

HELENDE KLANKEN

van muziek en geluid

De frequenties van het hart

JERALYN GLASS



AnkhHermes

Oorspronkelijke titel: *Sacred vibrations*, uitgegeven door Hay House LCC, Londen, Groot Brittannië

Vertaling Timon Meynen
Omslag Villa Grafica
Binnenwerk Stampwerk
NUR 728

ISBN 9789020222814
ISBN e-book 9789020222821

© 2024 Jeralyn Glass
© 2025 Uitgeverij AnkhHermes, onderdeel van VBK|media, Utrecht

Alle rechten voorbehouden. Niets van deze uitgave mag worden gereproduceerd, op welke manier dan ook, zonder schriftelijke toestemming van de uitgever. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk niet toegestaan.

Uitgeverij AnkhHermes vindt het belangrijk om op milieuvriendelijke en verantwoorde wijze met natuurlijke bronnen om te gaan. Bij de productie van het papieren boek van deze titel is daarom gebruikgemaakt van papier waarvan het zeker is dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

www.ankh-hermes.nl

INHOUD

Disclaimer	II
Over het omslag	13
Voorwoord	19
Inleiding	25
HOOFDSTUK 1 AARDEN	35
Heilige vieringen	38
De eeuwige verlevendiging	41
De helende kracht van muziek	42
De helende kracht van de menselijke stem: neuriën op recept	47
Een vork in de hand – of zelfs twee!	50
Klank als instrument voor het aanvaarden en transformeren van pijn	51
HOOFDSTUK 2 BAREN	53
Een door politiek verdeeld land	59
Een opwindend jaar	61
Reizen met Dylan	64
De schalen vinden	66
HOOFDSTUK 3 INSPIRATIE	68
Een kanaal opent zich	74
Dylans bezoek	76
Een brug van de wereld van het zichtbare naar die van het onzichtbare	78

HOOFDSTUK 4 EXPANSIE	80
Ondergedompeld in emoties	83
De zoektocht naar oplossingen	84
Klankheling wordt mainstream	85
Dylans reis	91
De pijn omarmen	92
 HOOFDSTUK 5 VERBINDING	 95
De geschiedenis van klankheling	96
Nog een oude cultuur: tonen maken in de koningskamer	99
Elke cultuur gebruikte geluid	99
Muziek: balsem om trauma te verlichten	104
 HOOFDSTUK 6 VERSTERKING	 108
Hoe we helen	110
De geneeskunde van tegenwoordig	112
De cymascope: een brug naar een ongeziene wereld	118
Cymatische principes	120
 HOOFDSTUK 7 VERHEFFING	 124
We gaan aan klankheling doen	128
 HOOFDSTUK 8 OPENBARING	 132
Een hogere trillingsfrequentie	138
Wijd en zijd en de diepte in	140
 HOOFDSTUK 9 INTEGRITEIT	 144
Heling met kristallijn geluid	147
Teruggeven en vooruitkijken	153
 HOOFDSTUK 10 NIEUWSGIERIGHEID	 155
Een diepgaandere blik op het werken met de schalen	160
Kristallen klankschalen als muziekinstrument	164

Kristallen klankschalen in een therapeutische set	166
Trauma transformeren met kristallijn geluid	167
HOOFDSTUK II RUIMHARTIGHEID	171
Het wonder op het Grote Eiland van Hawaïi	178
HOOFDSTUK 12 STEMMEN	181
Zweven buiten tijd en ruimte	183
Het stemmen van muziek: 432 Hz, 440 Hz en 528 Hz	186
Hersengolfoestanden	190
De klankbadstructuur en de zwevingen	192
Muziek stemt het hart	194
HOOFDSTUK 13 BEWUSTZIJN	196
Het belang van belichaming	199
De klank zijn: inzicht in belichaming van een zangeres	201
De waarheid van wie we zijn	204
HOOFDSTUK 14 STRUCTUUR	206
Het chakrasysteem	207
De zeven traditionele chakratonen	208
De noten	209
Chakra's: de zeven in het lichaam en de twee buiten het lichaam	210
De kracht van <i>anahata</i>	212
De pentatonische toonladder	213
Favoriete schalen	215
<i>Muziek maken met Jahnavi Harrison</i>	217
<i>Spelen met Victor Wooten</i>	219
<i>Muziek met Kevin James</i>	220
Sta open voor waar de klanken je brengen	220
HOOFDSTUK 15 INTUÏTIE	223
Een nieuwe muzikale richting	228

HOOFDSTUK 16 MOGELIJKHEDEN	236
De man in de ruimte	238
De alchemie van acceptatie	239
Gehackt door de geest	241
Levensveranderende instrumenten	241
Schalen en gehoorbeperkingen	243
Laurens verhaal	244
Seans verhaal: heling brengen naar klankheling	247
De liefde aan het stuur	250
 HOOFDSTUK 17 VISIOEN	 252
Ik doe een beroep op de hoop	253
Victor Wooten: voortreffelijk muzikant en vernieuwer	254
Daniel J. Levitin: klanktherapie voor iedereen	255
Het Minerva University Laboratory for the Science of Music, Health, and Wellness begint!	256
Jahnavi Harrison: opnieuw verbinding maken met de heilige ruimte vanbinnen	258
Dayvin Hallmon: muzikanten als eerstehulpverleners	259
John Stuart Reid: de toekomst van geluid en op muziek gebaseerde geneeskunde	260
Kevin James: heart songs: een gezonde, harmonieuze cultuur levend houden	262
Joshua Leeds: ‘voorwaarts naar de renaissance’	263
 HOOFDSTUK 18 WAARHEID	 267
De groei van de kristallijne klanken	272
Wat is jouw eigen droom?	273
Een nieuw pad met muziek als het medicijn	274
Negen, de negende en de kracht van geweldige muziek vieren	275

Een woord tot slot	279
Noten	283
Verklarende woordenlijst	285
Dankbetuiging	289
Over de auteur	293

DISCLAIMER

Wij wijzen je erop dat de informatie in dit boek niet is bedoeld voor diagnostiek, behandeling, genezing of preventie van welke aandoening of ziekte dan ook. Het boek is bedoeld om je bij te staan op je reis naar heling en komt niet in de plaats van medische zorg of therapie.

De gehele inhoud van dit boek is louter informatief, en hoewel we hebben gestreefd naar het geven van accurate informatie, is wat we hier voorleggen geen vervanging voor professioneel advies over welke kwestie, aandoening of medisch probleem dan ook. Wij wijzen je er ook op dat sommige aspecten van heling met klanken en trillingen omstreden zijn, zelfs onder hoogopgeleide deskundigen die zich bezighouden met het allerlaatste onderzoek en de dagelijkse praktijk in dit veld. Hoewel er alles aan gedaan is om de juistheid van de in deze publicatie opgenomen informatie na te gaan, aanvaardt noch de auteur, noch de uitgever enige aansprakelijkheid voor fouten, omissies of tegenstrijdige interpretaties van de hier behandelde materie. Wat je aantreft op de bladzijden van dit boek vormt de absoluut beste informatie die de auteur heeft kunnen vergaren in haar langdurige en brede loopbaan en opleiding in muziek en andere bezigheden die met trillingen te maken hebben. Sommige mensen zijn het misschien niet eens met delen van wat hier wordt gezegd, maar de hoop bestaat dat er meer consensus ontstaat over de complexe aspecten van ‘muziek als medicijn’ als de wereld eraan gewend raakt.

De auteur en de uitgever geven geen garanties voor enige medische resultaten, noch worden er aansprakelijkheden aanvaard. De lezer is verantwoordelijk voor zijn of haar eigen handelen.

Neem voordat u begint aan een gezondheidsprogramma of verandering van uw leefstijl contact op met uw huisarts of een andere gedi-

plomeerde zorgverlener om er zeker van te zijn dat u in goede gezondheid bent en dat de informatie in dit boek geschikt voor u is.

Als u ernstige angst en depressie of een acute crisis ondervindt, neem dan alstublieft contact op met de geestelijke gezondheidszorg, een crisiscentrum of een telefonische hulpdienst.

OVER HET OMSLAG

Het prachtige beeld op het omslag toont het geluid van een zeldzame F-toon in het vijfde octaaf, zichtbaar gemaakt door de onderzoeker in de akoestische fysica, John Stuart Reid.

Deze foto was het resultaat van het spelen op een kristallen alchemistische klankschaal met houtskool en palladium van 15 centimeter. Het geluid creëerde de heilige geometrie van 22 elliptische eilanden, die antinodes worden genoemd. De schaal is gestemd op 432 Hz, en de F-toon correspondeert met het hartchakra. Vanwege de hoge toonhoogte resoneert de toon echter in het gebied boven het kruinchakra met hemelse tonen. De houtskoolalchemie helpt vastzittende energieën los te laten, het lichaam te reinigen en te ontgiften en de weg tussen hemel en aarde vrij te maken. De palladiumalchemie activeert een toestand van ontzag en versterkt kinderlijke verwondering, speelsheid, onschuld en vreugde.

De keuze voor deze afbeelding voor het omslag heeft een diepere betekenis: mijn zoon Dylan werd op 9 januari 1996 om 22:22 uur geboren in Duitsland. Een van zijn dromen was om beroepsfotograaf te worden voor de *National Geographic*, en op zijn vijftiende won hij een prijs voor zijn fotografie. Het is een eer om de foto die hij nam van een zonsondergang op het omslag van dit boek te zetten.

Voor mijn liefste Dylan: dank voor de vreugde en de verwondering die jij brengt, voor het wezen van zuivere liefde dat jij bent, voor de vrede die jij in mij legt en die het verstand en alle begrip te boven gaat. Ik herinner me met eerbied de kracht van je geboorte om 22:22 uur in een kleine plaats in de buurt van Bonn in Duitsland, op 9 januari 1996. Lieve ziel van licht en liefde, ik had toen een doel, als je moeder. Ik heb nu nog een hoger doel, als je moeder. Eeuwige band! Met jou voorgoed – altijd liefde.

Mijn grote, hartelijke jongen was dol op de nachthemel en nam er vele prachtige foto's van. Wat een wonderbaarlijke ziel die mag wonen tussen de sterren, die hun omloop zijn thuis mag noemen. Samen zijn we de torenhoge geworden, de brug die het bredere, uitgestrektere, monumentalere beeld overspant – hij vanuit de hemelen, ik vanaf de aarde. En we weten het: wij hebben de sterren zo lief, wij zijn niet bang voor de nacht.

Voor mijn ouders, die mij aanmoedigden om te dromen – en om mijn dromen achterna te gaan.

Muziek is liefde op zoek naar een woord.

Sidney Lanier, *The Symphony*

VOORWOORD

Sommige mensen zijn geboren om te onderzoeken, te creëren en hun gaven aan de mensheid te schenken, zodat iedereen er baat bij heeft. Zij hebben een passie om te ontdekken en te delen wat ze gevonden hebben. Anderen bloeien op wanneer ze horen over deze nieuwe perspectieven. Soms krijgen vernieuwers niet de kans om te zien wat zich door hun inspanningen ontvouwt in termen van ontwikkeling, ontwaking of heling, maar zij delen het toch, omdat het in hun bloed zit; het dient hun ziel, hun dharma, hun hogere doel. Dit geldt voor Jeralyn Glass.

Ik ontmoette Jeralyn voor het eerst op een JourneyAwake-tocht die ik organiseerde naar de Heilige Vallei van de Inca's in Peru en Machu Picchu. Zij was helemaal kapot van het verlies van haar zoon Dylan, een paar maanden eerder, en verwezenlijkte ter ere van hem een van zijn dromen: het beklimmen van de bergen van Peru. Ze was van streek en op haar kwetsbaarst toen ze op mij afkwam om zich voor te stellen. Ik voelde dat dit voor haar zeker een transformerende tijd zou worden – niet alleen in helende zin voor het afschuwelijke verlies van haar enige kind, ook door de realisatie van een verheven ervaring van wat de pijn van een verloren liefde kan worden. Ik heb dit in mijn klinische praktijk gezien en op het moment dat zij haar verhaal vertelde, voelde ik energetisch dat dit mogelijk was. De energie in de ruimte tussen ons was letterlijk vol van de belofte van een groot geschenk, ook al weerklonk haar leed in haar woorden. Ik zei tegen haar dat ze op de juiste plek was. Ik voelde dat ze voorbestemd was om te helen en zelfs voor iets wat daar nog aan voorbijging.

Tijdens onze reis in Peru zag Jeralyn ervan af om naar de top van Huayna Picchu te klimmen, omdat ze die inspanning in haar emotio-

nele toestand niet aan zou kunnen. Ik nam een foto van Dylan mee naar boven om hem het uitzicht te ‘tonen’ waar hij als kind van had gedroomd. In een mooie ceremonie op de top las ik zijn woorden achter op de foto en toonde hem een 360 graden panorama van de schoonheid daar. Op dat moment voelde ik een wonderbaarlijke aanwezigheid van genade. Een van de studenten nam een foto om aan Jeralyn te laten zien, zodat ook zij getuige kon zijn van dit heilige moment. Later, in de trein terug, zag ik die foto. Daarop kon je duidelijk zien dat een lichtstraal Dylans keel verbond met de majesteit van de geweldige, blauwe lucht – *de hemelen* – alsof het een geweldige viering van het leven was. Het was de bevestiging van gene zijde. Hij was daar.

Als kind ontdekte ik dat ik het vermogen heb om het energieveld van de mensen en de dingen om mij heen te zien. Deze gave had ik soms wel en dan weer niet, omdat ik werd beïnvloed door mijn omgeving door oordelen en trauma tegenover steun en zorg. Veel mensen hebben dezelfde ervaring en zijn zich daarvan niet bewust totdat ze beginnen te ontwaken voor de waarheid van wie ze zijn. Bij mijn ontwaking in 1999 en 2000 keerde mijn vermogen voorgoed terug. Wat ik had waargenomen toen ik Jeralyn voor het eerst ontmoette, was een toestand van uitgeputte energie vanwege haar pijnlijke omstandigheden. Later zou ik die zien veranderen in een prachtige, stralende aanwezigheid.

Zoals elke grote vernieuwer in de wereld werd Jeralyn een geweldige onderzoekster. Ze woonde in de volgende paar jaar tientallen van de door mij gegeven cursussen bij. Ze zat meestal vooraan en daagde mij uit om te verklaren hoe er ook maar iets ‘goeds’ was aan wat haar was overkomen, toen ik vertelde over de universele principes van groei en dat alles uiteindelijk in dienst staat van onze ontwaking. Maar het verschrikkelijke verlies van haar zoon hield haar ontwikkeling tegen.

Ik legde dan uit dat alles energie is, wij ook, en dat deze energie gewoon in verschillende frequenties trilt in de vorm van gedachten, emoties en zelfs onze lichamelijke vorm. De combinatie van kwantummechanica, bio-energetica, spirituele psychologie, epigenetica,

meditatie en BodyAwake Yoga is de basis van waaruit ze leerde om het 'schakelsysteem' te bouwen om deze tijd van haar leven diep vanbinnen door te komen, om de geschenken in ontvangst te nemen die deze levenservaringen haar werkelijk brachten. Jeralyns inzicht in muziek, de theorie, de geschiedenis, de principes en de uitingvormen stelden haar in staat om te begrijpen dat de kracht van een onzichtbare energie – een energie die ons niet alleen leidt, maar ons gestel zelf vormt – ons kan helen. Ze was daartoe in staat, en nog mooier is dat ze haar proces gul deelt in het werk dat voor je ligt. Ze is meer dan nieuwsgierig geworden; ze verschaft ons nieuwe ideeën, waarbij ze de werelden vermengt van haar eerdere scholing als beroepsmusicus en operazangeres op internationale podia en die van de holistische helingsmethoden die ze heeft leren kennen. Zodoende heeft ze zich verdiept in het onderzoeken van nieuwe manieren om hun heilzame impact op persoonlijke transformatie te bepalen. Zij is nu een kopstuk in het veld van heling met geluid en trillingen, met behulp van kristallen schalen en stemtransmissie als haar vorm van geneeskunst. Net als bij haar eigen transformatie ziet ze diepgaande resultaten in het leven van de velen die zich tot haar wenden.

De spiritualiteit verwijst naar wat de wetenschap het kwantumveld noemt als geest en bron. Beide disciplines beschrijven deze wezenlijke grond van het bestaan als eeuwig en onwrikbaar. Beide beweren dat deze onzichtbare kracht het uiteindelijke vermogen van het leven zelf is. De schoonheid van de nieuwe wetenschappen is dat ze ons doen beseffen dat wij de macht hebben om te sturen, creëren en helen door middel van onze bewuste keuzes – door te leren om ons te *vereenzelvigen met* deze onzichtbare kracht in plaats van er alleen maar het effect van te zijn. Wij *zijn* energie, en 'energetische geneeskunde' zoals die wordt genoemd – namelijk elke methode die het wezen van de levenskracht gebruikt voor heling van de stroom en circulatie van levensenergie in ons hele menselijke systeem – is iets wat we *allemaal* kunnen gebruiken. Historisch gezien is klankheling een van de oudste vormen van geneeskunst.

Plato en Pythagoras meenden dat de aard van de ziel een muzikale toon was. Orpheus, zoon van Apollo en Calliope, werd de eerste zanger ter wereld genoemd; zijn naam betekent ‘hij die heelt met geluid en licht’. Aristoteles verklaarde dat subtiele geluidsgolven die door de dichtheid van de fysieke dimensie gaan onze ervaring van het leven zelf voortbrengen. Hoewel muziek onzichtbaar is, is de impact ervan behoorlijk fysiek. Ja, het blijkt dat de onzichtbare wereld de *echte* wereld is en de fysieke wereld het *effect* daarvan.

De subtiliteiten zijn intimiderend tot ze dat niet meer zijn. We zijn hier om ons vermogen om waar te nemen en te voelen te verfijnen – een hogere sfeer van het bestaan gewaar te worden, een groter gebied waarin we kunnen spelen en scheppen. Ik heb gezien hoe Jeralyn dit begon te beheersen toen zij de processen ging toepassen die ik onderwijs. Zij begon de sluier die de mensheid bindt te doorbreken en kreeg een diepe en krachtige band met haar zoon. Ik begon te zien, gewaar te worden en te voelen dat de grotere waarheid onthuld ging worden. Zij dansten weer samen, alleen dit keer onzichtbaar. Hun gedachtewisselingen waren buitengewoon en blijven dat ook. Jeralyns energieveld is opmerkelijk stralend geworden – diep, het hart openend bewijs van het leven voorbij alle grenzen.

De wetenschap toont aan dat energetische golfvormen door de ruimte tussen alle deeltjes reizen en, in het geval van het menselijke systeem, stuiten op receptoren op het oppervlak van elke cel. Deze activiteit brengt informatie over naar het binnenste van de cel en bepaalt welke chemische interacties de cel zal aangaan – zij vertelt de cel wat die moet doen. Deze biochemische reacties sturen neurochemische boodschappen, die door het lichaam gaan naar de sensorisch-motorisch integratieve systemen van het brein en de uiteindelijk heling en harmoniserende activiteiten bepalen die we ervaren. Wij hebben het vermogen om de kwaliteit van deze energetische transacties te sturen met de kracht van onze eigen gedachten en gevoelens door middel van de trillingen die zij uitzenden. En we kunnen de schoonheid en overvloed van de natuur benutten door middel van methoden als klankhe-

ling, vibratietraining van de ademhaling, meditatie, polariteitstherapieën, stemvorken, kristallen schalen en zingen en chanten, om ons te helpen de keten van de communicatie op één lijn te brengen met onze ware aard van heelheid.

Soms komen we op het punt dat we deze waarheden omarmen vanuit een ruimte van heerlijke en leergierige nieuwsgierigheid, soms voor verlichting van grote pijn. Hoe we ons er ook voor openstellen, het gaat erom dat we het *doen*. Hoe bekend of hoe nieuw deze ideeën ook voor je zijn, er is altijd meer om voor te ontwaken, om te verwerkelijken en te belichamen. Hier toont professor Jeralyn Glass je prachtige principes en praktijken om de grote healer vanbinnen te versterken en je geest wakker te maken voor de waarheid die je bent. Het belangrijkste is dat ze dat met liefde doet, want zo is zij: meer dan nieuwsgierig, meer dan iemand die laat zien hoe je een kristallen schaal moet bespelen, is zij een vernieuwer, een visionair, iemand die risico's neemt, een hartstochtelijke ontdekkingsreiziger, een pionier en een echte healer.

Geniet van deze schitterende reis.

Veel liefs,

Sue Morter

INLEIDING

Muziek is een hogere vorm van openbaring dan alle wijsheid en filosofie. Muziek is de opwindende aarde waarin de geest leeft, denkt en uitvindt.

LUDWIG VAN BEETHOVEN

Vanaf dat ik een klein meisje was, wist ik dat ik mijn leven in de muziek zou doorbrengen. Ik heb een duidelijke herinnering dat ik ronddraaide op onze veranda en de vrijheid voelde die de muziek bracht, terwijl die me ophief alsof ik vleugels had. Ik hoorde een stem in mij trillen die zei: ‘Zingen zal jouw levensweg zijn.’ En ik sloot voor mijn hele leven vriendschap met die stem en volgde haar. Zij leidde mij naar New York, naar Europa en naar de verste uithoeken van de wereld, waar ik de structuur en emotionele kracht van het geluid in verschillende talen, culturen en geschiedenissen bestudeerde. Ik leerde dat de universele taal die de mensheid verbindt inderdaad die van de muziek is. Mijn vertrouwen en kracht werden in het leven geroepen door die intuïtieve innerlijke stem, waarvan ik begreep dat die groter was dan ik – en toch ook ván mij. Ik noemde haar Geloof. Het was mijn kinderlijke, zuivere, onschuldige ervaring van God.

Ik wist al jong dat muziek het ritme van de liefde bepaalt en dat liefde de trilling is die alles verandert. Er is niets wat liefde niet kan helen. Ik kon niet bevroeden hoe mijn leven zich zou ontfouwen en hoe krachtig de trilling van de liefde uitgedrukt door muziek zou worden, een ware richtinggevende energiefrequentie in de ontwikkeling van mijn bewustzijn.

Deels vertelt dit boek het verhaal van de muziek als de taal van het hart en hoe mijn zoon Dylan, die bij leven een sterke, slimme en grappige jongen was, een nog sterkere, wijzere en geestiger engel werd, die mijn verdiepte relatie met muziek als krachtige helingsmethode vormgaf. Hij vergezelt mij op deze reis terwijl ik de nieuwste inzichten verken in trainen, onderwijzen, concerneren en werken met de kristallen klankschalen als geneeskunde voor deze ongekende tijden. De schalen hebben heling gebracht door hun klanken en muziek, die het hart openen voor vele mensen op de wereld, onder wie ik.

Dylan kwam ter wereld zoals hij het wilde en verliet haar zoals hij het wilde. Ik was niet bij machte zijn keuzes te veranderen. Hij was een van de briljantste en gezelligste mensen die ik ooit heb ontmoet, en hoewel onze tijd samen van korte duur was, was die ongelooflijk rijk. Ik begrijp nu dat het niet zijn lot was om te leven tot in de volwassenheid. Tijdens zijn leven liep hij tijdens skiën en american football zes hersenschuddingen op, wat ongetwijfeld zijn vermogen tot het verwerken van zijn gedachten en gevoelens aantastte. Op zijn dieptepunt koos hij ervoor de planeet te verlaten. Als moeder dacht ik dat ik altijd wonderen kon verrichten voor mijn familie, maar ik kwam erachter dat ik zijn lot niet kon veranderen en ook niet wat ik ging beseffen dat *onze* bestemming was. Onze zielen waren verbonden geraakt.

Op de avond dat Dylan stierf, kon mijn hart niet tot bedaren worden gebracht. Ik wist niet wat ik met mezelf aan moest. Het was overweldigend. Mijn familie wist niet hoe ze mij konden troosten. Niemand kon mij helpen. Ik verging van de pijn.

Peter, een van mijn beste vrienden, kwam me bijstaan. Om middernacht liepen we naar het strand in Los Angeles om getroost te worden door de natuur. Ik had het gevoel van de wind op mijn huid en de geur van de oceaan nodig, ik moest baden in het licht van de nachthemel. Dylan en ik hadden een groot deel van ons korte leven samen reizend doorgebracht. We verkenden de natuur en ontdekten de wereld – van de Alpen in Duitsland in de buurt waarvan hij was geboren tot de bergen, oceanen, meren en vlakten van Europa, Noord- en Zuid-Ame-

rika en het Verre Oosten. We skieden, maakten trektochten, zwommen, fietsten en kampeerden en beleefden ongelooflijke avonturen, die we koesterden. Peter, een acteur, had ook gewoond en gewerkt in Duitsland, en hij zat in het bestuur van de kinderstichting die ik had opgericht in München, de Kids4Kids World Foundation. Hij kende Dylan sinds hij kind was. Er waren geen woorden voor mijn pijn. De schok. Het verdriet. Niets, niets had me hierop voorbereid.

Toen we daar in stilte liepen, keken we tegelijk omhoog naar de nachthemel en zagen een enorme vallende ster, die precies boven het huis van mijn ouders leek te beginnen! Hoog boven de oceaan, zich in volle glorie uitstrekkend over het Los Angelesbekken, boog hij omlaag om te landen in de bergen aan de rand van de stad. Ik hoorde een geluid, een krachtig gesuis, en ik kon Dylans stem horen alsof hij vlak naast me stond en opgewonden zei: ‘Mama, het is zoals we het er altijd over hebben gehad! Ik ben thuis. Ik ben bij God!’ De adem stokte in mijn keel. Zag ik zojuist de eerste vallende ster ooit boven Los Angeles, en communiceerde mijn zoon met mij door trilling, onze favoriete taal?

EEN WONDERBAARLIJKE COMMUNICATIE

Dylan was groot – 1 meter 91 lang en 104 kilo – en hij had een zware, onmiskenbare stem. Ik ging zo op in mijn verdriet dat ik nooit had kunnen bedenken wat die avond begon: een wonderbaarlijke nieuwe communicatie, bestaande uit geluidstrillingen en licht, dat tot een relatie leidde die de dimensies overbrugde en alle bekende grenzen overschreed om mij te tonen dat liefde eeuwig is. Veel van wat werd onthuld door geluidsfrequenties heeft mij opengesteld voor een dieper levensdoel. Ik ben gaan inzien dat het mijn verantwoordelijkheid is om de uitdaging aan te durven en deze onwankelbare liefde te *zijn* in de vloedgolf van verdriet. De enige weg door het zielenleed van deze onpeilbare leegte was naar binnen te keren. De enige weg door ondraaglijke droefheid was om mijn armen eromheen te slaan en haar te aanvaarden. Het was aan mij om haar te leren beheersen, de ademha-

ling ervan, het gevoel ervan, en de moed te vinden om erbij aanwezig te zijn, en haar om te vormen tot vreugde.

Sindsdien is het verdriet getransformeerd tot een innerlijke straling. Kristallijne geluidstrillingen geconcentreerd in de magische genade van de kristallen klankschalen baanden de weg. Dylan is altijd bij mij, verankerd in mijn hart. En zijn aanwezigheid is nog sterker in haar huidige vorm dan die was bij leven. Toen Dylan nog leefde, was het de taal van muziek, haar vermogen om ons veilig te houden en te troosten, en ons vermogen om zonder woorden te vertrouwen op de diepe verbinding van onze harten en zielen, die ervoor zorgden dat mensen vaak opmerkingen maakten over onze merkbare, ongewone nabijheid. Wij hadden een band buiten dit leven. Tegenwoordig heeft het geschenk van zijn communicatie via tekens, frequentie en trilling de diepgaande band gecreëerd die we nu hebben, en de onverwachte mogelijkheid van onze miraculeuze verbinding door klank en energie heeft alle verschil gemaakt. Toen ik na het overlijden van Dylan ging overdenken welke invloed muziek en zang hebben gehad op mijn eigen jeugd en tienerjaren, mijn volwassen leven en de negentien jaar dat we bij elkaar mochten zijn, was ik verbaasd hoezeer de taal van trilling en de authentieke expressie voortdurende en richtinggevende krachten waren geweest.

Ik ben geboren en opgegroeid in Zuid-Californië bij ouders die hun jeugd hadden doorgebracht in Brooklyn, New York, trouwden toen ze nog maar twintig waren en naar het westen verhuisden. Californië bracht hun een nieuw gevoel van vrijheid en mogelijkheden, en bood een veilige plek voor hun uitdijende gezin, dat uiteindelijk bestond uit vijf kinderen.

Mijn vader zei altijd tegen mij: 'Hoe harder ik werk, des te gelukkiger ik word.' Hij leerde mij om te durven dromen. Hij zei nooit dat ik een 'praktisch' beroep moest kiezen. Hij maakte een schema in het notitieboekje dat hij altijd bij zich had en liet me zien dat alles een prijs heeft; ik moest bepalen wat die prijs was en mezelf dan afvragen of ik bereid was om die te betalen. Hij en mijn moeder steunden mij bij het

opbrengen van de moed om mijn dromen achterna te gaan met alles wat ik in me had. Dat deed ik. En dat doe ik nog steeds.

Toen ik elf was zong ik een solo in het schoolkoor, en de reacties waren overweldigend. Kort daarna lieten mijn ouders een piano in huis komen, en ik begon zangles te nemen bij Annette Warren, een stemdocent met een lange carrière. (Ten tijde van dit schrijven is ze 101 jaar oud en zingt ze nog altijd prachtig! Haar wens – en de mijne – is dat niemand doodgaat wanneer zijn of haar lied nog niet gezongen is.) Zij had op Broadway gestaan en ze had de stem van Ava Gardner nagesynchroniseerd in de MGM-musical *Show Boat*. Ze had ook de stem gedaan van actrice en comédienne Lucille Ball. Annette was getrouwd met de grote jazzpianist Paul Smith, die speelde voor Ella Fitzgerald en Sammy Davis Jr., en zij en haar man woonden met hun gezin bij ons in de buurt.

Annette gaf mij een stevige basis in de muziek en bracht mij een diep respect bij voor het idee dat onze stem een zeer persoonlijk instrument is. Zij leerde mij een natuurlijke stemtechniek, gebaseerd op het concept van heelheid, dat een mentaal, lichamelijk, emotioneel en spiritueel bewustzijn omvatte; ik leer die anderen nog steeds. Ik neem een uitgebreide versie daarvan op in mijn klankhelingsopleidingen. Eenieder van ons heeft een unieke vibratiesignatuur, die heel belangrijk is in ons leven als we die identificeren, bevrijden, versterken en uiten.

Ik deed een *college*-opleiding en ging toen in New York wonen, mijn zinnen gezet op Broadway. De stem uit mijn jeugd die gefluisterd had ‘Zingen zal jouw levensweg zijn’ bleef mijn richtsnoer.

Binnen een jaar kreeg ik een contract op Broadway om het kamermeisje van boven te spelen in de reprise bij het 25-jarig jubileum van *My Fair Lady*, met in de hoofdrol Rex Harrison. Ik was het jongste lid van het gezelschap, en het was een droom die uitkwam! Na anderhalf jaar en 456 voorstellingen van *My Fair Lady* stelde mijn pianist voor dat ik klassieke muziek zou proberen. Ik kocht een kaartje voor een staanplaats in de opvoering van *La Bohème* van Franco Zeffirelli in de Metropolitan Opera. Het was zo inspirerend dat ik wist dat ik dit

soort muziek moest verkennen. Het grappige was dat een van mijn eerste rollen toen ik een paar jaar later overstapte naar klassieke muziek Musetta in *La Bohème* was en daarna Marzelline in de enige opera van Beethoven, *Fidelio*, die ik mijn hele carrière lang zou zingen.

Later zou ik in Bonn terechtkomen – de geboortestad van Beethoven – en daar zingen bij concert- en opera-uitvoeringen. In Bad Honnef, een dorpje bij Bonn, werd mijn zoon Dylan geboren. De muziek van Beethoven heeft een speciaal plekje in mijn hart: in de laatste maand van mijn zwangerschap zong ik in een aantal opvoeringen van de Negende Symfonie van Beethoven en ‘Ode aan de vreugde’. Het is een episch muziekstuk voor volledig orkest, vier solisten en een koor, en drukt een boodschap van vrede en harmonie uit – een visioen van alle mensen die leven als eenheid. Beethoven was een uitzonderlijk mens, die brak met conventies en de regels uit zijn tijd voor wat beschouwd werd als een ‘fatsoenlijk’ muziekstuk. Zijn visioen voor muziek en mensheid was groots, en ik denk dat zijn begrip van wat het is om een geest in een mensenlichaam te zijn ongelofelijk diepgaand moet zijn geweest. Hij kon het ene moment de tederste menselijke emoties overbrengen en ons het volgende moment naar de ademloosheid van hemelse rijken brengen. Hij liet ons het razen van het hart ervaren en de opwinding van het verkennen van nieuwe gebieden. En hij deed dat allemaal zonder ondersteuning van filmbeelden voor zijn boodschap en later in zijn leven zonder het vermogen om nog een geluid te horen. Het was alsof Beethoven de muziek *werd* die hij schiep terwijl hij de noten op het blad uitstortte. Hij wist iets over muziek dat zijn tijdgenoten niet wisten. Hij was zijn tijd ver vooruit – misschien was hij wel niet van deze dimensie.

DIEPE TRILLINGEN

Beethoven dirigeerde de première van zijn Negende Symfonie in Wenen in 1824 toen hij zijn gehoor al helemaal kwijt was, maar beleefde zijn eigen meesterwerk door de diepe trillingen ervan. Dylan hoorde deze muziek in de baarmoeder, zo vaak dat die volledig was ingeprent

in zijn kleine, groeiende lijfje terwijl zijn moeder de sopraansolo repeteerde en bij negen opvoeringen zong. Baby's zijn gevoelig voor het karakteristieke geluid van de stem van hun moeder. Het is hun voeding, die troost, veiligheid en koestering biedt. Nadat Dylan was geboren liet ik deze muziek altijd horen wanneer hij huilde. Wanneer ik de solo zong, was hij altijd meteen rustig. Ik was getroffen door de kracht van deze muzikale balsem, die de rusteloosheid van mijn baby kon wegnemen. Het was een zeer effectief 'wondermiddel'. Tegenwoordig kalmeert men een baby misschien met een tekenfilmpje op een telefoon. Voor Dylan en mij was het Beethoven.

Dylan groeide op in de ongelooflijk rijke, diverse en hartstochtelijke wereld van de klassieke muziek, terwijl ik met hem door heel Europa reisde om te zingen in België, Nederland, Frankrijk, Italië, Spanje, Oostenrijk en Duitsland, ook in het voormalige Oost-Duitsland. Dylan was altijd bij mij tot hij naar de basisschool ging en hij hield van het ervaren van verschillende culturen, talen en plaatsen. De kracht van de menselijke stem en geweldige muziek in alle genres fascineerde ons beiden. Hij was dol op zingen, pianospelen en uiteindelijk ook de gitaar. Toen hij acht jaar werd, verkenden we samen de prachtige geluiden van de kristallen klankschalen, die hij goed leerde kennen en gebruiken in een kwetsbare tijd in zijn leven.

Ik ben gezegend dat ik mijn hele leven mag doen waar ik van houd, als musicus en zangeres van beroep en vele, vele jaren ondergedompeld in de lessen en helende eigenschappen van de klanken. In dit boek heb ik bijeengebracht wat ik in de loop der tijd heb geleerd als zangeres op Broadway, vervolgens als concert- en operazangeres, toen als docent en initiatiefnemer van een succesvolle internationale stichting voor kinderen, en nu als de visionair achter het educatieve platform Sacred Science of Sound en de oprichter van de Crystal Cadence Sound Healing Studio and Temple of Alchemy. Alles wat ik hier aanbied heeft te maken met muziek als medicijn, met name wat ik weet en zelf heb ervaren en wat ik heb meegekregen van al mijn leerlingen van overal ter wereld over kristallen klankschalen, moderne klankhelings-

instrumenten. Ik heb het voorrecht om in dit boek de geschiedenis van klankheling te vertellen en enkele innovaties op dit gebied te delen (met belangrijke muzikale concepten die nader worden uitgelegd in de verklarende woordenlijst). Het is mij een eer dat ook een paar dierbare vrienden en collega's zo genereus zijn geweest om hun 'klank'-wijsheid bij te dragen.

Ik nodig je uit om dit boek te ervaren in het licht van de wetenschap dat trilling en muziek de weg en de brug kunnen creëren die ons brengen naar het grotere plaatje van wat er werkelijk gebeurt in het script dat we voor ons leven schrijven. Zij laten ons zien wat er waarlijk mogelijk is voor elk van ons, voorbij het verhaal en de naar buiten gerichte en op ego gebaseerde identiteit die we hebben opgebouwd. De pracht van kristallijne klanken heeft mij een bredere kijk gegeven op leven én dood en wat ik voor de waarheid hield. Het overlijden van Dylan veranderde mijn perspectief op alles en verdiepte mijn beleving van dit menselijk bestaan. Ik ben ons leven gaan begrijpen als een symfonie van consonanten en dissonanten, soms harmonieus en soms vals. Het belangrijkste is dat je kracht kunt ontleen aan het besef dat wij de scheppers van ons eigen leven zijn: wij zijn de componist, de dirigent en de zanger(es) van ons unieke lied, waarin we onze ziel uitdrukken. De trilling van klanken helpt ons om weer te ontwaken en onze innerlijke muziek te herontdekken – deze melodieën – en ons de grootsere orkestratie en het grotere doel van ons leven in herinnering te roepen. Zij begeleidt ons bij het versnellen van de volgende fase in de evolutie naar wie we hier willen zijn.

Ik zeg soms grappend tegen mijn grote Engel dat ik me eigenlijk niet herinner dat ik een dergelijk zielencontract met hem heb ondertekend en dat ik daarover een hartig woordje met hem wil spreken wanneer ik hem weer zie! Ik hoor zijn kosmische buiklach. Dylan en ik hebben elkaar inderdaad heel lang geleden een belofte gedaan, en nu ben ik me nog bewust van een vage herinnering van ons zielencontract. We hadden ons er samen aan gewijd om mensen te helpen bij hun ontwaking door de helende kracht van muziek, met inbegrip van

de prachtige trillingen van de kristallen schalen. Zodoende delen we een gemeenschappelijke taal waar we beiden van houden, overbruggen we de werelden, helpen we anderen hun authentieke uitingsvorm te vinden, hun licht te belichamen en met voldoening en vreugde hun levensdoel te beleven.

Vreugde.

Wat onze leefomstandigheden ook zijn, het is mogelijk om weer tot vreugde te komen. Om de weg naar deze verdiepte toestand van vreugde te vinden moest voor mij Dylan eerst gaan, om de brug te zijn. Die belofte die we deden beneemt mij nog steeds de adem. Door het baanbrekende werk van Sue Morter, die het voorwoord voor dit boek heeft geschreven, herinnerde ik mij duidelijk deze afspraak en de verantwoordelijkheid die ik heb om mijn belofte na te komen. Verrassend genoeg ontdekte ik – met Dylan in zijn geestelijke vorm – een veel belangrijker reden voor onze relatie. Door de ongelooflijke kracht van energie, klanktrillingen, frequentie en muziek, ontving ik een waar geschenk van eeuwige liefde dat de banden van de zwaartekracht tart, waaronder tijd, ruimte en het leven zelf.

Ik nodig jou uit om dit wonderbaarlijke verhaal van moed, vertrouwen en liefde te ontvangen en het te lezen met een open hart en geest. Ik moedig je aan om te ademen en alles te voelen wat er naar verlangt te worden gevoeld en het dan los te laten, alle delen van jezelf te integreren en thuis te komen bij je ware zelf. Er is geen verhaal en er zijn geen omstandigheden zo groot dat ze je afhouden van je heelheid en je hogere doel. Ik ben een levend voorbeeld van die waarheid. Laat de klankmeditaties die beschikbaar zijn via de QR-code achter in het boek je aarden, je vertrouwen in het grotere plaatje versterken en je tot een hoger bewustzijn brengen. We zijn nooit alleen. Deel alsjeblieft met mij een reis van verwondering en ontzag, van heling en heelheid, door de transformerende kracht van muziek en de helende klanken van het kristallen alchemiegeluid.