



Alchemistische Symbolzeichen für «Sal» als Urprinzip des Festen wie auch für Salz im chemischen Sinn

Salz

Es muss etwas besonders Heiliges im Salz sein - es ist in der kleinen Träne und im grossen Ozean.

Khalil Gibran, Dichterphilosoph, Libanon

Mein Interesse an Salz begleitet mich seit Kindertagen. Wie oft steckte ich heimlich und genüsslich einen Finger in Mutters Salzglas, das gleich neben dem Herd an der Wand hing. Ein dickwandiges, halbrundes Gefäss mit einem Klappdeckel aus Buchenholz. Schon das «Rode» (Luzerndeutsch für Rühren, Grübeln und Bohren) darin war lustvoll, und dann erst das Lutschen der ganz wenigen am Finger klebenden Körnchen! Viele durften es nicht sein, sonst war es aus mit dem Genuss. So war mir das Salz schon ganz früh eine erstklassige Lehrmeisterin in Sache Mass halten. Der «Salzfinger» wurde mein kleines geheimes Trostritual, das mich schnell wieder ins Lot brachte, wenn in meiner kindlichen Welt etwas aus den Fugen zu geraten drohte. Salzigerli nannte mich meine Familie, und Vorliebe wie Name hat unsere jüngste Tochter wieder geerbt.

Klar war mir im Kirchenjahr der Sonntag mit dem Salzsegen etwas vom Höchsten. Die weisse Kostbarkeit wurde in vielfältigen Gefässen zur Kirche gebracht, geschmückt mit den schönsten Blüten, denn dieses Ritual wird am 1. Sonntag nach Pfingsten gemacht, in einer Zeit, wo Garten und Flur in üppigem Blütenkleid stehen. Vom Gottesdienst bekam ich nie viel mit, denn ich hatte genug zu tun damit, mich an dem wundervollen Bild vor mir zu laben: viele Schalen voll von weissem Salz und darauf in allen Farbtönen Blumen, eine Komposition, die sich unauslöschlich und tief in mir einprägte! Wenn ich deprimiert bin, mir die Welt grau erscheint, rufe ich das Bild in mir wach und werde heiter. Vielleicht bin ich für diesen therapeutischen Effekt so dankbar, dass ich immer noch die Kirchensteuer bezahle, obwohl mir die patriarchale Clique in Rom immer unerträglich wird (natürlich gibt es noch ein paar Gründe mehr, aber der erwähnte ist mir irgendwie - wie das Salz selbst - heilig).

Auch mit der Kirche zu tun hat ein spezielles Salzerleben aus meiner Pubertätszeit: Ich hatte damals oft einen etwas tiefen Blutdruck und ertrag längeres Stehen, besonders inmitten vieler Menschen, ganz schlecht. Im Gottesdienst wurde mir oft schwarz vor den Augen, begleitet von hohem Ohrensausen (Tonhöhe gemeint) und seltsamerweise einem Geruch von Salz vor meiner Nase. Wenn ich mich dann nicht sofort auf den Boden oder die Bank legte, haute es mich um. Das mit dem Salzgeruch konnte ich lange nicht einordnen, bis ich viel später einmal las, eine Prise Salz könne bei Kreislaufschwäche schnell wieder auf die Beine helfen. Hatte mein Körper also ein Signal gesandt, aber ich wusste es nicht zu deuten?

Welche Bräuche oder Rituale kennst du um das weisse Gold?

Rezepte mit Salz für Heilung und Erhalt der Gesundheit gibt es viele. Mit meinem kleinen Salzstreuer eröffne ich die Rubrik der Salzrezepturen:

Für längeres Unterwegssein einen kleinen Salzstreuer in der Tasche haben. Eine winzige Prise davon hilft bei Kreislaufschwäche, Unlust, Energiemangel, Angst und dient als kleine Selbstverteidigungswaffe dort, wo der Pfefferspray verboten wird (letzteres ist nicht ganz ernst gemeint, für seine Wirksamkeit kann ich nicht garantieren, da ich es zum Glück noch nie anwenden musste, aber die kleine Dose im Sack gibt mir ein gutes Gefühl).

Literaturangabe:

- M. Gienger und G. Glaser: Salz, Nahrungsmittel, Heilmittel oder Gift (Verl. Neue Erde 2003)
- B. Hendl und Peter Ferreira: Wasser und Salz, Urquell des Lebens (Verl. Ina 2001)
- H. von Beit: Gegensatz und Erneuerung im Märchen (Verl. Franck 1957)

Was ist Salz?

Es ist hauptsächlich eine einfache Verbindung zweier Elemente: Natrium und Chlor im Mengenverhältnis 1:1 (NaCl oder Natriumchlorid). Es enthält im unraffinierten Zustand Spurenelemente, z.B. von Magnesium, Calcium, Bor, Fluor....). Salz ist ein Sediment, dessen Bestandteile vor langer Zeit in anderen Mineralien und Gesteinen gebunden waren und durch Verwitterung herausgelöst und vom Wasser weggeschwemmt wurden. Weil Natrium und Chlor sehr gut wasserlöslich sind, verbleiben sie in Fließgewässern und werden so ständig neu in die Meere eingetragen, die enthalten etwa 3,5 % Salz. Wir finden also den Hauptanteil des Salzes der Erde gelöst in unseren Weltmeeren (70 % der Erdoberfläche), und auch die Salzlager weit im Landesinnern stammen ursprünglich zu 90% aus dem Meer. Wenn Wasser verdunstet, bleibt das Salz in Gewässern zurück, es kann nicht verdunsten. Ist das Lösungsvermögen des Wassers erreicht (26%), so lagert sich das Salz als Kruste ab. Das geschieht in warmen Klimazonen in Binnengewässern ohne Abfluss oder in stillen Meeresbuchten (Salzseen in Afrika oder Innerasien, Totes Meer).

Da auch andere wasserlösliche Substanzen mit Salz bezeichnet werden (Kalisal, Bittersalz) nennen wir das «gewöhnliche» Salz auch Kochsalz, geologisch Steinsalz und mineralogisch Halit (vom griech. *hals* = Salz oder *halos* = Meer). Mit dem alten Wort *Hall* in Ortsbezeichnungen (Hallstatt, Schwäbisch Hall, Halle) wurde das Vorkommen und der Nutzen von Salz bezeichnet, sei es im Bergbau, also Steinsalz, oder durch Sieden, der Salzgewinnung aus solehaltigen Quellen. Unser Wort Salz leitet sich von der indogermanischen Wurzel *sal* ab, was bleich, hellgrau oder silbergrau bedeutet: die Saligen sind weisse (und weise) Frauen, die Salweide hat silbergrau Blattrückseiten!

Die Bezeichnung Kristallsalz ist etwas verwirrend, denn Salz hat immer eine kri-

stallene Struktur. Reine schöne Salzkristalle, die also im Wachstum nach aussen eine ebenmässige und würfelförmige Struktur aufweisen ähnlich den Bergkristallen, sind aber viel seltener als grobe mit von grossem Druck deformiertem Kristallgitter. In der gemahlene Form kann ich nicht mehr feststellen, wie der Salzstein einmal war (Salzlampen sind zum Beispiel sehr derbes Material, ohne schönes Kristallgitter, trotzdem glaube ich an eine gute Wirkung, vor allem in der Verbindung mit Kerzenlicht. Kristallsalz bedeutet also nicht einfach hohe Qualität, auch wenn die Bezeichnung uns das suggerieren will.)

Für die Alchemisten (im Mittelalter die Künstler der Metall-Legierung) war Salz einer der wichtigsten Stoffe und stand zusammen mit Quecksilber und Schwefel an dritter Stelle in ihrer Werteskala. Sie glaubten, Salz reinige, stabilisiere und erde andere Substanzen. Sie kannten zwei Symbole dafür: den Kubus, um seine kristalline Struktur zu zeigen und (identisch mit dem Symbol für das Element Wasser) den Kreis mit der Horizontalen durch die Mitte, die die untere von der oberen Welt trennt, gleich wie für unser Auge der Horizont unten (Erde) von oben (Himmel) trennt.

Wann entstand Salz ?

Die ältesten Salzlagerstätten entstanden vor über 500 Millionen Jahren, Salz ist also recht jung, gemessen am Erdzeitalter (4,5 Milliarden Jahren). Zu den ältesten Salzminen gehört die Salt Range in Pakistan, südlich von Islamabad. Von dort stammt das sogenannte «Himalaya-» oder «Hunza-Salz-», was keine korrekte Bezeichnung ist, denn der Himalaya ist luftlinienmässig immerhin 300 km davon entfernt. Das wäre also ähnlich, wie wenn wir Salz aus den Rheinsalinen als «Gotthard-Salz» bezeichnen würden. Wer den wundervollen Film «Die Salzmannen vom Tibet» gesehen hat, konnte sich von einem eindrücklichen rituellen Akt des Salzholens in einem wahren Himalayagebiet beeindrucken lassen. Gegen die hohe Qualität des pakistanischen Steinsalzes ist dagegen nichts einzuwenden, vor allem wenn es tatsächlich sorgfältig von Hand verarbeitet wird, wie die Verkäufer betonen. Man muss aber wissen, dass auch diese Minen einmal mit Dynamit gesprengt wurden, wie alle vergleichbaren Stätten unter Tag. Etwas weniger alt, um die 300 Millionen Jahre sind die nordamerikanischen Salzlager, die europäischen entstanden vor 250 - 200 Millionen Jahren (so auch in der Schweiz) und dann noch einmal im Tertiär vor 20 Millionen Jahren (vor allem in Ost- und Südosteuropa).

Der Entstehungsweg von ursprünglich natrium- und chlorhaltigen Gesteinen bis zum Sediment Salz ist ein langer Vorgang, auf den ich hier nicht näher eingehen möchte. Wer sich für diese Prozesse interessiert, findet eine fundierte und auch für Laien leicht verständliche Beschreibung im Büchlein: «Salz, Nahrungsmittel, Heilmittel oder Gift» (s. Literaturangabe).

Salzgewinnung:

Sie gehört zu den ältesten technischen Errungenschaften der Menschheit. Die erste und naheliegendste Art war das Schöpfen von Stellen, an denen das Salz offen zu Tage tritt, in der Krustenschicht an Salzseen. Früh begannen die Menschen auch Salz zu siedeln: Wasser aus dem Meer oder aus salzhaltigen Quellen wurde in Metallpfannen erhitzt, bis alle Flüssigkeit verdunstet war und das Salz zurückblieb. In der Bronzezeit begann der Abbau im Bergbau, zuerst dort, wo sich Salzdomen nah an der Erdoberfläche befanden. Mit der Weiterentwicklung des Bergbaus wurden immer mehr Salzlager erschlossen und die Siederei wurde bedeutungsloser.

Heutige Methoden der Salzgewinnung: Beim bergmännischen Abbau wird Salz in fester Form (Salzgestein) unter Tag, also in Stollen gewonnen. Dabei muss gesprengt werden. Diese erste Arbeit kann keine Handarbeit sein, obwohl uns das die Werbung manchmal weismachen will. Erst bei der Weiterverarbeitung kann von Hand gearbeitet werden: beim Zerkleinern, Sortieren, Mahlen, Abpacken usw. Dort besteht sicher ein grosser Unterschied zwischen den technischen Anlagen in Industrienationen, wo fast alles automatisiert wird und viel Handarbeit in armen Ländern.

Bei der Solegewinnung wird durch Bohrlöcher Wasser mit Druck in unterirdische Salzlager gepresst, damit Salz aufgelöst wird. Diese Sole wird anschliessend wieder verkocht: bei 60°C entsteht dabei grobkörniges, bei 100°C feines Salz. Durch den Vorgang werden Fremdstoffe getrennt und setzen sich als Pfannenstein ab. Diese Reste sind aber immer noch recht salzhaltig und werden als Lecksalz für Vieh oder als Düngemittel verwendet.

Zur Meersalzgewinnung wird in Salzgärten flacher Küsten Salzwasser verdunstet. In heissen Klimazonen ist dies eine günstige Möglichkeit der Salzgewinnung, weltweit spielt sie eine untergeordnete Rolle.



Ein Salzmärchen: Ich liebe dich mehr als Salz

Traditionell aus Schottland, nacherzählt von Pia Anne nach «Tell me a story for Christmas» von Duncan Williamson, Edinburgh (Canongate Publishing 1987)

Vor vielen Jahren lebte einmal ein König, der hatte drei Töchter. Eines Nachts überlegte er: Ich werde älter und habe keinen Sohn als Nachfolger. Eine meiner Töchter wird sicher eine gute Königin sein. Aber welche wäre die beste? Alle drei sind lieblich, warmherzig und klug. Ich werde sie prüfen, um heraus zu finden, welche am geeignetsten ist. Er rief sie zu einem ernsthaften Gespräch zu sich: «Meine lieben Töchter. Es ist nun an der Zeit, zu entscheiden, wer von euch nach mir einmal Königin über dieses Land werden soll.»

Die drei Schwestern waren ausser sich: «Vater, wir wollen nicht Königinnen werden, wir wollen, dass du immer für uns da bist.» Der König entgegnete ernst: «Eines Tages muss ich wie jeder Mensch diese Welt für immer verlassen. Ich möchte euch aber nicht in Zwietracht zwischen euch dreien zurücklassen. Deshalb regeln wir nun meine Nachfolge. Wenn ihr mich auf die rechte Weise liebt, dann liebt ihr auch mein Volk und seid würdig, es zu regieren. Deshalb nun meine Prüfung: Wie liebt ihr mich?» er und er fragte zuerst seine älteste Tochter. Sie antwortete: «Vater, ich liebe dich mehr als alle Diamanten, Perlen und Edelsteine der ganzen Welt». Und der Vater war zufrieden. Nun fragte er seine zweite Tochter. Sie überlegte und sagte: «Ich liebe dich mehr als Gold und Silber und alles Geld der Welt». Und der Vater war zufrieden.

Er wandte sich nun an seine jüngste Tochter, die erst fünfzehn Jahre alt war und ihm sehr am Herzen lag. «Meine Kleine, wie liebst du mich?» «Ach Vater», antwortete sie, «ich liebe dich mehr als Salz.» «Du liebst mich mehr als Salz, ist das dein Ernst?» «Ja, Vater, du bist mir lieber als Salz».

Da ward der König zornig und schickte seine jüngste Tochter fort: «Ich will dich nie wieder sehen! Du hast mich beschämt. Salz ist ein wertloses Ding auf Erden. Morgen früh wirst du fortgehen, du bist von mir verbannt.» Am nächsten Tag verliess die kleinste der Königstöchter traurig das Schloss, um ihren eigenen Weg in der Welt zu finden. Sie ging ihres Weges und wusste nicht wohin. Sie kam zu einem grossen Wald und fand darin einen kleinen Pfad. Er führte sie viele Meilen weg vom Königshaus mitten in den Wald, zu einer unscheinbaren Hütte. «Vielleicht finde ich hier Unterkunft», dachte die Prinzessin, müde und hungrig vom langen Gehen. Sie klopfte an die Tür. Eine alte Frau mit langen weissen Haaren und einem geflickten Rock öffnete die Tür. «Was machst du hier im Wald, meine liebe Tochter?» «Ach, das ist eine lange und traurige Geschichte. Ich suche einfach Unterkunft für diese Nacht.» Wo in der Welt willst du denn hin?» Und die Prinzessin antwortete: «Nirgendwo hin. Ich bin unterwegs, weil mich mein Vater fortgeschickt hat.» «So komm herein, wärm dich, iss etwas und erzähl mir dann deine Geschichte». Und die Alte führte das Mädchen in einen schlichten Raum aus rohem Holz und tischte ihm ein einfaches Essen auf. Sie legte mehr Holz in den Kamin und setzte sich daneben. Beim Feuer sass eine grosse schwarze Katze, die nun zum Tisch kam, sich an die Knie der Besucherin schmiegte und zu schnurren begann. Die alte Frau tat erstaunt: «Ich habe selten Besuch und selten ist jemand freundlich zu meiner Katze. Sie kann gute und böse Absichten wittern und dich mag sie.» Dann erzählte die Königstochter ihr bisheriges Leben. Die alte Frau meinte zum Schluss: «Deinem Vater muss eine Lehre erteilt werden. Vielleicht wird er eines Tages froh sein, dich wieder zu sehen.»

Nach einiger Zeit geschah etwas Seltsames im Königreich: Das Salz ging aus und kein neues gelangte mehr ins Land. Keine Salzlieferung erreichte mehr das Schloss. Dem König wurden seine Leispeisen wie Braten und Fisch gekocht, aber ohne Salz schmeckten sie nicht mehr. Er sandte Boten aus, aber alle kamen unverrichteter Ding zurück und berichteten, das weit und breit kein Salzkorn mehr zu finden sei. Und der König wurde mürrisch und krank.

Seine jüngste Tochter lebte in der Waldhütte ein bescheidenes und zufriedenes Leben bei der Alten. Sie lernte kochen, putzen, Nahrung im Wald finden, Kräuter sammeln und

Von der Wirkung des Salzes:

Steinsalz ist eine von der Natur wunderbar gereinigte Substanz, das Gestein mit dem geringsten Schwermetallgehalt und der geringsten Radioaktivität. Ebenso beeindruckend finde ich, dass Natrium und Chlor, zwei völlig gegensätzliche Elemente, sich zu diesem wundervollen Stoff vereinen. Natrium ist ein Metall mit Laugencharakter, es wirkt umhüllend, schützend, gibt Halt und Struktur, konserviert. Chlor ist ein Nichtmetall mit Säurecharakter und wirkt auflösend, verflüchtigt, sprengt Strukturen, zersetzt. Da die zwei Grundstoffe im Verhältnis 1:1 und somit völlig im Gleichgewicht sind, bringt Salz die Gegensätze in Harmonie, wirkt ausgleichend: Tritt es auf Festgefügtes, bringt es die starre Struktur in Bewegung, zersetzt (Säurecharakter). Auf der nicht materiellen Ebene hilft es zu lösen, zu befreien, zu bewegen. Trifft Salz auf Strukturen, die am Zerfallen sind, beginnt es zu umhüllen und festigen, neu Strukturen zu schaffen, so hilft es Stoffe konservieren, die schnell zerfallen würden (Gemüsekonserven, Sauerkraut, Pökelfleisch). Nicht materiell: es schützt, gibt Halt und Orientierung, hilft den Rhythmus wieder finden.

Die enge Beziehung des Salzes zum Wasser macht, dass es in unserem Körper (der zu einem grossen Teil aus Flüssigkeit besteht) eine wichtige Rolle spielt. Mit *ohne Wasser kein Leben* ist Sole gemeint, denn die Bausteine aller Molekülverbindungen sind Wasser, Salz und Sonnenlicht. Auf unserem Planeten ist jede Art von Leben, auch pflanzliches und tierisches, ohne Salz nicht möglich, jede lebende Zelle enthält es. Verbrennen wir etwas, das einmal gelebt hat, ist die zurückbleibende Asche vor allem Salz. Zuviel Salz schadet, macht krank, deformiert, tötet. Salz ermöglicht Leben und verhindert Leben, je nach Konzentration, wieder die schon erwähnte Ambivalenz. Auf nähere gesundheitliche Aspekte möchte ich hier nicht eingehen, dazu bin ich auch nicht kompetent. Vielleicht melden sich andere Frauen zu diesem Thema, Heilerinnen, Köchinnen, Therapeutinnen, Medizinerinnen, Salzspezialistinnen auf irgendeinem Gebiet. Es würde mich freuen, mehr zu erfahren.

Salz in Brauchtum und Ritual:

Schon unsere AhnInnen kannten den Salzkreis. Er wird mit fein gemahlenem Salz zur Reinigung und Bereinigung lückenlos und möglichst formschön ums Haus gezogen, wenn es von «Ugfeld» heimgesucht wird (negative Einflüsse, Krankheiten bei Mensch und Tier, Streitigkeiten, unklare störende Kräfte, bedrückende Stimmung). Dieser Salzkreis wirkt reinigend und bereinigend, kann Klarheit schaffen, Angestautes in Bewegung bringen, Beengendes auflösen. Er wirkt ausgleichen, harmonisierend, das ist die wundervolle bereits beschriebene Eigenschaft des Salzes aber auch die Wirkung der Kreisform. Einen solchen Salzkreis können wir auch vorbeugend (zum Schutz) ziehen, zum Beispiel an einem Ritualplatz.

Kultstätten, Altäre und wichtige Kultgegenstände wurden (und werden immer noch) mit Salz gesegnet, wobei es den noch älteren Gebrauch von Blut ablöste.

Unsere Vorfahren gebrauchten Salz als Talisman. Sie schützten damit ihre Kinder vor stehlenden bösen Feen und lebensbedrohenden Dämonen, weil diese kein Salz essen! Nachbarn brachten Salz in ein Haus, in das eine neue Familie einzog, um diese vor schlechten Einflüssen zu schützen. Ein wenig Salz über die Schulter hinter sich geworfen, half dem Reisenden Hindernisse überwinden, Verfolger abschütteln und Spuren tilgen. Dem Hochzeitspaar wurde Brot und Salz geschenkt, ein Brauch, der heute noch lebendig und sehr schön ist.

Die Atmosphäre in der Wohnung (oder am Arbeitsort) reinigen: Von Ecke zu Ecke gehen und dort ein Häufchen Salz hinstreuen. Darüber meditieren, was Frau hinauswerfen oder ändern möchte. Benennen schafft Klarheit: Aufschreiben oder Laut werden lassen sind wirksame Formen. Wenn es Zeit dafür ist (alles hat seine Zeit, es muss nicht am gleichen Tag geschehen), die Häufchen in der Gegenrichtung und sorgfältig wieder zusammen wischen und in den Kehrriech schütten. Eine neue Kerze zünden und ein wenig Duftwasser in den Raum spritzen (Rosen-, Orangenblüten-Zitronengraswasser oder dein Lieblingsparfüm).

Eine Prise Salz ins Feuer geben ist die Forderung ans Feuer, Mass zu halten: so gross zu sein, dass es wärmt und nährt, aber so klein zu bleiben, dass es nicht zerstört. (Der Brauch soll im Kanton Uri früher den Menschen heilig gewesen sein. Der Föhn kann dort ein ungeschütztes Feuer innert Kürze zum verheerenden Brand anfachen).

Vielleicht soll auch die Prise Salz in jedem Gebäck für die gute Ausgewogenheit aller Zutaten sorgen, oder kann mir jemand sagen, was sie bewirkt? Vielleicht ist sie ein alter Schutzzauber, von guten AhnInnen erfunden!

Pia Anne Walker