



Panta rhei – alles fließt (Platon)

Die Dipl. Psychologin Heidi Kirschner, Mitbegründerin von „prevent plus“, war zu Gast beim Mutlanger Freundeskreis Naturheilkunde und referierte über das Wasser auf der Erde und im Menschen. Sie informierte die zahlreichen Zuhörer über das Thema „Wie gesund ist unser Wasser?“

Ohne Wasser kein Leben

Zunächst stand die Bedeutung des Wassers für alles Leben auf der Erde im Vordergrund ihres Vortrags. Wasser war die Grundlage für die Entwicklung unseres zunächst unbelebten Planeten. Heute ist die Erde zu 70% mit Wasser bedeckt, aber nur 0,4 % stehen als Trinkwasser zur Verfügung.

Unser Körper besteht zu 70% aus Wasser, daher verwundert es nicht, dass unser Stoffwechsel nur mit ausreichend Wasser funktioniert. Für jedes Lebewesen, ob Mensch, Tier oder Pflanze, ist Wasser das universelle Lösungs-, Speicher- und Transportmittel. Am besten ist dazu reines, mineralstoffarmes Wasser in der Lage. Ohne Wasser kein Leben! Wassermangel im Körper führt zu Konzentrationsschwierigkeiten, Kopfschmerzen, Schwindel, Müdigkeit, Erschöpfung, Übelkeit, Aggressivität bis hin zum Kreislaufkollaps, Nierenversagen und/oder Delirium. Der Flüssigkeitsbedarf eines gesunden Erwachsenen liegt bei 30 – 35 ml Wasser/kg Körpergewicht; das entspricht 2,5 l bei 75 kg Gewicht. Säuglinge brauchen wesentlich mehr.

Wasser als Mineralstoffquelle

Heute wird uns vorgegaukelt, je mehr Mineralien im Trinkwasser enthalten sind, desto gesünder für uns. Doch das Gegenteil ist der Fall. Calcium zum Beispiel kann unser Körper nur zu 10% aus Wasser aufnehmen; bei Kalium und Magnesium sieht es ähnlich aus. Wir sind auf pflanzliche Kost als Mineralienspender angewiesen, da unser Körper diese weitaus besser verwerten kann.

Kalk und Volksgesundheit

Die Referentin führte in einfachen Versuchen eindrucksvoll vor, was passiert, wenn unser kalkhaltiges Leitungswasser mit Fett zusammen gebracht wird. Ähnliches geschieht auch in unserem Körper. Diese Verbindungen lagern sich u.a. in unseren Arterien ab und können früher oder später zu Gesundheitsstörungen bis hin zum Schlaganfall führen. In unserem Sprachgebrauch finden wir diesen Zusammenhang wieder. Wir sprechen beispielsweise von Verkalkung und jeder weiß, was es bedeutet, wenn „der Kalk rieselt“. Jeder kennt auch die Schlieren an der Teetasse, wenn Schwarztee mit hartem Wasser aufgegossen wird. Hier verbinden sich Gerbsäuren mit Kalk.

Ursprünglich konnte der Mensch auf reines, weitgehend inhaltsloses Oberflächenwasser als Trinkwasser zurückgreifen. Dieses steht heute kaum noch zur Verfügung. Die Wasserwerke tun ihr Bestes um unseren hohen Bedarf aus Grund- und Tiefenwasserbohrungen zu decken. Damit nehmen wir heute vor allem mineralstoffreiches Wasser zu uns.

Wasser in Not

Dank der strengen Richtlinien unserer Trinkwasserverordnung wird Wasser auf 35 Stoffe untersucht. Doch jedes Jahr kommen viele neue chemische Stoffe auf den Markt, die irgendwann im Trinkwasser landen. Es ist jedoch praktisch unmöglich noch weitere Stoffe mit in die Untersuchung einzubeziehen.

Was finden wir noch in unserem Wasser, was da nicht hingehört? Hier eine Auswahl:



Künstliche Hormone und hormonwirksame Stoffe von empfängnisverhütenden Mitteln und Hormonbehandlungen gelangen durch Urin ins Wasser und können in keiner Kläranlage herausgefiltert werden. Die Folgen sind für Mensch und Tier bedenklich.

Arzneimittelrückstände: Antibiotika, Antiepileptika, Antidepressiva, Blutdruckmittel, Blutfettsenker und viele weitere machen zunehmend Sorge.

Rückstände aus Reinigungs- und Desinfektionsmitteln, der Kosmetik, Weichmacher, Phosphate, Nitrat und petrochemische Verbindungen belasten unser Wasser und damit unseren Körper.

Wassermoleküle sind kleiner als alle im Wasser gelösten Stoffe. Ein guter Filter sollte in der Lage sein, alle größeren Moleküle zurück zu halten, und damit die Schadstoffe heraus zu filtern.

Energie des Wassers

Wasser befindet sich ständig in Schwingung, dadurch bilden sich laufend neue Cluster. Nur energiereiches Wasser gibt uns Menschen ebenfalls Energie. Inzwischen ist nachgewiesen, dass Beschallung (Musik, Worte) die Schwingung beeinflusst. Wasser ist ein Informationsträger und kann auf vielfältige Weise energetisiert werden, zum Beispiel durch Verwirbelung, mit Lichtfrequenzen oder durch die Zugabe von Kristallsteinen.

Wasser ist nicht vermehrbar

Wir müssen uns bewusst sein, dass Wasser nicht vermehrbar ist. Es befindet sich in einem ewigen Kreislauf. Nach etwa 7-14 Jahren ist der Kreislauf geschlossen, das heißt, was heute abregnet, fällt Jahre später wieder als Regen an ganz anderer Stelle auf die Erde. Unser Lebensmittel Nr. 1 behält alles und verteilt es weltweit. Die Radioaktivität, die durch das Reaktorunglück in Fukushima in den Pazifik eingeleitet wurde, gelangt also auch zu uns, nicht nur in Fischgerichten.

Jeder ist aufgerufen verantwortungsvoll mit unserem wertvollsten Lebensmittel umzugehen.