

Der Körper besteht zu ca. 60% aus Wasser. Während des Tages und sogar während des Schlafens verbrauchen wir einen Teil der Flüssigkeit. Da unser Organismus diese nicht selbst produzieren kann, sollten wir darauf achten, ihm regelmäßig Wasser zukommen zu lassen.

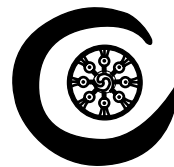
Wasser ist die wichtigste Energiequelle unseres Körpers. Sehr viele lebensnotwendige Stoffwechselfvorgänge, vor allem die Energiegewinnung werden durch Hydrolyse gesteuert. Hydrolyse bedeutet nichts anderes als Spaltung von chemischen Verbindungen durch Wasser. Das bedeutet, dass genügend Wasser in einer Zelle sein muss, damit alle (*vor allem die Energiereichen*) Stoffwechselfvorgänge reibungslos ablaufen. Interessant ist, dass gerade wir Westeuropäer, die in Ländern leben, in welchen bestes Wasser unbeschränkt aus den Wasserleitungen rinnt, ausgetrocknete und verschrumpelte Zellen haben. Sie wissen wir sollten viel trinken. 1,5 – 2,5 Liter. Damit sind jedoch nicht Softdrinks, süße Säfte, Kaffee, Bier und Wein gemeint. Denn diese Flüssigkeiten entziehen den Zellen reines Wasser und werden deshalb rasch wieder ausgeschieden. Wollen sie möglichst lange gesund bleiben und dabei jugendlich aussehen, dann trinken sie Wasser (*Leitungswasser oder salzarmes Mineralwasser*).

Das Innere einer Zelle, das Zytoplasma besteht zu 75 % aus Wasser. Für die Funktion einer Zelle (*Aufbau von Proteinen, Immunglobulinen, Hormonen, Blutzellen, Neurotransmittern, Energiegewinnung u.v.M.*) wird viel Energie benötigt. Diese erhält die Zelle durch das Wasser (*chem. H₂O - Wasserstoff und Sauerstoff – zwei wichtige Energielieferanten*). Wasser ist außerdem wichtig um Vitalstoffe in die Zelle „ *einzuschwimmen*“. Fehlt es den Zellen, trocknen sie aus (*wir kennen dies von alten, verrunzelten Äpfeln*) und der Stoffwechsel wird gedrosselt. Dadurch werden wir müde, energielos, haben Probleme mit unserem Gedächtnis und unserer Sexualität, eine schlaffe Haut und nehmen an Gewicht zu.

Eine kontinuierliche und ausreichende Versorgung unserer Zellen mit Wasser wird nicht nur durch das regelmäßige trinken von Wasser erreicht, sondern auch durch die kontinuierliche Zufuhr von wasserreichen Nahrungsmitteln wie Obst, Gemüse und Suppen. Diese Nahrungsmittel wirken, wie Schwämme die Wasser speichern und so kann aus dem Nahrungsmittelbrei im Darm fortlaufend das benötigte Wasser in die Zellen gepumpt werden.

Wichtig ist auch ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Natrium und Kalium zu erreichen. Den Wasser Ein- und Ausstrom regulieren winzige Natrium-Kalium-Pumpen an der Zelloberfläche. Natrium raubt den Zellen ihr kostbares Stoffwechselwasser, Kalium sorgt für einen gesunden Zustrom an Zellflüssigkeit. Deshalb ist es möglich das die Zellen „*verdurstet*“, während sich um die Zellen herum krankhaft viel Körperwasser ansammelt. Oder dass wir mit Salzwasser verdursten. Aus diesem Grund sollten wir unseren Salzkonsum einschränken, unsere Speisen mit der Vielzahl an Gewürzen, die die Erde uns schenken verfeinern (*Meerrettich, Pfeffer, Chili, Curry, Kräuter ...*) und gleichzeitig für ausreichende Kaliumzufuhr aus Obst und Gemüse sorgen. Kaliumreich sind Bananen, Aprikosen, Datteln, Kirschen, Rhabarber, Weintrauben, Avocados, Bohnen, Blumenkohl, Broccoli, Rüben.....

Aus dem Blickwinkel meiner taoistischen Medizin ist Wasser der Yin-Anteil, der mit dem Yang der Vitalstoffe eine Einheit bildet. In der chinesischen Medizin gehört das Element Wasser zum Meridianpaar Niere-Blase. In diesem ist unsere Essenz (=Lebensenergie) gespeichert. Wasser bedeutet Lebensenergie. Wasser bedeutet Leben. Das wissen wir und vergessen es so oft. Ohne Wasser können wir nicht einmal eine Woche überleben. In meinem Alltag als Notärztin werde ich immer wieder zu alten Menschen (*haben ein extrem starkes Risiko zu verdursten*) gerufen.



Sie sind verwirrt, manchmal aggressiv. Erwartet wird häufig, dass ich die Spritze zücke und ein Beruhigungsmittel verabreiche. Verwunderung löse ich aus, wenn ich dann eine Infusion mit Wasser anordne und die Patienten ganz ohne Medikamente wieder klar und ruhig werden. Meiner Meinung nach wäre eine medikamentöse Therapie ein Kunstfehler.

Revitalisiertes Wasser:

Revitalisiertes, sauerstoffreiches Energiewasser ist nicht nur in der Lage, für mehr Energie zu sorgen, sondern kann auch im Körper gespeicherte Gifte leichter abtransportieren. Wasser und Sauerstoff gehören zu den Hauptkomponenten der Natur - sie erfrischen und beleben! Wasser und Sauerstoff beteiligen sich an allen biologischen und bioenergetischen Körpervorgängen und sind so ein wesentlicher Bestandteil für unser Überleben als auch unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden. Die Güte des Wassers kann nicht nur das Leben selbst, sondern auch die Lebensqualität an sich deutlich beeinflussen. Das Problem ist, dass die naturgemäße Bewegung des Wassers in der „zivilisierten“ Welt, mit ihrer stark technisch forcierten Infrastruktur, in den meisten Fällen nicht mehr gegeben ist - es verliert dadurch seine immanente Energie und Vitalität. Während natürliches Quellwasser ca. 30-40 mg (nutzbaren) Sauerstoff pro Liter Wasser beinhaltet, befinden sich nur zwischen 5-7 mg des aktivierenden und häufigsten Elementes der Erde im allbekannten Trinkwasser aus der Leitung. Kann sich Wasser nicht ausreichend über natürliche Bachläufe bewegen, verliert es außerdem seine natürliche Kraft und Vitalität.

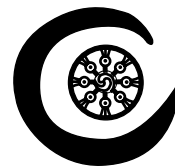
Ein spannender Ansatz ist das „Golden Dolphin“ Verfahren: Dabei wird Wasser nachhaltig mit Sauerstoff angereichert und wiederbelebt. Durch die spezielle Verwirbelungstechnik (*Wasserfallprinzip*) nach Viktor Schauberg werden schädliche Strukturen und Informationen in der Struktur der Wassercluster gelöst und gelöscht. Das von den Wasserversorgungsunternehmen zur Verfügung gestellte Lebensmittel Wasser wird regeneriert.

Danach gibt das System dem Wasser noch die notwendige Rechtsdrehung, um es in fast natürlichem Urzustand vom System zu entlassen. Dadurch erhält es seinen ursprünglichen Geschmack und seine gesundheitsfördernde Wirkung zurück.

Genauere Informationen unter www.robina.at

30 Gründe, um mit Wasser lange gesund und vital zu bleiben

- ▶ Ohne Wasser gibt es kein Leben
- ▶ Wasser ist unsere Hauptenergiequelle – sie erzeugt elektrische und magnetische Energie und liefert damit die Kraft zum Leben
- ▶ Wasser ermöglicht einen funktionierenden Zellstoffwechsel
- ▶ Wasser ist das beste Gewichtsreduzierende Mittel und im Vergleich billig
- ▶ Wasser verhindert Schäden an der DNA und sorgt für bessere Reparaturmechanismen
- ▶ Wasser wirkt Krebs vorbeugend
- ▶ Wasser ist das Hauptlösungs- und Transportmittel für unsere Vitalstoffe
- ▶ Wasser ermöglicht durch Hydrolyse erst die Verwertung von Vitalstoffen
- ▶ Wasser unterstützt die Aufnahme von Sauerstoff in die roten Blutkörperchen
- ▶ Wasser liefert der Zelle Sauerstoff
- ▶ Wasser sammelt giftige Abfallstoffe und unterstützt deren Ausscheidung
- ▶ Wasser entgiftet



- ▶ Wasser hält Knorpel und Bandscheiben geschmeidig, damit sich unsere Gelenke und Wirbelsäule frei bewegen können und gute Stoßdämpfer haben (*Wasserkissenfunktion*)
- ▶ Wasser ist das beste Abführmittel und verhindert Verstopfung
- ▶ Wasser verbessert die Fließeigenschaft vom Blut und verhindert Verstopfungen in den Arterien und Venen
- ▶ Wasser hilft Krankheiten vorzubeugen, die durch Durchblutungsmangel entstehen (*Herzinfarkt, Schlaganfälle, Thrombosen, Tinnitus, Impotenz ...*)
- ▶ Wasser hilft beim Temperatenausgleich – es kühlt durch Schweiß und erwärmt durch Energieerzeugung
- ▶ Wasser liefert die Kraft und die elektrische Energie für alle Gehirnfunktionen, besonders fürs Denken
- ▶ Wasser wird für die Bildung von Neurotransmittern (*Serotonin*) und Hormonen benötigt
- ▶ Wasser lindert Depressionen und Wechselbeschwerden
- ▶ Wasser hilft gegen Libidoverlust und Potenzproblemen
- ▶ Wasser lindert ADS (*Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom*)
- ▶ Wasser steigert die Arbeits- und Leistungsfähigkeit
- ▶ Wasser ist der beste Muntermacher (*wesentlich effektiver als Kaffee*)
- ▶ Wasser reduziert Stress, Angst und Depressionen
- ▶ Wasser unterstützt einen gesunden Schlaf
- ▶ Wasser macht die Haut glatter, reduziert die Zeichen des Alterns und verleiht uns jugendliche Energie
- ▶ Wasser verleiht den Augen Glanz und Schimmer
- ▶ Wasser unterstützt die Aktivität unseres Immunsystems (*Schutz vor Infektionen und Krebs*)
- ▶ Wasser integriert die Funktion von Körper und Geist. Es stärkt unsere Fähigkeit, uns Ziele zu setzen und diese zu erreichen.

Quelle: Schlankheitsformel Wasser, Klaus Oberbeil Südwest Verlag, ISBN: 3-517-06711-3, Die Wasserkur, bei Übergewicht, Depression und Krebs, Dr. Batmanghelidj, VAK-Verlag, ISBN: 3-935767-59-5