

Wasser ist Leben - Was wir so trinken...

Wenn ich über Trinkwasser referiere, dies tue ich des Öfteren, wird aus der Zuhörerschaft mit einem Satz versucht mein Gesagtes in Frage zu stellen. „Wasser ist das best kontrollierte Lebensmittel in unserem Staat“. Recht haben sie, die Kritiker. Erstens ist Wasser das Lebensmittel Nummer 1 – es unterscheidet sich hier von den Nahrungsmitteln. Ohne Wasser kein Leben.

Was die Kritiker allerdings nicht mit in ihren Slogan einbeziehen, möchte ich kurz aufführen. Unsere Erde hat einen eigenen Wasserkreislauf. Was auf die Erde fällt, wird aufgenommen und durch die verschiedenen Erdschichten geleitet. Diese Erdschichten dienen als Filtersystem. Das geschieht so lange, bis unser Wasser im wahrsten Sinne des Wortes wieder an die Erdoberfläche will. Als artesische Quelle. Es will also geboren werden, ganz freiwillig sucht sich das flüssige Gold einen Weg an Licht.



Dieses Wasser ist von besonderer Qualität. Es ist keimfrei und wer schon einmal an einer Quelle im Gebirge trinken durfte weiß, es schmeckt auch besonders gut. Es hat kaum feste Bestandteile (Mineralien) ist weich und für unseren Organismus sehr wertvoll. Natürlich haben nicht alle Menschen das Glück, eine artesische Quelle in der Nähe zu haben, deshalb wird durch ein Rohrleitungssystem Wasser in die Haushalte gebracht.

Aber nun schauen wir uns das best kontrollierte Lebensmittel Nr. 1 mal etwas genauer an.

Jeder Bürger hat die Möglichkeit, die Qualität seines Leitungswassers beim zuständigen Wasserwerk einzusehen. Da stehen auch einige Werte und Grenzwerte auf der Liste. Wichtig für die meisten Menschen ist, ob das Wasser weich oder hart ist, also wenig oder viel Mineralstoffe enthält. Das sehen sie an ihrem Wasserkocher, wenn er einige Tage im Gebrauch war.

Dann haben wir noch Nitrat/Nitrit im Leitungswasser, Magnesium, Calcium, Natrium usw. . Das sieht gut aus, hört sich gut an und wir glauben an das Märchen der best kontrollierten Lebensmittel Wasser.

Allein in Deutschland werden im landwirtschaftlichen Bereich jährlich 30.000 Tonnen Pestizide und Fungizide auf die Äcker gebracht. Mehr als 280 von diesen eingesetzten Substanzen wirken nachweislich krebserregend. In unserem Leitungswasser können zeitweise bis zu 300 Pestizide und Fungizide nachgewiesen werden. Von vielen dieser Stoffe kennt der Gesetzgeber die Grenzwerte, daher wurden bis 1992 rund 63 Substanzen genauer kontrolliert und untersucht. Als sicher war, dass die Grenzwerte trotz Reinigung in den Wasserwerken nicht mehr zu halten sind, wurden der Einfachheit halber die Grenzen nach oben verschoben. So geschieht es ja auch in der Medizin, bei unseren Blutwertanalysen.

Wenn ein ganzes Volk krank ist, werden die Grenzwerte heraufgesetzt und man ist faktisch schon wieder im guten Mittelwert, zwar sehr belastet, aber auf dem Papier gesund. Meines Wissens werden heute noch 18 der 300 Pestizide und Fungizide im Trinkwasser analysiert. Der Rest wird nicht in Augenschein genommen, also ist er auch nicht vorhanden. Basta!

Darüber hinaus wird dem Leitungswasser, damit es entkeimt wird das Giftgas Chlor zugeführt. Hinzu kommen in vielen Gebieten auch das Fluor, es ist umstritten, aber schließlich gut für die Zähne. Doch die Aufbereitung unseres Trinkwassers mit Chlor und Fluor birgt ganz eigene Gefahren.

Der Wissenschaft ist bereits seit mehr als 70 Jahren bekannt, dass z.B. Natriumfluorid bestimmte Bereiche unseres Gehirns beeinflusst. Nämlich die Bereiche, die für den individuellen Behauptungswillen zuständig sind. Dieser werden durch ständigen Einfluss von Fluor und Salzen zum Erliegen gebracht. Man bedenke, dass man Wasser nicht nur mal ausnahmsweise trinkt, sondern es über Jahrzehnte täglich konsumiert. Chlor dagegen soll die materielle Denkstruktur in unserem Gehirn beeinflussen. So wundert es nicht, dass in unserer Gesellschaft die willenlosen Materialisten immer häufiger anzutreffen sind.

Darüber hinaus werden noch tonnenweise Medikamente ins Abwassersystem eingebracht. Denken sie nur an die vielen Frauen, welche Hormonpräparate einnehmen, Menschen die Cortison konsumieren, Antibiotika, Schilddrüsenhormone usw. . Alles über die Nieren ausgeschiedene Stoffe, die sich in Spuren in unserem Trinkwasser befinden. Aber gerade bei Hormonen weiß man ja, dass nur geringste Mengen eine große Wirkung haben können.

Und wenn mir jetzt noch jemand sagt, dass Trinkwasser ist das best kontrollierte Lebensmittel in unserem Land, dann glaube ich es einfach nicht. Es mutet bei mir so an, wie bei kleinen Kindern, die ja auch noch glauben, wenn sie die Augen zu machen, wären sie gleich mit unsichtbar.

Mit der Qualität unseres Trinkwassers beschäftige ich mich nicht aus Langeweile. Die statistisch nachgewiesene hohe Brustkrebsrate, gerade in ländlichen Gebieten brachte mich auf die Nitratbelastung des Wassers in diesen Bereichen. Auch in unserem Einzugsgebiet sind gerade die Nitratwerte besonders hoch. Grenzwertig, wie man so schön sagt. Mittlerweile wird Wasser aus anderen Regionen zugemischt, damit man es noch verkaufen kann. Ich benutze seit mehreren Jahren kein Leitungswasser mehr für die Zubereitung von Suppen und Getränken. Seither habe ich keine Migräne mehr, aber das nur am Rande.

Ich koche mit gekauftem Quellwasser. Da ist auch nicht einfach durchzublicken, weil die deutsche Mineral- und Tafelwasserverordnung so einige Tücken bereithält, die den Konsumenten verwirren.

Wasser ist Leben – Was wollen wir trinken...?



Ohne Wasser überlebt der Organismus nur wenige Tage. Wasser ist also unser Lebensmittel Nummer 1. Wasser wird als Lösungsmittel vom Körper für alle Stoffwechselfvorgänge dringend benötigt. Wer zu wenig trinkt bekommt schnell unangenehme Symptome. Deshalb ist die Faustregel 30 ml Wasser pro Kilogramm Körpergewicht täglich zu trinken. Damit ist der Organismus auf der sicheren Seite. Natürlich kommt es auch auf die Außentemperatur und die körperliche Belastung an. Wenn viel Schweiß fließt, ist der Bedarf natürlich noch höher.

Kaffee und alkoholische Getränke zählen hier nicht mit, weil sie dem Körper noch zusätzlich Wasser entziehen. Ja, und da alle wissen, dass wir Wasser trinken müssen hat sich in diesem Bereich eine Industrie angesiedelt. Wir können unter mehr als 400 verschiedenen Wässern wählen.



Hätte jeder Mensch den Zugang zu einer artesischen Quelle, gäbe es keine Probleme. Das Wasser, welches hier freiwillig an die Erdoberfläche dringt, ist nahezu keimfrei und sehr weich. Es hat verschwindend geringe Mineralienbestandteile. Da hat sich die Natur auch was bei gedacht.

Da Wasser im Organismus als Lösungsmittel dienen soll, darf es kaum eigene Bestandteile haben, um selbst möglichst viel körpereigene Stoffe transportieren zu können.

Beispiel: Nehmen sie schmutziges Putzwasser, werden auf dem Boden die Schmutzpartikel eher gut verteilt, als dass ein Reinigungseffekt erzielt werden kann.

Deshalb wäre ein leichtes Wasser, also eines mit sehr wenigen Mineralien wertvoll. Uns wurde zwar weisgemacht, dass ein Mineralwasser besonders gesund ist, wenn es möglichst viele Mineralstoffe enthält, das ist aber nur die halbe Wahrheit. Unser Körper ist nicht in der Lage, die Mineralien aus den Mineralwässern aufzunehmen, weil sie zu grobstofflich sind.

Den Verbrauchern stehen vier verschiedenen Wässer zur Kauf bereit: Tafelwasser, Quellwasser, Mineralwasser und Heilwasser. Heilwässer unterliegen nicht der Lebensmittelverordnung, sondern dem Arzneimittelgesetz. Bei diesem Wässern muss eine therapeutische Wirkung nachgewiesen sein. Deshalb sollte man auch nicht ständig ein Heilwasser trinken, sondern nur in Ausnahmefällen, wenn eine bestimmte Wirkung erwünscht ist.

Tafelwasser hat an sich nichts auf unseren Speiseplänen verloren, dennoch gibt es sie. Zum Beispiel Aquavitalis oder Bonaqua, um nur zwei zu nennen. Es hört sich edel an, ist aber leider nichts anderes als Leitungswasser, mit Kohlensäure versetzt.

Diese Tafelwässer dürfen auch niemals Namen haben, die sie mit einer Quelle oder Brunnen verwechseln lassen. Deshalb auch diese phantasiereichen Namen. Alle anderen Wässer müssen einen natürlichen Ursprung haben. Weil aber nicht alle Quellen, aus denen Mineralwasser abgefüllt wird, artesisch (also natürlich an die Erdoberfläche kommen) sind, werden Brunnen gebohrt und Wasser zur Abfüllung gepumpt. Dieses Wasser ist allerdings noch „unreif“. Viele Schadstoffe sind noch nicht durch Mutter Erde ausgefiltert worden, auch Bakterien tummeln sich im kühlen Nass.

Der Gesetzgeber hat in seiner Tafel- und Mineralwasser Verordnung natürlich genaue Definitionen und Grenzwerte festgelegt. Daran muss sich ein Vertreiber halten. Um das Mineralwasser verkehrsfähig zu machen, muss es noch gereinigt werden. Das Abtöten von Keimen geschieht einmal durch den Zusatz von Kohlensäure. Sie ist an sich nicht dazu da,

uns das Prickeln zu beschern, was uns im wahren Leben fehlt. Auch trägt die Kohlensäure zu einem saueren Milieu in unserem Körper bei. Das ist weniger erstrebenswert.

Stille Wässer werden immer mehr propagiert. Sie sind Hipp. Hier bedient man sich häufig der Keimtötung durch Ozon. Ozon ist ja ein giftiges Gas. Es wird ins Wasser gepumpt und tötet sicher alles ab. Das gesamte Wasser ist danach tot. Auch nicht so erstrebenswert.

Am besten greift man auf ein schadstofffreies unverändertes, mineralarmes Quellwasser zurück, um den Organismus gesund zu erhalten, oder wieder gesund zu werden. Die neuerdings praktizierte Abfüllung verschiedenster Getränke in Plastikflaschen ist zwar bequemer (Gewicht), doch das gute Wasser nimmt die negativen Schwingungsmuster des Plastiks auf.

Glasflaschen erhalten und schützen die guten Eigenschaften des Wassers.

Es gäbe noch viel zu erzählen, doch wer noch tiefer in die Materie Wasser einsteigen will, der findet weitere Infos beim Förderverein Wasser und Salz:

So und ich gehe jetzt mal was trinken.

Autorin: [Petra Groß](#)