

Klang und Trance von Karin Bindu

Trance ist einer der Begriffe für veränderte Bewusstseinszustände, der vom lateinischen "transire" (hinübergehen, überschreiten) abgeleitet wird. Im Gegensatz zum alltäglichen Wachbewusstsein bedeutet Trance eine Einengung/Fokussierung der Wahrnehmung, die von anderen Phänomenen wie Veränderung des Zeitgefühls, des Ich-Bewusstseins, Reduktion der logischen Reflexionsmöglichkeit sowie Wahrnehmung von Halluzinationen und Veränderungen des Muskeltonus begleitet wird.



Trance war und ist in den meisten Kulturen wesentlicher Bestandteil religiösen und auch therapeutischen Erlebens. Durch den veränderten Bewusstseinszustand ist es SchamanInnen, HeilerInnen, TherapeutInnen möglich eine spirituelle Verbindung zu Wesen anderer Welten herzustellen und sie um Unterstützung zur Heilung einzuladen. PatientInnen ermöglicht diese Veränderung Loslösung von der Alltagswelt, das Eintreten in einen anderen Bewusstseinszustand und das Erlangen von neuen Erkenntnissen durch Erlebnisse auf "anderer Ebene".

Die Induktion einer Trance erfolgt durch bestimmte Körperhaltungen - wie sie uns auch durch die Arbeit von Felicitas Goodman bekannt sind - , durch spezifische pflanzliche Substanzen, durch Verkleidung, Tanz, monotone Rhythmen und Klänge sowie durch diverse Kombinationen genannter Methoden. Klänge und Rhythmen werden dabei durch das Spiel von Trommeln, Rasseln, Flöten, Saiteninstrumenten und durch die menschliche Stimme erzeugt.

In religiösen Zeremonien der Yoruba in Nigeria bzw. deren religiösen Derivaten in der neuen Welt werden Gottheiten durch spezifische Trommelrhythmen gerufen und eingeladen sich in den Gläubigen zu inkorporieren.

In Indien werden seit mehreren tausend Jahren Klänge und Mantren eingesetzt, um die Menschen mit den Devas (Gottheiten) zu verbinden und die Asuras (Dämonen) fernzuhalten. Eine gemeinsam erlebte musikalisch-rituelle Ekstase erweckt alle Emotionen und wird von den Hindus als heilsam wie auch verbindend erlebt. DarstellerInnen diverser Performing Art Formen Südiens wie Kutiyattam, Kathakali und Theyyam erleben Trance durch Rhythmus, Bewegung und spezielle Masken und Kostüme.

In der Türkei werden PatientInnen durch altorientalische Musiktherapie behandelt. Im Zentrum der Therapie stehen einfache zart gesungene Weisen, die auf dem Saiteninstrument Oud und manchmal auf einer leise gespielten Rahmentrommel begleitet werden.

Seit den 1970ern haben viele der alten schamanischen Praktiken Einzug in musiktherapeutische Praktiken des Westens gefunden (Gongtherapie, Klangschalen Massage, Monochord, Trommeln, spezifische psychotherapeutische Settings, Ayahuasca Zeremonien, Singkreise, Techno Musik u.ä.)

Einen gemeinsamen Nenner aller Praktiken stellt die Veränderung der menschlichen Gehirnwellen dar: Rhythmische Schwingungen des Gehirns und des Nervensystems werden

mittels EEG gemessen. Dabei wird sichtbar, dass beide Gehirnhälften unterschiedliche Frequenzen aufweisen. Durch rhythmische Klänge kommt es jedoch zu einer Hemisphären Synchronisation, wobei in außergewöhnlichen Bewusstseinszuständen (Alpha, Theta Wellen) Frequenzen zwischen vier und acht Hertz gemessen werden. Gewöhnliche Bewusstseinszustände werden durch Beta Wellen, die sich zwischen 14 und 21 Hertz bewegen, angezeigt.

Laut Felicitas Goodman (1998) gelten Alpha Wellen als Schwelle, die durch Tagträumen, diverse Entspannungsmethoden und Meditation erreicht werden können, während Theta Wellen einen Trance Zustand anzeigen.

Ein Rhythmus von 200-210 bpm erzeugt demnach Theta Wellen. Das Gehirn produziert zusätzlich Beta-Endorphin, ein körpereigenes Opiat, das die Empfindung von Glückszuständen und Euphorie auslöst.

Kurzbiografie

Karin Bindu, Mag.a Dr.in phil. arbeitet als Kultur- und Sozialanthropologin mit ethnomusikologischem Schwerpunkt und als Perkussionistin im Bereich Bildung, Kunst und Kultur sowie in der Flüchtlingsbetreuung. Seit 1991 beschäftigt sie sich vor allem mit Perkussion im rituellen Kontext verschiedenster Kulturen (Indien, Trinidad, Afrika), die sie nicht nur wissenschaftlich erforscht, sondern auch in die Unterrichts- und Musikpraxis integriert. Ihre Dissertation mit dem Titel „Percussion Art Forms: Aspekte der Produktion und Kommunikation südindischer Talas im Kutiyattam“ erschien 2013 beim LIT Verlag Wien.

www.rhythmuse.at