

Fünf Reisen zu sich selbst

RHEINAU Das erste von fünf «Strömkonzerten» fand solchen Anklang, dass das Trio Maitri für Februar wohl besser einen grösseren Saal reserviert. Denn wer da war, wird vermutlich wiederkommen und anderen davon erzählen.

SILVIA MÜLLER

Das Foto täuscht: Der Konzertzyklus «Vom Klang der Stille» ist nicht für Frauen reserviert. Die haben bloss einmal mehr als Erste gemerkt, dass hier etwas höchst Wohltuendes mit ihnen angestellt wird. Beim nächsten Termin im Februar wagen sich vielleicht auch mutige Männer hin.

Zu ihrer Beruhigung: Auch wenn die Teilnehmenden Yoga-Matten und Wolldecken mitbringen müssen, anstrengende oder gar anstössige Verrenkungen finden darauf keine Sekunde lang statt. Die Zuhörer betten sich einfach warm und weich hin und schliessen die Augen.

Ab diesem Moment sieht niemand mehr die anderen, und niemand wird beobachtet. Alle konzentrieren sich auf sich selbst und erleben, wie der Klang der Harfe und der Violine den Raum und den eigenen Körper in Schwingung versetzt.

Drei im Zusammenspiel

Nur drei Frauen halten die Augen offen: Karin Livas an der Harfe, Ayun Sigfalk an der Violine und die Heil-



Ayun Sigfalk singt und spielt Violine, Karin Livas spielt Harfe, Karin Weick (oben, Mitte) lenkt das Handauflegen. Bild: sm

praktikerin Karin Weick. Sie gibt mit sanfter Stimme Anweisungen. Zum Beispiel «Legen Sie die rechte Hand auf ihren linken Oberarm und die linke Hand auf den rechten Rippenbogen» – simpel und unspektakulär.

Die Hände finden ihren Platz, und der Geist reitet auf den Schallwellen tiefer hinein in packende Klangwelten. Das Wort «Hörerlebnis» ist hier kein

bisschen grossspurig: Selbst fleissige Konzertsaalbesucher erlebten auf ihrer Yogamatte erstaunt ganz neue Musikerfahrungen. So nah an den unglaublichen Bass- und Obertöne der beiden Saiteninstrumente ist man im Sitzen nicht. Das entspannte Liegen öffnet die Ohren und den Geist. Die Ober- und Untertöne durchdringen den ganzen Körper. Ayun Sigfalk und Karin Livas

spielen ihre Instrumente meisterhaft und haben bewusst Stücke ausgewählt, die die gewünschten Stimmungen hervorrufen.

«Strömen» und spüren

Nach etwa zwei Minuten wandert mindestens eine Hand weiter. «Strömen» heisst diese Handauflegemethode, auch Jin Shin Jyutsu genannt. Das ist

japanisch und klingt schon deswegen irgendwie leicht esoterisch. Im Grunde genommen pflegt die Technik aber nur das überall vorhandene Wissen um die heilsame Kraft der Berührung.

Natürlich haben die drei Frauen weder die Heilkraft der Musik noch jene des Strömens als Erste entdeckt. Eine Premiere ist jedoch ihre Idee, ein Konzert und das Strömen zu verbinden. 2019 führen sie als «Trio Maitri» vier weitere Strömkonzerte durch – pro Jahreszeit eines (die Philosophie von Jin Shin Jyutsu teilt das Jahr in fünf Jahreszeiten auf). Thema des Herbstkonzerts letzte Woche war die «Zweite Tiefe», welche im Jin Shin Jyutsu für die Lungen- und Dickdarmfunktionsenergie steht und mit dem Herbst, der Trauer, dem Element Luft und der Farbe Weiss verbunden sei.

Wie gut geplante Ferien

Nach zwei Stunden mit drei Ström-Blöcken zu osteuropäischer, skandinavischer und keltischer Musik endete die erste Reise zu sich selbst. Beim gemütlichen Abschiedstrunk wirkten die Teilnehmerinnen wie frisch er wacht.

Wie heisst es doch? Fünf Kurztrips übers Jahr verteilt sind erholsamer als gleich viele Tage Ferien am Stück? Wenn das stimmt, muss im Februar ein grösserer Saal reserviert werden. Denn die ersten 30 haben sich erquickt und mit glücklichen Reiseerinnerungen auf den Heimweg gemacht.

Infos unter www.maitri-musik-jsj.ch