

**Maximilian Moser – Impulsreferat / Workshop**  
**Mario Mayrhofer - Workshop**

**Impulsreferat:**

Chronomedizin – Rhythmus in Gesundheit und Krankheit

Biologische Rhythmen sind zeitliche Stütz- und Bewegungsorgane des lebenden Organismus. Ihr Zusammenwirken stimmt die physischen Organsysteme aufeinander ab und ist eine der Voraussetzungen von Gesundheit. Bei chronischen Erkrankungen wie der Krebserkrankung sind diese Rhythmen gestört und verflacht. Dauernde Störungen der natürlichen Rhythmik schwächen die Funktion des Immunsystems und führen zu einem erhöhten Risiko, an Krebs zu erkranken. Auch Stress und die Überlastung des Sinnes- und Nervensystems stellen „Rhythmusräuber“ dar, die zunächst zu funktionellen Störungen, bei längerer Einwirkung zu organischen Erkrankungen führen können. Dem stehen Rhythmusgeber und „Chronamine“ gegenüber, die uns helfen, die natürliche Rhythmik wieder herzustellen und die Basis für eine bleibende Gesundheit schaffen. Insbesondere anthroposophische Kunsttherapie wie Sprachgestaltung und Eurythmie, aber auch Gesang und mantrische Meditation haben sich als Rhythmusgeber erwiesen, die im praktischen Einsatz erstaunliche Wirkungen auf Unfallrisiko, Stressresistenz und Schlafqualität zeigen.

**Workshop:**

Biologische Rhythmen zeigen innere Zusammenhänge, die auf ein „rhythmisches System“ jenseits von Raum, Energie und Materie schließen lassen. Nicht nur räumlich, auch im zeitlichen Bereich ist der menschliche Organismus hochkomplex gegliedert. Die Zusammenarbeit der Rhythmen ist besonders gut im menschlichen Herzen zu sehen, das einen Spiegel der gesamten Körperrhythmik darstellt. In der Herzratenvariabilität wird diese Rhythmik darstellbar und wird im Workshop selbst erlebbar.

Moderne Messgeräte aus der Weltraummedizin ermöglichen die direkte nichtinvasive Darstellung dieser komplexen Rhythmik und ermöglichen Einblicke in die Auswirkung verschiedener Interventionen.

Interessenten für den Workshop ersuchen wir um Übersendung einer kurzen Biografie und spezieller Interessen an [techne@aon.at](mailto:techne@aon.at).