

## A Cuvio il “bagno di Gong” per ascoltare il rumore dell’anima

**Pubblicato:** Giovedì 29 Agosto 2024



**È stato in uno dei posti dove nell’immaginario collettivo mondiale non dovrebbe sentirsi alcun rumore, cioè sull’Himalaya. Invece Marco Pirona, “gong master” di 41 anni originario di Rive D’Arcano vicino a San Daniele in provincia di Udine giura che anche lì, sulla vetta del mondo, di rumori se ne sentano sempre. Anche in altri posti impensabili dove sempre col pensiero – ma a volte dal vivo – ci si porta per fuggire dal baccano, come i boschi.**

**«La vita è il rumore di una vibrazione. In questo il gong, il suono, è l’immergersi in una sorta di massaggio sonoro che porta benefici nel corpo e nell’anima».**

Questa sarà la lezione che si potrà trarre dallo spettacolo che si inserisce nell’ambito della rassegna **Musicuvia** che spazia in ogni ambito musicale, anche quello di strumenti idiofoni a percussione diretta, «Un gong», dice wikipedia, «è solitamente formato da un grande piatto di metallo, in genere di forma circolare. Questo piatto può essere fatto anche di rame. Il gong generalmente è uno strumento a suono indeterminato anche se in alcuni metodi di percussione viene indicato solamente come strumento a suono determinato».

**È dunque una sorta di suono primigenio, una vibrazione in purezza, che permette di ritrovarsi, di arrivare nelle profondità sensitive che ciascuno interpreta e affronta in maniera diversa.** «Il suono è qualcosa che ciascuno di noi vive in modo diverso e portano ad ognuno delle esperienze diverse», spiega Marco, che aggiunge una sua esperienza personale, di vita, che gli ha permesso proprio attraverso questo strumento di poter rispondere e superare ostacoli che hanno riguardato alcuni momenti

della sua esistenza. Ma come funziona un bagno di Gong? «Si tratta di vere e proprie immersioni sonore, l'esperienza che una persona vive e che dura un'ora, un'ora e mezza. Ciascuno porta le proprie esperienze. Sessione sonora che attraverso diversi strumenti porta un massaggio sonoro che serve sia dal punto di vista fisico, sia dal punto di vista spirituale ed emozionale.»

### **Ma come ci si avvicina a questo mondo?**

«Diciamo che nell'ultimo periodo, negli ultimi anni questo genere di pratiche so sono molto diffuse. Complice la pandemia, c'è stata una crescita di estimatori del gong. Nel grande calderone di internet si trovano tante realtà. Qualcuna più autentica, altre più farlocche. Dico sempre che lo capisci quando ti trovi di fronte a chi fa queste cose per passione. Lo senti. Lo capisci subito. Dico sempre di andare ad ascoltare tanti bagni di Gong, fare tante esperienze. Ognuna è bella a modo. Io ho avuto fortuna di studiare con Luca Loreti un gong master training, persona molto valida e preparata e che fa questa cosa con cuore e passione. L'ho conosciuto tramite amici che me l'hanno presentato. Con lui fatto un percorso di crescita. Il consiglio che do è di andare a fare diversi bagni di Gong per comprendere se quella cosa tu senti tua e che ti piace».

**IL BAGNO DI GONG** – *Domenica 1 settembre anfiteatro del parco di Cuvio, ore 16*

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it