



der lebensquell

edles • schönes • heilsames

Seite 1/4

SALZ - Steinsalz, Kristallsalz, Halit

Kaum ein Thema aus der alten Volksheilkunde hat in jüngerer Zeit so von sich reden gemacht wie das Salz; neuere Veröffentlichungen hierzu lassen ahnen, dass darin möglicherweise noch mehr an heilsamen Kräften steckt als bisher bekannt war oder vermutet wurde.

Doch wollen wir uns zunächst mit der Geschichte des Salzes befassen und hören, wie die Volksheilkunde jahrtausendlang Salz für fast alle Belange des Lebens genutzt hat.

Salz war immer schon ein wichtiger Faktor in der Menschheitsgeschichte.

Es war Nahrungsmittel, diente der Konservierung von Lebensmitteln und wurde in der frühen Heilkunde eingesetzt, deshalb entwickelte sich schon in der Antike ein reger Salzhandel, der die Völker und Kulturen verband. Da Salz nur in wenigen Regionen gefördert werden konnte, überall jedoch gebraucht wurde, entstanden die sogenannten „Salzstraßen“, lange Handelswege, die dem Transport von den Gewinnungsgebieten in alle Welt dienten. Diese Salzstraßen verbanden schon im 5. Jahrhundert v. Chr. die Salzvorkommen des heutigen Salzkammerguts, Halleins und Bad Reichenhalls mit der Adria, dem Schwarzen Meer, der Nordsee und Frankreich. Über diese Salzstraßen floss auch der Austausch von Kulturgütern, so dass das Salz der maßgebliche Faktor für die friedliche Kommunikation zwischen den Völkern und Regionen der Antike war. Aufgrund seines hohen Wertes (Salz - das „weiße Gold“) wurden allerdings auch Kriege um das Salz geführt. Aus der Zeit des römischen Kaisers Julian (331 - 363 n. Chr.) ist ein solcher Salzkrieg überliefert. Auch Alemannen und Burgunder sollen sich um die Solequellen des Kochertales, welches im Grenzgebiet dieser beiden Völkerstämme lag, kriegerische Auseinandersetzungen geliefert haben.

Das Salzvorkommen im Salzkammergut wurde bereits sehr früh bergmännisch gewonnen und gab einer ganzen Kulturepoche ihr Gepräge (Hallstattzeit von 1200 bis 400 v. Chr.).

Die Herkunft des Namens „Salz“ liegt etwas im Dunkeln. Interessant ist jedoch, dass die indogermanische Wortwurzel „sal“ sich sowohl in den Begriffen „Salz“ (= bleich, grau), Saal (germanisch „salaz“ = Haus) und Seele („salig“ = selig = himmlisch, heilig) findet. Dieser Zusammenhang ist zwar nicht unumstritten, jedoch sehr wahrscheinlich, findet er sich im Sprachgebrauch doch gleich ein zweites Mal: das griechische Wort „hals“ (dessen Ursprung im Keltischen vermutet wird, die Salzstraße lässt grüßen) bedeutet „Salz“, was sich in den Ortsnamen der Salzfundstellen dokumentiert: Hallstatt, Bad Reichenhall, Schwäbisch Hall etc. und in der heutigen mineralogischen Bezeichnung für Salzkristalle: „Halit“. Doch auch hier zeigt sich plötzlich eine Wortverwandtschaft zum Begriff „Halle“ (= germanisch „halboffenes Haus“) und zum Götterhimmel, germanisch „Walhalla“.

Was hat nun Salz und Halit mit Saal und Halle, sowie Seele und Himmel zu tun? Schon die nordische Edda rät, „mit ungesalzenem Narren sollst Du nicht Wort wechseln“ und gibt den ersten Hinweis, dass Salz wohl Weisheit oder Klugheit bewirkt bzw. dass Menschen, die das Salz scheuen, nichts Gutes im Schilde führen.

Salz war immer ein Symbol des Guten, der Götter, des Lebens, des Glücks, des Reichtums und der Gesundheit. Wollte man diese Attribute gewinnen, so konnte man sich unzähliger Riten und Bräuche bedienen, deren zentraler Bestandteil das Salz war. Teilte man Salz mit anderen, so zeigte man sich bereit, die Eigenschaften zu teilen. Daher war Salz auch ein Symbol der Freundschaft. Mit Salz wurden Bündnisse besiegelt, auch der Ehebund, und bis in die Neuzeit hat sich in vielen Regionen Europas der Brauch erhalten, einen Gast zuerst mit Salz, Brot und Wein zu bewirten, um Geist (Salz), Seele (Wein) und Körper (Brot) zu verbinden. So sagt auch ein Sprichwort des Altertums: „Man kennt einen Menschen nicht, ehe man einen Scheffel Salz mit ihm gegessen!“

Durch alle Mythen, von der Antike bis zur Neuzeit und vom Mittelmeerraum bis in nordische Gefilde, ziehen sich drei Grundqualitäten des Salzes: seine Fähigkeit zu schützen, zu reinigen und zu heilen.

Schutz

Bei allen wichtigen Anlässen des Lebens, bei der Geburt, Taufe, Hochzeit, während des Essens und Schlafs, in der Fastenzeit, beim Antritt von Reisen, auf dem Sterbebett oder beim Begräbnis, immer dann, wenn der Mensch besonders offen und empfänglich ist,



wurde Salz als Schutz gegen negative Einflüsse, Hexerei und Schadenszauber gestreut, ausgelegt oder in die Luft bzw. ins Feuer geworfen. Besonders nett ist in diesem Zusammenhang der in verschiedensten Gegenden verbreitete Brauch besorgter Mütter, ihren ausgehenden Töchtern Salz in die Kleidung zu geben oder hinterherzustreuen, damit diese sich nicht mit den jungen Männern einlassen oder sich gar verlieben. Salz wurde außerdem in die Baugrube gestreut, bevor man das Fundament legte, vor dem Einzug in neue Häuser oder Ställe gestreut. Salz schützte die Ernte bei der Einlagerung und das Vieh beim Austrieb. Aus dem Fenster geworfen, sollte es vor dem herannahenden Gewitter schützen, beim Backen und Kochen böse Geister fernhalten. Diese Bräuche sind bereits in den ältesten Schriften festgehalten.

Bei den Griechen und Römern wurde Salzwasser als Weihwasser, sowie als Schutz- und Abwehrzauber verwendet. Im Mittelalter sprach man ihm die Kraft zu, Dämonen zu vertreiben, wozu es sowohl in katholischen, als auch im späteren protestantischen Ritus verwendet wurde. Daher war auch der ursprüngliche Taufritus nicht nur eine Wassertaufe, sondern eine Reinigung mit Wasser, ein Prozeß der Öffnung und Segnung durch das Salben mit Öl und abschließend folgte Neustrukturierung und Schutz durch das Salz. Als Schutzsymbol und damit als Garant für Glück und Reichtum wurde Salz immer heilig gehalten. Es unvorsichtigerweise zu verschütten brachte Unglück, es bewußt dagegen auszustreuen oder über die Schulter zu werfen brachte Glück und bewahrte vor Schaden. Auch dieser Glaube hat sich bis heute gehalten und zieht mit den „Abenteuern des Tom Sawyer und Huckleberry Finn“ (Mark Twain) noch heute in manche Kinderzimmer ein.

Reinigung

So wie negative Einflüsse durch das Salz abgewehrt werden sollten, so konnten bestehende Schwierigkeiten durch Salz aufgelöst werden: um die Atmosphäre eines Hauses von Streit und Unfrieden zu befreien, wurde ein Salzkreis darum gezogen oder die Stube mit Salz bestreut und anschließend ausgefegt. Auch verstorbene Seelen sollten so aus ihrer Verhaftung an das irdische Dasein befreit werden, damit sie Wohnungen und Häuser verlassen konnten. Das Lösen von Verhaftung ist ein großes Thema in der Mythologie des Salzes. Um einen friedlichen Tod zu erleichtern, wurde Salz ins Feuer gestreut, wenn ein Verwandter auf dem Sterbebett lag. Es sollte ihm helfen, sich zu verabschieden und den Weg zum Himmel zu finden. Aber auch das Loslassen von Gewohnheiten, Ängsten, Sorgen, Depressionen und aller „Quälgeister“ der Menschen sollte das Salz bewirken. Auch diese Bräuche ziehen sich bis in unsere Tage hindurch, wo in der modernen esoterischen Literatur erneut immer wieder auf die Reinigungskraft des Salzes verwiesen wird. Insbesondere auch für Mineralien und Edelsteine wird empfohlen, sie in Salz oder Salzwasser zu legen, um sie von negativer Energie zu befreien; dazu jedoch an späterer Stelle noch mehr.

Heilung

Da Salz die Eigenschaft hat, Totes vor Zerfall und Verwesung zu bewahren, wurde in ihm schon immer eine besondere erhaltende und lebensspendende Kraft vermutet. Schon die Germanen sahen im Salz die ansonsten unmögliche Verbindung zweier gegensätzlicher Elemente: des Feuers und des Wassers. Salz war für sie daher etwas unmittelbar Göttliches. In der germanischen Überlieferung waren insbesondere Salzquellen „dem Himmel nahe“ Gebetsstätten, an welchen Wünsche erhört und Krankheiten geheilt wurden. Dieses Element finden wir im Mittelalter wieder, wo Salz als „Übermittler göttlicher Segenskraft“ bezeichnet wird, und ebenfalls in den christlichen Taufriten, die vom „Salz der Weisheit“ sprechen. Daher galt Salz auch als Krankheitsorakel: wurde Salz in der Hand beim Betreten des Krankenzimmers schnell feucht, so galt dies als Zeichen, dass die Krankheit nicht heilbar sei, blieb es dagegen trocken, war die baldige Genesung sicher. Salz galt als generelles Heilmittel gegen alle Krankheiten. Es wurde für Bäder, Fußbäder, Abreibungen, Waschungen und zur Wunddesinfektion verwendet. Über den Kranken geworfen sollte es Fieber vertreiben.

Die innere Einnahme half gegen Ohnmacht und Schwächeanfälle, äußerlich wurde es gegen Juckreiz, Geschwüre und Ausschläge verwendet. Als Schutz in einem Beutel getragen sollte es Ansteckung verhindern. Salzwasser-Fußbäder wurden gegen Kopfschmerzen, ausbleibende Menstruation und Impotenz angewandt, im Essen half es Heimweh und Liebeskummer zu lindern. Darin mag die alte Weisheit wurzeln, die vom versalzenen Essen auf einen verliebten Koch bzw. eine verliebte Köchin schließt.



Das Salz im Meer

Ganz gleich, aus welcher Quelle heute Salz stammt, ob aus salzhaltigen Ausspülungen (Sole), aus künstlich angelegten Verdunstungsbecken für Meerwasser (Salzgärten) oder aus dem Bergwerk, immer stammt das Salz aus dem Meer. Die riesigen Salzlagerstätten heutiger Tage gehen zurück auf Meeresablagerungen vergangener Epochen.

Meerwasser enthält eine Vielzahl gelöster Elemente, bisher wurden über 40 verschiedene nachgewiesen. In großen Mengen sind jedoch nur wenige Elemente bzw. Verbindungen anzutreffen. Vier positiv geladenen Metallionen (Natrium-, Kalium-, Magnesium- und Kalziumionen) stehen im wesentlichen drei negative Ionen gegenüber (Chlorid-, Sulfat- und Karbonationen).

Steinsalz besteht aus Natrium- und Chloridionen und bildet mit einem Anteil von ca. 78% (Gewichtsprozente) den Hauptanteil der im Meerwasser gelösten Salze. Um eine Vorstellung der gewaltigen Mengen an Salz zu bekommen, die in den Meeren gelöst sind, stellen wir uns vor, dass alles Meerwasser verdunsten würde. Zurück bliebe dann eine 60 Meter dicke Salzkruste auf allen Meeresböden!

Doch wie kommt diese riesige Salzmenge ins Meer?

Diese Frage ist wissenschaftlich bis heute noch nicht ganz geklärt. Während die Herkunft der positiven Metallionen weitgehend klar ist, bleibt die Herkunft der negativen Chlorid-, Sulfat- und Karbonationen ein bis heute diskutiertes Phänomen. Die Metallionen stammen zum allergrößten Teil aus den Festlandsgesteinen, die zu über 75% aus Silikaten, hauptsächlich Feldspäten bestehen, die reichlich die benötigten positiven Metallionen enthalten. Durch Verwitterung ausgeschwemmt, gelangen diese über die Flüsse in die Meere. Bei den negativen Anionen wird ihre Herkunft sowohl aus der Erd-Uratosphäre als auch aus untermeerischen Vulkanausbrüchen vermutet.

Entstehung der Salzlagerstätten

Aus dem freien Ozean können keine Salzlagerstätten entstehen; man braucht dazu flache Meere und ein warm-trockenes, regenarmes Klima, damit durch die Verdunstung des Meerwassers die gelösten Salze abgeschieden werden können. Über eine natürliche Barriere (z.B. ein Korallenriff), die das flache Meeresgebiet vom Hauptozean trennt, fließt frisches Salzwasser zu, und bei zusätzlicher langsamer Absenkung des Bodens durch Bewegungen der Erdkruste lagert sich so eine Salzschrift auf der anderen ab, begleitet vom Sich-Abscheiden auch anderer Mineralien, wie z.B. Kalk, Dolomit oder Gips (Anhydrit). Durch die Verschiebung der kontinentalen Platten und der daraus folgenden Auffaltung der Gebirge im Laufe der Jahrtausende geraten diese Salzlager teilweise tief unter die Erdoberfläche. Der gewaltige Druck der Gesteinsschichten auf das Salz bringt dieses unterirdisch zum „Fließen“; es gibt dem Druck nach und bewegt sich dorthin, wo noch Platz ist, also in Spalten, Hohlräume und Risse im Gestein; und dies nicht nur horizontal, sondern vor allem auch nach oben, so dass auf diese Weise die charakteristischen Salzstöcke entstehen. Dringt das Salz bis zur Erdoberfläche, quillt es kuppelartig hervor und bildet Salzdomen. Oberirdische, „junge“ Salzlagerstätten sind die Salzseen Utahs (USA) und Nordafrikas, mächtige Lagerstätten unter Tage finden sich in den USA, Pakistan und im Alpenraum, Salzdomen in Norddeutschland und Polen.

Mineralklasse und Chemismus

Halit ist Natriumchlorid (NaCl) mit eingelagerten Spuren von Kalium, Kalzium, Brom, Eisen, Jod und Magnesium und zählt zur Mineralklasse der Halogenide. Als farbgebendes Element tritt vor allem das Eisen auf (rötliche Farbtöne). Salz zählt zum kubischen Kristallsystem, d.h. seine innere Struktur gleicht der geometrischen Figur des Quadrates und verkörpert somit ein Höchstmaß an Symmetrie und Ordnungskraft. Es bildet würfelförmige Kristalle. Die perfektesten Halitstufen - transparent und mit bis zu 20 cm langen Würfelkanten - stellen die höchste Salzqualität dar, analog zu den reinen klaren Bergkristallstufen innerhalb der Quarzfa-



milie. Solche Sammlerstücke sind allerdings sehr selten und teuer. Weitaus häufiger findet man grobkristalline bis feinkörnige Massen, farblos und in den Farben weiß, gelblich, rosa, orange und durch organische Einschlüsse braun bis schwarz. Selten findet man Salz in den Farben blau und violett.

Verwendung und Handel

93% der weltweiten Salzproduktion wird für industrielle Zwecke genutzt. Vor allem die chemische Industrie verwendet sehr viel Natriumchlorid für die Herstellung von Kunststoffen, Waschmitteln, Lacken und anderen Produkten. Etwa 6% der Salzerzeugung dienen der Lebensmittelindustrie als Konservierungsmittel, das Fertigprodukte über Jahre hinaus haltbar macht. Das verbleibende Prozent schließlich landet als Koch-, Speise- oder Tafelsalz in den Regalen unserer Einkaufsläden. Allerdings haben all diese „Gebrauchs-Salze“ mit der biologischen Qualität des ursprünglichen Kristall- bzw. Steinsalzes nicht mehr viel gemein. Ihre Gewinnung erfolgt durch das Einpumpen von Süßwasser in die Salzlagerstätte, das nach dem Herauslösen des Salzes aus dem Berg anschließend wieder eingedampft und das sich abscheidende Salz von allen Nebensalzen „gereinigt“ sowie gebleicht wird. Übrig bleibt reines Natriumchlorid, das von Biologen und Ernährungsfachleuten als aggressives Zellgift bezeichnet wird, besonders wenn es zusätzlich noch mit Rieselhilfen aus Aluminiumhydroxid (Alzheimer-verdächtig!) sowie den Elementen Fluor und Jod künstlich versetzt ist. Lesenswert in diesem Zusammenhang ist das Buch „Salz - Nahrungsmittel, Heilmittel oder Gift?“ der Autoren M. Gienger und G. Glaser.

Seit Jahren bereits sind Salzkristall-Lampen im Handel, die sich immer größerer Beliebtheit erfreuen. Die Salzsteine hierfür werden bergmännisch gewonnen, d.h. in größeren Brocken gebrochen und dann in kleinere Rohstücke zerteilt bzw. zu schönen Formen geschliffen. Mit einem Teelicht oder einer Glühbirne versehen, strahlen sie wohltuend warmes Licht aus und verschönern jeden Raum. Zudem geben sie Minus-Ionen an die Luft ab und verbessern so die gesundheitliche Qualität unserer Atemluft. Der Handel bietet inzwischen auch gutes natürliches Salz zum Verzehr an, als Würz-Salz für den Streuer oder die Mühle und in Form von größeren Stücken im Einmachglas zum Ansetzen von Sole. Davon trinkt man täglich einen Teelöffel auf ein Glas Wasser zur Entschlackung, zur Aktivierung des Stoffwechsels und zur allgemeinen Steigerung des Wohlbefindens. Allerdings sollte man dieses Sole-Getränk nicht in der kalten Jahreszeit einnehmen, da es kühlend auf den Organismus wirkt.

Heilkundliche Wirkungen

Natürliches Stein- bzw. Kristallsalz hilft, Verhaftungen an Gedanken- und Verhaltensmuster aufzulösen und unbewusste Mechanismen durch bewusste Handlungen zu verändern. Dadurch wird es auch möglich, sich gegen subtile äußere Einflüsse und Manipulationen abzugrenzen. Salz reinigt die Atmosphäre eines Raumes (auch hierzu dienen Salzkristall-Lampen) und wird auch zur Reinigung von Heilsteinen eingesetzt. Diese sollte man allerdings nie direkt in Kontakt mit dem Salz bringen, da manche Mineralien Wasser enthalten und das Salz ihnen dieses entziehen würde. Also sollte man die Steine in eine Glasschale legen und diese dann ins Salz setzen.

Salz hebt die Stimmung und wirkt aufmunternd bei Melancholie und Depressionen. Etwas Salz auf der Zunge hilft, Schwäche- und Ohnmachtsanfälle zu überwinden. Solebäder schaffen Linderung bei Hauterkrankungen, verbessern die Hautdurchblutung, regen den Stoffwechsel an und harmonisieren das vegetative Nervensystem, das die inneren Organe steuert (ca. 1 - 1,5 kg Salz auf 100 - 120 Liter Badewasser). Salzreiche Atmosphären sind gut für die Haut und heilsam für die Atemwege. Auch kristalliner Halit entfaltet viele dieser Wirkungen, wenn er direkt auf die Haut aufgelegt wird.

Allen unseren Artikeln über Edelsteine liegen die Bücher von Michael Gienger († 2014) zugrunde, insbesondere „Die Steinheilkunde“ und das „Lexikon der Heilsteine“. Für weitere Information über das Thema „Salz“ empfehlen wir das Büchlein „Salz - Nahrungsmittel, Heilmittel oder Gift?“ von Michael Gienger und Gisela Glaser. Alle genannten Titel sind im Verlag Neue Erde erschienen.