

## Vorwort

*Die Gesundheit ist wie das Salz:  
Man bemerkt nur, wenn es fehlt.*

Aus Italien

Die Erfahrungen, die ich durch meine Krankheiten gemacht habe, haben mich gelehrt, dass der Wohnort, der Standplatz des Hauses, die Baumaterialien und die Wohnungseinrichtung entscheidenden Einfluss auf den Gesundheitszustand der Bewohner nehmen können.

Meine unerklärlichen Wirbelsäulen- und Gelenkprobleme, Schlaflosigkeit, Lungen- und Darmerkrankungen sowie die Ohnmacht der Mediziner haben mich zum Nachdenken gezwungen. Die unsichtbaren Erdstrahlen und der Elektrosmog haben mich anfangs sehr skeptisch gestimmt. Ich bin diesen Strahlungen versuchsweise ausgewichen oder habe sie ausgeschaltet. Die rasche Besserung meines Gesundheitszustandes war verblüffend. So begann ich mich für Baubiologie zu interessieren. Immer mehr Architekten und zukünftige Bauherren nehmen mittlerweile das Thema Baubiologie sehr ernst und beziehen es weitgehend in ihre Neubauplanung ein. Dennoch werden sehr viele Bereiche der Baubiologie gar nicht oder noch zu wenig berücksichtigt. Es hängt immer von den gesammelten Erfahrungen und eigenen Deutungen ab. Oftmals werden Schwerpunkte gesetzt, die nicht die beabsichtigten Wirkungen erzielen und sehr wichtige Gebiete aus Unkenntnis nicht berücksichtigen. Was nützt mir ein Haus mit den gesündesten Baustoffen, wenn es elektromagnetisch völlig verseucht oder auf Erdstrahlen von vernichtender Kraft gebaut ist? Daher ist es notwendig, alle Komponenten ausnahmslos zu berücksichtigen und das Bestmögliche gut durchdacht und gut beraten zu verwirklichen. Eine biologische Bauweise muss nicht teurer als eine herkömmliche sein. Der Bauherr kann selbst dazu beitragen, ein menschenfreundlicheres Haus mit biologisch besseren Baustoffen ohne Mehrkosten zu bauen. Es fordert zwar mehr persönlichen Einsatz, was die Auswahl und Kontrolle der Baustoffe angeht, doch das Endergebnis der Bemühungen kann der beste Beitrag zur Gesunderhaltung der ganzen Familie sein.

Da die meisten Menschen nur ein Mal bauen und sich ihr Leben lang in ihrem Haus, der dritten Haut des Menschen, aufhalten, kann sich die Auswirkung von gesünderen Baustoffen natürlicher Herkunft sehr positiv auf das Wohlbefinden und den Gesundheitszustand auswirken.

Ein in allen Hinsichten gut durchdachtes Haus macht das ganze Leben lang Freude. Die Notwendigkeit, mehrmals im Leben zu bauen, um aus den Fehlern zu lernen, wird sich somit erübrigen und viele Kosten und Stress ersparen. Dann gilt nämlich der Spruch nicht mehr: Das erste Haus ist für den Feind, das zweite für den Freund und das dritte für sich selbst.

Auf Baubiologie spezialisierte Architekten sind häufig teurer in ihrer Leistung. Sie mussten allerdings neben persönlichem Einsatz auch sehr viel mehr Zeit und Geld aufbringen, um sich mit dieser Thematik auseinanderzusetzen.

Leider geschieht es immer wieder, dass irgendein Architekt eine Marktlücke entdeckt und sich selbst zugunsten seines finanziellen Umsatzes zum Baubiologen ernennt. Dieses skrupellose Vorgehen schadet dem Ruf der Baubiologie sehr.

Auch in dieser Branche gilt es, eine Person des Vertrauens kritisch auszuwählen und sich nach Referenzen zu erkundigen. Unter der Bezeichnung "Bio" wurden in den letzten Jahren sehr viele unverantwortliche Geschäfte gemacht, was nicht den Verkäufern anzukreiden ist, die es ehrlich meinten und dabei selbst getäuscht wurden. Diejenigen, die ihr Bio-Geschäft stets mit großer Verantwortung betreiben, leiden oft unter dem schlechten Ruf der Scharlatane ihres Fachs. Das Bedürfnis vieler Bauherren, ein Biohaus zu bauen, beruht oft auf negativen Erfahrungen in Sachen Gesundheit. Die meisten dieser Bauherren haben sich sehr intensiv mit diesem Thema beschäftigt und können durch ihre

Erfahrungen die Fähigkeiten eines Architekten bestimmt gut einschätzen. Diese Bauherren sind oft sehr engagiert und können wertvolle Tipps und Auskünfte über Baubiologie und über die Qualifikation eines Bioarchitekten erteilen. Ein Haus, als "Nest" einer Familie, sollte eine Seele bekommen. Sie trägt zum Wohlbefinden der Bewohner bei. Sie ist das Spiegelbild der Menschen, die das Haus konzipiert haben. Es lohnt also, sich für ein solches Lebensprojekt mit Herz und Seele ohne Eile zu befassen und es gründlich vorzubereiten, denn es soll nicht nur die Seele des Architekten widerspiegeln, auch wenn er seinen ganzen Ehrgeiz in das Projekt investiert hat. Das Haus muss schließlich für lange Zeit eine intime und ruhige Insel für seine Bewohner bleiben. Ruhe, Ausgeglichenheit, Erholung und Harmonie können weitgehend von der positiven Atmosphäre eines Hauses abhängig sein. Eine Familie muss in der Regel durch Aufnahme von Krediten über einige Jahre auf vieles verzichten. Schulden stellen daher oftmals einen seelischen Dauerstress dar und sollten zumindest durch die angenehme Atmosphäre des Heimes ausgeglichen werden. Disharmonie zerstört sehr schnell die Geborgenheit eines Familiennestes. Etwas Schönes besitzen zu können, ist ein Lockmittel, aus dem kein Druckmittel werden darf. Alle Entscheidungen einem Architekten zu überlassen, macht aus einem Haus ein käufliches Konsumprodukt im herkömmlichen Sinn und spiegelt selten sämtliche eigenen Vorstellungen des Käufers wider. Es ist also sehr viel besser, mit Sorgfalt alles vorher zu durchdenken, als sich nachher unendlich zu ärgern und sich im eigenen Heim unwohl zu fühlen. Es ist besser, in einem kleinen, feinen und gut durchdachten Haus mit einer tragbaren finanziellen Belastung zu leben, als in einem kaum finanzierbaren Prunkstück der Architektur, das letztendlich durch die täglichen finanziellen Sorgen nur eine Art Gefängnis für die Seele darstellt.

Häuser, die nur der Kinder wegen großräumig geplant worden sind, werden schnell zu groß. Die Kindheit vergeht schnell, die Sprösslinge verlassen das Haus und hinterlassen den Eltern die Pflicht der Pflege eines riesigen Familiendenkmals, das ihnen eines Tages so lästig werden kann wie eine Kugel am Bein. Ein großes Haus und ein großer Garten können zu einer unangenehmen Freizeitberaubung werden, besonders dann, wenn sie nicht richtig geplant worden sind.

Reiselustige Menschen müssen oft aus der Verpflichtung heraus, ihr Haus zu pflegen, die Reisebedürfnisse einschränken. Es ist daher wichtig, schon vorher darüber nachzudenken, ob ein Haus funktionell, gut dimensioniert, pflegeleicht, gemütlich und finanzierbar ist oder eine Aufgabe für das Leben sein soll, was Kredit, Pflege und Unterhaltung angehen. Auch in diesem Buch bringe ich meine eigenen Ideen und Ansichten zu den verschiedenen Themen zusammen. Aus der Undurchsichtigkeit und Problematik der Baubiologie und dem Wunsch, etwas davon zu verstehen, habe ich eine Vereinfachung ausgearbeitet, die nicht immer mit den Ansichten von Fachleuten übereinstimmt, aber für die Selbsthilfe nachvollziehbar wirksam ist.

Fachleute versuchen ihre Disziplin sehr detailliert zu übermitteln und schreiben Sachbücher. Die Vielfalt ihrer Informationen, ausgedrückt durch einen wissenschaftlichen Wortschatz, wird von Laien kaum verstanden und aus Resignation heraus in der Praxis kaum eingesetzt.

Daher versuche ich, praktische Hinweise in verständlicher Form für alle Gebiete zu geben. Diese Aufzeichnungen hatte ich ursprünglich in erster Linie für mich angefertigt, um die über Jahre angesammelten Erkenntnisse festzuhalten. Baubiologie und Strahlenkunde werden in diesem Buch gemeinsam behandelt, weil sie nach meiner Ansicht nicht voneinander zu trennen sind. Beide Themen bestimmen entscheidend das gesunde Milieu, in dem sich Menschen, Tiere und Pflanzen aufhalten, entsprechend gedeihen, erholen und entfalten können. Da diese Erkenntnisse wichtige Informationen für ein gesundes Leben beinhalten, verknüpfte ich mit diesem Buch die Hoffnung, viele Menschen über meine Gedanken und Erfahrungen positiv zu bereichern.