

Arno Steguweit
Thomas Zeitler

WASSER!

TRENDSETTER UND STATUSSYMBOL.
DER MINERALWASSER-GUIDE.

Print-Ausgabe: © 2006 riva Verlag, München
E-Book-Ausgabe: © 2009 riva Verlag, München

Alle Rechte vorbehalten. Das vorliegende Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Redaktion: Rainer Weber
Satz: Angelika Feldwieser
Umschlaggestaltung: Angelika Feldwieser
Druck: Druckerei Joh. Walch, Augsburg

ISBN 978-3-936994-14-8 | Print-Ausgabe
ISBN 978-3-86883-042-2 | E-Book-Ausgabe (PDF)

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek: Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Informationen sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.


Für Fragen und Anregungen zum Buch:
steguweit@rivaverlag.de

Gern senden wir Ihnen unser Verlagsprogramm:
vp@rivaverlag.de

riva Verlag
ein Imprint der FinanzBuch Verlag GmbH
Nymphenburger Straße 86
80636 München
Tel.: 089 651285-0
Fax: 089 652096
E-Mail: info@rivaverlag.de

www.rivaverlag.de

riva

The background of the entire page is a blue-tinted photograph of water. In the upper center, a single, clear water droplet is suspended in mid-air. Below it, a larger splash of water is visible, with a prominent, rounded peak in the center and ripples spreading outwards. The lighting creates highlights and shadows on the water's surface, giving it a three-dimensional appearance.

Ich möchte mich bei allen bedanken, die es geduldig ertragen haben, dass ich so viel Zeit mit Recherche und Schreiben zugebracht habe. Sie haben mir ermöglicht, dieses Buch zu verfassen.

Mein besonderer Dank geht an meine Familie, in erster Linie an Hella und meine Frau Katja, die beide immer wieder viele Seiten Probe und Korrektur lesen mussten, sowie an meinen Freund und Koautor Thomas, ohne den ich dieses Projekt nicht auf die Beine gestellt hätte.

Arno Steguweit

Inhaltsverzeichnis

	Vorwort	7
KAPITEL 1	Welche Bedeutung hat Wasser für uns?	11
KAPITEL 2	Mythen und Legenden rund ums Wasser	15
KAPITEL 3	Was ist eigentlich Mineralwasser?	23
KAPITEL 4	Promis und ihre Wässer	31
KAPITEL 5	Wasser mit Wirkung – Mineralwasser und seine Inhaltsstoffe	39
KAPITEL 6	Testen Sie sich! Welcher Mineralwasser-Typ sind Sie?	47
KAPITEL 7	Heimische Mineralwässer und ihre Stärken	53
KAPITEL 8	Andere Länder, andere Wässer	89
KAPITEL 9	Mineralwasserkarten in Top-Restaurants	125
KAPITEL 10	Bekenntnisse eines Wassersommeliers	129
KAPITEL 11	Das passende Wasser in jeder Lebenslage	135
KAPITEL 12	Trinken Sie sich schlank!	141
KAPITEL 13	Wasser: einsam oder zweisam?	147
KAPITEL 14	Mineralwasser – nicht nur zum Trinken!	157
KAPITEL 15	Spezielle Wässer und Spezialwässer	161
KAPITEL 16	FAQ – Fragen und Antworten	171
KAPITEL 17	Stichworte rund ums Mineralwasser	179
	Ein Wort zum Schluss	187
	Quellen und Hinweise	189



Vorwort

Vor nicht allzu langer Zeit hätten wir uns noch nicht vorstellen können, dieses Buch zu schreiben. Alles deutete darauf hin, dass die Zeit für einen »Mineralwasser-Guide« noch nicht reif war. Doch dann überschlugen sich die Ereignisse, wobei es vor allem die Medien waren, die das Thema Mineralwasser dankend aufgegriffen, ein gutes Stück mythisiert und letztlich einer breiten Öffentlichkeit zugänglich gemacht hatten. Für den Wasser-Liebhaber ist diese Entwicklung natürlich wünschenswert und gerechtfertigt, aber ist dieses Thema auch massentauglich? Muss man wirklich mehr wissen über die »natürlichste Sache der Welt«?

Beim Stöbern in gut sortierten Buchhandlungen unter »Kochen & Lifestyle«, in der Rubrik Getränke, findet man reihenweise zielgruppenorientierte Werke über Wein und diverse Spirituosen in allen Variationen. »Schnapsbrennen als Hobby«, »500 rumänische Weine unter 5 Euro«, »Erotische Cocktails mit Niveau«, »Cognacs für Heteros mit schwulen Eigenschaften«, »99 Tricks eine Bierdose zu öffnen«, »Sekt aus Deutschland für den täglichen Genuss, Band 173« – solche und ähnliche Titel sind offenbar bedeutsame Herausforderungen für Liebhaber von Kurzgeschichten. Ob nun massentauglich oder nicht, in diesem alkohollastigen Angebot, das wohlgerne global dominiert, stellt ein Buch über

Wasser eines in jedem Fall dar: etwas Außergewöhnliches. Und etwas Neues.

Aber war Mineralwasser nicht immer dieser langweilige, kraftlose, angeblich gesunde Durstlöscher? Ein Verzicht, der vom Arzt oder verkehrspolizeilich verordnet wurde? Mit der Zielgruppe Autofahrer, Kalorienzähler, alternative Antialkoholiker, Freizeitsportler und Kinder? Ja, Mineralwasser wurde über Generationen hinweg stiefmütterlich und als alltägliches Opfer zur Flüssigkeitsaufnahme behandelt. Seit ein paar Jahren ist jedoch auch, und vor allem in Deutschland und Österreich, ein neuer Trend zu spüren, der sich besonders bei jungen Menschen manifestiert: Mineralwasser ist zunehmend en vogue geworden – und zwar auf der Überholspur: Der Pro-Kopf-Verbrauch von Mineral- und Heilwasser in Deutschland lag im Jahr 2004 bei 125,2 Liter. Mineralwasser ist damit das beliebteste alkoholfreie Getränk der Deutschen. 1990 lag der Verbrauch noch bei 83 Litern, 1980 bei 40 Litern und 1970 gar nur bei 12,5 Litern.

Eine wahrlich dynamische Entwicklung also. In den Restaurants sind die Zeiten längst vorbei, in denen man sich bei der Bestellung von Mineralwasser den mitleidigen Blick des Kellners einhandelte. Die Biertrinker-

Vorwort

nation verwässert. In Zeiten der Wasser-Renaissance findet auch in der Gastronomie ein Wandel statt: Mit einem minimalistischen Wasserangebot kann man heutzutage den Gast nicht mehr befriedigen. Wer den Trend erkannt hat und etwas auf sich hält, bietet seinen Kunden wenigstens fünf verschiedene Wässer an. Allein durch ein Angebot mit unterschiedlichem Kohlen säuregehalt kann man schon zahlreiche Gäste glücklich machen.

In Restaurants der gehobenen Klasse kommt es sogar immer häufiger vor, dass Sie der Sommelier fragt: »Darf ich Ihnen unsere Wasserkarte bringen?« Da und dort wird schon ein wahrer Kult getrieben und man kredenzt seinen Gästen eine Vielzahl von Wässerchen aus der ganzen Welt. Nach der Lektüre dieses Buches werden Sie in der Lage sein, mit dem Sommelier darüber zu fachsimpeln, ob das italienische Coralba oder das deutsche Peterstaler aus dem Schwabenland besser geeignet ist, Ihr Neugeborenes zufrieden zu stellen. Oder prahlen Sie mit mystischen Geschichten über die einzelnen Quellen der Wässer. Zum Beispiel warum die Veilchenquelle nicht Steinpilzquelle heißt und warum der Zeller See auch Jungferensee genannt wird. Geben Sie bei der Bestellung einer Flasche Voss so ganz nebenbei Ihr Wissen preis, dass auch Madonna immer ein

paar Flaschen dieses »Gletscherwassers« auf dem Tisch hat, oder verraten Sie dem Kellner, wie Sie aromatisierte Wasser selbst herstellen.

Als was kann man dieses Buch nun bezeichnen? Eine Fibel? Ein Guide? Ein kulinarischer Streifzug? Gar ein Lexikon? Eine Spaßlektüre? Eine Anleitung zum täglichen Gebrauch von Wasser? Tipps zum Verführen? Ein Nachschlagewerk? Ein Wasserknigge? Eine späte Hommage an das Naturprodukt Wasser? Es ist wohl von allem etwas, hierbei aber von allem nicht zu viel. Es ist eine ernst gemeinte, eine ernst zu nehmende und in Teilen eine durchaus ernste Lektüre. Aber dennoch soll es Spaß machen, in die Welt des Wassers einzutauchen.

Vor Ihnen liegt ein ehrliches Buch über das Kult- und Trendgetränk Mineralwasser. Vergessen Sie also die schon etwas angestaubte Poesie über Rebsäfte, Getreidebrände und Malzgetränke und werfen Sie einen Blick auf ein neues Zeitalter: das Zeitalter des Wassers.





KAPITEL

Welche Bedeutung
hat Wasser für uns?

»Das Prinzip aller Dinge ist das Wasser, denn Wasser ist alles und ins Wasser kehrt alles zurück.«

Thales von Milet

Unsere Gesellschaft ist weitgehend von materiellen Werten geprägt. Dabei wird manchmal vergessen, auch über die elementaren, aber lebensnotwendigen Güter nachzudenken. Wasser ist eines davon.

In den reichen Ländern unserer Erde ist es normal, dass Wasser aus dem Wasserhahn kommt, wenn man ihn öffnet. Und natürlich in Trinkwasserqualität. Doch das ist nicht überall so, denn nicht überall gibt es Wasser in solch einem Überfluss wie bei uns. In heute schon mehr als 30 Ländern der Erde ist Wasser Mangelware. Mehr als eine Milliarde Menschen haben keinen Zugang zu sauberem Trinkwasser, fast zweieinhalb Milliarden Menschen leben ohne Abwasserversorgung. Und nach einer Schätzung der Weltgesundheitsorganisation gehen 80 Prozent aller Krankheiten in den Entwicklungsländern ursächlich auf die Nutzung verschmutzten Wassers zurück. Dagegen muss sich die Bevölkerung der Industrienationen kaum Gedanken machen, woher sie reichlich sauberes Wasser bekommt.

Eigentlich gibt es auf der Welt mehr als ausreichend Flüssigkeit, denn unsere Erde besteht zu etwa drei Vierteln aus Wasser und nur etwa zu einem Viertel aus Festland und Inseln. Doch der Großteil allen Wassers, näm-

lich gut 97 Prozent, ist Salzwasser und daher für Menschen ungenießbar. Der menschliche Körper ist nicht in der Lage, Meerwasser zu verarbeiten, und er verdurstet, selbst wenn er es trinkt. Denn Salz entzieht dem Körper Wasser, so dass man zwar Flüssigkeit aufnimmt, dafür aber noch mehr Wasser aus dem Körper herauspült und somit eine ständige Verschlechterung des Zustandes herbeiführt. Der Körper trocknet regelrecht von innen aus!

Größere Bedeutung wird in Zukunft sicherlich die industrielle Meerwasserentsalzung gewinnen. Im Nahen Osten ist diese Form der Trinkwassergewinnung bereits weit verbreitet.

Wie teilt sich jetzt das wenige Süßwasser auf? Über zwei Prozent binden die Gletscher und das Polareis. Der verbleibende winzige Rest verteilt sich als Süßwasser auf Seen, Flüsse, Quellen, Sümpfe sowie auf das Grundwasser und ist als Wasser in der Atmosphäre, in Reservoirs und in der Kanalisation zu finden. Es sind nur etwa 0,3 Prozent der weltweiten Wasservorräte, die uns als Trinkwasser zur Verfügung stehen. Nach wissenschaftlichen Erkenntnissen wird die Menge an trinkfähigem Wasser auf der Erde auch nicht zunehmen, sondern schlimmstenfalls abnehmen.

Welche Bedeutung hat Wasser für uns?

Wasser ist also, auch vor dem Hintergrund ständig steigender Zahlen bei der Weltbevölkerung, eigentlich ein Luxusgut. Und zudem unentbehrlich: Der menschliche Körper ist ein Gebilde, das zu 20 Prozent aus Proteinen, zu 15 Prozent aus Fetten, zu 5 Prozent aus Mineralien, aber zu 60 bis 70 Prozent aus Wasser besteht. Wasser hat für den Menschen eine absolut wesentliche ernährungsphysiologische Bedeutung.

Dennoch: Viele unterschätzen die vielfältige Wirkung von Wasser und insbesondere von natürlichem Mineralwasser. Zum einen benötigt der Körper Süßwasser, um seinen Wasserhaushalt zu regulieren. Nicht nur die Verdunstung und die Bildung von Schweiß, sondern auch die Entsorgung von Ablagerungen und Abfallprodukten durch unseren Stoffwechsel müssen ausgeglichen werden. Unser Organismus erledigt diese Arbeit durch die Nieren. Hier werden alle Körperflüssigkeiten gereinigt und die Abfälle abgesondert und ausgeschieden.

Zum anderen benötigt unser Körper Spurenelemente und Mineralstoffe, die er selbst nicht herstellen kann und die somit von außen zugeführt werden müssen. Diese Stoffe sind lebensnotwendig, damit alle Organe und Zellen optimal versorgt werden und sie ihre Auf-

gaben bestmöglich erfüllen können. Wenn all unsere Körperfunktionen ausreichend mit den notwendigen Stoffen versorgt sind, arbeitet unser Körper optimal und ist weniger anfällig für Unregelmäßigkeiten, sprich Krankheiten. Durch die Versorgung mit qualitativ hochwertigem Wasser erfrischt man sich nicht nur bestens, sondern gibt dem Körper zudem wichtige Mineralstoffe. Schadstoffe, die zu einer Unterversorgung oder Fehlversorgung unseres Organismus führen können, werden bei höherem Wasserkonsum auch besser aus dem Körper ausgespült.

Und noch eines tut Wasser: Besonders natürliches Mineralwasser stimuliert und belebt den Geist und leistet damit einen Beitrag für unser allgemeines Wohlbefinden, den man nicht unterschätzen sollte.





KAPITEL

2

Mythen und Legenden
rund ums Wasser



Wasser ist ein ganz besonderer Stoff, »das Blut des Planeten«, wie Leonardo da Vinci treffend das lebenswichtige Elixier beschrieb. Wasser war für die Geschichte unserer Erde der Urstoff allen Lebens. Aus ihm entstand vor Millionen von Jahren das Leben. Vor rund 400 Millionen Jahren krabbelten die ersten Lebewesen aus dem Wasser und erstürmten das Land.

Wasser gilt als Symbol des Lebens, der Lebenskraft, der Erneuerung und der Reinigung. Wasser garantiert das Überleben unserer Materie. Es ist auch ein kulturübergreifendes Symbol für das geistige Dasein und die Fruchtbarkeit des Menschen. In den Weltreligionen ist das Element Wasser oft heilig und heilend, und steht häufig als Symbol für eine geheimnisvolle Lebenskraft. Flüsse und Quellen werden deswegen in den unterschiedlichsten Religionen als heilige Orte angesehen, selbst die jüdische Tradition, die im Allgemeinen die Verherrlichung von Naturphänomenen ablehnt, kennt geheiligte Quellen und Flüsse. Mit Wasser verband der Mensch schon immer Mythisches und Mystisches. In fast allen Kulturen unserer Erde gibt es Götter, die dieses Element bewohnen und auch Dämonen und Geister, die sich dorthin zurückgezogen haben. In unzähligen Mythen und Geschichten spielt Wasser eine zentrale Rolle, allen voran die Sintflut und die Arche Noah.

Der gläubige Anhänger des Hinduismus kann in einer der Puranas (einem heiligen Text) nachlesen, dass Wasser als Ursprung der ganzen Existenz gilt. Auch nach der babylonischen Welterschöpfungsgeschichte Enuma Elish ging die Erde aus einem Wasserchaos hervor. Die Babylonier rechneten nicht nur den Lebewesen, sondern auch den Elementen und Naturgewalten Persönlichkeiten zu, so auch dem Wasser. Hierbei waren das fruchtbare weibliche Salzwasser und das männliche Süßwasser noch in einem gewaltigen Ur-Ozean miteinander vereint, bevor sie sich später teilten.

In der germanischen Religion galten Quellen als heilige Orte, weshalb später auch viele Wallfahrtskirchen über heiligen Quellen gebaut wurden. Legenden berichten von Krankenheilungen durch Quellwasser. So zum Beispiel in Lourdes in den französischen Pyrenäen, wo im Jahre 1858 dem Mädchen Bernadette Soubirous an einer Grotte wiederholt die heilige Maria erschien. Während einer dieser Visionen entsprang urplötzlich aus der Grotte eine Quelle. Der Ort ist seitdem katholische Pilgerstätte vieler Gläubiger und Kranker. Als heiliger Fluss gilt sowohl für Christen als auch für Juden der Jordan im Nahen Osten. Nach dem Neuen Testament wurde Jesus von Johannes dem Täufer im Jordan getauft.

In Indien gibt es sogar sieben heilige Flüsse. Der heiligste dieser Wasserläufe ist zweifelsohne der Ganges. Ein Bad in ihm dient der rituellen Reinigung, und jeder Hindu möchte gerne am Ganges sterben. Der Verehrung dieses Flusses liegt der Mythos von der Flussgöttin Ganga zugrunde: Der Weise Kapila hatte die ungehobelten Söhne des Königs Sagara zu Asche verbrannt. Die als Milchstraße am Himmel fließende Ganga war nötig, um das Totenritual zu vollziehen. Jedoch gelang es erst viele Jahre später Baghirata das Wasser vom Himmel zu holen, ohne dass die herabstürzenden Wassermassen die Erde zerstörten. Hilfe bekam Baghirata nach tausendjähriger Askese vom Gott Shiva, der den Aufprall der Wassermassen mit seinen Haaren bremste.

Auch Waschungen gehören zum Bestandteil vieler Glaubensrichtungen. Man versucht sich dadurch seiner Sünden zu befreien. Als geweihtes Wasser dient es der Übertragung des Segens und der Gnade nicht nur auf Menschen, sondern auch auf Tiere und Gegenstände. Man denke etwa an Taufen, Weihwasser, an rituelle Bäder und Waschungen, wie sie zum Beispiel im Islam eine tragende Rolle spielen.

Die Kelten in Mitteleuropa warfen Münzen und Schmuck in Seen und Flüsse, um den im Wasser lebenden Göttern

zu danken. Die griechische Mythologie wiederum betont besonders die Bedeutung des Wassers für die Entstehung des Lebens. Einer der zwölf Titanen war der Meeresherr Okeanos. Mit seiner Schwester und Gattin Tethys zeugte er die Flussgötter und die Nymphen, die über die Meere herrschen, die sogenannten Okeaniden, nahezu 4000 an der Zahl. Die beiden haben sich glücklicherweise rechtzeitig getrennt, denn sonst würden sie noch heute Quellen und Flüsse zeugen und schließlich die Welt aus den Angeln heben.

Auch Märchenschreiber griffen das Thema Wasser in ihren Werken immer wieder auf. Zum Beispiel widmeten sich die Gebrüder Grimm in dem Märchen »Das Wasser des Lebens« ganz dem kostbaren Gut, das dort die Kraft besitzt, Todgeweihte zu heilen.

Neben weltbekannten Mythen, Überlieferungen und Märchen gibt es natürlich auch unzählige regionale Geschichten, die sich um das Thema Wasser ranken. Viele kleine Seen und Flüsse vor unserer Haustür und vor allem viele Quellen sind Schauplatz geheimnisvoller Erzählungen.

Auf der Suche nach dem Leben lässt uns zu dem Brunnen gehen...



Einige Beispiele aus Deutschland...

Wilthen im Landkreis Bautzen in Sachsen: Wie einst in der griechischen Mythologie Tantalos, der von den Göttern verstoßen und mit ewigen Qualen gepeinigt wurde, erging es laut sächsischer Legende einer jungen Frau. Heute noch, immer um die Mittagszeit, wandert sie weißgekleidet zur Butterwasser-Quelle, um ihren Durst zu löschen. Doch so oft sie sich auch bückt, um das Wasser mit den Händen zu schöpfen, immer versiegt es im Sand. Die Einheimischen nennen diese Erscheinung »Der ewige Durst«.

Oberes Püttlachtal in der Fränkischen Schweiz in Bayern: Dort liegt die Veilchenquelle. Man sagt, dass zu bestimmten Zeiten des Jahres aus dieser Quelle auch kleine Veilchen hervorsprudeln. Die Veilchen gelten als Symbol für die Klarheit und Reinheit des Wassers und die Unschuld derjenigen, die aus der Quelle trinken. Dieses Wasser soll obendrein vor allem gegen Halsschmerzen helfen.

Heidelberg in Baden-Württemberg: Dort erzählt man sich die Legende vom Zwerg Perkeo. Der wegen seines schlagfertigen Witzes bekannte Zwerg Klemens Perkeo aus Salurn in Südtirol war um 1720 Hofnarr und Kammerherr des Kurfürsten Karl Philipp von der Pfalz. Seine Statue steht heute auf dem Sockel gegenüber dem gro-

ßen Fass im Heidelberger Schloss. Das große Holz-Wein-fass konnte 195 000 Liter aufnehmen. Auf die Frage, ob er das Fass austrinken könne, antwortete der kluge und trinkfeste Zwerg immer mit »perche no?«, auf Deutsch »Warum nicht?«, was ihm den Spitznamen Perkeo einbrachte. Die Legende erzählt, dass er starb, nachdem er einmal statt Wein ein Glas Wasser getrunken hatte (sicherlich kein Mineralwasser!).



...aus Österreich

Globasnitz in Kärnten: Um Ihre Unschuld zu retten sprang der Legende nach ein Mädchen, das von einem Kärntner Burschen verfolgt wurde, in ein Loch, das zu einer Grotte führte. Die heilige Rosalia selbst fing sie auf und geboren war der »Jungfernsprung«. Die Rosalia-kapelle ist eine kleine Holzkapelle innerhalb der Grotte. Unter dem Altar entspringt die Rosalienquelle, die kranke Augen heilen soll und früher der Pestabwehr diente.

Matschach, ebenfalls in Kärnten: Hier ist eine gräfliche Jagd überliefert, bei der sich die Jäger verirrt und nahe am Verdursten waren. Der Graf gelobte, dort, wo er eine

Wasserquelle finden würde, eine Kapelle zu bauen. Da lief ein Hirsch vorüber und führte den Grafen zu einer Quelle. Der Graf hielt sein Versprechen und seit dieser Zeit steht dort die St.-Ruperti-Kirche. Das Wasser fließt noch heute frei und wird von der Bevölkerung genutzt.

Hausruckviertel in Oberösterreich: Zwei Schwestern, die eine gut, die andere böse, erbten ein Schloss mit einer Kirche. Die böse Schwester quälte ihre armen Untertanen und wurde deshalb vom Himmel mehrmals unter Androhung von Strafe zur Besserung ermahnt. Doch sie besserte sich nicht. Da geschah es, dass eines Tages ein See zum Vorschein kam und das Schloss mit der Kirche und den beiden Jungfern versank. Es ist der heutige Irrsee (Zeller See), der deshalb auch Jungfernsee genannt wird.

Osterwitz in der Steiermark: Die heilige Maria soll an der Betleiten-Quelle, als es gerade zum Beten läutete, die Windeln gewaschen haben, und darum soll das Wasser auch so angenehm riechen. Wallfahrer laufen deshalb auch gerne barfuß durch das Wasser und hoffen auf schmerzfreie und wohlriechende Füße.



...und aus der Schweiz

Berner Oberland: Auch in der Schweiz haben Wasserquellen den Menschen über Generationen hinweg als Synonym für sprudelnde Lebenskraft gedient. Viele Legenden aus dem Berner Oberland beschreiben die heilende, stärkende und inspirierende Wirkung der Quellwässer. Eine davon berichtet von einem fröhlichen und tüchtigen Bauern aus den Schweizer Bergen. Eines Tages wurde er plötzlich krank und schwach, und seine Lebensfreude war verschwunden. Seine Frau ging da-raufhin in den Wald zum Beten. Da erschien ihr der Zwergkönig des Niesenberges. Der Zwerg gab ihr den Rat, aus einer bisher verborgenen Quelle Wasser zu schöpfen und ihrem kranken Mann zu geben. Der Bauer trank fleißig das Quellwasser und wurde wieder gesund. Seitdem ist der Brunnen im Heustrich am Niesenberg als Heilquelle bekannt.

Zwischen Thuner- und Brienersee: Als besonders heilkräftig gelten die Wasser der Quell- und Bergbäche, wenn das Eis und der Schnee der Alpen zu schmelzen beginnen und die Umwelt sich erneuert. Gerade in der Gegend zwischen Thuner- und Brienersee war das Holen des Frühlingswassers an Ostern einst ein schöner Brauch. Man musste am Ostertage vor Sonnenaufgang losziehen und auch vor diesem wieder zuhause sein.