

Egy hullámhosszon vannak zenei, szellemi és spirituális szinten

Ha igaz – márpedig erre tudományos bizonyítékok vannak –, hogy voltaképpen rezgések halmaza vagyunk, akkor nem csoda, ha sejtjeink reagálnak a Samsara Boulevard zenéjére. Amikor hallgatom őket, mintha érezném, ahogyan rendeződnek az amplitúdók, kitisztul a fejem és megnyílik a lelkem – nincs más, csak a jelen és a ritmus, a kristálytisztá énekhang és a dobok, a gitár és a fuvola hangja... távolodik minden más, csak a rezgés marad... Olyan négy ember hozza létre ezt a harmóniát, akik harmóniában vannak önmagukkal és egymással, a környezetükkel és a világgal. A koncert után az együttes választotta szószólójukkal, Ölvedi Gáborral beszélgetünk.

– Hogyan került össze négy ilyen eltérő pályát bejáró zenész?

– Februárban lesz hároméves a zenekarunk, születésnap koncertet is tervezünk. Eredetileg hárman alapítottuk a zenekart Anitaival és Judit-

– Meg lehet élni a közös zenélésből? Valamennyien máshol is játszottok, dolgoztok, Judit például nem hagyott fel a jógaoktatással...

– Amikor nem együtt zenélünk, akkor is olyasmint csinálunk, amiben örömiünket leljük, és az

a tapasztalatom, hogy ez az örömmel végzett „munka” az anyagi világban is meghozza a gyümölcsöt előbb-utóbb. Mi most még a befektetés korszakát éljük, tudjuk, hogy egy zenekar alapjainak a felépítése átlagban három-négy év, néha még több. Egyelőre beletesszük az időnket, az energiánkat és bizony sokszor a pénzünket is, és lépésről lépésre erősödünk minden tekintetben. Szellemi és anyagi szinten is azt tapasztaljuk, hogy amikor szükség van rá, akkor megérkezik a segítség, néha olyan helyről, ahonnan nem is vártuk. Megkapjuk az élettől azokat a kapcsolatokat, segítőket, helyzeteket, amelyekkel tovább tudunk lépni, és ez visszaigazolja számunkra, hogy jó úton járunk. Valahogy mindig „pont meg tudjuk csinálni”, „pont ki tudjuk fizetni”, „pont sikerül”, mindig jól jövőnk ki a helyzetekből, vagy legalábbis nem rosszul. Egyre több fellépésre, kon-

Samsara Boule

a harmónia hangjai

tal, Sára, aki nagyon tehetséges fuvolaművész és énekes, egy-másfél éve csatlakozott hozzánk. Mindannyian más-más útját jártuk be az önmegismerésnek, és mind a hárman azt kerestük, hogyan kapcsolhatnánk össze ezt az utat a művészettel. Valamennyiünkénél alap a sokoldalúság, képzett zenészek vagyunk, a lányok is több hangszeren játszanak magas színvonalon. Mindegyik hangszernek és énekhangnak – mert sokféle hangot, hangképzést használunk az éneklés során is – megvan a maga szimbolikája, rezgése. Kivétel nélkül mindannyian elmélyedtünk a mantrák világában, és bár különféle utakról érkezünk, ugyanarra tartunk. Én 16-17 éves koromtól tíz éven át a buddhizmusban merültem el, később a Krisna-völgyben éltem körülbelül négy évig. Amikor úgy éreztem, nem tudok azon az úton továbbfejlődni, visszatértem a buddhizmushoz és bizonyos szinten a sámánkultúrához. Judit Indiában és Amerikában tanult jógát.

– Hogyan találkoztatok?

– Azzal a „véletlenel” kezdődött, hogy mindhárman 10-15 percnyi távolságra költöztünk: én Budaörsre, a lányok Budakeszire. Anita volt a kezdeményező, ők ismerték egymást Judittal, és elhatározták, hogy szeretnének közösen alkotni, a zene által segíteni másoknak. Dobost kerestek, és engem ajánlottak. Elkezdtünk próbálni, és már a kezdetektől nagyon komolyan éreztük, hogy egy hullámhosszon vagyunk zenei, szellemi és spirituális szinten is, és ami legalább ennyire fontos, a humorérzékünk is hasonló.

certre hívnak, most adtuk ki a második CD-nket, és azt tapasztaljuk, hogy az emberek értékesnek tartják, ami rajtunk keresztül áramlik. A koncertjeink nagy részén nincs belépő, adományt adhat az, akinek tetszett. Előfordul az is, hogy több ado-



Megnyílnak az utak és a szívek előttük

Interjú Ölvedi Gáborral, a Samsara Boulevard együttes tagjával



vard:

„Önmagában a zene spirituális dolog, én úgy vélem, ez és a költészet képes legjobban visszaadni azt a misztériumot, ami összeköti az anyagi és a szellemi világot.

mányt kapunk egyes koncertlátogató barátunktól, mint amennyi belépő útján jött volna össze, és aki meg akart hallgatni bennünket, az anyagi helyzetén nem múlott. Mindenki lehetőségei szerint áldoz ezekre az estékre, mi pedig önmagunkat adjuk, önfeledten.

– Hosszú távra terveztek?

– Élethosszig. Néha persze türelmetlenek vagyunk, szeretnénk minél több emberhez eljutni, minél többet adni és adni, segíteni, de ki kell várnunk mindennek az idejét. Látjuk, hogy megnyílnak az utak, a szívek, folyamatosan, lépésről lépésre haladunk.

– Mit tapasztaltok, van igény az ilyesfajta spirituális zenére?

– Egyre inkább. Önmagában a zene spirituális dolog, én úgy vélem, ez és a költészet képes legjobban visszaadni azt a misztériumot, ami összeköti az anyagi és a szellemi világot. Amit

pedig mi játszunk, különösen spirituális, lelki töltetű. Keressük azokat a hangszereket, énektechnikákat, amik befelé vivő rezgéseket generálnak. Mi a hallgatóságunkat befelé indítjuk el, az is, ami látszólag külsőség, ezt szolgálja a szimbólumokon keresztül, láttatják, hogy ez egy tükörvilág. Keressük, hogyan lehet erre a legjobban ráérezni, éppen ezért sokféle stíluselemet alkalmazunk, dzsesszt, népzénet, világzenét, klasszikust és sorolhatnám. Mindegyikből tudunk meríteni, és így

kialakult a saját stílusunk, amiben talán mindenki megtalálhatja a saját hangulatát.

– Főként mantrákat énekeltek. Ezeket magatok költitek, vagy ősi szövegekből vettétek? Hogyan választjátok ki az odaillőt?

– A mantrák segítő gyöngyszemek, a valódi lényegünkhöz kapcsolnak a lehető legdirektebb módon. Ajándékok, amiket megbecsülünk és tisztelünk. Mindannyian abból a világból hozzuk ezeket, amiben elmélyedtünk, amivel kapcsolatunk van vagy volt. Érkezik mantra a buddhizmusból, a hindu, az indiai és a sámán kultúrából, és mi magunk is írunk mantrákat, vagy inkább úgy mondanám: hozzánk is érkeznek mantrák fentről. Közös meditatióban is lehozunk mantrákat, sőt vannak, amelyek az adott közösségre, hallgatóságra jellemzően érkeznek, akár koncert közben. Az „itt és most” nemcsak az egyén, hanem a közösség élménye is.

– Az együttes, a közös zenélés sok időt elvisz, és ahogyan beszéltek róla, mindannyian máshol is játszottok, dolgoztok. Hogyan viseli el a család, hogy harmadik éve befektettek egy zenekarba?

– Ebből a szempontból jó, hogy nem fiatal és bohó korunkban találkoztunk... bár a lányok fiatalok, de mégis: mindannyiunknak volt már egy egzisztenciája, elköveztük életünk nagy hibáit és igyekeztünk tanulni belőlük, túl voltunk már a saját botlásaink nagy részén. Mind a négyen kicsit hazaérkeztünk ebbe a zenekarba. Nyilván azóta is, folyamatosan változunk valamennyien, de mivel egymás legjobb barátai is lettünk, egymás szemvillanásából, hanghordozásából is értünk, és viszonylag sok időt töltünk együtt, a kapcsolatunk velünk együtt változik, fejlődik. Talán azért is szereti a zenénket sok ember, mert kiforrott, őszinte, egy intenzív hazaérkezés-élményt és

NÉVJEGY

Kovács Sára Dízna

„Gyógyítani, tisztítani, teremteni a zenémmel.”

Sára születésétől kezdve zenészekkel volt körülveve, családja rendkívül sokszínű a művészetek terén. Tehetsége és muzikalitása hamar megmutatkozott, több fuvola-verseny díjazottja. Öt évig tanult a Bartók Béla Konzervatóriumban, majd a Miskolci Egyetem Zeneművészeti karán. Mesterképzésre a Liszt Ferenc Zeneakadémiára járt. Közben eljárt a jazz tanszakosok improvizációs óráira, sámándobolásokon és spirituális összejöveteleken is részt vett. 2015-ben, mester diplomakoncertjén a klasszikus művek mellett Ravi Shankar egyik rágáját is előadta.

Klasszikus zenekarokban rendszeres kíséretje a Budapesti Operettszínháznak. 2017 szeptemberéig zeneiskolában tanított klasszikus fuvolát. Egyre többet foglalkozott más hangszerekkel – didgeridoo, dobok, indiai fuvolák, kínai fuvolák, kalimba, melodika – és az énekléssel. Barátaival megalapította az Anahata Soundhealing projektet. 2016 tavaszától a Napoleon Boulevard tagja volt fuvolásként és vokálusként. 2016 őszétől a Magyar Vista Social Klub énekesnője, és számos más együttesben játszik különböző posztokon. Négy éven át volt tagja a Felhőcirkusz nevű interaktív gyermekprodukciót működtető Juhász Kata Társulatnak, itt ismerkedett meg Ölvedi Gáborral, aki több közös munka után 2017 augusztusában meghívta a Samsara Boulevard zenekarba. Az éneklés és dobolás mellett több mint tízféle fúvós hangszerelemmel színesíti az együttes előadásait.



számukra is, számunkra is megtisztulást ad. És éppen, mert így van, olyan embereket vonzunk be hallgatóságként, akik megértik erre és megértik a zenénken keresztül. A családjukat próbáljuk bevonni ebbe az élménybe, és ez sikerült is, mind a négyünk hozzátartozói tolják valamilyen formában az együttesünk szekerét. A párom a menedzse-

Őszinte, bizalmi légkörben működik a zenéjük

rünk, zenei menedzser szakon tanul, Anita párja, aki szállítmányozással is foglalkozik, sokszor a fuvarozást vállalja, de a tágabb család is segít, ki miben tud, fizikailag és lelkileg is. Ez nagyon jó érzés.

– Említetted, hogy a legjobb barátok vagyok. Lehet fiú és lány között tiszta barátság? Lehet egy zenekar tagjai között érdek nélküli, őszinte barátság?

– A mi válaszunk az, hogy igen, sőt, ez jót tesz a produkciónak is. Mi rendkívül bensőséges kapcsolatban vagyunk, olyan mély dolgokat is megosztunk egymással, amit senki mással, a lelki életünk, vagy akár a baráti vagy párkapcsolati megelégségeinket illetően is. Van közöttünk egy teljesen nyitott tér, nincsenek akadályozó tényezők a kapcsolatunkban és a zenénkben. A zenekari próbáknak legalább a fele mély beszélgetéssel telik, de ez egyáltalán nem terméketlen locsogás, hanem annak a feltétlen és érdek nélküli bizalmi légkörnek a megteremtése, amiben a mi zenénk működik. Egymás tükörképei vagyunk, és szépen, óvatosan formáljuk is egymást.

„Közös meditációban is lehozzunk mantrákat, sőt vannak, amelyek az adott közösségre, hallgatóságra jellemzően érkeznek, akár koncert közben. Az „itt és most” nemcsak az egyén, hanem a közösség élménye is.

– Persze hogy vannak konfliktusaink, nem vagyunk szentek vagy megvilágosodottak. A reakció az, ami nem mindegy az ilyen helyzetekben, fontos az, hogy őszinték tudjunk lenni egymáshoz, és ezáltal

geteget koncertezünk, a Samsarával a legtöbbet, még sincs ütközés, vagy ha van, általában sikerül megoldani.

– Volt arról szó, hogy minden zene spirituális, mégis, benneteket hallgatva úgy érzi az ember, ezt a spiritualitást a ti zenétek egy szinttel magasabbra emeli. Ez amiatt van, hogy ti magatok spirituálisak vagytok, vagy azért, mert jobban tudjátok, mi kell az erre vágyó közönségnek?



NÉVJEGY

Mihók Anita

„Őszinteségben, egyetértésben, szeretetben együtt zenélni.”

6 évig zongorázott, majd 13 évesen kezdett gitározni. A Liszt Ferenc Zeneművészeti Főiskolán klasszikus gitárosként diplomázott 1992-ben. Jazzgitárt és éneket tanult évekig, szólóműsorával szórakoztatta a Biarritz étterem törzsvendégeit. 2003-ban megalapította a Samba De La Noche zenekart. 2009-ben a Duna TV egy 2 órás koncertfilmet készített „La Nita és barátai” címmel, ami összefoglalta 15 év munkáját.

Időközben Anita fokozatosan egyre nagyobb figyelmet szentelt spirituális fejlődésének. Az energiagyógyászat, a meditáció, a mantrák világa az első lépés volt önmaga megismerése felé. 2010-ben készített egy lemezt Lanita Mantra címmel. 2011-ben megalakult a Duo DiVino. Zenét írt egy életrajzi filmhez, amit ő maga adott elő. Közben aktív tagja a Sol Y Sombra hattagú latin zenekarnak is, majd egy újabb formáció is létrejön Magma néven. Spirituális fejlődése része lett a csi-kung és a rezgésterápia is. Egy taj-csi mester megrendelésére zenét írt egy gyakorlatsorhoz, majd egy másik meditációs lemezt is készített. Egy évig élőzenés csi-kung foglalkozásokat tartott mesterével.

2015-ben megalapította a Samsara Boulevard zenekart. Anita effektezett gitáron játszik, énekel, időnként engedni felszínre törni a régmúlt életet idéző sámánisztikus hangokat, sámándobon is közreműködik, helyenként improvizatív dallamokkal díszíti a tiszta hangzású mantrákat.

– Hogyan oldjátok meg a konfliktusaitokat? Mert azt nem tudom elhinni, hogy egy együttes tagjai mindig mindenben egyetértenek! Ki dönt a vitás kérdésekben?

zenekarban játszom, de valahogy szinte mindig úgy jön ki a lépés, hogy ne kelljen lemondanom egyikről sem, kisebb kompromisszumok árán, de ez működik, és a lányok is így vannak vele. Ren-

őnmagunkhoz is. Egyre kevesebb és egyre kevésbé heves az a nézeteltérés, ami adódik, és ha se keletkezik egyikünk lelkén, a másik begyógyítja, nem hagyunk kibeszéletlenül, megoldatlanul semmit. Nagyon fontos, hogy ez így működjön, nem maradhat a szőnyeg alatt kosz. Ebből a szempontból is érezzük egyébként, hogy áldás van rajtunk: mindig megkapjuk azt a helyzetet, lehetőséget, ami módot nyújt arra, hogy az adott konfliktusból sérülés nélkül, sőt megerősödve kerüljünk ki. Ugyanígy mintha áldás lenne rajtunk az egyeztetéseket illetően: én magam 6-7

– A zenék belülről, szívből jön, de nem a közönséget találja meg a zene, hanem a közönség találja meg a zenéjét, ami rajtunk keresztül áramlik. Mi csak azt látjuk, hogy a koncert után átszellemült arccal, könnyel a szemükben mennek, vagy épp ugrándozva, felszabadultan indulnak haza, ajándékkal a lelkükben, és ez nagyon jó érzés. Olyan visszajelzéseket kapunk, amiken magunk is meglepődünk, mert nem is számítottunk ilyesmire. Beszámolnak arról, hogy a zenék hozzájárult az eltávozott családtag elengedéséhez, évtizedek óta tönkrement baráti vagy párkapcsolatok gyógyulhatnak, sőt orvosilag igazolt gyógyulásokról adnak hírt. Itt hozzátenném, hogy nem gyógyítunk meg senkit. Csupán a zenéken keresztül rámutatunk az élet értékeire, és a hangrezgésekkel aktivizáljuk a hallgatóság belső, öngyógyító erejét. A csoda ott van mindenki benn, csak rá kell mutatni. Különösen azok élnek meg mélyen a zenénket, akik részt vesznek valamelyik táborunkban. A nagy igényre való tekintettel most már tavasszal és ősszel is két-két tábort csinálunk, ami hosszú hétvégét jelent, de a következő nyarak egyikén egy egész hétre el szeretnénk vonulni a közönségünkkel! Egyszerre harminc jelentkezőt tudunk fogadni, és együtt jógázunk, dobolunk, zenélünk, táncol-

Sokan számolnak be testi-lelki gyógyulásról

NÉVJEGY

Schrenk Judit Sattwa

„Segíteni a HANG által.”

Judit zenei általános iskolába járt, énekelt gyermekoperában a Zeneakadémián, gregorián zenét templomokban és különböző klasszikus műveket számos fellépésen. Már 6 évesen eljutott Írországba kórusversenyre, és Párizsban is énekelt a Notre-Dame-ban.

Húszéves kora körül modellkedni kezdett. Igen hosszú reklámfilmes és modellkarriert futott be, játszott a Valami Amerika, az Állítsátok meg Terézanyut és a Megdönteni Hajnal Timeát című filmekben. Fél évet töltött Thaiföldön, egy évet Dél-Koreában.

11 éves kora óta rendszeresen jógázik, elvégezte a Sivananda hatha jógaoktató képzést, majd a kismama-, baba-mama, gyerekoktatóit is, valamint Amerikában a Satyananda jógaoktatói képzéseket. Három alkalommal járta be Indiát, ismerkedett az ashram-élettel, jógamesterekkel. Kint ismerte meg guruját, Swami Niranjananda Saraswatit, akitől a Sattwa spirituális nevet kapta. 2010-ben megnyitotta saját jógaközpontját, ami ma Budakeszin működik.

2006 körül ismerkedett meg a klasszikus kirtannal. Judit meggyőződése, hogy valamelyik előző életében indiaiként élt, mert a mantrák szinte „ragadnak rá”, villámgyorsan tanulja meg a hosszú szanszkrit szövegeket, és nagyon mélyen érzi, hogy mennyire segítik életét ezek a szent, gyógyító rezgésű ősi szövegek. Megalkította hat zenésztárrsal a Sattwa Sound Bandet.

Judit 2012 körül, lánya születése előtt ismerkedett meg Török-Virág Andrea hangterapeutával, akivel egy intuitív ötlettől vezérelve elkezdtek „Sattwandi hangfürdő – mantrákkal” elnevezéssel olyan speciális hangfürdőket tartani, ahol Judit a hangtálak, gong és egyéb autentikus hangszerek megszólaltatása mellett különböző ősi, szanszkrit mantrákat énekel. Ezt a mai napig örömmel csinálják, sőt gyerekeknek is tartanak játékos mantrahangfürdőket. Judit közben kifejlesztett egy saját, úgynevezett mantrababaprogramot is, amit babáknak-anyáknak tart.

2015 őszén megismerkedett Mihók Anita gitárművésszel, énekesssel. Anita felvette a kapcsolatot Ölvédi Gáborral, 2016 januárja óta zenélnek együtt. Mivel Judit évek óta tart hangfürdőket, adott volt, hogy a hangtállaival, gongokkal és egyéb autentikus hangszerekkel, valamint afrikai nyelvel dobbal és sámándobbal színesíti közös zenéjükét. Judit sok saját számát is bevették a repertoárba. 2017-ben elvégzett egy egyéves gongképzést, azóta tart egyéni gongfürdőket. mokkal díszíti a tiszta hangzású mantrákat.

lunk, van hangfürdő, gongfürdő, kézművesség, erdei meditáció, dobos workshop, transzdobolás és jókedvű együttlét. Ezek az alkalmak bennünket is feltöltenek.

– Említetted, hogy sokféle zenei irányzatból meritkeztek, mégis, mi a legjellemzőbb?

– Mind a négyen hoztuk a saját zenei örökségünket, és közösen is fedezünk fel új forrásokat. Én a népzeneből jövök, 25 éven át néptáncoltam. Ám a magyar népzeneben nincs dob. Vannak viszont ütőhangszerek a balkáni és a közel-keleti népzeneben! Különösen érdekelnek a transzritmusok, a ritmussal előidézett transzállapotok. Évente többször nagy cégek kérnek fel, hogy tartsak akár több száz fős tréninget, mert a közös



dobolásnak, a közös ritmusnak komoly közösségépítő ereje van, nem beszélve az adott közösségre jellemző szerepekről és dinamikáról. Jellemző, ki hogyan viselkedik, amikor ütőhangszert kap a kezébe egy közösségben. Verbálisan tudjuk manipulálni egymást és meg is tesszük, ez az életünk része, de amikor az ütőhangszert kézbe vesszük, az elárulja, ki kivel milyen viszonyban van! Ha ezeket a tudatalatti viszonyokat láttatjuk és kibeszéljük, sokkal hatékonyabbá válik a munka.

– Sokan vélik úgy, hogy az emberiség végérvényesen elrontotta a világot,

tudunk tenni ehhez egy picikét. Mondhatnám: a legkisebb is számít – a legkisebb szolgálat és jóakarát is.

– A Természetgyógyász Magazin karácsonyi fesztiválján ízelítőt adtunk magatokból, de sokan mondták, hogy hosszabban is szívesen hallgattak volna. Mikor lesz erre módjuk?

– A megjelent két CD-n bárminikor (Healing Forest (2017); Yemaya (2018)), de az persze más élmény, mint az élő koncert. Január 26-án, este hétkor

Budapestén a MagNet Közösségi Házban adunk relaxációs koncertet, a születésnap koncertünket pedig február 24-én, este hét órakor szintén Budapestén tartjuk, meghívott művészekkel. A honlapunkon folyamatosan figyelemmel kísérhetők a rendezvényeink és táboraink, örülünk mindenkinek, aki velünk tart.

Zimber Szilvia ■

Az együttes megtalálható a www.samsaraboulevard.com



NÉVJEGY

Ölvédi Gábor

„Népzeneből ima. Imából világzene. Világzenéből szabadság. Szabadságból áldás!”

Gábor gyerekkorában kezdte a magyar és erdélyi néptáncok tanulását. 1989-ben tanulmányokat kezdett a veszprémi Csermák Antal Zeneiskola Dzsesszdob magániskolájában, több alkalommal járt Törökországban és Marokkóban, megtanulta a közel-keleti ütőhangszerek játékmódját. Közben indiai tabla magánórákat vett. Több mint négy évig tanult klasszikus hangképzést, valamint tuvai és mongol torokének-technikákat.

Művészeti vezetője a Velence-tavi Ütősfesztiválnak. Ütőhangszeres magántanár, saját ütőhangszeres módszerével tanít a 2000-es évek óta. Szervezője a rendszeres közösségi dobolásoknak Budapesten és az egész országban. Különböző népek transzritmusait tanulmányozza, kutatja és használja transzdobolásokon. Számos különböző formációban játszik, több országban koncertezett.

15 éves korában kezdett buddhizmussal foglalkozni, majd 20 év elteltével az indiai védikus kultúra felé fordult, néhány évet a Krisna-völgyben töltött.

Imád kertészkedni, maga termeli bionövényeit, fűszereit, gyógyteáit.

Hangszerei: darbuka, doholla, sombati, riq, def, tar, perzsa lán-cos def (keretdobok), tapan/davul, mridangam, tabla, harmónium, erdélyi fafűvós hangszerek, konga, djembé, magyar keretdobok.

