

Was ist das Besondere an Himalaya-Kristallsalz?

Himalaya-Kristallsalz

Aus therapeutischer Sicht gehört Himalaya-Kristallsalz zu einer der hochwertigsten Formen von Natursalz. Die meisten im Kristallsalz gebundenen Minerale und Spurenelemente sind in zellverfügbarer, kolloidal-ionisierter Form gebunden. Dies ermöglicht es dem Körper die notwendige Aufnahme der natürlichen Antagonisten (natürlichen Gegenspieler), wie Kalium, Magnesium und Kalzium, sowie aller daran beteiligten Spurenelemente zu gewährleisten.

Kristallsalz ist aus dieser Sicht vollwertig im Gegensatz zum handelsüblichen Kochsalz, das durch den Raffinierungsprozess in der Regel nur noch aus Natrium und Chlorid besteht und seiner weiteren Elemente beraubt wurde. Natursalz ist durch die Austrocknung der Urmeere entstanden. Die für die Austrocknung der Meere verantwortliche Sonnenenergie ist in jedem atomaren Salzgitterbaustein durch Biophotonen gebunden.

Die Wichtigkeit von Kristallsalz für die gesunde Aufrechterhaltung unserer Körperfunktionen wird umso deutlicher, wenn man Meerwasser mit unserem Blut vergleicht. Denn unser Blut ist nichts anderes als verändertes Meerwasser. Meerwasser enthält 84 Elemente. Und die gleichen 84 Elemente können in unserem Organismus nachgewiesen werden. Wissenschaftliche Untersuchungen weisen darauf hin, dass die 84 essentiellen Lebens Elemente notwendig sind, um natürliche Gesundheit zu gewährleisten.

Salz und Leben

Natursalz gilt als ein Lebensmittel erster Kategorie, neben Wasser und Sauerstoff. Als solch spezieller "Stoff" erfüllt Salz im zellularen Organismus primär die Funktion Bioelektrizität zu leiten. Salz im Körper, in jeder Zelle, ist der physische Bestandteil, mit dem die Kosmische Lebenskraft Materie lebendig hält. Dabei gilt: Ist der Salzgehalt in den Zellen nicht in Ordnung, kann die Kosmische Lebenskraft nicht voll zur Wirkung kommen. Die Form und Struktur von "Salz" ist dreidimensional imstande Lichtenergie (Lichtphotonen) zu speichern.

Im Durchschnitt nehmen wir über unsere Nahrung täglich zwischen 10 und 20 Gramm raffiniertes Salz zu uns; die Nieren verarbeiten im gesunden Zustand jedoch nur 5 bis 7 Gramm. Die restlichen 10 bis 15 g verbleiben im Körper. Für jedes Gramm Salz, das im Körper zurückbleibt, braucht er die 23-fache (!) Menge Wasser um es zu binden und zu isolieren. Dafür benötigt der Körper jedoch nicht irgendein Wasser, sondern unser wertvollstes Zellwasser.

Seit dem Altertum wurde mit Salz gehandelt, und das wertvolle Gut wurde wegen dem hohen Zoll auch oft geschmuggelt. Afrikanische Nomaden machten Geschäfte mit Arabern, Römern und Ägyptern, indem sie auf den Salzstrassen das kostbare Mineral gegen Juwelen, Gewürze und Gold tauschten. Dass das weisse Gewürz schon früh eine Kostbarkeit war, zeigt der Zoll mit dem es als erstes Produkt belegt wurde.

Salz hat immer eine wichtige Rolle im Leben der Menschen gespielt, sei es als Gewürz oder zur Konservierung von Esswaren. Und nicht zufällig wurde das Anbieten von Salz zum Symbol für Freundschaft und Treue. Spuren der Geschichte finden sich auch in unserer Sprache: Das englische Wort "salary" (Lohn) stammt vom lateinischen Begriff "salarium", dem Entgelt für römische Soldaten.

Salz hat die Eigenschaften zu ordnen, zu lösen und zu reinigen. Diese Fähigkeiten benötigt unser Körper um gesund zu bleiben. Wenn wir Menschen uns ganzheitlicher ernähren werden wir älter und bleiben gesünder. Dazu gehört natürlich nicht nur Salz, auch ökologisches Obst und Gemüse ist wichtig, ebenso frische Luft und Bewegung.

Gewinnung von Himalaya-Kristallsalz

Salzvorkommen in Pakistan

Im Salt Range, einer 200 km langen und 10-20 km breiten Gebirgskette am Fuße des Himalayas, befinden sich die grössten Salzbergwerke der Welt. Es gibt vier grosse staatliche Salzminen, in denen hauptsächlich in grossen Mengen Industriesalz gewonnen wird, sowie einige kleinere Privatminen.

In Khewra, das etwa 160 km von Islamabad, der Hauptstadt Pakistans, und 260 km von Lahore entfernt liegt, befindet sich die zweitgrößte Salzmine der Welt und älteste des Salt Range. Es ist die Khewra-Salzmine, und ihre Entstehung lässt sich auf die Zeit von Alexander dem Großen (327 v. Ch.) zurückdatieren. Das Salz liegt tief im Boden in Salzschieben von bis 150 m Mächtigkeit.

Pakistan deckt damit nicht nur seinen eigenen Salzbedarf, sondern exportiert auch sehr viel Salz nach Indien. Im Ausland sind ausserdem noch verschiedene Salzsouvenirs und dekorative Objekte, wie z.B. Salzkristall-Lampen, Teelichter und handbearbeitete Vasen, begehrt.

Hochwertiges Himalaya Kristallsalz

Nur ein kleiner Teil des Salzvorkommens im Salt Range zeigt sich in solcher Reinheit, dass es naturbelassen und unraffiniert als Speisesalz verwendet werden kann. Nur das hochwertigste Natursalz aus dem Salt Range, nämlich jenes rosafarbene Kristallsalz in Speisesalzqualität, welches früher als Kaiser- oder Königssalz nur einer privilegierten Schicht vorbehalten war, wird als Himalaya-Kristallsalz abgebaut und verwendet.

In den kleineren Privatminen des Salt Range geht es im Vergleich zu den Großminen, welche hauptsächlich Industriesalz in roher Qualität abbauen, heute immer noch nahezu mittelalterlich zu. In reiner Handarbeit (ohne Sprengung) wird mit Bohrer, Hammer und Spitzhacke das kostbare Salz abgebaut. Das Kristallsalz lagert in einer Tiefe von 400 bis 600 Metern und ist frei von den Verschmutzungen der Umwelt und der heutigen Meere. Geologen schätzen das Alter des Salzes auf 230 - 500 Millionen Jahre. Es wird traditionell seit über 2000 Jahren abgebaut, von Hand aussortiert, gewaschen und sonnengetrocknet.

Somit ist es vollständig naturbelassen, nicht industriell gereinigt oder mit sonstigen Zusätzen versehen. Himalaya Kristallsalz ist die hochwertigste Form von Natursalz und stellt ein reichhaltiges Reservoir an lebenswichtigen Mineralstoffen und Spurenelementen dar, die noch über dem von Steinsalz oder Meersalz liegen. Ausserdem ist es von hoher bioenergetischer Qualität.

Ayurveda

Nach ayurvedischer Erkenntnis ist Kristallsalz (Steinsalz) dem Meersalz vorzuziehen, weil es im Unterschied zu Meersalz keine erhitzende Wirkung hat, sondern ausgleichend auf die 3 Doshas, die drei "Ur-Kräfte", wirkt. Ayurveda empfiehlt Kristallsalz (Steinsalz) als das Salz mit den besten biochemischen und bioenergetischen Eigenschaften

Hausgebrauch

Im täglichen Gebrauch eignet sich naturbelassenes Kristallsalz in Brockenform ideal zum Ansetzen einer natürlichen Sole für Soletrinkkuren und Hautanwendungen. Das feine gemahlene Kristallsalz wird in der Küche zum Würzen der Speisen verwendet, ebenso wie das grobe Kristallsalz in der Salzmühle. Für Badesolen eignen sich sowohl das grobe, wie auch das gemahlene Kristallsalz.

Anwendung von Himalaya-Kristallsalz

Naturlasendes Himalaya-Kristallsalz enthält eine Fülle von Mineralien und Spurenelementen, die während eines Bades, bei einer Trinkkur oder beim Verzehr aufgenommen werden können. Das Salz gehört zum Leben wie das Wasser. Doch kommt es auch hier auf das Mass der Dinge an. Ein Mensch benötigt täglich ca. 5 Gramm Salz (Kinder und dünne Menschen weniger, Sportler und kräftig gebaute Menschen mehr). Daher empfehlen wir speziell bei einer Trinkkur, auf die individuellen Bedürfnisse des Menschen und sein persönliches Empfinden Rücksicht zu nehmen.

Das Speisesalz

Himalaya-Kristallsalz entspricht der Schweizerischen Lebensmittelverordnung und dem Codex Alimentarius. Als Speisesalz für die Küche kann Kristallsalz jederzeit verwendet werden. Bittere, milde und saure Speisen werden lieblicher, der Eigengeschmack der Lebensmittel wird verstärkt und steigert somit den Genusswert der Nahrung.

Die Sole-Trinkkur

Geben sie in ein gereinigtes verschliessbares Glas ca. 250 g grobes Kristallsalz oder Salzbrocken und füllen es mit ca. 500 ml gutem Quellwasser auf (alternativ kann auch kaltes Leitungswasser verwendet werden). Dabei entsteht nach einigen Stunden eine gesättigte Kristallsole. Das Salz löst sich nun nicht weiter auf. Am Grund des Glases können dabei Ablagerungen entstehen, die hauptsächlich aus Calcium, Mangan und Eisen bestehen. Diese Ablagerungen sollten nicht getrunken werden! Schöpfen Sie die Sole daher bitte immer von oben ab. Nun geben sie einen Teelöffel Sole in ein Trinkglas und füllen es mit gutem Quellwasser auf. Der Salzgehalt entspricht in diesem Fall ca. 0.5 bis 1 g. Die so verdünnte Sole trinken Sie am besten am Morgen auf nüchternen Magen. Die Anwendung kann mehrmals täglich erfolgen und auch auf den ganzen Tag verteilt werden. Wer die einsetzende Entschlackung sehr heftig erlebt und als zu starke Belastung des Körpers erfährt, wendet die Sole-Trinkkur nur tropfenweise an.

Die Badekur

Energetisierend und entschlackend ist ein Solebad. Es werden ca. 0.5 bis 1 kg grobes Kristallsalz auf 100 Liter Wasser benötigt. Hängen Sie einen Stoffbeutel mit Salz in den Wasserzulauf oder streuen Sie das Salz in die Wanne und lassen das warme Wasser dann einlaufen. Bitte achten sie darauf, dass die Wassertemperatur nicht höher als 37 Grad ist. Die Badezeit sollte ungefähr 20 Minuten betragen. Zur Verfeinerung können Sie den Saft einer ausgepressten Zitrone dazugeben. Die wohltuende Wirkung wird durch eine anschließende Ruhepause erhöht. Falls Sie Herzprobleme haben sollten, baden Sie bitte nur unter Aufsicht einer weiteren Person.

Das Salzkissen

Ein uraltes Hausmittel, ob warm oder kalt. Das Salzkissen hilft überall dort, wo Wärme oder Kälte gut tut. Zum Beispiel bei Ohrenentzündungen, Muskelverspannungen, Wirbelsäulenbeschwerden oder andern, durch Degeneration verursachten Gelenkschmerzen. Bitte auf keinem Fall bei akuten entzündlichen rheumatischen Beschwerden oder einem akuten Gichtanfall anwenden.

Erwärmen Sie das Salzkissen im Backofen bei etwa 50 bis 60 Grad und legen sie es etwa für 20 Minuten auf die schmerzende Stelle. Wenn man es lieber kühl hat, legt man das Salzkissen vorher ins Tiefkühlfach, dann ist es als Körperkompressen bei Schwellungen oder Verstauchungen anwendbar.