



SALZ ist Leben

Salz als essentieller Grundbaustein des Lebens

Der Organismus Mensch besteht wie die Erde zu ca. 70% aus leicht salzigem Wasser.. Wir werden quasi aus einer Sole geboren, nämlich dem Fruchtwasser im Mutterleib. Als eine ähnliche Solelösung wie einst im Urmeer, müsste es richtigerweise heißen: Ohne Salzwasser kein Leben !

Auch das menschliche Blut besteht aus ganz ähnlichen Inhaltsstoffen wie das Wasser der Ozeane. Wenn ein Mensch Blutverlust und Elektrolytmangel hat bekommt er eine Infusion, eine sog. "Kochsalzlösung", genauer gesagt ist es eine Elektrolytsolelösung mit hohen Natriumchlorid-Anteil.

Salz ist wichtig für den Organismus des Menschen

Salz ist eine elektrische Verbindung aus Natrium- und Chloridionen und weiteren im Salz gebundenen essentiellen Mineralien und Spurenelementen. Es versorgt den Menschen mit lebensnotwendigen Mineralstoffen und übernimmt im Körper lebenswichtige Aufgaben:

Salz reguliert den Wasserhaushalt der Zellen, erhält die Gewebespannung aufrecht, kontrolliert die Harnbildung, steuert das Durstempfinden und den Flüssigkeitshaushalt sowie die Produktion von Magensäure. Salz ist Bestandteil aller Verdauungssäfte und unterstützt den Eiweiß- und Kohlenhydratstoffwechsel, ist an der Reizübertragung von Muskel- und Nervenzellen beteiligt und macht Muskelkontraktionen erst möglich. Ebenso ist Salz an der Hormonsteuerung und Sauerstoffaufnahme der Zellen beteiligt u.a.m.

Natrium und Chlorid sind "essentielle" Elemente. Sie sind die Hauptträger des Blutserums und der Zellflüssigkeit. Mineralsalze (wie Natrium und Chlorid) sind die "Zündstoffe" des Lebens. Sie sind maßgeblich am Aufbau, Wachstum und an den fortwährend notwendigen Wiederherstellungsarbeiten im Körper beteiligt. Die meisten im Natursalz gebundenen Minerale und Spurenelemente sind in zellverfügbarer, das heißt in ionisierter Form gebunden. Dies ermöglicht es dem Körper, die notwendige Aufnahme von Natrium, Chlorid, Kalium, Magnesium und Kalzium zu gewährleisten

Der Mensch benötigt etwa 5-7 g Salz täglich. Und Sportler deutlich mehr !

Salz ist nicht gleich Salz

Das Salz war bis zum 19. Jh. eine echte Rarität, nur schwer zu gewinnen und sehr teuer. Heute ist Salz durch riesige Fördermengen ein reines Industrieprodukt und wird zu ca. 95% in der Chemieindustrie z.B. bei der Herstellung von Kunststoffen, Farben und Seifen, zur Glasproduktion, in der Landwirtschaft und beim Straßenwinterdienst benötigt. Nur etwa 5% gelangen in die Lebensmittel- und Konservierungsindustrie. Seit etwa 100 Jahren wurden die Raffinierungstechnologien perfektioniert und verfeinert. Handelübliches Koch- oder Tafelsalz ist als Siede- oder Salinensalz aus Thermo- bzw. Vakuumkompressionsanlagen stark raffiniert, besteht fast ausschließlich nur noch aus Natriumchlorid und wird oft mit Trennmitteln und Rieselhilfen, sog. E-Stoffen oder anderen künstlichen, angeblich gesunden Zusätzen versehen. Als Rieselhilfen sind in Deutschland u.a. zugelassen: E 500, E 504, E 552, E 554, E 570, wie auch Umstrittene E 535, E 536 oder E 538, bei denen der Gesetzgeber schon vor-



Himalaya *Salz*

SALZ ist Leben

Eine Analyse des mikrobiologisch-analytischen Labors in Stollberg aus dem Jahr 2003 ergibt folgende Zusammensetzung für dieses Steinsalz:

Natriumchlorid	NaCl	mind. 950 g/kg
Calcium	Ca	2130 mg/kg
Magnesium	Mg	1360 mg/kg
Silizium	Si	203 mg/kg
Kalium	K	133 mg/kg
Jodid	J	63,4 mg/kg
Mangan	Mn	7,8 mg/kg
Eisen	Fe	5,6 mg/kg
Zink	Zn	2,0 mg/kg

schreibt, dass sie nur in sehr geringen Dosen eingesetzt werden dürfen. Auch E 559, eine Aluminiumverbindung ist erlaubt. Da man den gesundheitlichen Wert der vorher rausraffinierten Begleitmineralien kennt, gibt man nun einige, meist Jod und Fluor, künstlich und in hoher Dosis wieder hinzu.

Mit dem Natursalz wie es einst in der Erde gefunden wurde hat es nur noch wenig zu tun, denn das ist wie alle Naturstoffe immer eine Symbiose aller seiner Bestandteile. Die Natur ist von sich aus vollkommen. Es muss nichts hinzugefügt oder weggenommen werden. Im naturbelassenen Steinsalz kommen alle Mineralien im natürlichen ausgewogenen Verhältnis vor, so wie es Mensch und Tier braucht.

Naturbelassenes Steinsalz ohne Zusätze

Kann man heute ein solches Echtes Salz noch kaufen? Wir gehen auf Spurensuche und stoßen auf die Firma Natur Hurtig, die sich selbst als Salzspezialist im Naturkosthandel bezeichnet. Natur Hurtig aus Chemnitz befasst sich ausschließlich mit dem Import und Vertrieb von Natursalz, bietet im In- und Ausland das Himalaja Kristallsalz und ihr Deutsches Steinsalz an. Schon zu DDR-Zeiten war das Steinsalz in Reformläden erhältlich. In Großgebieten werden auch Bio-Bäcker und sonstige Verarbeiter, sowie Badekuranstalten beliefert.

Natur Hurtig verfügt über eigene Produktionsstätten in Thüringen und Sachsen. Das Salz lagert, geschützt vor heutigen Umwelteinflüssen, in 400 bis 750 Meter Tiefe unter der Erde. Es wird bergmännisch abgebaut, in traditionellen Mahlstühlen schonend gemahlen und sorgfältig ausgesiebt.

Das Salz wird nicht chemisch gereinigt und enthält zahlreiche Mineralien und Spurenelemente, wie sie einst im Urmeer abgelagert wurden. Sogar natürlich gebundenes Jod, was vom Körper viel besser absorbiert werden kann, ist in diesem Steinsalz enthalten.

Vor mehr als 200 Millionen Jahren waren im Zeitalter des Trias weite Teile Europas vom damaligen Urmeer bedeckt. Durch Klimaveränderungen verdunstete das Meer nach und nach. So lagerten sich zunächst die schwer löslichen Salze wie Kalk, Dolomit und Gips ab, danach Anhydrit und Steinsalz und zuletzt die Kalisalze und die Magnesiumsalze.

Diese Ausfällung dauerte eine unvorstellbar lange Zeit, in der es immer wieder zu Überflutungen und erneuter Verdunstung kam. Deshalb finden sich in allen Schichten immer auch Spuren der anderen Mineralien. Bodenerosion und Wind haben außerdem zu Toneinlagerungen geführt. Im Laufe der Erdgeschichte gelangte das Steinsalz unter die Erde und wurde von anderen Gesteinsschichten überlagert.

Große Salzvorkommen im Norden Pakistans

Im Salt Range, eine 200 km lange und 10-20 km breite Gebirgskette am Fuße des Himalajas, befinden sich die größten Salzbergwerke der Welt. Es gibt vier große staatliche Salzminen der PMDC in denen in riesigen Mengen hauptsächlich Industriesalz gewonnen wird und etwa ein Dutzend kleinere Privatminen.

In Khewra, was 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. Die Khewra-Salzmine lässt sich auf die Zeit Alexander des Großen (327 v. Ch.) zurückdatieren. Pakistan deckt damit nicht nur seinen eigenen Salzbedarf, sondern exportiert jährlich zwischen 10000 und 18000 t Salz nach Indien. Im Ausland sind außerdem noch verschiedene Salzsouvenirs und dekorative Objekte, wie z.B. Salzkristall-Lampen, Teelichter und handbearbeitete Vasen beliebt.



SALZ ist Leben

Es gibt 7 starke Salzadern mit durchschnittlicher Stärke von 150 m. Abgebaut wird in 18 Arbeitsebenen und einer Gesamtlänge von etwa 40 km. Die mit Salz beladenen Traktoren können über verschiedene Ausgänge die Mine verlassen.

Hochwertiges Himalaja Kristallsalz

Nur ein kleiner Teil des Salzvorkommens im Salt Range zeigt sich natürlicherweise in solcher Reinheit, daß es naturbelassen und unraffiniert als Speisesalz verwendet werden kann, auch nach deutschem Standart.

Seit etwas fünf Jahren importiert die Firma Natur Hurtig eines der hochwertigsten Natursalze aus dem Salt Range, nämlich jenes rosafarbenes Kristallsalz in Speisesalzqualität, welches früher als Kaiser- oder Königssalz nur einer privilegierten Schicht vorbehalten war.

Natur Hurtig ist vor Ort in den Salzminen und der Weiterverarbeitung, um sich zu informieren, zu kontrollieren und sich die beste Qualität auszusuchen. Vor einigen Jahren hat man dort eine Mahl- und Sortieranlage nach europäischem Standard aufgebaut, um eine erstklassige Qualität für die deutschen Abnehmer zu gewährleisten. Beim diesjährigen Pakistanbesuch wurden zahlreiche Filmaufnahmen gemacht, um die Herkunft des einzigartigen Salzes zu dokumentieren. In den kleineren Privatminen des Salt Range geht es im Vergleich zu den Großminen heute immer noch mittelalterlich zu mit Bohrer, Hammer und Spitzhacke. Doch das so erfahren wir sei sogar gewünscht und erhält die hohe bioenergetische Qualität des Salzes. Schließlich handelt es sich beim Himalaja Salz von Natur Hurtig um ein echtes Gourmetsalz, das auch in Frankreich in Spitzenrestaurants eingesetzt wird und durch seinen milden vollmundigen Geschmack sehr beliebt geworden ist.

Das Kristallsalz lagert in einer Tiefe von 400 bis 600 Metern und ist frei von den Verschmutzungen der heutigen Meere. Man kann aber auch überall im Salt Range an der Oberfläche verunreinigtes Salz finden. Bis etwa 1960 wurde es zum Teil im Tagebau gewonnen. 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. Himalaja Kristallsalz stellt ein reichhaltiges Reservoir an lebenswichtigen Mineralstoffen und Spurenelementen dar, die noch über dem des Steinsalzes liegen. (Siehe Kasten)

Die Homöopathie und die anthroposophische Menschen- und Naturkunde führen uns vor Augen, daß auch kleine Spuren von Substanzen wirksame Impulse aussenden.

Im Handel befinden sich mehrere Sorten von Speisesalz, Granulat für Salzmulden, Kräutersalz, Badesalz und Brocken zum Ansetzen einer Sole.

Fair gehandelt

Die pakistanischen Salzverarbeiter, die für Natur Hurtig tätig sind, erhalten überdurchschnittliche Preise. Mehrere hundert Menschen leben von dieser Zusammenarbeit und sind den Deutschen sehr dankbar. In der Salzgewinnung für Natur Hurtig werden nur Erwachsene beschäftigt, keine Kinder. Die Bergleute arbeiten höchstens siebeneinhalb Stunden am Tag und erhalten etwa 20 Prozent mehr Lohn, als in der Region üblich ist. Ein Teil der Einnahmen aus der Salzgewinnung wurde zum Aufbau einer Krankenstation und einer Schule verwendet

Überbezahlte Preise müssen nicht sein

Die Preise für das Himalaja Kristallsalz von Natur Hurtig können im Laden bei 5 bis 6,- Euro je Kilo liegen. Überbezahlte Himalaja Salzpreise, so Natur Hurtig sind nicht in Ordnung und werden zu Recht kritisiert. Oft werden die hohen Preise mit unseriösen Werbeaussagen, mystischen Herkunftsorten oder Salzminen mitten in den Himalaja Bergen in 3000-4000 m Höhe, gerechtfertigt.

Die pakistanischen Geologen schütteln über solche Geschichten nur mit dem Kopf oder schmunzeln darüber. Sogar



SALZ ist Leben

Die Analyse des Himalaya-Kristallsalzes von Natur Hurlig durch das mikrobiologisch-analytische Labor in Stollberg im Jahr 2002 hat folgende Zusammensetzung ergeben:

Natriumchlorid	NaCl	mind.
Calcium	Ca	2 290 mg/kg
Kalium	K	2 140 mg/kg
Magnesium	Mg	998 mg/kg
Silizium	Si	183 mg/kg
Strontium	Sr	139 mg/kg
Eisen	Fe	33,4 mg/kg
Brom	Br	10,6 mg/kg
Zink	Zn	4,46 mg/kg
Barium	Ba	1,66 mg/kg
Titanium	Ti	1,65 mg/kg
Mangan	Mn	1,52 mg/kg
Phosphor	P	1,49 mg/kg
Rubidium	Rb	0,28 mg/kg
Selen	Se	0,27 mg/kg
Vanadium	V	0,22 mg/kg
Cer	Ce	0,16 mg/kg
Zirkonium	Zr	0,13 mg/kg
Neodym	Nd	0,12 mg/kg
Lanthan	La	0,11 mg/kg
Thallium	Tl	0,03 mg/kg
Cobalt	Co	0,03 mg/kg

Darüber hinaus finden sich im Himalaya-Salz Mineralien wie Zinn, Gallium, Jod, Silber, Tantal, Fluor, Palladium, Nickel, Chrom und auch Gold in Spuren.

im Hunza-Gebiet wird das rosafarbene Natursalz aus dem Salt Range verwendet. Heute wird es mit LKW's dort hingebacht. Auch wenn es in Indien, Kashmir, Karachi oder anderswo in der Region weiterverarbeitet wird, kommt alles Rohsalz jedoch aus dem Salt Range am Fuße des Himalajas. Lediglich auf chinesischer Seite gibt es die Salzseen der tibetischen Hochebene, aus denen ebenfalls Salz gewonnen wird.

Wie kommt das Salz zum Himalaja ?

Die Gebirgskette des Himalaya erstreckt sich über fast 3 000 Kilometer Länge und mehrere hundert Kilometer Breite und trennt Indien und Pakistan vom tibetischen Plateau, das in einer Höhe von 5 000 Metern liegt.

Das war nicht immer so. Vor 500 Millionen Jahren waren der indische und der eurasische Kontinent durch ein Salzmeer getrennt, das durch Kontinentalverschiebung mehr und mehr eingeengt wurde und schließlich austrocknete. Dabei blieb Salz an der Erdoberfläche zurück, das durch das Kollidieren der Kontinente und das Heben der eurasischen Platte mit dem Himalaja nach unten gedrückt und zusammengepreßt wurde. Somit war das Salz lange vor der Entstehung des riesigen Himalaja Massivs da. Und mit ca. 50 Millionen Jahre ist das Himalaja eher ein relativ junges Gebirge, was jährlich immer noch um etwa 1 cm wächst. So kam es, daß sich eines der größten und wahrscheinlich ältesten Salzvorkommen der Erde im Salt Range in Pakistan befindet.

Vielseitige Anwendungsmöglichkeiten von Salz

Es gibt zahlreiche Salzanwendungen, sowohl als traditionelles Heilungs- und Stärkungsmittel für Gesundheit und Wohlbefinden, als auch zur energetischen Reinigung. Zu nennen wären Salzbad, Soletrinkkuren, Soleinhalationen, Salzwickel, Salzpeeling, Solespülungen für Augen oder Nase. Ebenfalls nicht zu unterschätzen sind Salzanwendungen in der Mund- und Zahnpflege, was schon Hildegard von Bingen erwähnte und empfahl.

Das feingemahlene, naturbelassene Salz empfiehlt sich zum Würzen von Speisen, Salaten, Gemüsegerichten, Suppen und Saucen, ist jedoch auch für andere Salzanwendungen geeignet, bei denen es auf naturbelassene Qualität ankommt.

Für die Herstellung einer Sole wird ein mit Salzsteinen gefülltes Glas mit gutem Quellwasser (ohne Kohlensäure) aufgefüllt und verschlossen. Innerhalb von zwei bis drei Stunden entsteht eine 26prozentige Salzsole, die für eine Trinkkur geeignet ist. Die Sole wird aus dem Ansatzglas in ein Trinkglas abgegossen. Die verbliebenen Salzbrocken läßt man trocknen, sie können immer wieder für neue Sole verwendet werden, bis sie aufgebraucht sind. Ein Tipp: In der Morgensonne angesetzte Sole ist bioenergetisch wirksamer.

Mit einem Teelöffel Sole täglich ist es möglich, den Organismus ins Gleichgewicht zu bringen und das Immunsystem zu stärken. Die Sole sollte zu diesem Zweck möglichst früh am Morgen verdünnt eingenommen werden. Da diese Sole entgiftend wirkt, ist es wichtig, während der Kur mindestens zwei Liter Wasser täglich zu trinken.

Neueste wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, daß selbst die meisten Bluthochdruckpatienten Salz vertragen und verzehren sollen. Und nur einige wenige auf Grund eines erblichen Faktors ganz auf die Einnahme von Salz verzichten müssen. Im Zweifelsfall kann am besten der Arzt entscheiden, ob eine Solekur ratsam ist.

Ein Solebad zum Auftanken tut allen gut

Solebäder sind sehr wohltuend und gesundheitsfördernd für den ganzen Organismus. Sie wirken entschlackend, vitalisierend und tief entspannend.

Die Fülle von Mineralien und Spurenelementen können während des Bades von der Haut aufgenommen und Giftstoffe abgegeben werden.



SALZ ist Leben

Dazu geben Sie ca. 500g Salzgranulat in eine Wanne und füllen diese anschließend mit warmen Wasser auf. Die Badezeit sollte mindestens 20 Minuten bei 37 ° C Wassertemperatur betragen. Richtige Salzfans nehmen sogar 1 kg Natursalz und bleiben 45 Minuten im Wasser. Das erhöht die entschlackende Wirkung enorm, was man anschließend am trüben Wasser sehen kann. Danach tupfen Sie den Körper ab und gönnen sich anschließend etwas Ruhe. Ein wohliger und zudem gesundheitsfördernder Genuss.



Energy-Drink nach Sport und Sauna

Wer intensiv geschwitzt hat, kann mit einer Prise Natursalz im Wasserglas, zum Beispiel nach reichlich körperlicher Bewegung oder nach einem Aufenthalt in der Sauna, dem Körper wieder zuführen, was mit dem Schweiß ausgeschieden wurde.

Mit den vielseitigen Anwendungsmöglichkeiten von echtem Natursalz im Alltag wird es wieder das, was es einmal war: ein echtes Lebensmittel.

www.naturhurtig.de / www.firmahurtig.com



Anzeige