

Urs Honauer

Wasser

die geheimnisvolle Energie
für Gesundheit und
Wohlbefinden

Vorwort von
Ruediger Dahlke

IRISIANA

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	13
Das Lebenselixier Wasser	17
Der Kreislauf des Wassers	18
Makrokosmos Planet Erde	20
Mikrokosmos Mensch	22
Symbol des Wandels	24
Das Wasser heute	28
Der globale Aspekt	29
Der ökologische Aspekt	29
Der ökonomische Aspekt	32
Der politische Aspekt	33
Der Unterhaltungsaspekt	35
Der gesundheitliche Aspekt	36
Der spirituelle Aspekt	37
Der astrologische Aspekt	38
Das Wasser in den alten Kulturen	40
Wasser vom Wasser geschieden - die Entstehung von Himmel und Erde (Ägypter und Babylonier)	40
Der Geist Gottes schwebte auf dem Wasser (Christentum)	40
Das Symbol der Weisheit (Taoismus)	41
Majestät Wasser (Maori)	42
Aus dem Wasser wuchs die Seele (Indische Veden)	43
Panta rhei - alles fließt (Antikes Griechenland)	43
Wasserpflanze als erste Göttin (Japanische Mythologie)	44
Welt des Eros (Römisches Reich)	45
Zerstörerische Kräfte als Geschenk (Ägypten)	45
Das Wasser des Lebens (Alte deutsche Sagen und Märchen)	45
Aluna: Der Ozean, die Allmutter der Existenz (Kogi-Indios)	47
Die Heilkraft des Wasser	49
Die Faszination der Heilquellen	50
Der Jungbrunnen und die Welt der Gefühle	52
Die »Wasserhähne« und ein Wunderbauer	52

Pfarrer Kneipps tiefe Erkenntnis	54
Der Wellness-Boom	56
Das Wasser und die Gefühle	58
Die Kahuna-Methode	60
Körperwasser und Dehydrierung	61
Wasser, H₂O und die Naturwissenschaft	63
Die Stofflichkeit des Wassers	63
Das Paradoxe der H ₂ O-Verbindung	64
Die fehlende Reproduzierbarkeit von Tests	66
Prägungen durch subtile Einflüsse	67
Chaostheorie: Am x\nfang eines neuen wissenschaftlichen Zeitalters	67
Die Bedeutung des elektromagnetischen Einflusses	68
Die Naturphilosophie und die Elemente Erde, Feuer, Luft und Wasser	69
Die Lehre des Empedokles	69
Pythagoras, Piaton und Aristoteles	70
Hippokrates und die vier Körpersäfte	72
Das Christentum	73
Ayurveda	75
Die ägyptische Astrologie des Hermes Trismegistos	79
Das Medizinrad der Indianer	80
Die Chinesische Elementenlehre	82
Paracelsus und die Elementargeister	87
Die Polarity-Therapie nach Randolph Stone	88
Die Energie des Wassers und ihre Pioniere	92
Viktor Schauberger	92
Walter Schauberger	98
Johann Grander	99
Wilhelm Reich	103
Wilfried Hacheney	104
Roland Plocher	107
Wolfgang Ludwig	111
Theodor Schwenk	112
John Wilkes	116
Hans Jenny	116
Samuel Hahnemann	118
Edward Bach	122
Patrick Flanagan	123
Louis Claude Vincent	125
Hellmut Volk und Walter Hess	128
Josef Dagn	131

Waltraud Wagner	132
Enza Ciccolo	136
Karl S. Trincher	141
Gernot Graefe	142
Eric Tschopp und Eva-Maria Müller-Tschopp	144
Walter Schoeffmann	145
Ingeborg von Reden	146
Praktischer Teil: Wasseranwendungen	148
Kneipp-Güsse	148
Waschungen	152
Wassertreten	154
Die Heilkraft der Wickel	156
Bäder nach Kneipp	161
Das Überwärmungsbad	167
Schönheitsbäder	169
Sauna	170
Dampfbäder	171
Wassermeditationen	173
Wasserelement-Visualisationen	174
Wasserzonen im Körper	175
Polarity-Yoga für das Wasserelement	177
Spiel mit Wasserzehe und Wasserfinger	180
Wahrnehmen des Wasser-Elements im Alltag	181
Wäßrige Ernährung	183
Die cranio-sacrale Selbstbehandlung	184
Gezeiten des Körpers spüren	186
Kreativität entwickeln	188
Der Nierenlaut	189
Das Innere Lächeln	190
Wasser mit Sonnen- und Mondkraft dynamisieren	191
Wassermusik	191
Ausblick: Eine neue Ethik des Wassers	192
Adressen	195
Bildnachweis	198
Literatur	199
Register	202