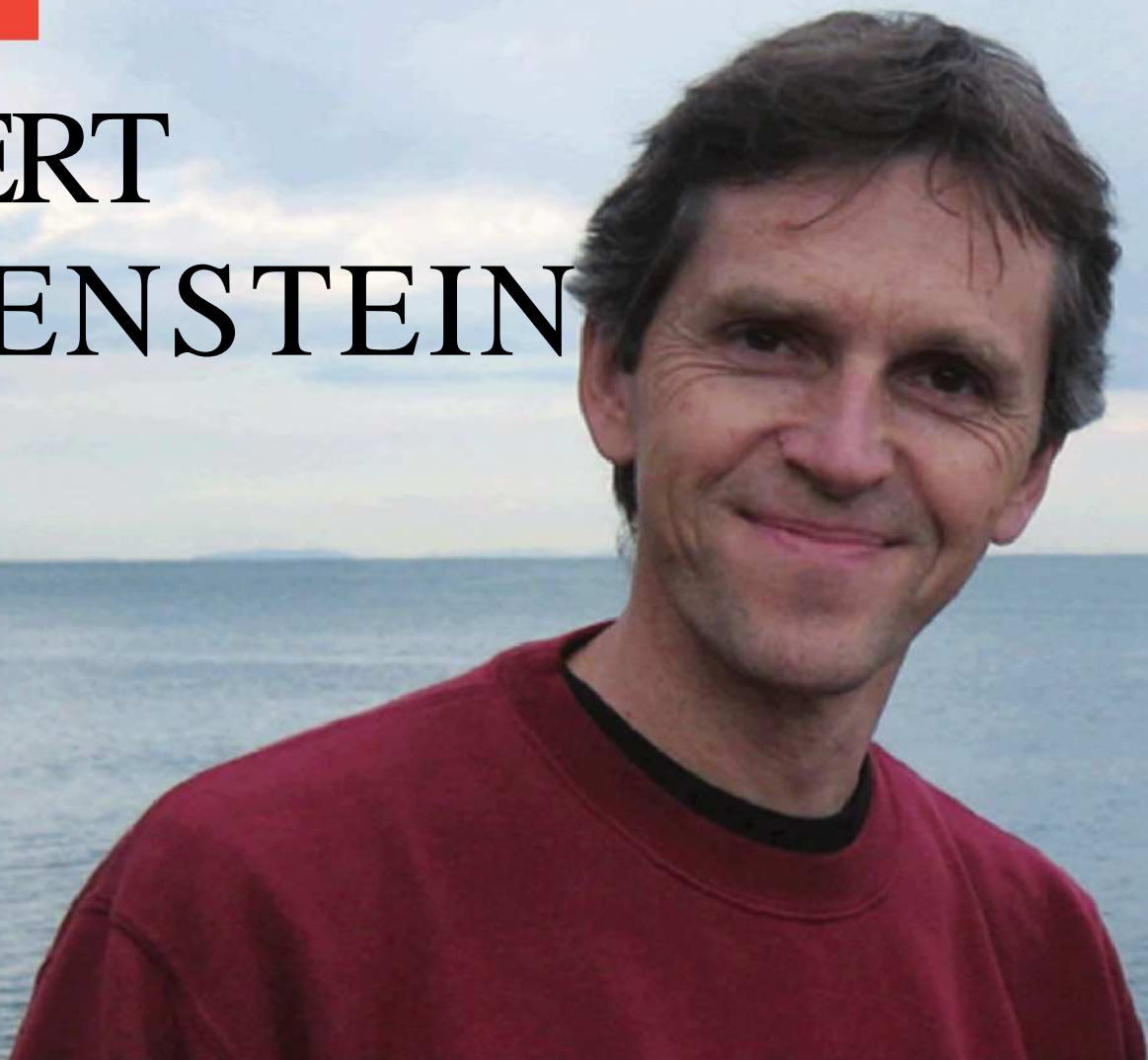


# ALBERT RABENSTEIN



## MAGIA DELLE CAMPANE TIBETANE ARMONICHE

Quel suono non lascia mai indifferenti, tocca corde profonde. Per alcuni esperti di musico e arte terapia è un'occasione unica per riequilibrare le energie che compongono la totalità della nostra persona. Perché anche noi, come tutto l'universo, siamo fatti di vibrazioni. Ce ne parla Albert Rabenstein, specialista argentino di campane tibetane.

### **Albert, come ha iniziato a interessarsi di campane tibetane?**

Ho iniziato a interessarmi di campane tibetane negli anni Ottanta, all'epoca circolavano poche informazioni. Ho cominciato a usarle percependo subito la differenza rispetto ad altri strumenti: Producono una gamma di suoni armonici e sovratoni (un suono fondamentale dal quale si dipartono altri più acuti che sono in relazione armonica tra loro) ed hanno una sonorità che perdura per lungo tempo spandendosi per tutto l'ambiente, cambiandone la vibrazione.

### **Che cosa accade quando noi ascoltiamo questi suoni?**

Noi stessi siamo esseri in vibrazione.

**«Cerchiamo un canale di comunicazione per andare oltre il linguaggio, passare la barriera di ciò che è fisico, e penetrare nella parte più intima di noi stessi».**

*Albert Rabenstein*

Le campane tibetane ci aiutano a trovare l'equilibrio, a ordinare le vibrazioni. Se non ottengo equilibrio, se c'è una stonatura, anche l'insieme del corpo-mente ne risente. Ed è ancora peggio se non mi accorgo di questa stonatura. Far finta di nulla proprio non serve, anzi è controproducente perché col tempo la stonatura può aprire la strada alla patologia. E noi ne subiamo le conseguenze.

### **Chi è Albert Rabenstein?**

Albert Rabenstein è direttore del Centro de Terapia de Sonido y Estudios Armónicos di Buenos Aires. Presso il centro argentino si lavora con le campane tibetane armoniche, ma anche con la voce, i diapason e altri strumenti utilizzati per il lavoro armonico per il riequilibrio fisico, emotivo, mentale e spirituale.

 <http://www.tibet.com.ar/>



### **Questi suoni agiscono anche sul nostro corpo? In che modo?**

Ascoltare un suono significa ricevere informazioni essenziali a tutti i livelli. Sul piano fisico il suono armonico ordina la materia, con ricadute positive per esempio sul dolore. Le ciotole si appoggiano sulla parte del corpo dolente, il corpo riceve un'informazione, una possibilità di ordine che contribuisce ad alleviare il dolore. Si percepisce un cambiamento, una

sensazione di armonia che aiuta a superare gli stati di malessere. Noi lo chiamiamo "Massaggio Sonoro Armonico" e lo insegniamo nei nostri corsi.

### **Si nota anche un effetto sul funzionamento del cervello?**

Sappiamo che il suono armonico riduce la frequenza delle vibrazioni cerebrali. Aumentano le onde cerebrali alfa, quelle associate al rilassamento. La stessa cosa avviene con la meditazione. E, infatti, i meditatori sottoposti al suono armonico riconoscono immediatamente questo stato. Chi non l'ha mai provato prima dice semplicemente di essersi sentito "senza pensieri".

### **Le ricadute sul piano spirituale?**

Qualcosa in noi stessi sente che il nostro essere si estende anche al di là dei confini del nostro corpo. Sente che tutto ciò che esiste vibra insieme a noi, che tutto è uno. Ne deriva che ascoltando questi suoni acquisiamo consapevolezza di essere connessi col Tutto, è un'esperienza unica,

## 7 metalli, 7 energie universali

**Classicamente si sostiene che le campane tibetane sono costituite da una lega di 7 metalli. «Ma non è tanto l'aspetto chimico quello che interessa», spiega Albert Rabenstein. «La lega ha un significato simbolico, che ha a che fare con l'astrologia, l'alchimia, la geometria sacra. Secondo tradizione il mondo si è prodotto da 7 energie, 7 forze che sostengono tutto ciò che esiste nell'universo. Si tratta dei 7 modi di manifestazione delle forze originarie. Per questo motivo noi, attraverso le vibrazioni prodotte dai metalli, possiamo ricollegarci all'universo. Questa è la chiave per comprendere la forza di queste campane: sono strumenti antichissimi e noi dobbiamo usufruirne usando la testa della gente di quei tempi, la loro intenzione. All'epoca non esisteva la chimica e la fisica, e la magia del suono era un'esperienza profonda, spirituale, gestita da sciamani, monaci e sapienti».**

di natura spirituale. Questo è molto importante perché, per esempio, se soffriamo di una malattia tendiamo a chiuderci in noi stessi, ci sentiamo un corpo separato dal resto dell'universo.

## **Le campane Tibet**



Le campane "Tibet" sono prodotte in Argentina da Albert Rabenstein che, dal 1987, studia e investiga il potere terapeutico del suono e il suo uso come strumento di trasformazione personale. «Nella loro vibrazione - spiega Rabenstein - possiamo percepire l'intenzione con la quale sono state create, il rispetto per questi Suoni Sacri e il metodo tradizionale di elaborazione». Le campane vengono suonate percuotendole leggermente o sfregandole con una bacchetta di legno, nudo o ricoperto di peltro. Il legno nudo estrae dalla campana tutti i toni, mentre la bacchetta ricoperta di peltro spegne i toni alti, esaltando quelli gravi.





### **Come è accolta questa opportunità dal mondo della medicina?**


Lavoriamo con medici, con psichiatri che naturalmente hanno un'idea olistica della persona. E' importante che la gente si renda conto che deve fare qualcosa per sé stessa: bisogna essere parte attiva nel processo di guarigione. Le campane possono essere d'aiuto, e non è un intervento invasivo. Negli ospedali per i bambini possiamo fare questo tutti i giorni.

### **E per le persone che non hanno particolari problemi fisici? Che cosa possono dare le campane?**

### **IL SITO WEB "SUONO ARMONICO"**

Il metodo di Albert Rabenstein è approvato anche in Italia: trovate tutte le informazioni sul sito web Suono Armonico.

La sezione italiana offre trattamenti di Massaggio Sonoro Armonico, corsi per imparare a suonare le campane tibetane armoniche e formazione in Massaggio Sonoro Armonico. Si possono anche acquistare campane, diapason e altro.

 [www.suonoarmonico.it](http://www.suonoarmonico.it)

Il suono delle ciotole si usa come strumento per la meditazione, per liberare la mente, per il rilassamento corporale, per sciogliere i blocchi psico-fisici, equilibrare i centri vitali e aumentare l'energia, propiziando il cammino verso il benessere.