

Lebenselement Wasser

Strukturen, Reinigung und Vitalisierung

Ein Beitrag von Karl-Heinz Rudat

In den letzten Jahren wird Wasser wieder verstärkt als lebenswichtiger und notwendiger Bestandteil des Lebens wahrgenommen. So wird belastetes Trinkwasser nicht mehr weitgehend kritiklos akzeptiert. Die Reinigung des Wassers und die natürliche Revitalisierung seiner geschädigten Informationsstrukturen sind dabei unverzichtbar geworden.



Foto: fizkes / shutterstock.com

Das unser Wasser das wichtigste Element für das Leben auf der Erde ist, zeigt sich in vieler Hinsicht immer eindringlicher. 75 % der Erdoberfläche werden von Wasser bedeckt und auch der Mensch, der auf ihr lebt, besteht zu fast Dreivierteln aus Wasseranteilen. Ebenso wie alle biologischen Vorgänge

der Erde vom Wasser abhängig sind, laufen auch die Lebenszyklen des menschlichen Organismus über das in seinem Körper befindliche Wasser ab.

Wasser dient dem menschlichen Körper als Wärmeleiter, als Transportvehikel, als Reinigungs- und

Entgiftungssubstanz und als Füllmittel bzw. Auspolsterung für Organe und Gefäße. Aber reines Wasser ist auch viel mehr als das, denn es hat eine natürliche, bioelektrische und magnetische Struktur, die man als eigentliche Seele des Wassers bezeichnen kann.

Zu keinem Zeitpunkt ist Wasser nur eine zufällige Anhäufung von einfachen H_2O -Molekülen, die man beliebig bezwingen oder chemisch denaturieren kann, ohne eine Veränderung seiner inneren Struktur auszulösen. Nicht zuletzt aus diesem Grund sollte Wasser so behandelt werden, dass es in seiner biologischen Zusammensetzung erhalten bleibt. Denn nur so können die wichtigen feinstofflichen Mechanismen und Informationen des Wassers von den Zellen des Körpers aufgenommen und verarbeitet werden.

Für Eilige

Für das Trinkwasser sollten hochohmige, mineralarme und damit weiche Wasser bevorzugt werden. Nur mineralarmes Wasser kann den Organismus von überschüssigen Schadstoffen befreien. Mithilfe der Etikettangaben der Abfüllfirmen lässt sich das geeignete Quellwasser finden.

Mikrobiologische Muster des Wassers

Wasser hat grundsätzlich eine sehr erdverbundene und sensible Aufnahmefähigkeit für Energiepotentiale (Matrix) aus dem uns umgebenden Kosmos. Erst diese energetischen Schwingungs- und Strahlenkräfte ermöglichen das Leben in seiner uns bekannten und vertrauten Ganzheitlichkeit.

Besonders eindeutig und spürbar ist die Beziehung zwischen dem Wasser unseres Planeten und dem Mond. Am eindrucksvollsten zeigen das die Gezeiten der Meere, die durch die Mondphasen bewegt und bestimmt werden. Auch das bei zunehmendem Mond beginnende Steigen der Pflanzensäfte gehört zu dieser engen Verbindung. Da unser Gehirn einen Wasseranteil von bis zu 75 % hat, wird seine Zuordnung und reaktive Verbindung zu den Mondphasen sehr verständlich. Der gestörte Schlaf, das Schlafwandeln, die Geburtenzunahme, Aggressivitätssteigerungen oder viele andere Mondphänomene verlieren dadurch einen Teil ihrer Rätselhaftigkeit.

Wasserqualität bedeutet Lebensqualität

Die zunehmende Verschmutzung der wichtigsten Trinkwasserreservoirs, wie sie die Seen, Flüsse, Stauwerke und das Grundwasser darstellen, macht immer aufwendigere Wiederaufbereitungsverfahren notwendig, um eine Qualität des Wassers zu erhalten, die mit ausreichend gutem Gewissen als Trinkwasser bezeichnet werden kann. Die Trinkwasserqualität der einzelnen Städte in der Bundesrepublik Deutschland ist dementsprechend unterschiedlich und in sehr vielen Fällen nicht zufriedenstellend. Obwohl die höchstzulässigen Schadstoffgrenzwerte in der gesetzlichen Trinkwasserverordnung genau festgelegt sind, müssen sie regelmäßig nach oben korrigiert werden. Die starke Schadstoffbelastung verursacht auch nach der Anwendung von teuren und technisch aufwendigen physikalischen und chemischen Aufbereitungsmethoden zunehmend häufiger einzelne Grenzwertüberschreitungen.

So befinden sich in den regional unterschiedlichen Trinkwässern vor dem Aufbereitungsprozess relativ hohe Schadstoffanteile von

- Arsen
- Cadmium
- Chrom
- Blei
- Quecksilber
- Zink
- Zyanid

- Nitraten
- Sulfaten
- Phosphaten

Um diese giftigen Stoffe auf einen vertretbaren Anteil zu reduzieren, wird in der „Deutschen Trinkwasser-Aufbereitungs-Verordnung“ eine ganze Liste von Chemikalien und biochemischen Stoffen aufgeführt, die von den Wasserwerken als Zusatz bei der Aufbereitung von Trinkwasser verwendet werden dürfen. Unter anderem sind das:

- Chlor, Chlorkalk, Chlordioxid
- Ammoniak
- Ozon
- Phosphorsäure
- Silber, Silberchlorid, Silbersulfat
- halbgebrannter Dolomit
- Natrium
- Hydroxid
- Schwefelsäure, Salzsäure
- Eisen (Fe II,III), Eisensulfat
- Kaliumpermanganat
- Aluminiumsulfat- und Chlorid
- Schwefeldioxid

Das Trinkwasser-Gesetz

Das Gesetz fordert: „Geschmacksneutralität und Bekömmlichkeit“. Diese Forderung gilt immer noch als gesetzlich festgelegter Grundsatz für die zentrale Trinkwasserverordnung. Das Problem der Trinkwasseraufbereitung wird spätestens hier sehr deutlich. Denn es ist unvermeidbar, dass die für die Wasserreinigung zugesetzten chemischen Stoffe spurenweise im Trinkwasser verbleiben; auch wenn das nur in gesetzlich festgelegten Konzentrationen zulässig ist. Aber viele Schadstoffe, die sich heute nachweislich in unserem Trinkwasser befinden, wie gelöste Kohlenwasserstoffe, Phenole, Pestizide und PCB (polychlorierte Biphenyle), sind in den gesetzlichen Grenzwerttabellen nicht erfasst. Gleiches gilt auch für andere, teilweise neu entstandene toxische Verbindungen, deren Schädlichkeitsgrad für den menschlichen Organismus noch nicht ausreichend bekannt ist.

Physik des Trinkwassers

Die biologische Qualität des Wassers lässt sich mit zwei wichtigen physikalischen Parametern bestimmen. Als Erstes sollte der Säure-Basen-Status >>

Das menschliche Gehirn hat einen Wasseranteil von bis zu 75 %.

Die in der Trinkwasserverordnung festgelegten Schadstoffgrenzwerte müssen regelmäßig nach oben angepasst werden.

beachtet werden, denn ein gutes Mineralwasser hat einen pH-Wert zwischen 6,7 und 6,9. Die Abfüll-Unternehmen sind aber nicht verpflichtet, den pH-Wert der einzelnen Quellwässer auf dem Etikett zu deklarieren. Der Verbraucher kann sich daher hauptsächlich an der Angabe der Mineralienanteile orientieren, die Rückschlüsse auf das Säure-Basen-Verhältnis des Wassers zulässt. Stark mineralisierte Wässer mit einem Mineral-Gesamtanteil von mehr als 1200 mg/Liter können je nach täglicher Trinkmenge durch die Übermineralisierung auf Dauer einen nachgewiesenen Anstieg des pH-Wertes im Körper verursachen, was sich im Einzelfall unterschiedlich auswirken kann. Der Handel bietet dafür verschiedene Wasser-pH-Wert-Tester an.

Neben dem pH-Wert ist der sogenannte rHo-Wert, der das Elektronenpotential des Wassers ausdrückt, sehr wichtig. Dieser Wert liegt bei einem gut verträglichen und gesunden Wasser bei mindestens 6000 Ohm, was bedeutet, dass dieses Wasser sehr geringe Mineralienanteile hat, weich ist und damit vom Körper leicht aufgenommen werden kann (hochohmiges Wasser = mineralarmes, weiches Wasser = natürliche Leitfähigkeit).

Die meisten Trinkwasserarten haben aber einen elektrischen Widerstandswert (Ohm-Wert) von 1500 bis 2500 Ohm. Dieser niedrige Wert sagt aus, dass die zu großen Anteile an Mineralien als stromleitende Elektrolyten die notwendige Leitfähigkeit des Wassers verschlechtern. Denn je geringer der Mineralspiegel, umso intensiver ist die Reinigungs- und Heilwirkung des Wassers auf den Organismus.

Natürliche Vitalisierung des Wassers

Die eigentliche Grundfunktion und Lebendigkeit des Wassers liegen eindeutig in seiner intakten Informations- und Energiestruktur. Ein völlig naturbelassenes Quellwasser ist jedoch gegenwärtig eine Seltenheit geworden und steht den meisten Menschen aufgrund ihrer urbanen Lebensform in dieser Reinheit längst nicht mehr zur Verfügung. Vor diesem Hintergrund ist es sehr wichtig geworden, das täglich verwendete Trinkwasser wieder zu filtern, energetisch aufzubereiten und damit biologisch zu stärken. Erst in dieser korrigierten und energetisch aufgewerteten Form kann es seine kosmischen Wirkstrukturen vollständig auf den Menschen entfalten. Mittlerweile stehen für diesen Zweck viele wirksame Wasservitalisierer zur Verfügung, mit denen die Informationsstruktur und Negativenergie des geschädigten Wassers in seine ursprünglichen

rechtsdrehenden elektromagnetischen Frequenzen zurückgeführt werden können.

Wasserreinigung durch das Osmoseverfahren

Das Umkehr-Osmose-Verfahren gilt bereits seit vielen Jahren als eines der eindrucksvollsten Wasserreinigungssysteme. Diese Methode ist die natürlichste Art der Aufbereitung von belastetem Wasser, denn der sogenannten Umkehr-Osmose liegt ein in der Natur vorkommender Vorgang zugrunde. Das Wasser wird dabei weder erhitzt noch chemisch verändert, sondern es wird gegen eine halbdurchlässige Membran gepresst. Dabei werden die Wassermoleküle getrennt, sodass nur kleinste Stoffe (Moleküle) die Membran passieren können, größere hingegen von den Membranporen abgewiesen werden. Bei diesem Vorgang werden alle im Wasser befindlichen Schadstoffe fast vollständig entfernt. Dem Wasser werden überschüssige Mineralien entzogen, sodass es weicher und für den Organismus verträglicher wird. Wissenschaftlich ist das Osmose-System als das gründlichste und sicherste Verfahren der Wasseraufbereitung voll anerkannt.

Wasser – Reinigungsverfahren

Von den vielen Schadstoffen, die im Trinkwasser vorhanden sind, haben fast alle nur geringfügige oder gar keine Geschmacks- und Geruchsauffälligkeiten und nur ein Bruchteil von ihnen kann gegenwärtig labortechnisch nachgewiesen werden. Dadurch wird man sich einer Schädigung durch die fortgesetzte Aufnahme dieser Stoffe oft erst sehr spät bewusst. Die vom Gesetz festgelegten Grenzwerte bleiben grundsätzlich umstritten und es ist unbekannt, welche Langzeitschäden durch diese Schadschubstanzen im Körper entstehen. Auch ein Mineralwasser kann mit Giftstoffen belastet sein. Letztlich liegt die Eigenverantwortlichkeit diesem Problem gegenüber beim Verbraucher selbst. Für die häusliche oder auch gewerbliche Wasseraufbereitung werden mittlerweile verschiedene Systeme angeboten. Ein nur einmaliges Kohlefiltern des Wassers ergibt aber keineswegs ein reines Trinkwasser. Das Filtervermögen nimmt bei dieser Methode zu schnell ab, sodass schon nach einigen Anwendungen die Gefahr besteht, ein durch den verunreinigten Filter belastetes und bakteriell unreines Wasser zu erhalten. Die Wiederherstellung der natürlichen Energiestruktur des Wassers ist mit sämtlichen bekannten Reinigungssystemen ohnehin nicht möglich.

Der rHo-Wert von gesundem Wasser liegt bei mindestens 6000 Ohm.

Einmaliges Kohlefiltern liefert kein reines Trinkwasser.

Energetische Wasserveredlung

Das durch die städtischen Aufbereitungsanlagen chemisch gereinigtes Wasser durchläuft viele denaturierende und insgesamt zerstörende Reinigungsprozesse, bevor es dem Verbraucher als Trinkwasser über das Leitungssystem angeboten wird. Das Wasser hat zu diesem Zeitpunkt nach den gesetzlichen Kriterien zwar Trinkwasserqualität, kann aber je nach Gesundheitsbewusstsein des Verbrauchers noch zusätzlich nachgereinigt oder gefiltert werden (siehe das Kapitel Osmose).

Wesentlich in diesem Zusammenhang ist jedoch die durch die Reinigungsprozesse verringerte Informations- und Energiestruktur des Wassers. Seine natürlich angelegten positiven elektromagnetischen Frequenzen haben sich zu diesem Zeitpunkt meist verändert und in linksdrehende Negativschwingungen gewandelt, die dem Körper keine natürlichen Energien mehr zuführen können, sondern eher schädigend im Organismus wirksam werden. Mittlerweile gibt es Wasseraktivatoren, mit denen die Informationsstruktur und Negativenergie des geschädigten Wassers in seine ursprünglichen rechtsdrehenden elektromagnetischen Frequenzen zurückgeführt werden können. Diese Wasseraktivatoren enthalten eine Spirale, die konzentrisch zu einem Flüssigkeitsstrahl angeordnet und teilweise konisch ausgebildet ist. Beim Durchfluss durch die Spirale wird das Leitungswasser rechtsdrehend eingewirbelt und auf eine natürliche Weise energetisch aufgewertet. Durch einen zusätzlichen Diffusions-Kontakt wird das durchfließende Wasser mit positiven Schwingungen angereichert und erhält dadurch eine optimale Stoffwechselerwertbarkeit für den Körper. Das so gereinigte Wasser ist in der Lage, die in den Körperzellen abgelagerten Schadstoffe zu lösen und über die Nieren auszuscheiden. Es wirkt damit bei verschiedenen umweltbedingten Erkrankungen entgiftend und heilend.

Mineralwasser statt aufbereitetes Trinkwasser?

Vor diesem Hintergrund ist in den letzten Jahren der Verbrauch von Mineralwässern ständig angestiegen, denn immer mehr Menschen sprechen ihrem teuren Leitungswasser grundsätzlich Trinkwasserqualitäten ab. Das gilt besonders für die Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern, aber auch für ältere oder kranke Menschen.

Auch die Definition eines Mineralwassers ist gesetzlich festgelegt. Unter Mineralwasser versteht man: „Ein Quellwasser, das in einem Liter

mindestens 1000 mg gelöste Mineralien oder mindestens 250 mg freies, ebenfalls gelöstes Kohlendioxid (CO₂) enthalten muss (Mineralwasser-Verordnung von 1984). Ein Mineralwasser mit mehr als 1000 mg CO₂/Liter wird als Sauerling bezeichnet“.

Zusätzlich definiert die gültige EG-Mineralwasser-Richtlinie von 1980 Mineralwasser wie folgt: „Natürliches Mineral- oder Quellwasser ist ein bakteriologisch einwandfreies Wasser, das seinen Ursprung in einem unterirdischen Quellvorkommen hat und aus einer oder mehreren natürlichen oder künstlich erschlossenen Quellen gewonnen wird. Natürliches Mineralwasser unterscheidet sich von gewöhnlichem Trinkwasser deutlich durch seine Eigenart, die durch seinen Gehalt an Mineralien, Spurenelementen oder sonstigen Bestandteilen und gegebenenfalls durch bestimmte Wirkungen gekennzeichnet ist“.

Mineralwasser muss grundsätzlich am Quellort in das für den Endverbraucher bestimmte Gefäß abgefüllt werden. Alle Quellwässer mit weniger als 1000 mg/Liter Mineralienanteil müssen pharmakologische, physiologische und klinische Überprüfungen bestehen, bevor sie als natürliche Mineralwässer anerkannt werden.

Unterschiedlichkeit der Wassermineralien

Die Bodenbeschaffenheit der einzelnen Quellorte ist prägend für die mineralische Zusammensetzung des dort entspringenden Wassers. Die in den verschiedenen Quellen vorhandenen Variationen und Konzentrationen der Mineralienanteile >>

Verbrauchsstatistiken zeigen, dass die Deutschen 1940 höchstens zwei Liter Mineralwasser pro Kopf und Jahr tranken. 1999 sind es bereits 108 Liter, bei weiter steigender Tendenz.



NaturMed
DIE HEILKRAFT DER NATUR

Türkische Ägäis - Schwarzwald - Hessen
Therapie, Heilfasten, Basenfasten, Manuelletherapie,
Colon-Hydro- & Ozontherapie, Lymphdrainage,
geführte Wanderungen am Meer & im Wald

Türkische Ägäis: www.natur-med.com.tr/de
Schwarzwald: www.naturmed-schwarzwald.de
Hessen: www.naturmedhotel.de
info@naturmedhotel.de Mobile: 016093521171

bestimmen daher die Wasserqualität. Die dort vorhandenen Mineralsalze werden vom fließenden Wasser aus dem Erdgestein herausgespült und mit zur Quelle transportiert.

Es ist den Abfüllern jedoch gestattet, den Mineralwässern zur Geschmacksverbesserung Eisen und Schwefel zu entziehen. Es muss dann jedoch die Angabe „enteisent“ oder „entschwefelt“ auf dem Etikett angebracht werden. Der häufig verwendete Hinweis „Mit Kohlensäure versetzt“ ist immer dann erforderlich, wenn dem Wasser Kohlensäure anderer Herkunft als aus dem Quellvorkommen zugesetzt wurde.

Mineralwassertypen

Es lassen sich folgende Gruppen von Mineralwässern mit jeweils hohem Anteil eines bestimmten Minerals unterscheiden:

Chloridwässer

- Natriumchlorid
- Calciumchlorid
- Magnesiumchlorid

Sulfatwässer

- Natriumsulfat
- Calciumsulfat
- Magnesiumsulfat

Hydrogencarbonatwässer

- Natriumhydrogencarbonat
- Calciumhydrogencarbonat
- Magnesiumhydrogencarbonat

Neben diesen drei Gruppen sind noch einige weitere natürliche Mineralien-Kombinationen möglich, wie eisenhaltiges Natriumhydrogencarbonat-Wasser, jodhaltige Sulfat-Sole (Natriumchlorid-Wasser, das mindestens 14 g Natrium auf einen Liter enthält), Natrium-calcium-hydrogencarbonat-Säuerling (mehr als 1000 mg Hydrogencarbonat pro Liter), schwefelhaltiges Wasser und radonhaltiges Wasser.

Viele Mineralwässer enthalten eine natürliche, mitunter jedoch hohe Radonstrahlung, die gesundheitsschädigend wirken kann. Bisher müssen diese Strahlungswerte von den Abfüllern nicht zwingend auf dem Flaschenetikett deklariert werden. Es liegt also gegenwärtig noch im Ermessen des Verbrauchers, diese Gefährdung realistisch für sich abzuschätzen.

Wasser als Heilmittel

Ein hochohmiges, weiches Wasser besitzt ein großes Heil- und Wirkungsspektrum und kann daher generell als sehr gesundheitsfördernd angesehen werden. Trotzdem kann es bei verschiedenen Krankheits- und Beschwerdebildern notwendig sein, die im Wasser vorhandenen Stoffe spezifisch zu nutzen.

Zur Linderung von verschiedenen körperlichen Beschwerden sollten möglichst nur Wässer mit einem Mineralienhöchstanteil von maximal 2000 mg/Liter verwendet werden. Je nach Art der Erkrankung sollte das Wasser ein krankheitsspezifisches Mineral in ausreichend konzentriertem Anteil enthalten.

Wässer mit einem Nitratgehalt von mehr als 10 mg/Liter sollten grundsätzlich und für diesen Zweck besonders gemieden werden. Auch ein zu hoher Natrium-Gehalt (max. 50 mg) sollte wegen nachfolgendem starkem Durst, Blutdruckerhöhung und zu starker Flüssigkeitsbindung im Gewebe, besonders bei Nierenfunktionsstörungen, ausgeschlossen werden.

Ein Magnesiumchlorid-Wasser kann durch seinen Anteil an Magnesium säurebindend und entzündungshemmend auf die Magen-Darmschleimhäute wirken, sodass es bei Entzündungen der Verdauungsorgane heilsam sein kann. Auch ein Natriumhydrogencarbonat-Wasser bindet überschüssige Magensäure und verbessert die Schleimhautfunktionen.

Bei Blähungen, Aufstoßen und Übelkeit kann ein Sulfat-Wasser gute Hilfe leisten, weil Sulfat die gestörten Verdauungsvorgänge normalisiert. Bei Nierenleiden sollten jedoch mineralarme Wässer getrunken werden, die den Körper gut durchfluten und Schadstoffe ausschwemmen.

Festliches Tafelwasser

Hinter dieser Bezeichnung verbirgt sich sehr oft ein reines Imitat, ein nachgeahmtes Mineralwasser, das aus gewöhnlichem Trinkwasser besteht. Oft wird nachträglich Mineralsalzkonzentrat zugeführt oder das Wasser wird mit Zusatzstoffen wie Soda, Magnesiumcarbonat und Calciumchlorid aufgesalzen, um Prickeln und Geschmack wirkungsvoll einzusetzen.

Für den erfrischenden Sprudeleffekt kommt noch Kohlendioxid hinzu, wobei am häufigsten ein Dioxid verwendet wird, das billig ist, weil es in Unmengen als Abfallprodukt von Verbrennungsprozessen in chemischen Fabriken anfällt. Tatsächlich müssten viele sogenannte Tafelwässer

Wasser mit einem hohen Natrium-Gehalt kann zu starkem Durst und Blutdruckerhöhung führen.

Bei gestörten Verdauungsvorgängen kann Sulfat-Wasser helfen.

mit dem Aufdruck „Mineralwasser-Imitat“ deklariert werden. Aber auf diese Weise würde sie kaum jemand konsumieren. Die Bezeichnung Tafelwasser hingegen erweckt Assoziationen von Exklusivität und Eleganz. Eine Garantie für ein gesundes Wasser kann daraus jedoch keinesfalls abgeleitet werden.

Biologischen Faktoren eines guten Mineralwassers

Der Genuss von Mineralwasser unterliegt natürlich, wie viele andere Lebensmittel auch, einem aktuellen Trend, und so kreieren viele Mineralbrunnen-Abfüller ein firmeneigenes Design ihrer Flaschen oder Etiketten, um eine besondere Exklusivität für bessere Marktanteile zu erreichen. Ein Testvergleich von 80 verschiedenen Mineralwässern (Zeitschrift Öko-Test) zeigte zum Beispiel, dass gehobene und teure Mineralwässer keinesfalls immer eine bessere Qualität aufweisen. Es gibt für ein Quellwasser wesentlich wichtigere Faktoren, die Beachtung finden sollten.



Wichtigster biologischer Faktor

Der wichtigste Faktor zur Beurteilung der Wirksamkeit von Wasser im menschlichen Körper ist die Tatsache, dass Mineralsalze im Wasser überwiegend in anorganischer Form vorliegen und für unseren Organismus daher nicht optimal verwertbar sind.

Der menschliche Stoffwechsel ist darauf ausgerichtet, die für ihn notwendigen Mineralstoffe an organische Stoffe (z. B. Aminosäuren) gebunden aufzuschließen und zu assimilieren. Diese Erkenntnis haben pharmazeutische Hersteller längst berücksichtigt, denn sie binden die Einzel-elemente ihrer Mineralien-Präparate an organische Stoffe wie Orotat, Gluconat und Citrat, wodurch ihre biologische Verfügbarkeit im Körper sicher gewährleistet ist.

Trinkwasser – wenig mineralische Bestandteile

Anorganische Mineralien, wie sie in überwiegender Form im Wasser vorkommen, werden als freie Stoffe im Blut transportiert, und soweit sie für den Körper nicht verwertbar sind, entweder ungenutzt über die Nieren wieder ausgeschieden oder in den Blutgefäßen als mineralische Verhärtungen angelagert. Zwar ist der tägliche Bedarf an Mineralstoffen und Spurenelementen aufgrund der gegenwärtig oft einseitigen Ernährungsweise nur unzureichend gedeckt, doch sollte bei einem Zusatzbedarf auf gut verwertbare Mineralstoffpräparate zurückgegriffen werden. Ein Mineralwasser dagegen eignet sich nicht für eine dauerhaft ausreichende Mineralversorgung des Körpers.

Ein Trink- und Mineralwasser sollte deshalb so wenig Mineralienanteile wie möglich enthalten, denn die wichtigste Erkenntnis ist: „Wasser wirkt im Körper neben seiner elementaren Flüssigkeitsaufgabe hauptsächlich durch die Elemente, die es mitnimmt, und nicht durch die, die es mitbringt“. Wasser ist neben dem lebensnotwendigen Flüssigkeitsaustausch und seinen feinstofflichen Informationen in seiner Grundstruktur vorrangig über seine Entschlackungs- und Entgiftungsfunktionen wirksam. Es durchflutet alle Körperstrukturen entlastend. Seine freien mineralischen Anteile haben bei diesen Prozessen eine untergeordnete Rolle.

Nur ein mineralarmes Wasser ist deshalb in der Lage, den Organismus von überschüssigen und abgelagerten Schlacke- und Schadstoffen zu befreien. Ausnahmeanwendungen sind Quellwässer, die aufgrund ihrer Zusammensetzung kurz- bis mittelfristig für Heilzwecke eingesetzt werden. Ein Mineralwasser, das man täglich, gegebenenfalls ein Leben lang, trinken kann, sollte weich und leicht verträglich sein. Es wird eine ausreichende Anzahl mineralarmer Wässer angeboten. Um das geeignete Quellwasser zu finden, sollten die Etikettangaben der Abfüllfirmen beachtet und verglichen werden. Besonders hochohmige, mineralarme und damit weiche Wässer sollten dabei, wenn möglich, bevorzugt werden. ■

Mineralwasser dient nicht zur ausreichenden Mineralversorgung des Körpers.

Um den Organismus von Schlacke- und Schadstoffen zu befreien, muss man ein mineralarmes Wasser trinken.

Karl-Heinz Rudat

Er ist Heilpraktiker sowie Fach- und Buchautor für Naturmedizin. Außerdem ist er auf medizinischen Fachkongressen Vortragsreferent und fungiert als Fach- und Konzeptberater für Medizin-Verlage.
kh.rudat@t-online.de



Wasser ist nicht gleich Wasser

Die Existenzgrundlage unseres Körpers

Ein Beitrag von Martin Keymer

H₂O: Ursprung und Inhalt allen Seins. Für Chemiker mag Wasser nur eine Formel sein, für Physiker eine Substanz im Flüssigkeitszustand. Biophysiker jedoch sehen das Leben im Wasser – und wissen, dass Wasser längst nicht gleich Wasser ist. Wie positiv gereinigtes und vitalisiertes Wasser auf den menschlichen Körper einwirkt, lässt sich mittels bioenergetischer Testverfahren eindeutig nachweisen. Trotzdem trinken viele Menschen zu wenig – oder falsch. Wie wichtig Trinken für einen funktionierenden Organismus ist, zeigt dieser Artikel.



Foto: Alter-ego / shutterstock.com

Bei Kindern achten die Eltern darauf, dass sie ausreichend Flüssigkeit zu sich nehmen. Umgekehrt weisen später die erwachsenen Kinder ihre Eltern, meist in fortgeschrittenem Alter, darauf hin, genü-

gend zu trinken. Senioren vergessen das oft, haben generell ein gesunkenes Durstempfinden oder einfach nur Angst vor häufigen nächtlichen Toilettengängen. Vor allem an heißen Sommertagen kassieren sie dafür von ihrem Körper dann manchmal eine ungewollte Zwangspause: Schwindelgefühle, zeitweise Verwirrheitszustände oder

gar Bewusstlosigkeit sind die Folgen. Doch nicht immer sind die Auswirkungen so offensichtlich. Viel spielt sich sozusagen „hinter den Kulissen“, im Inneren unseres Körpers ab und verursacht über kurz oder lang Probleme und Störungen bis hin zu schwerwiegenden Erkrankungen.

Wir alle kennen das: Im Sommer, wenn wir viel schwitzen, haben wir automatisch das Bedürfnis, „nachzutanken“. Im Herbst oder Winter geht bei vielen Menschen die Trinkmenge extrem zurück. Dabei wissen wir alle: Unabhängig vom Alter ist es notwendig, täglich eine entsprechende und ausreichende Menge zu trinken, um wichtige Körperfunktionen aufrechtzuerhalten. Und ungeachtet der reinen Flüssigkeitsversorgung empfiehlt es sich, unbedingt Wasser in möglichst reiner, klarer und vitalisierter Form zu sich zu nehmen.

Für Eilige

Wer zu wenig trinkt, raubt seinem Körper den wichtigsten Funktionsstoff. Aber nicht nur das. Es wirkt auch die in der Naturheilpraxis oft eingesetzte und so wichtige Ausleitungstherapie nicht mehr. Rückvergiftungen sind nur der Anfang! Deswegen: Trinken, trinken, trinken – so rein, vital und energiereich wie möglich. Bei Wasser, dem Lebensmittel Nr. 1 sollten alle, die gesundheitsbewusst leben und therapieren, keine Kompromisse eingehen.

Trinken für den Körper

Die vielfältigen Aufgaben des Wassers im Körper untermauern die grundlegende Rolle des Trinkens für das Funktionieren, oder deutlicher: als Existenzgrundlage des menschlichen Organismus. Trinken liefert überhaupt erst die Basis zur Regulation des Wasserhaushalts. Wasser dient der Aufrechterhaltung der Fließfähigkeit des Körpers, nicht nur in Bezug auf Blut und Lymphe, sondern insbesondere auch des frei fließenden Gewebswassers, das für den Transport der Nährstoffe zur Zelle hin und zum Abtransport der toxischen Stoffe in das Blut oder die Lymphe verantwortlich ist. Vitales Wasser ist einer der entscheidenden Faktoren, um toxische Stoffe, die in das Pischingersche Grundsystem eingelagert werden, zu neutralisieren. Wasser ist entscheidend für den Schutzwall der Zelle gegenüber den toxischen Substanzen des Pischingerschen Grundsystems. Es dient der Aufrechterhaltung bestimmter Druckverhältnisse im Körper, beispielweise der Niere, der Rückenmarksflüssigkeit oder des Gehirnwassers. Wasser ist das Ausgangsmaterial für die Druckverhältnisse des extrazellulären und intrazellulären Raumes. Es wird benötigt zur Regulierung des Energie- oder Elektrolythaushalts sowie als Energieträger und hochsensibler Speicher (Informationsträger) für elektromagnetische Felder. Wasser ermöglicht die Einregulierung des Säure-Basen-Haushalts und unterstützt den Zellstoffwechsel. Es fungiert als Transportmittel aller von der Zelle benötigten Nährstoffe wie Glucose, Eiweiße und Fette. Vitamine, Spurenelemente und Sauerstoff werden mit Wasser (in Blut und Lymphe) vom Darm, der Leber und der Lunge zu den Zellen transportiert, die Stoffwechselschlacken und Kohlendioxid mit Wasser (in Lymphe und Blut) zu Nieren, Lunge, Darm und Haut als

Ausscheidungsorganen transportiert. Wasser ist außerdem für die Einregulation der Körpertemperatur mitverantwortlich.

Wasserverlust und Mindesttrinkmenge

Der normale tägliche Wasserverlust des Körpers beträgt durch Urin- und Stuhlausscheidung, Schwitzen und Atmung etwa 2,4 Liter. Durch die Ernährung und das im Zellstoffwechsel gebildete Wasser gewinnen wir etwa 1,2 Liter zurück. Die restlichen 1,2 Liter müssen durch Trinken zugeführt werden, sonst geraten wir zunehmend in Wassermangel, der zu ernsthaften Zellfunktionsstörungen und damit chronischen Erkrankungen führen kann, wenn er größere Ausmaße annimmt. Die tägliche Mindesttrinkmenge beträgt also etwa 1,5 Liter Trinkwasser, um die biochemischen Funktionen des Organismus aufrechtzuerhalten. Je nach Lebensumständen (Schwitzen durch Sport, höhere Temperaturen, bei der Arbeit) oder beispielsweise während einer Therapie muss diese Menge sogar auf etwa 2,5 Liter pro Tag erhöht werden, um Verluste auszugleichen oder Entgiftungs- und Entschlackungsprozesse erfolgreich ablaufen zu lassen. Wer nicht genügend trinkt, kann nicht entgiftet, darf nicht amalgamsaniert, kann nicht mykosesaniert, darf nicht bakteriensaniert werden.

Der Körper verliert täglich durch Urin- und Stuhlausscheidung, Schwitzen und Atmung circa 2,4 Liter Wasser.

Damit die biochemischen Funktionen aufrechterhalten werden, soll der Mensch pro Tag mindestens 1,5 Liter Wasser trinken.

Wichtig für die Niere

Flüssigkeit alleine reicht nicht. Es muss reines Wasser sein!

Eine zentrale, wenn auch oft nicht stark beachtete Aufgabe des Trinkens ist es, genügend Flüssigkeit für die Produktion von Urin und damit für die Entgiftungsfunktion der Niere bereitzustellen. Hierbei

müssen wir uns vor allem die Funktion(sweise) der Niere bewusst machen: Sie ist im Wesentlichen ein Konzentrationsorgan. Hierfür filtert die Niere täglich etwa 200 Liter Flüssigkeit aus dem Blut. Dies geschieht dadurch, dass das Blut im Glomerulum wie durch >>



Aus Sicht der ganzheitlichen Medizin muss Trinkwasser bis zum möglichen Maximum entgiftet und gereinigt werden.

ein Sieb filtriert wird, wobei die großen Blutkörperchen nicht durch die Maschen des Siebes dringen können. Im Wesentlichen handelt es sich also um Wasser und alle möglichen Stoffe, die „hängenbleiben“.

Die harnpflichtigen Substanzen wie Harnsäure, aber auch die nierenpflichtigen Gifte und Umweltgifte durchlaufen als sogenannter Primärharn den Nierentubulusapparat. Die Nierentubuli sind in der Lage, Wasser in das Blut zurückzutransportieren, die Schadstoffe jedoch im Nierentubulusrohr zu belassen. Am Ende des Nierentubulus sind etwa 190 Liter Flüssigkeit wieder rückresorbiert. Trinken wir nicht ausreichend, wird das Maschenwerk des letzten distalen Teils des Nierentubulus geöffnet, um auf jeden Fall den Wasserhaushalt im Körper aufrechtzuerhalten. So wird der Körper zwar mit Flüssigkeit versorgt, jedoch werden auch toxische Substanzen wieder in den Körper rückresorbiert. Je weniger wir trinken, umso mehr muss zurückresorbiert werden. Und: Je mehr zurückresorbiert wird, umso mehr Schadstoffe in immer höherer Konzentration, die ursprünglich abfiltriert waren, werden vom Organismus wieder aufgenommen. Je mehr wir also trinken, umso weniger Toxine muss die Niere zurückresorbieren, um den Wasserhaushalt aufrechtzuerhalten.

Achtung

Leitungswasser hat keine Lebendigkeit, keine Energie, keinen Wert.

Somit ist gerade die Funktion der Niere unmittelbar an die ausreichende Zufuhr von Wasser gekoppelt. Elementar dabei: Die Nierenfunktion ist nicht eine primäre Frage der Zufuhr von Flüssigkeit,

sondern insbesondere der Zufuhr von

Wasser. Wenngleich für den Ausgleich der Körperflüssigkeiten jegliche Form von Flüssigkeitszufuhr geeignet ist (beispielsweise aus der Nahrung, Kaffee, Tee), benötigt die Niere für die Entgiftungsfunktion im Wesentlichen reines Wasser. Sind nämlich im Wasser viele Stoffe gebunden, wie zum Beispiel in Kaffee, Tee, Bier oder Limonade, reduziert dies die Bindungsfähigkeit für Toxine, die sich im Körper befinden. Je reiner und energetisierter das Wasser ist, desto mehr Schadstoffe können im Körper gelöst und über die Niere ausgeleitet werden.

Von Wassermolekülen und Clusterstrukturen

Wasser ist nicht einfach nur eine Ansammlung von Molekülen. Wasser strukturiert sich in sogenannten Clustern, die einzelnen H₂O-Moleküle ordnen sich räumlich an. Je besser die Clusterstruktur, umso beladungsfähiger mit Toxinen wird das Wasser. Gerade hochohmiges, gereinigtes, revitalisiertes Wasser stellt das Optimum für die Nierenfunktion und damit auch für die Aufrechterhaltung

der Gesundheit durch eine gute Entgiftung über die Niere dar. Leitungswasser oder auch die oftmals hochgelobten Mineralwässer sind hier klar unterlegen bis unbrauchbar.

Aus Sicht der ganzheitlichen Medizin muss das Wasser, welches wir trinken wollen, bis zum möglichen Maximum entgiftet und gereinigt werden. Je reiner das Wasser ist, umso weniger Schadstoffe enthält es, und umso weniger Dissonanzen können in unserem Körper dadurch hervorgerufen werden. Je mehr die Schadstoffbelastung des Wassers (einfach mit einem Ohm-Meter messbar) gegen Null tendiert, umso mehr kann sich das Wasser mit Schadstoffen im Körper beladen und diese dann ausscheiden. Jedoch geht eine höchst wirksame Reinigung auf Kosten der Lebendigkeit des Wassers, sodass eine nachfolgende Energetisierung nötig wird. Hier gilt ergänzend: Je energiereicher Wasser durch die Energetisierung wird, je besser die Clusterstruktur des Wassers sich wieder geordnet hat, je mehr Energie in diesem Wasser also enthalten ist, desto besser ist es in der Lage, Schadstoffe zu ummanteln sowie auszuschleiden.

Leitungswasser ist strukturell beeinträchtigt, da seine Strukturen vom unnatürlichen Fließen durch die Leitungen und vor allem durch den dafür benötigten Druck zerstört werden – Wasser reagiert extrem empfindlich auf Druck. Auch ein qualitativ hochwertiges, sehr gutes Wasser verliert bereits nach kürzester Zeit unter Druck seine Struktur. Hat es erst einmal seine Struktur verloren, ist es totes Wasser. Darüber hinaus ist es auch noch schadstoffbelastet.

Nur ein Bruchteil der in der Landwirtschaft eingesetzten Pestizide muss im Zuge der Trinkwasseranalyse verpflichtend erfasst werden. Hinzu kommen eine Menge anderer Substanzen, die zum Teil überhaupt nicht untersucht werden, wie Bakterien, Pilze und Viren, anorganische Stoffe wie Arsen, Asbest, Schwermetalle oder letztlich auch Kalk, radioaktiver „Fallout“ wie zum Beispiel Plutonium, Radium und Strontium 90 oder Hormone, Antibiotika und andere Allopathika, die durch orale Gaben (bei Tier und Mensch) schließlich über den Urin in den Wasserkreislauf gelangen.

Mineralwasser mindert Gesamtausscheidungsleistung

Auch Mineralwasser ist in erster Linie totes Wasser, da diese Wässer aus den Quellen abgepumpt werden, somit unter Druck geraten und so die Lebendigkeit zerstört wird. Erst wenn es sein vollständiges Potential erreicht hat, zeigt sich Wasser auch als reifes Wasser und tritt von selbst als Quelle aus dem

Je reiner und energetisierter das Wasser ist, desto mehr Schadstoffe können im Körper gelöst werden.

Erdreich heraus. Unterbricht man diesen langwierigen „Reifungsprozess“ durch Hochpumpen, mag die Clusterstruktur des Wassers zwar gegeben sein, im Prinzip ist es aber instabil und dadurch leicht zerstörbar. Auch die Abfüllung in Plastikflaschen kann über die Schwingungsfelder die Struktur des Wassers so nachhaltig negativ beeinflussen, dass von seiner Grundstruktur nicht mehr viel übrig bleibt.

Nicht auszuschließen ist außerdem, dass sich durch das Fördern des Mineralwassers dieses mit belastetem Oberflächenwasser vermengt. Dass durch den



Die drei goldenen Regeln des Trinkens

1. Trinken, trinken, trinken! Nur mit genügend Flüssigkeit kann die Niere überhaupt arbeiten. Selbst ungesunde Getränke sind für den Flüssigkeitshaushalt besser als gar nicht zu trinken.
2. Möglichst reines Wasser trinken. Je sauberer und reiner das Wasser ist, umso mehr Schadstoffe können in dem Wasser gelöst und somit die Ausleitungsfunktion unterstützt werden. Die Hauptmenge des täglichen Trinkens sollte im Minimum mit 1,5 Litern reinem Wasser getätigt werden.
3. Vitales, energetisiertes und lebendiges Wasser trinken. Lebendiges Wasser zeichnet sich durch die Fähigkeit aus, Clusterstrukturen zu bilden. Und gerade diese sind in der Lage, die toxischen Substanzen zu ummanteln, zu transportieren und zur Ausscheidung zu bringen. Mit reinem, vitalem Wasser versorgt, verfügt der Körper über eine optimale Speicherfähigkeit der toxischen Substanzen im Pischingerschen Grundsystem. Außerdem erhöht sich das frei fließende Wasser im Gewebe, die Eiweißstrukturen des Körpers beim Abtransport der toxischen Substanzen zu den Ausleitungsorganen werden geschützt und die Nierenfunktion optimal unterstützt.

Verzehr von Mineralwasser für den Haushalt wertvolle Mineralien aufgenommen werden, erweist sich als verbreiteter Irrglaube. Fakt ist: Unser Körper kann Mineralien nur in organisch gebundener oder kolloidaler Form aufnehmen. Nur durch Lebensmittel (oder hieraus gewonnene Nahrungsergänzungsmittel) sind sie für den menschlichen Körper bioverfügbar.

Rein anorganische Stoffe kann der menschliche Körper im Zellstoffwechsel hingegen nicht verwerten. Mehr noch: Die über Mineralwasser aufgenommenen, nicht nutzbaren Mineralien werden im Körper abgelagert, um dann wie ein Toxin über die Nieren wieder ausgeschieden zu werden. Nicht nur, dass dies einen vitalitätszehrenden Prozess darstellt, es bindet auch Kapazitäten der Ausscheidungsfähigkeit der Nieren, was sich wiederum negativ auf die Gesamtausscheidung der Nieren auswirkt.

Fazit

Wie wichtig Wasser generell, vor allem aber nicht nur die Quantität, sondern die Qualität von Wasser für unseren Körper wie auch für die naturheilkundliche Therapie ist, hat dieser Artikel eindeutig belegt. Stellt sich die Frage: Wie kommen wir zu reinem, vitalem Wasser? Da Leitungs- und Mineralwasser seinen Zweck wie oben ausgeführt nicht erfüllen kann, bietet sich lediglich eine Nachaufbereitung des Leitungswassers im Haushalt an. Dabei sollte nicht nur die Reinigung des Wassers von Schadstoffen bis zur Grenze des Machbaren erzielt, sondern das Wasser darüber hinaus strukturiert und vitalisiert werden. Grundlegende und wichtige Parameter bei der Aufbereitung von Trinkwasser sind die Rechtspolarisierung des Trinkwassers zur besseren Bioverfügbarkeit im Gewebe, die Aufhebung und Verminderung dissonanter elektromagnetischer Belastungen, die Ordnung der Molekülcluster und somit energetische Reaktivierung zur Verbesserung der Bindungsfähigkeit von toxischen Substanzen, die Revitalisierung, die Aufhebung und Verminderung dissonanter elektromagnetischer Belastungen sowie ein kurzer Weg zwischen Energetisierung und Wasserentnahme. Ist all das geschehen, erfüllt Wasser seinen Zweck. ■

Der menschliche Körper kann rein anorganische Stoffe im Zellstoffwechsel nicht verwerten.

Martin Keymer

Er ist Gründer des Therapeutischen Hauses und international anerkannter Fachdozent, Therapeut und Forscher für die naturheilkundlichen Paradigmen Körper, Geist und Seele. Seine tiefen Einblicke in das Regulationssystem des Fließgleichgewichtes Mensch gibt er seit 40 Jahren im Seminarstudium an Therapeuten weiter.

info@therapeutisches-haus.de

