

IL SUONO UNA DROGA? SI, LEGALE E BENEFICA

I Bagni di Gong: il suono che guarisce e trasmette amore.

di Nicola Renica

"Ho fatto un viaggio tra le stelle, e mi sono sentito esplodere come nel Big Bang"

"Ho viaggiato alle origini della vita sulla Terra."

"Mi son sentito così leggero da poter lasciare il corpo..."

"Mi sembrava di essere così pesante, da sprofondare e diventare terra, radici..."

"Ho percepito luci e colori, che invadevano la mia coscienza, purificandola."

"Sentivo i singoli organi, e interagivo con loro"

"Ho percepito il non tempo, e tutto sembrava essere eterno, e durare un attimo"

"Mi sono sentita una cosa sola con gli altri, con la Vita!"

"Udivo cori angelici, cornamuse, voci che mi parlavano"

"Ho provato una grande paura e poi un grande coraggio, ora mi sento con un grande potere"

"Ho ascoltato i suoni di una natura amica"

"Ho vissuto tutta l'evoluzione degli esseri viventi, poi anche la mia, nella pancia della mamma... alla fine ho vissuto la mia nascita!"

Queste sono solo alcune delle frasi che si sentono dire dopo un Bagno di Gong.

Sembra incredibile ma è proprio così, possiamo solo intuire quanto siano importanti le vibrazioni sonore nell'esperienza umana, se pensiamo che l'udito è il primo senso che si sviluppa nel feto. In altre parole il suono è stato la prima esperienza sensoriale, così abbiamo iniziato a conoscere il mondo! Gli sciamani di tutto il mondo lo sanno bene, come anche tutte quelle correnti più o meno conosciute o celate, che facevano uso dei suoni per attivare processi di guarigione interiori, che poi si cristallizzavano in una guarigione emotiva e di conseguenza anche fisica!

In ogni parte del mondo, dai monaci Tibetani ai guaritori Esseni, dai Maya fino a Pitagora, questo balsamo sonoro è stato da sempre un'importante strumento di guarigione.

Persino l'uomo moderno, con tutti i suoi limiti conoscitivi, ha scoperto i benefici della musica



facendo alcune ricerche a riguardo... ad esempio gli scienziati hanno scoperto che diffondendo musica tra i filari dei vitigni, si produce del vino più buono, che la pizza lievita più facilmente, che le mucche fanno più latte... ma non viene in mente di diffondere buona musica negli ospedali! Certo, la musica può essere gratis e se scopriamo che fa troppo bene, e non è vendibile in esclusiva dalle farmacie, non conviene proprio usarla! Polemiche sociali a parte, è davvero incredibile il potere di guarigione del suono, ad ogni serata me lo ricordano le persone che vengono a farsi massaggiare da queste vibrazioni benefiche. Il Gran Gong Master Don Conreaux dice che le persone ricevono Amore dalle vibrazioni del Gong, ed è proprio così nella mia esperienza! La cosa che mi stupisce sempre è il fatto che non bisogna fare nulla... nessuna posizione strana, nessun movimento... non serve nemmeno dire come ti chiami! L'unica cosa che bisogna fare è rilassarsi e diventare suono, smettere di ascoltare con le orecchie e iniziare a sentire con tutto il nostro essere. Questo ci permette di

percepire i suoni non più all'esterno di noi, ma dall'interno... ad ogni suono possiamo sentire una parte diversa del corpo che entra in risonanza... oppure un'emozione o un pensiero, un'immagine... affidarsi all'inconscio che emerge. Così le vibrazioni dei Gong entrano in ognuno, tirando fuori ciò che c'è dentro noi... con naturalezza e senza forzature. Il vissuto incontra l'accettazione totale di noi e si esprime con il lasciare andare. Potremo anche piangere o ridere ma quello che conta è che il giorno dopo, avremo più energia a disposizione per godere della vita. Ecco: fare un Bagno di Gong può essere l'occasione per uscire dai propri schemi di vita che ci fanno ammalare, che ci fanno dimenticare che siamo degli esseri che usano solo il 4% del loro cervello! Praticamente usiamo soltanto la parte legata alla sopravvivenza e teniamo abbandonata in garage, la parte che ci potrebbe ricordare che siamo esseri con un cuore... e che questo cuore ci avvicina all'essere divini! Questo importantissimo 4%, ci permette di non essere imbrogliati quando la cassiera ci deve dare il resto, ma poi passa il tempo a farci dividere il mondo in bello e brutto, come se fosse proprio così, e facendoci credere che possiamo allontanarci dal cattivo e illudendoci che sia possibile ripetere il buono! Sappiamo benissimo ormai, che gli illuminati di tutti i tempi hanno detto che siamo immersi nell'Amore, in ogni attimo della nostra vita. Bene, direi che o sono pazzi loro oppure noi abbiamo qualcosa da capire da questa incredibile esperienza del vivere. Gesù, alla domanda: "Dov'è il Regno dei Cieli?" rispose dicendo di non cercarlo troppo lontano perché era proprio qui, adesso... Buddha parlava di un velo



davanti alla nostra coscienza, che ci preclude alla visione del reale, della perfezione, della bellezza. È così che al posto di godere di tutto questo Amore e questa Bellezza che abbiamo a disposizione, ci ritroviamo a passare il tempo e a investire la nostra preziosa energia a tener nascoste a noi stessi e agli altri tutte quelle emozioni che giudichiamo negative, perdendo vitalità e salute.

Nel Bagno di Gong tutto questo può essere liberato, passando dall'accoglienza di ciò che emerge, attraverso l'amore incondizionato di noi stessi, dandoci la possibilità di imparare ad amarci un po' di più di prima. Così, in questa importante esperienza vibrazionale, addentrando in un territorio che è finalmente lontano dal razionale, potremo passare dal pianto o dal riso, dalla gioia o dalla rabbia... non è quello l'importante... ciò che conta è che questo processo di amore verso noi stessi, ci condurrà inesorabilmente verso la leggerezza, la pulizia interiore.

Ma cosa permette che ciò accada? Come possono succedere tutte queste incredibili cose semplicemente ascoltando dei suoni? Ci sono due leggi importanti a sostegno di quanto accade in un Bagno di Gong:

1. Gli armonici: ogni nota suonata e cantata, contiene in se tutte le note, infinite note, sempre più elevate, che quindi non coinvolgono solo il corpo fisico con la formante, ma con le altre note armoniche, toccano anche il corpo emotivo, quello mentale e quello spirituale. Abbiamo una testimonianza evidente di queste note elevate, generate dalla nota principale, con il canto

armonico (overtones singing) che ci dà la possibilità di cantare due note contemporaneamente. Per altre informazioni sull'affascinante mondo del canto armonico, potete andare sul sito www.sonosuono.it e scoprire di cosa sto parlando.

2. La legge di risonanza: una nota mette in movimento tutto lo spazio intorno. Tutti gli oggetti, le cellule, gli strumenti che sono nelle vicinanze, se sono accordati sulla stessa nota, iniziano a vibrare spontaneamente, senza essere toccati da nessuno, se non dal suono che è in loro... si dice che vibrano per risonanza o per simpatia (potete trovare dei video interessanti su youtube su questo fenomeno).

Questi presupposti di fisica acustica ci possono fare intuire come sia possibile, ad un livello più elevato, che ad uno stesso Bagno di Gong ognuno abbia vissuti diversi o addirittura opposti. Gli infiniti suoni che il Gong produce, toccano ogni persona per risonanza, tirando fuori ciò che è memorizzato nelle cellule fisiche, in quelle emotive, mentali e anche in quelle spirituali.

Posso quindi dire che tutto quello che mi succede in un Bagno di Gong viene da me, non dai Gong o dal Gong Master. Questo è bellissimo e importante da tener presente... sia in quest'esperienza che nella vita di tutti i giorni: ogni cosa che mi succede viene da me e il Bagno di Gong è una piccola palestra dove esercitare questa preziosa capacità di smettere di incolpare gli altri di ciò che vivo: io sono il responsabile di ciò che vivo e questa consapevolezza è un grande dono, lo auguro a tutti: ci può far vivere ad un sempre più alto livello di libertà.

Il mio CD "Bagno di Suoni" è stato realizzato con apparecchiature speciali in grado di registrare fino a 1 milione di Hz, quindi una gamma di suoni molto più elevata dell'udibile (le nostre orecchie sentono soltanto fino ai 16.000 Hz). Questo con l'intento di riprodurre, il più fedelmente possibile, l'esperienza live, producendo vibrazioni che non percepiamo

con l'apparato uditivo, ma che toccano i nostri corpi sottili. Certo, sarà anche importante la qualità dell'impianto stereo con il quale riprodurrete questi suoni. Mi dicono spesso: "è incredibile quello che succede in un Bagno di Gong, ma è la stessa cosa sentire il CD?" Posso rispondere che il CD funziona, ma non c'è paragone ... consiglierei, come per un concerto live, di venire prima a fare un Bagno di Gong, esponendovi direttamente a queste vibrazioni: 6 gong che ti risuonano dentro è un'esperienza così potente e irripetibile che non resta che provarla dal vivo!!!

www.sonosuono.it

sonosuono.it

*vibrazioni evolutive
per nutrire il
Silenzio e la Bellezza*

- Formazione Gong Master .
- Bagni di Gong .
- Corsi di canto armonico (Overtones Singing) .
- Campane a vento accordate .
- Cd di massaggi sonori .
- Corsi di espansione della consapevolezza .

www.sonosuono.it

Tessitori del Suono Sacro **Let's Gong**

- concerti per la pace -
- eventi di musiche meditative -
- PUJA: la Notte dei Gong -

www.letsgong.it