

# **„Wasser“**



**Hausarbeit für die Ausbildung zur ganzheitlichen  
Ernährungsberaterin**

**Claudia Wagner**

Freiburg, Oktober 2009

## Inhaltsverzeichnis

Wasser – Grundlage allen Lebens.....	Seite 3
Die heilende Wirkung des Wassers .....	Seite 4
Wasser trinken – aber richtig: Eine Anleitung.....	Seite 8
Die Eigenschaften des Wassers.....	Seite 9
Die Struktur des Wassers.....	Seite 10
Das Erinnerungsvermögen des Wassers.....	Seite 13
Die Qualität unseres Wassers.....	Seite 14
Trinkwasseraufbereitung – Ganzheitliche Wasserqualität.....	Seite 20
Schlusswort.....	Seite 24
Quellenverzeichnis.....	Seite 25

## Wasser – Grundlage allen Lebens

**„Wasser war die Grundlage der Welt und aller ihrer Geschöpfe (...) So, wie aus der schwarzen, verrotteten Erde die edelsten und feinsten Farben hervorgehen, so entstanden aus der Ursubstanz, die am Anfang nichts als formloser Unrat war, die verschiedensten Kreaturen. Man nehme das Element Wasser in seinem ungeschiedenen Zustand! Und dann schaue man sich an, wie all die Metalle, all die Steine, all die glitzernden Rubine, glänzenden Karfunkelsteine, Kristalle, Gold und Silber daraus abgeleitet sind; wer hätte all diese Dinge im Wasser erkennen können?“**

**Paracelsus**



Vor Millionen von Jahren war die Erde völlig mit Wasser – dem Salzwasser der Urmeere – bedeckt. Erst als dieses im Laufe der Zeit durch die Sonneneinstrahlung verdunstete, entstand festes Land.

Alles Leben auf der Erde stammt aus den Urmeeren. Die Erde wird zu etwa 70 % von Wasser bedeckt, und auch der menschliche Körper besteht zu etwa 70 % aus Wasser. Unser Blut enthält die gleichen Salze in fast dem gleichen Mischungsverhältnis wie das Meerwasser. Kein anderer Stoff muss mit solcher Regelmäßigkeit aufgenommen werden wie Wasser. Der menschliche Organismus kann nur etwa für drei Tage auf Flüssigkeits- und Wasserzufuhr verzichten, danach gerät er in eine lebensbedrohliche Krise. Ohne Wasser ist kein Leben möglich.

Wasser hat zwei lebenswichtige Aufgaben:

### **Wasser hat eine Lösungs- und Spülfunktion.**

Es wirkt als Lösungs-, Transport- und Reinigungsmittel. Es befördert Nährstoffe an die Stellen, wo sie gebraucht werden und entsorgt die Abbauprodukte des Stoffwechsels. Es hält den osmotischen Druck der Zellen aufrecht und reguliert die Körpertemperatur. Alle Stoffwechselfvorgänge in unserem Körper, die Verdauung, Herz-Kreislauf-Funktionen und die Ausscheidung von Giftstoffen über Nieren, Darm, Haut und Lunge können nur mit Hilfe von Wasser erfolgen.

### **Wasser vermittelt Energie und Information.**

Wasser ist voller Lebensenergie und Heilungsinformation. Mit Wasser können wir unserem Körper zurückgeben, was ihm fehlt, um wieder in das natürliche Gleichgewicht zu kommen.

## Die heilende Wirkung des Wassers

Die Menschheit macht sich seit langer Zeit die heilende Kraft des Wassers zunutze.

Schon die alten Römer nutzten die Kraft des Wassers in Form der Bäderkultur. Das globale Modewort „Spa“ hat seinen Ursprung in der 2000 Jahre alten Bäderkultur des alten Roms. Es ist die Abkürzung für „Sanus per aquam“ und bedeutet übersetzt „Gesundheit durch Wasser“.

Die Heilkraft des Wassers stand auch für den Bad Wörishofener Naturheiler Pfarrer Kneipp im Mittelpunkt. Er entwickelte die Kneipp-Hydrotherapie, ein ganzheitliches Therapiekonzept, das sich zur Vorbeugung, Behandlung und Nachbehandlung vieler akuter und chronischer (Zivilisations-)Krankheiten eignet. Sie umfasst Waschungen, Güsse, Voll- und Teilbäder, Wickel, Auflagen und Packungen, Taulaufen, Wassertreten und Schneegehen. Durch den thermischen Reiz soll das körperliche und geistige Gleichgewicht gefestigt und die Selbstheilungs- und Abwehrkräfte gestärkt werden.

Auch Gunther Wolfgang Schneider beschreibt in seinem Buch „Biotop Mensch“ auf sehr anschauliche Weise die Heilkraft des Wassers. Auch er sagt, dass ohne Wasser grundsätzlich keine Heilung möglich ist. Wasser kann die im Körper vorhandenen Säuren einfach über die Nieren „ausschwemmen“ - und somit den Mini-Ozean in uns, in dem unsere Zellen schwimmen, sauber halten. Der Mensch sollte versuchen, die Gifte soviel wie nur irgend möglich über die Niere zu entsorgen. Dazu benötigen wir als erwachsene Menschen täglich mindestens drei Liter Wasser.

Gemäß dem iranischen Arzt und Forscher Dr. med. Fereydoon Batmanghelidj werden die heute am meisten verbreiteten Krankheiten durch eine Dehydration (Wassermangel – „Dürre“) des Körpers verursacht. Um Krankheiten zu verhindern und zu behandeln, die durch Austrocknung verursacht werden, ist eine regelmäßige Wasserzufuhr unbedingt notwendig. Wasser ist die billigste und beste Medizin für einen dehydratisierten Körper. Durch eine regelmäßige, ausreichende Wasseraufnahme können die in unserer modernen Gesellschaft gefürchteten Krankheiten verhindert werden. Diese Krankheiten werden auf der nächsten Seite aufgezählt.

Die folgenden Informationen sind den Büchern „Wasser – die gesunde Lösung“ und „Sie sind nicht krank, Sie sind durstig!“ von Dr. med. F. Batmanghelidj entnommen.

Dr. Batmanghelidj stellt in diesen Büchern anschaulich dar, wie die Regelmechanismen für die Wasserrationierung im Körper funktionieren und welche Alarmsignale bei Dehydration auftreten können.

Wenn wir unter Wassermangel leiden, sorgt Histamin dafür, dass das verfügbare Wasser im Körper gehalten und gemäß der Hierarchie der Funktionen an die Körperregionen verteilt wird. Jede Struktur erhält nur so viel Wasser, wie für sie bestimmt ist. Dieser Anteil hängt von der funktionellen Bedeutsamkeit ab. Das Gehirn hat absolute Priorität gegenüber allen anderen Systemen.

Die Histaminproduktion steigt exponentiell zur Entwässerung des Körpers. Wird der Körper wieder mit Wasser versorgt, verschwindet das Histamin aus den Körperregionen, in denen es eigentlich gar nicht vorkommen sollte. Wasser ist offensichtlich ein starkes natürliches Antihistaminikum.

Wenn die Dehydratation chronisch wird, werden wasserabhängige Funktionen eingestellt. Dies geschieht bis zu einem gewissen Grad unbemerkt, da der Körper eine hohe „Belastungsreserve“ hat. Aber irgendwann ist der Punkt erreicht, an dem das System seine Aufgaben nicht mehr erfüllen kann. Das betroffene Organ (oder die betroffenen Organe) beginnen, den Mangel auf die ihnen eigene Weise zu signalisieren. Diese Signale zeigen an, dass in bestimmten Körperregionen Durst und Wassermangel herrscht. Durch eine Erhöhung der Wasserzufuhr kann dies natürlich und problemlos behoben werden. Allerdings werden diese Signale aus Unwissenheit oft fälschlicherweise mit hoch wirksamen chemischen Mitteln behandelt.

Jeder weiß, dass Wasser lebensnotwendig ist. Weniger bekannt ist, was passiert, wenn der Körper nicht regelmäßig und ausreichend mit Wasser versorgt ist.

Laut Dr. Batmanghelidj signalisiert der Körper eine lokale oder generelle Dehydratation durch die nachfolgenden Symptome, die in den meisten Stadien ohne großen Schaden reversibel sind. Er geht in seinen Büchern sehr genau auf die einzelnen Symptome ein und erklärt, warum diese auf einen Wassermangel im Körper hinweisen.

- Gefühle: man fühlt sich müde, erhitzt, reizbar, ängstlich, mutlos und depressiv, schläft schlecht, hat einen schweren Kopf, unwiderstehliches Verlangen nach bestimmten Dingen, Angst vor Menschenmengen und Furcht, das Haus zu verlassen.
- Die Managementprogramme des Körpers bei Dehydratation:  
Diese Beschwerden, die einen Wassermangel anzeigen, resultieren aus den Versuchen des Körpers, mit diesem Mangel und den noch vorhandenen Ressourcen umzugehen. Bei diesen Beschwerden handelt es sich um:
  - Asthma
  - Allergien
  - Bluthochdruck
  - Verstopfung
  - Diabetes, Typ II
  - Autoimmunerkrankungen
- Die „drastischen Notsignale“ bei lokalem Wassermangel:  
Ein potenzieller genetischer Schaden infolge von chronischem Wassermangel äußert sich frühzeitig durch die folgenden „Schmerzempfindungen“:
  - Sodbrennen / Verdauungsbeschwerden
  - Dyspeptische Schmerzen (Schmerzen infolge von Magenschleimhautentzündungen)
  - Herzschmerzen
  - Rückenschmerzen
  - Rheumatische Schmerzen
  - Migräne / Kopfschmerzen
  - Kolitisschmerzen
  - Fibromyalgieschmerzen (chronische, nichtentzündliche Schmerzerkrankung der Bewegungsorgane)
  - Morgendliche Übelkeit in der Schwangerschaft
  - Bulimie

Dr. Batmanghelidj weist auch darauf hin, dass uns bewusst sein sollte, dass das Durstgefühl „Trockener Mund“ kein verlässlicher Indikator für den tatsächlichen Wasserbedarf des Körpers ist. In der Regel trinken wir nur Wasser, wenn wir Durst haben. Und genau hier beginnen viele unserer Gesundheitsprobleme. Wenn der Körper seinen Wasserbedarf durch das Durstgefühl anzeigt, fehlen ihm bereits zwei bis drei Gläser Wasser.

Ein Punkt in seinen Büchern ist auch das Übergewicht in Zusammenhang mit Wassermangel.

Den Grund, warum so viele Menschen übergewichtig sind, sieht Dr. Batmanghelidj darin, dass die meisten Menschen nicht wissen, wann sie durstig sind. Auch kennen sie den Unterschied zwischen „Flüssigkeit“ und „Wasser“ nicht.

Unsere Essgewohnheiten sind an zwei Körpergefühle gekoppelt – Hunger und Durst. Beide fühlt man in derselben Körperregion. Diese Signale sind leicht miteinander zu verwechseln: Man glaubt, hungrig zu sein, ist aber in Wirklichkeit durstig. Zur Unterscheidung gibt Dr. Batmanghelidj den Tipp, eine halbe Stunde vor jeder Mahlzeit und zweieinhalb Stunden danach jeweils zwei Gläser Wasser zu trinken. Es dauert etwa eine halbe Stunde, bis der Körper Wasserbedarf von Nahrungsbedarf unterscheiden kann. Durch diese Methode isst man nur dann, wenn man tatsächlich Hunger hat. Jedoch darf hier auch regelmäßiger Sport und Bewegung nicht fehlen. Und vor allem ist es wichtig, wirklich nur Wasser zu trinken!

Auch Rücken- und Nackenschmerzen, mit denen in unserer heutigen Zeit sehr viele Menschen zu kämpfen haben, können ihre Ursache in unzureichender Wasseraufnahme haben. An diesen Zusammenhang denken aber die wenigsten Menschen! Nähere Informationen hierüber können im Buch „Rückenschmerzen und Arthritis. Das Selbsthilfebuch“ von Dr. Batmanghelidj nachgelesen werden.

#### Schmerzen im unteren Rückenbereich

Ein beträchtlicher Teil des Körpergewichts lastet auf Hals-, Brust- und Lendenwirbelsäule mit 24 Wirbeln und 23 Bandscheiben. Die Bandscheiben befinden sich zwischen Knorpelplatten, mit denen die geraden Flächen der Rückenwirbel bedeckt sind. Das im Bandscheibenkern gespeicherte Wasser trägt 75% des Oberkörpergewichts! Durch den Druck des Körpergewichts wird bei Bewegung ständig Wasser aus den Scheiben gepresst. Dieses Wasser kann bei Wassermangel nicht mehr vollständig ersetzt werden. Dadurch sind die entwässerten Scheiben mit ihren geschrumpften Kernen immer weniger in der Lage, das Körpergewicht zu tragen. Sie verlieren ihre Eigenschaft als „Stoßdämpfer“, und die Wirbelgelenke werden instabiler. Wenn die Bandscheiben gut gewässert und entsprechend prall sind, bewegen sie sich nicht. Das Wasser, das aus ihnen herausgepresst wird, können sie durch die Sogkraft des entstehenden Vakuums wieder absorbieren. Dabei dehnen sie sich aus, und können so ihre Aufgabe als natürliche Stoßdämpfer erfüllen. Bei Wassermangel können sich die geschrumpften Scheiben in Richtung Rückenmark verschieben und auf die Rückenmarksnerven drücken. Wassermangel sowie eine schlechte Haltung tragen zu Rückenproblemen bei.

Das gleiche Problem besteht im Bereich der Halswirbelsäule. Hier wird durch das Gewicht des Kopfes das Wasser mit der Zeit aus den Bandscheiben gedrückt. Die

Bewegungen des Halses sind Voraussetzung für eine angemessene Zirkulation der Flüssigkeit in den Halswirbelbandscheiben. In unserer heutigen Zeit ist die richtige Bewegung der Halswirbelsäule durch die schlechte Haltung z.B. bei Schreibarbeiten mit vorgebeugtem Kopf oder stundenlange gleiche Haltung bei Computerarbeit oft nicht mehr gegeben. Um die Bandscheibe wieder mit Wasser zu füllen, muss im Bereich der jeweiligen Bandscheibe ein Vakuum entstehen. Dies geschieht, wenn der Kopf und der Hals nach hinten bewegt werden. Um geringfügige Nackenschmerzen loszuwerden, rät Dr. Batmanghelidj, den Kopf und den Nacken langsam und wiederholt so weit wie möglich nach hinten zu beugen. Der Hals sollte jeweils 30 Sekunden gebeugt bleiben. Diese verlängerte Dehnung fördert das Vakuum und bringt Wasser in die Bandscheiben.

## Wasser trinken – aber richtig: Eine Anleitung



Zur Aufrechterhaltung der normalen physiologischen Funktionen recycelt der Körper innerhalb von 24 Stunden eine große Menge an Wasser. Die dabei verlorene Wassermenge muss ausgeglichen werden – jeden Tag!

Wie bereits gesagt benötigen erwachsene Menschen mindestens zwei bis drei Liter reines Wasser am Tag. Und damit ist wirklich nur Wasser gemeint. Tee, Kaffee, Alkohol und industriell hergestellte Getränke enthalten zwar auch Wasser, aber sie enthalten außerdem Wasser entziehende Anteile. Sie führen nicht nur das Wasser ab, in dem sie gelöst sind, sondern außerdem noch Wasser aus den Reserven des

Körpers. Beim Genuss von Kaffee, Tee oder Bier verliert der Körper also mehr Wasser, als im jeweiligen Getränk selbst enthalten ist.

Es ist grundsätzlich nicht möglich, das Wasser, das der Körper braucht, durch vorgefertigte Getränke zu ersetzen!

Am besten sollte man kohlenstofffreies Wasser trinken, denn je weniger Inhaltsstoffe (auch Mineralien) das Wasser enthält, umso besser kann es Giftstoffe im Körper aufnehmen und ausspülen. Dies wird später noch ausführlich erklärt.

Viele Menschen sagen, dass Wasser nicht schmeckt oder fad ist. Aber das ist wohl kein Wunder, wenn man den hohen Verzehr an süßen Getränken (Cola oder ähnliches) oder bitteren Getränken (Kaffee, Bier) bedenkt. Durch diese stark schmeckenden Flüssigkeiten kann der feine Geschmack des Wassers fast nicht mehr wahrgenommen werden.

Eine Möglichkeit ist, Säfte und ähnliches immer weiter zu verdünnen, bis man bei reinem Wasser angelangt ist. Oder man trinkt einfach nur noch das „fade“ Wasser und wird nach ein paar Tagen merken, dass es sehr wohl schmeckt!

Zwei bis drei Liter Wasser am Tag zu trinken, ist reine Trainingssache. Und spätestens nach zwei Wochen ist es für uns eine Selbstverständlichkeit geworden.

Man sollte sich, egal wo man ist, einen Krug Wasser, eine Flasche Wasser oder zumindest ein Glas mit Wasser in den Sichtbereich stellen. Wenn man das Wasser sieht, wird man es auch trinken.

Es ist unbedingt notwendig, regelmäßig zu trinken, denn unser Darm kann nur ca. 0,2 Liter Wasser pro Viertelstunde aufnehmen. Wenn wir zu schnell zu große Mengen Wasser trinken, wird der Großteil über die Nieren wieder ausgeschieden und ist



für den Körper nutzlos. Deshalb macht es keinen Sinn, die empfohlenen zwei bis drei Liter pro Tag auf einmal zu trinken.

Zur besseren Schweißproduktion sollte Wasser vor sportlicher Betätigung getrunken werden.

Wasser ist außerdem ein hochwirksames Abführmittel, wenn man zwei oder drei Gläser auf nüchternen Magen direkt nach dem Aufstehen trinkt.

Gunther Wolfgang Schneider gibt in seinem Buch „Biotop Mensch“ weitere kleine Tipps:

Am besten stellt man sich im Bad vor den Spiegel oder aufs Waschbecken ein Wasserglas mit einem Inhaltsvolumen von  $\frac{1}{4}$  Liter. Am Morgen sollte man, noch bevor man Wasser lässt,  $\frac{1}{4}$  Liter Wasser trinken. Nach dem Wasserlassen gleich noch einmal  $\frac{1}{4}$  Liter trinken. Und in der Zeit, während man das Frühstück bereitet, am besten noch zwei große Gläser trinken. Diesen einen Liter Wasser benötigen wir gerade am Morgen. Gemäß der Organuhr versucht der Körper nachts um ca. zwei Uhr, Körpergifte aus dem Körpergewebe zu holen und diese über die Niere aus dem Körper zu schwemmen. Dazu wird unbedingt das richtige Transportmittel benötigt, nämlich sauberes klares Wasser.

Die restlichen beiden Liter werden über den Tag verteilt getrunken.

Wir haben jetzt gesehen, wie wir Krankheiten durch ausreichende Wasseraufnahme vermeiden oder gar heilen können, aber um die Ganzheitlichkeit des Wassers und damit sein Geheimnis besser zu verstehen, werden wir uns nun mit den Eigenschaften des Wassers näher beschäftigen.

## Die Eigenschaften des Wassers



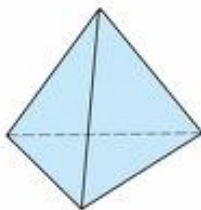
Die chemische Formel des Wassers ist  $H_2O$ . Chemisch betrachtet besteht Wasser also aus zwei Wasserstoff- und einem Sauerstoffatom. Die chemische Zusammensetzung des Wassers sagt aber nichts über sein Wesen aus. Wenn man Wasser nur chemisch betrachtet, wird man nicht verstehen, warum es so heilsam ist und auch nicht, warum es in seiner Qualität so unterschiedlich ist, obwohl beispielsweise die enthaltenen Mineralien identisch sind.

Man spricht oft von der Anomalie des Wassers. Nur durch die Anomalie des Wassers ist es möglich, dass Seen von oben nach unten gefrieren, Eisberge im Meer und Eiswürfel auf dem Getränk schwimmen. Würde sich Wasser „normal“ verhalten, d.h. hätte es die gleichen physikalischen Eigenschaften wie fast alle anderen Flüssigkeiten, dann würden die Gewässer von unten nach oben zufrieren und es gäbe kein Überleben unter der schützenden Eisschicht. Das Leben in den Ozeanen hätte sich nicht entwickeln können. Da Wasser bei vier Grad Celsius die höchste Dichte und das kleinste Volumen hat, sinkt es aufgrund seines Gewichts in einem stehenden Gewässer zu Boden. Deshalb hat das Wasser am Grund eines tieferen stehenden Gewässers immer vier Grad Celsius und ist damit warm genug für Fische, um überleben können. Bei null Grad gefriert Wasser; dabei dehnt es sich um ca. neun Prozent aus und die Dichte nimmt ab. Deshalb schwimmt Eis auf dem Wasser und stehende Gewässer gefrieren von oben nach unten.

Weitere anomale physikalische Eigenschaften des Wassers sind zum Beispiel seine Farblosigkeit, sein vergleichsweise hoher Siede- und Gefrierpunkt sowie Verdampfungs- und Gefrierwärme. Außerdem besitzt es eine hervorragende Wärmespeicherfähigkeit. Darüber hinaus versucht Wasser ständig, von sich aus klar und rein zu sein. Durch diese natürliche Reinheit kann Wasser seine lebensvermittelnde Tätigkeit ausführen.

Über seine wissenschaftlich erforschten Eigenschaften und Fähigkeiten hinaus kann Wasser aber noch mehr: Es ist ein Träger und Vermittler von Energie - es kann Informationen speichern und an unseren Körper weitergeben.

## Die Struktur des Wassers



Wasser als Materie weist eine spezifische geometrische Form auf: es bildet einen Tetraeder, einen der fünf platonischen Körper. Wasser ist somit ein flüssiger Kristall. Der Tetraeder, den das Wassermolekül darstellt, hat einen Winkel von exakt 104,7 Grad. Vier Wassermoleküle, also vier Tetraeder, ergeben in ihrer zusammenführenden Anordnung genau die Struktur der Pyramiden. Dies ist besonders interessant, da bestimmte geometrische Strukturen, wie die der Kristalle oder der Pyramiden, anhand ihrer speziellen Frequenzmuster ordnende Kräfte besitzen.

Wassermoleküle sind polare elektrische Dipole, d.h. sie besitzen zwei unterschiedlich geladene Pole. Durch die unterschiedliche Ladung kommt es zu Anziehungskräften zwischen benachbarten Wassermolekülen. Dadurch schließen sich die einzelnen Wassermoleküle zu großen Haufenmolekülen, so genannten Clustern zusammen. Die Verbindungen zwischen den Wassermolekülen nennt man Wasserstoffbrücken. Dadurch besitzt Wasser die Fähigkeit, Schwingungen und Frequenzen – also Informationen, die man mit der heutigen Digitaltechnik sogar messen kann, zu speichern.

Darauf beruht die Wirkungsweise der Homöopathie, der Bachblütentherapie und der Edelsteinessenzen.

Bei der folgenden Betrachtungsweise spielt die Wissenschaft der Biophysik (Wissenschaft, die sich mit dem biologischen Organismus beschäftigt) eine große Rolle. Dieser Sachverhalt ist dem Buch „Wasser & Salz – Urquell des Lebens“ von Dr. med. Barbara Hendel und Peter Ferreira entnommen und wird dort ausführlich erklärt.

Der Schweizer Atomphysiker Dr. Carlos Rubbia entdeckte, dass eine Milliarde Energieeinheiten nötig sind, um eine einzige Einheit sicht- und greifbare Masse zu bilden. Durch diese revolutionäre wissenschaftliche Entdeckung wird deutlich, dass jede Form von Materie ihren übergeordneten energetischen Wechselwirkungen unterliegt.

Jedes Atom hat einen Atomkern im Inneren, der von seinen Elektronen umkreist wird. Durch diese ständige Bewegung ohne Berührung wird Schwingungsenergie erzeugt. Durch sie entsteht eine Frequenz, eine so genannte Wellenlänge. Jede Form von Materie hat ihr ganz spezifisches Frequenzmuster. Diese Wellenlängen bzw. diese Energie fließen auch durch unseren Körper.

Leben ist gleichbedeutend mit Energie. Energie wiederum ist im physikalischen Sinne gleichbedeutend mit dem Begriff Information. So betrachtet ist jede Materie nicht nur Energie-, sondern auch Informationsträger. Das Leben besteht aus einem ständigen Austausch an Energie und Informationen.

Jede Form von Materie stellt eine Schwingungsform dar, eine Wellenlänge, messbar als elektromagnetisches Frequenzmuster. Jede Wellenlänge hat aber wiederum ihren individuellen Informationsgehalt. In der kosmischen Ordnung strebt jede Form von Energie danach, sich nach einem genau festgelegten energetischen Bauplan zu manifestieren. Im Begriff Information ist dieses Bestreben von Energie verankert. Das Wort bedeutet „in“ seine der Ordnung entsprechende „Form“ zu kommen. Somit ist jede materielle Erscheinungsform – jedes Mineral, jede Pflanze, jedes Tier und auch jeder Mensch – in ihrem physischen Sinne die Zusammensetzung aller daran beteiligten Informationen, sprich Wellenlängen, sprich Energien, sprich Lebendigkeit, welche dem Impuls einer höheren Ordnung folgen.

Auch Lebensmittel sind Informationsträger, sie sind also die Trägersubstanz von Lebendigkeit und Energie. Durch die Zubereitung, chemische Veränderung oder Destrukturierung von Lebensmitteln kann deren Struktur jedoch so verändert werden, dass sie keine Lebendigkeit mehr enthalten. Aus diesem Grund sollte der Verzehr solch „toter“ Mitteln überdacht werden. Kurz erwähnt sei hier das Pasteurisieren von Milch oder auch der Gebrauch einer Mikrowelle. Wir sollten mehr Aufmerksamkeit darauf legen, was wir essen und trinken, und dabei der Lebendigkeit von Lebensmitteln große Beachtung schenken.

Wenn man Gesundheit und Krankheit aus Sicht der Biophysik betrachtet, wird deutlich, warum wir uns mit Wasser das wiedergeben können, was uns fehlt, wenn wir krank sind.

Biophysikalisch bedeutet Krankheit ein Defizit an Energie. Im gesunden Zustand verfügt unser Körper über eine perfekte geometrische kristalline Struktur. Unsere Selbstheilungskräfte halten das natürliche Gleichgewicht der Körperfunktionen, die

Homöostase, aufrecht oder stellen es bei Bedarf wieder her. Dieser Regulationsmechanismus benötigt Energie. Fehlt unserem Körper Energie, sprich Information, kann er seinen Ordnungszustand nicht mehr aufrechterhalten. Ein Defizit an Energie verursacht also einen chaotischen Zustand im Körper, was meist in Form eines Symptoms signalisiert wird.

Am einfachsten wäre jetzt, festzustellen, welche Energieform uns fehlt, diese durch den entsprechenden Informationsgehalt wieder auszugleichen, um somit wieder den ursprünglichen Ordnungszustand herzustellen.

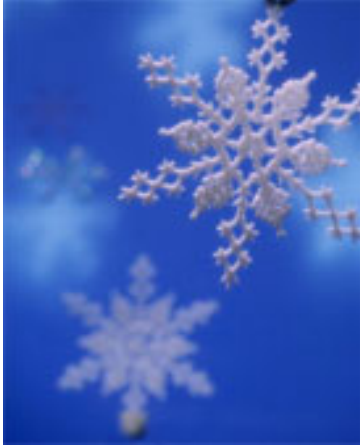
Es nützt nichts, die auftretenden Symptome einfach zu unterdrücken. Dadurch wird die Ursache unseres kranken Körpers, nämlich das Defizit an Energie, nicht erkannt und erst recht nicht beseitigt. Durch diese Form von Behandlung können sogar noch schlimmere Symptome oder sogar eine schwere Krankheit entstehen.

Wenn wir versuchen, durch bewusstes Erkennen unserem Körper die fehlende Energie zurückzugeben, erhält er genau das, was ihm fehlt. So können die Selbstregulierungskräfte des Körpers wieder einsetzen und der geordnete Ursprungszustand wieder hergestellt werden. Dies wird als Heilung bezeichnet.

Unser Organismus hat das gleiche Frequenzmuster wie das Wassermolekül. Mit Wasser können wir uns also das wiedergeben, was uns fehlt, wenn wir krank sind. Wasser steckt voller Lebensenergie und Heilungsinformation. Mit Wasser können wir das Energiedefizit wieder auffüllen, unsere körpereigenen Selbstheilungskräfte unterstützen und so unseren gesunden Ursprungszustand wiederherstellen.

Wir sollten Wasser also nicht nur trinken, um den täglichen Flüssigkeitsverlust auszugleichen oder Giftstoffe auszuscheiden.

## Das Erinnerungsvermögen des Wassers



Wasser ist ein flüssiger Kristall. Die Einmaligkeit jedes einzelnen Wassermoleküls kann man sehr gut an einer Schneeflocke beobachten. Sie hat eine perfekte geometrische Struktur. Obwohl alle Schneeflocken auf der gleichen kristallinen Struktur beruhen und angeblich nur aus H<sub>2</sub>O bestehen, hat man noch nie zwei exakt gleiche Schneeflocken gefunden. Wird eine Schneeflocke unter natürlichen Bedingungen zum Schmelzen gebracht und anschließend unter den gleichen natürlichen Bedingungen wieder eingefroren, erhält man die exakt gleiche Schneeflocke. Die Schneeflocke kann sich also erinnern, wer sie ist. Wasser hat ein Erinnerungsvermögen. Jedes Wassermolekül hat eine vollkommen eigene, unverwechselbare Identität. Wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt, dass jedes Wasser eine andere kristalline Struktur aufweist. Es gibt keine zwei identischen "Wässer".

Wir bestehen zu 70 % aus Wasser – daher ist es von entscheidender Bedeutung, welche biophysikalische Qualität dieses Wasser in uns hat!!

Das Erinnerungsvermögen von Wasser kann auch sehr schön in den Kristallbildern von **Masaru Emoto** beobachtet werden.



Der bekannte japanische Wasserwissenschaftler Dr. Masaru Emoto hat mit seinen Kristallbildern eindrucksvoll bewiesen, dass Wasser ein Gedächtnis hat.

Er hat Wasser mit unterschiedlichen Inhalten besprochen und dieses Wasser anschließend in zahlreichen Versuchen bei minus fünf Grad Celsius fotografiert. Durch das Informieren mit den Worten „Du machst mich krank“ zeigte sich eine chaotische Struktur, ähnlich einem Krebsgeschwür im Körper. Das gleiche Wasser wurde anschließend aufgetaut und mit dem Wort „Liebe“ informiert und wieder eingefroren. Nun zeigte es eine perfekte geometrische Kristallstruktur. Da Worte unsere ausge-

sprochenen Gedanken sind, liegt es nahe, dass negative Gedanken auf Menschen destruktiv wirken, weil sie unsere kristalline Struktur zerstören.

Auch durch die Beschallung mit Hardrock und Heavy Metal sowie dem Anbringen von negativen Worten wurde eine gleichmäßige Kristallbildung verhindert. Masaru Emoto hat die Theorie, dass Menschen fröhlich und ermutigt auf schöne Musik reagieren, weil diese Musik das Wasser in ihrem Körper verändert. Gute Musik und freundliche Worte müssten also eine positive Wirkung auf das Wasser in uns ausüben.

Eine seiner wichtigsten Erkenntnisse war die, dass der Zustand des Wassers nicht fix, sondern beeinflussbar ist. Ganz klar, eindeutig und jederzeit reproduzierbar reagiert die Struktur des Wassers auf Schwingung, Musik, Gedankenkraft und Worte.

Masaru Emotos zentrales Anliegen, für das er sich mit aller Kraft einsetzt, ist die Heilung des Wassers, der Menschen und der Erde.

## **Die Qualität unseres Wassers**

Wasser ist der „Spediteur“ unseres Körpers, der die Zellen mit allen lebensnotwendigen Stoffen versorgt und verbrauchte Stoffe entsorgt. Deshalb ist es notwendig, dass der Spediteur absolut „sauber“ ist.

Die Qualität des Wassers wird hierzulande in der Trinkwasserverordnung geregelt. Diese legt die Beschaffenheit des Wassers durch Richt- und Grenzwerte fest.

Die Bereitstellung von gutem Trinkwasser ist ein Hauptproblem der heutigen Zeit. In unserem Leitungswasser werden Pestizid- und Fungizid-Rückstände genauso gefunden wie etwa Arzneimittelrückstände, Hormone, Asbest, Schwermetalle, Nitrat, FCKWs usw. Für viele Schadstoffe existieren gar keine Grenzwerte, obwohl man weiß, dass sie gefährlich sind.

Die Wasserbelastung unterliegt von Ort zu Ort großen qualitativen Schwankungen. Die Wasserwerke versuchen mit Hilfe von Wasseraufbereitungsanlagen, das Wasser von Schadstoffen zu reinigen und von Bakterien zu befreien. Biochemisch gelingt dies auch und wir erhalten mehr oder weniger gereinigtes Leitungswasser.

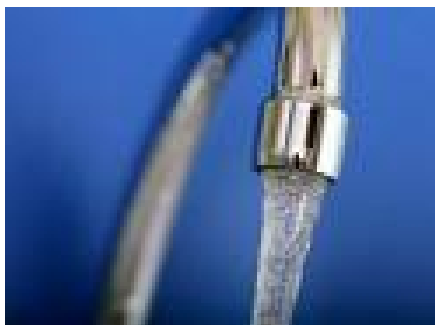
Jedoch wird Wasser durch den gestiegenen Wasserverbrauch und durch Verstädterung nur noch unter mechanischen oder hydraulischen Gesichtspunkten betrachtet, ohne dass man sich um die naturgesetzlichen Vorgänge bei der Wasserregeneration kümmert. Daran krankt bis heute unsere so ausgeklügelte, zum Teil teure und aufwendige Wasserwirtschaft (Viktor Schauberger – Naturforscher 1885 – 1958).

Die Qualität unseres Trinkwassers verschlechtert sich aber auch deshalb, weil es durch Rohrleitungen fließen muss. Vom biophysikalischen Standpunkt aus betrachtet, zerstören Rohrleitungen die kristalline Struktur des Wassers und somit seine Lebendigkeit. Bereits 80 m in der Rohrleitung reichen aus, um durch den Rohrdruck die Eigenbewegung des Wassers größtenteils zu zerstören. Durch den Druck können sich die Wassermoleküle in ihrer natürlichen Struktur nicht halten und die kristalline Phase des Wassers wird zerstört. Da das Wasser dadurch größtenteils seine geometrische Struktur verliert, verliert es auch seinen Informationsgehalt. Damit ist der Grund, warum wir Wasser in erster Linie trinken sollten, nämlich seine Lebendigkeit, sprich Informationsvermittlung, nicht mehr gegeben.

Dr. med. Barbara Hendel und Peter Ferreira stellen in ihrem Buch „Wasser und Salz“ eine sehr interessante Theorie vor: Leitungswasser kann willenlos machen – durch die Aufbereitung des Trinkwassers mit Chlor und Fluor.

Durch Chlor wird ein unnatürlich isoliertes Frequenzmuster verursacht. Diese Dissonanz führt dazu, materielle Denkstrukturen in unserem Gehirn zu fördern.

Natriumfluorid schädigt eine ganz bestimmte Region des Gehirns, in der der individuelle Behauptungswille angesiedelt ist. Dieser wird durch fluorhaltiges Wasser und Salz (Natriumfluorid) auf lange Sicht zum Erliegen gebracht. Viele Menschen nehmen über lange Jahre hinweg regelmäßig chloriertes Wasser und fluoriertes Kochsalz zu sich. Da ist es nicht verwunderlich, dass wir immer mehr willenlose Materialisten in unserer Gesellschaft antreffen. Solange in unserem Körper genügend Energie vorhanden ist, kann sich der Körper von solchen negativen Informationen befreien. Wenn wir aber ein solches Wasser jeden Tag und unser ganzes Leben lang trinken, wird unser Körper früher oder später aus seinem Ordnungszustand herausgebrochen und krank.



Viele Menschen sind durch die teilweise schlechte Qualität unseres **Leitungswassers** sehr verunsichert. Tatsächlich ist es jedoch so, dass die Qualität des örtlichen Leitungswassers meistens immer noch besser als die der gekauften Mineralwässer ist. Leitungswasser ist, richtig aufbereitet eine echte Alternative zu Mineralwässern oder fehlendem Quellwasser.

Als Alternative zum Leitungswasser stehen dem Verbraucher heute mehr als 400 Wässer zur Auswahl. Diese werden folgendermaßen unterschieden:

Tafelwasser, Quellwasser, Mineralwasser und Heilwasser.



**Tafelwasser** hat mit der Natur überhaupt nichts zu tun. Es rangiert ganz unten auf der Hierarchie der Wässer. Es ist nur aufgemotztes Leitungswasser, oft sogar teurer als Mineralwasser und wird vor allem nicht selten 100- bis 1.000-mal

teurer verkauft als Trinkwasser. Tafelwasser ist ein künstlich hergestelltes Produkt, meist aus Trinkwasser mit weiteren Zutaten, z.B. Meerwasser, Sole, Mineralstoffen und Kohlensäure. Tafelwasser muss in der Gastronomie nicht in der Originalverpackung serviert werden. Es darf auch in Kanistern, Fässern oder Schläuchen gelagert werden.

Nur Quell-, Mineral- und Heilwässer sind natürlichen Ursprungs und müssen direkt an der Quelle abgefüllt werden.

Mineral- und Heilwässer unterscheiden sich von Quellwässern durch ihren höheren Mineraliengehalt.



Durch sehr erfolgreiche Werbekampagnen erfreuen sich **Mineralwässer** heute besonderer Beliebtheit. Was jedoch die wenigsten Verbraucher wissen: Was Schadstoffe u.ä. angeht, drückt man bei vielen Mineralbrunnen schlicht und einfach beide Augen zu. Durch ein Jahrhundert Intensivlandwirtschaft und 200 Jahre Industrie sind Schadstoffe auch in die tieferen Erdschichten durchgesickert. So mancher Sprudel dürfte so, wie er in die Flasche und zum Verbraucher kommt, gar nicht aus der Leitung fließen, da die Grenzwerte für ganz normales Trinkwasser überschritten werden.

Was Verbraucher auch wissen sollten: Durch Mineralwasser kann der Mineralhaushalt nicht in Ordnung gebracht werden. Die Mineralien im Wasser kommen fast ausschließlich in anorganischer, d.h. frei gelöster Form vor und sind somit für den Mineralhaushalt des Körpers nicht zu gebrauchen. Sie können den menschlichen Organismus mit unerwünschten Ablagerungen belasten und Beschwerden verschiedenster Art hervorbringen.

Die menschlichen Zellen können anorganische Mineralien erst aufnehmen, wenn sie von pflanzlichen Zellen verstoffwechselt und in eine organische Struktur umgewandelt werden oder in ionisierter Form vorkommen. Deshalb sollte man den Mineralienbedarf mit viel Obst, Gemüse, Getreide u.ä. decken, da hier die Mineralien in organischer Form vorliegen.



Außerdem können Mineralwässer die Säuren im Körper nicht mehr richtig abtransportieren, da die besten Plätze schon durch die einzelnen Mineralstoffe belegt sind. Je weniger fremde Teilchen auf einem Wassermolekül sitzen, umso mehr Säure kann sich auf dem Weg durch den Körper an dem Wassermolekül anhaften und von ihm abtransportiert werden. Die Reinigungskraft des Wassers ist also umso höher, je weniger Mineralstoffe sich im Wasser befinden.

Kohlensäure ist eigentlich ein Ausscheidungsprodukt. Da der Körper der meisten Menschen sowieso schon übersäuert ist, sollten wir den Körper nicht auch noch zusätzlich belasten.

Natürlich kann kohlenstoffhaltiges Wasser getrunken werden, nur sollte man sich darüber im Klaren sein, dass dies nichts mit den zwei bis drei Litern Wasser zu tun hat, die man täglich trinken sollte, um gesund zu bleiben oder zu werden.

Als stilles Mineralwasser wird ein Mineralwasser bezeichnet, das zwischen 0 und 300 mg Kohlendioxid pro Liter enthält. Zum Vergleich: ein Sprudel oder Sauerbrunnen muss mindestens 250 mg Kohlendioxid pro Liter enthalten, ein stark kohlenstoffhaltiges Mineralwasser enthält 600 bis 900 mg Kohlendioxid.

Kann man auf Mineralwasser nicht verzichten, sollte man wenigstens darauf achten, nur Glasflaschen zu kaufen, da das Wasser die dissonanten Schwingungen der Plastikflasche sehr schnell aufnimmt.

Außerdem besteht der Verdacht, dass Wasser aus PET-Flaschen mit gesundheitsschädlichen Substanzen belastet ist.



**Heilwässer** sind natürliche Mineralwässer, die auf Grund ihrer Zusammensetzung oder/und ihrer physikalischen Eigenschaften in der medizinischen Therapie eingesetzt werden. In Deutschland und Österreich benötigt ein Heilwasser eine staatliche Anerkennung. Heilwässer unterliegen im Gegensatz zu den Mineralwässern nicht der Lebensmittelverordnung, sondern dem Arzneimittelgesetz.

Ein Heilwasser kann innerlich für Trinkkuren oder äußerlich für medizinische Bäder angewendet werden. Nur Wässer, denen eine vorbeugende, lindernde oder heilende Wirkung nachgewiesen werden kann, dürfen als „Heilmittel“ bezeichnet werden. Ausschlaggebend für die Beurteilung und Verordnung von Heilwässern sind die Art und Menge der Mineralien und ihr Verhältnis untereinander. Heilwässer sind kein Ersatz für Trinkwasser! Sie sollten nur über einen begrenzten Zeitraum als Kur getrunken werden. Sie sollten nur auf Anordnung eines Arztes verabreicht werden, da sie der Auslösung eines therapeutischen Effekts dienen.



Das beste Wasser für unsere Gesundheit ist ein natürlich lebendiges, schadstofffreies und unverändert mineralarmes **Quellwasser** – diese Wässer zeigen die elektromagnetischen Frequenzen und Schwingungsmuster, wie sie auch in unserem Körper vorkommen.

Wässer, die weniger als ein Gramm Mineralien pro Liter aufweisen, werden als Quellwasser bezeichnet. Quellwasser muss in unmittelbarer Nähe zum Quellort abgefüllt werden und darf nur in Behältnissen transportiert werden, die an den Endverbraucher abgegeben werden. Quellwasser muss den in der Mineralwasser- und Quellwasserverordnung genannten mikro-biologischen Anforderungen sowie den chemisch-physikalischen Anforderungen der Trinkwasser-

Verordnung entsprechen. Es sind keine Behandlungsverfahren erlaubt, bei denen Stoffe zugesetzt werden. Es dürfen auch keine Verfahren angewandt werden, die den Keimgehalt verändern.

### **Artesisches Wasser – eine spezielle Form des Quellwassers**

Fließendes Wasser in der Natur fließt niemals geradeaus, sondern dreht sich immer in Spiralförmigkeit. Diese Spiralförmigkeit des Wassers nennt man Mäanderbewegung. Durch diese Bewegung lädt sich das Wassermolekül energetisch auf. Wenn das Wasser im Erdreich versickert, nimmt es die energetischen Schwingungen der Steine, Mineralien und anderen Bestandteilen auf, über die es läuft. Es lädt sich immer weiter mit Energie auf. Viktor Schauberger hat dies so formuliert: Während seiner Reise durch die Erde nimmt das Wasser alle elektromagnetischen Schwingungen auf, die auf unserem Planeten vorkommen. Es wird zum Blut der Erde.

Artesisches Wasser ist über viele Jahre im Bauch der Erde gereift und hat während des Reifeprozesses die kristalline Struktur angenommen. Deswegen entwickelt es die so genannten levitierenden Kräfte und entspringt von alleine in einer artesischen Quelle.

Durch die kristalline Struktur eines artesischen Wassers können sich Keime gar nicht oder nur sehr schlecht vermehren. Dadurch ist dieses Wasser ohne Konservierungsstoffe haltbar. In einer Glasflasche abgefüllt ist es zum Teil über Jahre hinweg ohne Qualitätsverlust lagerfähig.

Wasser, das aus der Erde gepumpt werden muss, hat seine kristalline Struktur noch nicht vollständig ausgeprägt. Die kristalline Struktur kann aber auch durch den Pumpprozess verloren gehen. Diesem Wasser fehlt wegen der instabilen Anordnung der Wassermoleküle die stabile Struktur. Deshalb können sich Keime leichter ansiedeln und vermehren.

Aus diesem Grund müssen die meisten im Handel befindlichen Wässer haltbar gemacht werden. Dies erreicht man entweder durch Zugabe von Kohlensäure oder bei stillen Wässern durch Ozonierung. Die Ozonierung ist ein Verfahren der Entkeimung und Desinfektion durch Zugabe von Ozon als Oxidationsmittel. Bei der Ozonierung kommt es durch die reaktive Wirkung von Ozon zu einer sehr schnellen Inaktivierung von Bakterien und Viren. Dabei wird jedoch größtenteils das Frequenzmuster des Wassers zerstört. Das Wasser verliert seinen maßgebenden Informationsgehalt und kann als totes Wasser bezeichnet werden. Mittlerweile werden über 80 % der handelsüblichen Wässer ozoniert. Für die Ozonierung von Wasser besteht keine Deklarationspflicht, deshalb kann man am Etikett leider nicht erkennen, ob es sich um ozoniertes Wasser oder gutes, reifes Quellwasser handelt. Leider dürfen aus Wettbewerbsgründen Wässer, die nicht ozoniert sind, diesen Hinweis nicht auf der Flasche angeben.

Aktuelle Informationen hierüber erhält man im Internet unter [www.wasser-und-salz.org](http://www.wasser-und-salz.org)

Ein weiterer Punkt, der für artesisches Wasser spricht, ist, dass Mineralien, die in einem kristallinen Wasser gelöst sind, den Körper nicht belasten. Die Mineralien können nicht miteinander reagieren, da jedes einzelne Mineral für sich hydratisiert (von Wassermolekülen ummantelt) ist.

Da Quellwasser lebendig und noch dazu kostenlos ist, sollte man sich, wenn möglich, das Wasser selbst an einer natürlichen Quelle in der Nähe abfüllen. Man sollte jedoch eine Wasserprobe beim zuständigen Wasserwerk analysieren lassen, um sicherzustellen, dass das Wasser trinkwassergeeignet ist. Allerdings sollte man das Wasser, wie bereits erwähnt, nur in Glasbehältern und nicht in Plastikkanister füllen. Das Frequenzmuster des Plastiks erzeugt in unserem Körper keine Resonanz, sondern eine Struktur zerstörende Dissonanz, die sich negativ auf unseren Körper ausübt. Wie wir wissen, nimmt Wasser ständig alle Informationen aus seiner Umgebung auf. Somit natürlich auch die Informationen seines Behältnisses. Dieser Einfluss ist bereits nach zehn Minuten nachweisbar.

Glas besteht dagegen aus Quarzsand, einem natürlichen Mineral. Quarz besitzt eine geordnete Struktur und erfährt dadurch eine positive Resonanz im Wasser. Eine Glasflasche wirkt gleichzeitig wie ein Faraday'scher Käfig auf das Wasser und schützt es vor negativen Umwelteinflüssen.

Wie können wir dem Wasser, das aus dem Hahn fließt oder in Flaschen gekauft werden kann, wieder seine natürliche Ganzheitlichkeit zurückgeben?

## **Trinkwasseraufbereitung - Ganzheitliche Wasserqualität**

Trinkwasseraufbereitung ist der fachliche Oberbegriff für die Gesamtheit aller Maßnahmen zur Verbesserung der Trinkwasserbeschaffenheit.

Das Verständnis für die besondere Wirkung des Wassers hat sich in den letzten Jahren gewandelt. Man stellt mittlerweile höhere Anforderungen an das Wasser und vielen Menschen reicht es nicht mehr, dass Wasser einfach nur ein mechanisch gereinigtes industrielles Erzeugnis ist. Denn dieses Wasser ist nicht mehr lebendig.

Nach dem heutigen Kenntnisstand sollte ein perfektes Trinkwasser zuerst weitestgehend stofflich gereinigt werden. Anschließend sollte es von sämtlichen homöopathischen Informationen befreit und mit Energie angereichert werden.

Durch das Zusammenspiel der folgenden Komponenten kann dem Wasser wieder etwas seines „Zaubers“ (seiner ursprünglichen Wirkung) zurückgegeben werden:

### **Biochemische Trinkwasseraufbereitung**

Bei der biochemischen Reinigung werden Schad- und Mineralstoffe aus dem Wasser entfernt. Dies wird durch den Einsatz von Aktivkohlefilter, Ionenaustauscher, Umkehrosmose oder Dampfdestillation erreicht. Alle technischen Verfahren haben ihre Besonderheiten und Vorzüge, aber auch gravierenden Nachteile. Dazu zählt, dass man chemisch reines, jedoch nicht vitales Wasser erhält.

Biophysikalisch sind im Wasser immer noch die negativen Informationen der Schadstoffe enthalten. Die heute üblichen Technologien zur Trinkwasserreinigung sind nicht in der Lage, diese negativen Informationen zu entfernen. Durch das Erinnerungsvermögen des Wassers speichert und vermittelt es negative Informationen über Blei, Cadmium, Nitrate, Antibiotika, Hormone und sonstige Schadstoffe, selbst wenn diese Schadstoffe stofflich gar nicht mehr nachweisbar sind. Das heißt, dass der „Abdruck“ von gelösten Schadstoffen genauso gesundheitsschädlich wirken kann wie die Stoffe selbst. Wie in der Homöopathie sind es also die im Wasser verbliebenen Schwingungen, nicht die Substanzen selbst, die auf den Körper wirken.

Es kann nicht wissenschaftlich bewiesen werden, dass die schädlichen und beharrlichen Erinnerungen wirklich gelöscht werden können.

### **Wasserbelebung und Energetisierung**

Bei der Wasserbelebung wird durch technische Hilfsmittel versucht, dem Wasser eine naturnahe Struktur zurückzugeben. Das Wasser soll die Eigenschaften von freiem, fließendem und gesundem Wasser erhalten. Dabei handelt es sich nicht um einen chemischen, sondern um einen rein physikalischen Vorgang. Durch verschiedene Methoden soll totem Wasser seine kristalline Struktur zurückgegeben werden. Es wird z. B. versucht, schädliche Informationen im Wasser zu überschreiben. Mit Was-

serbelebungsgeräten möchte man in kürzester Zeit das erreichen, wozu die Natur teilweise hundert Jahre benötigt.

Bei Geräten und Verfahren zur Wasserbelebung gibt es eine große Auswahl. Vor dem Kauf und damit der Entscheidung für ein bestimmtes System sollte man sich genau erkundigen und gut beraten lassen, da es große Unterschiede in der Wirksamkeit der Geräte gibt. Zu beachten ist auch, dass die energetische Aufbereitung von Wasser keine Schadstoffe beseitigen kann. Wasser sollte also zuerst chemisch gereinigt werden und dann einer Wasserbelebung unterzogen werden.

Es gibt mittlerweile sogar Berichte von Landwirten, die ihrem Vieh vitalisiertes Wasser zu trinken geben und so erreicht haben, dass die Ställe, Sickergruben und Misthaufen wieder einen „angenehmen“ Geruch erhielten.

Würden wir alle nur noch vitalisiertes Wasser verwenden, käme dies mit Sicherheit unseren Klärwerken zugute und durch das vitalisierte Abwasser natürlich auch unseren Bächen, Flüssen und Meeren.

Eine **Wasserbelebung** kann z.B. mit der Wasser-Verwirbelung nach Schaubberger erreicht werden. Der österreichische Naturforscher Victor Schaubberger war ein Förster und Erfinder. Er erforschte unter anderem zentripetale Wirbelströmungen und setzte sich für eine an der „Natur orientierte Technik“ ein.

Sein System zur Wasserbelebung beruht auf dem Prinzip der natürlichen Wirbelbildung des Wassers. In der Natur fließt Wasser durch steinige Bachbetten, über Stromschnellen und durch Flussmäander. Es bilden sich ständig Wirbel und Strudel, so dass das Wasser immer in Bewegung ist. Durch diese Bewegung wird Energie freigesetzt und erzeugt. Außerdem wird das Wasser mit Sauerstoff angereichert - es ist lebendig.

Wirbel sind die Kläranlagen der Natur. Die langkettigen organischen Molekülverbindungen, aus denen Dreck und Schmutz bestehen, werden im Wirbel immer mehr beschleunigt. An einem bestimmten Punkt zerreißen sie. Dadurch wird das Wasser wieder sauber und klar. Durch Verwirbeln soll Wasser in die Lage versetzt werden, Energie in sich aufzusaugen und sich mit Sauerstoff aufzuladen. Die Clusterklumpen werden bei der Verwirbelung auseinandergerissen, die Moleküle und kleineren Molekülverbände orientieren sich neu und strukturieren das Wasser nach natürlichem Vorbild. Dadurch können negative Informationen gelöscht werden. Gleichzeitig „öffnet“ sich das Wasser für positive Prägungen. Durch die Auflösung der Cluster wird das Wasser aufnahmebereiter und lösungsfähiger.

Bei der Verwirbelung wird das Wasser nicht mechanisch gereinigt, jedoch seine Selbstreinigungskapazität erhöht. Durch die Löschung der im Wasser enthaltenen Informationen wird unser informationsüberfluteter Körper nicht mit noch mehr Informationen belastet.

Energetisches Wasser ist neutrales Wasser.

Verclustertes Wasser zeigt sich reaktionsträge und energiearm durch die Verklumpung vieler Gruppen von Wassermolekülen. Energiereich dagegen ist Wasser, wenn die einzelnen Wassermoleküle „solo“ sind und damit bindungsbereit. Energie bedeutet hier eine hohe biologisch nutzbare Potenz. Für die lebenserhaltenden Prozesse ist frisches und unbeschriebenes Wasser notwendig, sonst erstickt der Körper in Informationen.

Wasser kann jedoch auch „gute Botschaften“ an uns weitergeben.



Eine natürliche, sehr einfache und außerdem auch kostengünstige Methode zur Wasserbelebung und Energetisierung ist die Verwendung von **Halbedel- und Edelsteinen**. Das Ziel hierbei ist, Wasser mit neuen Informationen zu versehen.

Bei der Herstellung von Edelsteinwasser werden Informationen von Gesteinen, Mineralien oder Edelsteinen auf das Wasser übertragen.

Edelsteinwasser sind „Informations-Heilmittel“ ähnlich homöopathischen Arzneimitteln oder Bach-Blütenessenzen. Diese Wässer sind allein durch die Information, nicht durch die Substanz, wirksam.

Stofflich betrachtet verändert sich das Wasser überhaupt nicht. Und doch können die meisten Menschen am Geschmack feststellen, dass sich das Wasser in irgendeiner Form verändert hat. Es schmeckt weicher, frischer und manchmal sogar würziger. Auch die Keimentwicklung wird verlangsamt.

Durch die trigonale Struktur von Quarzkristallen wird dem Wasser seine geordnete Struktur zurückgegeben.

Edelsteinwässer können auf zweierlei Art verwendet werden – zur qualitativen Verbesserung des Trinkwassers oder zur Herstellung eines Heilmittels.

Zur qualitativen Verbesserung unseres Trinkwassers kommen nur wenige Edelsteine in Frage, da die meisten ganz spezifische Informationen vermitteln und daher auch spezifische Wirkungen hervorrufen. Am besten verwendet man hierfür Bergkristalle. Der Bergkristall hat die Eigenschaften „Frische, Klarheit, Lebendigkeit, Energie“ und ähnelt denen von reinem Wasser sehr.

Amethyst und Rosenquarz, seine nahen Verwandten, können gut als Grundmischung mit dem Bergkristall verwendet werden. Jedoch haben wir mit ihnen kein

neutrales Wasser mehr, da diese nicht nur im Aussehen, sondern auch in der Wirkung bereits „gefärbter“ sind.

Auch hier gilt: Edelsteine bringen nur Informationen ins Wasser hinein, aber keine schädlichen Stoffe heraus!

Die Verwendung von Edelsteinwasser als Heilmittel verfolgt im Gegensatz zur Trinkwasserverbesserung eine ganz andere Absicht. Edelsteinwässer sollen in erster Linie „wirken“. Hier handelt es sich um eine naturheilkundliche oder therapeutische Maßnahme zur Behandlung körperlicher und seelischer Beschwerden. Dazu müssen einige Regeln beachtet werden, z. B. die Wahl des richtigen Steins und der Dosierung sowie mögliche Einschränkungen bei der Anwendung wie beispielsweise eine Schwangerschaft.

### Herstellung des Edelsteinwassers

Die Wasserqualität ist entscheidend, das heißt das Wasser sollte so wenig wie möglich gelöste Substanzen enthalten. Am besten ist mineralarmes Quellwasser oder mineralarmes Trinkwasser aus Glasflaschen.

Ungeeignet für die Herstellung ist unter anderem Wasser aus Plastikflaschen oder Leitungswasser. Der Leitungsdruck bewirkt eine verminderte Informationsaufnahme, wodurch das Wasser die Edelsteininformationen schnell wieder verliert.

Man legt eine Handvoll roher oder geschliffener Quarzkristalle in eine Glaskaraffe und füllt diese mit Wasser auf. Nach zwei bis acht Stunden kann das gebrauchsfertige Edelsteinwasser entnommen werden.

Die Steine müssen regelmäßig gereinigt, entladen und wiederaufgeladen werden. Für nähere Informationen gibt es viele gute Bücher über Edelsteinwässer (vgl. Quellenverzeichnis).

Auch die richtige Kombination der verschiedenen Steine kann in zahlreichen Büchern nachgelesen werden.

Bereits Hildegard von Bingen hat in ihrem „Buch von den Steinen“ von der heilsamen Wirkung der Edelsteine geschrieben.

## **Schlusswort**

Dieser Streifzug durch die Welt des Wassers hat dem Leser hoffentlich ein Gefühl dafür vermittelt, wie wichtig Wasser für das Leben auf der Erde und für den menschlichen Körper ist.

In Anbetracht der immer größeren Knappheit an Trinkwasser auf der Welt sollte jeder Einzelne für sich versuchen, sparsam und achtsam mit der kostbaren Ressource Wasser umzugehen. Wir sollten das Wasser als Lebensmittel im wahrsten Sinne des Wortes betrachten und schätzen und es nicht achtlos verschwenden und diese Ressource so wenig wie nur irgendmöglich verschmutzen.

Jeder von uns kann lernen, genügend Wasser zu trinken. Vor allem sollte uns bewusst sein, wie wichtig es ist, anstatt anderer Getränke wie Tee, Kaffee und zuckerhaltiger Getränke, einfach nur Wasser zu trinken. Es ist so einfach, sich mit ausreichender Wasseraufnahme gesund zu halten und man wird sehr schnell merken, wie wohl und energiegeladen man sich fühlt. Einen Versuch ist es doch wert, nicht wahr?



## Quellenverzeichnis

### Sachbücher

Batmanghelidj, Dr. med. F.  
“Sie sind nicht krank, Sie sind durstig! Heilung von Innen mit Wasser und Salz“  
202 Seiten

Batmanghelidj, Dr. med. F.  
“Wasser – die gesunde Lösung. Ein Umlernbuch“  
182 Seiten

Hendel, Barbara Dr. Med.  
Ferreira, Peter  
“Wasser & Salz – Urquell des Lebens”  
230 Seiten

Emoto, Masaru  
„The Hidden Messages in Water“

Gienger, Michael  
Goebel, Joachim  
“Wassersteine”  
94 Seiten

Schneider, Gunther Wolfgang  
„Biotop Mensch – Paradigmenwandel in der Medizin“  
223 Seiten

Ball, Philip  
„H<sub>2</sub>O – Biographie des Wassers“  
470 Seiten

### Internetseiten

[www.lichtkreis.at](http://www.lichtkreis.at)  
[www.elmar-schuerr.de](http://www.elmar-schuerr.de)  
[www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org)  
[www.artesia.de](http://www.artesia.de)  
<http://wasser-lexikon.schlicht-gruppe.de>  
<http://www.vitavortex.com/>