

Das Beste aber ist das Wasser

Schon früher bedeutete das Bad in allen Kulturen «Reinigung» – im doppelten Sinne des Wortes: Wasser entfernt nicht nur äusserlichen Schmutz, sondern spült auch innere Unreinheit weg.



Ohne Wasser kein Leben

Wasser spielt in unserem Leben eine zentrale Rolle. Wir bestehen zu 50% bis 75% (Säugling) aus Wasser und ohne es – Empedokles (492–432 v. Chr.) zählte Wasser mit Feuer, Luft und Erde zu den 4 Elementen – vermögen wir nur wenige Tage zu überleben. Das Wassermolekül (H₂O) ist aus zwei Atomen Wasserstoff (H) und einem Atom Sauerstoff (O) zusammengesetzt.

Es gibt wohl kaum einen Stoff, der uns in so mannigfacher Gestalt begegnet wie das Wasser. Vertraut sind wir mit allen seinen drei Aggregatzuständen: fest, flüssig und gasförmig. Täglich können wir miterleben, wie Wasser seinen Zustand ändert,

und verfügen über entsprechende Begriffe, die die Übergänge exakt benennen: Schmelzen, Verdampfen, Kondensieren, Gefrieren (Erstarren) und Sublimieren (was geschieht, wenn Schneehaufen ohne zu schmelzen kleiner werden).

Wasser reagiert bei 37 °C – unserer normalen Körpertemperatur – auf Temperaturveränderungen am trägsten; dank dieses unüblichen Verhaltens (Anomalie) wird unser Körper nicht so schnell erhitzt oder abgekühlt.

Eine weitere paradoxe Eigenschaft zeigt Wasser beim Gefrieren: Statt sich wie andere Stoffe beim Abkühlen immer mehr zusammenzuziehen, dehnt es sich bei Temperaturen unter 4 °C wieder aus. Das spezifische Gewicht wird dadurch kleiner und dieses Phänomen erklärt, warum Eisberge schwimmen und am Boden von zugefrorenen Seen Flora und Fauna weiterleben können.

Heilendes Wasser

Neugeborene sind mit dem Element Wasser vertraut und fühlen sich im Wasser wohl. Auch als Erwachsene wissen wir ein warmes Bad zu schätzen; tiefen-



psychologisch betrachtet ist das Eintauchen ins warme Nass eine Rückkehr in den Uterus, in den bergenden Mutterschoss. Wir fühlen uns im Bad geborgen und können unsere Kräfte wieder erneuern.

Heilbäder sind seit mehreren Tausend Jahren bekannt. Schon Hippokrates nutzte auf Kos die Kraft der Quellen für seine Heiltätigkeit. Tauwasser, das auf den Halmen kondensiert, war nach Plinius (23–75 n. Chr.) «eine wahre Arznei, eine Himmelsgabe für Augen, Geschwüre und Eingeweide». Hildegard von Bingen (1098–1179) meinte: «Die Wasser, die gut zum Trinken sind, sind auch gut geeignet für Bäder. Sie sollen aber ein wenig erwärmt werden, und dann kann der Mensch lange darin sitzen, wenn er will, weil solche Bäder dem Menschen [...] eine gute und schöne Farbe verleihen.» (Causae et Curae.) In der Re-



naissance verkündete *Paracelsus* (1494–1541), im Wasser befänden sich alle Tugenden.

Wasser als Informationsträger

Heute nutzen viele Körpertherapien wie die Craniosacral-, Bioresonanz- oder Polarity-Therapie die besonderen Eigenschaften des Wassers. Wasser ist ein dynamisches Gebilde: Über Wasserstoffbrücken (elektromagnetische Kräfte) verbinden sich Wassermoleküle mit ihren Nachbarn und es können sich Ketten oder Netze – Cluster – bilden. Diese inneren Strukturen sind labil und verändern sich laufend. Wasserforscher nehmen an, solche Strukturen tragen Informationen in sich, die weitergegeben werden können. Mit Hilfe (auch) dieses Prinzips sollen Homöopathie und Bachblüten-Therapie wirken. Wie die Informationsübertragung vom Heilstoff ins Wasser stattfindet, ist noch nicht genau geklärt; es wird angenommen, es müsse von aussen dem System Energie zugeführt werden, etwa durch Verschütteln und Verquirlen. Ob Badewasser heilkräftig sein kann, bleibe vorerst dahingestellt und man tut

Interessante Websites zum Wasser

www.ruhr-uni-bochum.de/geschichte/bingen/file10.htm

www.badelust.de/

www.g-netz.de/Gesundheit_aktuell/Archiv/Tag_des_Wassers8/tag_des_wassers8.shtml

www.medjournal.de/service/wellness/ernaehrung/Getraenke/sv_wn_getr_allge.shtml

www.almeda.de/almeda/fhfokus/0,1332,2980,00.html

www.heilpraxis-online.ch/magazin/archiv/wasser.htm

gut daran, entsprechende Meldungen mit einem Augenzwinkern zu quittieren und sich dabei den deutschen Text des Evergreens «Whispering» in Erinnerung zu rufen: «Lass mich dein Badewasser schlürfen...»

Lebenssymbol

Die Symbolik des Wassers ist sehr vielschichtig und gegensätzlich – ambivalent. Wasser kann nicht nur Ursprung von Fruchtbarkeit (Regen, Meer, Quelle) sein, sondern auch Verderben (Sintflut) bringen. Die ausserordentlich reiche Symbolik des Wassers kann drei Hauptthemen zugeordnet werden: Quelle des Lebens, Mittel der Reinigung, Zentrum der Regeneration.

Als ungeformte Masse symbolisiert es die Fülle aller Möglichkeiten, den Uranfang des Seins. Nicht nur in der christlichen Tradition (Und der Geist Gottes schwebte über den Wassern): «Alles war Wasser» sagen hinduistische Texte und in einem taoistischen Text steht: «Die tiefen Wasser führen keine Ströme.» Die reinigende, erneuernde Kraft des Wassers auf Körper, Geist und Seele spielte in rituellen Bädern eine grosse Rolle. Früher wurde beim Taufen der ganze Körper in Wasser getaucht; ein Ganzkörperbad war oft auch Bestandteil von Initiations-Ri-

ten – Handlungen, die bei einem wichtigen Übergang von einem Lebensabschnitt zum anderen durchgeführt wurden. Ritual geweihtes Wasser wird auch heute noch in vielen Kulturen verwendet; es reinigt und bringt Segen, schützt vor Gefahren und kann heilende Kräfte entfalten.

Das Prinzip aller Dinge

«Das Prinzip aller Dinge ist das Wasser; aus Wasser ist alles, und in Wasser kehrt alles zurück», lehrte der griechische Mathematiker und Naturphilosoph Thales von Milet (etwa 625–545 v. Chr.). Sein Landsmann, der Dichter Pindar, fasst später zusammen: «Das Beste aber ist das Wasser.» Auch im Fernen Osten nimmt das Wasser eine überragende Stellung ein: «Der Edelgesinnte liebt die Berge; der Weise hat seine Freude am Wasser» (japanisches Sprichwort). Wasser ist eines der fünf chinesischen Elemente (Wandlungsphasen); es wird dem Weiblichen (yin) zugeordnet und versinnbildlicht das Nichttun – das zu erreichen das höchste Ziel meditativer Praxis ist. Wasser verkörpert auch Stärke – trotz oder gerade wegen seiner Weichheit; diese Einsicht ist ansatzweise auch im Westen bekannt (Steter Tropfen höhlt den Stein).

Jürg Lendenmann

Foto: Orea

