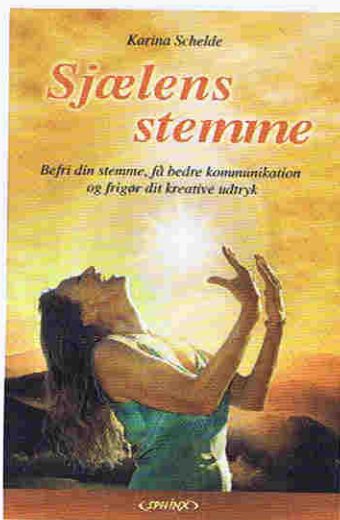


Sjælens stemme

Karina Schelde

Sphinx Forlag
192 sider - kr. 249

Forfatteren er opvokset i Danmark og nu bosat i New Zealand. Siden 1978 har hun arbejdet med forskellige former for healing. I dag anvender hun lyd og stemme som baggrund for healing og udvikling. Karina er en international anerkendt workshopfacilitator og pioner indenfor lydhealing og stemmetræning. Hun har produceret kassettebånd, CD'er og videoer om sit arbejde og optrådt på tv og i radio. Dette er hendes første bog, og den er oversat fra engelsk til dansk af Tove Mehta, der samtidig er elev hos Karina.



I bogen beskrives metoder til udvikling på 3 planer: Det personlige, selvet og det spirituelle. Det gøres via brug af lyd og sang på forskellige måder, der samtidig har en healende effekt. Det gør bogen unik og er mig bekendt en nyskabelse. Selv siger Karina: "Det drejer sig om at vække ur-selvet og røre ved kernen i vort væsen, som er hinsides adskillelse."

Bogen er opdelt i 19 kapitler og de fleste slutes med en eller flere øvelser med relation til kapitlets emne. Et kapitel handler om at vække eller stimulere chakraerne med lyd, farve og bevægelse. Et andet handler om overtonesang og et tredje om healing af jorden og mennesker ved hjælp af lyd. Lydhealing sættes også i relation til andre terapiformer, og der er et kapitel om visioner, samt et andet med case stories.

Det centrale i bogen er: Lyd er vibrationer, og de skaber kontakt fra de enkelte celler og helt op til sjælsniveau. Stemmen spejler dit indre univers og din øjeblikkelige sindstilstand. Alt i alt beskrives en ny måde at opnå sjælskontakt på eller udnytte ens potentiale bedst muligt. Det er også en anden måde at heale på end de mere traditionelle. Tilslut et citat af psykiater Roberto Assagioli (f. 1888 og død 1974). Han var pioner indenfor esoterisk psykologi og for mere end 50 år siden skrev han: Vi er overbevist om, at lydens magi, brugt videnskabeligt, vil yde et større bidrag til lindring af menneskelig lidelser, til en højere udvikling og en rigere integration af menneskets personlighed, og til den harmoniske syntese af alle menneskelige "toner" og alle "gruppeakkorder og melodier." Indtil der blot er den Ene Menneskeheds store symfoni.

Som jeg oplever det, bærer Karina disse tanker ud i livet med sjæl og krop, beskrevet mesterligt i hendes koncept og bog: Sjælens stemme. Bogen kan varmt anbefales, det samme kan øve-CD'en, som jeg bruger flittigt. Det er ikke kun en bog, man læser, den skal opleves. Derfor har jeg meldt mig til en Workshop i Soul Voice, som Karina afholder i foråret 2009.

Læs mere: www.soundandvoice.com

Finn B. Langgaard