



Klang als Balsam für die Seele

09.07.2022 05:30, —  

Die Nürtinger Klangkünstlerin Alexandra Ott hat mit Gleichgesinnten die Gong-Interessengemeinschaft Gong-IG gegründet. Von Gaby Weiß



Bei meditativen Gong-Konzerten verzaubert sie ihre Zuhörer mit Klängen, im Gong-Bad lässt sie sie in Klängen baden, sie lädt zu nächtlichen Klang-Reisen und zum Gong-Yoga ein: Die Nürtinger Klangkünstlerin Alexandra Ott, die als ganzheitliche Klang-Arbeiterin und als Dozentin im In- und Ausland unterwegs ist, hat mit sechs Gleichgesinnten im April die Nürtinger Gong-Interessengemeinschaft gegründet. Diese Gong-IG lädt immer sonntags dazu ein, in der Seegrasspinnerei die entspannende Kraft von Gong-Klängen kennenzulernen.



Alexandra Ott und Ulrich Wachter-Sigel von der Gong-Interessengemeinschaft laden dazu ein, die Faszination und die entspannende Kraft von Gong-Klängen kennenzulernen. Fotos: Weiß

Die Gong-Spielerinnen und -spieler schlagen die Gongs auf der ganzen Fläche an und locken unterschiedlichste Klang-Facetten hervor. Sie füllen den Raum mit Klängen, die die Zuhörer umhüllen. Der meist tiefe, beruhigende Klang der verschiedenen Gongs sorgt im Zusammenspiel mit helleren, leichten Tönen für eine meditative Atmosphäre. Man kann als Zuhörer sitzen oder liegen und am besten mit geschlossenen Augen den Tönen lauschen und nachspüren. Vielen Zuhörern gelingt es, dank der obertonreichen und meist lange ausschwingenden Klänge Stress und Nöte des Alltags hinter sich zu lassen und Entschleunigung, Harmonie und Gelassenheit zu finden.

Für die Gong-Instrumentalisten gibt es weder Partitur noch Komposition. „Das Gong-Spiel entsteht im Tun, es ist ein eher

intuitives Vorgehen“, erklärt Ulrich Wachter-Sigel von der Gong-IG. Alexandra Ott ergänzt: „Man braucht fürs Gongspiel keine musiktheoretische Vorbildung. Alle Gongs sind pentatonisch, das heißt, alle Klänge passen zueinander.“ Die Gong-Spieler spielen allein, zu zweit oder zu mehreren, sie hören aufeinander und greifen sensibel die Impulse ihrer Mitspieler auf. Und sie nehmen immer auch die Zuhörer wahr: „Es geht bei den Gongs immer um Resonanz: Wir reagieren auf die Klänge, auf die Mitspieler, auf die Gruppe, auf den Einzelnen, das ist ein gegenseitiges Wechselspiel“, erklärt Alexandra Ott.

Weil die akustischen Schwingungen der Gongs nicht nur über das Gehör, sondern auf den ganzen Körper wirken, empfindet jeder Zuhörer Unterschiedliches. „Eine Dame sagte mir hinterher, sie sei völlig auseinandergefallen während des Klangs, wie aufgewirbelt in Einzelteile. Und hinterher hätten sich die Teile wieder neu zusammengesetzt“, erzählt Ulrich Wachter-Sigel. Immer wieder erlebt Alexandra Ott in ihrer Klang-Arbeit mit

Die Instrumente Die in Deutschland gefertigten Gongs, die die Gong-IG spielt, sind Unikate, kreisrunde flache Metallscheiben mit umgebogenem Rand, die von Hand geschmiedet wurden. Die Gongs klingen im Zentrum anders als am Rand und haben unterschiedliche Frequenzen. Angeschlagen werden die freischwingend aufgehängten, aufgestellten oder in der Hand gehaltenen Gongs mit „Mallets“ genannten Schlägeln. Oder sie werden mit silikonbeschichteten Reibern angerieben. So lassen sich tieferliegende und höherfrequente, härtere und weichere Töne erzeugen. Bei Gong-Veranstaltungen kommen auch die Regensäule, die sich wie ein leichter Sommerregen anhört, die in obertonreichen Klängen schwingende Wahwah-Pipe, das Didgeridoo, Windspiele, Klangstäbe und -schalen und eine gläserne Kristallklang-Sphäre zum Einsatz.

Kindern und Erwachsenen, dass die Klänge Wohlbefinden auslösen und Balsam für gestresste Seelen sein können. Sie können beruhigen oder aktivieren: „Wer direkt aus dem Büro hierherkommt, kann Entspannung finden. Wer unter einem Burnout leidet und keine Energie mehr hat, kann sich aufladen lassen“, verspricht Ott.

Beim gesunden Menschen, so der Volksmund, sind Körper, Seele und Geist „im Einklang“. „Es gibt mittlerweile immer mehr wissenschaftliche Untersuchungen über Wirkung und Effekte der Klänge“, berichtet Ulrich Wachter-Sigel: „Beim gemeinsamen Singen, zum Beispiel in der Kirche, bei vielen Arten der Meditation und auch beim Gongspiel kann man auf Gehirnstrom-Aufnahmen sehen, dass Areale im Gehirn aktiviert werden, die sonst nicht benutzt werden.“

Alexandra Ott, die Kontrabass, E-Bass und Schlagzeug spielt, an der Nürtinger Musikschule die Drum-Circles leitet und eine Trommelgruppe für Erwachsene betreut, hat elf Jahre als Polizistin gearbeitet, bevor sie sich als Klangbotschafterin auf den Weg gemacht hat, den Gong zu erforschen: „Es ist auch für uns Spielerinnen und Spieler ein Ganzkörpererlebnis. Es entspannt, und es unterstützt bei Bewusstwerdung und Persönlichkeitsentwicklung“, nutzt sie die Gong-Klänge als Kraftquelle und Inspiration. Auch Ulrich Wachter-Sigel, Schreiner von Beruf, schätzt das Gong-Spiel: „Es erfüllt mich. Da bin ich für mich in einer ausgeglichenen inneren Welt.“

Jede Gong-Performance klingt in einer tiefen, fühlbaren Stille aus. Alexandra Ott betont: „Wir spielen für die Stille nach dem Klang, denn da ist diese innere Zufriedenheit zu spüren, die wir alle in uns haben.“ Für sie ist der Gong ein Werkzeug des Friedens: „Auch wenn alle Gongs unterschiedlich gestimmt sind, ist es möglich, dass wir miteinander in Harmonie spielen, dass jeder gesehen wird, dass jeder gehört wird, dass wir in einer Gruppe zusammenkommen und gemeinsam etwas spielen.“

Quelle: Nürtinger Zeitung am 9.7.2022

Nürtinger Gong-Klänge Die Gong-Abende finden bis 31. Juli jeden Sonntag von 18 bis 19.30 Uhr im Seegrass-Bewegungsraum im Dachgeschoss der Alten Seegrassspinnerei (Nürtingen, Plochinger Straße 14) statt. Wiederbeginn nach der Sommerpause ist am 11. September. Eine Matte, Decke, Kissen und ein Getränk sollten mitgebracht werden. Verbindliche Anmeldung über kontakt@gongig.de. Weitere Informationen gibt es online unter www.gongig.de und www.alexandraott.de.gw