

## Das Wasser des Lebens

Wasser ist derartig gesund, dass schon der Blick auf ein Gewässer wohltut

Wasser ist das älteste Naturheilmittel der Welt. Aus naheliegenden Gründen: Zum einen, weil der Mensch ein Wasserwesen ist, das seine ersten neun Lebensmonate im Schutz nährenden Fruchtwassers verbringt. Und zum anderen, weil der homo sapiens ja selbst zu zwei Dritteln aus Wasser besteht. Dass diese Verteilung von Flüssigem und Festem in etwa jener von Wasser und Land auf dem wasserblauen Planet Erde entspricht, mag Zufall sein. Oder auch nicht.

## Die vielseitige Steuerflüssigkeit

In den Zellen des menschlichen Körpers liegt der Wassergehalt sogar noch höher, nämlich bei 80%. Wasser ist nicht nur der wichtigste Baustoff des Körpers und als solcher Hauptbestandteil von Zell- und Lymphflüssigkeiten sowie des Blutes. Es übernimmt auch eine Vielzahl lebenswichtiger Transport- und Steuerungsaufgaben. Wasser reguliert den menschlichen Temperaturhaushalt, gleicht den Druck zwischen Zellen und Gewebe aus und dient als Befeuchter für Augen und Atemwege. Im Verdauungstrakt fungiert Wasser als Quellmittel und Vehikel für die Ausscheidung aller Stoffwechselendprodukte.

## Nasser Datenhighway

So weit, so naturwissenschaftlich. Ganz anders die noch nicht restlos erforschte, aber nicht zu bestreitende Fähigkeit des Wassers, Informationen und Energie zu speichern und im Körper zu verteilen. Liegen die EvolutionsbiologInnen richtig, beginnt nicht nur das menschliche Leben im Wasser. Alles deutet darauf hin, dass sich das Leben als solches auf unserem Planeten im und aus dem Wasser heraus zu entwickeln begonnen hat.

## Kurieren mit Wasser

Dementsprechend groß war die Verehrung, die vermutlich schon die Urmenschen dem Wasser entgegenbrachten. Dementsprechend lang ist die therapeutisch-religiöse Tradition des Heilens und Gesundbleibens mit Wasser. Aus Ägypten übernahm die antike griechische Medizin die Hydrotherapie mit heilpraktischen Wasseranwendungen. Hippokrates von Kos verordnete seinen PatientInnen bereits um 400 vor Beginn unserer Zeitrechnung Kaltwasserbehandlungen gegen Rheuma, Gicht und Fieber.

## Heilsam und heilig

Mit dem alten Rom ging auch seine Heilbadkultur unter, die bis ins Hochmittelalter auf ihre Wiederbelebung warten musste. Erst in dieser Zeit entdeckten die Mitteleuropäer die heilsame Wirkung von Mineralquellen von Neuem. Von der Verehrung für Quellen, denen heilsame Wirkung zugeschrieben wird und wurde, zeugen noch heute Bezeichnungen wie „Heiliges Bründl“ oder „Heiliges Wasser“. In

Oberösterreich gibt es solche etwa in Adlwang, Geiersberg, Gmunden, Sankt Roman, Sankt Veit und Wolfern, in Lichtenberg und Weitersfelden. An vielen dieser Quellen wurden Kirchen, Kapellen und Klöster gebaut, später dann auch Kur- und Badeanstalten wie in den Bädern Hall, Kreuzen, Mühlacken und Zell. Neben den Badekuren wurden Wassertrinkkuren populär. In Bad Wörishofen entwickelte der geistliche „Wasserdoktor“ Sebastian Kneipp eine bis heute verbreitete Wassertherapie, die auch beim einen und anderen NATURSCHAUSPIEL genüsslich praktiziert wird.

## Wasser wirkt oder

## Was Wasser bewirkt

Zu den magischen Eigenschaften des Wassers gehört schließlich, dass schon der bloße Aufenthalt am Wasser nachweislich die körperliche, geistige und seelische Gesundheit fördert. Wer also im Rahmen einer NATURSCHAUSPIEL-Tour zum Raften ins Wasser der Steyr geht oder ruhigere Gewässer wie den Schwarzenberg'schen Schwemmkanal oder die Große Klause im Nationalpark Kalkalpen aufsucht, betreibt aktive Gesundheitsvorsorge.

## Wassertiere als Indikatoren

So wie wir Menschen auf Wasser und seine Inhaltsstoffe reagieren, ist auch die Zusammensetzung der Wassertiere stark vom Chemismus und der Qualität des Wassers abhängig. Darauf stützt sich ein ausgeklügeltes System zur Untersuchung der Wasserqualität und zieht dabei das Vorkommen bestimmter Leittierarten als Indikatoren heran. Die Gäste von NATURSCHAUSPIEL erlernen Basiskennntnisse bei den Touren „Mit Becherlupe und Kescher an der Polsenz“, bei „Wassertiere unter der Lupe“ oder bei der Tour „Aliens im Bach“.

## HIGHLIGHT-TOUR des Monats:

## AUF DEN SPUREN DES WASSERMANNS

### Märchenhaft nasser Spaß im Schindlbachtal

Der Wassermann und die kleine neugierige Hexe begleiten uns auf dem Streifzug durch das hintere Schindlbachtal. Dabei lernen wir Wildkräuter hautnah kennen und erforschen den Wasserkreislauf eines Baumes, erfahren wie er atmet und Sauerstoff entsteht. Die Bäume und Steine des Märchenwaldes laden uns zum Balancieren ein und schließlich entspannen wir in der Naturkneippanlage. Einfach herrlich!

[Detailinformationen, Termine und Anmeldung](#)

## Porträt: MARIA HAGENEDER

### Unsere Naturvermittlerin des Monats

Um ihre Erdung braucht sich Maria Hageneder keine Sorgen zu machen: Die „stolze Bauerntochter“ aus Scharnstein im Almtal ist bekennd bodenständig. Mit ihrer Familie lebt die gelernte Friseurin nicht weit vom elterlichen Hof entfernt. Es ist das Erdreich, in das die Wurzeln der Naturvermittlerin und Kräuterpädagogin gehen: „Ich mag einfach, wie wir uns selbst versorgen und die Tiere, die Wiesen und die Wälder hegen und pflegen“, streut sie ihren Eltern Rosen.

Ihre Wurzeln reichen auch ins Brauchtum. Besonderen Stellenwert hat die große Landschaftskrippe in ihrem Heim. Das Scharnsteiner Brauchtum und die Sehenswürdigkeiten wie die Ruine sind darin ebenso eingearbeitet wie der elterliche Hof. Jedes Jahr kommt die eine und andere Figur dazu. Kein Jahr vergeht, in dem Hageneder nicht einen Sonnwendbuschen zum Haussegnen bindet. Einen Buschen gibt es auch für die Raunächte, in denen die Wilde Jagd über den Winterhimmel zieht. Einem alten Brauchtum nach stellt Hageneder den rastlosen armen Seelchen Dörrobst und eine Schale Milch hinaus.

Beim Bergwandern und rund um den Hof hat sie sich schon als Kind für das Pflanzenbestimmen interessiert. Ihre spätere Kräuterpädagogikausbildung „war das Beste, das mir je passiert ist“. Umso mehr kann sie neben Kräutern und homöopathischen Globuli mit dem Kneippen anfangen – ein gesundes Vergnügen, das sie liebend gerne mit ihren Tourgästen im Schindlbach und am Almsee teilt.

## Tierporträt: Der Seesaibling

### Ein Kaltwasser-Liebhaber

Bereits gegen Ende der Eiszeit vor rund 10.000 Jahren hat der Seesaibling (*Salvelinus umbla*) seine jetzigen Lebensräume erobert. So bevorzugt er die kalten und sauerstoffreichen Seen der Voralpen und Alpen. Unsere Vorfahren haben diesen begehrten Speisefisch schon in der jüngeren Stein- und Bronzezeit mit Netzen gefangen.

Besonders auffällig ist sein schlanker, torpedoförmiger Körper und der weiße Saum auf Fettflosse sowie Brust-, Bauch- und Afterflosse. Durchschnittlich erreicht der Seesaibling eine Größe zwischen 15 und 40 cm, die stark vom Gewässertyp und Nahrungsangebot abhängig ist. Dabei können großwüchsige Formen sogar bis über 5 kg schwer werden und ein Alter von bis über 20 Jahren erreichen. Als Nahrung bevorzugt der Kaltwasser-Liebhaber hauptsächlich Kleintiere wie Planktonkrebse oder kleine Bodentiere und kleine Fische.

## Weitere Touren zum Thema WASSER:

### Donau-Geschichten

[Weitere Informationen](#)

## Bootssafari durch die Wildnis

[Weitere Informationen](#)

## Drifting durch die Steyrschlucht

[Weitere Informationen](#)

## Flussexpedition auf der Steyr

[Weitere Informationen](#)

## Flussexpedition in die Unterwasserwelt

[Weitere Informationen](#)

## Aliens im Bach

[Weitere Informationen](#)

## Wassertiere unter der Lupe

[Weitere Informationen](#)

NATURSCHAUSPIEL gibts (auch) auf Bestellung. Alle Touren können ab 7 Personen zu einem individuellen Termin angefragt werden.

## FOTOS IN DRUCKFÄHIGER AUFLÖSUNG:



### Sujet Wasser

Fotocredits: OÖ. Tourismus/Robert Maybach

[https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AADJDIGppNF59B70OEIJ0ahUa/SCHWERPUNKTTHEMEN/WASSER?dl=0&preview=sujet\\_wasser\\_c\\_ooe-tourismus-gmbh-robert-maybach.jpg](https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AADJDIGppNF59B70OEIJ0ahUa/SCHWERPUNKTTHEMEN/WASSER?dl=0&preview=sujet_wasser_c_ooe-tourismus-gmbh-robert-maybach.jpg)



## Sujet Wasser 1

Fotocredits: Frau Köppl

[https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AADJDIGppNF59B70OEIJ0ahUa/SCHWERPUNKTTHEMEN/WASSER?dl=0&preview=wasser\\_aufklapper1\\_c\\_fraukoeppl.jpg](https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AADJDIGppNF59B70OEIJ0ahUa/SCHWERPUNKTTHEMEN/WASSER?dl=0&preview=wasser_aufklapper1_c_fraukoeppl.jpg)



## Seesaibling

Fotocredits: Naturschutzbund OÖ./Landesfischereiverband

[https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AADJDIGppNF59B70OEIJ0ahUa/SCHWERPUNKTTHEMEN/WASSER?dl=0&preview=art\\_seesaibling\\_c\\_naturschutzbund\\_oe\\_landesfischereiverband.jpg](https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AADJDIGppNF59B70OEIJ0ahUa/SCHWERPUNKTTHEMEN/WASSER?dl=0&preview=art_seesaibling_c_naturschutzbund_oe_landesfischereiverband.jpg)



## Naturvermittlerin Maria Hageneder

Fotocredits: Robert Maybach

[https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AADJDIGppNF59B70OEIJ0ahUa/SCHWERPUNKTTHEMEN/WASSER?dl=0&preview=naturvermittlerin\\_maria\\_hageneder\\_c\\_robert\\_maybach.jpg](https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AADJDIGppNF59B70OEIJ0ahUa/SCHWERPUNKTTHEMEN/WASSER?dl=0&preview=naturvermittlerin_maria_hageneder_c_robert_maybach.jpg)



## Highlighttour: Auf den Spuren des Wassermanns

Fotocredits: Adolf Schindler

[https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AADJDIGppNF59B70OEIJ0ahUa/SCHWERPUNKTTHEMEN/WASSER?dl=0&preview=auf\\_den\\_spuren\\_wassermann\\_c\\_adolf\\_schindler.jpg](https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AADJDIGppNF59B70OEIJ0ahUa/SCHWERPUNKTTHEMEN/WASSER?dl=0&preview=auf_den_spuren_wassermann_c_adolf_schindler.jpg)



## Donau-Geschichten

Fotocredits: Tom Stückemann

[https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AAAnRsBeZjyZi6RNXYKmEj9a/TOUREN?dl=0&preview=donaugeschichten\\_c\\_tom\\_stueckemann-1.jpg](https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AAAnRsBeZjyZi6RNXYKmEj9a/TOUREN?dl=0&preview=donaugeschichten_c_tom_stueckemann-1.jpg)



## Bootssafari durch die Wildnis

Fotocredits: Rivertours

[https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AAAnRsBeZjyZi6RNXYKmEj9a/TOUREN?dl=0&preview=bootssafari\\_c\\_rivertours.jpg](https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AAAnRsBeZjyZi6RNXYKmEj9a/TOUREN?dl=0&preview=bootssafari_c_rivertours.jpg)



## Drifting durch die Steyrschlucht

Fotocredits: Helmut Roithner

[https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AAAnRsBeZjyZi6RNXYKmEj9a/TOUREN?dl=0&preview=drifting\\_durch\\_die\\_steyrschlucht\\_c\\_helmut\\_roithner.jpg](https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AAAnRsBeZjyZi6RNXYKmEj9a/TOUREN?dl=0&preview=drifting_durch_die_steyrschlucht_c_helmut_roithner.jpg)



## Flussexpedition auf der Steyr

Fotocredits: Geoventure/Schörkhuber

[https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AAAnRsBeZjyZi6RNXYKmEj9a/TOUREN?dl=0&preview=flussexpedition\\_auf\\_der\\_steyr\\_c\\_geoventure\\_schoerkhuber.jpg](https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AAAnRsBeZjyZi6RNXYKmEj9a/TOUREN?dl=0&preview=flussexpedition_auf_der_steyr_c_geoventure_schoerkhuber.jpg)



## Flussexpedition in die Unterwasserwelt

Fotocredits: Thomas Aichinger

[https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AAAnRsBeZjyZi6RNXYKmEj9a/TOUREN?dl=0&preview=flussexpedition\\_unterwasserwelt\\_c\\_aichinger\\_thomas.jpg](https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AAAnRsBeZjyZi6RNXYKmEj9a/TOUREN?dl=0&preview=flussexpedition_unterwasserwelt_c_aichinger_thomas.jpg)



## Aliens im Bach

Fotocredits: NUP Attersee-Traunsee/C. Schnaitl

[https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AAAnRsBeZjyZi6RNXYKmEj9a/TOUREN?dl=0&preview=aliens\\_im\\_bach\\_c\\_nup\\_attersee\\_traunsee\\_clemens\\_schnaitl.jpg](https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AAAnRsBeZjyZi6RNXYKmEj9a/TOUREN?dl=0&preview=aliens_im_bach_c_nup_attersee_traunsee_clemens_schnaitl.jpg)



## Wassertiere unter der Lupe

Fotocredits: Thomas Reibnegger

[https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AAAnRsBeZjyZi6RNXYKmEj9a/TOUREN?dl=0&preview=wassertiere\\_unter\\_der\\_lupe\\_c\\_thomas\\_reibnegger.jpg](https://www.dropbox.com/sh/dghnetnbzhwa0k1/AAAnRsBeZjyZi6RNXYKmEj9a/TOUREN?dl=0&preview=wassertiere_unter_der_lupe_c_thomas_reibnegger.jpg)

### Rückfragen:

Mag.a Birgit Schober-Pointinger  
Presse und Öffentlichkeitsarbeit  
E-Mail: [presse@naturschauspiel.at](mailto:presse@naturschauspiel.at)  
Tel.: +43 699 10144180

Weiteres reprofähiges, kostenfreies Bildmaterial unter  
<http://naturschauspiel.at/index.php/presse-fotos-2017#!00000529>

[www.NATURSCHAUSPIEL.at](http://www.NATURSCHAUSPIEL.at)  
[www.facebook.com/NATURSCHAUSPIEL.at](https://www.facebook.com/NATURSCHAUSPIEL.at)

Honorarfreier Abdruck der Fotos bei Nennung des Copyrights.