

# Wasser: Elixier des Lebens

VERÖFFENTLICHT IN HEFTARCHIV - HEFT 05/2013

## Krank durch Wassermangel

Seit alters her hat die Menschheit die heilende Kraft des Wassers erkannt und macht sich diese zunutze, sei es in Form von Bädern, Güssen, Waschungen, Wassertreten oder Trinkkuren. Doch wie wichtig der tägliche Wassergenuss ist, scheint heutzutage aus manchen Köpfen verschwunden. Süßgetränke und Kaffee haben das Trinken reinen Wassers ersetzt. Dehydration ist nicht nur bei älteren Menschen ein gesundheitliches Thema. Ernährungswissenschaftler und Mediziner sind sich weitgehend einig: Wassermangel führt in der ersten Stufe zu Müdigkeit, Antriebslosigkeit, Konzentrationsschwäche und später zu starken körperlichen Symptomen wie Kopf-, Bauch- und Gelenkschmerzen, Migräne oder Schwindelgefühl. Chronischer Wassermangel kann zu Hautausschlägen, Allergien, Fettleibigkeit, Rheuma, Gicht, Arthrose, Depressionen, Bluthochdruck und Diabetes führen, um nur einige zu nennen. Exponentiell zur Entwässerung des Körpers steigt die Histaminproduktion. Histamin hat vielfältige Funktionen im Körper, insbesondere seine Beteiligung an Abwehrreaktionen spielt eine große Rolle. Erhöhte Histaminkonzentrationen sind jedoch pathogene Faktoren und zeigen sich z.B. in der Symptomatik von Allergien und Asthma. Wird der Körper wieder mit Wasser versorgt, verringert sich auch wieder die Histaminkonzentration.



„Sie sind nicht krank, Sie sind durstig!“, titelt der iranische Arzt Dr. med. F. Batmanghelidj eines seiner Bücher. Gemäß seinen Forschungen werden die heute am meisten verbreiteten Krankheiten durch eine Dehydration des Körpers verursacht. Um der Dürre im Körper und deren Folgen entgegenzuwirken, ist eine regelmäßige Wasserzufuhr unbedingt notwendig. Da der Darm nur ca. 0,2 Liter Wasser pro Viertelstunde aufnehmen kann, ist es sinnvoll, über den Tag verteilt zu trinken. Schnell große Mengen Wasser zu trinken sorgt nicht für eine Deckung des Tagesbedarfs, der zwischen 2 und 3 Litern bei normaler Beanspruchung liegen sollte.

## Übersäuerung – die Ursache vieler Erkrankungen

Wasser kann die im Körper vorhandenen Giftstoffe, Säuren und Schlacken über die Nieren ausschwemmen und unsere Zellen mit frischen Nährstoffen und Mineralien versorgen. Dieser Transport erfolgt über das Lymphsystem. Es bildet in allen Geweben und Organen ein dichtes Netz und ist das Bindeglied zwischen Gewebe und Blutkreislauf. Die Lymphe durchströmt oder besser durchsickert das Bindegewebe und alle anderen Gewebszellen, ernährt diese und transportiert alle Stoffwechselabfälle der Zellen zurück ins Blut. Durch Säuren gerinnen die in der Lymphe enthaltenen Proteine, sie wird dickflüssig und kann ihre Transportfunktion nicht mehr aufrechterhalten. Als Folge herrscht Sauerstoffmangel in der Zelle sowie eine Unterversorgung der Zellen mit Nährstoffen. Auf den Sauerstoffmangel reagiert der Körper mit der Erhöhung des Blutdrucks (Bluthochdruck), den Nährstoffmangel versucht er mit der Anhebung des Blutzuckerspiegels (Diabetes) auszugleichen. Als erste Hilfemaßnahme greift der Körper zu basischen Mineralien im Körper und bildet aus ihnen Salze, die sich als saure Schlacken in den Gelenken oder auch als Nierensteine ablagern können. Den für das gesamte Körpersystem aussagekräftigen pH-Wert der Lymphe kann man selbst sehr einfach bestimmen, indem man den pH-Wert des Speichels misst. Er sollte im leicht basischen Bereich um 7,2 liegen.

Übersäuerung zeigt sich nicht nur körperlich, auch psychisch reagieren übersäuerte Menschen gereizter und aggressiver. Aggressive Verhaltensänderungen gerade bei älteren Menschen können auch durch Dehydration verursacht sein. Neben den natürlicherweise säurebildenden Oxidationsprozessen im Organismus, die der Energiegewinnung dienen, kommen weitere Säuren durch säurebildende Nahrungsmittel hinzu. Phosphor- und Schwefelsäure aus Fleisch z. B., die wiederum durch Fäulnisprozesse im Darm weitere zusätzliche Säuren entstehen lässt. Schwefelwasserstoff, Ammoniak, Histamine, Indole, Phenole und Skatoie werden als Ursache

für Hauterkrankungen, allergische Reaktionen und Leberschäden angesehen. Der deutsche Bio-Chemiker und Nobelpreisträger Dr. Otto Heinrich Warburg untersuchte den Stoffwechsel von Tumoren und die Atmung von Zellen. Nach seiner Theorie ist die Hauptursache für eine Krebserkrankung eine Übersäuerung des Körpers mit einhergehendem Sauerstoffmangel in der Zelle.

### Ist unser Leitungswasser trinkbar?

Die Bereitstellung von gutem Trinkwasser ist ein Hauptproblem unserer heutigen Zeit. Durch die Trinkwasserverordnung haben wir in Deutschland derzeit noch das Privileg, verhältnismäßig gutes Wasser direkt aus der Leitung ins Haus geliefert zu bekommen. Dennoch werden auch in unserem Leitungswasser Pestizid- und Fungizidrückstände sowie Arzneimittelrückstände, Hormone, Asbest und Schwermetalle, aber auch Bakterien und Viren gefunden. In vielen Fällen sind die Grenzwerte zu hoch angesetzt, für manche Stoffe existieren sie nicht einmal. Mithilfe von Aufbereitungsanlagen wird versucht, das Wasser von Schadstoffen zu befreien. Jedoch können Wasserwerke mit der üblichen veralteten Technik Krankheitserreger nicht umfassend filtern oder abtöten. Das Bayerische Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit warnt: „Grenzwertüberschreitungen bei Fäkalkeimen der Trinkwasserverordnung sind in 25%, im Sommer sogar in 33% der Trinkwasserproben. Im Grund- und Trinkwasser Bayerns werden regelmäßig Legionellen nachgewiesen.“

Zudem wird Wasser weitgehend nur noch unter mechanischen oder hydraulischen Gesichtspunkten betrachtet, ohne die natürlichen Vorgänge bei der Wasserregeneration zu beachten. Leitungswasser hat durch Leitungsdruck und Standzeiten im Versorgungsnetzwerk sowie durch veraltete Rohrleitungen viele positive Eigenschaften des natürlichen Quellwassers verloren. Wassermoleküle verbinden sich in Abhängigkeit von der Temperatur über sogenannte Wasserstoffbrücken zu Clustern. Ein einzelnes Wassermolekül existiert nur bei sehr hohen Temperaturen (400 °C) alleine. In der Natur werden ungefähr 600 bis 800 Moleküle angenommen, im Leitungswasser bis zu 1600 Moleküle. Die Clusterstrukturen werden quantenmechanisch aus spektroskopischen Daten und im Verhältnis errechnet. Je kleiner die Clustergröße, desto lebendiger und aufnahmefähiger ist das Wasser. Die Verringerung der inneren Oberfläche des Wassers wirkt sich positiv auf Energieinhalt, Lösungsfähigkeit und Transportkapazität des Wassers aus.

### Reinigung des Wassers

Die Bestrebungen, unsere Trinkwasserversorgung zu privatisieren und die damit verbundene Sorge um den Ausverkauf dieser wichtigen Ressource, rüttelt derzeit viele Menschen wach. Die Nachfrage nach Wasseraufbereitungsmöglichkeiten boomt. In der Natur findet eine geologische Filtration durch das Versickern des Wassers im porösen Gestein statt. Dieser natürliche Vorgang kann mithilfe von Aktivkohlepressfilter nachgeahmt werden. Diese können 99,9% organische Moleküle wie Pestizide, Medikamente und Hormone, 99% aggressive chemische Elemente wie Chlor und 90% der Schwermetalle wie Blei aus dem Trinkwasser filtern.

Wirbelbewegungen – ähnlich wie an einem wilden Bergbach – sorgen ebenso für eine Selbstreinigung des Wassers. Das Wasser wird hierbei mit Sauerstoff angereichert und gespeicherte Informationen werden entfernt. Einfach nachzuahmen ist dieser natürliche Vorgang mit Wasserverwirbelern, die direkt am Wasserhahn angebracht werden können.

Ein Verfahren, welches auf der Grundlage der Erkenntnisse des Naturforschers Viktor Schauberger (1885-1958) und Wilfried Hacheney (1924-2010) basiert und bei dem von fast vollständiger Informationsauslöschung gesprochen werden kann, ist die Levitation. Wasser wird hierbei auf nahezu Schallgeschwindigkeit beschleunigt und in gegensätzlichen Spiralbewegungen verwirbelt. Wasser ist immer eine Lösung aus Gasen und Mineralien. Die im Wasser gelösten Mineralstoffe werden für den Körper durch dieses Verfahren aufnehmbar. Der enthaltene Sauerstoff bleibt ebenso länger in Lösung und zeigt eine positive Wirkung im Stoffwechsel. Levitationsgeräte gibt es für den Hausgebrauch oder das Wasser wird aus Hochleistungsanlagen in abgefüllten Flaschen verkauft. Vielerorts werden sie bereits im Heim-Lieferdienst ausgefahren.

Der Vorgang der Umkehrosmose reinigt das Trinkwasser ebenfalls sehr gründlich. Hierbei wird Wasser durch eine Membran gedrückt, die nur Wassermoleküle und lösliche Stoffe durchlässt, damit aber auch Salze und Mineralstoffe zurückhält. Dadurch ist eine hohe Aufnahmekapazität von Stoffwechselabfällen gewährleistet. Der erste Effekt ist eine starke Entgiftung und Entsäuerung des Körpers. Unter Dauergebrauch oder bei sportlich sehr aktiven Menschen kann Osmosewasser jedoch schnell zu einer Unterversorgung mit wichtigen Mineralsalzen führen, wenn die Bilanz der Salzausscheidung höher ist als die Wasserausscheidung. Grundsätzlich gilt, dass die in Pflanzen organisch gebundenen Mineralien vom Körper besser aufgenommen und verwertet werden als die in Trinkwässern befindlichen anorganischen Mineralien. Sie können weniger gut verwertet werden und lagern sich als Schlacken im Körper ab.

### **Wasser speichert Informationen**

Wasser hat die Fähigkeit, Informationen über enthaltene Stoffe zu speichern, selbst wenn diese Stoffe im Wasser nicht mehr existieren. Die Arbeit des japanischen Forschers Masaru Emoto zeigt in beeindruckender Weise, dass Wasser Informationen aller Art aufnehmen kann. Er hat Wasser unterschiedlichen Einflüssen ausgesetzt. Bei negativer Beeinflussung zeigen die bei -5 °C fotografierten Wasserkristalle chaotische, bei positiver Beeinflussung perfekte und harmonische Strukturen. Das Wasser speichert demnach alles, mit dem es jemals in Berührung gekommen ist. Schwingungsmuster von Giften, Schwermetallen, Pflanzenspritzmitteln und Arzneimittelrückständen sowie die Schwingungen von elektromagnetischen Sendern bleiben als Information im Wasser erhalten.

Wasser ist auch Träger vieler feinstofflicher Medikamente wie Bach-Blüten oder homöopathischer Mittel. Es wird also vom neutralen Medium zu einem spezifischen Wirkstoff, je nachdem, welche Informationen eingebracht werden. Nachweisbar ist dies durch die sogenannte Tropfbildmethode. Diese bildschaffende, anthroposophisch beeinflusste Vorgehensweise ist eine die chemische Analyse ergänzende Qualitätsbewertung des Wassers. Ebenso kann Wasser mit Edelsteinen informiert werden – eine Methode, die in vielen Haushalten Einzug gehalten hat. Um eine Verkeimung der Steine und des Wassers zu vermeiden, sollten die Steine regelmäßig aus dem Krug genommen und gereinigt werden. Eine attraktive Alternative sind Steine in Glasviolen, wie sie von verschiedenen Firmen hergestellt werden.

### **Gesund mit gutem Wasser**

Wir sind ununterbrochen verschiedenster Mikroorganismen ausgesetzt. Manche dienen uns, andere sind schädlich. Um diese Mikroorganismen in Schach zu halten, erzeugt der Körper selbst aktive Sauerstoffradikale, die unerwünschte Mikroorganismen oxidieren können. Freie Radikale sind daher für unser Überleben notwendig. Wird ihre Konzentration aber zu hoch, greifen sie gesunde Bestandteile unseres Körpers an und rauben ihnen Elektronen. Wenn wir dem Körper freie Elektronen zur Verfügung stellen, reduzieren wir das Oxidationspotenzial und der Vorgang des innerlichen Rostens wird gestoppt.

Viele Heilquellen besitzen einen hohen pH-Wert, sind also basisch und haben ein sogenanntes negatives Redoxpotenzial. Das Redoxpotenzial bezeichnet die Fähigkeit eines Moleküls, Elektronen abzugeben bzw. aufzunehmen. Das heißt, dass im Wasser freie OH<sup>-</sup>-Gruppen vorkommen, welche in der Lage sind, freie Radikale zu binden. Oxidationsprozesse im Körper werden somit verlangsamt – ein Grund, weshalb in der Gegend solcher Trinkwasservorkommen die Menschen besonders alt werden.

Die unterirdische und natürliche Elektrolyse erfolgt durch verschiedene Mineralien mit der Fähigkeit, entweder Elektronen aufzunehmen oder sie abzugeben. Fließt das Wasser durch diese Erdschichten hindurch, wirken die vorhandenen Mineralien wie eine Elektrolyseeinheit. Bei Mineralien wie z. B. Quarz oder Turmalin findet eine Ionisierung des Wassers durch deren natürliche elektrische Ladung statt.

### **Ionisiertes oder auch basisches Trinkwasser**

Einer 35 Jahre gereiften Technologie aus Japan, die sich heute auch in den USA und Europa durchsetzt, ist zu verdanken, dass aus normalem Leitungswasser mit einem üblichen pH-Wert von 7 bis 7,5 mittels Elektrolyse ein Wasser hergestellt werden kann, welches pH-Werte im Trinkwasserbereich, ähnlich wie bei Heilquellen, von 8,5 bis 9,5 aufweist. Durch diesen Vorgang werden ebenfalls OH<sup>-</sup>- Gruppen frei und stellen ein Redoxpotenzial von bis zu -300 mV zur Verfügung. Bei normalem Leitungswasser liegt dies im Bereich von 150 bis 300 mV.

Durch die Elektrolyse werden zudem kleinere zellgängige Wassercluster hergestellt. Dadurch wird das basische Wasser besonders schnell absorbiert und gelangt so direkt in die Lymphe und hebt deren pH-Wert an. Ihre Transportfähigkeit wird somit erhöht.

Ebenfalls optimal für unseren Körper ist, dass in ionisiertem Wasser alle basischen Mineralien wie Calcium oder Magnesium, die das Ursprungswasser mit sich führt, in körperversfügbare Form vorliegen.

Kangen-Wassergeräte („Kangen“ ist japanisch und bedeutet „Rückkehr zum Ursprung“) filtern zunächst das Wasser von schädlichen Substanzen, wie z.B. Schwermetallen, und stellen fünf verschiedene Arten von Wasser her: Kangen-Wasser mit einem pH-Wert von 8,5 bis 9,5 zum Trinken und Kochen, gefiltertes neutrales Wasser (pH 7,0) zum Trinken und zum Einnehmen von Medikamenten oder zur Nahrungszubereitung für Kleinkinder.

Nicht zum Trinken gedacht, sondern für Schönheitsanwendungen und um die Haut zu reinigen, ist leicht saures Wasser mit einem pH-Wert von 5,5. Hervorragend zum Desinfizieren und Reinigen ist stark saures Wasser mit einem pH-Wert von ca. 3,0. Dieses oxidierte Wasser kann bei Hauterkrankungen, kleineren Verbrennungen und Verletzungen hilfreich eingesetzt.

Starkes Kangen-Wasser mit einem pH-Wert von 11,0 ist ebenfalls kein Trinkwasser, sondern kann als Reinigungsmittel verwendet werden, z.B. um Nahrungsmittel wie Gemüse und Obst zu waschen und von Spritzmittelrückständen zu befreien.

Inzwischen überrascht die positive Wirkung von ionisiertem Wasser viele Menschen und basisches reduziertes Wasser gilt deshalb als eine optimale Ergänzung jeder naturgemäßen Ernährung. Wichtig ist hierbei aber, dass basisches Wasser natürlich keine gesunde Nahrung ersetzt und es gilt wie bei allen natürlichen Heil- oder Nahrungsergänzungsmitteln ein gezielter Einsatz. Die Erfolge der Anwender und die positiven Berichte aus der Naturheilpraxis, u.a. bei den eingangs erwähnten Zivilisationskrankheiten, sprechen jedoch für sich: Basisches Wasser kann zweifellos positive gesundheitliche Auswirkungen haben.



*Dagmar Fleck*

*Lebensberatung und Coaching*

*[kontakt@cairn-elen.de](mailto:kontakt@cairn-elen.de)*

## **Quellenangaben**

- Dr. Masaru Emoto, Die Botschaft des Wassers, Koha Verlag, Burgrain
- Dr. Fereydoon Batmanghelidj, Sie sind nicht krank, Sie sind durstig! VAK Verlag, Kirchzarten
- Michael Gienger, Joseph Zerluth, Gutes Wasser, Neue Erde Verlag Saarbrücken
- Michael Gienger, Joachim Goebel, Edelsteinwasser, Neue Erde Verlag Saarbrücken
- Dave Carpenter, Wasser (Change Your Water - Change Your Life!), Selbstverlag
- [www.kangen-wasser-deutschland.de](http://www.kangen-wasser-deutschland.de)