PETER GABIS

ADHVANIKA

eine Reise in die Welt der Klänge

peter hess verlag

Einführung:

Adhvanika

- eine Reise in die Welt der Klänge

Als Peter Hess mit der Frage zu mir kam, ob ich eine CD mit Klangschalen für ihn aufnehmen wolle, war ich sofort begeistert. Um Ihnen zu vermitteln was mir diese Arbeit bedeutet, möchte ich kurz ausholen: Als studierter Musiker und Musikpädagoge war ich jahrelang als Schlagzeuger diverser Bands auf dem Globus unterwegs. Als mir dann die *Peter Hess*-Klangmassage über den Weg gelaufen ist, und ich schließlich Ausbilder für diese Methode wurde, konnte ich aufbauend auf meine musikalische Ausbildung natürlich ein gutes Gespür und Gehör für die Klänge entwickeln. So begab ich mich auf eine Reise in die Welt der Klänge, die ich neben meiner musikalischen Tätigkeit immer tiefer erfahren durfte.

Die CD aufzunehmen, war ein Versuch diese beiden Welten, die auf den ersten Blick so verwandt sind, auf den zweiten Blick fremder nicht sein können, zusammen zu führen. Ein dritter Blick war notwendig, mit dem »dritten Ohr« sozusagen, in Anlehnung an ein bekanntes Buch von Joachim Ernst Berendt.

Was sich mir bei der Arbeit zu dieser CD eröffnete, war ein Universum verschiedener Schwingungen, Schwebungen, Rhythmen, Klängen, Klanglandschaften, Seinszuständen und Stimmungen. Es war bei diesen Aufnahmen unumgänglich mit dem »dritten Ohr« zu hören, den Raum hinter den Klängen wahrzunehmen.
Vielleicht öffnet diese CD auch bei Ihnen bisher unbekannte Räume, und ist ein Tor in eine hörende Welt. Ich wünsche Ihnen viel Entspannung und Freude mit der CD!

Meine Empfehlung an Sie:
Hören Sie diese CD bei eher geringer Lautstärke, in ruhigem und angenehmen Ambiente, vielleicht für stille Momente, Meditationen oder als Hintergrund im therapeutischer Bereich.

1 Adhvanika (9:56)

Reise

Der tiefe Klang gibt Geborgenheit. Die hellen Klänge holen den Zuhörer ab, im Hier und Jetzt. Das Hier und Jetzt eingebettet in tragenden und vertrauensgebenden tiefen Klängen... eine Reise in das Tal der Klänge. Ruhig... ein Blinzeln... Schwingungen und Schwebungen... fallen lassen... Und immer wieder ist er da der tiefe Ton, der trägt. Vertrauen. Urvertrauen. Das Urvertrauen gibt uns die Kraft, jedem Tag auf unserer Reise so zu begegnen, als gäbe es nur diesen einen.

2 Mandataa (9:45)

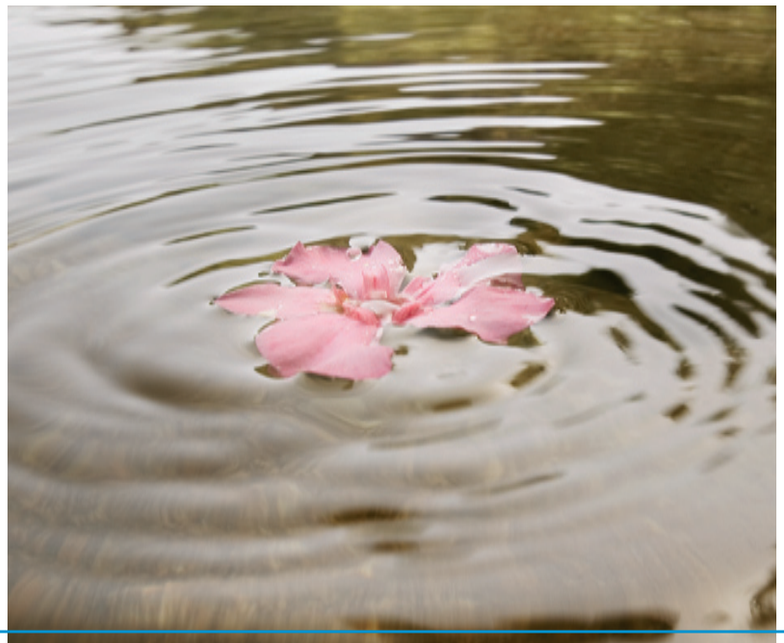
Langsamkeit

Immer tiefer sinken wir in die Langsamkeit, Erinnerung an Dinge die man nicht erinnern kann, ans Sein.
Diese Klangstimmung entstand mit meinem ältesten Peter Hess products® Klangschalen-Set. Erinnerungen an ein schnelles Leben und die Entdeckung der Langsamkeit.

3 Karana (9:28)

Ursache und Rhythmus

Die Rhythmen der Klangschalen, die Schwebungen die aus Überlagerungen der Frequenzen entstehen sind nicht »gemacht«, sie passieren einfach durch das Zusammenspiel der Grund- und Obertöne der Klangschalen. Sie lassen sich nicht bewusst beeinflussen. In diesem Stück erklingt eine Vielfalt an Polyrhythmen, Verschiebungen und Überlagerungen, die man niemals gewollt erzeugen könnte. Eine wunderbare Klangstimmung mit ausschließlich großen Konzert-Klangschalen. Diese tiefen und massiven Klänge laden ein sich dem Rhythmus hinzugeben, sich auf ihn einzulassen. Vielleicht können Sie sich vorstellen, welchen Eindruck diese Klangschalen in »echt« auf den Körper machen würden?



4 Sangha (10:59)

Gemeinschaft

Sangha ist die Gemeinschaft der buddhistisch Praktizierenden und Übenden sowie für all die Menschen, die sich auf den Weg der Erleuchtung begeben haben. Sangha - ein schöner Name für eine Klangschale. Die Sangha Klangschalen sind die neueste Kreation aus dem Hause Peter Hess products®. Die wunderbaren Instrumente werden in viel Handarbeit in einem neuartigen und sehr aufwändigen Verfahren in Nepal gefertigt. Ewig anhaltende Klänge, Schwebungen und Räume hinter den Klängen. Verspielt und ernsthaft zugleich. Eine neue Klangwelt.

5 Jala (6:31)

Wasser

Ruhig, verträumt, still. Vielleicht assoziieren Sie bei diesen Klängen ein Bild - von einem Waldsee und einem Stein den man hineinwirft - und den Wellen, die sich konzentrisch ausbreiten. Leise am Ufer plätschernd. Ein wunderschönes Symbol der Ruhe und der Mitte.

6 Anahata (5:43)

Unverletzt

Diese Klangstimmung spricht das Herz Chakra an, versetzt den Körperbereich des oberen Brustraumes in Schwingung. Also speziell den Bereich, der die Grenze bildet. Das Herz Chakra symbolisiert die Überwindung des empirischen Denkens, des materialistischen Weltbildes, der Kausalität. Vom Wissen zur Weisheit. Man hört eben nur mit dem Herzen gut.

Peter Gabis

Jahrgang 1972, ist Musiker, Klangmasseur, Musik- und Klangpädagoge sowie Dialogprozessbegleiter.

Peter Gabis Vater war Dirigent eines Blasorchesters, und so war er schon im frühen Alter von Musik umgeben. Es war schon sehr bald klar, dass Peter Gabis die Musikerlaufbahn einschlagen will. Er studierte Jazzschlagzeug und Pädagogik am Konservatorium der Stadt Wien sowie an der Manhattan School of Music in New York. In den folgenden Jahren spielte er Konzerte in Europa, USA, Australien und Afrika im Bereich Jazz- und Weltmusik. Peter Gabis ist Lehrbeauftragter für Jazzschlagzeug sowie Didaktik am Vienna Konservatorium.
Ausgebildet in der *Peter Hess*-Klangmassage sowie der *Peter Hess*-Klangpädagogik leitet Peter Gabis seit 2005 Seminare und Workshops für die Peter Hess Akademie Wien sowie das Peter Hess Institut in Deutschland.

Danksagung:

Peter Hess, Petra Emily Zurek, Alexander Beutel, Brigitte Bruckner, Ursel Mathew, Helmut Prohaska.

Mein spezieller Dank gilt dem Tontechniker Georg Burdicek, der sich mit mir auf dieses Experiment eingelassen hat. Er hat die Klänge technisch brillant aufgenommen und gemischt, und mich dadurch sehr in meinem Wirken unterstützt.

Introduction:

Adhvanika

- a journey into the world of sounds

When Peter Hess asked me to record a CD with sound bowls I was immediately very inspired and fascinated about this idea. In order to tell you what this work has meant to me I have to draw back a bit: I studied music and pedagogics, and finally was touring the world as a drummer for several bands. When *Peter Hess*-Sound Massage crossed my way and I decided to become a trainer for this method, I was able to develop an excellent feeling and hearing for the sounds, based on my musical education. So I went on a journey into the world of sounds, that I was able to explore deeper and deeper besides my musical activities.

Recording this CD was an attempt to connect these worlds - two worlds, which are at first sight closely related to each other, at second sight, however, totally different. A third view was necessary, with the »third ear« so to say, in support of a famous book by Joachim Ernst Berendt. It was a universe of different vibrations, oscillations, beats, rhythms, sounds, soundscapes, states of being, atmospheres, and moods. For recording and achieving the aim of this CD, it was totally necessary to hear with the »third ear«, to percept the space behind the sounds. Perhaps this CD is going to open up as far unknown rooms for you, and hopefully it is a door into a 'hearing world'. I wish you a lot of relaxation and joy with this CD!

A useful hint: I recommend listening this CD at low volume, in a quiet and pleasant ambience, perhaps for silent moments, meditation or as background music for therapeutic settings.

1 Adhvanika (9:56)

Journey

The deep sound offers security. The bright sounds fetch the listener, here and now. Here and now, embedded in carrying and faith-giving sounds... a journey into the valley of sounds. Silent ... a blink... Vibrations and beats... let fall... and there is this deep sound, over and over, carrying. Faith. Sense of basic trust. This gives us the power to encounter every day in our journey, as if it were the only one.

2 Mandataa (9:45)

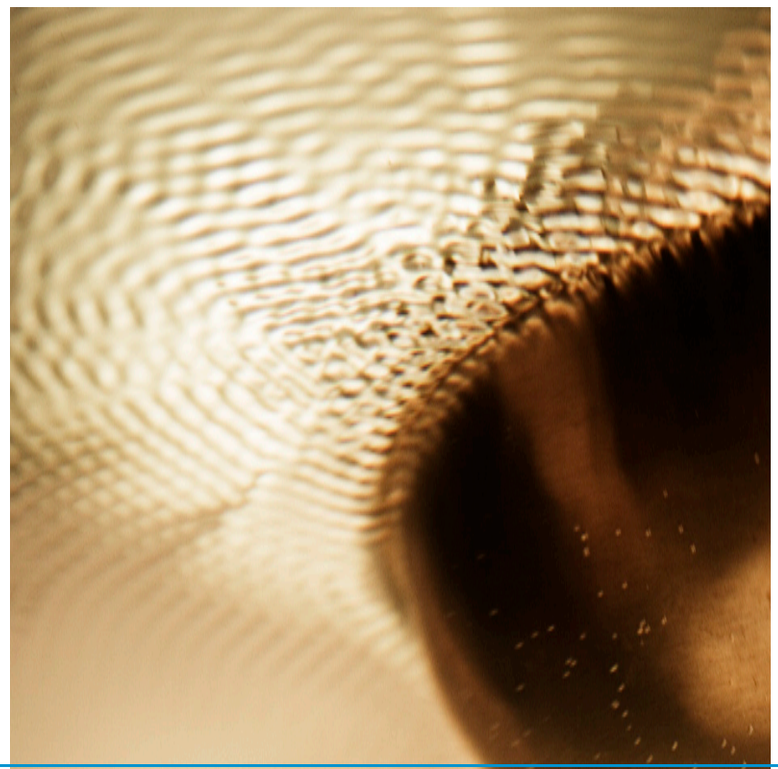
Slowness

Deeper and deeper we drop into slowness, memories of things that are impossible to remember, to be.
This sound-mood was created with my oldest set of Peter Hess products® sound bowls. Memories of a fast living and the discovery of slowness.

3 Karana (9:28)

Causing and rhythm

The rhythms of the singing bowls, the beats that are caused by interference of the frequencies are not »made«, they »happen« through the interaction of the fundamental and the overtones. They cannot be affected consciously. In this piece there is a huge variety of polyrhythms, shifts and interferences, that are impossible to create on purpose. A wonderful mood of sounds, achieved just with big concert-bowls. These deep and massive sounds invite to abandon oneself to the rhythm, to admit to it. Perhaps one can imagine which impact these bowls would make in »reality« to the body?



4 Sangha (10:59)

Fellowship

Sangha is the fellowship of people who practice Buddhism and all the people who are on the way to enlightenment. Sangha - a very nice name for a singing bowl. The »Sangha« sound bowls are the newest creation of Peter Hess products®. These wonderful instruments are made in a new proceeding with a lot of manual work. Sounds that last forever, beat frequencies and a lot of space behind the sounds. Playful and serious at the same time. A new world of sound.

5 Jala (6:31)

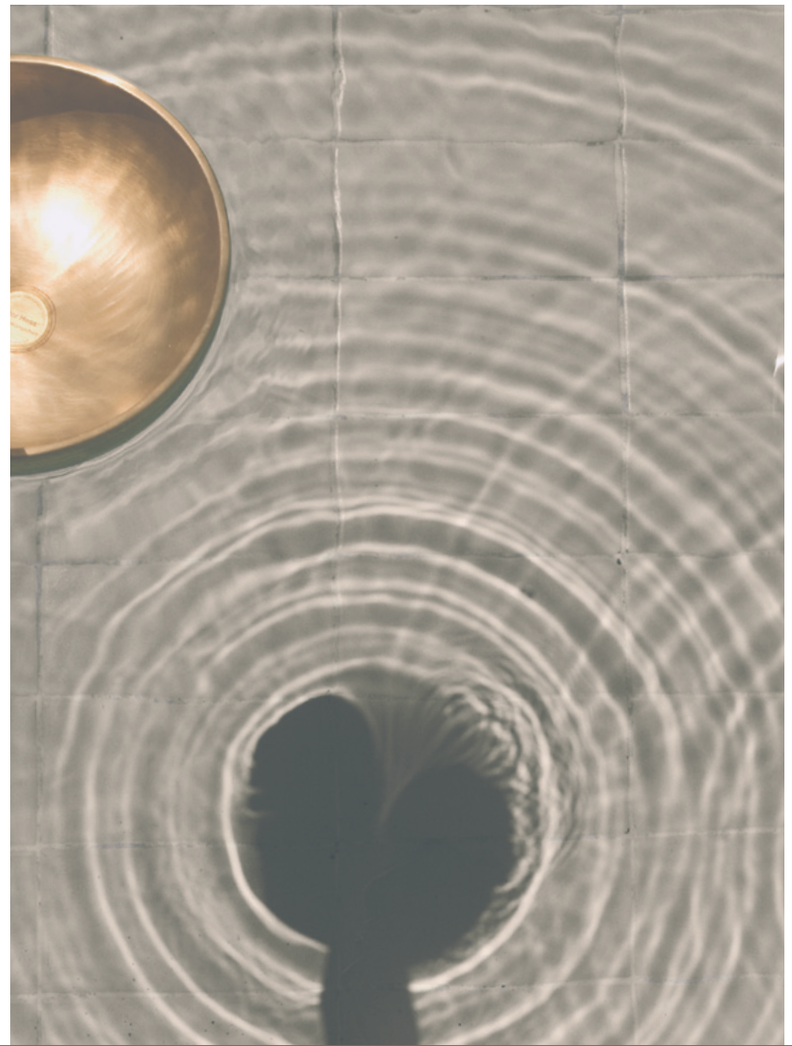
Water

Quiet, dreamy, silent. Perhaps you can see a picture in your mind - a lake in the woods and a little stone that is dropped into the water. Waves, that expand concentrically. Softly burbling on the waterfront. A wonderful symbol of serenity and center.

6 Anahata (5:43)

Unhurt

This sound mood talks with the heart Chakra, and transfers this part of the body into harmonic vibration, the part of our body, which is the border. The heart Chakra is the symbol for the overcoming of empiric thinking, of the materialistic world view, of causality. From knowledge to wisdom. It is only with the heart that one can hear rightly.



Peter Gabis

born 1972, is musician, *Peter Hess*-Sound massage practitioner, music and sound pedagogue as well as dialogue-facilitator.
Peter's father was conductor of a brass orchestra, and so he was already surrounded by music in his early years. Very soon it was clear that Peter would become a professional musician. He studied Jazz drums and pedagogics at the Conservatory of the City of Vienna as well as at the Manhattan School of Music in New York. In the following years he played concerts in Europe, USA, Australia and Africa, mainly in the field of Jazz- and Worldmusic.
He teaches Jazz drums and didactics at the Vienna Conservatory.
Educated in *Peter Hess*-Sound Massage as well as in *Peter Hess*-Sound Pedagogics he leads workshops for the Peter Hess Academy in Vienna and the Peter Hess Institute in Germany.

Special thanks

Peter Hess, Petra Emily Zurek, Alexander Beutel, Brigitte Bruckner, Ursel Mathew, Helmut Prohaska.

Special thanks as well to my sound-engineer Georg Burdicek, who joined me at this experiment. He has recorded and mixed the sounds in a technically brilliant way, and supported me thereby in my work.

ADHVANIKA

eine Reise in die
Welt der Klänge

1 ▪ **Adhvanika**	(9:56)	Reise
2 ▪ **Mandataa**	(9:45)	Langsamkeit
3 ▪ **Karana**	(9:28)	Ursache und Rhythmus
4 ▪ **Sangha**	(10:59)	Gemeinschaft
5 ▪ **Jala**	(6:31)	Wasser
6 ▪ **Anahata**	(5:43)	Unverletzt

CD-Spielzeit: 50 Min.

CD aufgenommen, gemischt und gemastert von Georg Burdicek
Recorded, mixed and mastered by Georg Burdicek

www.tonzauber.com

Alle Stücke komponiert und gespielt von Peter Gabis. / All pieces composed and performed by Peter Gabis.

(P) Peter Gabis, A-3180 Lilienfeld, Austria

EAN: 4280000006042

© Verlag Peter Hess 2009

www.verlag-peter-hess.de

Gemafrei

4 280000 006042