

Vorwort zur 2. deutschen Ausgabe

Prof.Dr.habil. Vladimir Titovitch Nazarov war Spitzensportler und Wissenschaftler, ein ewig Fragender, kritischer Beobachter und Philosoph. Als studierter Anatom und Physiologe brachten ihn die persönlichen Erfahrungen in seiner Sportlerkarriere zur Biomechanik und im Detail damit zu einer Fragestellung, die ihn sein Leben lang nicht mehr losließ: Sind unsere permanent vibrierenden Muskeln mehr als nur reine Bewegungsorgane unseres Körpers?

Nach der Entdeckung neuer Zusammenhänge zwischen Muskeln und Blutzirkulation stellte er sich die Frage, warum unsere Muskeln überhaupt vibrieren? Eine Antwort darauf ist die von ihm so genannte Ionentheorie.

Wie so oft, gebar jedoch jede zu den beobachteten Lebenserscheinungen gewonnene Erkenntnis 2 neue Fragen: Was ist der Motor des Lebendigen? Wie sind das Leben und seine Funktionen zu erklären? Lassen sich grundlegende Gesetzmäßigkeiten und Unterschiede zwischen lebendiger und unlebendiger Materie aufdecken? Läßt sich damit Leben konstruieren?

Prof. Nazarov's Ideen und Antworten dazu sind originell und vielversprechend. Seine hier vorgestellte Ionentheorie als der gefundene „Motor des Lebendigen“ ist nicht nur Basis für den Stoffaustausch jeder einzelnen Zelle, sondern dient als universelles Modell für eine Vielzahl physiologischer Funktionen. Sie bietet plausible Erklärungen sowohl für bekannte Prozesse, wie auch für bisherige Paradoxa aus einer ganz anderen, nämlich aus biomechanisch-physikalischer Sicht.

Es ist das große Verdienst von Prof. Nazarov, diese neue Sichtweise mit all ihrem Facettenreichtum in die Welt gebracht zu haben.

Die Physiologie teilt sich nach seinen Worten in zwei Hauptgebiete:

- Biochemie und • Biomechanik.

Letztere schien ihm noch nicht ausreichend erforscht, obwohl doch das Zusammenführen der Reaktionspartner, d.h. der *Stofftransport ohne Umwandlung*, die primäre Voraussetzung für jede chemische Reaktion ist.

Seine Forschungen führten ihn von der mathematischen Modellierung räumlicher Bewegungen des Sportlers zur Erkenntnis, daß unsere Skelettmuskeln essentielle Motoren für unseren Blutkreislauf sind.

Seit 1974, nach Fertigstellung seines Werkes zur neuen Biomechanik, beschäftigte sich Prof. Nazarov mit Forschungen zur Muskelvibration. 1976/77 entstanden erste experimentelle Geräte zur Muskeldehnung, die im Ergebnis zu einer der wichtigsten Entdeckungen in praktischer Anwendung am Menschen führten: der **Biomechanischen Stimulation**, kurz BMS.

Die heute als Nazarov-Stimulation bekannte Methode zur Steigerung von Muskelkraft, Ausdauer und Beweglichkeit sowie zur Entwicklung von Muskelgefühl, Muskelgedächtnis, Muskelgehorsam und Muskelkoordination wurde von Prof.Dr.habil. Vladimir T. Nazarov 1977 in Riga (Lettland) für den Hochleistungssport entwickelt und in der ehemaligen Sowjetunion patentiert. Diese neue Art der Muskelstimulation publizierte Prof. Nazarov im selben Jahr erstmals auf dem 6. Internationalen Kongreß zur Biomechanik in Kopenhagen. Weitere Vorträge folgten, z.B. auf dem 7. Weltkongreß zur Biomechanik 1978 in Polen.

Die Nazarov-Stimulation bildet durch mechanische Vibrationen genau definierter Art die natürliche Muskelarbeit nach und ist ca. 10-100fach effektiver als konventionelles Training. Sie ist eine nichtinvasive Methode und ohne eigene Willensanstrengung des Trainierenden wirksam, so daß sie z.B. auch am gelähmten Muskel möglich ist.

Diese Methode fand nicht nur im (Leistungs-)Sport und in der Kosmetik Anwendung, sondern wird heute auch als „Medizin des 21. Jahrhunderts“ bezeichnet.

1986 erschien sein Buch „Biomechanische Stimulation: Realität und Hoffnungen“. 1996, genau zehn Jahre später, publizierte er das Buch „Optimierung des Menschen“.

Die makroskopische Ebene des Stofftransports in unserem Organismus war auf mikroskopische Gebilde in Muskeln zurückzuführen. Die

Bedeutsamkeit, räumliche Dimensionen auch in biomechanischen Prozessen zu berücksichtigen, führte Prof. Nazarov zur Betrachtung nanoskopischer Strukturen, in denen teilweise andere physikalische Gesetzmäßigkeiten gelten und Kräfte wirksam werden, die in der Mikro- und Makrowelt kaum relevant und dort vernachlässigbar sind.

In diesen Dimensionen des Nanokosmos wurde seine Idee zur Ionentheorie geboren.

Nach seiner festen Überzeugung liegen BMS & Ionentheorie auf einer neuen, die Biomechanik mit Biologie und Physiologie verbindenden Magistrale, die für die Ewigkeit Bestand hat. Seine Erkenntnisse sind nicht rein theoretisch-technischer Art, sondern sind direkt und unmittelbar mit dem Leben verbunden. Er betrachtete die Welt aus einer eigenen philosophischen Sicht, obwohl er der Philosophie im allgemeinen skeptisch gegenüberstand. Die von ihm entwickelten Geräte nutzen Technik, obwohl er der heute gängigen Technikgläubigkeit abhold war. Gedanklich Materialist, waren die „materiellen Dinge dieser Welt“ für ihn dennoch unwichtig. Er lebte erdverbunden, gesellschaftlich und geschichtlich als Freigeist, mit russischem Humor, bescheiden und einfach. Der rote Faden, an dem er sein Wirken und Wollen festmachte: „Jede Wissenschaft, egal ob geistige Philosophie oder praktische Naturwissenschaft sollte dem Leben dienen und mit ihm verbunden sein, denn sonst sind gewonnene Erkenntnisse am Ende nutzlos.“

Sein Leitspruch: „Leben ist leben!“ (Und umgekehrt: „leben ist Leben“!)

Obwohl gerade die experimentell vorangetriebene Biomechanische Stimulation körperliche Leistungsreserven zugänglich machte, wandte er sich im späteren Leben bewußt vom Leistungssport ab. Das galt auch für alle anderen Extrema, die nach seiner Ansicht vom physiologischen Normalzustand wegführen und damit nicht der Gesundheit dienen.

Konträr zum Transhumanismus war es sein Ziel, statt künstlichem Ersatz und Entkopplung von der Natur, mit der BMS das im Menschen grundlegend Vorhandene zu entfalten, dessen Lebenskraft zu stärken, natürlich gegebenen Ressourcen und Funktionen wiederherzustellen und

zu optimieren. In diesem Sinne standen für ihn Prophylaxe und Erhalt der Gesundheit mit BMS im Rang vor deren therapeutischer Anwendung. Laut Prof. Nazarov ersetzt BMS nicht die eigene körperliche Bewegung, doch: „Jeder Mensch, ausnahmslos, braucht BMS, wenn er gesünder sein, besser aussehen und länger leben will! Sie gehört zur Ewigkeit.“

Seit 1993 verbrachte Prof. Nazarov regelmäßig mehrere Monate im Jahr in der 1. deutschen Zweigstelle des Nazarov-Instituts bei uns in Bad Lobenstein in Thüringen.

Hier arbeitete er wissenschaftlich, hielt Vorlesungen und Seminare, gab mit unserer Hilfe und Organisation Schulungen und Weiterbildungen. Manchmal diskutierten wir stundenlang bei gemeinsamen Essen, im Büro oder während der Therapie seine neuen Vorstellungen. Die deutschen Übersetzungen seiner Schriften weichen deshalb in einigen wichtigen Details von den russischen Originalen ab, da Unklarheiten korrigiert und Ergänzungen eingeschoben wurden.

Bad Lobenstein ist die Geburtsstätte für ein Gros seiner neuen Ideen.

Wir vermissen die tiefgründigen philosophischen Gespräche mit ihm schmerzlich.

Seit dem Jahr 2000 erschienen zur BMS weitere 6 Schriften mit neuen Hypothesen:

„Neuro-Muskuläres Zusammenwirken“, „Das Nervensystem“, „Höhere Nerventätigkeit“, „Konstruktion des Lebens“, „Ionenkanäle“, „Embryogenese, Immunität, Krebs“ und auch philosophische Schriften.

Im vorliegenden Buch faßte Prof. Nazarov im Jahr 2006 alle seine o.g. Schriften überarbeitet auf neuem Niveau zusammen.

Die 2. deutsche Ausgabe, die Sie hier in Händen halten, wurde mit einigen Ergänzungen und Korrekturen textlich komplett überarbeitet.

Wir wünschen Ihnen eine spannende Lektüre!



Lutz-Thomas Alexander Herrmann



Robert Herrmann