



**Volker Dubowy**

Volker Dubowy, Begründer der Homöophonie, studierte Trompete und Gesang, spielt Didgeridoo und entwickelte den vollständigen „Obertonfeldgesang“. Bekannt für innovative Musikperformances wie das Projekt „Klangfarben“, uraufgeführt auf der Ulmer Musiknacht. Hält Seminare zur Vermeidung von Burn-Out und dem Einsatz der kompletten Stimm-Klangqualität. Lebt mit seiner Familie in Egg an der Günz. Mehr über den Musiker, seine Seminare sowie Aufnahmen zum kostenlosen Download unter [www.dubymusic.de](http://www.dubymusic.de). Mehr zum Thema Homöophonie in der Herbstausgabe 2009 unter [www.wellnetz.info](http://www.wellnetz.info)

# Heute mal wieder mies drauf ...?

## Musik: von Hertz-Frequenzen und abnehmender Hörfähigkeit

„Die Resonanz der Stimme hat unmittelbar mit der Hörfähigkeit zu tun.“

Es gibt Tage, da sind wir mies drauf. Dass diese Misstimmung auch etwas mit „mies“ gestimmten Frequenzen sowie unserem abnehmenden Hörempfinden zu tun haben könnte, ist den wenigsten bewusst. In der Natur sind Misstimmungen etwas Normales, wie auch der Mensch nicht gerade gebaut ist.

Immer wieder wird etwas unternommen, um diese Misstimmungen auszugleichen – verbunden mit Vor- und Nachteilen.

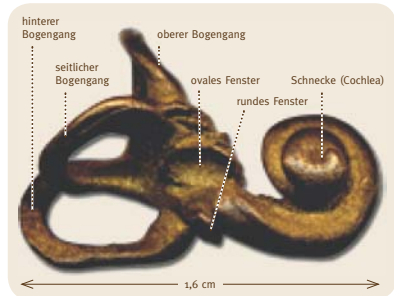
**432 HERTZ – DER MENSCH IM EINKLANG**  
Unser natürliches Hörorgan funktioniert am besten bei einer Frequenz von 432 Hertz, für die schon Guiseppe Verdi plädierte. Man erzielt eine bessere Resonanz, fühlt sich im Einklang und kommt zur Ruhe. Der Mensch ist in guter Stimmung. Dass wir Misstimmungen kaum bewusst wahrnehmen, liegt zum einen an der Gewöhnung. Während wir in Europa vornehmlich „nur“ Ganz- und Halbtonabstände kennen, wird z.B. in Indien auch mit für unsere Ohren etwas „ungewöhnlichen“ Tonabständen musiziert.

### PHYTAGOREISCHES KOMMA

Man kann den Menschen mit einem Quintenzirkel (s. Abb.) vergleichen. C-Dur entspricht der Körpermitte, während die anderen 6 Durtonarten über Schulter, Arm, Hand sowie Hüfte, Knie und Ferse weiter schwingen. Bringt man die linke und rechte Seite zusammen, zeigt sich, dass der Abstand zwischen C-Dur zu Ges-Dur und Fis-Dur nicht identisch ist. Die Differenz beträgt 1/8-Ton und wird phytagoreisches Komma genannt. Der Musiker Andreas Werkmeister verteilte 1681 diesen 1/8-Ton gleichmäßig auf die 6 Oktaven des Klaviers. Danach war es möglich, mit jeder Taste alle 13 Tonarten zu spielen.

### MEHR BRILLANZ, WENIGER WÄRME

Vor dieser Temperierung lag der Kammerton (Grundton, auf den das Orchester eingestimmt wird) in Deutschland bei etwa 415 Hertz (Schwingungen pro Sekunde). Der Kammerton wurde immer weiter angehoben und beträgt heute 440 HZ. Eine Entwicklung, die der Dirigent Herbert von Karajan, 1930 erster Kapellmeister in Ulm, forcierte. Durch die Anhebung entsteht mehr Brillanz, die Töne klingen exakter. Das Ohr wird gezwungen, sich auf diese neue Hörerfahrung einzustimmen, was Spannung erzeugt, aber auch mehr Aufwand. Der Zuhörer empfindet es zunächst besser, aber gesundheitlich gesehen tritt kein entspannter Zustand ein, da weniger „Wärme“ transportiert wird.



Zum anderen liegt diese Misstimmung an der falschen Atmung. Die in den westlichen Industrienationen verbreitete Hoch- bzw. Schreckatmung führt zu einer Belastung im Kopf- und Halsbereich und drückt die Ohrmuschel zusammen. Mit gezielten Übungen kann man die Atmung über das Zwerchfell tiefer stellen. Das Ohrlabirynth (s. Abb.) ist mit dem Quintenzirkel verbunden, so wie es eine Verbindung zwischen Atmung, Stimme und Hörvermögen gibt. Dadurch können wir ein besseres akustisches Empfinden entwickeln, auch Pfeifgeräusche oder Tinnitus können dadurch behoben werden.



# SEHNSUCHT NACH WEIBLICHKEIT ganz & glücklich ©

**Superfrauen, Supermütter, Karrierefrauen**, das sind alles nur Rollen. Frauen vertrauen dem Leben nicht, den Männern nicht, anderen Frauen nicht und auch nicht mehr ihrem eigenen Körper. Wir Frauen tragen alle eine Wunde in uns die immer wieder sagt: „So wie ich bin, bin ich nicht richtig“. Der Konkurrenzdruck ist groß, am liebsten sagen wir: „Bei mir läuft alles super!“ Frauen kümmern sich um Kinder, Männer, Beruf und den Hund und wer kümmert sich um die Frauen? Was wünschen wir Frauen uns denn? Kraft, Freude, Lebendigkeit, Liebe und all das steckt in unserer Weiblichkeit, alles nach dem wir suchen, ist längst da, denn in jedem Samenkorn ist bereits die vollständige Pflanze in ihrer ganzen Schönheit angelegt.

keine Vorbilder. Frauen sind familiär und gesellschaftlich geprägt, werden täglich von Bildern und Fakten überflutet und glauben, es gäbe da draußen einen perfekten Weg für ihr Leben. In Sachen Weiblichkeit und Schönheit ist die Verwirrung groß. Welche Frau sagt schon von sich „ich bin das göttlichste Wesen im Universum“, da wo Frauen verletzlich sind, bauen Sie eine Rolle davor. Wir sind so weit weg von uns und haben so viele ängstliche Überreaktionen in unserem Körper, wir machen dicht und viele Frauen verstehen sich nicht mehr. Viele Frauen sind so sehr im Außen beschäftigt, dass ihr Inneres leer, kalt und verunsichert bleibt. Frauen haben sich an diesen unnatürlichen Zustand gewöhnt. Es ist die Zeit für eine Zeit nach der Emanzipation, eine sanfte weibliche Wandlung ein neuer Weg der Frauen.

Wir Frauen können heute alles tun, dank der Emanzipation, doch jede Frau hat ihren ganz eigenen Weg. Für die neue Weiblichkeit gibt es

Sie sind nicht alleine mit Ihrer Sehnsucht nach Weiblichkeit! Ihre Carmen Weisshaupt

### SEMINAR 1: Sehnsucht nach Weiblichkeit – Was Frauen ganz & glücklich macht

Da ist diese Sehnsucht in Ihnen, dass es noch mehr gibt im Leben einer Frau...“ich weiß nicht mehr was ich fühle, alles staut sich auf...mein Beziehung liegt brach... meine Sexualität erfüllt mich nicht mehr...ich habe meine Weiblichkeit verloren...ich fühle mich nicht ganz und sehne mich nach meinem Weg“. Eine Entdeckungsreise in die eigene starke Weiblichkeit. Jetzt ist die Zeit nach der Emanzipation...eine sanfte weibliche Wandlung.  
Termine: 25.09./16.10./28.10./27.11./18.12.2010;  
Zeit: 9-17 Uhr; Investition: 140,- EUR

### SEMINAR 2: Selbst(+)bewusst(+)sein – Du bist besser als du denkst

Frauen zweifeln an ihren Fähigkeiten, an ihrem Wert stellen ihr Licht unter den Scheffel. Dieses Seminar richtet sich an Frauen, die ihr Selbstwertgefühl verloren haben oder trotz Erfolg sich nicht erfolgreich fühlen. Wir gehen auf den Weg, der Ihnen Ihr Selbstwertgefühl zurückgibt. Kommen Sie mit. Es ist Ihr Weg. Ein starkes Selbst ist der Garant für Lebenszufriedenheit, Gesundheit und Erfolg.  
Termine: 30.09./14.10./30.10./25.11./11.12.2010,  
Zeit: 9-17 Uhr; Investition: 140,- EUR

### SEMINAR 3: Lebensfreudrückholprogramm – balancieren Sie Ihren Stress einfach aus

Der Alltag hält uns Frauen immer mehr umfassen. Es gelingt nicht mehr, die Batterien einmal aufzuladen. Immer öfter denkt man: „Das kann so nicht weiter gehen!“ Was erwartet Sie? Lebensfreude, Spaß, Bewegung, Entspannung, Leichtigkeit und vieles mehr...einfach mal einen Tage lang nur für sich selbst da sein. Wieder einmal lachen. So richtig herzlich und losgelöst Frau sein unter Frauen und dieses Gefühl mit in den Alltag nehmen.  
Termin: 23.10./20.11./04.12.2010, Zeit: 9-17 Uhr;  
Investition: 140,- EUR

...WEIL DU ALS FRAU DIE WAHL HAST – CHANGE YOUR LIFE



**CARMEN WEISSHAUPT**  
Praxis für ganzheitliche Persönlichkeitsentwicklung  
FRAUENSEMINARE, COACHING & MORE

Frauenseminare - Frauenwege: Investieren Sie in Ihre Persönlichkeit und in Ihren inneren Wert und Schönheit

Carmen Weisshaupt, Frauencoaching, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Hauptstraße 6, 89257 Illertissen  
Telefon 07303 1 90 58 91, Fax 03212 1 9229440, info@carmen-weisshaupt.de, www.carmen-weisshaupt.de