

*Bogdan Montana*


**KŁAMSTWO CZĘSTO  
POWTARZANE  
ZAMIENIA SIĘ W PRAWDĘ**





*Bogdan Montana*

***KŁAMSTWO CZĘSTO  
POWTARZANE  
ZAMIENIA SIĘ W PRAWDĘ***



*Wrocław, styczeń 2017 r.*



## *Spis treści*

WSTĘP .....	5
W HISTORII ŻYCIA LUDZI NA ZIEMI NIGDY NIE BRAKOWAŁO MINERAŁÓW W POŻYWIENIU .....	7
CO TO SĄ MINERAŁY .....	11
WODY MINERALNE KIEDYŚ I DZIŚ.....	14
JAK DZIAŁA ODWRÓCONA OSMOZA .....	24
ODWRÓCONA OSMOZA W KAŻDYM DOMU .....	28
CZYSTA WODA NIGDY NIE BYŁA I NIE JEST SZKODLIWA.....	31
GDYBY WODA BYŁA JEDYNYM ŹRÓDŁEM PIERWIASTKÓW ŻYCIA, TO BYŁABY TRUJĄCA.....	34
WODA OSMOTYCZNA WYPŁUKUJE MINERAŁY Z ORGANIZMU .....	39
MINERAŁY TAK, ALE TYLKO W CHELATACH.....	41
ZAŁOŻMY, ŻE BRAK MINERAŁÓW W WODZIE PITNEJ SZKODZI .....	44
ZAKOŃCZENIE .....	46



*Począwszy od połowy XX wieku  
jesteśmy świadkami znacznego wzrostu  
występowania chorób nowotworowych  
na całym świecie.*

*Istnieje wiele teorii, którymi próbuje się  
wyjaśnić te zmiany, jednak najbardziej  
przemawiający jest ogromny wpływ  
postępującego skażenia środowiska,  
w którym żyjemy.*

*Prof. dr hab. Danuta Chmielewska – Szewczyk,  
wybitny autorytet kliniczny,  
Centrum Medyczne LIM, Warszawa*

## WSTĘP

Od ponad 150 lat przemysł wód mineralnych wmawia społeczeństwu, że są one najlepszym dostarczycielem minerałów. Ich producenci popisują się czystością tych wód oraz tym, że zapewniają one konsumentom zdrowie i siłę „pochodzącą z głębi ziemi”. Jednak, gdy dokładniej przyjrzymy się temu tematowi, to okazuje się, że rzeczywistość jest zupełnie inna niż ta płynąca z reklam.

Podobno kłamstwo powtórzone 100 razy zamienia się w prawdę. To „podobno” nie dotyczy tylko przytoczonej wyżej tezy, bo o istnieniu takiego prawa ludzkość wie od bardzo dawna. To „podobno” dotyczy jedynie wymienionej liczby „100” – niektórych wystarczy okłamać 20 razy, by w dane kłamstwo uwierzyli, innych trzeba okłamywać częściej. Wszystko zależy od okoliczności – od tego, kto kłamie (tzw. autorytetom wierzy się bardziej, większość społeczeństwa wierzy w prawdziwość mediów) oraz kogo się okłamuje (łatwiej okłamuje się ludzi pozbawionych wiedzy na dany temat oraz naiwnych).

Lobby producentów oraz sprzedawców wód mineralnych okłamuje nas od ponad 150 lat, czyli od momentu powstania tej branży. O dobroci wód mineralnych, o bogactwie minerałów w nich zawartych, o zdrowiu, jakie niesie za sobą ich spożywanie, słyszymy i czytamy dziesiątki razy dziennie, tysiące razy w ciągu roku, setki tysięcy razy w ciągu całego życia. Jak więc nie uwierzyć w moc takiej reklamy i propagandy\*. Znam wiele osób, które tej propagandzie tak bardzo uległy, że uwierzyły, iż głównym źródłem potrzebnych nam do życia minerałów są właśnie wody mineralne, a nie pożywienie.



*Z powodu reklamy na temat dobroci wód mineralnych wielu ludzi uwierzyło, że są one najlepszymi dostawcami minerałów w naszej diecie.*

Mimo że wyżej opisany mechanizm nie jest tajemnicą, to nie wszyscy go znają albo nie wiedzą, jaką ma skuteczność. Nie wiedzą, że każdemu można zrobić takie „pranie mózgu”, iż nagle zacznie krzyżeć: „dwa razy dwa jest pięć”. Ten mechanizm znają doskonale psychologowie i ludzie reklamy. Oni wiedzą, że jeśli ktoś dysponuje odpowiednią siłą (pieniądze i dobrze zaprogramowany marketing), to potrafi zrobić biznes sprzedając po prostu kit.

Jeśli chcesz zobaczyć, jakim oszustwem jest handel wodami mineralnymi, to przeczytaj tę książkę. Dowiesz się z niej, czym naprawdę są minerały oraz gdzie ich szukać. Ba, dowiesz się, że szukać ich wcale nie ma potrzeby, bo w naszej codziennej diecie nigdy nie było i nie ma problemu braku minerałów. Dowiesz się, że poza wapniem i magnezem, których obecność jest powszechna niemal w każdym spożywanym produkcie, wody mineralne nie zawierają żadnych innych minerałów. Dowiesz się również, że przez spożywanie nadmiaru wapnia i magnezu zawartych w wodach mineralnych nasze społeczeństwo dorobiło się kolejnej choroby cywilizacyjnej, jaką są kamienie nerkowe. Dowiesz się też, że w świetle przepisów obowiązujących od ponad 25 lat, wody mineralne są tak samo zatrute, jak wody z domowego kranu. To oznacza, że każdy, kto kupuje wodę w sklepie, płaci 100 razy więcej za to samo, co ma u siebie w domu. Gdy przeczytasz ten artykuł do końca, zrozumiesz, że wszyscy jesteśmy ofiarami wielkiego „prania mózgu”, jakie zafundował nam przemysł wód mineralnych.

Gdy na rynek wchodzi zupełnie nowa, często lepsza technologia, to napotyka na opór starej, która musi czuć się zagrożona. Ten problem istniał zawsze. Urządzenia osmotyczne muszą zmagać się z oporem przemysłu wód mineralnych, który jest skazany na wymarcie, bo po wielu latach propagandy na temat dobroci tych wód, społeczeństwo dowiaduje się, że jest to jedno wielkie kłamstwo. Tonący brzytwy się chwyta – i podobnie nasi konkurenci stosują różne chwytły, by nam zaszkodzić. Ich ulubionym argumentem jest plotka, jakoby woda osmotyczna była groźna, bo jest zbyt czysta, destylowana, pozbawiona minerałów, jałowa, niezdrowa, trująca itp.

---

\*) Propaganda – celowe działanie zmierzające do ukształtowania określonych poglądów i zachowań społeczeństwa polegające na perswazji z użyciem nieprawdziwych lub całkowicie fałszywych argumentów. Propaganda często zmierza do upowszechniania trwałych postaw społecznych poprzez zmuszanie odbiorców do przyjęcia określonych treści.



# W HISTORII ŻYCIA LUDZI NA ZIEMI NIGDY NIE BRAKOWAŁO MINERAŁÓW W POŻYWIENIU

Od momentu pojawienia się w handlu urządzeń osmotycznych nasi przeciwnicy (przemysł wód mineralnych oraz zakłady wodociągowe) próbują obrzydzić ją społeczeństwu wmawiając, że jest ona zbyt czysta, pozbawiona minerałów i przez to szkodliwa. Może warto zatem odtworzyć w skrócie historię rozwoju Ziemi i ewolucji życia na niej, by prześledzić pochodzenie minerałów oraz ich drogę od źródła do naszych organizmów.

Wszystko zaczęło się około 4,6 miliarda lat temu od zderzenia dwóch gwiazd, które dało początek planecie Ziemia. Ziemię stanowiła najpierw rozżarzona masa i dopiero po upływie kolejnych 2 miliardów lat zaczęła tworzyć się atmosfera, obieg wody w niej i pierwsze deszcze. Powierzchnia Ziemi ulegała ochłodzeniu i zaczęła tworzyć się skorupa, której obecna grubość wynosi średnio 10 kilometrów. Jeśli kulę ziemską porównamy z jabłkiem, to jej skorupę można porównać z jego skórką.

Życie na Ziemi zaczęło się od bakterii (niektóre ich gatunki żyją nawet w rozżarzonej lawie wulkanicznej), potem przyszła kolej na rośliny wodne oraz ryby (500 milionów lat temu), a gdy ryby „wyszły” na ląd, to pojawiły się płazy, gady i ssaki, do których należy również człowiek. Podkreślam – to wszystko odbywało się na przestrzeni setek milionów lat. I za każdym razem, nieważne gdzie i kiedy rodziło się życie roślin lub zwierząt, to musiało się ono dopasować do warunków bytowania, jakie panowały na Ziemi w danym okresie oraz w danym miejscu.

Do życia ludzi potrzebne są m.in. tlen, woda, białka, tłuszcze, węglowodany, witaminy oraz pierwiastki mineralne. Skoro wszystkie te elementy są do życia niezbędne, to znaczy, że tam, gdzie brakowało któregoś z nich, życie nie mogło istnieć. Niemożliwe jest życie bez dostępu do wody lub tlenu, witamin albo minerałów, a żaden z tych elementów nie zastąpi drugiego. I odwrotnie – wszędzie tam, gdzie powstawało życie, możemy mieć pewność, że wszystkie elementy dla niego potrzebne, były dostępne. Zatem najpierw powstała skorupa ziemska, która następnie umożliwiła powstanie życia, a ono musiało dopasować się do tego, co ta skorupa wraz z jej otuliną (biosferą) miały do zaoferowania.

Historia dziejów Ziemi jest bogata w różne wydarzenia na miarę katastrof, m.in. ponad 30 okresów zlodowaceń, giniecie całych gatunków roślin i zwierząt oraz powstawanie zupełnie nowych itd., ale w całej tej historii nie zmieniała się budowa chemiczna jej skorupy. Czyli na pewno nie zmieniała się podaż minerałów, jakie człowiek od zarania dziejów z tej skorupy czerpał. Wszystkie, bez wyjątku, **pierwiastki życia** (31 według współczesnej wiedzy), wszystkie **makro- i mikroelementy** były zawsze

i są nadal w tej skorupie oraz w roślinach, które czerpią je z gleby i przetwarzają przy udziale fotosyntezy. W roślinach są one wiązane w postaci chelatów i tylko w takiej formie są przyswajalne przez organizm człowieka. I nieważne, czy te pierwiastki spożywamy wraz z roślinami, czy z mięsem pochodzącym od zwierząt – na początku łańcucha żywieniowego zawsze jest roślina.

Jeśli pierwiastki życia dostawały się do wody, to **tylko** wtedy, gdy:

- a) były składnikiem jakiejś soli mineralnej zawartej w skorupie ziemskiej,
- b) dana sól była rozpuszczalna w wodzie.

Oznacza to, że ilość i rodzaj pierwiastków przedostających się do wody jest absolutnie przypadkowa, bo skorupa ziemska w każdym miejscu ma zupełnie inną budowę chemiczną.

Lekarze ciągle i słusznie przestrzegają nas przed tym, że:

- a) jemy za dużo soli kuchennej (spożycie potrzebnego do życia sodu jest w Polsce 4-krotnie wyższe od jego zapotrzebowania),
- b) jemy za dużo cukru (w renesansie spożycie cukru wynosiło rocznie 1 łyżkę na osobę, 100 lat temu około 1 kilograma, obecnie – 80 kilogramów),
- c) jemy za dużo tłuszczów,
- d) jemy **wszystkiego** za dużo.

### ***Skoro jemy wszystkiego za dużo, to jak może brakować nam minerałów?***

Brak minerałów bardzo często mylimy z brakiem witamin. Dlaczego? Bo prawdą jest, że witamin nie znajdziemy w każdym pożywieniu i, aby ich nam nie zabrakło, musimy dbać o różnorodność naszej diety – w każdej roślinie znajdziemy inne witaminy albo nie znajdziemy żadnych. Tej wiedzy nie posiadaliśmy jeszcze 100 lat temu, dlatego w czasie I wojny światowej żołnierze często umierali nie od kul czy z braku pożywienia, lecz z powodu niedoboru witamin. Z minerałami jest zupełnie inaczej – one są w każdym pożywieniu, tyle że w różnych ilościach oraz proporcjach.

*Minerałów nie należy mylić z witaminami.  
Trzeba wiedzieć, jakich witamin szukać w poszczególnych warzywach  
i owocach, bo przy złej diecie możemy doprowadzić do ich niedoboru.  
Inaczej jest z minerałami – one są w pożywieniu tak powszechne,  
że spożywamy je z dużym nadmiarem.*

Dzisiejsza wiedza na temat źródeł minerałów jest zupełnie inna niż ta, którą dysponowano ponad 150 lat temu, gdy rodził się przemysł wód mineralnych. Przez lata propagandy i reklamy tych wód, którą słyszymy i czytamy w mediach setki razy dziennie, doznaliśmy niezłego „prania mózgu”. Zwróćmy uwagę na to, jak lobby wód mineralnych próbuje dzisiaj bronić swoich racji. Otóż nie chwali się obecnością sodu w wodzie, bo nie chce się ośmieszać – sód występuje w wodach mineralnych w ilości nie większej niż 10 mg/l, a jego średnie spożycie dzienne wynosi w Polsce 12 000 mg na osobę!!! Podobnie rzadko mówi o obecności w nich potasu – jego stężenie w wodzie nie przekracza 10 mg/l, podczas gdy jego dzienne zapotrzebowanie wynosi 3000 mg i jest zawsze i bez problemów pokrywane z pożywienia.

Producenci wód butelkowych coraz rzadziej chwalać się także obecnością w wodzie wapnia, bo społeczeństwo już wie, że wapnia nigdy nam nie brakuje, a ponadto ma coraz szerszą wiedzę na temat powstawania kamieni nerkowych z powodu jego nadmiaru w wodzie. Ostatnim hitem wód mineralnych jest magnez. Reklamy przekonują nas do spożywania tych wód, bo podobno tylko i wyłącznie tam go znajdziemy. A jak to udowadniają?

Przestrzegają przed piciem kawy, bo ona wypłukuje z nas magnez. Dziwne, bo kawa wszędzie na świecie jest wyjątkowo powszechnym napojem i jakoś nikt dotąd nie udowodnił, takich jej właściwości. Ostatnio w pewnej pracy naukowej (!!!) – napisanej przez dwie panie z tytułami doktorskimi – przeczytałem, że w trakcie gotowania potraw ubywa z nich od 35 do 70% magnezu. To co, może w ogóle należy unikać gotowania, bo skoro wyrzuca ono magnez z potraw, to przypuszczalnie usuwa z nich również inne pierwiastki mineralne?

W reklamie wód mineralnych i suplementów diety, magnez stał się ulubionym pierwiastkiem i my wiemy dlaczego. Otóż brak magnezu w codziennej diecie może być, między innymi, oznaką zmęczenia. A ponieważ zmęczonych ludzi nigdy nie brakuje, więc jest komu wmawiać, że brakuje mu właśnie magnezu.

Poruszymy teraz temat zatrucia wód mineralnych. Czy przeczytałeś lub usłyszałeś gdziekolwiek w mediach, że od 1990 r. przepisy zezwalają na obecność w tych wodach toksyn – pestycydów, metali ciężkich (w tym metali śmierci, takich jak:

ołów, rtęć, chrom i kadm), detergentów, azotanów itd.? Ja – jak dotąd – nigdzie takiej informacji nie spotkałem publicznie. Natomiast konsumenci coraz częściej narzekają na jakość wód mineralnych, a gdy od czasu do czasu przeczytają o oszustwach w tej branży, to nadal nie wiedzą, że tu nie ma żadnego oszustwa. W rozporządzeniu, które reguluje właściwości fizykochemiczne wód mineralnych, podaje się dopuszczalne stężenia „substancji niepożądanych w nadmiernych ilościach i toksycznych” (do 1990 r. nie dopuszczano w wodach mineralnych nawet śladowych ilości toksyn). Zatem dzisiaj to wszystko odbywa się zgodnie z literą prawa. Istny horror!!!

Nasi współcześni specjaliści żywienia wiedzą dokładnie, jakie pierwiastki mineralne oraz w jakich ilościach występują w roślinach (najczęściej w warzywach i owocach, a najwięcej w ich ziarnach), które zawsze były i nadal są głównym i pełnym dostawcą tych pierwiastków dla człowieka. Obecna wiedza medyczna precyzyjnie podaje, jakie pierwiastki mineralne oraz w jakich ilościach człowiek powinien spożywać średnio dziennie i nikomu nie nakazuje korzystać z takich czy innych źródeł tych pierwiastków, a jedynie podpowiada, gdzie jest ich najwięcej. Jednak przemysł wód mineralnych od lat stara się udowodnić, że najlepszym dostawcą minerałów są właśnie jego wody. Mało tego, wmawia się nam, że woda bez minerałów (a taką według niego jest woda osmotyczna) powinna być zabroniona, bo jest szkodliwa. Skoro tak, to proszę o wskazanie normy czy przepisu, który określa, jakie pierwiastki mineralne oraz w jakich ilościach muszą być zawarte w wodzie. Otóż takiego przepisu nie stworzono nigdy i nigdzie na świecie. Dlaczego? Bo nieprawdą jest, że w wodzie muszą być minerały.

*Jeżeli ktokolwiek twierdzi, że w wodzie pitnej muszą być minerały,  
to my pytamy: jakie oraz w jakich ilościach?  
Tymczasem nigdzie na świecie nie znajdziesz  
na ten temat żadnej normy ani przepisu.*



Sądzę, że dla osób, które wiedzą, jak funkcjonuje reklama, jak łatwo potrafi ona manipulować naszymi umysłami i wpływać na nasze, często nieracjonalne decyzje, powyższe treści wystarczą w zupełności, by zrozumieć, że woda do spożycia ma być przede wszystkim czysta, wolna od bakterii, zawiesin i chorobotwórczej chemii. Jeśli znajdują się w niej minerały, to nie szkodzą pod warunkiem, że nie jest ich za dużo. Ponieważ jednak nie brakuje osób, które uwierzyły reklamie i nadal szukają źródła minerałów w wodach kupowanych w sklepach, dlatego w następnych rozdziałach podaję inne argumenty pokazujące konieczność oczyszczania wody pitnej za pomocą odwróconej osmozy.

## CO TO SĄ MINERAŁY

Zacznę od pewnej nieścisłości. To, co tak powszechnie nazywamy minerałami lub solami mineralnymi, dotyczy w rzeczywistości wybranych **pierwiastków**. Mówi się o nich „pierwiastki życia” albo „makro-” lub „mikroelementy”. Makroelementy, to te pierwiastki, które w organizmie człowieka występują w dużych ilościach. Mikroelementy z kolei, to te, na które zapotrzebowanie organizmu jest śladowe. **Współczesna medycyna wymienia 31 pierwiastków, bez których nasze życie byłoby niemożliwe.** Oto one:

### MAKROELEMENTY

1. wapń
2. sód
3. potas
4. żelazo
5. magnez
6. siarka
7. fosfor

### MIKROELEMENTY

- |           |              |             |
|-----------|--------------|-------------|
| 1. cynk   | 9. kobalt    | 17. brom    |
| 2. mangan | 10. krzem    | 18. stront  |
| 3. jod    | 11. molibden | 19. rubid   |
| 4. chrom  | 12. bor      | 20. antymon |
| 5. selen  | 13. nikiel   | 21. tellur  |
| 6. miedź  | 14. wanad    | 22. tytan   |
| 7. chlor  | 15. arsen    | 23. german  |
| 8. fluor  | 16. lit      | 24. bar     |

Każdy z wymienionych pierwiastków ma swoją określoną funkcję w organizmie i jest do życia tak samo potrzebny jak tlen, woda, białka, tłuszcze, witaminy itp. Wszystkie te pierwiastki występują w pożywieniu, oczywiście przy jego odpowiednim doborze. Dlaczego więc częściej mówi się o minerałach, a nie o pierwiastkach?

**Minerały** są prostymi związkami chemicznymi występującymi w skorupie ziemskiej i w geologii wymienia się ich około 2200. Na Ziemi są one ze sobą różnie wymie-



szane, tworząc skały. Niektóre minerały są solami, a te w zetknięciu z wodą rozpadają się na **jony** (dysocjują) – **kationy** i **aniony**. I właśnie po takim rozpadzie **niektórych** soli mineralnych wśród kationów lub anionów mogą znaleźć się **niektóre** pierwiastki potrzebne nam do życia (zwróć uwagę, że na etykietach wód mineralnych nie podaje się nazw minerałów, lecz kationy i aniony powstałe z ich rozpadu w wodzie). Ponieważ w naszym języku potocznym to nieściśle hasło „minerały” jest już głęboko zakorzenione, tylko z tego powodu będę go nadal używał w dalszej treści artykułu.



*70% powierzchni kuli ziemskiej stanowi woda. Reszta, to skały zbudowane z około 2200 różnych minerałów.*

Biorąc do ręki dowolną wodę mineralną, zauważ, że niemal zawsze zawiera ona te same pierwiastki i w podobnych ilościach (obok podaję jednocześnie dzienne zapotrzebowanie dorosłego człowieka na dany pierwiastek):

PIERWIASTEK ŻYCIA	ŚREDNIA ZAWARTOŚĆ W WODACH MINERALNYCH	DZIENNE ZAPOTRZEBOWANIE U DOROSŁEGO CZŁOWIEKA
<b>WAPŃ</b>	100 mg/l	ok. 1100 mg
<b>MAGNEZ</b>	20 mg/l	ok. 320 mg
<b>POTAS</b>	10 mg/l	ok. 3000 mg
<b>SÓD</b>	10 mg/l	ok. 3000 mg

Trzeba przyznać, że w wodzie mamy sporo wapnia, ale chcąc pokryć zapotrzebowanie codzienne na ten pierwiastek należałoby wypijać dziennie ponad 10 litrów takiej wody. A czy znasz kogokolwiek komu brakuje wapnia? Nie, bo ten pierwiastek, powszechnie występujący w skorupie ziemskiej, jest jednocześnie powszechny w naszej codziennej diecie. Wystarczy np. wypić 2 szklanki mleka albo zjeść 100 g sera białego, by pokryć nasze codzienne zapotrzebowanie na wapń. Mówisz osteoporoza? Ta choroba dotyczy najczęściej kobiet po menopauzie i polega na **utracie przyswajalności** wapnia z pożywienia. Tu nie pomoże żadna dieta, żadne suplementy, bo organizm kobiety nie ma zdolności przyswajania kolejnej porcji wapnia z pożywienia i skoro tak jest, to „kradnie” już „przerobione wapno” ze swoich kości.

Podobnie nigdy nie brakowało nam i nadal nie brakuje magnezu – najwięcej jest go w kakao, czekoladzie i ziarnach różnych warzyw i owoców. Został jeszcze sód i potas. Przyznaj, że kompromitacją jest wspomnianie o istnieniu śladowych ilości tych pierwiastków w wodzie mineralnej. Szczególnie, że w przypadku sodu, statystyczny Polak zjada go 4-krotnie więcej od zapotrzebowania (12 000 mg dziennie). Taki jest efekt pewnej historycznej przypadłości, bo przed pojawieniem się w naszych domach lodówek, przez wiele wieków konserwowano żywność solą. Dzisiaj już nie musimy tak robić, ale przyzwyczajenie do spożywania soli w nadmiarze pozostało.

Wcześniej wymieniłem wszystkie 31 pierwiastków, które są niezbędne człowiekowi do prawidłowego życia. Przed chwilą pokazałem, że w wodzie występują tylko cztery z nich i w dodatku w śmiesznych ilościach w porównaniu z ich dziennym zapotrzebowaniem. Teraz pytam: gdzie są pozostałe pierwiastki i dlaczego nie ma ich w wodach? Odpowiedź jest jednoznaczna: są tam, gdzie były zawsze – w pożywieniu. A jeśli zdarzy się, że są również w wodzie, to jest ich najczęściej za dużo i wtedy takiej wody nie wolno spożywać, bo wiadomo przecież, że **każde przedawkowane lekarstwo zamienia się w truciznę** (woda zawierająca nadmiar jakiegoś minerału nie może z tego powodu otrzymać atestu na wodę mineralną). W przypadku wapnia, magnezu, sodu i potasu takie przedawkowanie nam nie grozi, dlatego **niemal wszystkie wody mineralne zawierają tylko te pierwiastki**.

*Z 31 pierwiastków potrzebnych do życia,  
tylko 4 można znaleźć w wodach mineralnych.  
Pozostałych 27 pierwiastków życia  
nigdy w tych wodach nie spotkasz.*

À propos wapnia i magnezu. Czy wiesz, że to **przemysł wód mineralnych spowodował nową chorobę – kamicę nerkową?** O tym problemie piszę w osobnym rozdziale.

## WODY MINERALNE KIEDYŚ I DZIŚ

Na powierzchni Ziemi zawsze istniały źródła, z których woda w sposób naturalny wydostawała się na jej powierzchnię. Już w starożytności takiej wodzie przypisywano cudowne właściwości, mimo że była ona dokładnie taka sama jak woda w pobliskim jeziorze lub rzece. Wyjątkowo cudowne były te wody źródlane, które na tle innych wyróżniały się smakiem, zapachem albo po prostu temperaturą.

Dziś nie musimy szukać źródeł wód wypływających z ziemi samodzielnie, bo potrafimy wiercić w niej otwory i wydobywać wody głębinowe na powierzchnię. W świetle współczesnych przepisów, wody źródlane albo głębinowe o szczególnym składzie mineralogicznym mogą być zaliczane do wód leczniczych (np. siarczanowe, szczawianowe, rodanowe itp.), ale takie wody są zalecane przede wszystkim do kąpieli, a do spożycia tylko w niewielkich ilościach, określonych przez lekarza. W starożytności ludzie nie mieli żadnej wiedzy na temat składu wód, dlatego pijąc bezkarnie wody o wyróżniającym się smaku lub zapachu czasami szkodzili swojemu zdrowiu.

Już w starożytności wszystkie duże skupiska ludzkie cierpiały na brak czystej wody do picia z powodu zanieczyszczenia ich źródeł ściekami. Rzym był pierwszym miastem, które zafundowało sobie czystą wodę doprowadzaną z odległych źródeł - wybudowano system rowów i akweduktów. Ale na terenie samego miasta woda do poszczególnych domostw była dostarczana przez trujące rury ołowiane (ołów należy do metali ciężkich i z racji swojej wyjątkowej toksyczności mówi się o nim „metal

*Pierwsze akwedukty zbudowano już w starożytności i doprowadzono nimi czystą wodę do dużych miast.*





śmierci”). I cóż, również ta woda smakowała Rzymianom, którzy byli dumni z jej pochodzenia. Za to dzisiaj istnieją dowody na to, że ta smaczna woda doprowadziła do upadku Cesarstwa Rzymskiego, bo nadmiar ołowiu wywołuje nieodwracalne zmiany w mózgu, a w skrajnych przypadkach doprowadza do zgonu.

O szkodliwości ołowiu dowiedzieliśmy się dopiero w latach 60. ubiegłego wieku i od tego momentu nie wolno instalować rur ołowianych do wody. W starych domach nadal jednak nie brakuje takich rur i płynąca przez nie woda nadal truje. Dzisiaj do przesyłu wody coraz częściej używa się rur plastikowych z polichloru winylu – są tańsze i lżejsze, zatem wygodne do transportu. Niestety, te plastikowe rury również **wydzielają ołów**, który jest w nich zawarty.

Czyli jak w przysłowiu: „*nie wszystko złoto, co się świeci*”, podobnie nie wolno zachwycać się wodą tylko dlatego, że jest **smaczna** (jeśli ktoś jeszcze tego nie wie, to czysta woda jest bezbarwna, bez smaku i z pewnością jest zdrowa). Niestety, jeszcze dzisiaj wiele osób zachwyca się wodą, która wypływa z pobliskiego źródła pod lasem albo pochodzi ze studni. Taka woda jest najczęściej zatruta azotanami z nawożonych pól lub pestycydami. Żeby się o tym przekonać, wystarczy dać ją do zbadania, bo ocena organoleptyczna (wygląd, smak i zapach) jest najczęściej mylna.

Przenieśmy się teraz do połowy XIX w., do czasów, kiedy dzięki technice wiertniczej nauczone się wiercić głębokie otwory w ziemi. Dzięki tej nowej technice wykonywano wiercenia przede wszystkim w poszukiwaniu nowych pokładów ropy naftowej, węgla, rud metali itd. Przy okazji tych wierceń odkrywano również źródła wód głębinowych, o których istnieniu człowiek nie miał wcześniej pojęcia. I podobnie jak w starożytności, odkrywano wody wyróżniające się swoim składem, ale tym razem, dzięki bogatszej wiedzy medycznej, wiedziano, jakie wody zalecać w leczeniu wybranych chorób. Zaczęły powstawać uzdrowiska, a wokół nich rosły miasta, którym z czasem przyznawano statut miast uzdrowiskowych – Ciechocinek-**Zdrój**, Krynica-**Zdrój**, Kudowa-**Zdrój**, Łądek-**Zdrój** itd. Rozwinął się nowy biznes, bo z tej formy terapii chciało skorzystać coraz więcej chętnych (mówimy o czasach wczesnego kapitalizmu, kiedy pobyt w „zdrojach” należał do swego szpanu i tylko bogaci obywatele na taki luksus mogli sobie pozwolić). Nadal wiercono w różnych miejscach i nadal odkrywano nowe źródła wód głębinowych i niemal każdy właściciel gruntu z taką wodą miał ochotę utworzyć własne uzdrowisko. Żeby w tej kwestii wprowadzić porządek, w 1906 r., na Kongresie Medycznym w Nauheim (miejscowość uzdrowiskowa w Niemczech) doszło do spotkania właścicieli najbardziej liczących się wtedy uzdrowisk z całej Europy. Na tym kongresie po raz pierwszy dokonano podziału wód głębinowych na:

- a) lecznicze,
- b) mineralne,
- c) pozostałe.

Zdefiniowano właściwości oraz skład, jaki musi mieć woda lecznicza i ustalono, że takie wody nadają się przede wszystkim do kąpeli, a jeśli miały być konsumowane, to tylko w niewielkich ilościach. Na kongresie tym ustalono, że tylko wody zawierające w jednym litrze minimum 1000 mg minerałów mogą uzyskać atest na wodę mineralną, przy spełnieniu jeszcze kilku innych warunków, z których najważniejszym był warunek **nieskazitelnej czystości**.

Od momentu wprowadzenia w życie pierwszej w historii wód mineralnych normy zapanował w tej branży porządek. W Polsce od rozpoczęcia poszukiwań wód leczniczych i mineralnych, czyli przez okres około 150 lat, zarejestrowano **tylko 28 źródeł takich wód, bo tylko tyle spełniało warunki przepisów ustalonych na wspomnianym kongresie**. Ten porządek trwał do 1990 r., aż nastąpiła katastrofa (!!!) – powstała nowa norma (BN-90/9567-08 z dn. 9 lipca 1990 r.), która poprzeczkę ilości wymaganych pierwiastków mineralnych w 1 litrze obniżyła z 1000 na 200 mg oraz zezwoliła na obecność w wodach mineralnych substancji trujących, takich jak pestycydy, metale ciężkie, azotany, detergenty itp. Później tę branżową normę kilkakrotnie znowelizowano i obecnie mamy trzy kategorie wód mineralnych:

- 1) **wysokozmineralizowane** (wcześniej lecznicze) – zawierają powyżej 1500 mg/l minerałów,
- 2) **średniozmineralizowane** – zawierają od 500 do 1500 mg/l minerałów,
- 3) **niskozmineralizowane** – zawierają **poniżej** 500 mg/l minerałów.

Tych ostatnich wód jest dzisiaj najwięcej, bo jeśli chodzi o ilość minerałów, to każda woda może się dzisiaj nazywać mineralną. Ponadto nowe rozporządzenie zezwala na obecność w wodach mineralnych m.in. następujących substancji toksycznych:

- |             |           |                         |
|-------------|-----------|-------------------------|
| ◆ aluminium | ◆ bor     | ◆ nikiel                |
| ◆ amoniak   | ◆ cyjanki | ◆ ołów                  |
| ◆ antymon   | ◆ cynk    | ◆ rtęć                  |
| ◆ azotyny   | ◆ chrom   | ◆ selen                 |
| ◆ azotany   | ◆ kadm    | ◆ fenole                |
| ◆ arsen     | ◆ mangan  | ◆ detergenty            |
| ◆ bar       | ◆ miedź   | ◆ DDT i jego metabolity |
|             |           | ◆ pestycydy itd.        |



Załączniki do rozporządzenia Ministra Zdrowia i Opieki Społecznej z dnia 8 lipca 1997r. (poz. 544)

## Załącznik nr 1

WYMAGANIA ORGANOLEPTYCZNE, CHEMICZNE, FIZYCZNE I MIKROBIOLOGICZNE  
DLA BUTELKOWANYCH NATURALNYCH WÓD MINERALNYCH, MINERALNYCH  
WÓD MIESZANYCH, NATURALNYCH WÓD ŹRÓDLANYCH I WÓD STOŁOWYCH

## I. Wymagania organoleptyczne, fizyczne i chemiczne

Lp.	Wskaźnik jakości	Jednostka	Wymagane wartości
	Barwa	mgPt	poniżej 5
	Śc		poniżej 3
			niew

<sup>a)</sup> dla naturalnych  
<sup>b)</sup> dla naturalnych  
<sup>c)</sup> dla wód odżelazion.

## II. Substancje niepożądane w nadmiernych ilościach i toksyczne

Lp.	Wskaźnik jakości	Jednostka	Najwyższa dopuszczalna wartość
1	2	3	4
13	Amoniak (NH <sub>4</sub> )	mg/dm <sup>3</sup>	1,00
14	Antymon (SB)	mg/dm <sup>3</sup>	0,01
15	Azotyny (NO <sub>2</sub> )	mg/dm <sup>3</sup>	0,005
16	Azotany (NO <sub>3</sub> )	mg/dm <sup>3</sup>	10,00/20,00 <sup>a)</sup>
17	Arsen (As)	mg/dm <sup>3</sup>	0,05
18	Bar (Ba)	mg/dm <sup>3</sup>	1,00
19	Bor (H <sub>3</sub> BO <sub>3</sub> )	mg/dm <sup>3</sup>	30,00
20	Cyjanki (CN)	mg/dm <sup>3</sup>	0,01
21	Cynk (Zn)	mg/dm <sup>3</sup>	1,00
22	Chrom (Cr)	mg/dm <sup>3</sup>	0,01
23	Glin (Al)	mg/dm <sup>3</sup>	0,10
24	Kadm (Cd)	mg/dm <sup>3</sup>	0,003
25	Mangan (Mn)	mg/dm <sup>3</sup>	0,50
26	Miedź (Cu)	mg/dm <sup>3</sup>	1,00
27	Nikiel (Ni)	mg/dm <sup>3</sup>	0,02
28	Ołów (Pb)	mg/dm <sup>3</sup>	0,01
29	Rtęć (Hg)	mg/dm <sup>3</sup>	0,001
		mg/dm <sup>3</sup>	0,01

Od ponad 25 lat przepisy dotyczące wód mineralnych zezwalają na obecność w nich toksyn.

Skoro przepisy zezwalają na trucizny w wodach mineralnych, to niemal każdy właściciel studni głębinowej ma w niej wodę mineralną. Trzeba tylko uzyskać odpowiedni atest i... do sklepu. I w ten oto sposób **mamy obecnie w Polsce ponad 500 przeróżnych wód mineralnych** i nikt, kto kupuje je w sklepie, nie wie, że płaci 100 razy więcej za to samo, co płynie z jego domowego kranu. Tak, bo gdy porównasz przepisy o wodach mineralnych z przepisami o wodach pitnych z wodociągów, to zobaczysz, że mogą być one tak samo skażone chemią.

**W wyniku wieloletniej, rabunkowej eksploatacji wód mineralnych z głębi ziemi, zostały one wymieszane z zatrutymi wodami zasysanymi z jej powierzchni.**

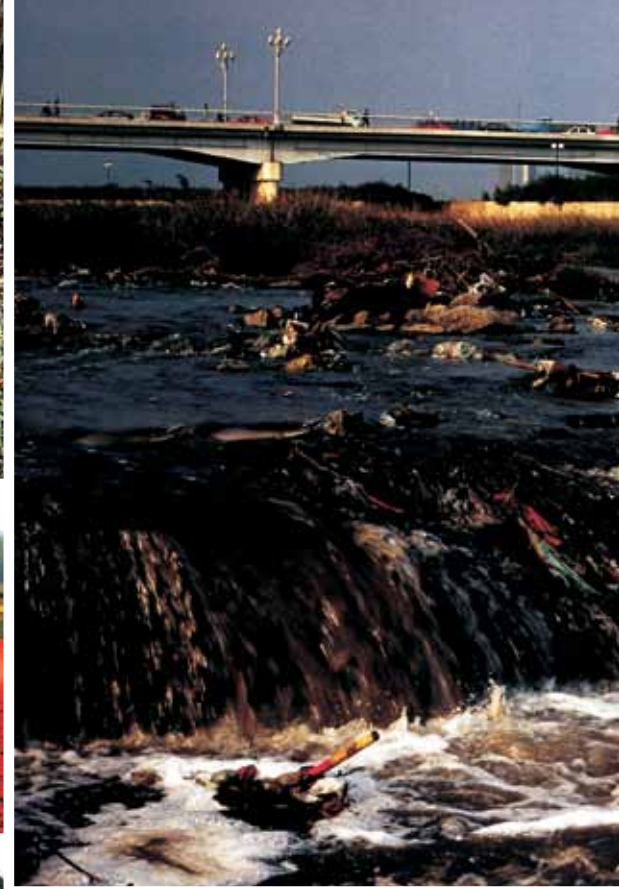
**Z tego powodu obecne normy dopuszczają również w wodach mineralnych i źródłanych, toksyczne substancje pochodzące ze skażonego środowiska naturalnego.**

Toksyczny pierwiastek lub związek chemiczny	Ilość dopuszczalna w wodzie w mg/l	
	PITNEJ	MINERALNEJ lub ŹRÓDLANEJ
ANTYMON	0,005	0,005
ARSEN	0,01	0,01
CYJANKI	0,05	0,01
CYNK	3,00	1,00
CHROM	0,05	0,01
ALUMINIUM	0,2	0,1
KADM	0,003	0,003
OLÓW	0,01	0,01
RTEĆ	0,001	0,001
DDT	—	0,0002
BENZO(A)PIREN	10 ng/l	10 ng/l

*Obecne przepisy zezwalają na obecność w wodach mineralnych takich samych trucizn, jakie są dopuszczone w wodach kranowych.*

A może chcesz jeszcze dowiedzieć się, dlaczego doszło do zatrucia wód mineralnych? Odpowiedź jest prosta – każda ilość wody wydobywanej z głębi Ziemi musi być natychmiast uzupełniona wodą z powierzchni. Tak każe fizyka. A na powierzchni nie ma już czystych, nieskażonych chemicznie wód, bo sami do tego doprowadziliśmy. Wszystkie bez wyjątku, związki chemiczne rozpuszczone w wodzie przedostają się wraz ze ściekami i odpadami do wód gruntowych, a stąd do wód głębinowych. W tym miejscu słyszymy często, że zanim ta brudna woda z powierzchni dojdzie do źródła wody mineralnej, to po drodze, przechodząc przez różne warstwy geologiczne iłów, piasków itp. oczyści się. Tak, oczyści się, ale tylko mechanicznie, bo piasek nie jest w stanie usunąć z wody rozpuszczonej w niej chemii.









*Wszystkie, bez wyjątku, związki chemiczne rozpuszczone w wodzie wraz ze ściekami i odpadami przedostają się do wód gruntowych, a stąd do wód głębinowych (również mineralnych).*



Miasta w Polsce, które mają w kranach wodę katastrofalnej jakości, szukają ratunku w wodach głębinowych. Wtedy również karmią swoich mieszkańców bajkami o ich cudownej czystości oraz ich zdrowotnych walorach. Pomyśl – jeśli do skażenia wód mineralnych doszło już przy ich stosunkowo małym zużyciu (statystyczny Polak wypija dziennie 0,25 l wody mineralnej) w porównaniu ze zużyciem wody w gospodarstwie domowym (statystyczny Polak zużywa 250 l wody dziennie), to jak szybko dochodzi do skażenia chemicznego „zwykłych” wód, skoro zakład wodociągowy pobiera z głębi Ziemi 1000 razy (!!!) więcej wody niż producent wody mineralnej. Pomyśl również o ogromnym marnotrawstwie takiej cennej wody, skoro 1/3 jest zużywana w toalecie (nowoczesne urządzenia do oczyszczania wody pitnej, działające na zasadzie odwróconej osmozy, czyszczą tylko 1% wody zużywanej w domostwie, bo tylko tyle pobiera się do konsumpcji).



*Każda ilość wody głębinowej (również mineralnej) wydobytej na powierzchnię, musi być zastąpiona zatrutymi wodami napływającymi z powierzchni.*

Zgodnie z nowymi przepisami, woda mineralna wcale nie musi zawierać minerałów – do 1990 r. był wymóg zawartości minimum 1000 mg minerałów w jednym litrze, dziś nie wymaga się ich w ogóle. Każdy więc właściciel studni może wlewać swoją wodę do butelek i sprzedawać ją jako mineralną. Poniższa tabela pokazuje zawartość pierwiastków mineralnych w wybranych wodach mineralnych i jednocześnie w wodach pochodzących z kranów z Warszawy, Wrocławia i Opolo. Przyglądając się tym liczbom należałoby zapytać: „czy w kranie mamy nagle wody mineralne, czy



może wody mineralne są teraz tak ubogie w minerały, że swoją jakością zrównały się z wodą kranową?”

PIER- WIASTEK	WODY MINERALNE [mg/l]			WODY KRANOWE [mg/l]			ZAPOTRZE- BOWANIE DZIENNE [mg]
	STARO- POLANKA	GRODZISKA	USTRO- NIANKA	WARSZAWA	WROCŁAW	OPOLE	
WAPŃ	150,4	70	47,8	76,10	78,64	73,05	ok. 1100
MAGNEZ	23,2	8	18,3	16,24	12,65	14,50	ok. 320
SÓD	44	6	3,9	84,85	21,26	11,00	ok. 3000
POTAS	23,9	—	0,9	5,07	6,90	3,10	ok. 3000



=



*Spółeczeństwo w Polsce jeszcze nie wie, że kupując w sklepie wodę mineralną, kupuje taką samą wodę, jaka płynie z jego kranu. Ale płaci 100 razy więcej.*

W mediach oraz wśród społeczeństwa coraz częściej słyszy się, że kupowane w sklepach wody mineralne są coraz gorsze. Gdy słyszymy, że jakiś producent wody mineralnej sprzedaje kranówkę w butelkach, to wydaje nam się, że to kolejne oszustwo, a do oszustw w naszym kraju zdążyliśmy się już przyzwyczać. Tymczasem wlewanie do butelek takiej samej wody, jak ta z kranu już od dawna nie jest u nas żadnym przestępstwem – przecież zezwalają na to stosowne rozporządzenia.

*Już w 1990 r. polskie normy zrównały wymagania stawiane wodom mineralnym i kranowym. Zezwala się na obecność w wodach mineralnych tych samych trucizn oraz w tych samych stężeniach, jakie są dopuszczone w wodach produkowanych przez zakłady wodociągowe. Od ponad 25 lat polskie wody mineralne są takie same, jak wody z kranu, ale są od nich 100 razy droższe.*

Czy teraz już wiesz, kto i dlaczego sieje plotki na temat szkodliwości wody osmotycznej? Czy teraz wiesz, dlaczego przemysł wód mineralnych robi wszystko, by społeczeństwo jak najpóźniej dowiedziało się, że kupuje w sklepach zwykłą kranówkę? Ten przemysł wie, że prędzej czy później stanie się u nas to samo, do czego już dawno doszło w USA, a obecnie dzieje się na rynkach krajów zachodnich. Otóż w Stanach Zjednoczonych nie ma już wód mineralnych, tam sprzedaje się tylko wody osmotyczne. Tam również zamontowano najwięcej urządzeń osmotycznych w domach, bo każdy rozumie, że posiadanie źródła wody osmotycznej w swojej własnej kuchni jest wygodniejsze niż bieganie po nią do sklepu.

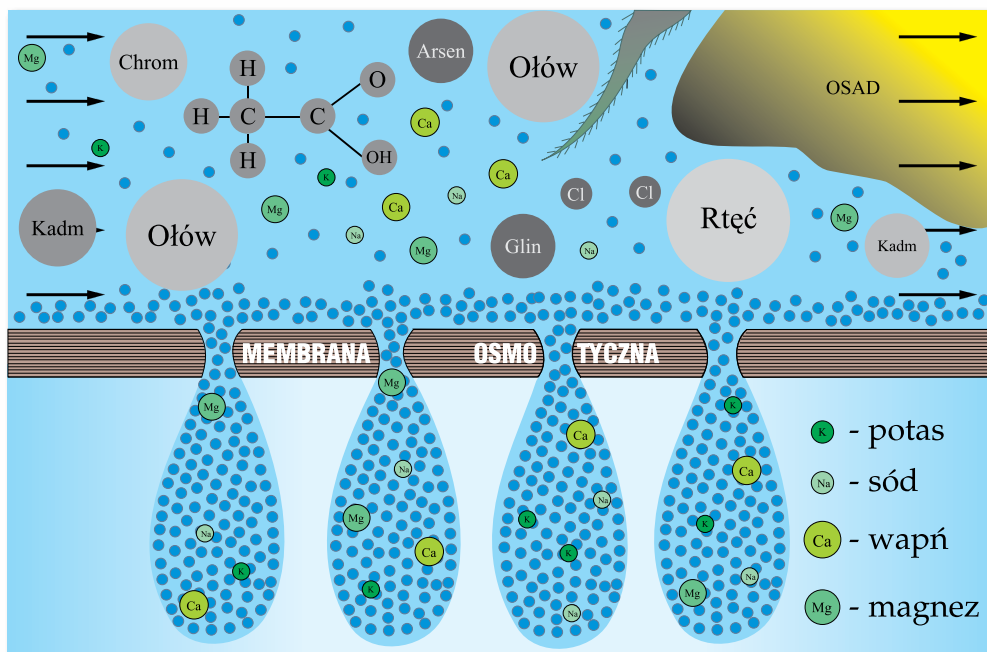


# JAK DZIAŁA ODWRÓCONA OSMOZA

Odwrócona osmoza polega na przenikaniu cząstek wody (rozpuszczalnika) przez pory **membrany osmotycznej**, które są milion razy mniejsze od jednego milimetra. Cząsteczka wody  $H_2O$  należy do jednych z mniejszych, jakie znamy w świecie chemii (wodór jest najmniejszym ze znanych pierwiastków, a tlen jest również mały). Przez membranę osmotyczną przechodzą również inne małe pierwiastki, w tym wszystkie pierwiastki mineralne, które mogą znaleźć się w wodzie (sód, potas, magnez i wapń).

Membrany osmotyczne, produkowane z powodzeniem od ponad 60 lat w USA, są zbudowane na wzór podobnych membran występujących w biologii. O tych naturalnych mówi się **blony osmotyczne** lub **półprzepuszczalne**. Przez ich małe pory przenikają tylko molekuly wody, natomiast nie przechodzą inne jony i cząsteczki, które są najczęściej większe.

Tak jest w naturze, bo producenci sztucznych membran osmotycznych potrafią wielkość porów regulować dowolnie – inne membrany produkuje się dla przemysłu farmaceutycznego, szpitali (dializa nerek) itp., a zupełnie inne do produkcji wody spożywczej. Membrany stosowane w urządzeniach domowych przepuszczają na początku około 10% ogółu jonów i związków zawartych w wodzie na wejściu, a wśród



*Pierwiastki mineralne łatwo przechodzą przez pory membrany osmotycznej, bo są wyjątkowo małe.*

nich najwięcej jest pierwiastków mineralnych właśnie dlatego, że są małe. Jeżeli zdarza się, że na początku działania membrana osmotyczna przepuści tylko połowę pierwiastków mineralnych, to już po kilku miesiącach przepuści je w 100%, bo w trakcie eksploatacji membran ich pory powiększają się. Gdy średnio po 5 latach membrany przepuszczają około 40% wszystkich związków rozpuszczonych w wodzie nieoczyszczonej, to wtedy wymienia się je na nowe – przy takiej przepustowości zaczynają przechodzić przez nie związki toksyczne.

Skoro nowa membrana przepuszcza 10% związków, a średnio po 5 latach przepuszcza je w 40%, to daje średnią 25% i przy takiej przepustowości membrany pierwiastki mineralne przechodzą w 100%. Zatem nie można takiej wody porównywać z wodą destylowaną, która nie zawiera nic.

*Domowa membrana osmotyczna przepuszcza średnio 25%  
związków chemicznych (w tym 100% minerałów)  
zawartych w wodzie kranowej.  
Woda destylowana jest zupełnie czysta.*

Dla tych klientów, którzy nadal obawiają się braku minerałów w naszej oczyszczonej wodzie, montujemy mineralizator, który daje dodatkową porcję pierwiastków mineralnych (zawsze tylko sód, potas, magnez i wapń, a dalej przeczytasz, dlaczego innych pierwiastków dodawać nie wolno) - taka woda spełnia warunki wody mineralnej niskozmineralizowanej. Jest przy tym zdecydowanie zdrowsza, bo nie zawiera związków toksycznych, czego nie da się powiedzieć o wodach mineralnych oferowanych w handlu.

Domowe urządzenia osmotyczne rozpoczęto sprzedawać w 1965 r. najpierw w USA, później w innych krajach zachodnich, a w Polsce pojawiły się na początku lat 90. ubiegłego wieku. I wszędzie na świecie zdobywają ogromną popularność, bo tylko one potrafią tanio i skutecznie wyrzucić chemię z wody. Eksploatacja domowych osmotycznych stacji uzdatniania wody wynosi około 1 zł dziennie, a wody uzyskanej za tak małą kwotę wystarczy w rodzinie do spożycia, umycia głowy, podlania kwiatków oraz napojenia zwierząt domowych. Przy zużyciu dziennym 10 litrów wody osmotycznej, 1 litr takiej wody kosztuje tylko 10 groszy.





*Pierwszy model domowego urządzenia osmotycznego.*

Pamiętam dobrze, z jak wielkim oporem sanepidów, lekarzy, producentów wód mineralnych oraz kranowych, ta nowa metoda oczyszczania wody spotykała się w Polsce ponad 25 lat temu, gdy w naszym kraju pojawiła się po raz pierwszy. Wcale nas to nie dziwiło i liczyliśmy się z tym. Już ponad dwa tysiąclecia temu pewien grecki lekarz, Herophilus (335-280 p.n.e.), na temat wynalazków wypowiedział się następująco:

***„Każdy nowy wynalazek musi pokonać dwie przeszkody – uprzedzenia pseudonaukowców i zatwardziałość starych i utartych sposobów myślenia”.***

Dzisiaj wiemy o trzeciej przeszkodzie, którą stanowi konkurencja. Jednak po upływie 25 lat od pojawienia się odwróconej osmozy w Polsce jej popularność wyraźnie wzrosła, a każdy, kto ją jeszcze krytykuje, naraża się na kompromitację.

Jak bardzo popularna jest dzisiaj odwrócona osmoza można łatwo sprawdzić w Internecie – w dowolnej wyszukiwarce wystarczy wpisać hasło „odwrócona osmoza” (lub „osmoza odwrócona”) i pojawi się blisko milion wyników. Jeszcze więcej pokaże się ich, gdy wpiszesz po niemiecku – „Umkehrosnose” albo

po angielsku „reverse osmosis”. I jeśli czasami pojawi się krytyka tej metody, to na jedną krytykę przypada kilka tysięcy pochwał. Oponentów tej metody ubywa z każdym miesiącem, bo coraz więcej ludzi dowiaduje się o zatruciu wód pitnych i przy gwałtownym przyroście chorób cywilizacyjnych, z rakiem na czele, ich świadomość oraz wiedza na ten temat ciągle wzrasta.

## WODA DLA NIEMOWLĄT MADE BY HUMANA

**GWARANCJA JAKOŚCI**

Dzięki nowoczesnej technologii oraz dokładnej metodzie oczyszczania wody (odwrócona osmoza) usuwamy z niej zbędne i szkodliwe związki chemiczne.

Przygotowanie oraz stały skład wody osmotycznej HUMANA podlegają stałej kontroli.

W ten sposób gwarantujemy rodzicom dostęp do czystej i bezpiecznej wody dla szczególnie wrażliwego organizmu niemowlęcia oraz małego dziecka.

**OD URODZENIA**

**NADAJE SIĘ DO PRZYGOTOWANIA ODŻYWEK DLA DZIECI**

**SPECJALNIE PRZYGOTOWANA I WOLNA OD BAKTERII**

**WOLNA OD AZOTANÓW I AZOTYNÓW**

**NIE TRZEBA GOTOWAĆ**

**WAŻNE WSKAZÓWKI**

Wody HUMANA nie trzeba gotować przed użyciem.

Otwarte opakowanie prosimy przechowywać w lodówce.

*Na Zachodzie, w sklepach z żywnością dla niemowląt, sprzedaje się również wodę oczyszczoną przy pomocy odwróconej osmozy, by taką czystą wodą, a nie kranówką, karmić małe dzieci.*

We wszystkich państwach urządzenia osmotyczne muszą przejść oficjalne badania, by otrzymać zezwolenie na ich sprzedaż. W Polsce wymagany jest Atest Higieniczny Państwowego Zakładu Higieny w Warszawie i wszystkie oferowane w handlu urządzenia mają go. Czy wyobrażasz sobie zatem, że Państwowy Zakład Higieny dopuszcza do sprzedaży sprzęt, który może zaszkodzić konsumentom?

Na Zachodzie w sklepach z żywnością dla niemowląt już od wielu lat można również kupić wodę osmotyczną. Producenci zdrowych i wartościowych żywności wychodzą z założenia, że w domu nie należy mieszać ich z brudną wodą kranową i radzą kupić wodę czystą, zdrową i bezpieczną – tym razem pochodzącą z odwróconej osmozy. Taką wodę można już kupić w niektórych polskich drogeriach. Czy wierzysz, że sprzedawana jest tam woda, która może zaszkodzić niemowlętom?

Gdyby woda osmotyczna choć raz komukolwiek zaszkodziła, to bądź pewien, że nasza konkurencja natychmiast zrobiłaby z tego aferę. Tymczasem w żadnej bibliotece oraz w żadnym czasopiśmie takiego przypadku nie znajdziesz. Bo nigdy dotąd nie zanotowano ani jednego przypadku, by komuś zaszkodziła czysta woda.

*Przeciwnicy wody osmotycznej straszą, że jest ona szkodliwa.  
Tymczasem miliony ludzi na świecie cierpi i umiera z powodu  
nadmiaru chemii, której najwięcej jest w wodzie.  
Natomiast nigdzie na świecie nie zanotowano ani jednego przypadku,  
by komuś zaszkodziła czysta woda.*

## ODWRÓCONA OSMOZA W KAŻDYM DOMU

Jeżeli kiedyś wszyscy w Polsce dowiedzą się, jak bardzo są otruwani wodą kranową (oraz studzienną), to pewne jest, że w każdym domu urządzenie osmotyczne będzie tak samo nieodzownym sprzętem jakim jest pralka, lodówka czy telewizor (obecnie co 10. rodzina w Polsce ma już aparat osmotyczny w domu). Wszyscy wiemy, że **chemia, która otacza nas ze wszystkich stron, jest najbardziej odpowiedzialna za większość chorób cywilizacyjnych**. Przecież choroby nowotworowe są reakcją na toksyny, które gromadzimy w swoich organizmach przez wiele, wiele lat. Chodzimy z nimi jak bom-



ba zegarowa – nikt nigdy nie wie, kiedy i w jakim miejscu zaatakuje go nowotwór. **W Polsce obecnie co piąty obywatel umiera na raka, a prognozy mówią, że w ciągu najbliższych 20 lat ta umieralność ulegnie podwojeniu.** Dzisiaj w naszym kraju 30% społeczeństwa choruje na różne alergię i obserwując tempo przyrostu tej choroby **za około 30 lat (!!!) wszyscy będziemy alergikami.** Alergia to nic innego, jak spadek odporności immunologicznej organizmu spowodowany chemią. Chemia odpowiedzialna za większość chorób cywilizacyjnych wchodzi do naszych organizmów przez:

- płuca (zatrute powietrze),
- skórę (kosmetyki),
- żołądek (żywność i woda).

Nie wszyscy jednak wiedzą, że najwięcej chemii jest w wodzie, bo to właśnie woda jest najlepszym rozpuszczalnikiem, jaki znamy. Obecnie znane są tylko dwie metody na usunięcie z wody rozpuszczonej w niej chemii:

- stara jak świat destylacja,
- odwrócona osmoza.



*Nowoczesny model domowego urządzenia osmotycznego.*

*W Polsce co piąty obywatel umiera dzisiaj na raka, a za 20 lat ta liczba zostanie podwojona. Obecnie 30% Polaków cierpi na alergię, a za około 30 lat wszyscy będziemy alergikami. Rak, alergię i większość innych chorób cywilizacyjnych są spowodowane wszechobecną chemią, której najwięcej jest w wodzie. I tylko z wody potrafimy ją usunąć – najlepiej i najtaniej przy użyciu odwróconej osmozy.*



## **CZYSTA WODA NIGDY NIE BYŁA I NIE JEST SZKODLIWA**

Wśród różnych plotek na temat wody osmotycznej usłyszysz niekiedy, że jest ona zbyt czysta i dlatego szkodliwa. Na wstępie tego opracowania odparłem te zarzuty, bowiem woda osmotyczna zawiera pierwiastki mineralne. Pisałem również, że obecność minerałów w wodzie kranowej lub studziennej jest zależna od skał, z którymi wcześniej spotykał się deszcz lub topniejący śnieg. W skorupie ziemskiej istnieją skały zawierające łatwo rozpuszczalne minerały (np. skały wapienne), ale nie brakuje również skał, które nie dają żadnych minerałów (np. granity i bazalty). Dlatego na powierzchni Ziemi nie brakuje miejsc, gdzie ludzie zawsze piją wodę zupełnie czystą, pozbawioną minerałów. Przykładem są Himalaje, olbrzymi obszar wysokogórski, gdzie woda spływająca z lodowców jest czysta jak destylowana, a średnia życia tubylców żyjących w dolinach tych gór, z dala od cywilizacji, bez samochodów, pralek i telewizorów, wynosi ponad 100 lat. Nikt nie twierdzi, że tylko czysta woda przedłuża im życie, ale widać, że nie szkodzi.

Podobną sytuację mamy w naszych Tatrach. Ich granitowe skały nie dają wodzie żadnych soli mineralnych. Jeżeli dasz do zbadania wodę z Morskiego Oka albo z dowolnego strumienia wody tatrzańskiej, to okaże się, że jest tak czysta jak destylowana. I czy ktoś z tego powodu zabrania ją pić? Czy komuś zaszkodziła? Czy zdychają zwierzęta, które poją się tylko taką, zbyt czystą wodą?



*Na kuli ziemskiej jest dużo jezior wśród trudno rozpuszczalnych skał.  
Woda w nich jest tak czysta jak woda destylowana i każdy pije ją bez obawy o swoje zdrowie.*

A jaką wodę piją przez całe życie Eskimosi? Przecież woda z topionego przez nich lodu to destylat. Więc skąd czerpią minerały? Eskimosi nie mają żadnego dostępu do warzyw oraz owoców i jedynym źródłem minerałów oraz wszystkich innych potrzebnych do życia składników są ryby, foki i inne dostępne im zwierzęta.





*Eskimosi przez całe swoje życie piją wodę destylowaną pozyskiwaną z topionego lodu, a jedynym źródłem minerałów są dla nich ryby, foki i inne mięso. Eskimosi nie mają dostępu do warzyw i owoców.*

Czy kiedykolwiek i gdziekolwiek zabraniano pić wodę deszczową albo wodę ze stopionego śniegu czy lodu? A przecież deszczówka i stopiony śnieg lub lód to po prostu woda destylowana, która nie zawiera żadnych minerałów. W historii życia ludzi na Ziemi nie zanotowano ani jednego przypadku, by komuś zaszkodziła czysta woda, nawet jeżeli była destylowana. To tylko reklama i propaganda na temat rzekomej dobroci i konieczności istnienia minerałów w wodzie spowodowały u wielu ludzi strach przed wodą czystą.

Woda na całej kuli ziemskiej ciągle krąży – parują zarówno morza, oceany i inne zbiorniki wodne, jak również rośliny i woda zawarta w gruncie. Paruje tylko woda, a nie chemia w niej rozpuszczona. Gdy taka czysta woda wraca na powierzchnię Ziemi w postaci deszczu lub topniejącego śniegu, to zależnie od napotkanego podłoża, wzbogaci się w minerały, za każdym razem inne lub nie. Zatem woda, którą ludzie spożywają, nigdy nie jest taka sama. I czy różnią się między sobą ludzie, którzy spożywają wody o zupełnie innym składzie mineralnym i czy są z tego powodu mniej lub bardziej podatni na choroby?

Na Zachodzie, przed pojawieniem się urządzeń osmotycznych, z dużym powodzeniem były sprzedawane domowe destylarki (dla przypomnienia – **destylacja wody** to jej parowanie i ponowne odzyskanie przez skroplenie, które służy do rozdzielania wody i związków chemicznych w niej rozpuszczonych). Taką destylację znamy z laboratoriów i tę samą metodę stosowano kiedyś w domowych destylarkach. Otóż na Zachodzie już pół wieku przed nami mówiono głośno o skażeniu wód pitnych z kranu (u nas ten problem był również znany, ale nie wolno było o tym mówić) i klienci chętnie destylowali je w swoich domowych kuchniach. Jak to? – powiesz – przecież to szkodliwe. Jak można było dopuścić do sprzedaży takich urządzeń? Odpowiedź jest prosta – woda destylowana wcale nie jest szkodliwa jak głoszą niektóre plotki.



*Na Zachodzie, przed pojawieniem się urządzeń osmotycznych, dużą popularnością cieszyły się domowe destylarki do produkcji czystej, pozbawionej minerałów wody do picia.*

*W historii życia ludzi na świecie  
nie zanotowano ani jednego przypadku, by komuś zaszkodziła  
czysta woda, nawet jeżeli była destylowana.  
To tylko reklama na temat rzekomej dobroci minerałów  
i propaganda o ich koniecznej obecności w wodzie  
spowodowały u niektórych ludzi strach przed czystą wodą.*

## **GDYBY WODA BYŁA JEDYNYM ŹRÓDŁEM PIERWIASTKÓW ŻYCIA, TO BYŁABY TRUJĄCA**

Wcześniej wspomniałem, jak dochodzi do mineralizacji wód krążących w przyrodzie – one parują z całej powierzchni globu ziemskiego i powracają czyste w postaci deszczu, śniegu albo gradu. Od zarania dziejów nie ubyło na Ziemi ani kropli wody – ona ciągle krąży. Gdy woda opada z powrotem na Ziemię i styka się z różnymi skałami, to rozpuszcza je w sobie, jeśli one na to pozwolą – woda jest wprawdzie najlepszym rozpuszczalnikiem, jaki znamy, ale są skały, które skutecznie potrafią się jej oprzeć. Do takich skał należą np. granity, bazalty, piaskowce itp. Najłatwiej rozpuszczalną skałą w skorupie ziemskiej jest sól kamienna – chlorek sodu NaCl – ta sama sól, którą dostarczają nam np. kopalnie w Wieliczce i Bochni, a w zmielonej postaci jest używana w naszych kuchniach. Jak łatwo rozpuszcza się w wodzie, doskonale wiemy. Ale spróbujmy w ten sam sposób rozpuścić np. piasek. Powodzenia.



*Różne skały i minerały różnie rozpuszczają się w wodzie. Sól kamienna rozpuszcza się w wodzie niemal natychmiast, ale większość skał, np. piasek potrafią wodzie oprzeć się.*

Teraz wiesz, dlaczego na powierzchni Ziemi soli już nie ma – deszcze spadające na nią od milionów lat dawno ją rozpuściły i posłały do mórz i oceanów, które dwa miliardy lat temu, na początku ich powstania, były słodkie. Dlatego dzisiaj musimy



szukać soli głęboko w Ziemi, bo tam deszcze nie docierały. W niektórych krajach sól pozyskuje się z wody morskiej lub oceanicznej, osuszając ją ciepłem słonecznym.

Dzisiaj woda powierzchniowa rzadko zawiera więcej niż 10 mg sodu/l, a przecież dorosły człowiek potrzebuje go minimum 3000 mg dziennie. A jak dodam, że sodu zjadamy 4 razy więcej (czyli 12 000 mg dziennie!!!) niż nam potrzeba, bo przez wielowiekową konserwację żywności solą przyzwyczailiśmy się do spożywania jej w nadmiarze, to chyba zgodzisz się z tym, że te 10 mg w litrze wody mineralnej graniczy z parodią. Właśnie dlatego specjaliści odżywiania nie upominają się o ten pierwiastek w wodach mineralnych, bo po co. Ponadto woda mineralna zawierająca za dużo sodu jest zbyt słona, a przez to niesmaczna. Ale zwróć uwagę na to, że sód, najczęściej w stężeniu nieprzekraczającym 10 mg/l, znajdziesz na etykiecie każdej wody mineralnej, a kupujący je wierzą, że to cenny minerał.

Porównaj raz jeszcze te dwie liczby, zanim położysz się spać:

– statystyczny Polak zjada:

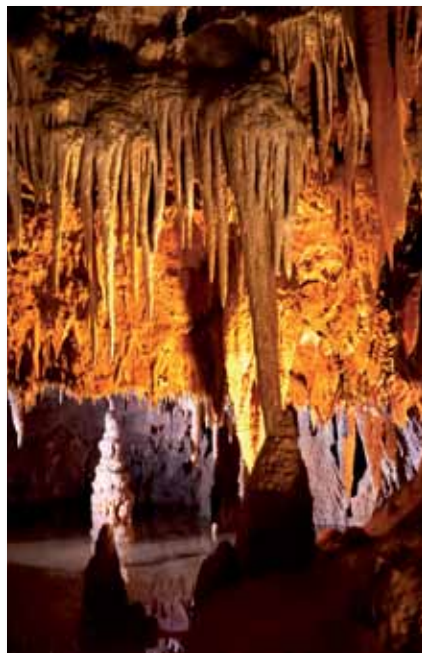
**12 000 mg sodu/dzień**

– w wodach mineralnych mamy nie więcej niż:

**10 mg sodu/litr**

Podobnie jest z potasem, który w wodach mineralnych pojawia się w szczątkowych ilościach – jego ilość w litrze wody rzadko przekracza 10 mg. Natomiast zapotrzebowanie dorosłego człowieka na potas wynosi 3000 mg/dzień.

Do skał stosunkowo łatwo rozpuszczalnych, ale nie tak łatwo jak rekordzistka sól kamienna, należą wapienie. To dzięki tym skałom mamy w wodzie wapń i magnez. Tylko w takich skałach wewnątrz skorupy ziemskiej powstają jaskinie wapienne ozdobione stalaktytami i stalagmitami – to efekt ich długoletniej penetracji przez wody, które je po prostu wypłukały. Wiszące stalaktyty i stojące stalagmity to sope wapienne, które w takich jaskiniach nieustannie tworzą się przy ponownym wydzielaniu się wapnia z kropli wody.



*Tylko w skałach wapiennych przez okres milionów lat woda potrafiła utworzyć jaskinie, bo są one łatwo rozpuszczalne. Wody z dużą zawartością wapnia i magnezu (tzw. wody twarde) tworzą w jaskiniach stalaktyty i stalagmity, kamień w rurach domowych i garnkach oraz kamienie w naszych nerkach lub pęcherzu moczowym.*

W wodach pitnych pochodzących z powierzchni Ziemi mamy najczęściej około 100 mg wapnia w 1 litrze, przy jego dziennym zapotrzebowaniu – 1100 mg. W wodach mineralnych, które pochodzą z głębi Ziemi i mają wiek liczony w milionach lat, mieliśmy tego wapnia więcej (czas rozpuszczania był zdecydowanie dłuższy). Było tak do roku 1990, bo stare przepisy tego wymagały. Dzisiaj zawartość wapnia w wodach mineralnych jest taka sama jak w wodach wodociągowych, bo zezwalają na to przepisy obowiązujące obecnie.

Występowanie w wodach głębinowych wapnia i magnezu jest powszechne. Ponieważ należą one do **makroelementów** (są spożywane przez człowieka w większych ilościach), to praktycznie nie ma groźby ich przedawkowania. Ale od nadmiaru wapnia w wodzie cierpimy na kamienie nerkowe – kamienie te tworzą się w ten sam sposób, co plamy na wysychających płytkach w łazience czy stalaktyty w jaskiniach – to jest ciągle ten sam proces fizyczny.

Zupełnie inaczej jest w przypadku pozostałych pierwiastków mineralnych – przypominać, że mamy ich na liście 31. Zdecydowana większość z nich to **mikroelementy**, czyli takie, których człowiek potrzebuje w śladowych ilościach, a **każde ich przedawkowanie jest szkodliwe**. Do takiego przedawkowania minerałów w wodzie głębinowej dochodzi bardzo łatwo, bo cokolwiek woda rozpuszcza w sobie, robi to tak długo, aż dojdzie do nasycenia danym minerałem. Wody głębinowe (również studzienne) z rejonu Mazowsza posiadają za dużo żelaza i manganu, a wody z Jury Krakowsko-Częstochowskiej – wapnia i magnezu. Mieszkańcy Otmuchowa i okolic cierpią z powodu nadmiaru fluoru w wodzie, a gdy mieszkańcy z rejonu Kowar czerpią wodę pochodzącą z głębin, to zmuszeni są do picia promieniotwórczego uranu.

Zauważ, że lobby wód mineralnych, by zachęcić nas do kupowania ich towaru, ciągle straszy nas brakiem minerałów w pożywieniu. Ale nigdzie w mediach nie zobaczysz, jak szkodliwe jest przedawkowanie pierwiastków życia w naszej diecie. Takie przedawkowanie nie grozi nam ze strony pożywienia, ale łatwo może się zdarzyć przy spożywaniu przemineralizowanych wód głębinowych. To właśnie z tego powodu **niekażda woda głębinowa nadaje się do spożycia**.

Poniżej podaję tylko kilka przykładów chorób i dolegliwości wywołanych nadmiernym spożyciem mikroelementów (mikroelementy występują w organizmie człowieka w mniejszych ilościach i dlatego minimalne jest ich zapotrzebowanie w pożywieniu. Współczesna medycyna wymienia 24 mikroelementy).

**Cynk** – jego nadmiar działa toksycznie na organizm człowieka, wywołując uszkodzenia wątroby, mięśnia sercowego oraz zaburzenia przewodu pokarmowego.

**Mangan** – jego nadmiar uszkadza ściany naczyń włosowatych układu krwionośnego. Podrażnia ośrodkowy układ nerwowy i wywołuje marskość wątroby.

**Miedź** – jej zwiększona ilość uszkadza cewki moczowe, co jest przyczyną białkomoczu, cukromoczu oraz mocznicy. Uszkadza wątrobę, mięśnie sercowe i blokuje aktywność wielu enzymów niezbędnych do życia.

**Molibden** – jego nadmiar wypiera miedź z organizmu, co powoduje niedokrwistość.

**Żelazo** – jego nadmiar może być silnie toksyczny. U dzieci wywołuje chorobę Kashin-Becka, która charakteryzuje się zmianami kostno-stawowymi i zaburzeniami wzrostu. Nadmiar żelaza w wodzie pitnej prowadzi do zubożenia organizmu w fosforany – ważny składnik kości.



*Każde przedawkowane lekarstwo zamienia się w truciznę. Podobnie jest z nadmiarem pierwiastków mineralnych w wodzie.*

Od momentu powstania sztuki wiertniczej (około 150 lat temu) na całym świecie, również w Polsce, wywiercono w skorupie ziemskiej setki tysięcy otworów. Odkryto w ten sposób tysiące źródeł wód głębinowych – przecież wszędzie, gdzie mamy do czynienia ze skałami wodonośnymi, są one zawsze wypełnione wodą. W czasach, gdy woda mineralna musiała być czysta (do 1990 r.), mieliśmy w Polsce tylko(!!!) 28 takich wód. Dlaczego tak mało? Bo zdecydowana **większość wód głębinowych jest przemineralizowana i przez to niezdrowa**. Gdyby woda oligoceńska była tak dobra, jak opowiada się mieszkańcom naszej stolicy, to już dawno dostałaby atest wody mineralnej, byłaby sprzedawana w sklepach, a Warszawa zostałaby największym mia-



stem zdrojowym na świecie. Dawać taką wodę za darmo można – tego przepisy nie zabraniają – mieszkańcy Warszawy mogą bezpłatnie korzystać z ponad 200 studni głębinowych wywierconych na terenie tego miasta. Owszem, woda ze studni oligoceńskiej jest lepsza (zobaczymy jak długo) niż woda kranowa w Warszawie, bo ze świecą szukać tak trującej „kranówki”, jaką ma nasza stolica.

*Woda nie może być głównym źródłem pierwiastków mineralnych, bo:*

- a) ilość minerałów w niej jest zupełnie przypadkowa i za każdym razem inna,*
- b) nierzadko bywa, że nie ma w niej żadnych minerałów,*
- c) może łatwo dojść do przedawkowania minerałów i wtedy jest ona szkodliwa.*

A czy równie przypadkowy jest skład spożywanych przez nas roślin, mięsa zwierzęcego lub ryb? Przecież dokładnie wiemy ile węglowodanów, białka, tłuszczu, witamin oraz minerałów one zawierają, bo dziś potrafimy to łatwo zbadać. Rośliny pobierają z ziemi tylko tyle minerałów, ile potrzebują do prawidłowego wzrostu i człowiek, spożywając je, nigdy nie musiał obawiać się ich przedawkowania. Wiemy np., że ogórki nie mają żadnych minerałów, ale za to dużo wody. Wiemy również, że niektóre rośliny i zwierzęta mogą być nawet trujące i tych unikamy.

*Człowiek spożywając rośliny oraz mięso nigdy nie musiał się obawiać nadmiaru minerałów.*

*Przy konsumpcji wód średnio- i wysokozmineralizowanych takie przedawkowanie jest możliwe.*

W trakcie ewolucji życia na Ziemi najpierw pojawiły się rośliny (flora), a dopiero później zwierzęta (fauna). Wśród zwierząt są ssaki, do których należymy również my – ludzie. Zarówno dla zwierząt, jak i dla ludzi źródłem minerałów zawsze była roślinność albo mięso.

*W historii życia ludzi na ziemi woda nigdy nie była  
głównym źródłem minerałów.*

*To tylko przemysł wód mineralnych wmówił nam,  
że minerałów należy szukać w tych wodach.*



*Głównym źródłem minerałów dla człowieka zawsze były i są nadal warzywa i owoce.*

## **WODA OSMOTYCZNA WYPŁUKUJE MINERAŁY Z ORGANIZMU**

Również takie ostrzeżenia padają z ust przeciwników wody osmotycznej. Przypomnijmy im więc podstawowe lekcje fizyki, na których uczono nas, że woda tak długo rozpuszcza w sobie jakąś substancję (czyli wypłukuje z organizmu), np. sól mineralną, aż się nasyci. Zatem nieważne, czy pijemy wodę destylowaną, osmotyczną, mineralną czy wodę z kranu – wszystkie wymienione tu wody mogą „wypłukiwać z nas” minerały, bo daleko im do nasycenia. Nawet wody wysokozmineralizowane mogą wypłukiwać z nas minerały – takie wody zawierają powyżej 1500 mg soli na 1 litr. Woda z Bałtyku zawiera ich 35 000 mg w litrze i nadal daleko jej do nasycenia.

Jeśli chcesz zobaczyć, jak „chłonna” jest woda, zrób w domu prosty eksperyment – rozpuszczaj w szklance wody cukier. Z praktyki wiemy, jak łatwo i szybko znikają np. w herbacie 1, 2 lub 3 łyżeczki cukru, ale próbuj dalej – rozpuszczaj we wspomnianej szklance następane łyżeczki – 10, 20, 30. W ten sposób zobaczysz, że w jednej szklance wody można rozpuścić jedną szklankę cukru. Podobnie jest z tysiącami innych substancji – każdą z nich woda będzie rozpuszczać tak długo, aż się nasyci. Ale zapamiętaj: **bardzo niewiele substancji rozpoznasz w wodzie po ich smaku, wyglądzie lub zapachu** (ocena organoleptyczna) tak, jak po smaku rozpoznajesz cukier lub sól kuchenną. Zdecydowana większość substancji, które wypijasz z wodą, nie ma ani smaku, ani zapachu i nie jest widoczna.

Jeżeli woda w organizmie wypłukuje z niego cokolwiek, to wyłącznie te elementy, które są w organizmie rozpuszczone w nadmiarze, a nie są związane w jakiejś tkance. Jeśli ten nadmiar ma być wyrzucony za pomocą wody, to czyni to mocz lub pot. Nie zapominajmy, że wspomniane płyny usuwają z organizmu również toksyny – niech zatem nikogo nie dziwi częstość występowania raka pęcherza moczowego – nasz mocz jest dzisiaj bardzo trujący, podobnie jak trujący jest kał, który jest przyczyną raka jelita grubego. U wielu pacjentów przyczyną przeróżnych i niewyleczalnych egzem jest pot, który również usuwa toksyny z organizmu. To, jak bardzo dostępne nam wody radzą sobie z wypłukiwaniem nadmiaru minerałów lub toksyn, wcale nie zależy od stopnia ich stężenia, bo nieważne, czy jest to woda destylowana, kranowa czy wysokozmineralizowana – wszystkim tym wodom wiele brakuje do stanu nasycenia. **Gdyby prawdą było, że czysta woda jest groźna z powodu wypłukiwania minerałów z organizmu, to już dawno byłaby zalecana jako najlepszy sposób na usuwanie z niego toksyn.**

Potrzebne nam pierwiastki mineralne znajdują się w 100% w spożywanych przez nas roślinach i są w nich związane w postaci **chelatów** co opiszę w następnym rozdziale. Gdy nasz organizm potrzebuje minerałów, to są one natychmiast wiązane w różnych tkankach, w których pełnią swoją nieodzowną funkcję. I wtedy żadna woda ich nie wypłucze. Tak samo, jak cegły przy budowie domu muszą być związane ze sobą cementem, bo w przeciwnym wypadku ten dom legnie w gruzach. Gdyby woda tak łatwo wypłukiwała z nas minerały i inne składniki, to musielibyśmy bać się ją pić. Nie wolno by było wejść do wanny lub pod prysznic, bo woda mogłaby nas rozpuścić.

Długo zastanawiałem się, czy w ogóle pisać na ten temat, bo wstyd mi za wszystkich tych (nierzadko lekarzy!!!), którzy potrafią wygadywać takie bzdury na temat



wyplukiwania czystą wodą minerałów z organizmu. Jeśli ktokolwiek nadal twierdzi, że czysta woda posiada takie zdolności, to niech powróci do podstawowych lekcji fizyki, chemii i biologii. I jeśli nadal nie wierzy, to chętnie wezmę udział w eksperymencie i przez resztę życia będę pić wodę destylowaną.

*Woda zawarta w moczu oraz w pocie usuwa z organizmu tylko nadmiar toksyn i minerałów rozpuszczonych w płynach ustrojowych.*

*Ale nie jest w stanie wyplukać minerałów związanych w różnych tkankach – gdyby tak było, to człowiek rozpuszczałby się w wodzie jak np. kostka cukru.*

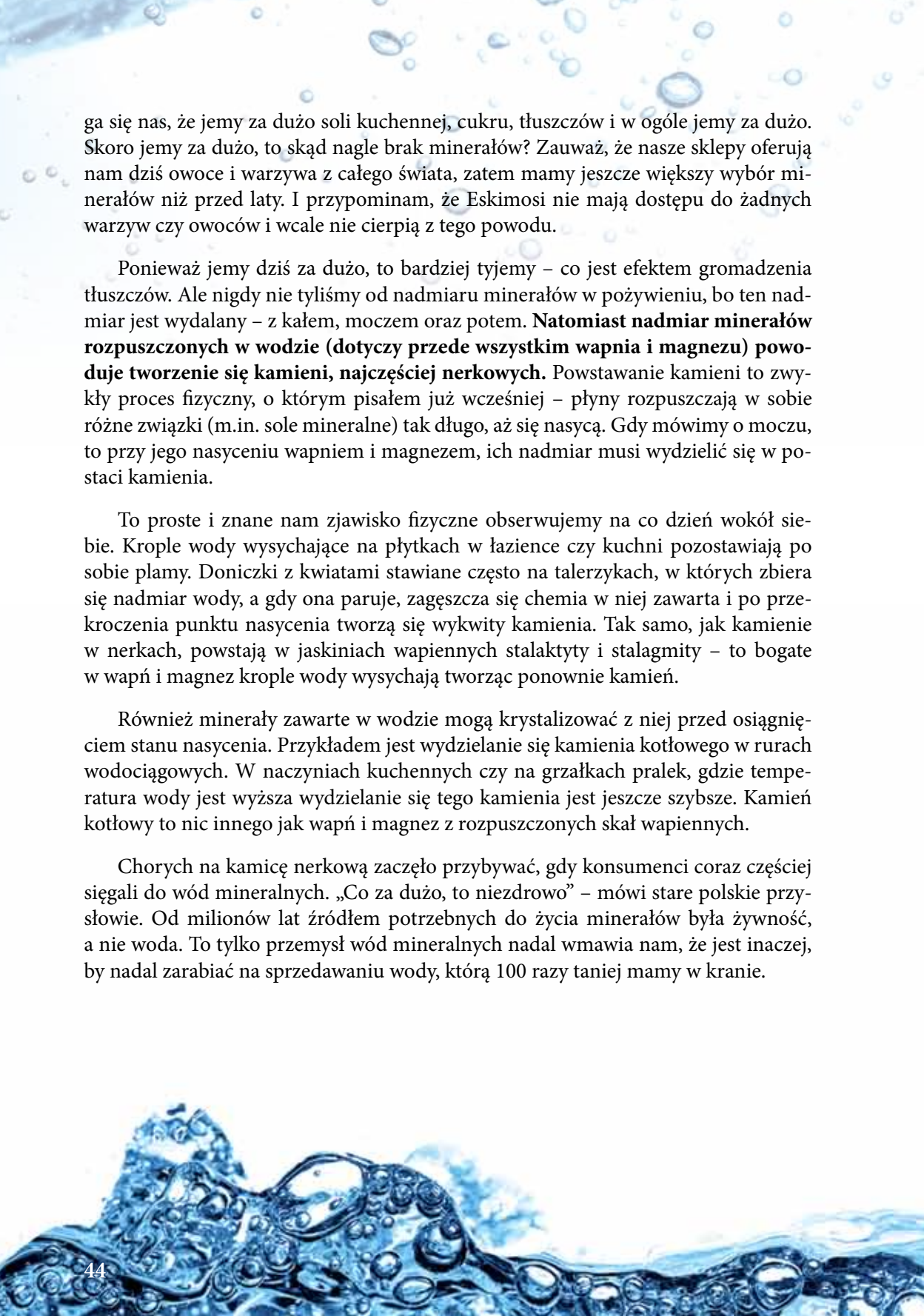
## **MINERAŁY TAK, ALE TYLKO W CHELATACH**

Już ponad 100 lat temu medycyna ogłosiła, że pierwiastki mineralne są przez organizm przyswajane tylko w postaci tzw. **chelatów**. W 1913 r. Alfred Werner (1866-1919), szwajcarski chemik, profesor na Uniwersytecie w Zurychu, opracował teorię wiązania metali do postaci chelatów (od greckiego słowa chele, czyli pazur) – trwałych połączeń substancji organicznych z jonami metalu. Wszystkie pierwiastki życia zawarte w roślinach występują tam w postaci chelatów. Przykładowo chelatem żelaza jest **hemoglobina**, a chelatem magnezu – **chlorofil**.

Niestety, wiedza społeczeństwa na temat chelatów jest jeszcze znikoma i dlatego tak łatwo jest nam wmówić, że organizm przyswaja minerały z wody. Organizm człowieka sięga po minerały z wody, ale tylko wtedy, gdy zabraknie mu ich w pożywieniu, a takich sytuacji przecież nie znamy. Ciągłe przestrze-



*Alfred Werner (1866-1919) już dawno temu udowodnił, że pierwiastki życia są przyswajane przez organizm tylko w postaci chelatów.*

The background of the page is a light blue color with numerous small, translucent water bubbles of various sizes scattered throughout. The bubbles are more densely packed in some areas, particularly towards the top and bottom edges, creating a sense of movement and freshness.

ga się nas, że jemy za dużo soli kuchennej, cukru, tłuszczów i w ogóle jemy za dużo. Skoro jemy za dużo, to skąd nagle brak minerałów? Zauważ, że nasze sklepy oferują nam dziś owoce i warzywa z całego świata, zatem mamy jeszcze większy wybór minerałów niż przed laty. I przypominam, że Eskimosi nie mają dostępu do żadnych warzyw czy owoców i wcale nie cierpią z tego powodu.

Ponieważ jemy dziś za dużo, to bardziej tyjemy – co jest efektem gromadzenia tłuszczów. Ale nigdy nie tyliśmy od nadmiaru minerałów w pożywieniu, bo ten nadmiar jest wydalany – z kałem, moczem oraz potem. **Natomiast nadmiar minerałów rozpuszczonych w wodzie (dotyczy przede wszystkim wapnia i magnezu) powoduje tworzenie się kamieni, najczęściej nerkowych.** Powstawanie kamieni to zwykły proces fizyczny, o którym pisałem już wcześniej – płyny rozpuszczają w sobie różne związki (m.in. sole mineralne) tak długo, aż się nasycą. Gdy mówimy o moczu, to przy jego nasyceniu wapniem i magnezem, ich nadmiar musi wydzielić się w postaci kamienia.

To proste i znane nam zjawisko fizyczne obserwujemy na co dzień wokół siebie. Krople wody wysychające na płytkach w łazience czy kuchni pozostawiają po sobie plamy. Doniczki z kwiatami stawiane często na talerzykach, w których zbiera się nadmiar wody, a gdy ona paruje, zagęszcza się chemia w niej zawarta i po przekroczenia punktu nasycenia tworzą się wykwity kamienia. Tak samo, jak kamienie w nerkach, powstają w jaskiniach wapiennych stalaktyty i stalagmity – to bogate w wapń i magnez krople wody wysychają tworząc ponownie kamień.

Również minerały zawarte w wodzie mogą krystalizować z niej przed osiągnięciem stanu nasycenia. Przykładem jest wydzielenie się kamienia kotłowego w rurach wodociągowych. W naczyniach kuchennych czy na grzałkach pralek, gdzie temperatura wody jest wyższa wydzielenie się tego kamienia jest jeszcze szybsze. Kamień kotłowy to nic innego jak wapń i magnez z rozpuszczonych skał wapiennych.

Chorych na kamicę nerkową zaczęło przybywać, gdy konsumenci coraz częściej sięgali do wód mineralnych. „Co za dużo, to niezdrowo” – mówi stare polskie przysłowie. Od milionów lat źródłem potrzebnych do życia minerałów była żywność, a nie woda. To tylko przemysł wód mineralnych nadal wmawia nam, że jest inaczej, by nadal zarabiać na sprzedawaniu wody, którą 100 razy taniej mamy w kranie.



*Nadmiar wapnia i magnezu w wodzie wydziela się w postaci kamienia kotłowego. Nadmiar tych pierwiastków w moczu wytrąca się w postaci kamieni nerkowych.*



*Wszystkie potrzebne do życia pierwiastki mineralne pochodzą z żywności, bo tylko tam są związane w postaci chelatów. Tylko w takiej postaci są one przyswajane i wiązane w odpowiednich tkankach, a ich nadmiar jest usuwany z kałem oraz moczem i nie tworzy kamieni nerkowych.*



## ZAŁOŻMY, ŻE BRAK MINERAŁÓW W WODZIE PITNEJ SZKODZI

W poprzednich rozdziałach pokazywałem, że:

- a) woda osmotyczna zawiera pierwiastki mineralne, nawet bez używania dodatkowego mineralizatora,
- b) nawet gdyby woda osmotyczna była tak czysta jak destylowana, to też nie jest szkodliwa.

Ale założmy na chwilę, że czysta, pozbawiona minerałów woda, szkodzi. Założmy, że mają rację ci, którzy w ten sposób straszą nas – konsumentów wody. Jeżeli ktoś jeszcze w to wierzy, to my wtedy pytamy; czy lepiej jest pić wodę kranową zatrutą chemicznie, ale bogatą w minerały, czy może jednak destylowaną, czyli chemicznie czystą, ale bez minerałów?

Wcześniej wspominałem o czymś, o czym zewsząd słyszymy, ale to coś nie do wszystkich dociera. Mam tu na myśli **choroby cywilizacyjne**. Choroby, których przed nastaniem cywilizacji ludzkość w ogóle nie знаła. A cóż złego wniosła ta cywilizacja oprócz tysięcy dobroci, których nikt nie neguje? Jakie negatywne efekty cywilizacji są zupełnie nowe i nieznane nigdy wcześniej? Stresy? Trochę tak, bo przy ciągłym wzroście konkurencji, musimy więcej się wysilać (i stresować), by zaspokoić nasze zachcianki. Ale stres zawsze nam towarzyszył, tyle że w każdym okresie życia ludzi na Ziemi inny. Smog magnetyczny? Dużo mówi się na temat szkodliwości mikrofalówek, telefonii komórkowej i w ogóle sprzętu elektronicznego z powodu emitowanych przez nie fal elektromagnetycznych, ale jak dotąd nikt nie zabrania ich używania, bo na tę szkodliwość nie ma dostatecznych dowodów.

Wygodny tryb życia, jaki zgotowała nam cywilizacja, doprowadził do tego, że ruszamy się mniej i z tego powodu tyjemy i cierpimy na choroby krążenia. Kiedyś, by zjeść kawałek mięsa, trzeba było upolować zwierzę i nabiegać się przy tym. By zjeść jakąś roślinę, należało ją wyhodować, co przy braku maszyn również wymagało więcej ruchu. Dzisiaj nie trzeba nawet iść do sklepu, bo wszystko, czego zapagniemy możemy zamówić przez telefon, nie wstając z wygodnego fotela.

Kiedyś nękały nas epidemie chorób bakteriologicznych, które z powodu skażonej wody wybuchały najczęściej w miastach. Dzisiaj mamy do czynienia z epidemiami chorób cywilizacyjnych powodowanych najczęściej chemią. Czy masz zatem jeszcze jakieś wątpliwości co do szkodliwości chemii? Czy nie wiesz jeszcze, że to **chemia, która atakuje nas ze wszystkich stron, jest przyczyną zdecydowanej większości chorób cywilizacyjnych, z rakiem na czele?**



Jeszcze w XIX w. takie i im podobne rysunki pojawiały się w prasie po wybuchu kolejnych epidemii wywołanych skażoną wodą.



Dzisiaj we wszystkich mediach coraz częściej słyszymy i czytamy o chorobach powodowanych chemią z wody kranowej.

**Kiedyś nękały nas epidemie chorób z powodu wody skażonej bakteriami. Dzisiaj dopadają nas epidemie różnych chorób cywilizacyjnych powodowanych najczęściej chemią. Najwięcej chemii jest w wodzie pitnej.**

Chemię wchłaniamy przez płuca, skórę, a najwięcej przez żołądek. Najwięcej spożywamy jej z wodą, bo nad chemią, która bezkarnie jest wyrzucana do środowiska, nikt nie ma kontroli. Pokazałem wcześniej, że nikt nigdy nie usuwał chemii z wody pitnej i na całym świecie istnieją obecnie tylko dwa sposoby, żeby to uczynić – stara jak świat destylacja oraz nowa i tańsza metoda – **odwrócona osmoza**. Pokazałem również, że nie potrafimy usunąć chemii z powietrza, kosmetyków oraz z żywności, za to możemy usunąć ją tam, gdzie jest jej najwięcej – z wody.

Czy już wiesz, do czego zmierzam? Pytam, czy nowotwory, alergię i inne choroby cywilizacyjne są wynikiem braku minerałów w wodzie czy raczej nadmiaru chemii, której w wodzie jest najwięcej? Pytam tych, którzy tak bardzo boją się czystej wody:

czy lepiej pić wodę czystą, bez minerałów, ale jednocześnie bez trującej chemii, czy truć się chemią po to, by razem z nią wypić śladowe ilości minerałów?

Jeszcze raz powtarzam, że przyjęte wyżej założenie jest zupełną fikcją, bo woda z domowych urządzeń osmotycznych zawiera pierwiastki mineralne. Ale tę fikcję stworzyliśmy wyłącznie dla tych, którzy nadal nie wierzą w obecność minerałów w wodzie osmotycznej.

*Jeśli nadal nie wierzysz w obecność minerałów w wodzie osmotycznej,  
to musisz wybierać pomiędzy:*

- *picie wody kranowej zatrutej chemicznie i rakotwórczej po to, by spożyć przy tym trochę minerałów,*
- *picie czystej, pozbawionej rakotwórczej chemii wody osmotycznej, która (podobno) nie ma minerałów.*

## ZAKOŃCZENIE

Na świecie zawsze bywały i niestety nadal są rejony, w których ludziom brakuje pożywienia. Ale wszędzie tam, gdzie żywności nie brakowało, nie brakowało nigdy minerałów, które zawsze były i są nadal jej nieodzownym składnikiem. Lecz gdy w połowie XIX w. powstał przemysł wód mineralnych, zaczęto ludziom wmawiać, że to właśnie te wody, a nie żywność, są najlepszym dostarczycielem minerałów. Od 150 lat społeczeństwo jest na ten temat karmione taką dawką propagandy, że w końcu część ludzi w to uwierzyła.

W czasach, gdy rodził się przemysł wód mineralnych, wiedza na ich temat była znikoma w porównaniu z tą, którą dysponujemy obecnie. Dzisiaj wiemy o istnieniu 31 pierwiastków życia (potocznie minerałów) i że ich dostawcą była zawsze i nadal jest tylko żywność, a nie woda. Miliony książek i opracowań naukowych napisano na temat tysięcy chorób, z którymi musimy się borykać i wiadomo z nich, że wszędzie tam, gdzie nie ma głodu, nie ma również chorób powodowanych brakiem minerałów.



Taki problem w ogóle nie istnieje. Wszystko, co na temat minerałów słyszymy lub przeczytamy w gazetach, to są wyłącznie niesprawdzone plotki, które przemysł wód mineralnych stworzył już 150 lat temu i nadal je powtarza.

**Dzisiaj chorobą nr 1 jest rak** – w Polsce co piąty obywatel umiera na tę chorobę, a według prognoz za 20 lat umieralność ta ulegnie podwojeniu. **Kiedyś ludzkość nękała epidemie chorób bakteriologicznych, dzisiaj mamy do czynienia z epidemiami chorób cywilizacyjnych. Obecnie nikt nie ma wątpliwości, że główną przyczyną nowotworów oraz wielu innych chorób cywilizacyjnych jest chemia, która skażyła środowisko.** Chemia obecna w powietrzu, kosmetykach, pożywieniu, ale najczęściej w wodzie do picia. Nowe przepisy, obowiązujące od ponad 25 lat, zezwalają nawet na obecność trucizn w wodach mineralnych i wcale nie wymagają w nich minerałów – po prostu cyrk. Konsument kupujący dziś wodę w sklepie nadal nie wie, że płaci 100 razy więcej za to samo, co płynie z jego domowego kranu. Ale reklamy nadal wmawiają nam, że wody mineralne są najczystsze, najbogatsze w minerały i najzdrowsze. Żadna reklama nie mówi prawdy, bo tego przepisy nie wymagają. Takiej reklamy mamy dzisiaj zdecydowanie więcej niż kiedyś, bo po stworzeniu nowych przepisów przybyło na rynku konkurentów (obecnie ponad 500 oferentów wód mineralnych).

„Kłamstwo ma krótkie nogi” – mówi przysłowie, zatem kłamstwo o dobroci wód mineralnych również w Polsce wychodzi na światło dzienne. W Stanach Zjednoczonych w żadnym sklepie nie znajdziesz wody mineralnej pochodzącej, jak kiedyś, z głębi ziemi, bo tam nikt nie ukrywa przed społeczeństwem, że takie wody są zatrute. Za to w każdym sklepie możesz kupić wody osmotyczne i jeśli są one dodatkowo mineralizowane, to taka woda nosi miano mineralnej.

Koncern Coca-Cola od wielu lat produkuje w USA wodę mineralną Dasani tak samo, jak my czynimy to w naszych domowych urządzeniach – duże i wysoko wydajne agregaty przerabiają wodę kranową (usuwają z niej chemię) na wodę osmotyczną. Woda Dasani jest w USA najczęściej sprzedawaną wodą mineralną. Również w Polsce Coca-Cola powtórzyła swój sukces z USA i od wielu lat wodą mineralną nr 1 jest w naszym kraju „Kropla Beskidu” – woda osmotyczna, mineralizowana. Woda, która nie zawiera trucizn. Coca-Cola nadal udaje, że ich woda pochodzi z Beskidów, bo przepisy tego nie zabraniają. Nie nagłaśnia faktu, że ich woda jest osmotyczna, bo społeczeństwo polskie jeszcze do tego nie dojrzało.

W dawnych czasach częściej rodziły się przeróżne zabobony. Gdy je wymyślano, to zawsze ze strachu powodowanego niewiedzą. Te stare zabobony nie wymarły całkowicie, bo zawsze znajdują się ludzie, którzy w nie wierzą. Ale nowe wymyśla się nadal, a ich autorzy mają w tym swój cel. I mimo coraz większego poziomu wiedzy w społeczeństwie zawsze znajdują się tacy, którzy w te zabobony uwierzą. Jednym z takich współczesnych polskich zabobonów jest szkodliwość spożywania czystej wody. I również w tej kwestii nie zabraknie osób, nawet tych wykształconych (np. lekarzy),

które w takie bajki uwierzą oraz powtarzają je. Wszystko na świecie da się wytłumaczyć, ale nie wszystkim. I jeśli również Ty wierzysz w takie opowieści, a nie kierujesz się rzetelną wiedzą naukową, to cofasz się wstecz.

Wcześniej wspomniałem już, że nigdy dotąd oraz nigdzie na świecie nie zanotowano ani jednego przypadku, aby komuś zaszkodziła czysta woda. Tylko niewiedza na ten temat pozwala niektórym w takie bajki wierzyć.

Gdyby prawdą było, że czysta woda jest szkodliwa, bo wypłukuje minerały z organizmu, to sprzedaż urządzeń osmotycznych (a wcześniej sprzedaż domowych destylarek na Zachodzie) już dawno byłaby zabroniona albo umarła by śmiercią naturalną. Tymczasem żaden przepis nie zabrania pić taką wodę, bo mieści się ona we wszystkich normach, a sprzedaż urządzeń osmotycznych jest nadal najlepiej rozwijającym się sektorem w handlu. Z każdym rokiem, również w Polsce, przybywa zwolenników odwróconej osmozy i my wiemy, że kiedyś urządzenie osmotyczne będzie w każdym domu tak samo nieodzownym sprzętem, jakim jest dzisiaj pralka, lodówka albo telewizor.

*Nigdy dotąd oraz nigdzie na świecie nie zanotowano  
ani jednego przypadku, aby komuś zaszkodziła czysta woda.  
Tylko niewiedza na ten temat pozwala niektórym  
w takie bajki wierzyć.*

*Przewodniczący Stowarzyszenia  
„Czysta Woda”*

*Bogdan Montana*







POLSKA

ROK ZAŁOŻENIA 1993

Hydropure Polska Sp. z o.o.  
52-214 Wrocław, ul. Gałczyńskiego 7  
tel. 71 345 28 60  
[www.hydropure.com.pl](http://www.hydropure.com.pl)



Stowarzyszenie CZYSTA WODA  
52-214 Wrocław, ul. Gałczyńskiego 7  
[www.stow-czystawoda.pl](http://www.stow-czystawoda.pl)