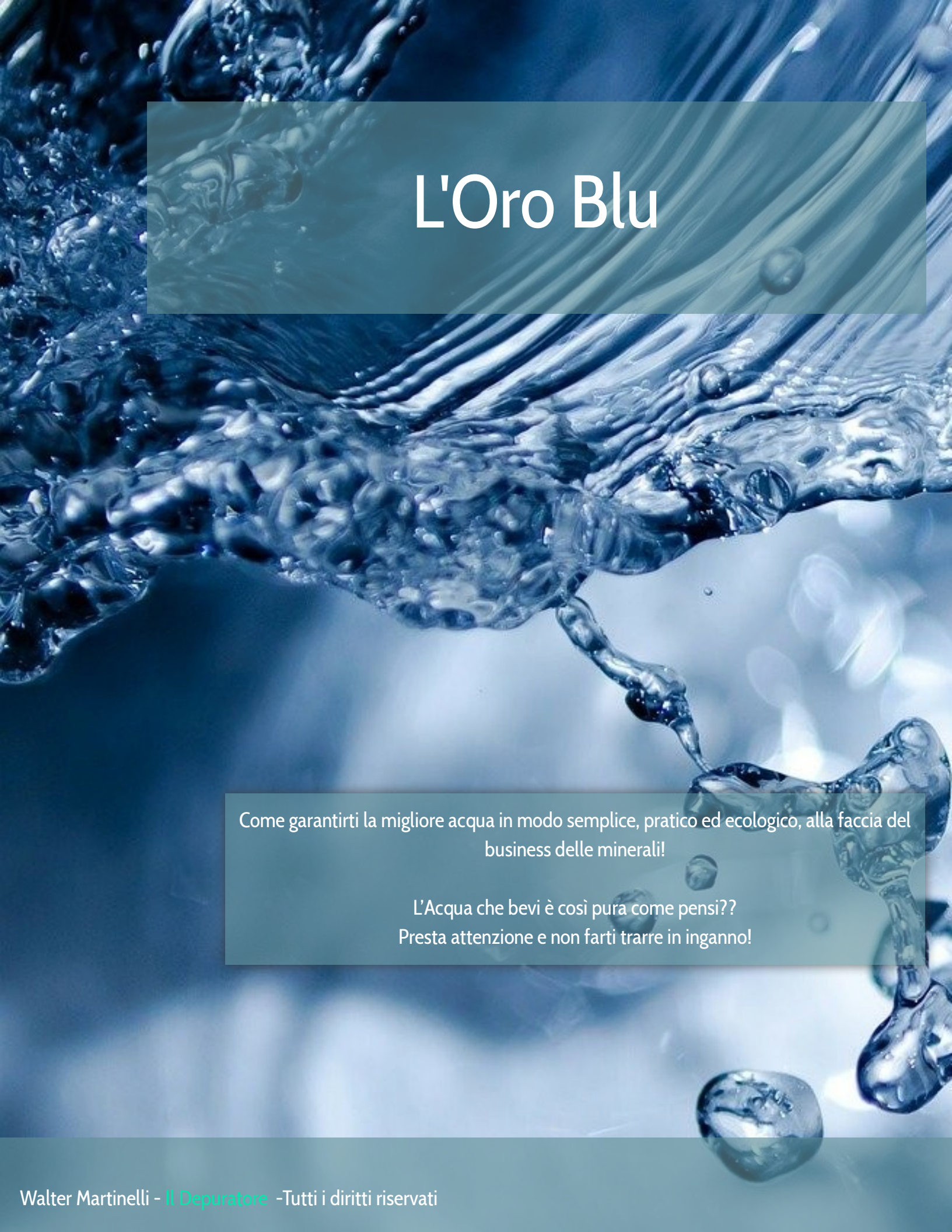


L'Oro Blu

Come garantirti la migliore acqua in modo semplice, pratico ed ecologico, alla faccia del business delle minerali!

L'Acqua che bevi è così pura come pensi??
Presta attenzione e non farti trarre in inganno!

Walter Martinelli - Il Depuratore -Tutti i diritti riservati

La tematica “Acqua” è una di quelle tematiche (insieme ad altre come la geotermia e l’abitare in armonia / l'inquinamento indoor) che stanno particolarmente a cuore al nostro Centro Olistico, Il Borgo Zen. L’obiettivo che ci poniamo divulgando questo e-book è quello di smuovere le coscienze e le menti di quante più persone possibili, proponendo una visione diversa, ma non per questo non documentata attraverso fonti serie ed attendibili. Leggendo queste pagine capirai che è di vitale importanza, per la tua salute, prestare la massima attenzione a ciò che bevi!!

Un altro nostro obiettivo è quello di sfatare preconcetti e speculazioni legati ad un vero e proprio business, quello dell’Acqua appunto.

Non da ultimo ... Questo testo nasce anche per condividere con i “*non esperti”* il valore di una grande risorsa, quell’acqua che tutti sappiamo essere la base naturale e fisiologica del nostro Benessere, e sulla quale non ci soffermiamo mai quanto si dovrebbe.

Come garantirti la migliore acqua in modo semplice, pratico ed ecologico, alla faccia del business delle minerali!

L’Acqua che bevi è così pura come pensi??

Presta attenzione e non farti trarre in inganno!

Ricordiamoci sempre che l'acqua ha un notevole impatto sul funzionamento del corpo, della mente e dello spirito, rivelandosi non solo come uno dei tasselli chiave del benessere psico-fisico, ma anche come chiave universale di evoluzione spirituale.

L'Acqua dunque non è solo un "elemento", ma soprattutto un "alimento"!!

Ecco alcune domande che vale la pena di porsi e alle quali cercheremo insieme di dare una risposta concreta:

- Possiamo considerare veramente sicura l'acqua nelle bottiglie di PET?
- Esistono alternative a spendere un sacco di soldi per... un sano bicchiere d'acqua?
- Come si fa, soprattutto vivendo in città, a bere acqua pulita e viva?
- Come ci si può orientare sul tipo di trattamento più sicuro per la nostra acqua?
- Servono davvero a qualcosa le Caraffe Filtranti?
- Esiste una soluzione economica oltre che salutistica per bere bene?

Buona lettura e ... ricordati di bere, poco e di frequente!!

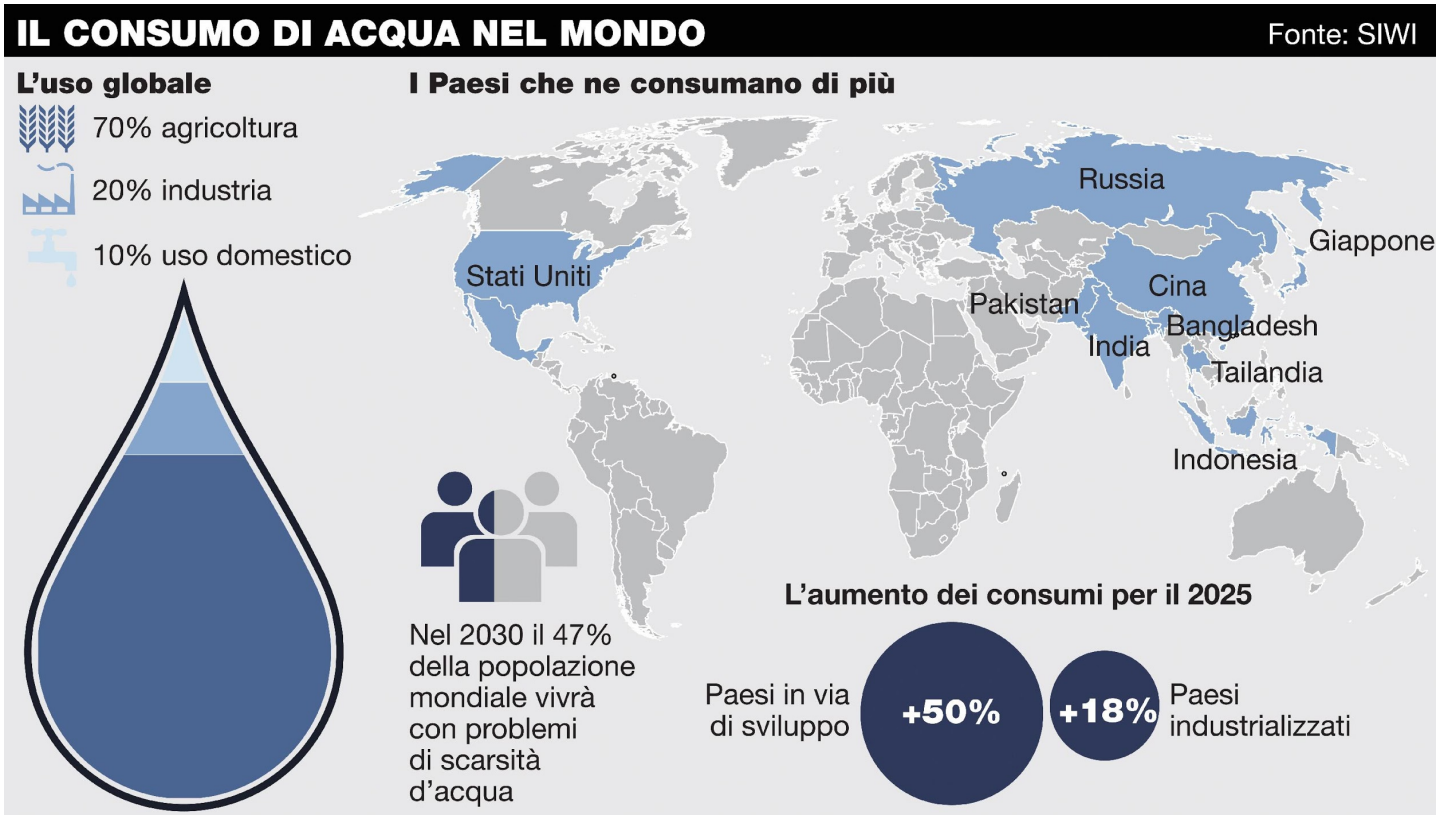
L'importanza dell'acqua

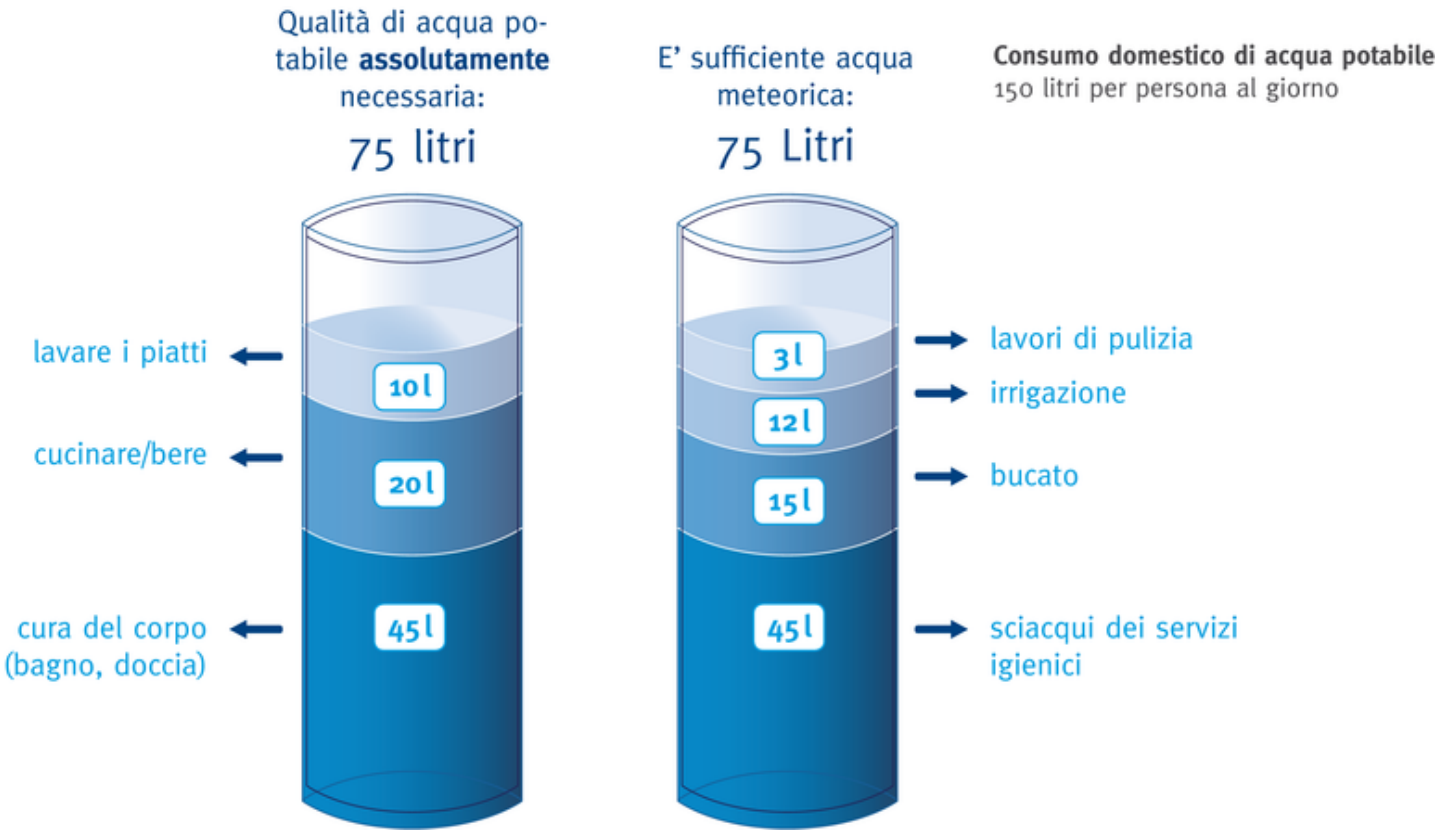
Una vera rarità!

Mangiando infatti **consumiamo qualche migliaio di litri di acqua al giorno**, perché l'acqua viene usata dall'agricoltura intensiva (e soprattutto dagli **allevamenti** intensivi) per produrre gli alimenti che acquistiamo al supermercato...

Qualche dato? 1 Kg di grano "costa" 1.500 litri di acqua, mentre 1 Kg di carne di manzo ne "costa" **10 volte tanto** (15.000 litri).

Ecco di seguito una mappa del consumo mondiale e la seconda del consumo medio per persona al giorno i**n Italia** e nei paesi limitrofi europei ...




Qualità di acqua potabile **assolutamente** necessaria:
75 litri
E' sufficiente acqua meteorica:
75 Litri
Consumo domestico di acqua potabile
150 litri per persona al giorno
lavare i piatti
10 l
cucinare/bere
20 l
cura del corpo (bagno, doccia)
45 l
3 l
lavori di pulizia
12 l
irrigazione
15 l
bucato
45 l
sciacqui dei servizi igienici

Perché è importante bere?

Chi non ha letto o sentito dire nella sua vita almeno una decina di volte "*Devi bere minimo 6-8 bicchieri di acqua al giorno*"?

Perché?

Il corpo umano è fatto in media per il 70% di acqua (percentuale più alta nei bimbi e meno negli anziani), ed il nostro organismo arriva a punte del 99% per il liquido lacrimale, passando per l'85% di cervello, polmoni e sangue. Pensa che c'è acqua persino nello smalto dei denti!

In effetti l'acqua possiede 5 insostituibili funzioni essenziali per il nostro organismo:

- sciogliere
- trasportare
- raffreddare
- diluire
- lubrificare

Acqua nei cibi e nelle bevande

Molti cibi – soprattutto quelli freschi di origine vegetale – contengono abbondanti quantità d'acqua, la cosiddetta ***acqua legata***.

E non è un caso che i cibi vegetali risultino essere contemporaneamente sia a bassa **densità calorica**, che a maggiore **densità nutrizionale**: alimenti di cui quindi tutti noi dovremmo approfittare a piene mani durante i pasti!

Frutta, verdura, legumi e cereali sono infatti vere e proprie **miniere di vitamine, flavoni e minerali**, anche se oggi ne contengono in media **meno della meta** di vent'anni fa... con comprensibili danni per la nostra salute.

Anche le **bevande** - come le spremute, le tisane, i caffè ed i succhi di frutta contengono acqua.

Ma non dobbiamo mai dimenticarci che tutto ciò che contiene **zucchero**, **caffeina** e/o **alcool**, anche se *apparentemente* da una parte idrata, magari perché abbinato all'acqua, dall'altra **disidrata**, vuoi perché **assorbe** acqua (come lo zucchero), vuoi perché svolge una sostenuta **attività diuretica** (come caffeina e alcolici).

L'acqua che dobbiamo bere deve avere caratteristiche particolari ... partiamo da quelle più semplici:

- **Naturale, non gasata:** oltre a dilatare lo stomaco le acque che contengono l'anidride carbonica anche se "di fonte" normalmente sono **pesanti**, con un residuo fisso superiore a 300 mg/l
- **Temperatura ambiente, non fredda**: perché anche se ci sono 40°C all'ombra e non sei in piena digestione, l'acqua sotto i 30°C **non è fisiologica** e dunque crea sempre spasmi allo stomaco, che deve compensare lo *shock* termico rialzando faticosamente la sua temperatura interna
- **Microbiologicamente pura**: cioè con pochi minerali inorganici (calcio, magnesio, ferro, alluminio, piombo) e senza elementi inquinanti **chimici , fisici** o **organici**
- **Quasi neutra:** un'acqua buona ha **un pH quasi neutro (*prossimo a 6,8)***
- **Leggera e poco dura:** un'acqua salubre idealmente è soprattutto leggera, cioè ha un **residuo fisso inferiore a 35 mg/l**

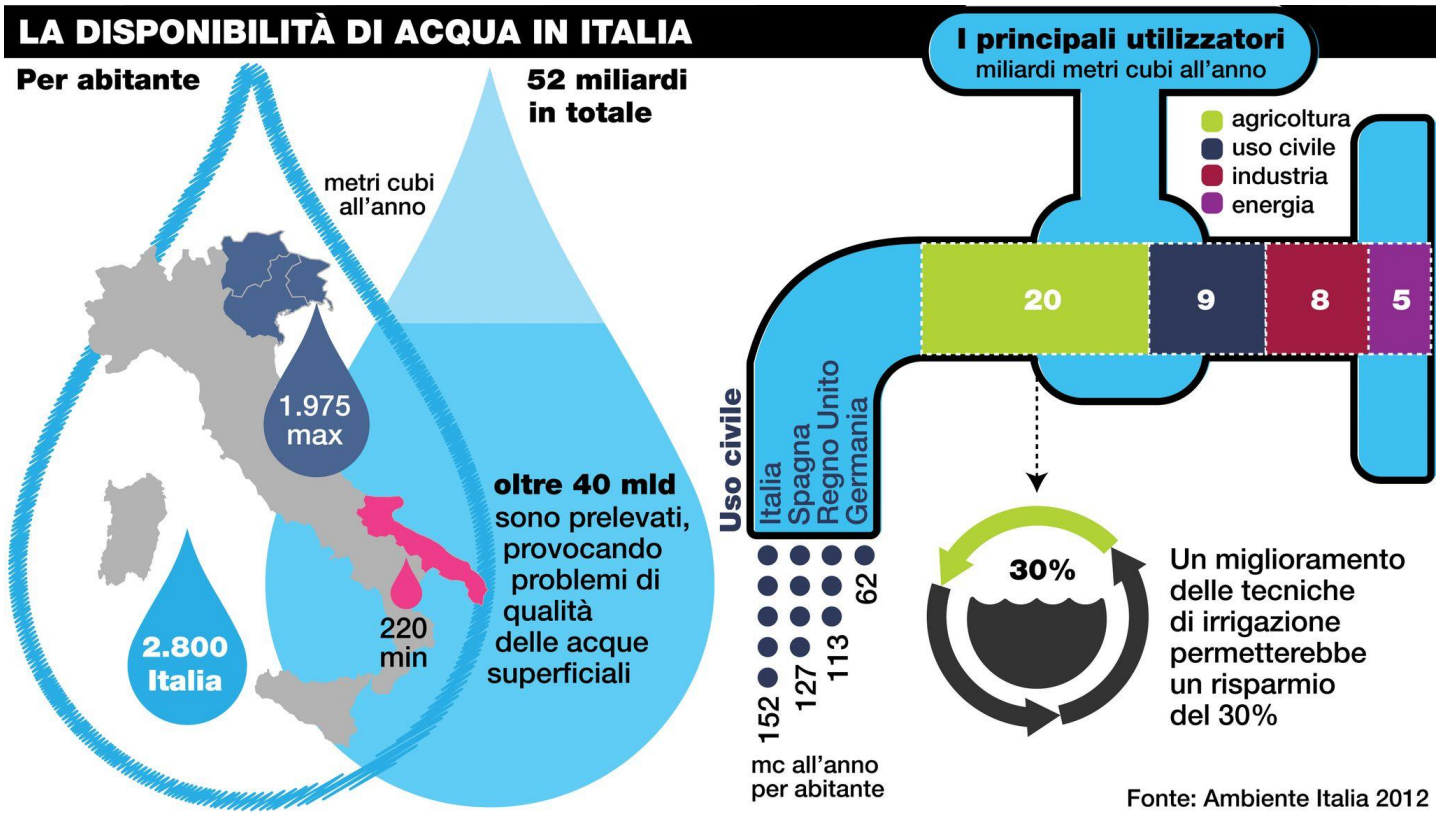
Che cos'è il residuo fisso? Il **residuo fisso** indica la quantità di minerali disciolti nell'acqua: è un **numero** che esprime **quanti minerali inorganici restano nel contenitore dopo che viene fatta evaporare l'acqua esponendola a 180°C .**

La **durezza dell'acqua**, espressa in gradi francesi (1°F = 10 mg di carbonato di calcio e magnesio per litro), è un parametro secondario simile al residuo fisso che **esprime solo la quantità dei carbonati di calcio e magnesio** (cioè calcare) presenti nell'acqua.

I rischi della disidratazione: quanto dovremmo bere?

Ecco la domanda che tutti ci siamo fatti almeno una volta! Come facciamo a sapere quanto dobbiamo bere?? Vale per tutti la famosa regola di 2 litri di acqua al giorno?

Mantenere un ottimale livello di idratazione significa bere almeno un quantitativo pari al 3% del nostro peso corporeo. Quindi se peso 70 chili, dovrò bere circa 2,1 litri al giorno (70 x 3 / 100).



Queste quantità vanno aumentate fino al 50% in più se si vive in ambienti con oltre 20-22°C, soprattutto se riscaldati artificialmente o con l'aria condizionata, e/o se si fa attività fisica.

Lo sapevi che è stato stimato che circa l'80% della popolazione soffra di cali di energia proprio per la disidratazione??

Una riduzione del 5% causa una perdita media di energia di almeno il 25%. Se arrivi al 15% sei finito!

Diversi studi dimostrano che anche depressione e sindrome da stanchezza cronica sono causati dalla disidratazione, dato che – come e più di altri organi – il cervello e fatto per l'85% di acqua.

Riporto uno stralcio di una bella citazione del Dr. Fereydoon Batmanghelidj sul legame tra disidratazione cronica e patologia, leggila con attenzione:

"Nella maggioranza dei casi, gli stati di infermità dovrebbero essere considerati come disturbi causati dalla disidratazione. (...)

Nelle società avanzate, pensare che tè, caffè, alcool e bibite siano piacevoli sostituti per il naturale bisogno di acqua del corpo sottoposto a uno stress quotidiano è un errore elementare, ma catastrofico. E' vero che queste bevande contengono acqua, ma esse contengono anche elementi disidratanti (quindi diuretici). Esse fanno espellere non solo l'acqua in cui sono diluite ma anche altra acqua presa dalle riserve del corpo!

”

Fonte: Fereydoon Batmanghelidj, M.D., *"Il tuo corpo implora Acqua"*

***E pensa che la disidratazione diminuisce anche il rendimento scolastico nei* bimbi !!**

Mai sentito parlare dei segnali bioelettrici?

Tutti i segnali bioelettrici che viaggiano dal cervello alle singole cellule passano attraverso quell'elaborato sistema di micro corsi d'acqua cellulare che è il sistema nervoso centrale.

Se la parte fluida dei nostri nervi si disidrata, oppure viene contaminata da elementi chimici sintetici o da metalli pesanti (piombo, mercurio, etc.), i segnali possono arrivare distorti.

Non è un caso che sempre più gli esperti credono che la distorsione di questi segnali possa essere all'origine di molte malattie degenerative, neurologiche e psichiche come il *cosiddetto* disordine da Deficit dell'Attenzione, la Sindrome da Affaticamento cronico, l'ansia, la depressione e l'Alzheimer.

Considerando il ruolo chiave che l'acqua gioca all'interno del funzionamento di cervello e sistema nervoso, la sua purezza e un punto cruciale per una longevità salutare.

Lo stesso dicasi per la digestione.

In termini scientifici la scomposizione dei macronutrienti – soprattutto carboidrati e proteine – si chiama "idrolisi", cioè "*scomposizione per mezzo dell'acqua*". Se l'acqua non è delle migliori, non solo l'assorbimento dei nutrienti verrà compromesso da un solvente inadatto, ma sarà anche contaminato da fattori inquinanti.

Acqua: ottimo elemento per disintossicarsi!!

Il livello di intossicazione è il primo fattore da controllare per garantirsi una salute a lungo termine.

Come?

Mangiando cibi ricchi di fibre, imparando a respirare in modo completo (diaframmatico e addominale), ma soprattutto bevendo acqua pura.

Fino ad un certo punto, più pura è l'acqua che introduciamo nel nostro organismo, più ci disintossichiamo.

Acqua: ... alimento per perdere peso!!

Spesso scambiamo il senso di sete per senso di fame: cioè ... abbiamo sete, ma la posto di bere .. Mangiamo!!

Il fegato, inoltre, usa l'acqua per metabolizzare (cioè utilizzare a scopi metabolici) i grassi che ingeriamo.

Se beviamo poco, i reni funzioneranno male ed il fegato non riuscirà a concentrarsi sull'utilizzo dei grassi perché deve fare anche parte del lavoro dei reni...

Per tutti questi motivi bere la giusta quantità di acqua riattiva il nostro metabolismo e di conseguenza rimaniamo in linea!!

L'Acqua per digerire e assorbire i nutrienti

L'acqua, come abbiamo visto, aiuta dunque a controllare l'appetito e a migliorare la digestione.

E quando beviamo poco aumenta anche la tanto temuta ritenzione idrica, problema che fa impazzire le signore: quello che succede quando non ti idrati è che il corpo trattiene l'acqua per paura di restare senza!

E quest'acqua – accumulata al di fuori delle cellule – può creare gonfiori localizzati, fastidi ed inestetismi (per esempio a livello cutaneo).

La disidratazione dunque rallenta il metabolismo, affatica la digestione, diminuisce la sensazione di sazietà, riduce il vantaggio dell'attività fisica.

Per evitare tutto ciò bisogna bere con regolarità durante la giornata (*poco e spesso*, piuttosto che *tanto e raramente*) acqua giusta, a temperatura ambiente o leggermente fresca, senza aspettare il tradizionale segnale di sete della bocca asciutta.

Come imparare a bere?

Questa sì che è un'altra bella domanda!!!

Iniziamo gradatamente con l'obiettivo di bere ogni giorno: 2 bicchieri a digiuno (o una tazza da colazione da 300 ml, calda o almeno tiepida), 1 bicchiere a meta mattina e 1 a meta pomeriggio, infine 1 altro bicchiere 30 minuti prima dei due pasti principali.

Di seguito, la tabella riassuntiva per iniziare a bere senza sforzo 6 bicchieri d'acqua al giorno:

- Sveglia > 2 bicchieri (calda)
- Metà mattina > 1 bicchiere
- 30 minuti circa prima del pranzo > 1 bicchiere
- Metà pomeriggio > 1 bicchiere
- 30 minuti circa prima della cena > 1 bicchiere

Perché *mezz'ora prima* di pranzo e cena?

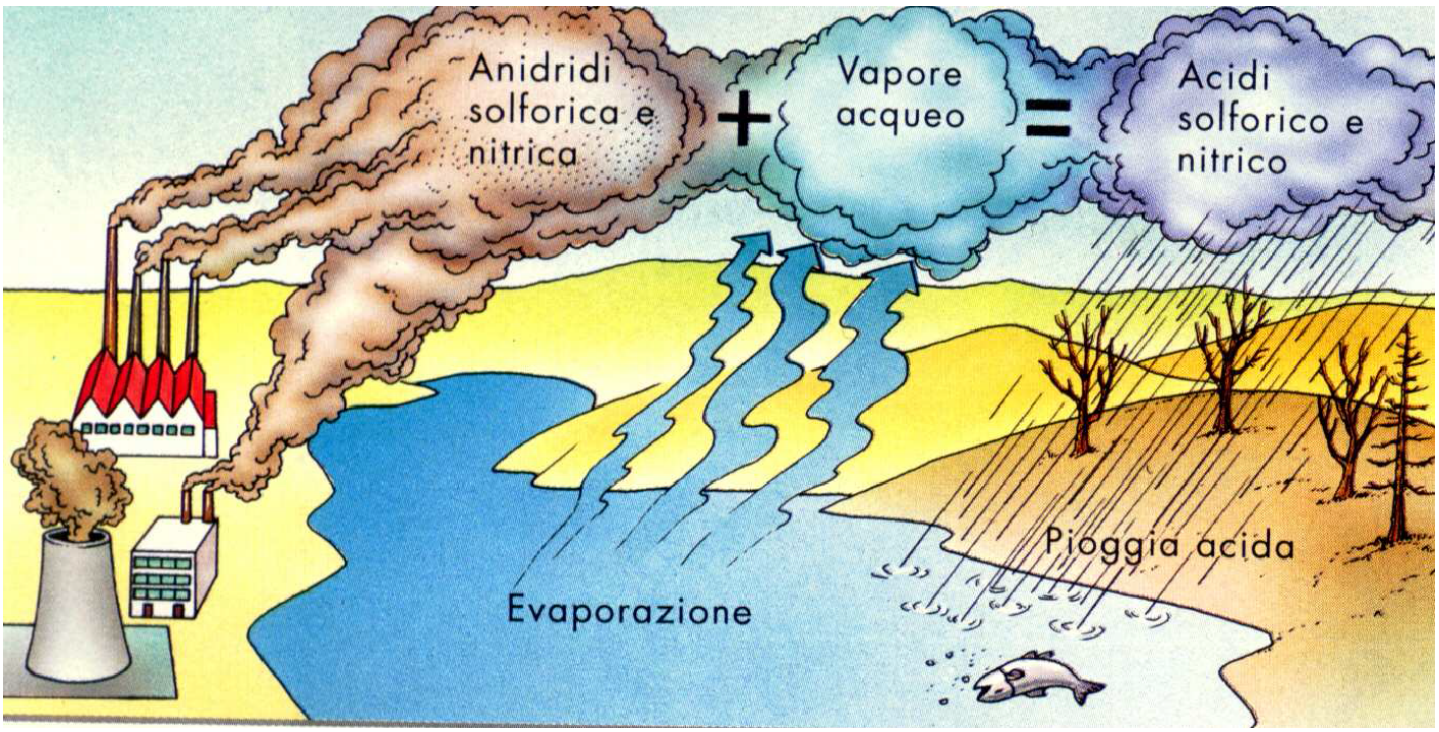
Perché se è vero che dobbiamo bere tanto, dovremmo concentrare le nostre salutari bevute fuori dai pasti (fino a 30' prima e da 2 ore in poi dopo), in modo da non annacquare i succhi gastrici.

L'unica eccezione può essere una tisana calda digestiva 30-45 minuti dopo il pasto.

Ma attenzione: c'è *acqua* e *acqua* ...

Acque Minerali e Acque da rubinetto a confronto!! Cosa è meglio bere??

Iniziamo con l'acqua del rubinetto ...



L'acqua di rubinetto viene controllata alla fonte quotidianamente e risponde a parametri legali di potabilita (*il che non significa sempre parametri salutistici, come vedremo*).

La maggior parte delle persone sono insoddisfatte dell'acqua comunale solo perché quella del loro rubinetto ha un cattivo sapore... Ovviamente sapore e qualità vanno di pari passo, ma non sempre un'acqua buona da degustare e anche sana.

In ogni modo molto dipende da dove abiti... Ci sono cittadini italiani di Comuni (soprattutto in aree del Centro-Nord) che bevono acqua trattata (quindi resa *potabile*) ma di fiumi in cui finiscono scarichi fognari ed industriali.

Le possibilità che tu possa trovarti qualcuno di questi prodotti chimici nel prossimo bicchiere d'acqua di rubinetto – le sostanze tossiche sono quasi tutte senza sapore, inodore e invisibili a occhio nudo – sono purtroppo alte.

IL LUNGO VIAGGIO DELLE ACQUE MINERALI

SORGENTE-CITTÀ, SOLA ANDATA	Milano	Torino	Firenze	Roma	Napoli	Genova
Acquedotto	0	0	0	0	0	0
Gruppo: San Pellegrino-Nestlé	193	323	424	696	894	342
Gruppo: San Pellegrino-Nestlé	251	411	244	516	715	373
Gruppo: San Benedetto	264	423	266	538	736	401
Gruppo: Cogedi	302	349	81	353	551	182
Gruppo: Cogedi	491	609	196	191	390	432
Gruppo: Coca Cola (Fonti del Vulture)	861	978	612	366	174	847
Gruppo: Fonti di Vinadio	252	102	390	662	860	184
Gruppo: Società generale acque minerali	734	852	433	188	90	670
Gruppo: Ferrarelle	720	838	419	173	65	656
Gruppo: San Pellegrino-Nestlé	288	406	36	324	523	263
Gruppo: Spumador-Lehman Brothers	38	154	344	615	814	173
Gruppo: San Pellegrino-Nestlé	72	201	356	627	826	218
Gruppo: Ferrarelle	124	313	335	607	806	278

Fonte: Altreconomia (dal sito www.imbrocchiamola.org)

A questo bisogna aggiungere l'effetto deleterio di chilometri e chilometri di tubature, spesso vecchie e fatiscenti, talvolta con tratti ancora in metallo saldate in piombo con infiltrazioni dovute a crepe e usura.

Dubbi sull'acqua del rubinetto, dunque...

Ma se dalle fonti pubbliche passiamo alle acque minerali in bottiglia, la situazione si fa ancora più critica...

Esistono diverse tipologie legali di acqua minerali.

In base al residuo fisso, si possono dividere in:

- Ricche di sali, Iperminerali (Residuo fisso > 1500 mg/l) (*terapeutiche, il che significa che devono essere usate solo sotto controllo medico!*)
- Minerali (500 mg/l > Residuo fisso < 1500 mg/l)
- Oligominerali (50 mg/l < Residuo fisso < 500 mg/l)
- Minimamente mineralizzate (Residuo fisso < 50 mg/l)

In base alla quantità specifica di minerali che si *ritengono utili per la salute*... si possono invece suddividere in:

- Acidule (Anidride carbonica > 250 mg/l)
- Bicarbonate (Bicarbonato sodico > 600 mg/l)
- Calciche (Calcio > 150 mg/l)
- Clorurate (Cloruri > 200 mg/l)
- Fluorate (Fluoro > 1 mg/l)
- Iposodiche (Sodio < 20mg/l)
- Magnesiache (Magnesio > 50 mg/l)
- Sodiche (Sodio > 200 mg/l)

Dunque ...

un'acqua minerale in bottiglia di buona qualità con effetti disintossicanti dovrebbe avere almeno:

residuo fisso inferiore a 50 mg/litro (considera che l'acqua di fonti di alta quota arriva anche a 25 mg/litro, quella pubblica di Roma è intorno ai 390, per legge il massimo consentito è 1.500)

nitrati inferiori a 5 mg/litro come quella destinata all'infanzia e ai neonati (anche se il massimo consentito per legge in Italia è di 50 mg/litro, il limite suggerito dall'*Organizzazione Mondiale della Sanità* per gli adulti è 10 mg/litro, e spesso si sta al limite... ad esempio l'acqua pubblica di Udine fino a qualche tempo fa era intorno ai 45 mg/l)

Ma uno dei veri problemi è che le fonti delle acque minerali non vengono controllate quotidianamente (a differenza degli acquedotti pubblici) e, soprattutto, l'uso massiccio di bottiglie in plastica (PET) è abbinato ad una gestione folle della distribuzione, per cui a Palermo bevono acqua lombarda e a Torino bevono acqua di Napoli...

E questo sta creando grossi problemi non solo all'ambiente ma anche alla qualità del prodotto che proprio *tanto trasparente non è*....

Gli scambi termici, lo stato di igiene dei depositi in cui si accumulano i carichi e l'esposizione al sole infatti, oltre a modificare di per sé la qualità dell'acqua imbottigliata, possono far cedere al PET sostanze tossiche che ci ritroviamo nel bicchiere.

Una buona strada per situazioni in cui proprio non riusciamo ad evitare di acquistare acqua in bottiglia e non la troviamo in vetro (come durante un viaggio all'estero, per esempio) sembrerebbe la PLA, la plastica di origine vegetale.

Tornando al confronto tra acquedotti e acqua in bottiglia, pochi sanno che lo Stato utilizza due pesi e due misure.

Senza entrare nel merito di noiosissimi paramenti chimici, ti basti sapere che i valori limite di alcune sostanze considerate pericolose per la salute pubblica sono diversi se si parla di acquedotti pubblici o di acque minerali...

In buona sostanza, ciò che per gli acquedotti Comunali e considerato "velenoso" è invece consentito per le acque in bottiglia, e viceversa!

Tanto è vero che le leggi attualmente in vigore per l'acqua potabile sono 2 leggi distinte.

Per le *Acque destinate al consumo umano* (cioè per acquedotti) fa fede il D.Lgs. 31/2001, mentre per le *Minerali* detta legge il Decreto Ministeriale (D.M.) del 29/12/2003...

Perché lo stesso prodotto o servizio essenziale deve essere gestito da due enti diversi??? Questo è proprio un mistero insondabile!!

Per legge la scadenza dall'imbottigliamento è di 2 anni in buone condizioni di luce e calore... Questo vuol dire che se hai una bottiglia di acqua minerale che scade tra 1 anno, per certo sta lì da altrettanto... e chissà quante ne ha viste!

Diamo ora un'occhiata al contenente.

Se proprio ci tieni a comprare acqua in bottiglia, che sia in vetro e possibilmente leggermente scuro, preoccupandoti di conservarla come NON hanno fatto quelli che te l'hanno venduta...

Pur essendoci infatti studi di qualche anno fa secondo cui persino il vetro cederebbe piccolissime quantità di minerali e metalli.

***il* PET resta sempre la scelta peggiore, non solo per le sostanze di origine sintetica che cede in seguito agli inevitabili sbalzi di temperatura (in fondo il PET deriva dal petrolio), ma anche per il costo di produzione e di riciclaggio.**

Anche se la minerale in vetro costa e pesa di più, il vetro conviene alla nostra salute e al Pianeta.

In realtà, da quello che so io, esiste solo un'acqua minerale in Italia che oltre ad essere in vetro si avvicina alla caratteristiche di biocompatibilità di cui ti sto per parlare, ed è la Lauretana in vetro (peraltro sembra anche essere l'acqua minerale con minore residuo fisso d'Europa).

Che cos'è e a che serve il trattamento delle acque?

Diamo adesso un'occhiata ai differenti sistemi di trattamento delle acque che troppo spesso vengono confusi tra di loro.

Dopo le prime fasi, che servono a togliere i residui terrosi e sabbiosi più grandi (i cui termini tecnici - *tanto per farti vedere quanto mi sono applicato* - sono: *stacciatura, desabbiatura, sedimentazione, flocculazione*), se il residuo fisso e le percentuali dei singoli minerali elettroliti sono compatibili con l'alimentazione umana, si procede alla sterilizzazione.

STERILIZZAZIONE

Sorvolando sul fatto che batteri e virus sono pericolosi solo su organismi pronti a riceverli, cioè pronti ad ammalarsi per lo stato di debolezza del loro terreno cellulare (come ammise lo stesso Pasteur contraddicendo quello che aveva sostenuto per tutta la vita quando in punto di morte disse: "*il terreno è tutto!*" ci torniamo tra breve), la sterilizzazione è il primo passo per creare un'acqua potabile priva di agenti patogeni (come batteri, virus e microrganismi).

Bollire l'acqua è la forma più antica di sterilizzazione, ma – per esempio come già anticipato - non rimuove dall'acqua ne i veleni, come l'arsenico, ne i metalli pesanti, né gli altri inquinanti.

Certamente l'uso di aggiungere disinfettanti (il cloro è uno dei più usati perché tra i più economici) ha notevolmente ridotto l'incidenza di malattie legate all'acqua nei paesi in via di sviluppo: avere acqua potabile è ancora una delle esigenze vitali primarie per milioni di persone in tutto il mondo, credo la più urgente necessità fisiologica che si dovrebbe garantire ad ogni essere umano.

Tuttavia il succitato cloro (in gergo tecnico "ipoclorito di sodio" cioè candeggina o varechina concentrata), è in tutto e per tutto un veleno (pensaci... *per questo uccide i germi!* Un po' come gli antibiotici. Peccato che una sostanza chimica in grado di uccidere una forma di vita raramente faccia bene alle altre con cui entra in contatto...) e produce sottoprodotti spesso considerati cancerogeni.

Tuttavia, può essere molto utile quando usato saggiamente, dato che consumare piccole dosi di sostanze tossiche è comunque preferibile a sviluppare il tifo, il colera o la dissenteria!

Sterilizzazione dunque.

Questo è lo *step* obbligato per tutti gli acquedotti pubblici.

Un altro sistema valido – questa volta innocuo - per disinfettare l'acqua è una veloce esposizione ad una lampada UV.

Anche se è difficile usarlo per grandi quantità d'acqua, è una soluzione interessante nei piccoli impianti casalinghi perché non aggiunge sostanze

estranee all'acqua, come l'*ipoclorito di sodio.* Inoltre, come vedremo tra poco, alcune modalità di filtrazione, tipo l'osmosi inversa, forniscono una barriera di sicurezza in più contro diversi virus e batteri che dovessero miracolosamente riuscire a contaminare l'acqua alimentare.

FILTRAZIONE

La filtrazione consiste nella separazione di un liquido dalle piccole parti solide insolute che contiene: sassi, residui di terra, ferro, etc.

Gli acquedotti pubblici filtrano le acque, ma solo se sono obbligate dalla scarsa purezza macroscopica delle stesse.

Ecco perché i filtri al carbone attivo stanno diventando una scelta obbligata anche per chi non crede nell'importanza vitale di un'acqua pura. I residui visibili – dovuti a infiltrazioni causate da spaccature delle tubature ma anche da impianti arrugginiti – sono in effetti piuttosto antipatici da vedere in fondo al bicchiere.

Il carbone attivo è uno dei filtri più noti ed utilizzati, perché riesce a filtrare alcune delle particelle più piccole, e ad assorbirne molte altre, come una spugna selettiva. Un lavoro simile lo fanno i filtri in ceramica.

In pratica, le parti in sospensione vengono trattenute (dipende dalla grandezza), mentre le altre sostanze organiche (ed alcune inorganiche come l'ipoclorito) sono rimosse per assorbimento. Il livello di filtrazione dei filtri a carbone e/o in ceramica dipende dalla grandezza dei pori.

E' sulla base di questi filtri che per esempio funzionano le caraffe filtranti, come la famosa *Brita*. Il punto critico di queste caraffe, su cui recentemente ha anche espresso i suoi dubbi il Ministero della Salute, è che il filtro – come abbiamo visto - si satura di parte degli elementi tossici rimossi, con pesante rischio di cessioni.

In pratica, sono meglio di niente, ma solo con i filtri appena comprati; in base alla qualità dell'acqua filtrata infatti – stando alle valutazioni del Ministero - dopo un po' non solo la caraffa filtra meno, ma c'è anche il rischio concreto di ritrovarsi nell'acqua che dovrebbe filtrare, tutte le *schifezze* raccolte nelle filtrazioni precedenti, per di più concentrate!

Stiamo parlando di residui di cloro e batteri, che interagendo danno vita ai cloro-derivati e favoriscono il rischio di contaminazioni batteriche.

L'uso esclusivo di carboni attivi inoltre non rimuove se non parzialmente il cosiddetto calcare (che ricordo è formato da carbonato di calcio e magnesio insolubile), quello che rende l'acqua di tante zone di Italia dura, "pesante" e poco amabile al palato.

Inoltre, occhio perché i carboni attivi non rimuovono né i nitrati, né i metalli pesanti.

Un altro sistema efficace per filtrare l'acqua è la cosiddetta demineralizzazione con scambio cationico.

Rispetto ai carboni attivi rimuove anche i metalli pesanti (piombo, rame, potassio, cadmio) e il calcare, però non rimuove i pesticidi, come invece fa sia pur parzialmente il filtro a carboni attivi.

Tuttavia, pur essendo efficace, questo sistema non e molto efficiente, perché arricchisce l'acqua depurata con sodio, crea inquinamento delle acque reflue con la rigenerazione e comporta anch'esso rischi di contaminazione batterica.

In teoria un altro sistema molto efficace per depurare l'acqua è usare la distillazione – fondamentale in molti trattamenti di acqua per uso farmaceutico e industriale.

Dico *in teoria*, perché è un sistema inadatto al consumo alimentare quotidiano comportando gravi problemi, primo tra tutti un elevato consumo energetico. Inoltre la completa denaturalizzazione dell'acqua (che perde il 100% delle sue sostanze minerali) la rende eccessivamente aggressiva per il nostro organismo (va bene avere un'acqua *leggera*, ma l'acqua distillata lo è davvero troppo!)

OSMOSI INVERSA

L'Osmosi inversa è oggi il trattamento acque più potente, efficace ed efficiente, proprio perché riesce a togliere anche la maggior parte dei metalli pesanti, degli inquinanti e dei minerali non organici contenuti nell'acqua.

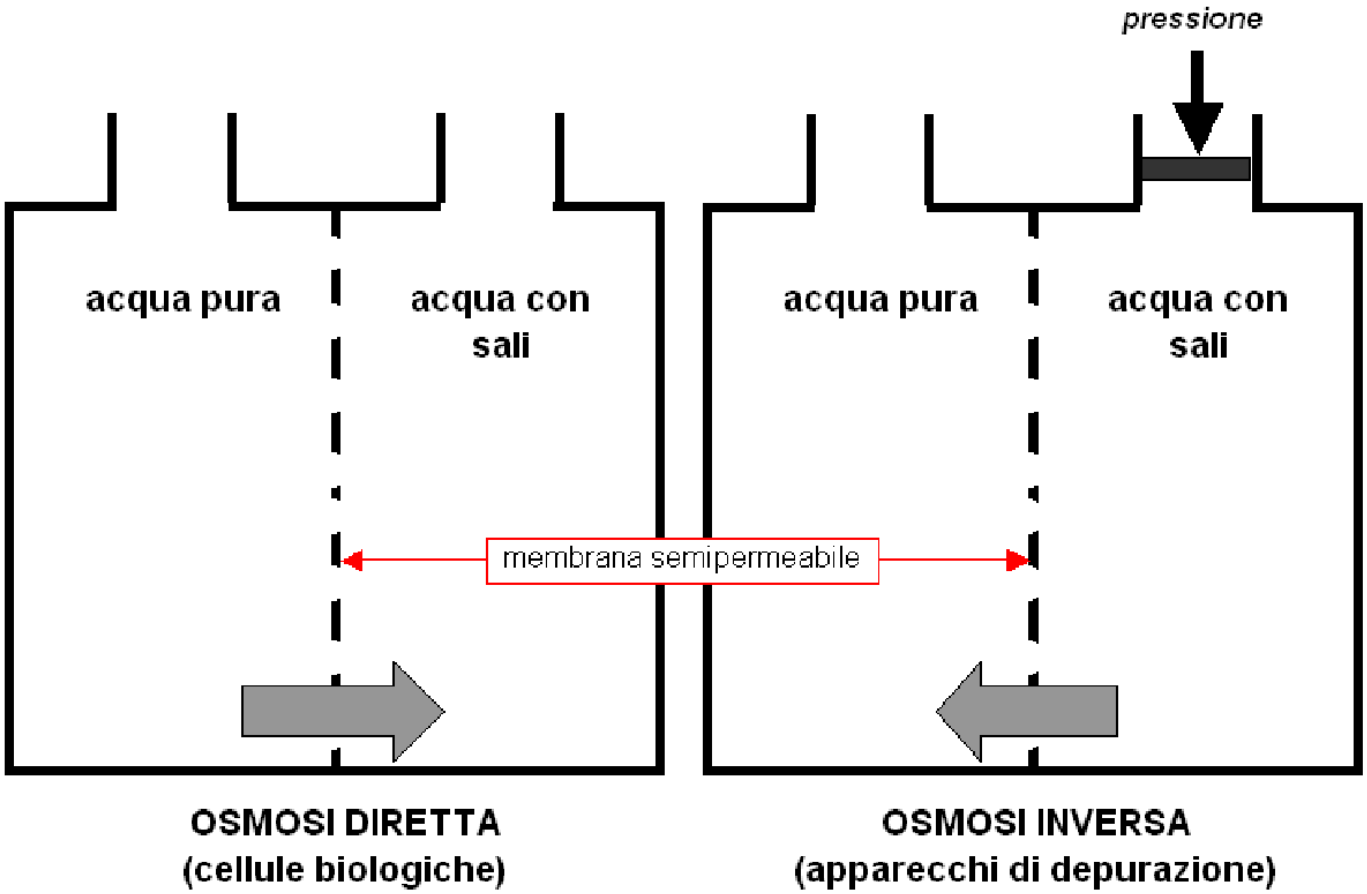
L'Osmosi è una parola di origine greca (*Osmós* = impulso) che si riferisce al passaggio di molecole del solvente di una soluzione più diluita (con una minore concentrazione di sali e sostanze) ad un'altra più concentrata (con una maggiore concentrazione di sali e sostanze), attraverso una membrana semipermeabile che separa le due soluzioni.

La membrana semipermeabile lascia passare tutte le molecole del solvente (l'acqua), ma solo una parte di quelle della soluzione salina (quindi solo alcuni minerali, togliendo i contaminanti).

Tra tutti i sistemi di filtrazione basati sul passaggio forzato, a pressione, dell'acqua attraverso una membrana semipermeabile che trattiene le micro impurità (come la *microfiltrazione*, l'*ultrafiltrazione* e la *nanofiltrazione*, tecniche usate sempre più anche nell'industria alimentare, vedi latte e vino), l'osmosi inversa è quello piu efficiente, perché riesce a funzionare con pori davvero microscopici.

L'Osmosi inversa è dunque un processo di separazione che per mezzo di una pressione esercitata su un liquido è capace di separare i sali minerali ed i contaminanti delle molecole di acqua pulita, attraverso una speciale membrana semipermeabile (simile a quella delle nostre cellule) che lascia passare solo acqua buona.

Questo sistema ha però una particolarità: è lento e inefficiente per uso domestico e molto costoso; l'80-90% dell'acqua viene sprecata. E' necessaria un'alta pressione dell'acqua. Può rimuovere anche i minerali benefici. Col tempo la membrana può intasarsi riducendo l'efficienza.



Un buon filtro ad Osmosi inversa, quindi è già da solo un'ottima soluzione, a livello industriale!

Se abbiamo – in quanto occidentali urbanizzati - la fortuna di avere acqua potabile dal rubinetto di casa (*a costi che sono da 100 a 2.000 volte più bassi dell'acqua minerale!*), ed è vero che gli acquedotti fanno comunque controlli molto più frequenti di quelli imposti alle aziende di acqua minerale (che dovrebbero essere controllate appena una volta ogni 5 anni, al cambio di etichetta, salvo scrupoli diversi da parte delle Regioni...), allora per avere acqua buona comodamente a casa nostra, la cosa migliore è installare una macchina casalinga per il trattamento sul punto d'uso, cioè in cucina.

Anche perché poter lavorare sulla certezza di acque potabili, ci permette con cifre accettabili di rendere l'acqua che beviamo veramente straordinaria per il nostro organismo.

Quindi... che filtri usare?

L'Osmosi inversa! se utilizza membrane di buona qualità rimuove al 95% i metalli pesanti, l'arsenico, la diossina, i fosfati, i fluoruri e i contaminanti radioattivi, riducendo sensibilmente il calcare. Abbinata ai carboni attivi dura anche molto di più...

Morale della favola...

Solo una corretta combinazione di carboni attivi (che pre filtrano) e di osmosi inversa (che filtra a fondo), può garantirti un'acqua pura e benefica per il tuo organismo (cosa che peraltro si può anche avere con costi contenuti di installazione e manutenzione!)

Essendo piuttosto complicato il sistema di osmosi inversa, anche un ottimo sistema di una corretta combinazione di carboni attivi e microfiltrazioni e lampade UV risulta essere una soluzione interessante per l'eliminizione di microrganismi disciolti nell'acqua.

Come sta andando? Fin qui e tutto chiaro?

Ricapitolando, abbiamo visto insieme fin qui **L'Oro Blu !**

L'Acqua che bevi è così pura come pensi?:

1. perché l'acqua è importante per il nostro **benessere**,

2. cosa, quanto, quando e come **bere**,

3. quali sono i **limiti dell'acqua pubblica**,

4. quali sono i **rischi delle acque in bottiglia**,

5. l'impatto **ecologico** dei consumi idrici,

6. come funziona il ***Ciclo dell'Acqua*** sul nostro pianeta,

7. come si tratta l'acqua e come sia possibile **purificarla** per

migliorarne qualità e biodisponibilità.

La Bio Elettronica di Vincent

Chi è il Prof. Vincent?

Quasi un secolo fa alcuni studiosi francesi ipotizzarono e verificarono la teoria che ogni cellula emetta delle piccole

correnti elettriche, come tante microscopiche batterie.

Ed è da questa scoperta che partì il Prof. Vincent.

Louis-Claude Vincent, ingegnere, nacque nel gennaio del 1906 a Puy, in Alta Loira (Francia).

Nel 1932 fu nominato Presidente dell'*Associazione Francese all'Urbanistica e alla Sanita*. Grazie a tale ruolo poté interessarsi alla qualita dell'acqua potabile per scoprire la causa di un fatto allora apparentemente inspiegabile... sappi che il lavoro del Prof. Vincent – ancora per molti versi non adeguatamente conosciuto - ha avuto davvero un impatto notevole sulla comprensione dei meccanismi che stanno alla base della salute.

Nel suo studio scoprì che le città con le più alte percentuali di mortalità erano in realtà quelle in cui la qualità dell'acqua era peggiore, cioè più "trattata" e più mineralizzata.

Vincent riuscì a verificare personalmente indiscutibili conclusioni sulla correlazione tra acqua potabile e benessere della popolazione:

"Il tasso di mortalità per ogni tipo di malattia e in particolare tubercolosi, affezioni cardiovascolari e cancro, e legato alla qualità dell'acqua distribuita alla popolazione. Esso cresce in modo particolare quando le acque sono molto mineralizzate e rese potabili artificialmente dopo trattamento fisico ed aggiunte di prodotti chimici ossidanti".

Dopo oltre 60.000 misurazioni su pazienti ospedalizzati con varie patologie, nei primi anni '70 Vincent arrivò a formulare le *Leggi della Bio Elettronica*, che oggi permettono, grazie ad appositi macchinari diagnostici, di testare i principali liquidi organici umani (sangue, saliva e urina) sulla base di 3 parametri specifici.

I 3 parametri magici dell'acqua pura e disintossicante

Tornando al *focus* di questo lavoro, verso il 1946 Vincent postulò che una soluzione acquosa può essere qualificata e rappresentata in modo rigorosamente scientifico da tre fattori oggettivi e misurabili: il pH, l'rH2 ed il □(*ro*).

Vediamoli velocemente uno per uno.

PH: IL GRADO DI ACIDITA'

Il pH è un parametro chimico che misura la concentrazione di ioni idrogeno positivi (H+) o negativi (OH-) in una soluzione acquosa. Nello specifico:

- se prevalgono gli ioni positivi (cioè prevalgono gli atomi che hanno perso elettroni) è acida (*magnetismo positivo*),
- - se sono di più gli ioni negativi (atomi che hanno preso elettroni negativi) è basica o alcalina (*magnetismo negativo*),
- se gli ioni positivi sono di pari numero a quelli negativi, è neutra.

Una soluzione può essere dunque acida (pH minore di 7,07, come il succo di limone), basica (pH maggiore di 7,07, come l'ammoniaca) o neutra (pH 7,07, come l'acqua distillata).

Qui accanto puoi vedere una tabella di Wikipedia con il pH di alcune sostanze

http://it.wikipedia.org/wiki/Acidit%C3%A0

Valori rappresentativi di pH

Sostanza	pH
acido cloridrico 1 M	0
Batteria acida	1,5
Succo gastrico	1,5 – 2,0
Succo di limone	2,4
Coca Cola	2,5
Aceto	2,9
Succo di arancia o mela	3,5
Birra	4,5
Pioggia acida	<5,0
Caffè	5,0
Tè o pelle sana	5,5
acqua deionizzata a 25 °C	5,0 - 6,0
Latte	6,5
acqua pura a 25 °C	7,0
Saliva umana normale	6,5 – 7,4
Sangue	7,34 – 7,45
Acqua di mare	7,7 – 8,3
Sapone per le mani	9,0 – 10,0
Ammoniaca domestica	11,5
Varechina	12,5
Lisciva	13,5
Idrossido di sodio 1 M	14

Quali i parametri di Vincent sul pH dell'acqua?

Secondo Vincent i valori di pH ottimali per l'acqua potabile ai fini salutistici sono compresi tra 6,4 e 6,8 (leggermente acida e positiva).

Normalmente i sistemi di distribuzione pubblica dell'acqua (acquedotto), allo scopo di ridurre la corrosione degli impianti, tendono ad aggiungere sostanze chimiche per rendere meno acida l'acqua (come l'ampiamente citato *ipoclorito di sodio* che è estremamente basico) portando il pH fino a 8.0.

Dalle etichette è facile verificare come poche acque minerali attualmente in commercio abbiano un pH inferiore a 7.0 e questo già ci dice che non molte acque in bottiglia rispettano il parametro salutistico del pH.

RH2: IL POTERE DI OSSIDORIDUZIONE

L'rH2 dà invece un'indicazione del potenziale di ossidoriduzione in relazione ad un determinato pH (ovvero *quanto la soluzione tenda ad ossidare o a ridurre*).

In termini pratici, il parametro rH2 indica quindi la "vitalità biologica" dell'energia di una soluzione, cioè la quantità di molecole di Idrogeno cariche elettricamente e disponibili in quella soluzione.

L'Rh2 ci dice quanta carica energetica la soluzione, quindi in un certo senso quanto sono carichi questi ioni, a prescindere dal fatto che siano positivi o negativi.

Semplificando allo stremo, il pH indica quanto il liquido è positivo o negativo, mentre l'rH2 ci dice la sua quantità di energia.

La scala di valori per l'rH2 va da 0 a 42:

0 = massima carica elettrica (corrispondente alla massima pressione

dell'idrogeno),

28 = energia media (dove idrogeno e ossigeno hanno la stessa

pressione e sono in equilibrio),

42 = minimo di carica elettrica (massima pressione dell'ossigeno).

Un liquido con valori di rH2 superiori a 28 è dunque scarico e ossidante (con una minima pressione di Idrogeno) e di conseguenza "*invecchiante*", in quanto già ricco di elettroni di ossigeno e dunque incapace di prenderne altri: incapace cioè di inglobare e di annullare i temibili radicali liberi prodotti dal nostro organismo, perlopiù *elettroni allo sbando*...

Mentre una soluzione con valori inferiori a 28 è carica e riducente (con una massima pressione di Idrogeno) e di conseguenza "*anti età*", in quanto con pochi elettroni di ossigeno è in grado di contrastare la naturale ossidazione cellulare dell'organismo facendosi carico dei nostri radicali liberi e annullandoli, un po' come fanno i famosi *antiossidanti* della frutta.

Quali i parametri di Vincent sul potere di ossidoriduzione (rH2) dell'acqua?

Secondo Vincent i valori di rH2 ottimali per l'acqua potabile a fini salutistici sono compresi tra 22 e 24 (quindi abbastanza riducente e "anti età").

: RESISTIVITA' DI UN LIQUIDO

La resistività di un liquido, (lettera greca che si pronuncia *ro*) esprime infine la resistenza elettrica di un liquido, che è inversamente proporzionale alla concentrazione ionica di minerali presenti.

La capacità di un liquido di far passare la corrente dipende dalla concentrazione di sali minerali disciolti: più Sali minerali disciolti ci sono (anche chiamati *elettroliti*), maggiore è la conducibilità elettrica del liquido.

Questo parametro esprime resistenza elettrica specifica di una soluzione (*resistività*), e la sua unità di misura è l'Ohm per cm.

Quali i parametri di Vincent sulla resistività (*ro*) dell'acqua?

Secondo il Prof. Vincent, i valori di (ro) ottimali per l'acqua potabile sono quelli corrispondenti ad una conducibilità compresa tra 20 e 167 μS (corrispondenti a valori compresi tra 50.000 e 6.000 Ohm), e comunque preferibilmente prossimi al limite inferiore: cioè bassa conducibilità e alta resistività.

Il Prof. Vincent ha verificato che le popolazioni che bevono acque alcaline, ossidate e altamente conduttive hanno un'aumentata incidenza di malattie quali cancro e trombosi.

BEV o Bio Elettronica di Vincent

La *Bio Elettronica* di Vincent (il cui acronimo è *BEV*) si può definire come:

"*Scienza che misura con determinati apparecchi i livelli elettromagnetici dei liquidi organici o per uso organico*".

Il metodo messo a punto da Vincent dimostra che l'acqua potabile presenta una migliore biocompatibilità con l'organismo umano se i parametri (pH, rH2 ed r) rientrano nel *range* di valori ottimali che abbiamo già visto.

Quindi, secondo la metodica BEV, l'acqua e bio-compatibile se è pura (= non contaminata), ma anche se possiede caratteristiche elettromagnetiche ed energetiche in grado di ottimizzare i processi biologici del corpo umano.

i dati riportati in questa tabella ti aiuteranno nella scelta della tua prossima Acqua!!!

Parametro	*Range* valori ottimali BEV
pH	6,40 – 6,80
rH2	22 - 24
r	50.000 – 6.000 Ohm/cm

L'Acqua dell'Eterna Giovinezza esiste ?

L'Acqua degli Hunza

Nel web si fa un gran parlare da anni degli **Hunza** (o *Buruscio*), una popolazione che vive tuttora a **2.400 m di altitudine** nel nord del Pakistan, in una valle isolata posta sotto la catena dell'Himalaya.

Perché se ne parla tanto? Perché sembra che i rappresentanti di questo popolazione registrassero fino a qualche anno fa **aspettative di vita superiori ai 120 anni**, ed un evento del genere non poteva facilmente passare inosservato...

Lascio la parola a *Wikipedia*:

"Ralph Bircher uno dei maggiori studiosi di questo popolo di circa 10.000 individui, riporta alcune caratteristiche sbalorditive, quasi leggendarie, nel suo libro Gli Hunza, un ***popolo che ignorava la malattia****, ovvero: - sono o meglio erano prevalentemente* ***vegetariani*** *(la carne era consumata piuttosto raramente),*

- la dieta si basava su un ***apporto calorico inferiore alle 2000 kcal****, nonostante i lavori piuttosto pesanti che svolgevano,*

- praticavano un duro ***semi-digiuno stagionale*** *a causa dell'assottigliamento delle scorte dei viveri in attesa del nuovo raccolto,*

- gli ***indumenti*** *che indossavano erano poco adatti, secondo i parametri comuni, a sostenere i rigori invernali,*

- l'età media riguardo alle aspettativa di vita era calcolata a circa ***120 anni,***

- l'efficienza fisica e la smagliante salute permaneva fino a ***tarda eta,***

- ***non si conoscevano malattie*** *(prima dell'arrivo massiccio dei prodotti della civiltà consumistica). La longevità e la salute perfetta degli hunza hanno fatto avanzare diverse ipotesi a questo riguardo. Le più attendibili riguardano...*

- la dieta naturale e vegetariana e il semi-digiuno obbligato stagionale,

l'altitudine e l'ambiente incontaminato in cui vivono.

Altri ipotizzano addirittura che l'elisir della loro lunga vita fosse il torrente *a cui attingevano l'acqua con particolari virtù salutari."*

Fonte: http://it.wikipedia.org/wiki/Hunza_%28popolo%29

Certamente l'uso di **alimenti freschi, vegetali** (poca carne), **spesso crudi, con restrizione calorica costante** (cioè con l'abitudine di mangiare poco), unito ad una **regolare attivita fisica in un ambiente incontaminato**, deve aver favorito la loro leggendaria e salutare longevità.

Per non parlare degli **abiti leggeri ,** abiti che - come insegnano da sempre alcuni tra i popoli più saggi della Terra (indiani in testa) - favoriscono una migliore **circolazione sanguigna**, permettono una maggiore **traspirazione** della pelle, nonché una maggiore esposizione ai benefici **raggi del sole** (quella che crea vitamina D).

Anche la pratica igienica dei ***Bagni Derivativi***, resa celebre da **France Guillain**, si basa peraltro sui benefici di ridurre al massimo la presenza di vestiti attillati, lacci, costrizioni elastiche, per consentire al **Sistema Linfatico** di svolgere al meglio il suo lavoro di disintossicazione.

Vivere in ambienti asciutti e freschi (*la valle degli Hunza è a oltre 2.400 m/slm!*), d'altro canto si sa... ***conserva*** letteralmente meglio! ☺

L'*Acqua degli Hunza* proveniva in realtà da **antichi ghiacciai ricchi di minerali particolari**, e presentava caratteristiche fisico-chimiche piuttosto anomale (viscosità, tempi di congelamento, etc.).

L'*Acqua degli Hunza* era sì ricca di minerali, ma che **la forma e la dimensione di questi minerali** - diversamente da quanto capita con la normale acqua potabile – **ricordava molto da vicino quella dei minerali naturalmente presenti nei liquidi nostri cellulari**. In pratica erano minerali simili a quelli organici biocompatibili.

La forma anomale era quella di **sfere minuscole** che a contatto con l'idrogeno e l'ossigeno dell'acqua creavano **strutture cristalline caricate elettricamente e ricche di elettroni negativi (H-) in grado,** teoricamente, **di ripulire l'organismo elettromagneticamente**.

Si è ipotizzato che questa forma e queste dimensioni probabilmente derivassero dalla continua e poderosa **operazione di "*macinamento*"** dei minerali effettuata dai millenari **ghiacciai**, che sciogliendosi si incanalavano nelle fonti da cui gli Hunza bevevano.

Una delle teorie prevalenti sostiene che fossero proprio questi **pochi minerali colloidali** a far bene agli Hunza, perlopiù svolgendo un ruolo **fluidificante** di tipo **elettromagnetico in grado di** contrastare la naturale tendenza bioelettrica dei globuli rossi ad ammassarsi nel sangue.

La **fluidita del sangue** è certamente un elemento indicatore di longevità e salute, poiché le persone anziane e quelle con problemi cardiovascolari, hanno anche a causa di una ridotta idratazione, un sangue più denso del normale. Se il sangue è denso, il cuore fatica di più, la pressione si alza e la macchina *a lungo andare* si rompe...

Indubbiamente la situazione ambientale e la posizione geografica rendevano quest'acqua anche particolarmente **pura**, e come ricorderai, affinché un'acqua sia in condizione di caricarsi di tutte le scorie cellulari dev'essere il **piu "vuota possibile".**

Se vediamo l'acqua alimentare come un vettore, come un furgoncino dei rifiuti, un'acqua troppo mineralizzata, piena di sostanze chimiche derivate dal cloro, di nitrati e di metalli pesanti (*per fermarsi qui...*) non avrà posto a bordo per svolgere questa fondamentale azione di **pulizia osmotica**.

Quindi l'acqua degli Hunza, come capita per molte sorgenti di alta quota, era un'acqua sostanzialmente **priva di sali minerali disciolti in quantita e forma tradizionali e molto leggera**, ma era anche un'acqua con una **bassa durezza** (cioè con poco *calcare*). E questo, come già detto per l'Acqua BEV, le permetteva anche di **ripulire osmoticamente** il corpo, grazie alla sua leggerezza e al basso tenore in minerali disciolti.

Ecco dunque **la prima presunta funzione salutistica** di questa acqua:

riuscire nel suo viaggio attraverso l'organismo a fluidificare – grazie alla carica elettronegativa - gran parte dei liquidi fisiologici, sangue in primis, permettendo tra l'altro una piu efficace eliminazione delle tossine prodotte grazie anche alla sua purezza e alla sua leggerezza.

Peraltro molti studiosi sostengono che il merito della sua salubrità fosse dovuto anche al **pH alcalino.**

Dobbiamo infatti tenere a mente che il normale ricambio cellulare, anche di una persona che vive in un posto incontaminato seguendo le migliori abitudini salutistiche, **crea sempre scorie cellulari acidificanti**, tanto che molti sostengono che **acidificazione cellulare** e **invecchiamento cellulare** siano praticamente **sinonimi.**

Ecco perché da anni si parla del **valore preventivo dei cibi alcalinizzanti,** che si basa su un presupposto simile.

Con il tempo **tendiamo all'acidosi**, e se vogliamo vivere meglio e più a lungo, **conviene privilegiare cibi che non lascino residui acidificanti .**

L'acidificazione delle cellule è infatti la tendenza biologica più naturale per il nostro organismo, dal momento che come anticipato anche il ricambio cellulare **crea tossine acide** (*tossine endogene*).

E' inoltre dimostrato che anche **l'interazione con un ambiente inquinato crea acidita** (*tossine esogene*). Sia l'aria che respiriamo oggi inquinamento, fumo) che il cibo che mangiamo (sempre più **raffinato**, **conservato** e **manipolato** chimicamente, per non parlare dei **farmaci** di sintesi) stanno incrementando in modo progressivo la creazione di scorie acide da parte del nostro organismo.

La seconda presunta funzione salutistica dell'*Acqua degli Hunza*, sarebbe dunque:

contrastare grazie ad un pH alcalino ***l'acidificazione naturale del corpo*** *normalmente indotta dalle* ***tossine endogene*** *(scarti metabolici) ed* ***esogene*** *(inquinamento ambientale).*

Dobbiamo però capire una cosa.

E' vero che il nostro sangue ha un **pH di 7.36**, e che è vitale che resti su questi parametri, dato che uno scostamento anche apparentemente minimo (es. pH 7 o 8) potrebbe causare danni gravi, in alcuni casi addirittura la morte...

Pero sappiamo che il corpo ha le sue difese!

Il nostro organismo non solo riesce a monitorare costantemente questi valori in tempo reale, ma **possiede anche dei sistemi estremamente efficienti ed evoluti per normalizzarli e tamponarli** in caso di necessità, soprattutto quando i valori tendono ad abbassarsi verso l'acidità.

Nell'arco di pochi minuti interviene poi la **respirazione, che butta fuori** con la CO2 altri ioni positivi di idrogeno e infine in ultima istanza (*nel giro di qualche ora*) il corpo espelle ulteriori ioni positivi di idrogeno acidi attraverso le **urine**.

In ogni modo **non tutti gli acidi sono uguali.**

I cosiddetti **acidi *deboli*** (come l'acido carbonico e altri acidi organici presenti nel sangue in forma gassosa tipo l'anidride carbonica, o quelli di fonte vegetale come l'acido ascorbico del succitato limone) vengono facilmente eliminati attraverso la normale respirazione polmonare.

Il problema sono gli altri, gli ***acidi*** cosiddetti ***forti*** - come l'acido solforico, urico o lattico – acidi provenienti soprattutto da un'alimentazione a base animale e dall'eccessivo movimento.

Gli acidi forti - non essendo acidi volatili - **non possono essere eliminati senza consumare anche le scorte di tamponi alcalini del sangue** e stressare i reni.

Lynda Frassetto, Professoressa e Neurologa dell'Università di San Francisco, scoprì verso la metà degli anni '60 che **invecchiando tendiamo a perdere parte dei tamponi alcalini del sangue**.

Secondo lei, invecchiare significa non riuscire a compensare adeguatamente gli acidi cellulari prodotti dal nostro corpo.

Con pochi bicarbonati disponibili, diventa difficile compensare le scorie acide, per annullarle e poi espellerle con i reni.

Quando la riserva alcalina naturalmente disponibile nel sangue e nei tessuti si esaurisce, il prelievo dei minerali alcalini necessari per neutralizzare l'eccessiva acidificazione (acidosi) avviene dai **denti** e dalle **ossa**.

Ecco spiegata la principale causa di **carie** e di **osteoporosi** (o di *osteopenia,* la rarefazione ossea che facilita l'osteoporosi)!

Se al contrario non riusciamo a compensare questi acidi, il risultato probabile nel tempo sarà gotta, infiammazione articolare, calcoli renali, stitichezza, problemi digestivi, etc.

L'idea è quella che **l'*Acqua degli Hunza* in quanto basica contrasterebbe l'acidificazione** e **migliorerebbe la salute**.

Però **affermare che un'acqua basica o alcalina contrasterebbe l'acidificazione del sangue e un'ipersemplificazione tanto affascinante quanto fisiologicamente infondata**.

Anche l'acqua basica (con pH 9 o 10), una volta ingerita, deve fare infatti i conti con gli **acidi dello stomaco**, con la sola differenza che il sistema digestivo deve produrre molti più acidi per compensare questa basicità estrema.

E una cosa è certa: **questo pH piu alto (basico) non puo in alcun modo incidere sul pH delle cellule dei vari organi, perche ne lo stomaco, ne l'intestino potrebbero far transitare nel sangue un'acqua tanto alcalina**, che finendo nel sistema cardiovascolare **ci ucciderebbe all'istante.**

Secondo me si tratta di una semplice **correlazione**, non di una causalità diretta.

Come dire: **ci sono dei parametri salutistici di acque di fonte che a certe condizioni corrispondono ad un'acqua leggermente basica** (superiore a 8), **ma non per questo basta innalzare il pH dell'acqua rendendola alcalina per avere automaticamente un'acqua dal forte impatto salutistico**.

Peraltro, dato che molti sostenitori dei macchinari che producono acqua basica a scopo preventivo (*vd. sotto Acqua Kangen*) suggeriscono di usare addirittura acqua con **pH 10**, mi preme ricordare che in base alla **legge vigente** (attualmente il D.Lgs. 31/2001) **l'acqua per uso potabile dovrebbe andare da un minimo di pH 6,5 ad un massimo di pH 9,5.**

Passiamo al terzo punto: l'Idrogeno. L'*Acqua degli Hunza* era ricca di Idrogeno attivo.

Inondare frequentemente i tessuti con idrogeno *riducente*, cioè pronto a sganciare un elettrone in grado di annullare un radicale libero di ossigeno), dovrebbe evidentemente sostenere la nostra naturale battaglia contro l'ossidazione. E probabilmente oltre a tutti i parametri pro-benessere di cui abbiamo parlato, era soprattutto questo idrogeno attivo presente nell'acqua ad impedire che **il corpo degli Hunza si *arrugginisse*** (crivellato dai radicali liberi di ossigeno) invecchiando anzitempo, per così dire...

La cosa bella dell'idrogeno attivo e che la sua funzione antiossidante non lascia sostanze ossidate.

Mi spiego meglio: quando una vitamina antiossidante come la **Vitamina C** cede un elettrone, nel far ciò annulla la valenza ossidante del radicale libero, ma nel far ciò ***si sacrifica***, ossidandosi essa stessa e lasciando nel corpo una certa *scoria*.

Ovviamente meno inquinante, ma pur sempre **una scoria che richiedera l'intervento di un'altra vitamina antiossidante e cosi via.**

Quando invece è l'Idrogeno con un elettrone (**OH-**) in più a farlo, quello che resta è semplicemente **acqua**, non un altro residuo da gestire ed espellere.

Una delle caratteristiche che differenziano un elemento vitale da uno morto è la presenza o meno di campi elettrici e magnetici.

Grazie alla *Bio Elettronica* come abbiamo visto conosciamo il pH, l'rH2, e la *resistitività*. Se aggiungiamo al quadro anche il **potenziale *redox*** (anche detto **ORP**, *Potenziale ossido-riduttivo*, ed indicato con **E**) avremo tutte le indicazioni elettriche per capire la vitalità degli alimenti.

Il potenziale Redox (E) si misura in mV (*millivolt*), e rappresenta la **capacita di riduzione elettrica di ossidanti**, e per converso misura il **potere antiossidante degli alimenti**. La formula matematica di Nerst **E=30(rH2-2pH)** (*la riporto solo per gli esperti!*) ci dice che questo fattore è **direttamente proporzionale al fattore rH2**, e che diminuisce quanto più l'acqua è basica.

In linea di massima E oscilla tra 600 mV (massimamente ossidante) e –600 mV (massimamente antiossidante, o riducente), con lo 0 come spartiacque neutro.

Ai nostri fini possiamo dire che *teoricamente* **piu basso é il potenziale Redox, meglio é per le nostre cellule**. Tanto per avere un'idea, l'acido ascorbico da solo ha 166 mV, una spremuta di arance fresche sta sui -100 mV, il succo appena spremuto di carota biologica sta a –120 mV e l'acqua Hunza arriva a –350 mV.

La **terza funzione** di benessere ipotizzata per l'Acqua degli Hunza era dunque:

la straordinaria quantita di idrogeno attivo (idrogeno con un elettrone in piu, OH-) presente nell'acqua, e quindi il suo alto potenziale Redox (ORP).

Tuttavia il benessere è anche una questione di **equilibrio**, e **non è detto che una sostanza che fa bene in piccole quantita possa far bene anche in grandi quantita!** ☺

Pensa per esempio alla **temperatura** di un appartamento. Dal momento che il freddo ci fa soffrire e ammalare, **diresti che piu alta è la temperatura in una stanza e meglio è?** Se fosse possibile, riscalderesti una stanza oltre i 40°C? Credo proprio di no!

Quello che ci serve è in effetti il *tepore*, cioè un giusto mix di calore e umidità, non il calore in senso assoluto. Quel che conta nella vita, biologica (ma non solo) è trovare un equilibrio, quello che i biologi chiamano *omeostasi*.

Gli studi di Vincent sono stati fatti sui **consumi quotidiani e ripetuti di intere comunita**: da qui viene l'indubbio valore delle sue **scoperte pratiche, non teoriche**.

Riassumendo questo terzo punto, **l'ipotesi che l'acqua degli Hunza funzionasse come antiossidante grazie alla grande quantita di idrogeno attivo di cui era ricca ci sembra legittima, soprattutto se ipotizziamo che la bevessero direttamente alla fonte**.

Delegare all'Idrogeno attivo presente nell'acqua potabile questa importante funzione strategica per la nostra salute non significa tuttavia dimenticarci dell'importanza del lavoro antietà svolto sinergicamente da **micronutrienti vegetali freschi**, da **piccole quantita di cibo**, da un ambiente **immacolato** e da un'**attivita fisica** frequente.

Ma attenzione: una cosa è bere l'acqua del ghiacciaio Hunza, è una cosa pensare di riprodurre questo miracolo in città!

Teniamo presente che il potenziale Redox (ORP) di questa Acqua, come di qualsiasi liquido ricco di Idrogeno attivo, è estremamente **instabile** e che gli alimenti di questo tipo si ossidano altrettanto velocemente, spesso nel giro di pochi secondi.

Riassumendo, **e molto arduo sostenere che la celebre longevita degli Hunza dipendesse in via prioritaria dalla loro acqua**, trattandosi di un fattore accompagnato da tante altre **sane abitudini** in un contesto ambientale quasi **immacolato**.

In conclusione... Esiste l'***Acqua dell'Eterna giovinezza?***

Se c'è, credo che per noi Occidentali caucasici sia più quella BEV di Vincent

che non quella ionizzata alcalina (tipo Kangen.prodotta dai Giapponesi)

In ogni modo – leggi con attenzione - dato che l'invecchiamento è un **fenomeno multifattoriale, possiamo escludere al momento che si possa ricreare in laboratorio un'acqua in grado da sola di mantenerci giovani e sani**, a prescindere dal livello di **intossicazione** chimica, energetica ed emotiva e dallo stile di vita con cui viviamo.

Il benessere è un progetto a lungo termine su cui lavorare tutti i giorni.

"*Non esistono pillole magiche*"!

Ultimo passaggio teorico... verso le **energie sottili** e oltre!

Ed ecco **la terza e ultima caratteristica che una buona acqua per uso alimentare dovrebbe avere**.

Ti preannuncio che ci stiamo spostando dalla scienza sperimentale alle supposizioni per così dire ***metafisiche*** (o meglio: dalle verifiche scientifiche già assodate a quelle *ancora* da verificare!)

In ogni caso, ti consiglio di leggere le pagine che seguono mettendo a tacere il tuo *Giudice Interiore*, ***facendo finta che*** **sia tutto vero e verificato** dalla più rigorosa delle scienze esatte...

Come vedrai hai molto da guadagnare e ben poco da perdere! ☺

Acqua pura, energizzante e antiossidante

(ma anche spiritualmente Viva!)

Dalla memoria dell'acqua alle energie sottili

Sappiamo tutti bene che l'acqua è la base ed il substrato insostituibile della vita animale e vegetale. Finora si è parlato di caratteristiche fisiche, chimiche ed elettriche misurabili e regolarmente verificabili con i tradizionali metodi scientifici.

Esistono altri elementi non misurabili, diciamo *spiritualmente vitali*, che possono influenzare **il valore dell'acqua potabile?**

Aldilà della purezza e delle caratteristiche organizzate, dato che stiamo cercando di ottenere la migliore acqua possibile per il nostro benessere (valore biodinamico), e dal momento che ***l'acqua e vita***, e la vita ha **memoria**, anche l'acqua avrà una sua memoria, ci tengo a spendere due parole anche su questa ***memoria dell'acqua***.

Anche su questo argomento ci sono diversi elementi da valutare...

Probabilmente avrai sentito già parlare delle **fotografie dell'acqua** del **Prof. Masaru Emoto.**

Esponendo l'acqua a diverse forme di energia (grafica, verbale, musicale, addirittura mentale), congelandola e fotografandone i cristalli di ghiaccio con un potente microscopio, lo studioso giapponese Emoto ha ottenuto centinaia di immagini diverse, che testimoniano senza ombra di dubbio che:

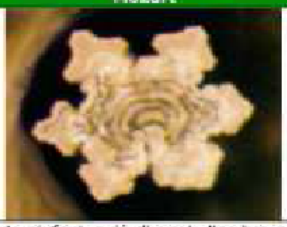
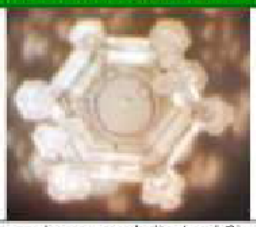
1. l'acqua non è tutta uguale e **cambia** il suo stato nel tempo,

2. l'acqua viene influenzata dai diversi tipi di **energia** cui viene esposta.

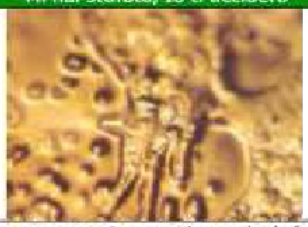
Possono sembrare discorsi ***New Age*** poco scientifici, ma è un fatto che **Emoto abbia dimostrato -** nonostante la folta schiera di detrattori - **di poter modificare qualcosa a livello energetico nell'acqua** intervenendo non solo con energie chimiche e fisiche misurabili, ma anche solo con la semplice esposizione ad **energie sottili.**

Acqua esposta a tipi diversi di musica

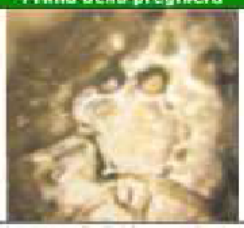
Kawachi, canzone di un ballo popolare	"Aria per la 4a corda" di Bach	"Canzone di addio" di Chopin
Questa musica è stata amata e cantata da molte persone per centinaia di anni, forse per questo ha qualche potere terapeutico.	Con questo famoso pezzo di violino sembra quasi che il cristallo sia rimasto incantato dal suono della musica. La ramificazione dei cristallo di acqua si estendono liberamente.	La forma di base del cristallo è quasi perfettamente divisa in piccole parti che si sono "separate" l'una dall'altra.

Musica Heavy Metal	"Sinfonia n° 40 in Sol Minore" di Mozart	"Variazioni Goldberg" di Bach
		
Questa musica è piena di rabbia e sembra avercela con il mondo intero. Di conseguenza, la base esagonale ben formata del cristallo si è spezzata in molti pezzi. Non è che la musica metal è negativa, solo che ci deve essere un problema con il testo.	Questa sinfonia, più di ogni altro lavoro di Mozart, è una musica piena di sentimento che sembra inseguire la bellezza. Un pezzo di profonda riflessione che sembra quasi una preghiera alla bellezza. Questa musica cura quietamente il cuore di chi l'ascolta.	Questa musica venne dedicata al Sig. Goldberg, come riconoscenza per tutto quello che Bach gli doveva. A differenza dei cristalli formati dall'acqua distillata di base, qui si può vedere che dagli spigoli di un esagono si formano altri esagoni.

Acqua "*esposta*" a parole scritte

Amore/Apprezzamento	"Grazie" in giapponese	"Mi hai stufato, Io ti ucciderò"
		
La coscienza delle persone contenuta dell'amore e nell'apprezzamento. Solo esprimendo amore e gratitudine l'acqua attorno a noi e nei nostri corpi cambia in modo così bello.	In questo esperimento abbiamo usato di base acqua distillata e la parola "Grazie".	Dopo aver esposto a queste parole, la forma dell'acqua è risultata brutta. Il cristallo era distorto, impieso e disperso. Vivere in un mondo dove parole come queste vengono usate senza ritegno suscita sgomento.

Acqua di una lago, esposta ad una preghiera

Prima della preghiera	Dopo la preghiera	Fonte di Lourdes
		
L'acqua e i cristalli del bacino di Fujiwara prima di dedicarle una preghiera.	L'acqua e i cristalli del bacino di Fujiwara dopo la preghiera.	"La fonte sacra di Lourdes" è nota per essere una fonte miracolosa. Questo cristallo esprime i meriti della coscienza collettiva. Un cristallo misterioso che emana il sentimento della gloria mistica.

Sottoponendo l'acqua a fonti di radiazioni misurabili e non misurabili, si è visto che l'acqua cambia aspetto (e dunque *disposizione energetica*, per

così dire) **anche in base a fattori che vanno oltre le conoscenze**

scientifiche attuali.

Dunque **tiene traccia in qualche modo di tutte le energie con cui viene a contatto**.

Quali sono queste energie?

1. Energie chimiche.

Sono le **energie veicolate da sostanze che in qualche modo riducono la purezza dell'acqua** sporcandola e modificandone la composizione, sostanze *biologiche e naturali* (come i batteri o i metalli pesanti), ma anche *artificiali* e *sintetiche* (come farmaci o derivati del petrolio)...

Su questo credo ci sia poco da insistere (peraltro le foto ai cristalli di acque inquinate parlano da sole, basta cercare su internet o comprarsi il libro di Emoto www.ilgiardinodeilibri.it/ricerca.php?q=masaru+emoto?pn=466).

2. Energie fisiche.

Sono **le energie misurabili studiate dalla fisica** (altrove definite *dense*: energia termica, elettromagnetica, gravitazionale, meccanica, etc.), che cambiano l'acqua con cui entrano in contatto anche quando *teoricamente* non dovrebbero avere forza sufficiente per modificarne lo stato fisico.

Tutti sappiamo che il calore di una fiamma modifica lo stato fisico dell'acqua di un pentolino, ma non rientra nelle nostre esperienze il fatto che le **note di un brano musicale** possano avere un qualche effetto misurabile sull'oro blu

(famose le foto che comparano il disordine dell'esposizione alla musica *Heavy Metal* con la bellezza dell'esposizione alla Musica Classica), oppure che possano addirittura farlo le **parole**, recitate o semplicemente scritte sulla bottiglia (l'esposizione a due semplici affermazioni come "*Ti odio*!" e "*Ti Amo*!" cambia significativamente le cose, come vedremo tra un momento)

In fondo non dovremmo mai dimenticare, soprattutto se ci teniamo seriamente al nostro benessere, che coerentemente con la visione olistica delle Medicine non convenzionali tutto cio che esiste e frutto di una vibrazione di atomi ed elettroni, che a diversi livelli produce sempre e comunque vibrazioni, e che in qualche modo interagiscono tra loro.

Il tutto – *Ah superbia umana!* - **anche se non siamo sempre in grado di vederle** o misurarle.

Tralasciando le energie fisiche dannose, quali sono invece quelle che migliorano la qualita dell'acqua potabile?

Movimento

Per quanto ci riguarda, restando nel semplice, è dimostrato per esempio che già semplicemente **far scorrere l'acqua** è in grado di *dinamizzarla*, rendendola più fresca e viva.

D'altronde non è una novità che il **movimento continuo** renda l'acqua più vitale e che al contrario la stasi la devitalizzi (pensa alla differenza tra l'acqua di un torrente e quella di un laghetto palustre).

C'è da dire che c'è movimento e movimento.

Per esempio, il passaggio forzato attraverso il suolo contaminato, nonché dentro svariati chilometri di tubazioni di ferro arrugginito e plastica, e il finale trattamento con prodotti chimici - come il cloro - fanno al contrario **perdere vitalita all'acqua cosiddetta potabile**.

Così quella che arriva nelle nostre case – nonostante l'avventuroso viaggio - risulta comunque quasi **senza vita dal punto di vista energetico**.

Come dire: **il movimento aiuta ma da solo non basta**!

Magnetizzazione

Ma l'acqua fresca, pura, proveniente da un torrente di montagna, è piena di vitalità grazie al movimento anche perché spesso **l'acqua percorre un tratto di rocce vulcaniche**.

Come mai? Perché oltre alle altre valutazioni del caso fin qui fatte insieme sul movimento, le rocce vulcaniche sono altamente **paramagnetiche**, e la magnetizzazione contribuisce ulteriormente a **rivitalizzare l'acqua**.

Ma *niente paura*!

Anche se non possediamo un torrente di montagna in casa, recenti ricerche hanno dimostrato che è possibile recuperare in buona parte questo stato originale ordinato dell'acqua attraverso una semplice **magnetizzazione, esponendo l'acqua durante il suo movimento ad una fonte di energia magnetica naturale e non troppo forte.**

Tramite la magnetizzazione delle molecole, di fatto diamo un'ulteriore rivitalizzata all'acqua (che per un po', cioè finché non la beviamo, manterrà quest'ordine rivitalizzato grazie alla sua capacità per così dire *mnemonica*).

Con la **magnetizzazione** le proprietà fisiche dell'acqua cambiano, mentre la sua composizione chimica resta invariata. Inoltre, poiché l'acqua possiede una struttura al pari di un solido, che è un insieme di molecole **disposte in un certo senso**, magnetizzandola modifichiamo sia il **senso di rotazione degli elettroni** sia la **disposizione degli ioni disciolti.**

La magnetizzazione aiuta anche a ridurre la formazione di **microcristalli minerali** di forma e dimensioni non assimilabili né utili per i fini disintossicanti, antiossidanti ed energizzanti di cui abbiamo ampiamente parlato.

Luce solare

Un'altra forma di energia densa di lieve portata (che non crea danni, oltre a riscaldare l'acqua) ma che migliora la qualità dell'acqua da bere, è la **luce**

solare.

Grazie al best seller di Joe Vitale, "***Zero Limits***"

(www.ilgiardinodeilibri.it/libri/__zerolimits.php?pn=466) la prassi di esporre per un paio d'ore una **bottiglia blu (*mai di plastica!*)** chiusa da un tappo non di metallo alla luce solare per renderla più viva ha fatto il giro del mondo, anche se per essere giusti bisogna dire che questa pratica, selezionando i colori in base alle esigenze del caso (il blu per esempio rilassa, il rosso carica, etc.), è un vecchio *cavallo di battaglia* dei **Medici Ayurvedici**, i rappresentanti della più antica medicina conosciuta dall'uomo, quella indiana.

Peraltro sappiamo che la luce ultravioletta (una delle componenti della luce solare) è **antibatterica .**

Se non ricordo male l'ipotesi del **Brodo Primordiale**, quello da cui sarebbe **nata la Vita** milioni di anni fa sulla terra, prevedeva due ingredienti principali: **acqua e luce solare!**

Curioso, no? ☺

Tra tutte le energie dense che incidono positivamente sulla vitalita dell'acqua quelle migliori per l'uso alimentare sono dunque il Movimento, il Magnetismo e la Luce Solare...

Dopo aver visto, tra le energie con cui viene a contatto e tiene memoria l'acqua, quelle **fisiche** e quelle **chimiche**...

Passiamo ora al terzo tipo di energie.

3. Energie sottili

Tornando alle vibrazioni cui l'acqua risulta sensibile, tanto da memorizzarne parte del messaggio, esiste una terza grande categoria di energie di cui dobbiamo tener conto, le **energie sottili**. Tanto più che oltre ad essere invisibili sono tuttora considerate dai più mera fantasia.

Cosa sono le energie sottili?

Per una più ampia panoramica su questo tema ti rimando ai libri del Dott. **Roberto Zamperini** certamente un'autorità in questo campo:

www.ilgiardinodeilibri.it/autori/_roberto-zamperini.php?

Intanto posso anticiparti che rientrano in questa ampia categoria **tutte quelle energie che** diversamente da quelle dense **non possono a tutt'oggi essere rilevate da strumentazioni elettroniche, meccaniche, ottiche o digitali**, pur manifestando la loro esistenza attraverso l'influenza che hanno sugli esseri viventi, dalle piante agli umani.

In passato sono state chiamate ***Prana***, *Chi*, *Ki*, **Energia Orgonica** o più semplicemente ***Forza Vitale***, ma questo non cambia la loro natura: **esistono, possono condizionare la nostra vita direttamente** e **vengono facilmente memorizzate e accumulate dai e nei tessuti vivi** (quindi anche nell'acqua).

Le energie sottili rispondono a leggi particolari, e ne esistono un'infinità di tipi (telluriche, cosmiche, etc.) che interagiscono in diversi modi con lo sviluppo della vita (a tal proposito puoi consultare il Report Geotermia disponibile al nostro sito web nelle Risorse Gratuite e alcuni post nel nostro Blog)

Nonostante creda che la conoscenza che abbiamo oggi delle energie sottili sia paragonabile a quanto conoscevamo dell'Universo ai tempi di Cristoforo Colombo ☺, per certo sappiamo che **nascono come conseguenza, direi quasi *sottoprodotto*, di qualsiasi tipo di emissione di energia densa** (fisica o biologica).

Oltre a questo, possiamo affermare che alcune sono salutari ed altre no:

ufficialmente si dividono in energie sottili **pure** o energie sottili **congeste**.

Senza dilungarci troppo in un discorso tanto affascinante quanto impegnativo, dobbiamo sapere ad esempio che **la patologia e sempre associata ad un accumulo organico di energie congeste**, e che quindi per star bene dovremmo non solo limitare la nostra esposizione alle fonti di energie dense ad alta intensità (come la rete elettrica della rete casalinga, i cellulari, i forni a microonde, le lampade ad infrarossi) in quanto produttrici di energie congeste, ma anche limitare l'assunzione di alimenti e bevande che potrebbero essere state **caricate** a loro volta da questo tipo di energia congesta.

A titolo di esempio, **dovremmo tenere lontano acqua e cibo dalle fonti di corrente e dai telefonini**, e dal momento che le energie congeste tendono a risentire della gravità (*si accumulano in basso*), dovremmo anche evitare di poggiare il cibo (*e **soprattutto l'acqua**, abitudine assai diffusa in chi ancora usa la minerale in bottiglia*) in terra.

Come sfruttare queste indicazioni per avere un'acqua migliore?

Potremmo sfruttare il potere che ha la **geometria** di convogliare e trasmutare le energie congeste in energie pure.

Questo per esempio è quello che promette di fare il *Cleanergy* di Zamperini (un apparecchio nato per convertire le energie congeste in energie pure):

"L'acqua da bere attivata dal Cleanergy è un'ottima pratica che qualunque suo utilizzatore dovrebbe seguire.

O per esempio un *Mini Cleanergy* posizionato all'interno di un porta bottiglie che sostiene e energizza una bottiglia di acqua in vetro blu.

Ma ci sono altri modi più semplici per poter sfruttare il potere della **Geometria Sacra**!

Sembra infatti possa aiutare anche l'antico simbolo geometrico conosciuto come "***Il Fiore della Vita***".

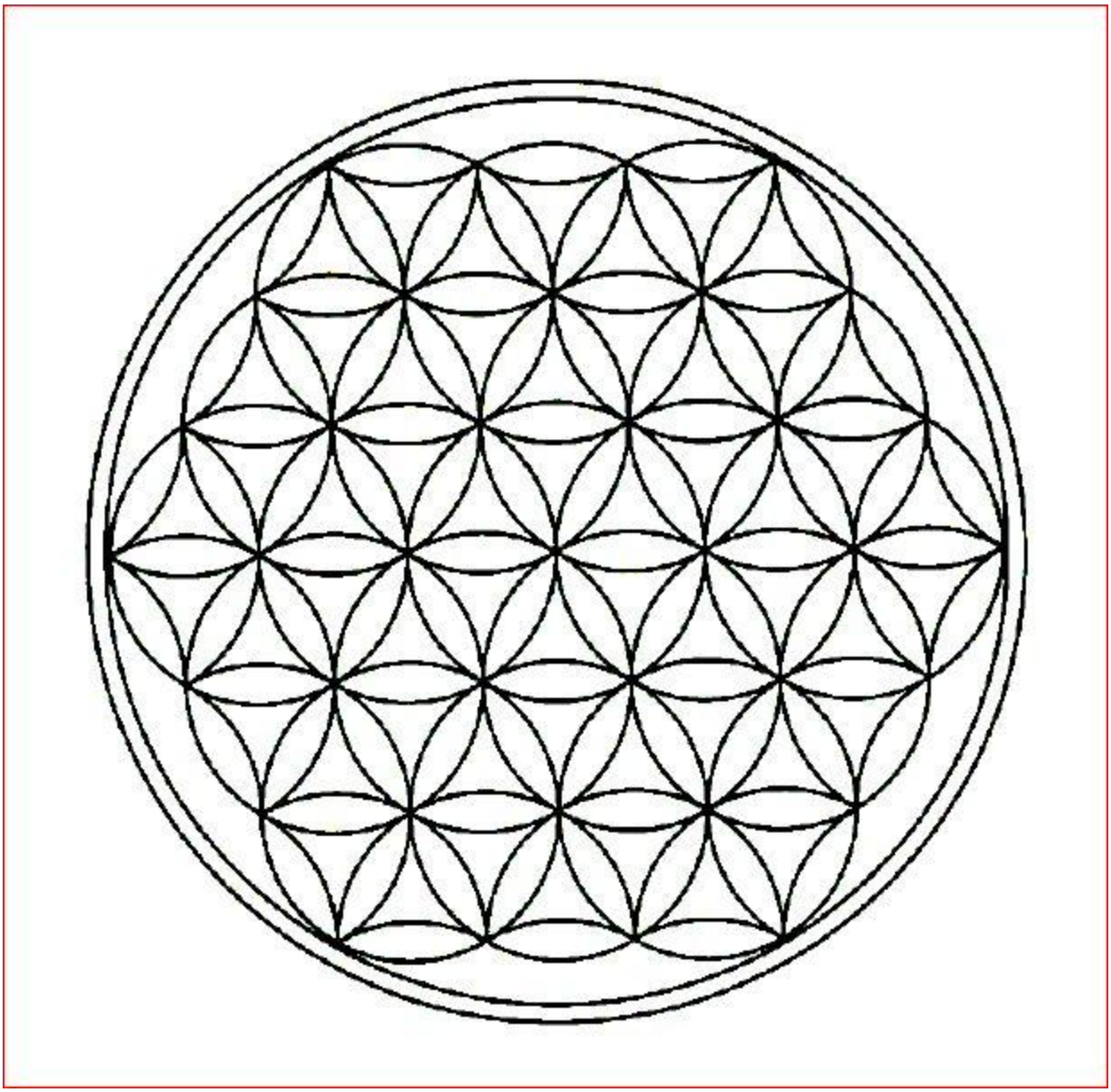
"Il fiore della vita (anche: rosa dei pastori, rosa carolingia, rosa celtica, stella fiore, stella rosetta, fiore a sei petali, fiore delle Alpi) è una figura geometrica composta da cerchi multipli sovrapposti e composti in una simmetria esagonale, a formare una figura simile ad un fiore. Il centro di ogni cerchio è posto sulla circonferenza di sei cerchi sovrapposti dello stesso diametro.

Nella decorazione architettonica e plastica è nota la presenza di questa figura simbolica in molte parti del mondo, ed in area Italica sin dall'VIII secolo a.C.; successivamente ha avuto larga diffusione dal Medioevo fino ai giorni nostri."

Fonte: http://it.wikipedia.org/wiki/Fiore_della_vita

Ecco il **simbolo**, probabilmente l'avrai già visto:

Ci sarebbe da parlare della **Sezione Aurea** e di come la **geometria dei frattali** possa convogliare energie pure e proteggere da quelle congeste...



Ma anche qui il discorso diventa lungo e realmente complicato... se vuoi farti un idea di partenza di quante antiche conoscenze abbiamo ormai scioccamente dimenticato, dai un'occhiata ai libri di **Dan Winter**.

(www.ilgiardinodeilibri.it/libri/__implosione.php?pn=466)

Tornando a noi...

Abbiamo detto che le parole cambiano la realtà energetica dell'acqua, ma persino "**pensare"** (o forse dovrei dire: "*soprattutto*" pensare) **puo modificare la realta biologica che ci circonda**, e conseguentemente la natura e lo stato bioenergetico dell'acqua.

Il pensiero (che è espressione pura e potente dell'**Intenzione,** come ci insegna il **Buddismo**, ma anche maestri occidentali come **Wayne Dyer**), è a mio avviso - ancor prima delle parole - la più complessa e **sottovalutata delle energie sottili**.

Pensiero = Energia.

Ecco perché **orientare con un minimo di fede dei pensieri di Amore e Gratitudine verso l'acqua che ci accingiamo a bere** (ma perché non farlo anche con il cibo?) **potrebbe ulteriormente fare la differenza**.

Se sei scettico lo capisco, ma ricorda: **non hai nulla da perdere a provarci!**

E da appassionato esperto di cucina (ecco un altra cosa che svelo solo ora di me) posso affermare con certezza che il pensiero positivo aiuta a creare cibi energeticamente molto più interessanti (mettici il cuore quando prepari il tuo cibo :-)

Come hai notato, ci siamo pian piano spostati da **evidenze riconosciute scientificamente** (residuo fisso, purezza chimica, valore antiossidante, contenuto energetico, etc.) ad **ipotesi credibili** ma – allo stato dell'arte - **meno facilmente dimostrabili** (memoria dell'acqua, influenza di basse energie dense, influenza delle energie sottili congeste, geometria sacra, parole e simboli...).

Il tutto passando per il recupero di quelle semplici condizioni – **movimento**, **magnetismo** naturale, **illuminazione solare** – che da sempre contraddistinguono una fonte sorgiva di montagna, anche quando non ne siamo pienamente consapevoli.

Quindi, ricapitolando...

Avendo una memoria ultrasensibile, l'acqua viene influenzata positivamente non solo dalle energie naturali con cui interagisce quando scorre in natura, ma anche da qualsiasi altro tipo di energia che porti messaggi di Sviluppo, Ordine, Crescita e Amore.

Che si tratti di **energie dense** - come il magnetismo e il sole - o di **energie sottili** - come la musica o i pensieri, cambia poco, perché **l'acqua prende la struttura ordinata, la bellezza e l'equilibrio delle energie con cui viene a contatto**.

In fondo, come abbiamo visto parlando di **Masaru Emoto**, ad un livello elementare si tratta semplicemente di **ri-ordinare i cosiddetti *cluster***, cioè i grappoli di molecole dell'acqua, che **se esposte** ad **energie positive** e **creative assumono orientamenti ordinati e simmetrici**, mentre quando vengono esposte a **fattori inquinanti** ed **energie distruttive perdono qualsiasi tipo di ordine**, degradando la loro memoria nel **caos** e perdendo la loro *naturale* bellezza strutturale.

L'**ordine**, inteso come progetto costruttivo, che possiede una struttura, è in qualche modo **bello**, vivo perché esprime una scelta, la realizzazione di un **Destino**.

Qualcuno la chiama ***sintropia***.

Al contrario il **disordine**, il risultato di quella che i fisici chiamano ***entropia***, è in qualche modo **brutto**, morto, perché non esprime alcuna volontà, alcun desiderio, alcuna consapevolezza.

Ovviamente quando diciamo bello e brutto **non stiamo esprimendo un giudizio assoluto rispetto alla vita e alla morte** (che nella logica dell'Universo sono due aspetti necessari della stessa realtà), **ma solo una valutazione estetica** e **funzionale** – dato che parliamo di acqua salubre per uso alimentare – **per il nostro benessere**.

Ora seguimi un attimo...

Come anticipato all'inizio di questo capitolo, comprendo che parte di ciò che hai letto possa essere difficile da *digerire*, ma **ho scelto di non privartene prendendo al posto tuo decisioni cruciali su cosa ti convenga credere o meno**, perché quello che conta alla fine è informarsi e **decidere consapevolmente in modo libero e autonomo!**

Potrebbe non cambiare nulla per il tuo benessere, ma dato che implementare queste accortezze nella tua idratazione quotidiana costa poco, forse conviene farlo e considerarle semplicemente come ***qualcosa in piu***... ☺

Complimenti per essere arrivato fino qui! ☺

Lo so, quest'ultima parte è stata "*tosta*". Ma era essenziale per farti capire perché l'argomento "**acqua**" sia da considerarsi **molto seriamente**.

A questo punto la **teoria e finita**.

Con tutto quello che ci siamo detti qui, possiamo senza dubbio tirar fuori una **ricetta per un'acqua potabile** di straordinaria qualità fisica, energetica e bioenergetica!

Ora sei autosufficiente perche ho condiviso con te tutto quello che ho scoperto fino ad oggi. Se vuoi, puoi – ovviamente - **fermarti qui. Se invece desideri conoscere il macchinario che uso io in casa mia,**

eccolo qui ...

cliccaci sopra e scoprirai cosa fare anche tu per avere un'acqua "da bere"...

oppure scrivimi a : info@ilborgozen.it

ecco alcune delle fonti da cui ci siamo ispirati nella nostra ricerca:

Il tuo corpo implora acqua
Fereydoon Batmanghelidj

Il miracolo dell'acqua
Masaru Emoto

L'acqua siamo noi
Simone Malacrida

La Guerra dell'Acqua
Suzanne Dionet-Grivet

Acqua d'amore
Enza Ciccolo

La coscienza dell'acqua
Masaru Emoto