

# Inhalt

Vorwort	8
<b>Teil ①: Mensch und Energie</b>	<b>10</b>
Energie bedeutet Leben	12
Pflanzen, Menschen, Tiere – eine Energie-Symbiose	14
Die Zelle	19
Zellforschung am Rand der etablierten Wissenschaft	26
Die Mitochondrien – Kraftwerke der Zellen	31
Die Reise des Sauerstoffs zu den Zellen	38
Die Reise der Nährstoffe zu den Zellen	41
<b>Teil ②: Die Energiebereitstellung in der Zelle</b>	<b>48</b>
ATP und ADP	52
NAD und FAD	53
Die Glykolyse	54
Die Pyruvat-Decarboxylierung	57
Die Beta-Oxidation der Fettsäuren	59
Der Zitronensäurezyklus –	
Drehscheibe des Stoffwechsels	61
Die Atmungskette und die oxidative Phosphorylierung	64
Die Glukoneogenese	67
Die Ketonkörpersynthese	68
Weitere Wege der Energiebereitstellung	69
Die Steuerung des Energiebedarfs –	
Die Kommunikation der Zellen und Mitochondrien	70

<b>Teil ③: Der feinstoffliche Energiestoffwechsel</b>	<b>82</b>
Jenseits der Wissenschaft	84
Das Geheimnis unserer Lebensqualität und Lebensenergie	85
Feinstoffliche Energie	85
Das feinstoffliche Energiesystem	88
Feinstoffliche Energiequellen –	
Quellen unserer Lebenskraft und Lebensenergie	101
Das Bewusstsein und die Mitochondrien	130
<b>Teil ④: Die Folgen von Energiemangel</b>	<b>134</b>
Primäre Mitochondriopathie	137
Sekundäre Mitochondriopathie	140
<b>Teil ⑤: Diagnostik und Therapie der sekundären Mitochondriopathie</b>	<b>156</b>
Diagnoseverfahren der sekundären Mitochondriopathie	158
Mitochondriale Therapie –	
die regenerative Mitochondrienmedizin	162
Mitochondriale Ernährung	165
Wichtige Mikronährstoffe und Nahrungsergänzungen	
in der mitochondrialen Therapie	170
Die physikalische Reiztherapie – Wasser und Kälte	193
Intervall-Hypoxie-Hyperoxie-Training (IHHT-Therapie)	196
Diagnose- und Therapieverfahren für das feinstoffliche Energiesystem	196

<b>Teil ⑥: Wunder unbegrenzter Lebenskraft</b>	<b>200</b>
Extreme körperliche Leistungen	202
Eisbaden und Winterschwimmen	202
Apnoetauchen, Tieftauchen und Langzeittauchen ohne Hilfsmittel	205
Spontanheilung und Wunderheilung	211
Fasten und Lichtnahrung	219
Die Mitochondrien – Ursprung unseres Energiekörpers und Basis des globalen, unbegrenzten Bewusstseins?	229
Alles ist möglich – Leben im unbegrenzten Bewusstsein	231
Nachwort	232
Die wichtigsten Begriffe und Erklärungen	233
Literatur- und Quellenverzeichnis	240
Die Autoren	252