

Erich Peck
Gesundheitspraktiker, Ernährungsberater,
Fastenleiter, Lebensmitteltechniker
Landestrainer – SH-Jugend

Im holt 42 a
23812 Wahlstedt
Tel./Fax: 04554/5855
E-Mail: e.peck@t-online.de

Wahlstedt, den 29.08.08

Natürliches Kristallsalz

Natürliches Kristallsalz ist die hochwertigste Form von Natursalz. Entgegen dem Steinsalz sind die in Kristallsalz gebundenen Minerale und Spurenelemente in kolloidaler Form gebunden. Dies ermöglicht es dem Körper die notwendige Aufnahme der natürlichen Antagonisten (natürliche Gegenspieler damit der Stoffwechsel stattfinden kann), wie Kalium, Magnesium und Kalzium, sowie aller daran beteiligten Spurenelemente zu gewährleisten.

Natursalz ist durch die Austrocknung der Urmeere entstanden. Die für die Austrocknung der Meere verantwortliche Sonnenenergie ist in jedem atomaren Salzgitterbaustein als bekannte Biophotonen gebunden. Um die natürlichen Elemente von Salz wieder zu ionisieren, bzw. die atomaren Gitterkräfte zu überwinden, muss die gleiche Menge an Energie aufgewendet werden, welche für den Aufbau des atomaren Salzgitters verantwortlich war. Beim Schmelzen von Salz sind 800 Grad Celsius notwendig. Um so erstaunlicher ist es, dass Wasser die natürlichen Gitterkräfte von Salz überwinden kann. Bei diesem Vorgang, den wir als Hydratation bezeichnen, werden ohne zusätzlichen Energieaufwand die im Salz gespeicherten Biophotonen in der dabei entstehenden Natursole freigesetzt. Es handelt sich dabei um freie Hydrationsenergie, welche durch Temperaturabsenkung beim Lösungsvorgang nachgewiesen werden kann.

Die Wichtigkeit von Natursalz für die gesunde Aufrechterhaltung unseres Körpers wird uns umso deutlicher, bei dem Vergleich von Meerwasser mit unserem Blut. Unsere Körperflüssigkeiten enthalten die gleichen Salze in fast den gleichen Mischungsverhältnissen wie das Meerwasser, bzw. die aus dem Meerwasser entstandenen Natursalze. Mit anderen Worten: Unser Blut ist nichts anderes als verändertes Meerwasser. Meerwasser enthält 84 Elemente. Die gleichen 84 Elemente können in unserem Organismus nachgewiesen werden. Wissenschaftliche Untersuchungen weisen darauf hin, dass die 84 essentiellen Lebens Elemente notwendig sind, um natürliche Gesundheit zu gewährleisten.

Nicht nur aus biochemischer Sicht ist reines Natursalz für unseren Körper von notwendiger Bedeutung, sondern gerade den biophysikalischen Eigenschaften von Natursalz wird immer mehr Beachtung geschenkt. Bei Natursole handelt es sich förmlich um ein messbares Energiemeer, das unseren Körper ernährungsphysiologisch, wie auch in der therapeutischen Anwendung positiv beeinflussen kann.

Vornehmlich sind drei Natursalzanwendungen im Rahmen einer therapeutischen Kur bekannt und empfehlenswert:

Die Soletrinkkur – bei allen Befindlichkeitsstörungen physischer und psychischer Natur, bei Störungen der Verdauungsorgane, Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen, sowie zum Aufbau des Elektrolythaushalts.

Ansetzen der Natursole: **die Natursole kann eine maximale Konzentration von 26% Salz erreichen, dann ist sie gesättigt und kann kein weiteres Kristallsalz mehr lösen, das überschüssige Kristallsalz bleibt einfach als Salzkristall im Glasgefäß liegen, und löst sich erst bei weiterer Zugabe von stillem Wasser bis zur maximalen Konzentration von 26% Volumenanteilen oder 32% Gewichtsanteilen auf.**

Von der angesetzten Kristallsalzsole kann man als therapeutische Trinkkur täglich auf nüchternen Magen mit dem ersten Glas Wasser etwa einen halben bis einen Teelöffel gesättigte, also konzentrierte Kristallsalzsole trinken. Die Kristallsalze können mit frischem Quellwasser solange nachgefüllt werden, bis sie sich vollständig aufgelöst haben.

Die eigene Trinkkur wirkt vor allem auf den Stoffwechsel des Verdauungssystems belebend. Die Peristaltik (Magen- und Darmeigenbewegung) wird angeregt und belebt, sowie die allgemeine Abwehrkraft des Körpers gestärkt. Im Magen-Darm-System steigert die Natursole die Sekretbildung der Verdauungsdrüsen. Mit einer Soletrinkkur kann langfristig eine gestörte Verdauungsfunktion normalisiert werden. Die Trinkkur mit salzhaltigem Quellwasser stellt keine Gefahr für Bluthochdruckkranke (Hypertoniker) dar, die Trinkkur wirkt im Gegenteil eher blutdrucksenkend. Maßgeblich wird jedoch durch die kontinuierliche Trinkkur mit Natursole der Elektrolythaushalt des Körpers vorteilhaft beeinflusst und aufgebaut.

Die Soleinhalation – bei chronischen und spezifischen Erkrankungen der oberen und unteren Luftwege (Asthma, Bronchitis), akuten wie auch chronischen Nebenhöhlen- und Ohrenerkrankungen.

Etwas Natursole in ein heißes Dampfbad geben, bzw. Natursalz direkt in das heiße Wasser geben und mit bedecktem Kopf 10 bis 15 Minuten inhalieren. Die Atemwege brauchen nach der Inhalation etwa 30 Minuten, bis sich Gifte durch Schleim- und Sekretbildung binden und dann meist durch leichten Hustenreiz abgehustet werden. Eine Anwendung dieser Art kann je nach Befinden mehrmals täglich durchgeführt werden. Auch hier reicht ein Mengenverhältnis von wenigstens 1 Prozent Natursalz auf die gegebene Menge Wasser. Erfahrungen belegen jedoch, dass eine erhöhte Salzkonzentration bessere Wirkung zeigt. Die Durchblutung wird gefördert, und die ionisierten Salzelemente beruhigen Atemwegsentzündungen.

Das Solebad – bei Hauterkrankungen (Psoriasis, Neurodermitis, Akne, irritierte Hautverhältnisse), bei Rheuma und Gelenkerkrankungen, zur Rekonvaleszenz nach Operationen, bei Frauenerkrankungen und Infektneigungen, sowie zur allgemeinen Stärkung des Immunsystems und zur Entschlackung des Körpers.

Um ein Natursalzbad mit therapeutischer Wirkung zu erzielen, ist der notwendige Salzgehalt im Badewasser zwingend notwendig. Die Salzkonzentration muss wenigstens der Salzkonzentration unserer Körperflüssigkeiten (0,97%) entsprechen, um das osmotische Austauschverhältnis zu aktivieren. Da ein Wannenvollbad in der Regel mit 80 bis 100 Litern gefüllt, sollen wenigstens 1kg Natursalz, bzw. 4 Liter Natursalzsole eingesetzt werden. Damit der Organismus durch Temperatúrausgleiche nicht unnötig belastet wird, bzw. keine körpereigene Energie aufwenden muss, sollte die Badetemperatur so nahe wie möglich bei 37° Celsius liegen. Die Badedauer sollte mindestens 20 Minuten dauern und kann auf bis zu eine Stunde oder mehr, je nach Befindlichkeit ausgedehnt werden.

Während dieser Zeit erreicht der Körper ein Innen- wie Außenverhältnis der gegebenen Salzkonzentrationen, und bewirkt dadurch einen mit der prenatal- vorgeburtlichen Phase zu vergleichenden Zustand. Aus dem Solebad dringen die Mineralstoffe in Form von Ionen in die Haut ein. Osmotische wie auch ionale Reize werden an die lebenden Zellschichten verteilt, und bewirken tiefgreifende Änderungen im Hautstoffwechsel, welche natürliches Zellwachstum hervorrufen. Bioenergetische Schwachstellen werden ausgeglichen und der körpereigene Stromfluss wird aktiviert. Organfunktionen treten in Resonanz mit der Schwingungsfrequenz der Natursalzsole. Der natürliche Regelmechanismus des Körpers, die sogenannte Homöostase, wird wieder verstärkt eingeleitet.

Bei dem Einsatz von Natursalzkissen oder Natursalzbrocken zur Solebadtherapie ist zu Beachten, dass die groben Salzbrocken ca. 1 Stunde brauchen um sich im Wasser zu lösen. Setzen Sie das Bad um diesen Zeitfaktor mit ca. 20% der Wassermenge vorher an. Zudem ist unbedingt zu beachten, dass

keine Pflege- oder Reinigungsmittel während der Anwendung eingesetzt werden sollen. Auch soll man nach dem Bad nicht duschen. Lassen Sie die Natursole einfach in die Haut eintrocknen.

Beobachtungen mit den Natur- und Mondrhythmen konnten belegen, dass die Anwendung einer therapeutischen Natursalzbadekur die optimalste Wirkung bei Mondwechsel (bei Vollmond durch optimierte Aufnahmefähigkeit – bei Neumond durch optimale Entschlackungsfähigkeit) erreicht. Unser Wasserkristallkörper unterliegt den Gesetzmässigkeiten der Gezeiten, und kann bei Beachtung der naturgesetzlichen Zustände optimal zur gesundheitlichen Vorsorge, bzw. Massnahme beeinflusst werden.

Nachsatz: Alle Anwendungen beziehen sich auf reines Natursalz, bzw. die hochwertigste Form, natürliches Kristallsalz. Die natürliche kristallin-rötliche Farbe entstand durch die kolloidale Einbindung verschiedener Spurenelemente, massgeblich Mangan und Eisen. Das Kristallsalz sollte von Hand abgebaut und selektiert werden, ein unbedenklich geringer Anteil an Sedimenten (Gestein) ist durch dies Handhabung unvermeidbar und Normal. Als Speisesalz sollte nur Kristallsalzsole oder gemahlenes Kristallsalz eingesetzt werden. Da es leider beim Verkauf auch immer schwarze Schafe gibt, sollte man sich Fachkundiger Beratung versichern.

Viele Grüße Richy
Bis zum nächsten Mal

Meine Buchempfehlungen zum Thema Wasser & Salz:

Wasser vom Reinsten

Dr. Barbara Hendel
ISBN 3-9808408-1-6

Wasser & Salz

Dr. Barbara Hendel/ Peter Ferreira
ISBN 3-00-008233-6

Wasser die gesunde Lösung

F. Batmanghelidj
ISBN 3-924077-83-5

Rückenschmerzen & Arthritis (alle Gelenke)

F. Batmanghelidj
ISBN 3-932098-23-4