

Tonerna

ljuder genom mina liv

Text och foto Katharina Arnesen

Det kan ta livstider att förstå, utveckla och träna in specialistkunskaper. Rosemary Stephensons förmåga att läka och förändra förutsättningar med hjälp av ljud är ett lärande som har pågått sedan Lemurien. Hon delar generöst med sig av erfarenheter, minnen och reflektioner då vi samtalar om hur kärleksfullt hennes livsresa planerats och utvecklats hittills. Upplevelser och personer har i rätt tid triggat hennes minnen och väckt hennes intresse.

Tiden som icke-fysisk varelse under Lemurien ägnades åt ett arbete jag var passionerat intresserad av och verkligen älskade. Jag var del av en grupp som med hjälp av ljud lagrade kodade meddelanden i de kristaller som i dag kallas Lemurian Seed och vi lät ljud färdas genom jordens stora energilinjer. I dag när jag spelar lyser det vi lagrat upp igen. Mitt lemuriska arbete fortsätter än i dag på mer än ett sätt eftersom jag för tre, fyra år sedan fick tillgång till minnet av de elementarljud vi då använde och nu lär ut till andra.

Under Atlantis arbetade jag tillsammans med Hilarion i Ljudets tempel där vi framförde konserter för grupphealing. Dit kom människor i långa vita klädnader varje vecka för att få sina kroppar balanserade. Jag brukade vara på en scen, sjunga och spela på kristallskålar. Genom rösten skapades heliga geometriska mönster av information som förstärktes av ljudet från kristallskålarna. När jag i det här livet för första gången hörde någon spela på en kristallskål visste jag direkt

att jag gjort det tidigare. Jag köpte flera kristallskålar, ordnade dem som en orkester och sjöng tillsammans med dem. Omedelbart upplevde jag mig vara tillbaka i Atlantis gyllene era och de heliga geometriska informationsmönstren flödar ut med ljuden för att läka människor och platser.

När jag föddes den här gången var det i en familj där min mamma sjöng och spelade orgel och min far var körledare. Hela min familj var dessutom med i ett halvkänt brassband, så musik var helt enkelt ett sätt att leva. Vid två års ålder var jag finkläd i klänning tillsammans med mamma och andra småbarn vid scenen där min far ledde sin kör i en konsert. Plötsligt började jag sjunga hela versen och sedan refrängen. Far blev förvånad och lät kören vänta tills jag var klar. Jag stammade svårt hela vägen upp genom skolären och nu hörde de mig sjunga helt klart och utan stamning. Först senare har jag förstätt att sången, genom hela min uppväxt, var min egen terapi som tog mig ur stamningen. Jag är tacksam att jag fick med mig stamningen som gåva för hade jag inte stammat hade jag inte spenderat så mycket tid med att utveckla och utforska mina förmågor inom sång och musik.

Redan som liten visste jag att någon hjälpte, guidade och styrde mig i rätt riktning. Jag visste inte vem det var, men upplevde att den känslan blev ännu tydligare efter att min far, som varit mycket andlig, dött. Jag var på rätt plats vid rätt tid. I fyrtioårsåldern visade sig ärkeängeln Mikael för mig. Det var första gången jag såg en levande ängel. Om jag inte gått i kyrkan hade jag aldrig känt igen honom. Han visade sig som ett vitt ljus som spred ut sig i vingar, utan ansikte men med ett blått ljus inuti och ett svärd. Det var svärdet och det blå ljuset som gjorde att



jag kände igen honom. Ärkeängeln Mikael hjälpte mig genom en svår tid i livet, gjorde mig stark och styrde mig i rätt riktning. Därefter började det hända en hel del. Jag sjöng Händels Messias med The Hallé Orchestra i Manchester när jag plötsligt upplevde att jag var ovanför alla andra, samtidigt som jag sjöng vidare i kören. Det var liksom dimmigt, kändes himmelskt och en massa änglar fanns omkring mig. När jag kom hem flödade information in i mig. Jag fick symboler, koder och fick se stentavlor med information. Jag visste att jag fick tillbaka uråldrig visdom som jag haft under tidigare livstider. Mycket hände under kort tid. Det kändes överväldigande, så jag tog kontakt med någon som kunde ta reda på vad som hände. Någon annan tipsade mig om en bok av Diana Cooper. Jag läste den, beställde en till och i den fanns ett informationsblad om en kommande kurs om änglar och uppstigande. På kursen berättade alla vad de gjorde och jag sa att jag inte riktigt vet vad jag gör mer än att jag sjunger och är musiker. Diana bad mig sjunga. Jag sjöng Amazing Grace och Diana sa att hon trodde att jag nu visste vilken min mission var. Plötsligt bara visste jag och började göra recitationer/chants på kursen. Jag tror att jag tränat hela livet för att göra det jag gör nu, utan att veta om det.

Vad är din förståelse av hur ljud läker oss?

Den mänskliga rösten är ett förstklassigt instrument. Kristallskålarna lyser upp när de spelas och de förstärker rösten. Tillsammans är de i kontakt med det gudomliga, även om vi inte inser det. Rösten tillsammans med ljuden från kristallskålarna bildar ljus och färger som löser upp negativa energier. När jag sjunger och spelar lyser ljuden

för en stund upp människors inre organ, endokrina körtlar, skelettet etcetera och löser bland annat upp stress.

År 2009 fick jag plötsligt problem med min ena höft, att gå blev oerhört smärtsamt. Jag blev tvungen att ställa in alla mina åtaganden. Jag trodde att jag var på väg att hamna i rullstol och ägnade en vecka åt att tycka oerhört synd om mig själv innan jag sa till mig att det var dags att samla ihop sig och göra något åt situationen. Jag började äta en speciell sorts nypon från Schweiz och gjorde ljudhealing för höften, med min röst och kristallskålar. Efter två veckor började det märkas en skillnad. Jag gick till läkaren som gav mig diagnosen svår artros och sa att jag måste operera in en ny höftled snarast. Han satte upp mig för operation. Jag fortsatte med nypon och ljudhealing. Kände mig bättre och bättre. När det blev tid för operationen åkte jag till sjukhuset kvällen innan. Jag såg människor som stapplade fram, och kände mig lite skamsen för att jag var där så jag började halta lite.

På morgonen kom narkosläkaren och sa att vi kommer ge dig ryggmärgsbedövning inför operationen. Jag påminde om att jag bett om sövning. Han insisterade på att de nästan alltid använde ryggmärgsbedövning för den sortens operationer. Jag påtalade att min rumsgranne samma morgon fått sövning. Då klappade han mig lätt på axeln och sa att det kommer gå så bra. Som i blyxtbelysning stod det klart för mig vem han var. Jag kände igen honom från ett kort tidigare liv i Tyskland då jag dött under en obedövd operation, där han var narkosläkare i ett koncentrationsläger. Jag blev livrädd. Jag sa till änglarna att om ni vill att jag blir opererad måste ni lugna ner mig. Lös i annat fall situationen.

Femton minuter senare kom en läkare och sa att de tyvärr måste ställa in operationen. Jag klädde mig snabbt och sprang ut därifrån.

Dagen efter ringde en sjuksköterska för att boka in en ny tid och jag sa att jag inte kommer att operera mig. Det här var i oktober. Jag fortsatte med ljudhealing och nypon, blev bättre och bättre. I december besökte jag min läkare igen och han kunde knappt tro sina ögon. Höftleden behövde inte längre opereras och jag var smärtfri. Efter det har jag med goda resultat behandlat många med hjälp av ljudhealing.

I början behandlade jag människor enskilt men nu blir det oftast i grupp. Jag lär även upp andra i ljudhealing både med hjälp av kristallskålar och med rösten.

*Sjung och recitera
heliga ord oavsett hur
din röst låter. Alla låter olika.
Alla har olika vibration.*

Jag samarbetar mycket med St Germain, Hilarion, Hathor och änglar för att öppna upp människors röster och rensa deras struphuvuden och stämband, vilket höjer deras röster till en ny nivå att använda när de läker med hjälp av ljud och när de talar.

Jag har nu spelat på kristallskålar och sjungit med dem i tjugo år och det känns som om jag och kristallskålarna bli ett när jag gör det. Jag tror att allt spelande har stämt min kropp till att fungera nästan som en kristallskål när jag sjunger tillsammans med dem.

Finns det något du vill förmedla om hur vi tillsammans kan göra en positiv förändring i världen i dag?

Jag tror det viktigaste är att vi öppnar våra hjärtan för allt och alla. Det kommer att ge en dominoeffekt som får så mycket att falla på plats. Jag tror också starkt på att "leva som man lär", det vill säga att verkligen göra det du pratar om, att leda genom att vara en förebild. Vilket är lättare sagt än gjort. Det är lite som att gå på en lina som man faller av då och då, där det viktiga är att snabbt ta sig upp igen.

Sjung och recitera heliga ord oavsett hur din röst låter. Alla låter olika. Alla har olika vibration. Det vore inte bra om vi alla lät på samma sätt eftersom vi behöver olika toner och ljudhöjder som kompletterar varandra. När du sjunger och reciterar sådant som gör att du mår bra sprids ljudet ut över världen.

Själv älskar jag att sjunga Gaitra-mantrat. Det ger mig en så stark känsla av kontakt med det gudomliga och gör min egen vibration så hög. Diana skrev orden till en förlåtelsebön, som jag sedan gjort musik till och sjungit in på cd. Jag lyssnar på den varje dag för att förlåta och läka all eventuell skada jag åsamkats av andra eller som jag



åsamkat andra eller mig själv. Det kan vara människor jag gått förbi på stan som jag inte ens känner i den här livstiden men där det gamla ännu inte är klart, så jag fortsätter förlåta för mitt eget uppstigande. Att dagligen lyssna på cd:n har gjort mig ytterst medveten om vikten att ställa tillrätta om jag orsakat något jag inte borde. Jag tror det har hjälpt mig oändligt mycket.

Min upplevelse av Rosemarys musik

När jag innan intervjun sitter på kursen och hör Rosemary spela och sjunga upplever jag en kaskad av färger runt henne, där det far omkring figurer och små blixtrar. När jag i de tidiga morgontimmarna dagen efter står högst upp på en av Uppsala högar, medan solens första strålar sakta smälter frosten, leder hon oss i en ljudmeditation med hjälp av sina ord, sin sång och kristallskålarnas klanger. Jag upplever att jag förflyttas en bit upp över marken tillsammans med de andra. Som om vi var på en vit snurrande skiva som blir till rök och som faller samman till en galax av stjärnor. Jag känner mig lugn, upprymd och totalt självklar. När jag öppnar ögonen i slutet av meditationen ser jag hur Rosemary fullkomligt strålar när hon spelar.