett fel olyan tradicionális gyakorlatokban is, melyek korszakokon keresztül máig fennmaradtak. Mint tudóst és kutatót különösen lenyűgözte őt a zene emberre gyakorolt hatásának elemzése.

Számos felfedezése visszavezethető az ősi Nada Jógára, a hang jógájára. Mindemellett ezt a tradíciót más társadalmak és civilizációk rituáléival és tudásával is összehasonlította. Körülbelül két évtized alatt tények sokaságát gyűjtötte össze, amit a „Nada-Brahma rendszerbe” integrált, és amelynek úttörője volt a nyugati világban. Úgy tartotta, hogy kutatási eredményei, és azok gyakorlati alkalmazása lehet az első lépés egy lehetséges transzkulturális gyógyító rendszerhez, mely a hangon alapul, és a Nada-Brahma legősibb tudásában gyökerezik.

A Nada-Brahma koncepció Joachim Ernst és Vemu Mukunda tolmácsolásában

A XX. századi európaiak számára egyrészt Vemu Mukunda élesztette fel a Nada-Brahmát, másrészt a koncepció bemutatására Németországban Joachim Ernst Berendt tett kísérletet. Berendt egy más megközelítést alkalmazott, más mögöttes jelentéssel. Könyvének címe „Nada-Brahma – Die Welt ist Klang” („Nada-Brahma – The Universe Vibrates with Sound”). Berendt Németországban jazz könyveiről volt híres, míg Mukunda, mint írtuk, zenész és képzett természettudós is volt, akinek vizsgálata a zene és a hang testre és lélekre tett hatásáról ősi indiai tudáson alapult.

A 80-as évek közepétől az eredményei „Music Therapy on Nada-Brahma System” néven váltak ismertté Európában, ahol számos előadást és szemináriumot tartott. Ami igazán különös, hogy Berendt és Mukunda ugyanazon a napon halt meg 2000. február 4-én. Mukunda hosszan tartó betegségben a London melletti Charltonban, míg Berendt egy közlekedési balesetben Hamburgban vesztette életét. Mukunda és Berendt mindössze egyszer találkoztak életükben egy svájci fesztiválon anélkül, hogy közelebbi kapcsolatba kerültek volna.

Én, személy szerint, Berendt egy előadásán vettem részt Stuttgartban, és olvastam néhány könyvét, de sohasem ismertem személyesen. Ezzel szemben meglehetősen jól ismerem Vemu Mukundát, ahogy ezt a bevezetőmben már említettem. Mióta elkezdtem előadásokat és szemináriumokat tartani a Nada-Brahma rendszerről, sok ember lépett velem kapcsolatba Berendt könyvére hivatkozva abban a hiszemben, hogy megismerték a Nada-Brahma rendszert. A válaszom – ami sokakat meglepett - mindig ugyanaz volt: „eltekintve a Nada-Brahma névtől, ez a könyv kevés hasonlóságot mutat Mukunda munkájával és szándékával”. Mondom ezt annak szándéka nélkül, hogy kicsinyíteni akarnám Berendt könyvének értékét. Épp ellenkezőleg, olvasásra ajánlom, hisz a hangot érintően információban és gondolatokban

gazdag műről van szó. A könyv a tudatos hallásérzékelés jelentőségére hívja fel a figyelmet.

A két szerző különböző hozzáállását mutatja többek között az is, hogy Berendt értelmezésében a Nada-Brahma azt jelenti, hogy „az Univerzum hang által rezeg”, ami bár elképzelhető és figyelemre méltó nézőpont, de valamelyest magyarázatra szorul. Berendt le volt nyugózva a Nada-Brahma koncepciótól, és tudatosítani akarta a nyugati világgal a hang mindent átható rezgésének gondolatát. Ez teszi nagyszerűvé a könyvét.

Másrészről Vemu Mukunda Nada-Brahma koncepciója abból indul ki, hogy a hang az emberben manifesztálódik, ennél fogva az emberi Hangnak kulcs szerepe van. Ezen az alapon ő inkább azzal törődött, hogy igazolja annak működését, valamint általában a zene és a hang hatását.

Mukunda tudományos kutatása és analitikus megközelítése a vokális hang és zene jelentőségéhez új távlatokat nyitott, melynek gyakorlati alkalmazása támogathatja a személyes fejlődést és gyógyulási folyamatokat. (Ezzel kapcsolatban Mukunda nem helyezett hangsúlyt doktori fokozatára.)

Berendt, mint európai, érzelmileg és intellektuálisan vonzódott a Nada-Brahma koncepcióban rejlő mély bölcsességhez, melyben a teremtés, a fenntartás és megsemmisülés spirituális alapokon nyugszik. A spiritualitás egy lehetséges értelmezése, hogy az a rezgés szupradimenzionális magas állapotának egy kifejeződése, amely túlmutat az emberi természetén, másrészt viszont a rezgés manifesztációja kézzelfogható valóság is lehet (mint pl. maga az anyag). Spirituális nézőpontból a rezgés vagy vibráció mindent átható jelenléte a teremtés alapvető sarokkövének és összekötő alapelvének tekinthető.

Maga a rezgő univerzum az érzékeink számára sokféleképpen nyilvánul meg, mint pl. forma, szín és hang, és mi, mint emberi teremtmények szoros kapcsolatban vagyunk vele – „in religio”. Ez a nézőpont ösztönözte Berendtet a könyvének címének választására – az

Univerzum nem más, hangrezgés. Egy indiai, aki spirituálisan érintkezik a zenével, különösen tudatában van ennek az Egységnek. Ez az a tény, amely megragadta Berendtet, aki a jazz zene szakértője volt. Ez a mélyen vallásos megközelítés szoros kapcsolatban áll azzal, hogy a jazz gyökerei a spiritualításban erednek. Berendt a leginkább kompetens arra, hogy illusztrálja azt a speciális és igen termékeny inspirációt, amit a jazz és az indiai zene egymásra hatása eredményez.

De mik voltak Vemu Mukunda szándékai és céljai? Ő indiai (dél-indiai) volt, az indiai spiritualításban és zenei tradícióban nőtt fel. Ennélfogva ami Berendtnak és kortársainak új felfedezés volt, azt ő már születésétől fogva tudta. Mivel Mukunda fiatal korától kapcsolatban volt a nyugati intellektussal, lelkesen megvizsgált mindent, és mint valódi tudós, megkérdőjelezte az indiai tradíciót is. Mindenekelőtt kételkedett abban az ősi állításban, hogy a zene és a mantrák speciális hatást fejtenek ki az elmére. Mint tanulót, megdöbbenett a glasgow-i professzora által mutatott érdeklődés, aki mind többet akart megtudni a mantrázás erőteljes energiájáról. Sokáig nem vette ezt komolyan, de eljött életében a pillanat, mikor ez olyan élményt jelentett számára, ami meggyőzte a „Hitetlen Tamást” arról, hogy az ősi indiai tudás máig is érvényes, és érdemes alávetni tudományos igényű elemzésnek.

Ez vált az ő végső ügyévé, és ezen az alapon fejlesztette ki az ő Nada-Brahma rendszerét, melynek bemutatására vállalkozik e könyv.