

Wir begeben uns auf eine Reise, die uns zunächst in unsere Körperzellen führt und dort zu den Mitochondrien – den Kraftwerken der Zellen, den offensichtlichen Energielieferanten des materiellen Körpers. Wir betrachten unser feinstoffliches Energiesystem, seine Verbindungen in die Außen- und in die Innenwelt sowie seinen Einfluss auf unser Energielevel und unser Wohlbefinden. Wir erforschen die Zusammenhänge zwischen Energielosigkeit und Krankheiten und betrachten natürlich auch das Gegenteil: Zustände nahezu unbegrenzter Lebenskraft.

Unser Anliegen ist es, Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, wertfrei und undogmatisch möglichst viele Informationen auf Ihren persönlichen Weg mitzugeben, damit Sie selbst Ihre Lebensenergie aktivieren, steuern und beeinflussen können, um möglichst das Optimum davon zur Verfügung zu

haben.

Regensburg, Januar 2020

Dr. rer. nat. Birgitt Täuber-Rusch und Stefan  
Limmer

# Teil 1

# Mensch und

# Energie

## **Energie bedeutet Leben**

Die Wissenschaft hat klare Kriterien festgelegt,

um Leben zu definieren:

- Fortpflanzung
- Stoffwechsel und Energieaustausch
- Wachstum und Entwicklung
- Bewegung
- Reizbarkeit
- Vorhandensein von Zellen
- Evolution

Etwas Lebendes muss also in der Lage sein, sich fortzupflanzen, es muss einen Stoff- und Energieaustausch aufweisen, einem Wachstum unterliegen, sich weiterentwickeln, sich bewegen und auf Reize reagieren, aus Zellen bestehen und sich an die Umwelt anpassen können.

Damit diese Kriterien beim Menschen erfüllt sind, hat die Natur komplexe aufeinander abgestimmte biologische Strukturen geschaffen, die miteinander kommunizieren und mit der

Umgebung interagieren. Die wichtigste Voraussetzung ist aber das Vorhandensein einer Energiequelle, die das Leben aufrechterhält und dafür den notwendigen »Treibstoff« liefert. Die offensichtlichste Energiequelle auf unserem Planeten ist die Sonne; ohne sie gäbe es weder Licht noch Wärme, weder Natur noch Leben.

Neben der Sonnenenergie gibt es als »Urenergie« die Energie aus radioaktiven Zerfällen aus dem Erdinnern, die der Erdoberfläche in großem Maß zugeführt werden. Weitere offensichtliche Energielieferanten, die wir für unser Leben nutzbar gemacht haben, sind die in der Erde gespeicherten fossilen Energieträger Öl, Kohle und Erdgas; sie sind im Lauf von Jahrtausenden entstanden ... und wir sind gerade dabei, sie in unglaublich kurzer Zeit aufzubrechen.

Genauso wie wir im großen Stil bei der Verbrennung fossiler Energieträger Sauerstoff benötigen und Kohlendioxid freisetzen,