

## Spannender Vortrag beim NHV Weserbergland

# Gesundes Wasser – ein Lebenselixier



Das Thema „Wasser“ führte zahlreiche Zuhörer/innen in den Vortragsraum im Hefehof Hameln.

Thomas Feist, Arzt und Therapeut aus Hannover, hielt einen spannenden Vortrag zum Thema „Wasser – Element des Lebendigen“ beim Naturheilverein Weserbergland in Hameln. Wasser ist für uns in Deutschland ein selbstverständliches Gut – und steht scheinbar unendlich zur Verfügung. Trotzdem ahnen wir, dass Wasser gar nicht so unendlich, sauber und bezahlbar ist. Thomas Feist nahm die Zuhörer mit zu den schönen und geheimnisvollen Seiten des Wassers. Zu Händels Wassermusik und wunderschönen Fotos ließ er ahnen,

dass Menschen auch heute noch auf fast magische Weise mit dem Element Wasser verbunden sind. Zwar ist die Beschaffung von Wasser für die modernen Menschen nicht mehr mit Mühe und Arbeit verbunden und Wasser wird nicht mehr verehrt, sondern ist ein selbstverständliches Gebrauchsgut geworden. Spannend erläuterte Feist, warum Wasser ein Gedächtnis hat: Wassermoleküle verbinden sich zu Clustern, die über Wasserstoffbrücken verbunden sind. Diese Brücken können sich jederzeit bilden, aber auch auflösen,

und so entsteht im Wasser ein sehr labiles, dreidimensionales Netzwerk: das Gedächtnis des Wassers. Wasser wird aber wohl auch von seiner Umgebung geprägt, wie Feist an Forschungsbeispielen des Japaners Masaru Emoto und des Tirolers Johann Grander darlegte.

Im zweiten Teil seines Vortrags ging Feist auf Wasser als Heilmittel ein, das auf die energetisch-informativen Regulationsvorgänge des Körpers wirkt. Ausgehend vom Modell der anthroposophischen Medizin, das den Menschen als Einheit aus Geist, Seele, Vitalkörper (Äther) und Körper sieht, beschrieb er den Ansatzpunkt als Heilmittel auf der Äther-Ebene. Bei zahlreichen Symptomen, die auf einer Schwäche der Ätherkräfte beruhen (Gedächtnisschwäche, Konzentrationsschwäche, geringe Vitalität, Stimmungsschwankungen, Müdigkeit, Gelenkbeschwerden, Verdauungsprobleme, Immunschwäche) berichtete Feist von guten Behandlungserfolgen durch das Trinken von Wasser in hoher Qualität und ausreichender Menge. Am Schluss des Vortrags gab Feist den Zuhörern praktische Tipps zum Thema „Wie, was, wann und wie viel trinken?“ Als optimale Trinkmenge nannte er 30 ml/Tag/kg Körpergewicht, am besten gereinigtes und vitalisiertes Wasser, oder, wenn dies nicht zur Verfügung steht, Leitungswasser. Kräutertees, Säfte und Mineralwasser sieht Feist eher als Ausnahmen an. Getrunken werden sollte eine halbe Stunde vor den Mahlzeiten, dann erst wieder eine Stunde nach den Mahlzeiten. Beim Essen selbst sollte man eher wenig trinken, um die Verdauungssäfte nicht zu verdünnen. Getränke sollten zimmerwarm oder im Winter auch heiß sein und langsam getrunken werden

Astrid Sebastian  
NHV Weserbergland

## NHV Ruhrgebiet erneut mit Stand vertreten

# Viel Natürliches beim Umwelttag in Herne

Knapp 50 Organisationen, Vereine, Verbände und Firmen nahmen am 31. Umwelttag im Gyseberg-Park teil. Zahlreiche Infostände und ein abwechslungsreiches Programm waren geboten: Von Quiz, künstlerischen Angeboten, über Tanzshows und musikalischen Angeboten bis zur Verlosung eines Fahrrades lockten viele Attraktionen zahlreiche Besucher/innen an.

Auch für den NHV Ruhrgebiet war der 31. Umwelttag wieder eine gute Gelegenheit, die vielfältigen Aktivitäten des Vereins vorzustellen und mit Interessierten ins Gespräch zu kommen.

Jörg Mietz  
NHV Ruhrgebiet



Die Vorsitzenden Melanie Bohnau und Jörg Mietz freuten sich über viele nette Gespräche am Vereinsstand.

## Impressum

### Herausgeber & Redaktionsanschrift:

Deutscher Naturheilbund eV  
Christophallee 21  
75177 Pforzheim  
Tel. 072 31/4 62 92 82  
E-Mail: info@naturheilbund.de  
Internet: www.naturheilbund.de

### Redaktion:

Alois Sauer (Verantw.)  
Sabine Neff  
Lothar Neff