

# “Entschleunige Dich! Dein Leben ist schnell genug!”

## Ein Entschleunigungs-Projekt für den “All-Tag”

Der immer schnellere Takt unserer Computer- und Technikwelt hat uns längst in seinen Rhythmus gezwungen. Die Hektik des modernen Lebensalltags lässt uns vielfach den Kontakt zur eigenen Mitte und zur ruhenden Basis verlieren. Aber wo liegt diese "ruhende Basis"? Wo kann man ihn spüren – den Herzschlag der Natur? Den ursprünglichen Puls des Lebens?

Man findet ihn in jenen "Evolutions-Frequenzen", die unser Menschenleben erst ermöglicht haben: Zum Beispiel im Rhythmus unseres 24 Stunden-Tages – des "All-Tags" oder im 365-tägigen Rhythmus unseres Jahres. Hier pulsieren die Rhythmusgeber unserer chronobiologischen Körperuhren. Und auf genau diese "Evolutions-Frequenzen" sind Musik und Film des Entschleunigungs-Projektes *"tOM Sonnentrommler - Die Geburt der Sonnentrommel"* eingestimmt: In der Tradition von Pythagoras und Johannes Kepler wurden auf Grundlage einer Berechnungsformel des Schweizer Mathematikers und Musikwissenschaftlers Hans Cousto die Klänge unseres Universums mit wissenschaftlicher Genauigkeit promillegenau in den menschlichen Hörbereich gebracht. Spezielle Tonstudiogeräte – und nicht zuletzt auch Instrumente wie die "Sonnentrommel" selbst, wurden extra für dieses ungewöhnliche Projekt entwickelt und gebaut.

Die Musik führt dabei aus dem derzeit üblichen "Norm-Standard-Stimmton westlicher Musik" in die "wirklichen Naturfrequenzen unserer Welt". Es entstand ein erdender "Stimmprozess", welcher die Entspannung der ZuhörerInnen u.a. über die Bildung von Alphawellen im Gehirn fördert und eine beruhigende, entschleunigende Wirkung hat. Hierfür wurden ebenso Erkenntnisse der Hirnforschung berücksichtigt, wie auch "eine Schamanin für den ethnologischen Hintergrund des Trommelbaus" hinzugezogen: "Die Geburt der Sonnentrommel" ist eine Versöhnung von Kopf und Bauch.

---

tOM Sonnentrommler ist Thomas Grube: Thomas Grube arbeitet in doppelter Hinsicht mit "Stars und Sternchen": Als Stimmbildner und Vocalcoach steht er hinter vielen nationalen und internationalen Stars. Ob Eurovision Songcontest oder Nummer-Eins-Act der aktuellen Pop-Charts: In der Musikbranche als "DERGRUBE" bekannt, legt er in seinen Ausbildungen neben der rein handwerklichen Wissensvermittlung insbesondere auf die "innere, menschliche Entwicklung" der von ihm betreuten Künstlerinnen und Künstler großen Wert. Und eben dieser "Blick nach Innen" führte den Musik- und Filmproduzenten auch zur zweiten Seite seiner "Sternenarbeit" – zu seiner Reise aus dem heutigen Kammerton in die wirklichen Frequenzen unseres Universums.

Umfangreiche Informationen gibt es im Internet unter: [www.tOM-Sonnentrommler.de](http://www.tOM-Sonnentrommler.de), [www.planetware.de](http://www.planetware.de) oder [www.DERGRUBE.de](http://www.DERGRUBE.de)