

CHI-SPEZIALIST DR. CHI: ATMEN SIE SICH GESUND MIT AIRNERGY

Jibin Chi MD.MBA.MBI
CHI Awakening Academy, Sweden

DER ATEM DES LEBENS

Die Atmung ist ein wesentlicher Teil des Lebens und verbindet Körper und Geist wie nichts anderes. In der Heiligen Schrift (Genesis 2:7) heißt es: "Da formte Gott, der Herr, den Menschen aus Erde vom Ackerboden und blies in seine Nase den Lebensatem. So wurde der Mensch zu einem lebendigen Wesen". Der Atem ist mehr als nur eine Sauerstoffquelle für das Leben; er ist das Tor zur Aktivierung des Prana, der zentralen Lebenskraft in der Yoga-Tradition bzw. des Chi in den Übungswegen des alten China. Er reguliert nicht nur alle physiologischen Funktionen unseres Körpers, sondern bildet auch die Energie unseres Bewusstseins. Dieser Glaube wird auch unterstützt durch die aristotelische Philosophie, wonach uns die Luft mit Seele, Leben und Bewusstsein ausstattet.

Die Gewebshypoxie ist inzwischen als Ursache von Krebs, Herzerkrankungen, chronischer Müdigkeit und einer Vielzahl anderer Gesundheitsprobleme anerkannt. Alle chronischen Schmerzen, Leiden und Krankheiten werden durch einen Sauerstoffmangel auf Zellebene verursacht. Die wahre Kraft des Atems geht jedoch weit über den bloßen Wert des Sauerstoffs hinaus. Die moderne Wissenschaft hat eine enge Beziehung zwischen dem Atem und der zellulären Energie aufgedeckt.

Die Lebenskraft, die den Körper belebt, ist schwingende zelluläre Energie, und das elektromagnetische Feld umgibt und durchdringt den Körper. Der menschliche Körper ist eine elektrisch geladene Einheit, die ständig von der Lebensenergie beeinflusst wird. Diese Energie ist in uns und überall um uns herum, von der Sonne bis zum Magnetfeld der Erde. Die Materie macht nur 4 % des Universums aus, und dasselbe gilt für den menschlichen Körper auf der Ebene der Moleküle und Elektronen. Nichts ist ohne den deterministischen Faktor dieser vitalen Energiekraft möglich, vom einfachen Nervenimpuls bis zur Organregulierung und DNA-Aktivierung.

Gleichzeitig produziert unser Körper ständig Strom, ein Phänomen, das als piezoelektrischer Effekt bekannt ist. Wenn mechanischer Druck auf den menschlichen Körper ausgeübt wird, führt diese mechanische Anregung direkt zur Erzeugung eines piezoelektrischen Stroms im menschlichen Körper, was als piezoelektrische Eigenschaft bekannt ist. Sämtliche strukturellen Elemente des menschlichen Körpers (wie Proteine, DNA, Zellen und Gewebe) können mechanische Energie in elektrischen Strom umwandeln. Infolgedessen ist die Atmung mehr als nur die Aufnahme von Sauerstoff; sie ist auch ein entscheidender Mechanismus für die Umwandlung und Erzeugung von elektrischer Energie in Koordination mit der uns umgebenden Lebenskraft.

In dieser Hinsicht ist sogar das Sauerstoffmolekül in unserem Atem paramagnetisch, was bedeutet, dass es von der gleichen Lebenskraft beherrscht wird. Dies ist eine wichtige Eigenschaft des Sauerstoffs, die zu seinem Gesamtnutzen für die Gesundheit beiträgt. Tatsächlich ist die einzige "Währung", die unser Körper zur Erhaltung unserer Gesundheit und unseres Wohlbefindens nutzt und erkennt, der elektrische Impuls und der damit verbundene Elektronentransfer.

Wenn wir also den Begriff "Währung" verwenden, kann man sich den Sauerstoff als die "Papierwährungen" von Euro oder Dollar vorstellen. Das Elektron ist jedoch das wahre "Gold", das einen echten Wert darstellt. In diesem

Sinne ist die Atmung der essentielle Schrittmacher für den Stoffwechsel, der unseren Körper, unseren Geist und unsere Seele rhythmisch reguliert.

ATMUNG UND GESUNDHEIT

Die meisten von uns atmen unbewusst und nehmen dies als selbstverständlich hin. Das Atmen muss die wichtigste Lektion sein, die wir aus der COVID19-Pandemie zu lernen haben. COVID19 wird klinisch als eine grippeähnliche Atemwegserkrankung eingestuft, ist aber weit mehr als das. Kurzatmigkeit und ein Gefühl der Atemlosigkeit sind ein Schlüsselsymptom, das mit einer Reihe von langfristigen kardiovaskulären, neurologischen und psychologischen Folgen in Verbindung gebracht wird.

Man hat zahlreiche klinische Studien durchgeführt, um die Unterschiede im Atemmuster von gesunden Menschen und von Patienten mit unterschiedlichen Erkrankungen zu erforschen. Die normale Atemfrequenz eines gesunden Menschen liegt bei 6-7 Litern Luft pro Minute. Menschen mit Diabetes, Herzerkrankungen, Asthma, Krebs, Bluthochdruck und COPD hingegen atmen aufgrund von Energiemangel in der Regel doppelt oder dreimal so viel Luft wie normal. Bei Krankheiten ist eine Erhöhung der Atemfrequenz eine natürliche Reaktion auf den Energiemangel. Das Gleiche geschieht auch bei Menschen mit Herzinsuffizienz; ihre Herzfrequenz steigt als Reaktion darauf an.

Eine effiziente tiefe und langsame Atmung hilft bei der Aktivierung des parasympathischen Nervensystems, das für Entspannung, Verdauung und den Energiehaushalt zuständig ist. Aufgrund von Krankheiten oder falscher Atmung aktiviert eine ineffiziente flache Atmung das sympathische Nervensystem, das für die Stressreaktionen von "Kampf oder Flucht" verantwortlich ist.

Atem-basierte Übungen und Therapien finden derzeit wieder Eingang in die medizinische Fachwelt. Auch hier gilt, dass der Schlüssel zur Atmung nicht einfach der Sauerstoff ist, sondern die damit verbundene essenzielle elektrische Lebenskraft. Die Luft, die wir atmen, ist entscheidend für das Vorhandensein dieser Lebenskraft, nicht nur die Konzentration der verschiedenen Gase wie Sauerstoff oder Stickstoff. Das ist der Grund, warum uns das Atmen im Wald, in der Nähe eines Wasserfalls oder auch nur nach einem stürmischen Regen ein so gutes Gefühl gibt.

Daraus folgt, dass Gesundheit durch Atmung keine pseudowissenschaftliche Behauptung, sondern ein altes, verlorenes Geheimnis für die moderne Gesundheit ist.

ZWEI UNTERSCHIEDLICHE ANSÄTZE ZUR VERBESSERUNG DER ATMUNG

Was die Atemübungen betrifft, so gibt es zwei unterschiedliche Schulen und Herangehensweisen. Die erste ist eine technik-basierte Atemkunst, und die zweite ist eine auf dem Luftgehalt basierende Atemmanipulation.

Verschiedene uralte spirituelle und körperliche Atemübungen beruhen auf der Beherrschung der Atemkunst. Darüber hinaus wurden in den letzten Jahren viele wissenschafts-basierte New-Age-Atemübungen eingeführt. Diese Praktiken und Methoden werden typischerweise als technik-basiert eingestuft. Es gibt jedoch einen bedeutenden Unterschied in der Ausrichtung der Atemtechniken innerhalb dieser Kategorie.

Moderne Techniken konzentrieren sich im Allgemeinen auf die mechanische Stärkung der Zwerchfellbewegung, um das Volumen der Sauerstoffaufnahme zu erhöhen. Alte Praktiken wie Yoga und Chi Gong zielen hingegen auf die Aktivierung der vitalen Lebenskraft ab. Daher gehen die Wirkungen dieser Art von Atemtechniken über den physischen Bereich hinaus und sind sehr begehrt, aber schwer zu erreichen. Bei der zweiten Kategorie von Atemtechniken geht es eher darum, den Inhalt der Luft zu manipulieren, um die besten gesundheitlichen Vorteile zu erzielen. Dies ist der aktuelle medizinische Ansatz mit sauerstoff-angereicherten Atemgeräten oder hyperbaren Sauerstoffkammern. Sie werden meist von Angehörigen der Gesundheitsberufe zur Unterstützung von Patienten eingesetzt oder auch von Athleten im Sport-Training. Abgesehen davon ist die einzige Möglichkeit, den Inhalt der Luft zu verändern, ein Leben in der Natur. Deshalb lebten die alten Yogis und Meister der Kampfkünste in abgelegenen Bergen oder Wäldern, um ihre Ziele zu erreichen und höchstmögliche Lebenskraft zu bewahren. Das ist etwas, was sich die moderne Generation wünscht, was aber aufgrund von Hektik in Beruf und Familie und einem großstädtischen gesellschaftlichen Lebensstil fast unmöglich zu erreichen ist.

AIRNERGY IST EINE KLASSE FÜR SICH – ZWEI ANSÄTZE IN EINEM

Die Wissenschaft, die dem Airnergy-System zugrunde liegt, geht auf die weltberühmten Arbeiten von Dr. Otto Warburg zurück, einem Nobelpreisträger, der bei der Erforschung der Photosynthese und der Zellatmung Pionierarbeit geleistet hat. Er entdeckte, dass die Fotosynthese ein zweistufiger Prozess ist, der es den Pflanzen ermöglicht, Sonnenenergie in chemische Energie umzuwandeln, die in Zuckerverbindungen gespeichert wird. Bei diesem Prozess setzen die Pflanzen Sauerstoff frei, der dem Menschen als Energiequelle zum Atmen dient.

Dies ist bis heute die Grundlage der wissenschaftlichen Erkenntnisse über Sauerstoff und Zellatmung. Es gibt jedoch eine unbeantwortete Frage in dieser Wissenschaft der Photosynthese und des Lebens. Wie wir alle wissen, ist das Sonnenlicht nicht nur elektrisch, sondern auch magnetisch. Was passiert also mit der magnetischen Kraft während der Photosynthese? Die Photosynthese ist ein quantitativer Prozess, der über die einfache Übertragung von elektrischer und chemischer Energie hinausgeht. Die moderne wissenschaftliche Forschung hat gezeigt, dass das Licht für die Zellatmung bis hinein in die Mitochondrien, den Kraftwerken der Zelle, erforderlich ist. Dies veranschaulicht, dass sowohl die elektrischen als auch die magnetischen Aspekte des Sonnenlichts für die Atmung und das Leben wichtig sind. Diese Erkenntnis entspricht dem Wesen der Atmung, das wir weiter oben in diesem Artikel besprochen haben.

Das Licht ist also die ultimative Input-Quelle für die Aktivierung der Luft, die wir einatmen, und für den Sauerstoff, den wir über die Atmung aufnehmen. Bei diesem Prozess wird die Energie auf zwei Arten übertragen. Der elektrochemische Übertragungsprozess, der sich typischerweise im sauerstofforientierten Atem-Ansatz widerspiegelt, ist das eine Beispiel. Das andere Beispiel ist der elektromagnetische Übertragungsprozess, der die Grundlage der alten Atemtechniken bildet. Dies bringt uns zum grundlegenden Unterschied zwischen der Airnergy-Technologie und allen anderen Atemtechniken bzw. Atem-Ansätzen.

Die Airnergy-Technologie hat auf geniale Weise das Prinzip der Photosynthese mit der firmeneigenen Lichtaktivierungsmethodik kombiniert, um die grundlegende Natur der Lebenskraftübertragung durch Licht, Photosynthese und Atmung nachzuahmen:

- Die biomimetische Lichtquelle liefert den erforderlichen elektromagnetischen Energie-Input zur Aktivierung der Photosynthese in der gleichen Weise, wie dies durch das Sonnenlicht geschieht.

- Das für die Lichtquelle ausgewählte Lichtspektrum basiert auf der Bandbreite, welche die größte Photosynthese-Reaktion erzielt.
- Wasser ist das beste Medium und die beste Lebensmatrix für die Speicherung elektrischer, magnetischer und chemischer Energien in ihren flüchtigen molekularen Formen. Airnergy nutzt die Vorteile von Mutter Natur durch Einleiten der aktivierten Luftenergie in eine Wasserflasche mit zusätzlicher Lichtstimulation.
- Die Atmung über eine Nasenbrille ist der beste Weg, um die geistig-körperliche Kohärenz für Wohlbefinden und Gesundheit zu erreichen.

Darüber hinaus hat die Airnergy-Technologie ein Luftreinigungsverfahren entwickelt, das toxische Elemente und Schadstoffe aus der Luft entfernt. Die Luftverschmutzung ist heute eine der Hauptursachen für Tod und Krankheit, einschließlich Krebs, Asthma, COPD, Diabetes, Fettleibigkeit, systemische Entzündungen, Alzheimer und Demenz. Es ist das größte umweltbedingte Gesundheitsrisiko in Europa und auf der ganzen Welt. Die Internationale Agentur für Krebsforschung hat Feinstaub (Partikelgröße PM 2,5) als die Hauptursache für Krebs identifiziert. Im Jahr 2019 trug er außerdem zu über 300.000 vorzeitigen Todesfällen allein in den EU-Mitgliedstaaten bei.

ATMEN SIE SICH GESUND MIT AIRNERGY

Wir hören oft, dass Nahrung die beste Medizin sei; lass die Nahrung deine Medizin sein und Medizin deine Nahrung. Haben wir in diesem Zusammenhang schon einmal über die Rolle der Luft nachgedacht? Wir machen etwa 22.000 Atemzüge pro Tag, das entspricht 11.000 Litern Luft. Wir können wochenlang ohne Nahrung und tagelang ohne Wasser auskommen. Doch wir können nicht einmal einige wenige Minuten ohne Atmung überleben. Ungesunde Atmung und verschmutzte Luft haben zur Folge, dass wir nicht gesund sind. Richtig zu atmen bedeutet, richtig zu leben. Unser Leben wird nicht nur daran gemessen, wie viele Atemzüge wir machen, sondern auch an den Momenten, die uns den Atem rauben.

Das Atmen ist das schönste Geschenk der Natur. Airnergy verändert die Art und Weise, wie Sie atmen. Vor allem aber verändert es die Luft, die Sie atmen.

Die geheime Magie des Lebens liegt direkt vor Ihrer Nase; atmen Sie sich gesund mit Airnergy!