

# Ruf der Stille

## Gongmeditationen mit dem Klangimpressionisten Franz-Josef König

*In der Stille und im Gebet bekommen wir wichtige Impulse für unseren Lebensweg. Wenn alle Einflüsse von außen wegfallen, werden wir mit unserem Innersten konfrontiert.*

Mehr und mehr Menschen empfinden ihren Alltag als Belastung. Arbeit, Familie, Freunde, Nachbarn und soziale Verpflichtungen erfordern einen immer höheren Einsatz, den der Einzelne kaum noch leisten kann. Dennoch nehmen viele dies hin – sie finden keinen Ausweg mehr aus diesem Hamsterrad und resignieren. Sie haben Hoffnung und Gottvertrauen verloren. Irgendwann streiken Körper, Geist und Seele mit den bekannten Konsequenzen. Sie fordern Ruhe und legen uns lahm. Erkältungen, Kopf- und Rückenschmerzen sind die harmloseren Varianten - Schlaganfälle, Herzrhythmusstörungen und Infarkte die kritischen.

## Rückzug vom Alltag

Ein erster Schritt, um aus diesem Teufelskreis herauszukommen ist der Rückzug vom Alltag – der Weg in die Stille. In der Stille finden wir zu uns selbst. Gedanken, die in der Hektik des Alltags untergehen, tauchen auf und verdrängte Lebensfragen suchen nach Antworten. In der Stille begegnen wir Gott.

*Alles Unglück der Menschen stammt von einem:  
nämlich dass sie unfähig sind,  
in Ruhe allein in ihrem Zimmer bleiben zu können.  
Blaise Pascal, französischer Philosoph*

Doch in unserer informationsüberlasteten hochtechnisierten Welt mit der Forderung nach ständiger Erreichbarkeit finden wir diese Stille nicht mehr. Viele Menschen können Stille auch nicht mehr ertragen. Sie bereitet ihnen Furcht. Ständig im Online-Betrieb und mit der Außenwelt verbunden ist ihr Gehirn in Alarmbereitschaft, um sofort auf Impulse von außen reagieren zu können. Sie finden keinen Ausweg mehr – der Ruf nach Stille erreicht sie nicht mehr.



## Klang führt in die Stille

Ein Weg in die Stille führt über den Klang. Klänge harmonisieren unseren Körper, unseren Geist und damit unsere Seele. Unser Körper besteht zu 75 % aus Wasser, unsere Knochen sind Hohlkörper und alles inklusive unserer Organe schwingt bei einem ausgeglichenen Menschen in Harmonie. Bei Überlastung, Burnout und Stress geraten diesen Schwingungen in Disharmonie. Heilende Klänge, die uns von außen erreichen, wirken dann harmonisierend auf unser Nervensystem und unsere Gehirnwellen. So können sie dazu beitragen, dass wir wieder mit uns in Einklang kommen. Häufig tritt zumindest zweitweise eine Linderung der Krankheitssymptome ein. Wir kommen zur Ruhe und erleben Stille als befreiend und wohltuend. So finden wir wieder Vertrauen in Gott und Freude am Leben.



Franz-Josef König macht seit einigen Jahre diese Erfahrung immer wieder selbst. Als Gongspieler erfährt er regelmäßig die wohltuenden Schwingungen seiner Klanginstrumente. Bei seinen Zuhörern erlebt er ebenfalls die außergewöhnlichen, vielfältigen und sehr unterschiedlichen Wirkungen, die diese bei ihnen erzeugen. Er bietet Gongmeditationen mit christlichen Mediationstexten an, die in die Stille führen und uns Gott näher bringen. Die Wirkung der Klänge und die Impulse der Texte erreichen in der Stille eine besondere Tiefe. Sie geben Mut, sich den Lebensfragen zu stellen und Hoffnung, dabei auf die Kraft Gottes vertrauen zu können. Die Stille ist der Ort, der dem Klang die Möglichkeit zum Heilen verschafft. Gott berührt uns in der Stille.

Franz-Josef König  
Gongspieler und Klangimpressionist