

## Wie treffe ich den richtigen Ton?

„Das Klavier ist verstimmt – worüber bloß?“ Dieser alte Witz des legendären Komikers Heinz Erhard hat bis heute seine Wirkung. Und wer ihn tiefgründiger verstehen kann, der merkt, dass in ihm einige Wahrheiten versteckt sind. Wir können uns selbst oder jeden Menschen als ein Klavier begreifen, in dem viele Saiten gespannt sind. Jede Saite ist auf einen vorgesehenen Ton gestimmt, und wenn jede Saite in seiner Frequenz erklingt, ist das Klavier bzw. der Mensch gut gestimmt.

Es kann aber passieren, dass uns etwas passiert, was wir nicht gut ertragen können, mit dem wir nicht gut umgehen können. Unsere Emotionen geraten außer Kontrolle, und wir sind verstimmt. Das kann sich auf vielfältige Weise zeigen, und je nachdem, was unsere Sprache uns für Ausdrücke anbietet, wird der Gemütszustand unter anderem mit granteln, gnatschig sein oder nörgeln bezeichnet.

Man muss kein begnadeter Musiker sein um zu wissen, wie sich ein verstimmt Klavier anhört. Kein Ton ist an seinem Platz, es klingt schräg, man kann die Melodie nur schwer erkennen, kurzum: es ist Katzenmusik. Und die entspricht dem Katzenjammer, den man von sich gibt, wenn man verstimmt ist. Das eine wie das andere will kein Mensch hören.

Aber was tun? Wie komme ich aus meinen unerwünschten Emotionen wieder heraus, und wie werde ich wieder ein gut gestimmtes Instrument? Eine gute Möglichkeit ist: ich stimme mich neu ein. Bei einem Klavier muss erst ein Klavierstimmer kommen. Ein Mensch kann sich selbst wieder einstimmen – vorausgesetzt, er weiß wie es geht, und vor allem: er weiß, auf welchen Ton er gestimmt ist. Denn so wie die Klaviersaiten alle verschieden gestimmt sind, sind auch nicht alle Menschen auf den selben Ton gestimmt. Jeder Mensch hat seinen Ton, genau wie jede Klaviersaite ihren Ton hat. Aber auf welchen Ton bin ich denn gestimmt, welches ist mein Ton?

Genau dafür braucht es eine Fachkraft, die den persönlichen Grundton ermittelt. Dieser Ton ist individuell beschaffen, er wird nicht ererbt, er kann nicht aus dem Horoskop ersehen werden, er kann nicht numerologisch errechnet werden. Doch ist dieser Ton einmal gefunden, kann man ihn Zeit seines Lebens dazu nutzen um sich wieder einzustimmen, denn der persönliche Grundton verändert sich im Laufe eines Lebens nicht.

Der Grad der Wirkung auf die Gesundheit und das Wohlbefinden eines Menschen richtet sich ganz nach der konsequenten Handhabe. Wer seinen Ton jeden Tag nutzt, kann sich eine dauerhafte emotionale Stabilität ersingen. Wer ihn über viele Jahre täglich praktiziert, kann sich auf eine wunderbare spirituelle Entwicklung freuen. Nur eins kann der Ton nicht: eine spontane Sensation bewirken. Die innere Verwandlung erfolgt in kleinen Schritten, fast unmerklich, aber nachhaltig. Das zeigen die Rückmeldungen von den Menschen, die es einfach gemacht haben.

Möchten auch Sie Ihren Ton kennenlernen? Möchten Sie auch gerne die Singübungen erlernen, mit denen Sie sich einstimmen können? Dann melden Sie sich bitte bei Medial Hearts Austria. Bei genügend Interesse komme ich gerne ins schöne Österreich und ermittle Ihren Grundton. Für die Singübungen braucht es kein großes musikalisches Verständnis, Sie sollten aber in der Lage sein, einen vorgegebenen Ton nachzusingen. Mit Ihrem Grundton bekommen Sie zusätzlich eine differenzierte und ausführliche tonale Persönlichkeitsanalyse.

Ich freue mich auf Sie, Ihr *Ulrich Pühn*

Mehr Informationen finden Sie unter [www.grundtonbestimmung.de](http://www.grundtonbestimmung.de)