

# Die grüne Mineral-Tonerde

## ein jahrtausendaltes Naturmittel für Ihre Gesundheit

Der Versuch, sich mittels Technik und Chemie über die Natur zu erheben, zeigt bei immer mehr Menschen negative Auswirkungen auf das sensible Organ Haut (Bsp. Allergien). Wir wissen jedoch, daß die Natur in unerreichbarer Vielfalt und Ausgewogenheit alles enthält, was der Mensch braucht. Naturmittel besitzen eine lebendige Kraft, die nicht synthetisch erzeugt werden kann !

Zu den verschiedenen Jahreszeiten muss sich unser Körper beziehungsweise unsere biologische Uhr immer wieder umstellen. Der Stoffwechsel funktioniert dann langsamer und die Fremdstoffe werden schlechter abgebaut. Hier kann morgens auf nüchternen Magen getrunken (möglichst ca. 30 Minuten vor der Nahrungsaufnahme) und abends vor dem Schlafengehen ein Teelöffel grüne Mineralerde in Flüssigkeit (stilles Wasser, Tee oder Fruchtsaft), sehr dienlich sein. Welche Urkräfte des Lebens in der Erde stecken, das zeigen uns die Pflanzen, die Blüten, die Bäume und die Früchte in ihrer Mannifaltigkeit und Schönheit. Das Schöpferische in einem Stück Erde wird nicht nur aus dem Bericht der Bibel bei der Erschaffung des Menschen aus einem Kloß der Erde deutlich, sondern auch in den vielen Manifestationen der Schöpfung.

In unserem Streben nach Gesundheit und Wohlbefinden kann uns die grüne Mineralerde wertvolle Dienste leisten. Durch sie können dem Organismus lösliche Mineralien bzw. deren Bestandteile zugeführt werden, wobei neben einer Regulierung des Mineralstoffhaushaltes ein wesentlicher Ausgleichsfaktor in dem hohen Basenüberschuss zu sehen ist. Gerade eine Übersäuerung unserer Körpersäfte durch Fehlernährung, Stress und Umweltbelastungen ist die häufigste Ursache für Unpässlichkeiten, Krankheitsstörungen und Alterserscheinungen.

Die gesunde Wirkung der grünen Mineralerde dürfte unter anderem auch auf eine Alkalisierung der Körpersäfte zurückzuführen sein. Außerdem besitzt die grüne Mineralerde die Fähigkeit, Gifte zu binden.

Unser Darm hat ja nicht nur die Aufgabe, Nahrungsstoffe aufzunehmen, sondern er hat auch die Aufgabe, Abfallstoffe auszuscheiden. Wenn wir mehr Nahrung aufnehmen als unser Organismus benötigt oder wenn wir uns nicht vollwertig und körpergerecht ernähren, werden dadurch unsere Verdauungsorgane belastet und es kommt zur Bildung gesundheitsschädlicher Zersetzungsstoffe, die zu einer Krankheitsursache führen können, sobald Ausscheidung und Entgiftung im Körper nicht mehr ausreichend funktionieren.

Durch Einnahme von grüner Mineral-Erde und die damit zu erzielende Bindung der Gär- und Fäulnisstoffe, kann die ständige Gefahr einer Selbstvergiftung vom Darm abgebannt werden.

Die grüne Mineralerde führt zu einer allgemeinen Blutreinigung, mit positiven Auswirkungen auf den Gesamtorganismus.

Die feinen Staubteilchen der Mineral-Erde bilden eine große Oberfläche. Dadurch verfügt sie über eine riesige Gesamtoberfläche und ist fähig, große Mengen Schad- und Giftstoffe aufzusaugen. Die hohe Bindungskraft der Mineralerde mag zum großen Teil von der fein verteilten Kieselsäure oder der Verbindung mit Silikaten von Eisen oder Tonerde bzw. deren Hydroxiden herrühren.

Insbesondere kann der hohe Montmorrillonit-Gehalt (nach der franz. Stadt Montmorrillon genannt), dazu beitragen, dass die kristalline Gitterstruktur elastisch aufweitbar ist, denn es ist ein Schichtsilikat, bei dem der Abstand der Schichten des Kristallgitters mit dem Wassergehalt schwankt. Beim Kaolinitanteil (Tonerde-Silikat) ist die Wasserbindung nicht rein physikalisch, sondern von den an der Oberfläche vorhandenen Ionen (Kalzium, Kalium, Natrium und Magnesium) abhängig.

Die grüne Mineralerde ist also ganz besonders fähig, Stoffe an ihrer Oberfläche anzulagern oder fest anzukoppeln. Bei ihr ist der Ionenaustausch am stärksten. Sie besitzt daher eine größere Saugfähigkeit

als andere Erden. Dadurch kann sie regenerierend und ordnend auf die gestörte Funktion einwirken und einen Ausgleich schaffen.

Dies ist besonders wichtig, da heute sehr viele Giftstoffe mit der Nahrung oder über die Atmung oder Haut in den Körper gelangen, so dass sie gebunden und, wenn möglich, wieder ausgeschieden werden. Auf diese Weise kann der

Darm entgiftet werden. Die Mineralerde kann aber auch die Gase des Verdauungskanal binden. Gleichzeitig bewirkt die grüne Mineralerde eine Mikromassage im Darm. Sie verstärkt die Sekretion ohne Reizung, regt die Verdauung an und wirkt als Ballaststoff, der die Ausleitung verstärkt.

Angeregt von der sanften Massage der feinen Körnchen befördert der Darm den angesammelten Giftmüll rasch aus dem Körper hinaus und dabei werden alle Darmwinkel gereinigt.

Außerdem absorbiert die grüne Mineralerde auch Bakterien, Krankheitskeime und regt die körpereigene Abwehr, die sich zu einem großen Teil im Darm befindet, an. So wird vermieden, dass die Gifte durch die Darmwände in den Organismus gelangen können.

Das wohltuende Entgiftungsgefühl wird man nach der Einnahme der grünen Mineralerde sehr bald verspüren. Die Mineralerde wird jedem, der den Versuch unternimmt, zu einer besseren Gesundheit verhelfen.

Die aus der Mineralerde gelösten Mineralstoffe wie Silizium, Eisen, Kupfer, Natrium, Magnesium, Kalium und Kalzium, die über den Darm aufgenommen werden, können die heute dem Gemüse und den essbaren Pflanzen fehlenden Mineralstoffe ersetzen und dem Körper zuführen. Auf diese Weise ist die grüne Mineralerde eine echte Nahrungsergänzung.

Die Mineralsalze dienen vor allem dem jugendlichen, wachsenden Körper als Baumaterial für eine kräftige Entwicklung. Sie dienen dem alternden Menschen als Ersatz für die übermäßig ausgeschiedenen Salze

(Verhütung von Aderverkalkung). Sie dienen dem Kranken zur Neubildung der zerfallenen Gewebe und sie dienen dem Gesunden zur Lieferung der Sauerstoffträger und zur Schaffung des Betriebsmittels für die körperliche und geistige Tätigkeit.

So kann die grüne Mineralerde als Kraftquelle dem körperlich Erschöpften vermehrte physische Leistungsfähigkeit bringen und dem geistig Ermüdeten erhöhte psychische Spannkraft verleihen.

Die grüne Mineralerde ist sonnengetrocknet, garantiert naturbelassen und ohne Konservierungsstoffe. Sie enthält in Oxidform Kieselsäure, Aluminium, Kalzium, Eisen, Kalium, Magnesium, Natrium, Mangan, Phosphor, Kupfer, Kobalt, Lithium und Molybdän. Bei der Mineralerde vom Typ Illit der Struktur Phyllit beträgt der tonhaltige Anteil 60%-80%, der Illit-Anteil 65%-75% und der Kaolinit-Anteil 5%-15%.

Wir können die grüne Mineralerde nicht nur innerlich, sondern auch äußerlich anwenden, in Form von Packungen, Umschlägen, Gesichtsmasken, Kosmetika oder Bädern.

Die ersten Schlamm packungen wurden bereits vor 4000 Jahren in Ägypten bei Gliederschmerzen und Rheuma angewandt.

Der bedeutendste Arzt des Altertums, der griechisch-römische Arzt Galenus benutzte sie zu Umschlägen bei Verbrennungen und schlecht heilenden Wunden.

In Deutschland wurde die Mineralerde bzw. Lehmerde vor etwa 100 Jahren durch Pfarrer Kneipp, Adolf Just und Emanuel Felke wieder neu entdeckt.

Es gibt nach Dr. Otto Ewald, Berlin, eine besonders wirksame Art, die ganze Haut zu entgiften, durch ein Mineralerde-Trockenbad. Die grüne Mineralerde wird zu einem dünnen Brei verrührt und der ganze Körper wird am besten mit einem breiten Pinsel damit bestrichen. Danach in ein Badelaken (möglichst bunt wegen der Verfärbung durch die Mineralerde) hüllen, ins Bett legen und warm zudecken. In dieser Packung, die sehr bald austrocknet, kann man zwei Stunden, nach Behagen auch bis zum Erwachen liegen bleiben. Während dieser Zeit sammelt sich die im Körper erzeugte Wärme an, dehnt die Gefäße aus und führt Blut und Gewebsflüssigkeit mit ihren Abfallstoffen in die Haut, denn die Mineralerde hält die Körperwärme fest. Alle Stoffwechselreste und Fremdstoffe treten durch die Poren an die Oberfläche und werden von der Mineralerde aufgesogen.

Ein Gefühl der Erleichterung lässt die angenehme Wirkung des Trockenbades empfinden. Nach Beendigung streift man die Mineralerdeteilchen mit einem trockenen Lappen ab. Die dann noch anhaftenden Reste braucht man nicht zu entfernen, dies geschieht von selbst, sobald sie von Stoffwechselresten vollgesogen sind. Man kann aber jederzeit eine Abwaschung des Körpers mit Wasser vornehmen.

Sehr wirksam ist natürlich auch ein Trocken-Teilbad, wobei nur die Unterschenkel, die Arme und der Leib mit dem Mineralerde-Brei bestrichen werden. So können auch Anwendungen von Mineral-Erde, insbesondere bei auftretenden Schmerzen eine große Hilfe sein. Man kann dann eine Schicht der Tonpaste oder des Tonbreis auf die schmerzende Stelle streichen und darüber eine Folie oder Tuch oder ein Kohlblatt legen und das Ganze zubinden.

So können Sie Umschläge bei Migräne und Kopfschmerzen auf die Stirn oder den Nacken legen, bei Ohrenschmerzen um die Ohrmuschel und bei Halsschmerzen auch um den Hals.

Grundsätzlich gilt:

Fragen Sie Ihren Arzt oder Heilpraktiker nach der richtigen Anwendung

Bei Hals- oder Mandelentzündung kann die grüne Mineralerde als Gurgelmittel verwendet werden. Man verrührt 1 Teelöffel Mineralerde in einem Glas warmem Wasser oder Salbeiabguss und gurgelt damit mehrmals täglich. Bei Halsweh helfen nachts Mineralerde-Wickel um den Hals. Man kann Mineralerde-Wickel mit Kräuterabsud (Zinnkraut, Salbei, Eichenrinde usw.) anrühren. Bei Gelenk- und Muskelschäden wird der Brei so warm als möglich aufgetragen und durch einen festen Umschlag die Wärme möglichst lange erhalten. Durch eine Gummibettflasche kann zusätzlich die Wärme erhalten werden.

Solange Tonerde-Umschläge nicht als störend empfunden werden (Gefühl der Hitze oder Kälte im Körper) kann man sie liegen lassen.

Bei Mineralerde-Bädern wird ca. 1-2 Tassen oder mehr Mineralerde genommen. Sehr wirksam ist es, sich nach dem Bad nicht trocken zu reiben, sondern feucht in ein buntes Badetuch gewickelt, im Bett auszuschwitzen.

Eine bekannte Empfehlung sagt:

### **Bade trocken, rieche Luft, trinke Erde, speise Duft!**

Luft zu riechen will sagen, den Kopf hochhalten und durch die Nase zu atmen. Und Duft speisen will sagen, die Nahrungsmittel auch durch das Riechorgan zu wählen, alles was wohlriecht, wird auch von den Verdauungsorganen gern aufgenommen.

Erde zu trinken, kann eine wirksame Hilfe und Empfehlung sein. Man nimmt 1 Teelöffel Mineralerde auf 1 Glas Wasser. (Immer zuerst die Mineralerde ins Gefäß und dann die Flüssigkeit.)

Man kann sie auch trocken einnehmen, einspeicheln und einen Schluck Wasser oder Tee danach trinken. Nach dem Mineralerdetrunk sollte man noch ca. 30 Minuten nüchtern bleiben.

Wasser ist der wichtigste Bestandteil des menschlichen Körpers. Nur wenigen Menschen ist jedoch bewußt, wie wichtig es für unser Wohlbefinden ist. Es ist anzunehmen, dass Wasser alle Funktionen des Körpers regelt, einschließlich der darin gelösten, festen Stoffe sagt Dr. Faridun Batmanghelidj (VAK-1997). Er bezeichnet 1,5ltr-2ltr Wasser (nicht zu verwechseln mit industriell hergestellten Dustlöschern) täglich als absolutes Minimum.

Mineralerde kann auch abends vor dem Schlafengehen eingenommen werden. Sie läßt sich auch über rohes Gemüse zum Mittagessen oder Abendbrot streuen. Auf diese Weise ist eine wirkungsvolle Nahrungsergänzung möglich.

**Zu beachten ist, dass Sie grundsätzlich Glas-, Holz-, Ton- oder Plastikgefäße verwenden, auf keinen Fall Gefäße aus oxidierendem Metall.**

Auch für die Schönheitspflege hat die grüne Mineralerde vieles zu bieten. Da die Mineralerde in großen Mengen Kieselsäure enthält, kann sie auch die Qualität von Haaren, Nägeln und Haut verbessern. Mineralerde-Gesichtsmasken sind Klassiker der Kosmetik, vor allem bei fettiger, großporiger, unreiner Haut. Man verrührt 2 Esslöffel mit Wasser oder Kamillentee und etwas Bienenhonig zu einem Brei und trägt ihn am besten mit einem Pinsel auf die frisch gewaschene Haut auf. Danach etwa 15-20 Minuten einwirken lassen.

Es gibt viele spezielle Rezepte für Masken und Packungen:

Man kann z.B. Gurkensaft, Karottensaft, Kleie, Quark, Olivenöl, Johanniskraut zusetzen. Apfelesig oder Zitronensaft als Beigabe reinigt extrem fettende Haut. Ein feuchtes Tuch über die Maske gelegt, hält sie lange kühl.

Sicher ist, dass die grüne Mineralerde die Gifte bindet und neutralisiert und die Hautporen können selbst von der Tonerde gezielt verschiedene Wirk- und Aufbaustoffe aufnehmen.

Es ist somit nachvollziehbar, daß die Erde nach einmaliger Anwendung verbraucht ist. Masken und Packung regen die Hautdurchblutung an, führen der Haut Feuchtigkeit zu, straffen das Gewebe und beruhigen die Hautnerven. Die grüne Mineralerde eignet sich außerdem auch zum Haare waschen. Die Mineralpaste oder der Brei wird gleichmäßig auf die Haare verteilt und auf der Kopfhaut einmassiert. Einige Minuten einwirken lassen und dann mit klarem Wasser abspülen.

Es gibt auch spezielle Kosmetikas, die mit der grünen Mineralerde angereichert sind. Diese weisen die Vorzüge und die besondere Eigenschaften der Mineralerde auf, wie Shampoos, Zahnpasten, Erden-Cremes und Lotions usw.

Wer seine Haut regelmäßig mit hochwertigen Naturprodukten pflegt, fühlt sich wohl in seiner Haut und dieses Wohlsein umfaßt den ganzen Menschen.

Nicht nur für uns Menschen hat die grüne Mineralerde einen unschätzbaren Wert, sondern auch für die Tiere. Die alten Tierärzte bedienten sich ihrer und konnten dadurch manches Nutztier am Leben erhalten.

Sie ist eines der ältesten und preiswertesten Hausmittel und ein Geschenk der Natur !

Quelle: „Waerland-Monatsheft“ 11/97 Autor: Günter A. Ulmer, 78609 Tuningen