



Andrea Tichy

# Lebendiges Wasser Energiequell<sup>des</sup> Körpers

Quell  
Edition





Andrea Tichy  
Lebendiges  
Wasser –  
Energiequell  
des Körpers

Quell  
Edition

## Hinweis

Die in diesem Buch zusammengetragenen Informationen beruhen auf persönlichen Erfahrungen und umfangreichen Recherchen der Autorin zum Thema.

Die Autorin erteilt hier jedoch keine therapeutischen oder medizinischen Ratschläge – weder direkt noch indirekt. Die Absicht der Autorin besteht einzig darin, auf der Grundlage ihrer Recherchen über die Bedeutung natürlicher Therapien für die Prävention aufzuklären.



Buchinhalt gedruckt auf holzfreiem Papier mit dem FSC-Siegel

## Impressum

© 2016 Quell Verlag GmbH

Saalgasse 12

60311 Frankfurt am Main

T 069 - 21 99 49 40

F 069 - 21 99 49 42

info@quell-online.de

Besuchen Sie uns im Internet: [www.quell-online.de](http://www.quell-online.de)

Co-Autorin: Claudia Schwarzmaier

Lektorat: Regina Eisele

Korrektur: Dalu Fuchs

Redaktions-Assistenz: Ulrike Kohl

Gestaltung | Produktion: Monika Frei-Herrmann [www.frei-herrmann.de](http://www.frei-herrmann.de)

Druck und Bindung: Printfinder

Fotos:

Titel Roland Tichy

1 Martina Guthmann | M. Frei-Herrmann | Lukas Gojda - Fotolia

4 Vorwort: Roland Tichy

8 Lebendiges Wasser: Ortrud Stegner

64 Trinkkuren: Eve - Fotolia

80 Wasser-Apotheke: Ortrud Stegner

114 Leitungswasser: schweitzer-degen - Fotolia

136 Sensorik-Test: Peter Atkins - Fotolia

150 Geldbeutel: Peter Dörfel

180 Quellen-Karte: Monika Frei-Herrmann

Weitere Bildnachweise auf den Seiten.

ISBN 978-3-9815402-3-9

Bibliografische Informationen der Deutschen Bibliothek:

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne die Zustimmung des Verlags unzulässig.

## 8 1. Lebendiges Wasser, was ist das?

Der Ausdruck „lebendiges Wasser“ findet sich in keinem Lexikon. Allerdings hat eine ganze Reihe von Naturwissenschaftlern, Ärzten und Experten sehr genaue Vorstellungen, was die Qualitäten von lebendigem Wasser ausmacht.

## 64 2. Trinkkuren: Eine in Vergessenheit geratene Heilmethode

Zu früheren Zeiten nutzten die Menschen Wasser als natürliches Heilmittel. Anders als früher nehmen sich die Menschen allerdings keine Zeit mehr, um für mehrere Wochen zu den heilsamen Quellen zu fahren. Doch haben Heilquellen auch heute noch Gesundheitsbewussten Überraschendes zu bieten.

## 80 3. Die Wasser-Apotheke

Lebendiges Wasser ist ein wirksames Heilmittel gegen Beschwerden aller Art – ganz ohne Risiken und Nebenwirkungen.

## 114 4. Chemiecocktail Leitungswasser

Allein in Europa gibt es mehr als 100.000 Chemikalien, die zum Großteil ins Wasser geraten und zur Gefahr für Mensch und Tier werden können.

## 128 Exkurs: Nitrat – Gefahr fürs Trinkwasser

Übermäßiges Düngen beeinträchtigt die Qualität unseres Grundwassers. In Sachen Nitrat-Belastung ist Deutschland alles andere als ein Musterschüler.

## 136 5. Der Sensorik-Test: das passende Wasser finden.

Welches Wasser ist für mich das richtige? Um das herauszufinden, braucht man eigentlich keine großen wissenschaftlichen Untersuchungen, sondern es genügt, auf das eigene Geschmacksempfinden zu vertrauen.

## 150 6. Lebendiges Wasser ist keine Frage des Geldbeutels

In der Natur sprudeln überall lebendige, wertvolle Quellen. Bei vielen Menschen ist das Wissen um diese Quellen in ihrer Nähe allerdings verloren gegangen. In diesem Kapitel wird von einer „Gegenkultur“ berichtet und es werden einige frei zugängliche Quellen vorgestellt.

### Zum Nachschlagen

2	Impressum	172	Quellen-Tipps
5	Vorwort	181	Literaturverzeichnis
		186	Glossar
		194	Weiterführende Informationen
		196	Danksagung



Lebendiges Wasser



Trinkkuren



Die Wasser-Apotheke



Leitungswasser



Sensorik-Test



Quellen-Tipps

## Die vierte Phase des Wassers

Mit dem Titel „The Fourth Phase of Water“ sorgte Gerald H. Pollack 2013 für Furore. Der amerikanische Professor für Bioengineering hatte in seinem Labor an der University of Washington in Seattle (USA) zahlreiche Experimente mit Wasser durchgeführt und dabei herausgefunden: das Wasser kann einen vierten Aggregatzustand annehmen – neben seiner flüssigen, gefrorenen und dampfenden Form.



Der international angesehene Professor für Bioengineering Gerald H. Pollack von der University of Washington hat ein neues Kapitel in der Wasserforschung aufgeschlagen.

Es handelt sich dabei um absolut reines Wasser mit spezifischer elektrischer Ladung und flüssigkristalliner Struktur. Professor Pollack fand heraus: Die vierte Phase des Wassers bildet sich an Oberflächen, die stark mit Wasser in Wechselwirkung treten, so genannten „hydrophilen“ Oberflächen. Zu solchen hydrophilen Oberflächen zählen auch Zellwände. In Experimenten hat Professor Pollack mittlerweile gezeigt: Wie eine Batterie kann dieser besondere Zustand des Wassers Prozesse antreiben. „Als Maschine des Lebens“ bezeichnet deshalb auch der österreichische Wissenschaftler Dr. Walter Medinger diese vierte Phase des Wassers.

Die Entdeckung der vierten Phase des Wassers ist revolutionär, denn damit lassen sich viele biologische Phänomene erklären. Schon in seinem Buch „Cells, Gels and the Engines of Life“ hatte Pollack die zentrale Rolle von Wasser für die Zellbiologie beschrieben. Darin führt er den Nachweis, dass sich in den Zellen viel Wasser in der Nähe von hydrophilen Oberflächen befindet und deshalb geordnet ist. Das Verhalten von Zellen lässt sich nach seiner Erkenntnis nur dann verstehen, wenn diese Besonderheit berücksichtigt wird.

Viele Wirkungen therapeutischer Behandlungen lassen sich durch die vierte Phase des Wassers erklären und der Mensch kann demnach eine ganze Menge tun, um seine Körperbatterien aufzuladen: Sonnenbaden, Saunen, Barfuß-Laufen, sich gesund ernähren und leben-

## Die Biologische Batterie

### Rein, elektrisch geladen und flüssigkristallin

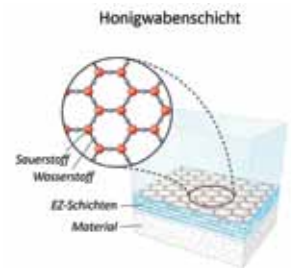
Professor Pollack bezeichnet den vierten physikalischen Zustand des Wassers auch als „Ausschlusszonenwasser“ oder „EZ-Wasser (vom amerikanischen: „exclusion zone“, abgekürzt „EZ“). Die Ausschlusszone verdankt ihren Namen der Tatsache, dass sie praktisch alles ausschließt: ähnlich wie bei Eis beinhaltet das Wasser in dieser Phase keine Partikel oder gelöste Stoffe. Zudem fanden die Forscher rund um Professor Pollack heraus, dass die Ausschlusszone negativ geladen ist. Diese negative Ladung bildet sich durch die Trennung der Wassermoleküle in negative und positive Komponenten: in negativ geladene OH und positiv geladene Protonen. Die negativ geladenen Komponenten bilden die Ausschlusszone; sie schaffen eine geordnete, flüssigkristalline Zone, die an die hydrophile Oberfläche anschließt. Die positiv geladenen Komponenten in Form von Wasserstoff-Ionen sind im „Bulk-Wasser“, dem anderen Wasser außerhalb der Ausschlusszone (EZ), gelöst. Aufgrund dieser Ladungstrennung hat dieses System Eigenschaften wie eine Batterie und kann Energie speichern. Darüber hinaus ist die Dichte von EZ-Wasser höher als die Dichte des Wassers außerhalb der EZ. Das liegt daran, dass die negativ geladenen Komponenten aus Sauerstoff und Wasserstoff (OH<sup>-</sup>) Schichten mit der Struktur von Honigwaben bilden. Diese Schichten haben eine höhere Dichte als Wasser im flüssigen Zustand; vielmehr ähneln sie der Struktur von Eis. Diese Ähnlichkeit ist nicht zufällig und so verwandelt sich EZ-Wasser leicht in Eis und umgekehrt.

#### Wasser speichert Lichtenergie

Normalerweise tendieren unterschiedliche Ladungen dazu, sich zu vermischen und sich damit zu neutralisieren. Messungen zeigen, dass in der Ausschlusszone die Ladungstrennung stabil ist und sich die EZ durch bestimmte Einflüsse verändert – also dicker oder dünner wird. Ein wesentlicher Faktor für das Wachsen der EZ ist Strahlungsenergie. Professor Pollack fand heraus, dass alle Wellenlängen – ob sichtbar oder unsichtbar – die EZ vergrößern können; am wirkungsvollsten ist jedoch Infrarot-Licht, das von dem EZ-Wasser besonders stark absorbiert wird.



Die vierte Phase des Wassers ist aufgebaut wie eine Batterie: Die Zonen von „EZ-Wasser“ und „Bulk-Wasser“ sind unterschiedlich geladen und es entsteht damit ein Minuspol (EZ-Wasser) und ein Pluspol („Bulk-Wasser“), zwischen denen Energie fließt.



In der atomaren Struktur der Ausschlusszone bilden die negativ geladenen OH<sup>-</sup>-Teilchen flache Schichten, die an Honigwaben erinnern. Daraus resultiert die höhere Dichte der vierten Phase des Wassers.



Sonnetanken zählt zu den Grundbedürfnissen vieler Menschen und mit der vierten Phase des Wassers lässt sich erklären, warum das so ist.

diges Wasser trinken. All diese Maßnahmen führen dem Körper negative Ladung zu und in Sachen Ladung ist „negativ biologisch positiv“, sagt Dr. Walter Medinger. (Siehe auch Abschnitt „Elektronen – Wundermittel gegen Stress“.)

Im Einzelnen lassen sich die Wirkungen von Medikamenten und Behandlungsmethoden auf die vierte Phase des Wassers folgendermaßen erklären:

### **Die Wirkung von Betäubungs- und Schmerzmitteln**

Versuche haben gezeigt: Betäubungs- und Narkosemittel lassen die Ausschlusszone bzw. EZ (von „exklusion zone“, siehe Seite 41) schrumpfen. Das örtlich wirksame Betäubungsmittel Lidocain etwa reduziert die Dicke der EZ reversibel auf eine Weise, die von der Dosis abhängig ist. Das Schmerzmittel Aspirin hingegen lässt die EZ wachsen. Professor Pollack und sein Team fanden heraus, dass sich durch Aspirin die Stärke der EZ um bis zu 300 Prozent vergrößert.

### **Die wohltuenden Effekte von Licht und Wärme**

Auch elektromagnetische Energie kann die EZ anwachsen lassen: Lichtenergie wirkt am stärksten auf die EZ. Kein Wunder, dass die Menschen so gerne in die Sonne gehen. In der medizinischen Wissenschaft weiß man, dass Licht dabei helfen kann, Depressionen zu lindern und Schlafstörungen zu beseitigen. Aber auch Wärme – eine andere Form elektromagnetischer Energie – führt dazu, dass die EZ wächst. Schon lange werden Wärmebehandlungen zur Schmerzlinderung bei Arthritis, Muskelschmerzen oder Migräne eingesetzt. Schon bei den Römern gehörte Wärme zum Lebensstil und wurde in den Bädern den Bürgern auf breiter Basis zur Verfügung gestellt; die Finnen lieben und pflegen ihre Sauna-Kultur und schwören aufs Saunen als Gesundheitsmittel. Seit Jahrtausenden haben die Menschen die Erfahrung gemacht, dass Wärme und Hitze gut tun.



Erzielen Licht und Wärme ihren therapeutischen Effekt durch ihre Wirkung auf die vierte Phase des Wassers im Körper? Die Forschungsarbeiten von Professor Pollack legen diese Vermutung nahe.

## Energiequelle Erden

Die Oberfläche der Erde ist negativ geladen. Diese Tatsache wird nach Beobachtung von Professor Pollack oft vergessen, obwohl sie schon lange bekannt ist. Deshalb bedeutet der Kontakt zum Boden den Kontakt zu einer enormen Quelle negativer Ladung. Experimente haben gezeigt, dass die Zuführung von negativer Ladung das Wachstum der EZ in hohem Maße befördert. Intuitiv wissen Menschen, die gerne barfuß am Strand oder im Morgentau spazieren gehen, von den positiven Effekten des Erdens auf die eigenen Körperbatterien. In seinem Buch „Earthing – Heilendes Erden“ hat der amerikanische Autor Clinton Ober die positiven Auswirkungen des „Earthings“ ausführlich beschrieben. „Erden“ bedeutet barfuß zu gehen oder zu stehen – am besten in feuchtem Gras oder auf feuchtem Sandstrand. Dadurch soll sich der naturgegebene, elektrische Grundzustand unseres Körpers wiederherstellen, der durch den Aufenthalt in geschlossenen Räumen oder durch den Umgang mit elektronischen Geräten aus dem Gleichgewicht gerät. Das Erden soll Entzündungen beseitigen, den Schlaf verbessern und das Energieniveau erhöhen. Ein auch nach Jahrhunderten noch bekannter und verehrter Barfußgeher, der intuitiv das „Erden“ praktizierte, ist übrigens der heilige Franz von Assisi. Er faszinierte seine Mitmenschen nicht nur durch besondere Spiritualität, sondern auch durch sein Einssein mit der Natur.

Durch seine Forschungen will Professor Pollack das Erden von seinem esoterischen Ruf befreien und den Wert dieser simplen und preiswerten Gesundheitsmaßnahme durch physikalische Prinzipien untermauern.



Durch Barfußlaufen kann der Mensch seinem Körper negative Ladung zuführen. Und in Sachen Ladung ist negativ biologisch positiv.



Frisch gesammelte Blaubeeren versorgen den Körper mit besonders vielen Antioxidantien.

## Antioxidantien: Schutz der Körperbatterien

Die Wirkung von Antioxidantien lässt sich ebenfalls durch ein Wachstum der Ausschlusszone (EZ) erklären: Negativ geladenes EZ-Wasser füllt die Körperzellen. Diese negative Ladung aufrecht zu erhalten ist essenziell für ihre Funktion. Doch freie Radikale (Oxidantien) vermindern die negative Ladung in den Zellen, in dem sie Elektronen klauen und an sich binden. Indem sie den Elektronenklau durch die Bereitstellung negativ geladener Teilchen bekämpfen, können Antioxidantien die negative Ladung aufrecht erhalten und die EZ zum Wachsen bringen. Versuche mit dem Radikalfänger SOD (Superoxid-Dismutase), der in jeder Zelle zu finden ist, haben einen beträchtlichen Zuwachs der EZ ergeben.

## Der Wassertyp spielt eine Rolle

„Während der Geschichte wurden vielerlei Wässer als Heilmittel angesehen“, konstatiert Professor Pollack. Etwa Wasser aus dem französischen Wallfahrtsort Lourdes, vom Ganges – dem heiligen Fluss der Inder – oder das legendäre Hunza-Wasser (das von dem Nobelpreisträger Henri Coanda intensiv studiert wurde). Obwohl man herausfand, dass sich die Bevölkerung, die Hunza-Wasser trank, eines langen und gesunden Lebens erfreute, wurden diese Berichte lange Zeit als unwissenschaftlich und zweifelhaft abgetan. Mittlerweile werden weltweit verschiedene „therapeutische“ Wässer angeboten. Für einige davon gibt es auch wissenschaftliche Untersuchungen, wie etwa für ionisiertes oder elektrolysiertes Wasser. In Japan wurde elektrolysiertes Wasser – also Wasser, das durch Elektrolyse aufgespalten und neu strukturiert wird – mittlerweile zur Standardbehandlung für Soldaten im Krankenhaus. Und Studien in Taiwan zeigten verbesserte Dialyse-Resultate, wenn das Wasser zuvor elektrolysiert wurde. „Diese veröffentlichten Studien unterstützen die Hypothese, dass der Typ des Trinkwassers eine Rolle spielt“, schreibt Professor Pollack auf seiner Internet-Seite. Nach Ansicht des Professors kann der Mineraliengehalt eines Wassers



dabei helfen, seine Wirksamkeit zu erklären. Doch die Tatsache, dass nicht-mineralisiertes Wasser unterschiedliche Mengen an EZ-Wasser enthalten kann, bietet einen Anhaltspunkt dafür, dass die verschiedenen Wässer unterschiedliche Gesundheitswirkungen haben können. „Möglicherweise bringen Wässer, die reich an EZ-Wasser sind, einen höheren Gesundheitsnutzen“, so folgert der amerikanische Wissenschaftler. Wasser aus dem Hochgebirge enthält Gletscherschmelze und Schmelzwasser wiederum enthält hohe Konzentrationen von EZ-Wasser. Arteserwasser wird mit natürlichem Druck nach oben gepresst und Professor Pollack geht davon aus, dass dieser Druck Wasser in EZ-Wasser umformt. Auch verwirbeltes Wasser, das noch in Bewegung ist, zeigt Anteile von EZ-Wasser. Damit existieren eine Reihe von Erklärungen dafür, warum sich einige Wässer in Bezug auf ihre Gesundheitseffekte von anderen Wässern unterscheiden. „Wasser ist nicht nur H<sub>2</sub>O“, schreibt Professor Pollack. Damit schließt sich der Kreis zu Viktor Schauberger, der mit anderen Worten das ausgedrückt hat, was Pollack nun wissenschaftlich belegt.

Auch mit der Bioverfügbarkeit von EZ-Wasser hat sich Professor Pollack mittlerweile auseinandergesetzt. Kann EZ-Wasser die saure Umgebung des Magens überhaupt überleben? In Tests hat Professor Pollack herausgefunden: Bei einem typischen pH-Wert des Magens von 4 bleiben mehr als 60 Prozent des EZ-Wassers erhalten. Eine andere Fragestellung ist die Flüssigkeitszufuhr in Zellen. Professor Pollack beschreibt sie folgendermaßen: EZ-Wasser ist extrem dipolar mit stark negativer EZ-Zone und angrenzenden positiven Protonen. Die positive Seite des Dipols wird sich in Richtung negativ geladene Zelle orientieren. Die daraus resultierende Anziehungs-

Gletscherwasser, Wasser aus Arteser-Quellen sowie verwirbeltes Wasser beinhaltet Anteile der vierten Phase des Wassers.



Die vierte Phase des Wassers könnte erklären, warum manche Wässer den Durst besser stillen.

kraft wird den Dipol in Richtung Zelle ziehen. Stark dipolares EZ-Wasser sollte deshalb die Körperzelle schneller und intensiver als „Bulk-Wasser“ mit schwachen Dipolen mit Flüssigkeit versorgen. Laut Professor Pollack gibt es bereits Hinweise, dass bei der Flüssigkeitsversorgung von Zellen die Ladung eine Rolle spielt: Wasser mit Ladung und damit ausgeprägteren Dipol-Eigenschaften passiert einfacher durch semipermeable Membranen als neutrales Wasser.

Aus diesem Grund kann die Fähigkeit der Hydratisierung – der Anlagerung eines Wassermoleküls an eine organische Verbindung – bei Wässern unterschiedlich ausgeprägt sein. Natürliche Heilwässer und andere Wässer mit einem hohen Anteil an EZ-Wasser könnten nach diesen Beobachtungen Gewebe besser mit Flüssigkeit versorgen als Wässer, die nur wenig oder kein EZ-Wasser enthalten. Deshalb könnte es ein guter Gesundheitstipp sein, Wasser nach eigenem Empfinden zu trinken, anstatt übermäßige Mengen, wie sie manchmal propagiert werden.

Die vierte Phase des Wassers könnte für die Gesundheit der Menschen eine wichtige Rolle spielen. Derzeit bemüht sich Professor Pollack um Gelder, um wissenschaftliche Studien zur Rolle von EZ-Wasser für die Gesundheit durchführen zu können. Bislang wurde die vierte Phase des Wassers vor allem mit nicht-biologischen Materialien wie Nafion (einem sulfonierten Tetrafluorethylen-Polymer) getestet, da diese relativ einfach zu handhaben sind. Auch Versuche mit biologischen Gelen aus Aktin oder Kollagen sind viel versprechend. Als Arbeitshypothese geht Professor Pollack davon aus, dass sich die Ausschlusszone in biologischen und nicht-biologischen Modellen gleich verhält.

„Wer weiß? Vielleicht wird EZ-Wasser die nächste Wunderdroge?“, so beschreibt Professor Pollack das Potenzial der vierten Phase des Wassers. Mehr dazu im Kapitel 3: Die Wasser-Apotheke.



# Wasser – Heilmittel der Zukunft?

Klar – Wasser ist unser Lebensmittel Nummer eins. Aber die Erkenntnisse der modernen Wasserforschung deuten darauf hin: Wasser ist viel mehr, „lebendiges Wasser“ könnte sogar ein universelles Heilmittel sein. Fest steht schon heute: Das richtige Wasser vermag viel Positives für den Menschen zu bewirken. Lebendiges Wasser hilft, die Körper-Batterien wieder aufzuladen und kann heilsame Prozesse in Gang setzen.



Bereits mit ihrem ersten Wasserbuch „Lebendiges Wasser – Quell der Gesundheit“ hat Andrea Tichy die wunderbaren Effekte von lebendigem Wasser für unser Wohlbefinden beschrieben. Lange war das Buch vergriffen, nun hat Andrea Tichy das Buch erweitert und unter dem Titel „Lebendiges Wasser – Energiequell des Körpers“ neu herausgebracht.

Aus dem Inhalt:

Lebendiges Wasser, was ist das? | Trinkkuren: Eine in Vergessenheit geratene Heilmethode | Die Wasser-Apotheke | Chemiecocktail Leitungswasser | Der Sensorik-Test: Das richtige Wasser finden | Lebendiges Wasser ist keine Frage des Geldbeutels | Quellen-Tipps

Quell  
Edition

ISBN 978-3-9815402-3-9

19,90 Euro

