Infoblatt zu Salz

**INFO**

Viele denken das Salz ein einfaches Lebensmittel, bestehend aus Natrium (Na) und Chlor (Cl), ist.

**Das ist FALSCH!**

**Kapitelübersicht**

Grundwissen über Salz

* Ohne Salz kein Leben
* Es gibt 2 Gruppen
* Industriesalz (Gruppe 1)

Die Lösung

* Natursalz (Gruppe 2)
* Genauere Beschreibung
* Die Kristalline Struktur
* Der Nutzen/Die Vorteile
* Wissenswerter über Kristallsalz
* Salz-Sole: Harmonisierung und

Förderung des Wohlbefindens!

* Fazit
* Beim Kauf
* Quellen
* Schlusswort

Anwendungsbeispiele für Salz

* Die Sole-Trinkkur
* Salzanwendung bei Neurodermitis
* Salzanwendung bei Herpes
* Salzanwendung bei Heuschnupfen

**Grundwissen über Salz:**

**OHNE SALZ KEIN LEBEN**

Die Eigenschaften des Salzes befähigen es, lebenswichtige Funktionen in unserem Körper zu übernehmen. Die Osmose, Grundlage für den Zellstoffwechsel, wird ausschließlich durch die Salzkonzentration in den Zellen gesteuert. Jede kleinste Aktivität unseres Körpers ist nur möglich durch das Vorhandensein von Salz. Jeder Gedanke, jede Bewegung, unser ganzes Tun und Handeln wird durch unser Gehirn und unser zentrales Nervensystem gesteuert. Die Nervenfasern können die Impulse jedoch nur weiterleiten, wenn die im Salz enthaltenen Elemente, wie zum Beispiel Kalium und Natrium, vorliegen.

Die Leitfähigkeit des Salzes wird gerne mit einem Experiment demonstriert: Die beiden Enden eines unterbrochenen Stromkreises, an dem eine Glühbirne angeschlossen ist, werden in destilliertes Wasser gehalten. Die Lampe brennt nicht, da Wasser keine Leitfähigkeit besitzt. Streut man jetzt ein wenig Salz in das Wasser, so leuchtet die Lampe schlagartig auf.

Genauso können wir uns die Funktion des Salzes in unserem Organismus vorstellen.

**Unser Körper kann nur optimal funktionieren,**

**wenn genügend Salz in der richtigen Qualität vorhanden ist.**

**Es gibt 2 Gruppen:**

Gruppe 1: sind die industriel hergestellten, toten und gefährlichen Salze

Gruppe 2: sind die natürlichen, gesunden und äußerst wichtigen Salze

(Gruppe 1) **Industriesalz**

Wenn man mal die Bestandteile eines normalen „Kochsalzes“ hernimmt und diese genauer untersucht, wird man erkennen, das **Natrium** ein leicht entzündliches und ätzendes Metall und **Chlor** ein giftiges und somit umweltgefährliches Halogen ist. Dazu sind beide Elemente hoch reaktionsfreudig.

Gehen diese Stoffe eine Verbindung ein, (Natriumchlorid) bekommen Sie zwar eine völlig andere Wirkung, wie oben beschrieben, jedoch bleiben sie sehr schädlich für den menschlichen Organismus. (**Analogie:** Die Wirkung von Vitamin B17  - also Laetril - setzt sich aus zwei Glukoseeinheiten zusammen, Benzaldehyd und Zyanid, die beide zusammen eine stabile Verbindung bilden. Zyanid ist hochgiftig und in höherer Dosierung tödlich. In seiner natürlich gebundenen Form ist es jedoch chemisch inaktiv und hat keinerlei Wirkung auf lebendes Gewebe **(+**mehr dazu im Nachschlagwerk**).** Die Salze, die man in jedem Supermarkt zu kaufen bekommt, bestehen also nur mehr aus 2 von ursprünglich 84 Elementen (dazu zählen auch alle essenziellen Mineralien und Spurenelemente), die restlichen werden – solange das Salz nicht zur Gänze chemisch hergestellt wird – mit Mischungen aus bis zu 2.000 Chemikalien „herausgewaschen“. Das daraus hervorgebrachte „Salz“ versucht die fehlenden Stoffe wieder an sich zu binden. Das bedeutet, dass dem Körper die 82 Elemente entzogen werden, die vorher entfernt wurden.

Auch kann das Kochsalz nicht deklarierungspflichtige Stoffe enthalten.

Als "besonderer Service" werden dem Kochsalz künstlich wieder Stoffe wie Jod und sogar Fluor beigemischt. Diese künstlich zugeführten Stoffe können aber vom Körper nicht verwendet werden und belasten daher nur unseren Organismus.

Neben einer Reihe von chronischen Leiden und Krankheiten die dieses Salz verursacht, muss der Körper sein wertvollstes Zellwasser dafür aufwenden um dieses Gift in unserem Körper zu binden. Das heißt, dass ein Gramm Industriesalz min. vier Gramm Zellwasser benötigt um es „aufzubewahren“ bis der Körper es ausscheidet. **Durch die Isolation und Bindung von Natriumchlorid mit Zellwasser kommt es im Körper dann zu Bildung von Wassergewebe (Übergewicht) - einem Gewebe ohne jegliche Funktion und ein idealer Nährboden für Ablagerungen und Bakterien.** Wenn dann der Körper kein Zellwasser mehr entbehren kann, wird das **Natriumchlorid-Gift mit tierischen Aminosäuren kristallisiert** und es kommt zur **Bildung von Nierensteinen oder Ablagerungen von richtigen Kristallen in Knochen und Gelenken (Rheuma); der bekannten Verkalkung im Alter.**

Warum unser Körper es nicht sofort ausscheidet ist leicht zu beantworten. Unser Hauptausscheideorgan für Salz sind die Nieren. Die Nieren bewältigen max. 4 bis 7 Gramm täglich. Der Körper nimmt allerdings versteckt durch unachtsame Ernährung 7 bis 12 Gramm (oder noch mehr) Kochsalz jeden Tag auf. Das bedeutet, dass der bereits schon übersäuerte Körper mit dieser Aufgabe total überfordert ist. Wenn man dann noch zu wenig Wasser zu sich nimmt kann es im Extremfall vorkommen, dass man an Dehydration stirbt. Weiteres übersäuert Kochsalz (allerdings **nur** Kochsalz, kein Kristallsalz) sehr stark den Körper. Was sich sehr negativ auf den wichtigen Säuren-Basen Haushalt auswirkt (dasselbe wäre auch bei raffiniertem Zucker der Fall).

Ein kleines Beispiel: In einen Aquarium, in welchem mit reinem (industriellen) Natriumchlorid eine Meeresähnliche Salzkonzentration geschaffen wurde, würde ein Fisch keine 5 Minuten überleben, dann ist er vergiftet und tot. Nimmt man jedoch echtes Meersalz haben die Fische die perfekten Voraussetzungen für ein langjähriges Leben. Und wie ist es beim Menschen?

Sogar Tiere bekommen ein hochwertigeres Salz als wir Menschen verabreicht, denn das Leck-Salz ist zumindest ein Steinsalz und nicht raffiniert.

**Was man daraus schließen kann:**

Bis zu 95% aller Salze in Supermärkten sind reines Natriumchlorid. In manchen Ländern dieser Prozentanteil sogar gesetzlich vorgeschrieben. Kochsalz entzieht den Körper Nährstoffe, macht übergewichtig und verursacht Verkalkungen. Deshalb ist es auch wenig verwunderlich, dass ein erwachsener Mensch bereits an 2-4 Esslöffeln Industriesalz sterben kann. Was bei anderen Salzarten nicht der Fall wäre.

**Für den menschlichen Körper ist Kochsalz ein aggressives Zellgift!**

Die Lösung

(Gruppe 2) **Natursalz**

Es ist das natürliche Salz, mit all seinen Elementen, das unser Körper braucht, um perfekt funktionieren zu können. Bei diesem natürlichen Salz kann man wieder unter 3 Gruppen unterscheiden.

***Meersalz:*** ist nicht zu empfehlen, da es meist schon mit vielen Schwermetallen belastet ist.

***Steinsalz:*** hier haben die fehlenden Druckverhältnisse (wie auch beim Meersalz) dazu geführt, dass die Mineralien nur geringfügig in die Gitterstruktur des Salzes eingebaut werden konnten, und der Körper diese somit nicht aufnehmen kann.

***Kristallsalz:*** dieses Salz besitzt ist beste Qualität. Bei reinen Kristallsalzen kann man davon ausgehen das diese den nötigen Druck über Jahrmillionen ausgesetzt worden sind und diese alle Mineralien und 84 Elemente enthalten.

***Hinweis:*** Obwohl Meer- und Steinsalz nicht die edelste Form besitzen, sind sie trotzdessen noch weit besser als Natriumchlorid!

**Genauere Beschreibung:**

**Meersalz:** Dieses Salz wird vorwiegend aus dem Atlantik gewonnen. Der Prozess ist denkbar einfach. Das salzhaltige Wasser wird in Auffangbecken aufbewahrt, währenddessen es verdunstet. Übrig bleibt das Salz mit allen anderen Stoffen. Meistens werden diese dann ausgewaschen, jedoch können so Schwermetalle nicht beseitigt werden. Das wäre nicht so schlimm wenn das Salz nicht weiterbehandelt werden würde. Ist das der Fall, muss es – wie bei jedem Salz – gekennzeichnet werden. Dann ist auf der Verpackung „Raffiniert, Rieselhilfe oder Gebleicht“ angegeben. Besonders auf ersteres sollte man unbedingt verzichten! Desweiteren kann Jod und Fluor beigemengt worden sein. **(+**mehr dazu im Nachschlagwerk**)**

Beim Kauf von Meersalzen ist besonders Acht zu geben!

**Steinsalz:** Dieses Salz wird aus Salzstollen gewonnen. Dazu wird entweder Dynamit benutzt oder das Salz von Hand aus dem Stein geschlagen. Wobei ersteres die kristalline Struktur des Salzes zerstört. Diese Form kann man bereits bedenkenlos im Haushalt verwenden da es – solange kein Dynamit verwendet wurde und ansonsten keine Industriellen Verfahren angewendet wurden – nicht in irgendeiner Art verunreinigt wird.

**Kristallsalz:** Ähnelt in allen Punkten bis auf den Gewinnungs-Ort und die Qualität dem Steinsalz. Kristallsalz hat mit Abstand die edelste Form. Das derzeit wohl bekannteste dieser Kategorie ist das Himalaya-Salz, dieses ist schon sehr hochwertig, wird jedoch noch von dem Halit-Salz übertroffen. Diese Haltie sind mit Abstand das Beste was es am Markt zum kaufen gibt.

**Die Kristalline Struktur** (Halit-Salz)

Als kristalline Struktur bezeichnet man die Schwingungs-Frequenz von Salz.

**Frau Dr. Kempe von der Ludwig Boltzmann Forschungsstelle für Biosensorik** und bioenergetische Umweltforschung (IBBU) in Graz hat die Wirkungsweise von Haliten umfassend untersucht. **Ihre Ergebnisse**: Sowohl Halit-Kristalle als auch Sole haben eine sehr starke Resonanz. Ihre Frequenzen wirken sich wohltuend auf die Organe aus und können bei vielen Krankheiten helfen. Besonders wichtig sind folgende Bereiche: **43,5 bis 46 Hertz** (Hertz = Maßeinheit für Schwingung): Angina Pectoris, Herzrhythmusstörungen, Herzkranzgefäße, Thrombose, Bewegungszentrum, Muskelaufbau und -Stärkung, Stoffwechsel- und Durchblutungsstörungen; **69-70 Hertz**: Thymusdrüse, Zelleneuerung der Knochen, Gürtelrose, Anämie, Sehzentrum; **77-78 Hertz**: Arthritis; **94-97,5 Hertz**: Ischias, Krampfadern, Rheuma (insbesondere im Lendenbereich), Nervenreizung, Lymphsystem, Rippenfellentzündung, Zahnfleischentzündung, Bandscheiben, steifes Genick mit Kopfschmerzen, Herzrhythmusstörungen, Bauchspeicheldrüsenprobleme.

**Wissenswerter über Kristallsalz**

Zusammenfassung eines Vortrages des Biophysikers Peter Ferreira „Natürliches Kristall-Salz“ (z.Z. nur aus dem Himalaya erhältlich) ist aus therapeutischer Sicht die hochwertigste Form von Natursalz. Die meisten im Kristall-Salz gebundenen Mineralien und Spurenelemente sind in zellverfügbarer Form (bioverfügbar, organisch, kolloidal) gebunden. Diese Form ermöglicht dem Körper leichte Aufnahme und Einbau in den Organismus. Im Kristall-Salz sind die natürlichen Antagonisten (Gegenspieler), sowie alle daran beteiligten Spurenelemente vorhanden. Ein natürlicher Antagonist von z.B. Natrium (blutdruckerhöhend, im normalen Speisesalz isoliert vorkommend) ist das Kalium (blutdrucksenkend, im normalen Speisesalz nicht vorkommend). Kristall-Salz ist aus dieser Sicht vollwertig im Gegensatz zum handelsüblichen Speisesalz (Kochsalz), das durch die verschiedenen Raffinierungsprozesse in der Regel nur noch aus Natrium und Chlorid besteht (Natriumchlorid, NaCl), also praktisch chemisch rein ist, denn alle weiteren Mineralien wurden herausgelöst. Kristall-Salz hingegen beinhaltet viele verschiedene Mineralien und Spurenelemente! Es wurden 32 Elemente wissenschaftlich nachgewiesen. (Technische Universität München und Institute of Biophysical Research, USA). Man vermutet bis zu 80 Elemente, die wissenschaftlichen Analysemethoden reichen dafür aber noch nicht aus. Kristall-Salz ist durch Austrocknung der Urmeere entstanden. Die für die Austrocknung der Meere verantwortliche Sonnenenergie ist in jedem atomaren Salzgitterbaustein als sog. Biophotonen gebunden. Um die natürlichen 84 Elemente von Kristall-Salz wieder aufzulösen (Ionisation) bzw. die atomaren Gitterkräfte der Salze zu überwinden, muss die gleiche Menge an Energie aufgewendet werden, welche für den Aufbau des atomaren Gitters beim Sonnentrocknen verbraucht wurde. Zum Schmelzen von Salz sind deshalb 800°C nötig. Umso erstaunlicher ist es, dass Wasser die natürlichen Gitterkräfte des Salzes ohne Energieaufwand von außen überwinden kann. Dieser Vorgang wird als Hydratation bezeichnet, die Temperatur der Lösung (Sole) sinkt dabei. (Implosion = Bildungs-kraft, ist das Gegenteil der Explosion = Zerstörungskraft mit Temperaturerhöhung). Die Wichtigkeit von Natursalz für die Aufrechterhaltung der Gesundheit unseres Körpers wird umso deutlicher, wenn wir Blut mit Meerwasser vergleichen. Unsere Körperflüssigkeiten enthalten die gleichen Salze in fast gleichen Verhältnissen wie Meerwasser, bzw. daraus entstandenes Natur-Salz. Meerwasser enthält 84 Elemente, die auch im Organismus nachgewiesen werden. Wissenschaftliche Untersuchungen weisen darauf hin, dass alle 84 Elemente zur Aufrechterhaltung der Gesundheit notwendig sind. Natürliches Kristall-Salz und gutes Wasser sind in der Lage, die Selbstheilungskräfte des Körpers anzuregen. Bei üblichem Kochsalz wird nach dem Herauslösen mit Wasser aus dem Bergwerk raffiniert, gebleicht und gesiedet. Ergebnis ist reines Natrium-Chlorid mit evtl. künstlichen Zusätzen, wie Jodid und Riesehilfen. Kristall-Salz aus dem Himalaya wird noch bergmännisch von Hand abgebaut. Es erfolgt nur eine Hand-Selektierung.

**Bausteine für ein gesundes Leben**

Dass Salz vom Grundaufbau eines der Urelemente ist, ohne die nichts in der Natur existieren würde oder gar entstehen konnte, wissen wir seit langem. Es ist sowohl für Pflanzen, Tiere als auch für Menschen lebensnotwendig.  
Interessant ist, dass Salz in frühen menschlichen Kulturen ein sehr hoher Stellenwert eingeräumt wurde. In den Anweisungen, die Moses bezüglich Opfergaben weitergab, heißt es, dass “jede Opfergabe deines Getreideopfers mit Salz” zu würzen sei, weiter lesen wir: “Zusammen mit jeder deiner Opfergaben wirst du Salz darbringen.”Unser heutiges Kochsalz hat mit natürlichem Kristallsalz so gut wie gar nichts mehr zu tun, leider! Denn im natürlichen Kristallsalz, finden wir viele Bestandteile wie Mineralien und Spurenelemente vor, aus denen der menschliche Körper selbst besteht. Reines Kristallsalz ist dementsprechend etwas Kostbares, so wertvoll, dass es frühe Kulturen als Opfergabe verwendet haben. Salz war lange Zeit das “weiße Gold” und wurde wie ein Schatz gehütet.

Nur Kristallsalz ist im Vergleich zu Meersalz und Kochsalz noch so rein und naturbelassen, dass es alle wichtigen Elemente, die unser Körper benötigt, beinhaltet. Durch Zugabe von Wasser, also dem Ansetzen einer Sole, können wir diese Elemente - man könnte auch sagen, die gespeicherte Energie des Salzes - freisetzen und zu uns nehmen! Kristallsalz zeichnet sich dadurch aus, dass es im Laufe der Jahrmillionen einem enormen Druck ausgesetzt war. Und erst durch diesen massiven Druck wurden die Elemente in eine ganz spezifische Teilchengröße gebracht, die es ermöglicht, dass sie in einen kolloidalen Zustand übergehen. Unsere Zellen können interessanterweise nur solche Dinge aufnehmen, die entweder organisch oder kolloidal vorliegen. Dann ist der Organismus in der Lage, diese Stoffe problemlos aufzunehmen. Beim Kristallsalz ist dies idealerweise der Fall.

Kristallsalz ist aber nicht gleich Kristallsalz: es ist wissenschaftlich bestätigt, dass Kristallsalze aus dem Himalaja-Gebiet eine bis zu hundertfach höhere, geordnete Struktur aufweisen als andere Kristallsalze. Man möge auch bedenken, dass sich der Abbau von Hand des guten, hochwertigen Kristallsalzes auf den Preis auswirkt. Jedoch sollte man ebenso beachten, dass es um die Gesundheit geht, für die diese Ausgabe getätigt wird. Beim Bezug von Kristallsalz sollte man eine kritische Haltung bewahren: der Markt wird momentan von vielerlei Angeboten überschwemmt.

**Der Nutzen/Die Vorteile**

Wie Sie sicherlich schon gemerkt haben ist das natürliche Salz also **viel besser** als Natriumchlorid.

Aber Sie wissen noch nicht wieso. Das wird Ihnen hier erläutert.

**Die heilende Wirkung von Salzen ist wissenschaftlich seit Jahrzehnten anerkannt. Reines Kristallsalz bester Qualität ist im Vergleich zu allen anderen Salzen jedoch auch in der Lage, den Körper von giftigen und krankmachenden Abfallstoffen zu reinigen, die mittels Wasser aus dem Körper ausgeschieden werden.**

Salz galt in den verschiedensten Kulturen als Allheilmittel. Von Alchemisten wurde es auch das "fünfte Element" genannt. Auch die Schulmedizin hat die **heilende Wirkung** von natürlichem Salz ist in der Zwischenzeit **anerkannt**. Es gibt daher auch immer mehr Ärzte, die Kristallsalz gezielt in ihrer Praxis einsetzen.

Der Grund ist, dass Kristallsalz alle Elemente besitzt, die der Mensch zu überleben benötigt. Diese könnten Sie auch über die herkömmliche Nahrung aufnehmen, aber nur kann diese der Körper nur teilweise verwerten. Man kann es sich so vorstelle ob man mit einem Auto oder LKW in eine kleine Garage parken will. Der LKW, der dieselbe Funktion wie das Auto hat – nämlich um Güter bzw. Menschen zu transportieren – wird wahrscheinlich zu groß sein. Das Auto hingegen kann man problemlos parken. So ist es auch im menschlichen Körper. Die Mineralien, Spurenelemente etc. sind in ihrer Struktur oftmals zu groß um von unseren Zellen aufgenommen zu werden. Bei Kristallsalz ist das anders. Hier werden die Stoffe über Jahrmillionen in die kristalline Struktur „gepresst“. Und zwar so weit bis Sie klein genug sind (in einen kolloidalen Zustand übergehen), dass Sie unsere Zellen aufnehmen können. Wenn wir wieder unser Beispiel hernehmen, wäre das, als ob wir den LKW mit einer Schrottpresse verkleinern und in unsere Garage schieben würden.

Jeder weiß, dass eine gesunde Ernährung bei allen bzw. vielen körperlichen aber auch psychischen Leiden hilft. Mit dem richtigen Salz macht man einen großen Schritt zur richtigen Ernährung, es ist also nicht verwunderlich wenn man die Folgende Aufgliederung lest, bei der Salz unter andrem sehr Hilfreich ist.

Salz hilft im Grunde gesehen bei allem körperlichen Leiden wie zum Beispiel:

Arthritis

Atemwegserkrankungen

Hauterkrankungen

Allergien

Übersäuerung

Angina Pectoris

Herzrhythmusstörungen

Herzkranzgefäße

Thrombose

Bewegungszentrum

Muskelaufbau und Stärkung

Thymusdrüse

Stoffwechsel- und

Durchblutungsstörungen

Zelleneuerung der

Knochen Gürtelrose

Anämie

Sehzentrum

Ischias

Krampfadern

Rheuma

(insbesondere im Lendenbereich)

Sehnervreizung

Lymphsystem

Rippenfellentzündung

Bandscheiben

steifes Genick mit

Kopfschmerzen

Herzrhythmusstörungen

Bauchspeicheldrüsenprobleme

Zahnfleischbluten

Zahnstein

Zahnfleischschwund

Zahnfleischentzündung

Mundgeruch

Besonders in der Mund und Zahnhygiene ist es am besten, mit einer **Salz-Sole** die Zähne zu putzen. Die Auswirkung sieht oder spürt man meist schon innerhalb einiger Tage. Darüber hinaus werden die Zähne noch weiß. Durch Verwendung von Kristallsalz löst sich auch der Kalk auf, was man u.a. bei Zahnstein sieht.

Salz hat auch eine neutralisierende Wirkung. Es kann negative elektromagnetische Schwingungen (Elektrosmog) ausgleichen und sogar radioaktive Strahlung neutralisieren und durch positive Schwingungen ersetzen. (Deshalb wird AKW-Abfall in Salzstollen gelagert)

Da Salz auch eine sterilisierende Wirkung hat, hilft es unter anderem auch – in Form von Salz-Sole – bei Wundheilungen. Es bleiben so nur kleine, bis gar keine Narben übrig.

**Es ist hier aber ausdrücklich zu betonen das Salz ein Lebensmittel und keine Wundermittel ist. Jede Ernährung benötigt eine gesunde Kost. Viele von Ihnen werden statt konventionellen (mit Pestiziden belasteten, gedüngten, raffinierten etc.) Lebensmittel, bereits biologisch angebaute Nahrung in Ihrer Küche verwenden. Genau so kann man auch Kristallsalz als eine Art BIO-Lebensmittel ansehen.**

**Salz-Sole: Harmonisierung und Förderung des Wohlbefindens!**

**Zubereitung der Kristallsole**

Um die lebenswichtigen Elemente und die Energie von Himalaja-Salz zu sich zu nehmen, wird in aller Regel eine Sole angesetzt. Diese Verbindung von Wasser und Salz bewirkt, dass sich die positiven Ionen des Salzes mit den negativen der Wassermoleküle verbinden, als auch die negativen Ionen des Salzes mit den positiven des Wassers eine Verbindung eingehen. Die Ionen werden hierbei hydratisiert. Man könnte es auch so formulieren: Das Wasser hat seine Identität aufgegeben und kann deshalb das Salz in seiner Materie verändern, indem es Gitterkräfte überwindet und Natrium von Chlorid trennt. Der Informations- und Energiegehalt von Wasser und Salz wird so freigesetzt und kann durch Einnehmen der Sole unserem Körper zur Verfügung gestellt werden.

Geben Sie einen oder mehrere Salzkristalle (am besten große Salzbrocken) in ein kleines verschließbares Gefäß, zum Beispiel ein leeres, sorgfältig gereinigtes Marmeladenglas oder ein Einwegglas. Füllen Sie das Glas mit gutem Quellwasser auf wenn dies nicht möglich ist, kann auch jedes andere Wasser verwendet werden, es sollte aber eine **gute Qualität** und **keine Kohlensäure** besitzen, bis die Kristalle bedeckt sind. Nach ein paar Stunden haben sich diese so weit aufgelöst, dass eine 26-prozentige gesättigte und gebrauchsfertige kristalline Solelösung entstanden ist. Sie werden feststellen, dass sich die Salzkristalle jetzt nicht mehr weiter auflösen. Erst wenn Sie wieder Wasser zugießen und die Solekonzentration dadurch geringer wird, beginnen die Salzkristalle sich weiter aufzulösen, bis wieder eine natürliche Sättigung der kristallinen Sole bei etwa 26 % erreicht ist. Solange noch Salzkristalle in ihrem Gefäß sind, haben Sie die Gewähr einer gesättigten kristallinen Sole. Aus dieser können Sie nun täglich die benötigte Menge entnehmen. Die Sole kann immer wieder mit Wasser aufgefüllt werden, bis sich die Salzkristalle vollständig aufgelöst haben. Bevor Sie weitere Sole entnehmen, sollten Sie einen neuen Salzkristall in das Glas geben, damit eine 26-prozentige Konzentration der kristallinen Sole gewährleistet ist. Die Sole bedarf keiner besonderen Aufbewahrung und ist unbegrenzt haltbar. Weder Keime und Viren noch Pilze oder Bakterien haben eine Chance, sich in der Sole zu vermehren. Es handelt sich also um eine sterile Lösung.

Die so angesetzte kristalline Sole ist Ausgangssubstanz für viele Anwendungsformen, die hier auf einem separaten Blatt beschrieben werden.

In dem Buch “Wasser & Salz” von Dr. B. Hendel und Peter Ferreira heißt es: *“Die kristalline Struktur von Salz als Sole wirkt so nachhaltig, dass sein Schwingungsmuster über 24 Stunden in unserem Körper aufrecht erhalten werden kann. Mit der Sole kann man sich genau das Schwingungsmuster vermitteln, das unserem Körper bei Krankheit fehlt. Nehmen Sie jeden Morgen einen kleinen Teelöffel Sole mit einem Glas natürlichem Quellwasser vermischt auf nüchternen Magen zu sich. Biochemisch betrachtet wird innerhalb von Minuten die Magen-Darm-Tätigkeit angeregt. Das wiederum regt den Stoffwechsel und die Verdauung an. Der Elektrolythaushalt wird aufgebaut und dadurch die Leitfähigkeit im Körper verbessert, was sich positiv auf den Kreislauf auswirkt. Mit Salz kann der Strom wieder fließen”.*

Fazit

Achten Sie auf Ihre Ernährung! Diese „Infoblätter“ sind nur ein Vorgeschmack auf das, was Ihnen Tag ein Tag aus verschwiegen wird. Oftmals ist die Lösung denkbar einfach doch sind alle gewinnorientierten Unternehmen wie z. B. die Pharmaindustrie nicht daran interessiert. Da sie die natürlichen Methoden nicht patentieren können. Kein pharmazeutisches Unternehmen würde auch nur einen Cent an Salz verdienen. Lieber vertreibt man Medikamente – mit unzähligen von Nebenwirkungen – um damit die Kunden um Ihr Erspartes, zu bringen.

Man darf aber nicht vergessen, dass Salz ein Lebensmittel und kein Heil- oder Wundermittel ist. Es wird zum (über)leben benötigt, auch wenn es auf vielfältige Weise wirkt.

Also tun Sie Ihrer Gesundheit etwas Gutes und achten Sie beim nächsten Einkauf, was Sie kaufen.

**Beim Kauf**

Wenn Sie also natürliches Salz erwerben, achten sie darauf, dass die Verpackung keiner dieser – **Raffiniert, Rieselhilfe (+**mehr dazu im Nachschlagwerk**), Gebleicht** – Inschriften trägt und auch keinerlei Andere, die auf eine **chemisch/industrielle** Behandlung schließen lassen

Für ein Kilo des wohl besten Salz der Welt (Halit-Salz), beläuft sicher der Preis zwischen 5 und 10 € (exkl. Versandkosten). Bei Produkten außerhalb dieses Rahmens ist Vorsicht geboten. Versichern Sie sich das Ihr Salz 100% Naturbelassen ist und ggf. auch nicht auf dem Transport zu Ihnen verunreinigt wird.

**Qualitätskontrolle**

Hier eine Methode mit der Sie am leichtesten erkennen können, wie hochwertig Ihr Salz ist. Dazu nehmen Sie einfach einen Teelöffel Koch- und Kristallsalz und geben Sie diesen – beginnend mit der edleren Form – auf Ihre Zunge. Danach warten die. Wenn Sie nach ca. 1 Minute noch kein brennen verspüren, versuchen Sie es mit dem aggressiven Kochsalz. Bei diesen werden sie wahrscheinlich einen brennenden Schmerz verspüren, der Ihnen förmlich ein Loch in Ihre Zunge brennt. Mehr muss man dazu nicht mehr sagen. Es liegt auf der Hand welches das bessere ist.

**Geschmack**

Als Faustregel kann man sich merken, „je besser die Qualität, desto milder im Geschmack“. Halit Salz zum Beispiel schmeckt verglichen zum herkömmlichen Salz viel milder und es ist auch bekömmlicher (das merkt man auch an der „Qualitätskontrolle“). Ansonsten sieht man äußerlich keinen großen Unterschied, bis auf die natürliche Reinheit. Je edler die Form desto weniger Verunreinigungen findet man, es wirkt wie gebleicht.

**Übrigens:** zahlreiche Spitzenköche und viele Edelrestaurants schwören auf den Geschmack und die Wirkung von Kristallsalzen.

**Nachschlagwerk:**

(**+** In den 1950er-Jahren entdeckten amerikanische Ärzte, dass Krebs nur eine Mangelerkrankung ist, die durch Fehlen eines wichtigen Bausteins in der Modernen Ernährung entsteht: Vitamin B17 (auch als Amygdalin oder Laetrile bekannt) kommt z.B. in den bitteren Kernen von Aprikosen, Kirschen oder Pflaumen vor und wird heute aufgrund der enthaltenen Blausäure (Zyanid) in westlichen Kulturkreisen so gut wie nicht mehr verzehrt. **Doch die Sorge ist unbegründet**: Das giftige Zyanid kann nur freigesetzt werden, wenn ein bestimmtes Spaltenzym vorhanden ist und das kommt nur in den Krebszellen vor, jedoch nirgendwo sonst im Körper! Die giftige Wirkung der Blausäure kann deshalb nur in der kranken Zelle freigesetzt werden und sie so von innen heraus zerstören ohne dabei umliegendes Gewebe zu schädigen. Aprikosenkerne wirken außerdem vorbeugend bei familiärer Disposition für Krebs. **Vitamin B17 ist also das wirkungsvollste und natürlichste Krebsbekämpfungsmittel, ohne Nebenwirkungen!**

Mehr dazu auf: [**http://infoblatt.weebly.com/vitamin-b17.html**](http://infoblatt.weebly.com/vitamin-b17.html))

(**+** Auch wenn Fluor & Jod als gesund beworben wird, es stimmt nicht!

Zwar benötigt der menschliche Körper Jod, aber **nur in natürlicher Form** (Obst, Gemüse etc.). Das **industriel (synthetisch)** **hergestellte Jod** besitzt sehr viele negative Eigenschaften.

Bei Fluor ist es im Prinzip dasselbe! Der Menschliche Organismus benötigt nur sehr geringe Mengen an Fluor. Und das wiederum nur in **natürlicher Form**. Eine zu **starke**, industriele **Fluorbelastung** (Zahnpasta etc.) kann zu **gravierenden, körperlichen Schäden** führen. (Beim verschlucken von nur einer Tube Fluorhaltiger Zahnpasta, kann z.B. ein erwachsener Mensch sterben!) Fallen Sie nicht auf diese billigen **Werbelügen** rein.) **(mehr dazu siehe „Infoblatt zu Aspartam, Glutamat Jod & Fluor)**

(**+** Um die Riesel- und Streufähigkeit zu erhöhen, kann z.B. Calciumcarbonat, Magnesiumcarbonat, Natriumfluorit, und eine Menge an **E-Nummern** aber auch **Aluminiumhydroxid** beigefügt werden. Allerdings kann sich Aluminium im **Gehirn ablagern** und zu **Alzheimer** führen.)

**Zu guter Letzt:**

Untersuchungen haben übrigens gezeigt, dass die Qualität von Wasser und Salz wichtiger ist, als die in der übrigen Ernährung! Vielleicht liegt es daran, dass biophysikalisch im Wasser und natürlichem Salz bereits alles enthalten ist, was wir benötigen.

**Es ist also kein Wunder,**

**wenn das natürliche Salz früher**

**als "weißes Gold" bezeichnet wurde.**

**Quellen:**

<http://rheuma-online.at/phorum/showthread.php?t=8495>

<http://www.planet3dnow.de/vbulletin/showthread.php?t=77990>

<http://www.zentrum-der-gesundheit.de/salz-gold-der-erde-ia.html>

<http://www.zentrum-der-gesundheit.de/ursalz-ia.html>

<http://www.mueller-burzler.de/art_gesund_ernaehren.html>

<http://rheuma-online.at/phorum/showthread.php?t=8495>

<http://halitsalz.com/>

<http://www.bonavita-lichtinsel.de/wissenswertes/kristallsalz/>

Bei mehr Interesse suchen Sie sich die Videos von Peter Ferreira auf dem Video-Portal *YouTube*

oder legen Sie sich das Buch "Wasser und Salz" von Barbara Hendel und Peter Ferreira zu.

**Weiterführende Literatur zum Thema Gesundheit und Ernährung**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Titel der derzeit aktuellen Infoblätter + Beschreibung:** | | |
| **Infoblatt** zu Aspartam,  Glutamat, Jod & Fluor | Gefährliche Nahrungsmittelzusätze die in vielen  Lebensmittel enthalten sind | 11 S. |
| **Infoblatt** zu Glühbirne  vs. Energiesparlampe | Die Lüge über die *„umweltfreundliche, gefahrenlose und*  *langlebige“* Energiesparlampe | 12 S. |
| **Infoblatt** zu Zucker  kontra Stevia | Die negativen Seiten von Industriezucker und positiven von Alternativen  (in Arbeit) | ?? |

**Schlusswort**

Diese 7 Seiten sollen Ihnen nur zur Information dienen. Es ist nicht gegeben das alles hier der Wahrheit entspricht, da vieles von der Wissenschaft noch nicht anerkannt wurde. Aber die Anzahl der Menschen, die diese hier dargelegten Fakten anerkennen, steigt stetig! Es gibt immer mehr Erfolgserlebnisse, bei jenen, die den Wert des Salzes wieder zu schätzen wissen und somit Ihre Gesundheit verbessern konnten.

**Informieren Sie sich selbst!**

**Analyse vom 11.03.02 (Institut für Analytik Fulda)**

**Wichtig:** Hierbei handelt es sich um Himalayasalz, man kann diese Angaben aber auch auf Halitsalz übertragen, da ja beides Kristallsalze sind und sich daher vom Aufbau her sehr ähnlich sind.

**Aussehen:**  transparente und rosafarbene Kristallsalzbrocken. Leicht rosafarbenes gemahlenes oder gekörntes Kristallsalz

**Geruch:**  neutral

**Geschmack:**  mild salzig

**Herkunftsnachweis:** Pakistan/Himalaja

**Verarbeitung:** Pakistan

**Abbaumethode:** von Hand

**Verarbeitung:**  von Hand zerkleinert, in Sole gewaschen und sonnengetrocknet.

|  |  |
| --- | --- |
| **Codex Alimetarius:** | |
| NaCl 98,06% | |
| Arsen kleiner | 0,5 mg/kg |
| Kupfer kleiner | 1,0 mg/kg |
| Blei kleiner | 0,5 mg/kg |
| Cadmium kleiner | 0,1 mg/kg |
| Quecksilber kleiner | 0,1 mg/kg |

**Mengenangeben in mg/g pro Kg:**

|  |  |
| --- | --- |
| Natrium | 460.10 g |
| Chlorid | 520.50 g |
| Kalium | 1510.00 mg |
| Calcium | 1750.00 mg |
| Magnesium | 18200.00 mg |
| Ammonium | 430.00 mg |
| Eisen | 65.39 mg |
| Mangan | 102.04 mg |
| Strontium | 17.10 mg |
| Barium | 1.79 mg |
| Arsen | 0.41 mg |
| Blei | 1.09 mg |
| Cadmium | 0.03 mg |

(Hier ist **ein Ausschnitt der wichtigsten Inhaltsstoffe**, die bereits nachgewiesen wurden, zu sehen.

Eine weitere sehr ausführliche Untersuchung die zurzeit auf den aktuellsten Stand ist, kann auf der Infoblätter Homepage abgerufen werden (nur für Fachleute geeignet)

Hier die Internetadresse: <http://infoblatt.weebly.com/downloads.html> (Download)

oder die Originalseite: <http://xlurl.de/Kristallsalz> (falls dieser nicht Link funktioniert, bitte denn zweiten verwenden): <http://reh.cguerlich.net/pdf/Analysezertifikat%20Kristallsalze.pdf>

**Beurteilung:** Soweit aus der durchgeführten Untersuchung (Natriumchloridgehalt/Schwermetalle) ersichtlich, entspricht vorliegende Salzprobe den Anforderungen des Codex Standard für Speisesalz.

|  |  |
| --- | --- |
| Chrom | 0.91 mg |
| Selen | 2.17 mg |
| Zink | 14.18 mg |
| Kupfer | 5.18 mg |
| Fluoride | 231.00 mg |
| Bromid | 4010.00 mg |
| Jodid | 0.80 mg |
| Sulfat | 610.00 mg |
| Sulfide | 9.10 mg |
| Hydrogenphosphat | 8.90 mg |
| Hydrogencarbonat | 15100.00 mg |
| Kieselsäure | 140.00 mg |

Anwendungsbeispiele für Salz

**Die Sole-Trinkkur - Die heilende Wirkung**

Eine Soletrinkkur vermittelt dem kranken Körper das natürliche Schwingungsmuster und kann dieses über 24 Stunden aufrechterhalten.

Sole wirkt sich ausgleichend auf den Säure-Basen-Haushalt sowie auf den Blutdruck aus.

Bei rheumatischen Beschwerden und Steinbildungen hilft die Sole, die Ablagerungen aufzubrechen und auszuscheiden.

Bei Suchterkrankungen vermindert die Sole das Suchtverhalten.

Bei Hautbeschwerden reinigt die Sole von innen heraus über den Darm.

Bei der Sole-Trinkkur kommt es nicht so sehr auf die Solemenge an, sondern auf den Energiegehalt bzw. den Informationsgehalt, der in der Sole enthalten ist. Der Teelöffel als Maßeinheit ist daher auch eher symbolisch zu sehen. Biochemisch betrachtet versorgt er den Körper in Form dieser Isotonen Solelösung mit der ausreichenden Menge Salz. Aus biophysikalischer Sicht hingegen reichen bereits einige Tropfen der Sole. Da sich unser Körper rhythmisch regeneriert, ist die regelmäßige und ausdauernde Kontinuität der Anwendung weitaus wichtiger als die Menge.

Das Wort Trinkkur ist im Prinzip falsch gewählt, denn eine Kur hat immer eine zeitliche Begrenzung. **Diese Sole können Sie jedoch ein Leben lang täglich zu sich nehmen.** Wenn Sie so wollen, handelt es sich also um eine lebenslange Trinkkur.

Unabhängig von der Sole-Trinkkur sollten Sie darauf achten, bei der Zubereitung der täglichen Mahlzeiten ganz auf raffiniertes Kochsalz zu verzichten. So erzielen Sie ein wirklich optimales Ergebnis mit der Trinkkur. Vielen Fertiggerichten und konservierten Nahrungsmitteln wird Kochsalz als Konservierungsmittel beigefügt. Wenn Sie auf diese nicht verzichten möchten, ist es ratsam, die Speisen leicht mit feinem Kristallsalz nachzusalzen, um dem Natriumchlorid wenigstens einen Teil seiner Aggressivität zu nehmen und es verträglicher zu machen.

Entnehmen Sie aus dem Glas, in dem Sie die 26-prozentige Kristallsole angesetzt haben, einen Teel. Sole. Geben Sie diesen in ein Trinkglas und füllen Sie es mit gutem Quellwasser auf. Die so verdünnte Solelösung trinken Sie am besten jeden Morgen nach dem Aufstehen auf nüchternen Magen. Die Anwendung kann jedoch auch auf den ganzen Tag verteilt werden. Geben Sie einen Teel. Sole in einen Liter Wasser und trinken diesen über den Tag verteilt. Wer die einsetzende Entschlackung sehr heftig erlebt und als zu starke Belastung des Körpers erfährt, wendet die Soletrinkkur tropfenweise an. Hier kommt es ganz auf die individuelle Struktur eines Menschen und sein persönliches Empfinden an. Bei Kindern und Säuglingen reichen wenige Tropfen der Sole. Je weniger salzig die Solelösung schmeckt, desto unkomplizierter ist es, sie Kindern zu verabreichen. Auch reicht es hier, wenn Sie den Mahlzeiten ein paar Tropfen Sole zugeben.

Das Schwingungsmuster von Salz in Form einer kristallinen Sole kann in unserem Körper 24 Stunden aufrechterhalten werden.

**Salzanwendung bei Neurodermitis - Die heilende Wirkung**

Neurodermitis kann bereits im Säuglingsalter auftreten. Erste Anzeichen lassen sich am Milchschorf der Kopfhaut erkennen. Später dann entwickeln die Kinder die typischen Beugeekzeme im Ellenbogen oder in der Kniekehle, aber auch der ganze Körper kann befallen werden. Bei Erwachsenen sind häufig die Hände betroffen, in schweren Fällen finden wir über den ganzen Körper verteilt Ekzeme. Die Haut ist spröde, trocken und juckt stark, so dass die betroffenen Hautstellen oft blutig zerkratzt sind. Neben der Salztherapie sind zusätzlich naturheilkundliche Maßnahmen notwendig, wie z.B. die homöopathische Behandlung.

Trinken Sie jeden Morgen nüchtern einen Teelöffel Sole mit gutem Quellwasser verdünnt. Bei Säuglingen genügen ein paar Tropfen Sole mit Quellwasser. Trinken Sie über den Tag verteilt mindestens 2 bis 3 Liter lebendiges, mineralarmes, kohlensäurefreies Quellwasser. Zur Linderung des Juckreizes hat sich ein Solebad bewährt. Die Konzentration ist abhängig vom Hautzustand. Bei offenen Hautstellen bitte nur ein einprozentiges Solebad nehmen, das heißt ca. 1 kg Salz auf 100 Liter Wasser.

In eine Kinderwanne passen etwa 20 bis 30 Liter. In diesem Fall fügen Sie 200 bis 300 gr. Salz hinzu. Heilt die Haut ab, kann das Solebad bis auf 5 Prozent gesteigert werden. Das Solebad lindert nicht nur den Juckreiz, sondern gibt der Haut Feuchtigkeit und wirkt gleichzeitig beruhigend auf das vegetative Nervensystem. Nehmen Sie im akuten Zustand zweimal pro Woche ein Solebad. Wenn die Beschwerden abgeklungen sind, reicht ein Bad ein- bis zweimal im Monat.

**Salzanwendung bei Herpes - Die heilende Wirkung**

Herpesbläschen sind unangenehm, schmerzhaft und kommen immer wieder. Die Herpesviren besiedeln dauerhaft unsere Nervenganglien. Bei einer Abwehrschwäche vermehren sie sich explosionsartig, und bilden die bekannten Bläschen. Sind diese erst einmal da, helfen auch die handelsüblichen Cremes nicht viel, bzw. bewirken eine, im homöopathischen Sinne, Unterdrückung. Versuchen Sie es einmal mit Salz. Zusätzlich zu einer homöopathischen Konstitutionsbehandlung, stärkt die Sole ihre Abwehrkräfte, und äußerlich angewandt bringt Salz rasche Heilung.

Trinken Sie jeden Morgen einen Teelöffel Sole verdünnt mit gutem Quellwasser. Betupfen Sie die Bläschen stündlich mit konzentrierter Solelösung. Tragen Sie vor dem Schlafengehen etwas Soleschlick dünn auf die Bläschen auf, und lassen Sie diesen über Nacht wirken. Morgens dann mit Wasser abspülen. Das Salz trocknet die Bläschen aus, tötet die Viren ab und fördert die Regeneration der Haut.

**Salzanwendung bei Heuschnupfen** - **Die heilende Wirkung**

Die Überempfindlichkeit gegen Gräser- und Blütenpollen stellt mittlerweile weltweit die häufigste Allergieform dar. In den industrialisierten Ländern leiden bereits über 10% der Bevölkerung an Heuschnupfen. Neben der Überforderung der menschlichen Anpassungsfähigkeit durch die Belastung unseres Lebensraums wird vor allem die wachsende Aggressivität der Pollen, hervorgerufen durch Luftverschmutzung, für diese rasante Zunahme der Heuschnupfenanfälligkeit verantwortlich gemacht. Die ersten Anzeichen eines Heuschnupfens sind Niesreiz oder Jucken der Augen. Daraufhin schwillt die Nasenschleimhaut an, und es kommt zur Absonderung eines wässrigen Sekrets.

In jedem Fall ist eine homöopathische Behandlung oder eine Behandlung mit Ohrakupunktur empfehlenswert. Zusätzliche Erleichterung bringt die Salzanwendung bei Heuschnupfen:

Trinken Sie jeden Morgen – auch in der heuschnupfenfreien Zeit – einen Teelöffel Sole verdünnt mit gutem Quellwasser. Trinken Sie über den Tag verteilt mindestens 2-3 Liter lebendiges, mineralarmes, kohlensäurefreies Quellwasser. Zusätzlich können Nasenspülungen mit einer einprozentigen Solelösung mehrmals täglich durchgeführt werden. Durch das Spülen werden Pollen entfernt, die an der Nasenschleimhaut haften, und gleichzeitig wird die Nasenschleimhaut regeneriert. Sind auch die Augen von der Allergie betroffen, machen Sie mehrmals täglich ein Augenbad mit einer einprozentigen Solelösung. Keine Angst die Sole brennt nicht, denn sie hat die gleiche Salzkonzentration wie Ihre Tränenflüssigkeit.

Auch für den Pollenallergiker ist der Kristallsalz-Ionisator von Vorteil. Die Pollen, die ja die Beschwerden verursachen, schweben nicht mehr in der Luft, sondern werden vom Solenebel gebunden und sinken zu Boden. Dadurch wird die Zimmerluft zum größten Teil von Pollen befreit.

Nach der Rechtslage der Bundesrepublik Österreich sind gesundheitliche Ratschläge Ärzten, Heilpraktikern und Apothekern vorbehalten. Der Urheber haftet nicht für Verhaltensweisen und Entscheidungen für die Gesundheit, die jemand aufgrund der Lektüre dieser Infoblätter tätigt.

Diese Infoblätter dürfen und sollten nicht als alleinige Quelle für Maßnahmen herangezogen werden, die Ihre Gesundheit betreffen.

Diese Infoblätter und die enthaltenen Informationen sollen der allgemeinen Weiterbildung dienen. Es soll und darf nach österreichischer Rechtslage keinesfalls das auf Sie persönlich zugeschnittene Beratungsgespräch eines Heilberuflers, wie Z.B. mit einem Arzt oder Heilpraktiker ersetzen.

Auch wenn bei der Erstellung dieser Infoblätter die größtmögliche Sorgfalt an den Tag gelegt wurde, alle Informationen dem aktuellen Wissensstand anzupassen, so ist es nicht auszuschließen, dass doch vielleicht unvollständige, missverständliche oder falsche Aussagen gemacht werden. Es könnte theoretisch Empfehlungen und Thesen in diesen Infoblätter enthalten sein, die eine Gefährdung Ihrer Gesundheit zur Folge haben könnten.