

# WASSER

## Das basische Badesalz Element Wasser

### **Das Ziel :**

*Mehr innere Balance durch ausgeglichene Elementarkräfte in Körper, Geist und Seele.*

*Für die Dusche bieten wir Ihnen die basische Elementeseife Wasser an.*

*Zum basic world 4-Elemente-Sortiment gehört die 100% naturreine ätherische Duftmischung Wasserf. Damit können Sie auch das ebenfalls erhältliche 4-Elemente Potpourri Luft (ein dekorativer, duftender Raumblickfang) nach gewünschter Intensität weiter beduften.*



### **Sie haben das basische Badesalz Element Wasser ausgewählt.**

War Ihnen der Duft spontan angenehm ? Gut gewählt, denn Ihr Riechsinn, der Ihnen über das limbische System im Gehirn spontan und unbewusst zu verstehen gibt, was " zu Ihnen passt " trügt Sie nicht.

Vielleicht haben Sie auch reflektiert " Ich brauche Entspannung und Reinigung, ich möchte intensiver fühlen und wieder träumen können und mein Leben allgemein mehr in Fluss bringen ".

Sind Sie astrologisch definiert ein Wasserzeichen, wie Fisch, Krebs oder Skorpion bzw. haben eines dieser Zeichen als Aszendenten ? Dann fühlen Sie sich in diesem Element zu Hause und werden vielleicht schmunzeln, wenn Sie in dieser Info " Wassertyp ausgeglichen " und " Wassertyp unausgeglichen " lesen.

Sind Sie astrologisch ganz und gar kein Wassermensch ? Dann möchten Sie eventuell Anteile dieser Wasserqualitäten in Ihr Leben einladen.

Die Ayurvedakundigen bezeichnen wasserbetonte Menschen als " Kaphatypen ".

Die Chinesische Medizin bezeichnet das Wasser als " Yinenergie ". Die alten Kelten ordneten das Element Wasser der Himmelsrichtung Westen zu und die Farben Hellblau, Blau und Türkis.

### **All diese Ansätze sind richtig.**

Wir, das basic-world Team, haben uns für Sie eingehend mit dem Element Wasser beschäftigt und Produkte kreiert, die Ihnen dabei helfen können, diese Energie in Ihrem Leben zu stärken.

Das Ziel: Mehr innere Balance durch ausgeglichene Elementarkräfte in Körper, Geist und Seele.

Als ganzheitlich denkendes Unternehmen sind wir der Überzeugung, dass Balance in Körper, Geist und Seele die Basis für Gesundheit und ganzheitlich verstandene Schönheit mit Ausstrahlung darstellen.

Sie halten unsere basische Badesalzmischung Wasser in Händen.  
Die basische Zusammensetzung ermöglicht die Entsäuerung über die Haut.

Eine aus Wildsammlung stammende Kräutermischung ( Kornblume, Malve, Hafer, Apfel, Eukalyptus, Lavendel, Quecke, Salbei ) sowie ätherische Öle ( Lavendel und Rosenholz ) und natürliche Farbe energetisieren die Badesalzmischung, passend zum Element Wasser.

Sie haben darüberhinaus die Möglichkeit- falls Sie noch mehr Duft pro Bad zufügen möchten - dies mit Hilfe unserer einzeln erhältlichen ätherischen Duftmischung " Wasser " zu tun. Bitte noch maximal 7 Tropfen auf ein Vollbad zufügen.

# WASSER

## Wassertyp unausgeglichen/ausgeglichen

**Selbsttest:**

*Leben Sie die Qualität des Elements Wasser?*

**Fragen Sie sich:**

*Kann ich entspannen?*

*Kann ich mich Tagträumen hingeben?*

*Habe ich so etwas wie ein "Urvertrauen" in die göttlichen, lenkenden Kräfte?*

*Kann ich Liebe geben?*

*Kann ich Liebe annehmen?*

*Kann ich geben, ohne etwas dafür zu erwarten?*

*Bin ich empfänglich für: Musik, Kunst, Literatur, Kreativität, Schönheit?*

*Kann ich Dinge loslassen, die nicht mehr zu mir passen?*

*Zu welchen Menschen spüre ich unsichtbare "Herzverbindungsfasern"?*

**Malen Sie ein abstraktes Bild vom Zustand Ihres Herzens.**

**Der unausgeglichene Wassertyp - zu viel Wasser oder Blockaden**

**Körper:** Wasseransammlungen, Lymphstaus, Verstopfung, Trägheit, Müdigkeit, Antriebslosigkeit, hohes Schlafbedürfnis, Neigung zu Hautabschuppungen.

**Emotionen:** schwermütig, sentimental, traurig, antriebsarm, nachlässig, depressiv, einsam. Gefühl, der Alltag "wachse über den Kopf".

**Wahrnehmung:** Wahrnehmung wird von "emotionalem Tunnelblick" eingeschränkt, Maßlosigkeit beim Essen, Trinken, sowie bei Genussgiften und Betäubungsmitteln.

**Gelst:** entzieht sich, träumt, kann sich schlecht aufraffen, verschiebt Anstehendes, es fällt schwer, Prioritäten zu setzen und gezielt zu delegieren, flieht "in andere Welten".

**Sprache:** langsam, wortkarg, still, verschlossen.

**Lebensstil:** ruhig, unauffällig - zurückgezogen - einsam. Kontaktpflege fällt schwer. Verwaorlostes Heim.

**Der ausgeglichene Wassertyp:**

**Körper:** kräftig, rundlich oder zartgliedrig, weiche, feingliedrige und sensible Hände, ruhige Bewegungen, standfest, große Augen mit ruhigem Blick, weiche, helle Haut, liebt süße Speisen, Wasser und Wärme. Kann gut meditieren, träumen und entspannen.

**Emotionen:** ruhig, sanftmütig, liebevoll, zufrieden, loyal, großzügig, für andere sorgend, künstlerisch talentiert, gerne "in anderen Welten träumend", liebt Pflanzenwelt/Tierwelt, einfühlsam, Familienmensch, zurückhaltend, introvertiert, musisch.

**Wahrnehmung:** fühlende Wahrnehmung mit allen Sinnen. Allgemein sensitiv-sensibel. Nimmt Atmosphäre wahr.

**Gelst:** ruhig, fließend. Benötigt Ruhe und Raum, um sich zu entfalten. Zu tiefen Erkenntnissen, intuitiven Wegen und großen Visionen fähig.

**Sprache:** ruhig und klar, eher leise. Bildhafte Ausdrucksweise.

**Lebensstil:** schätzt Ruhe und Entspannung. Liebt Zeit und Raum für Kreativität und Träume. Schätzt Sicherheit und Materie, wäre jedoch häufig nicht bereit, dafür alles zu opfern, z.B. persönliche Interessen und Familie. Träumt durchaus auch von einem ästhetischen Wohnambiente, von Luxus und Extravaganz.



# WASSER

## Die Bademeditation Wasser

*Bevor Sie in Ihre warm-duftende Badewanne mit dem Elementbadesalz Wasser steigen, bereiten Sie vor:*

*Ungestörte Ruhe.  
Zeit - mindestens 1 Stunde für sich organisiert.  
Warme, kuschelige Handtücher griffbereit, Bademantel griffbereit, Kerze auf feuerfester Unterlage angezündet.  
Peelingrubbelhandschuhe oder Badebürste griffbereit plus kleines Handtuch zum Schweißabwischen.*

*Stichwort Kreativität:  
Legen Sie vorsichtshalber Papier und Stift bereit!*

Stellen Sie sich ein Badegetränk/Snack Element Wasser griffbereit neben die Badewanne. Kochen Sie sich eine große Tasse 4-Elementtee Wasser oder stellen Sie sich einen Krug mit Wasser, in den Sie schöne Bergkristalle zum energetisieren gelegt haben in Reichweite. Snack: Bereiten Sie sich einen bunten Obstteller mit ein paar Nüssen zu.

Nehmen Sie 4 gehäufte Esslöffel basisches Badesalz Element Wasser und geben Sie dieses entweder direkt in das einlaufende Badewasser oder lösen Sie die Mischung zuerst in einer Tasse mit heißem Wasser auf und geben die Lösung dann ins Badewasser. Optimal - auch für den Kreislauf - sind 37-38° C. Genießen Sie die ersten 10 Minuten im Wasser. Genießen Sie die Wärme und den Duft. Atmen Sie bewusst aus und geben Sie mit jedem Atemzug Alltag und Anspannung ab. Entspannen Sie sich.

Nach 10 Minuten beginnen Sie damit, ihren gesamten Körper abzurubbeln. Durch das basische Badewasser beginnt Ihre Haut jetzt, Säuren abzugeben. Sie erkennen dies daran, dass das Wasser von Ihrer Haut stärker abperlert. Eine intensive Eigenfettung setzt ein. Massieren Sie Ihre Nierengegend kreisförmig und massieren Sie an den Außenseiten Ihrer Beine nach unten bis zu den kleinen Zehen, sowie an der Beininnenseite nach oben (regt Nieren- und Blasenmeridian an). Reiben Sie Ihre Fußsohlen mit intensiven Kreisen, bis Sie dort eine angenehme Wärme verspüren.

Trinken Sie etwas von Ihrem Getränk, richten Sie Ihren Blick auf die Kerze und schließen Sie nun Ihre Augen (sichere und bequeme Lage vorausgesetzt, alternativ einfach die Augen geöffnet lassen).

Bitten Sie die Kräfte des Wassers um Unterstützung.  
Sie wünschen sich Reinigung und Entspannung Ihres Körpers.

Betrachten Sie mit Ihren inneren Augen eine wunderschöne Meeresküste im Abendlicht. Die Sonne geht gerade orangerot unter und taucht das Meer in ein herrlich warmes Licht. Riechen Sie die Düfte der wilden Kräuter am Meer und waten Sie langsam in das angenehm warme Wasser, bis Sie bequem bis zu den Schultern im Wasser stehen.

Mit jedem Ausatmen geben Sie Spannung aus Ihrem Körper in das Wasser ab, mit jedem Einatmen nehmen Sie frische Meeresenergie auf. Stellen Sie sich vor, wie Wasser Ihre Zellen umspült und zutiefst reinigt.

Genießen Sie es, sich in der Natur geborgen zu fühlen.

Richten Sie Ihre innere Konzentration auf das Element Wasser: Möchte Ihnen das Wasser etwas mitteilen? Seien Sie offen für Infos, für Symbole oder Bilder. Vielleicht wird Ihnen ein kleiner Schatz aus dem Meer geschenkt...

Bedanken Sie sich nun bei den unterstützenden Energien des Wassers.  
Öffnen Sie Ihre Augen wieder, bewegen Sie Ihre Beine in der Badewanne.

Waschen Sie erneut Ihren Körper mit dem Waschhandschuh oder der Badebürste.  
Nehmen Sie einen Schluck Getränk und genießen Sie Ihre restliche Badezeit, maximal gesamt 60 Minuten.



RÜDIGER SEEMANN KG

# WASSER

## Die bewährte Entsäuerung mit den basic world Produkten

### Literaturtipp :

*Dr. Michael Worlitschek  
Original Säure-Basen-Haushalt  
Wie Sie Ihren Körper wirkungsvoll entsäuern  
Haug Verlag,  
ISBN 3-8304-2040-4*

*Doris Wroblewski  
Gesundheit aus der Küche der Natur - Basische Kost  
ISBN 978-3-00-021389-2*

*Wenn Sie daran interessiert sind, empfehlen wir Ihnen, mit dem Händler/der Händlerin zu sprechen, bei der/dem Sie das BasenBad Wasser erworben haben.*

### IMPRESSUM

INTRO ist die Fachinformation der Rüdiger Seemann KG

#### Verantwortlich für den Inhalt:

Rüdiger Seemann KG  
Steingauer Strasse 10  
D-83623 Dietramszell—Lochen  
Fon (08027) 908490  
Fax (08027) 904 98 23  
www.basic-world.com  
info@basic-world.com

#### Redaktion:

Susanne Seemann  
Rüdiger Seemann

Die Wasserelementprodukte sind Bestandteile unseres umfangreichen Konzeptes zur ganzheitlichen Entsäuerung und Entschlackung des Organismus.

Eine bewusste, säurefreie Ernährung bildet während Ihrer Entsäuerungskur die ideale Basis.

Wir empfehlen Ihnen für die Gesundheitspflege, 2 mal pro Jahr eine gezielte 1- monatige Entsäuerungskur mit gleichzeitiger Entlastung und Aufbau Ihres Verdauungssystems. Ideal dafür sind Frühjahr und Herbst.

Ziel sollte es sein, dass Sie mehr Gefühl für Ihren Körper und dessen Verschlackungszustand entwickeln. So können Sie auch nach einer Monatskur im Alltag Produkte aus unserem Nahrungsergänzungssortiment einsetzen. Nicht nach irgend einem Plan, sondern nach Ihrem Gefühl. Zum Beispiel KräuterBasen nach einem schweren Essen kauen, den Darm regelmäßig mit ProbioBact unterstützen, Powerbasen mit Guarana statt zuviel Kaffee oder Sango-Basen für gesunde und stabile Knochen.

Für alle, bei denen es besonders schnell gehen soll, haben wir die BlitzBasen entwickelt. Ein basisches, blitzschnelles Basenpulver plus Acerola-, Weißdorn-, Feigenkaktus, Süßlupine, Zitronen- und Orangenpulver, das Sie in Obst- oder Gemüsesaft einrühren können, um sich sofort wohler fühlen zu können.

Für eine individuelle Monatskurpackung mit unseren Produkten BlitzBasen, SangoBasen, KräuterBasen, PowerBasen, DetoxBasen, ProbioBact, Clean-Out Tee, BasenBad und SaunaSalz erhalten Sie vom Ihrem Fachhändler sicherlich ein freundschaftliches Angebot.

### Hier die Stichpunkte zu unserem seit Jahren bewährten Sortiment für ein basischeres Leben:

CleanOut Tee zum Lösen von sauren Abfallprodukten.

BlitzBasen können blitzschnell zuviel Säuren neutralisieren.

ProbioBact, das Profiprodukt für Ihren Darm.

DetoxBasen zum Ausleiten.

KräuterBasen zum Wohle von Leber und Galle.

SangoBasen für den nachhaltigen Aufbau der Mineralstoffdepots.

PowerBasen für energiereiche Tage und Nächte.

Basische Badesalze (Urmeer Badesalz, 4-Elemente-Basenbäder und Mystik Spa Badesalz-Körperbutterduos ) zur Säureausleitung über die Haut.

SaunaSalz zur effektiven Entsäuerung über die Haut während des Saunabesuchs.

Nicht zuletzt: Denken Sie daran - tägliche Bewegung im Freien (Belastung im aeroben Bereich) unterstützt Sie dabei, Säuren über die Lungen abzuatmen, regt Ihre Wadenmuskelpumpe an. Damit beugen Sie Gefäßproblemen vor, regen Herz- und Kreislauf an und verbessern das allgemeine Wohlbefinden.

Nehmen Sie sich die Zeit und investieren Sie in die Gesundheitspflege Ihres kostbaren Körpers - er ist der Tempel Ihrer Seele.