

## Die Harmonie biologischer Rhythmen

Rhythmen bilden die bedeutendsten Grundphänomene in allen biologischen Systemen. Musikproduzenten wissen, dass Songs, deren Rhythmus dem Herzschlag oder Schrittrhythmus entspricht, eine wichtige Voraussetzung für den Erfolg mitbringen. Unser Leben wird von rhythmischen Zyklen geprägt. Chronobiologen sind bisher etwa 50 körpereigene Rhythmen mit ihren typischen Frequenzen bekannt (Abb. 2/2.2). Der Rhythmus des Herzens stellt dabei nur einen von vielen dar.

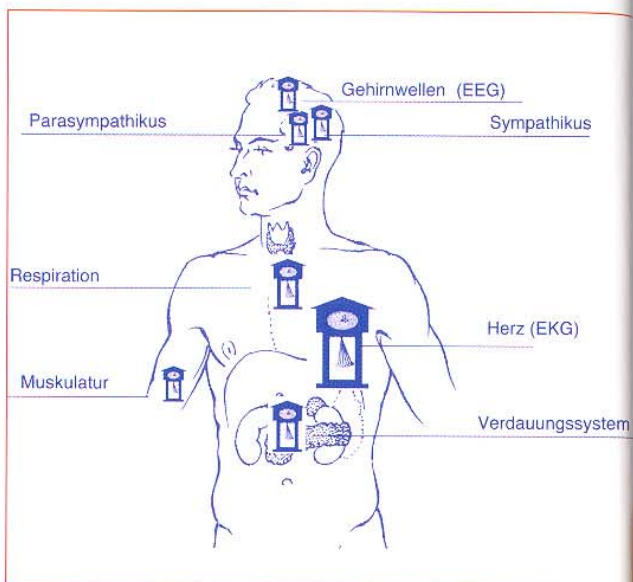


Abb. 2/2.2: Biologische Rhythmen

Mithilfe computergestützter Programme ist es heute sogar möglich, die komplexen Wechselwirkungen von unterschiedlichen oszillierenden Systemen zu beobachten, zu beschreiben, zu visualisieren und vorherzusagen. Bereits 1939 konnte Erich von Holst nachweisen, dass zwei Prinzipien die physiologisch-rhythmischen Phänomene steuern: der **Magneteffekt** und die **Überlagerung**. Treffen zwei Rhythmen aufeinander, kommt es zum **Einkopplungseffekt**, d. h. einem wechselseitigen Einschwingen (**Entrainment**). Dabei kann ein Rhythmus mit einem anderen synchronisiert werden.

Das Herz ist mit einer Leistung von 2,4 Watt die stärkste elektromagnetische Kraftquelle im Organismus. Das erzeugte Reizfeld lässt sich in allen menschlichen Zellen nachweisen, was Mediziner wie selbstverständlich nutzen, wenn sie die „Herzströme“ (das EKG) durch an Händen und Beinen angelegte Elektroden messen. Das vom Herz erzeugte elektromagnetische Feld wird auch von anderen Menschen wahrgenommen, was entsprechende Hirnstrommessungen (EEG) belegen.

Manche Menschen können die von anderen Menschen ausgesendeten elektromagnetischen Signale auch bewusst wahrnehmen, was sich in sprachlichen Floskeln wie „Es