

INHALT

1. LEBERZAUBER	
1.1 Die Leber	2
1.2 Bitter – der Alarmgeschmack	5
1.3 Die Eigenschaften von Bitterstoffen	6
1.4 Die verschiedenen Leberzauber	7
1.5 Dosierung und Dauer	10
1.6 Leberzauber nach Konstitution	12
2. ZEOLITH & BENTONIT	19
2.1 Zeolith & Bentonit	21
2.2 Zeolith-MIX (mit 10% aktiv-Bentonit)	21
2.3 Entsäuerungs-MIX (mit 20% aktiv-Bentonit)	22
2.4 aktiv-Bentonit	22
2.3 Entgiftungs-Reaktionen	23
3. PARASITENKUR	
3.1 Ölekomposite	24
3.2 Einnahmeplan Parasitenkur	25
3.3 Symbioselenkung mit EM	26
3.4 Zeolith	26
3.5 L-Cystein	27
3.6 Ölekomposite verdünnt mit Wasser	27
4. KARDE plus ENTGIFTUNGSHILFEN	29
4.1 Einnahmeplan	31
4.2 Dauer	31
4.3 Erneute Schübe / Mischinfektionen	32
4.4 Austherapiert – was nun?	33
5. MAGNESIUM	34
5.1 Magnesiumchlorid nach Pschorr	34
5.2 Magnesiumchlorid bei Verstopfung	35
5.3 Magnesiumchlorid äusserlich	36
5.4 Bioverfügbarkeit von Magnesium	36

1. LEBERZAUBER

1.1 Die Leber

Die von feinen Kanälchen durchzogene Leber stellt täglich etwa einen Liter Galle(nsaft) her, der im galleführenden Gang zusammen fließt. Die mit dem Gang verbundene Gallenblase ist der Vorratsbehälter für den Gallensaft. Sie entleert sich etwa 20 min. nachdem man Fette oder Eiweiße zu sich genommen hat, in das Duodenum (Zwölffingerdarm), welches als zweiter Magen fungiert. Der Gallensaft besteht neben der Verdauungsflüssigkeit v.a. aus Schlackstoffen, die von der Leber aus dem Blut herausgefiltert wurden.

Ich vergleiche die Entgiftungsmechanismen des Körpers gern mit Kaffeekochen. Der Kaffee in der Kanne mit seinen in Wasser gelösten Anteilen entspricht dem Harn (wasserlöslichen Gifte), der Papierfilter den Nieren. Und **der Kaffeesatz im Filter entspricht den nicht in Wasser löslichen Toxinen, die über die Leber ausgeschieden werden müssen.** Das ist eine ganze Menge Schlamm und die Leber hat alle Hände voll zu tun. Im Tagesbetrieb kann sie die anfallenden Mengen gar nicht vollständig bewältigen und ist auf die Nachtschicht angewiesen. Sie müsste auch bei normaler Lebensweise eigentlich den ganzen Tag weh tun.

Die Leber kann aber nicht schmerzen, denn sie besitzt keine Rezeptoren, die Schmerzen melden können. Falls die Leberregion schmerzt, dann kommen diese Meldungen vom umgebenden Gewebe, das von einer extrem geschwollenen Leber "eingedrückt" wird. Dann ist schon reichlich spät.

Was sind die Vorstufen einer Lebervergrößerung? Wie kann ich diese bemerken? Woher weiß ich, wie es meiner Leber geht? - Keine Panik, es gibt eine sehr einfache Faustregel:

Müdigkeit ist der Schmerz der Leber.

Müdigkeit ist das erste aller „Kater“-Symptome. Einen Kater bekommen wir nach einer durchzechten Nacht, je nach Schwere begleitet von Kopfschmerzen, Übelkeit, Verspannungen, usw. Es sind die Symptome einer angehenden Alkohol-Vergiftung. Genau die gleichen Katersymptome - in wechselnden Zusammensetzungen und Schwere - bekommen wir auch von anderen leichten Vergiftungen wie u.a.:

- Andere Genussgifte im Übermaß (Nikotin, Koffein)
- Geschmacksverstärker wie Mono-Sodium-Glutamat (MSG, China-Restaurant-Syndrom)
- Aspartam in „light“-Produkten
- zu viel, zu schweres, zu spätes Essen
- chronische Verstopfung
- verdorbene oder abgestandene Nahrung (z.B. Fisch-Fleisch- oder Wurstvergiftung)
- Ganz allgemein die Gesamtheit chemischer Zusätze im Essen und Trinken, deren Verträglichkeit individuell sehr unterschiedlich ist
- Legale und illegale psychoaktive Drogen
- Einatmen von Lösungsmitteln (Benzin, Nitro-Verdünner, Kleber, ...)
- zu wenig Schlaf, Überspringen von Zeitzonen
- Herxheimer-Reaktionen, d.h. Entgiftungsreaktionen während freiwilliger Entgiftungsmaßnahmen oder unfreiwilliger Entgiftung; es ist ratsam, während des gesamten Entgiftungsprozesses die Leber durchgehend zu unterstützen

Wenn jemand entgiften möchte, seien es saure Stoffwechsel-Schlacken, Schwermetalle, oder sonstige Toxine, ist es sehr ratsam, erst einmal die Leber in Schuss zu bringen, denn sie muss die Hauptarbeit machen.

Bei fast allen Menschen, auch schon Kindern, sind die Gallenkanälchen zumindest teilweise mit Schlackstoff -

Ablagerungen verstopft. Sie bleiben im Röntgenbild unsichtbar und zeigen sich auch im Ultraschall erst als Leber- oder Gallensteine, nachdem sie eine gewisse Größe erreicht haben und kalzifiziert sind.

Bei vielen Menschen wird die Leber im Tagesbetrieb unmerklich überfordert. Diese kleinen täglichen Überforderung summieren sich dann unmerklich auf. Die Symptome sind nicht plötzlich morgens da, sondern bauen sich über viele Jahre schleichend in so kleinen Schritten auf, dass wir es für normal halten und die Verschlechterung unseres allgemeinen Zustandes oft erst bemerken, wenn wir chronisch krank geworden sind.

Zwei gute Nachrichten:

a) die Leber ist unser regenerationsfähigstes Organ

b) Unternehmungslust ist ihr Jubel!

Wer ständig von Unternehmungslust geplagt ist oder wen ständig das „Tanzbein juckt“, der braucht sich über den Zustand seiner Leber keine Gedanken machen.

Zur Regeneration braucht unsere Leber **Bitterstoffe**, z.B. *Andrographis paniculata*, in ayurvedischen Schriften Mahatikta genannt, zu deutsch "super bitter". Das trifft den Geschmack der Pflanze ziemlich genau.

1.2 Bitter – der Alarmgeschmack

Manche Leute kommen mit den Bitterstoffen im Leberzauber oder auch mit Bitterstoffen im Allgemeinen einfach nicht klar. Obwohl ihre Leber eventuell Unterstützung dringend nötig hätte, können sie sich nicht dazu bringen, Bitterstoffe zu sich zu nehmen. Manchmal revoltiert der Magen und droht mit Erbrechen. Das liegt daran, dass Bitter ein uralter Alarmgeschmack ist und uns in unserer vorgeschichtlichen Jäger- und-Sammler-Zeit davor bewahrt hat, giftige Pflanzen zu essen.

Wermut, unser bitterstes einheimisches Kraut, ist schon in relativ kleinen Mengen magentoxisch. Viele andere Bitterstoffe sind nicht nur das, sondern durch und durch toxisch, weswegen wir diese Alarm-Meldungen aus dem Bauch bekommen: *"Vorsicht! Vergifte dich nicht!"* Bitter wird daher instinktiv immer noch mit Gift und Lebensgefahr (z.B. Knollenblätterpilz) gleichgesetzt, obwohl sich die Situation grundsätzliche geändert hat.

Früher haben wir auch gar keine Extra-Bitterstoffe gebraucht, denn sie waren im "normalen" Essen in kleinen Mengen allgegenwärtig. Als wir dann vor etwa 150 Jahren angefangen haben, diese natürlichen Bitterstoffe systematisch aus den Nahrungsmitteln heraus zu züchten, wurde es für unsere Leber richtig schwierig. Sie ist zwar das regenerationsfähigste Organ im Körper, braucht aber zur Regeneration die Anregung durch Bitterstoffe, die heutzutage aus dem Essen nicht mehr kommt.

Deswegen arbeitet bei vielen Menschen des westlichen Kulturkreises die Leber "unter Wert" - sie könnte besser, tut es aber nicht. Weil eben das gewisse Etwas fehlt, das sie schätzt und braucht, die Bitterstoffe. Wenn man bedankt, dass die Leber täglich etwa 700 ml bitteren Gallensaft produzieren muss, macht das sogar Sinn.

1.3 Die Eigenschaften von Bitterstoffen

Bitterstoffe

- reduzieren (entgiften)
- sie machen kalt (senken Körpertemperatur)
- sie machen trocken (reduzieren Schleim)

Und was mache ich dann, wenn mir schon kalt ist? Oder wenn meine Gelenke bereits ein Problem mit der Schmierung haben? Kann ich zur Unterstützung meiner Leber trotzdem Bitterstoffe nehmen?

Ja, natürlich, aber nicht reine Bitterstoffe, sondern in Kombination mit anderen Kräutern, die ausgleichend wärmen und schmieren, oder auch zusätzlich trocknen:

- SAURER Geschmack wärmt
- SCHARFER Geschmack heizt und trocknet stark
- SÜSSER Geschmack kühlt leicht und schmiert stark
- SALZIGER Geschmack wärmt etwas und schmiert gut

Da wir alle unterschiedlich sind ist der Bedarf an ausgleichenden Kräutern auch unterschiedlich. Trotzdem gibt es in diesen Unterschieden Tendenzen - die Konstitution kommt ins Spiel. Den folgenden Betrachtungen liegt die indische Konstitutionslehre (Ayurveda) mit den 3 Typen VATA, PITTA und KAPHA zu Grunde. Warum benutze ich nicht die wörtlichen Übersetzungen *Luft*, *Feuer* und *Wasser*?

Luft, *Feuer* und *Wasser* sind auch Typen der europäischen und der chinesischen Konstitutionslehre. Allerdings kommen da noch ein (europäisch) bzw. zwei Typen (chinesisch) dazu. Wer davon ausgeht, dass das gleiche Wort in den drei Lehren die gleiche Bedeutung habe, endet im Chaos.

Darum benutze ich die Fremdwörtern VATA, PITTA und KAPHA; weil sie hoffentlich keine festen Vorstellungen von diesen Wörtern haben, und das ist gut so.

1.4 Die verschiedenen Leberzauber

Allen gemeinsam ist die Grundmischung folgender vier gemahlener Kräuter im Verhältnis 1:1:1:1

- Andrographis – Kraut (*Andrographis paniculata*)
- Neem – Blätter (*Azadirachta indica*)
- Spargel – Wurzel (*Asparagus Racemosus*)
- Myrobalanen – Früchte, chebula (*Terminalia chebula*)

Die Kräuter werden kalt in Zuckerrohrmelasse eingerührt, entweder dickflüssige oder dünnflüssige je nach Gesamteinwaage, damit die Konsistenz der verschiedenen Leberzauber (im folgenden "LZ" abgekürzt) in etwa gleich ist. Die Varianten mit dickflüssiger Melasse sind preiswerter weil ja weniger Zutaten benutzt werden, und sind deswegen auch "sanfter".

LZ-für alle

- 500 g Grundmischung auf
- 2,5 Liter dickflüssige Melasse

LZ-medium

- 650 g Grundmischung 1:1:1:1
- 2,5 Liter dünnflüssige Melasse

LZ-forte

- 800 g Grundmischung 1:1:1:1
- 2,5 Liter dünnflüssige Melasse

LZ-plus

- 700 g Grundmischung 1:1:1:1
- 100 g Ilex Kaushue Blätter, gemahlen
- 2,5 Liter dünnflüssige Melasse

LZ -PITTA

- 300 g Grundmischung 1:1:1:1
- 100 g Andrographis – Kraut
- 100 g Neem – Blätter
- 100 g MSM Reinsubstanz
- 2,5 Liter dünnflüssige Melasse

LZ-7

- 300 g Grundmischung
- 200 g Heidelbergers 7 Kräuter Mischung
- 2,5 Liter dickflüssige Melasse

LZ-Löwenzahn

- 400 g Grundmischung
- 100 g Löwenzahn - Wurzel
- 2,5 Liter dickflüssige Melasse

LZ-CuZi

- 400 g Grundmischung 1:1:1:1
- 175 g Gelbwurz (Curcuma longa), gemahlen
- 25 g Langer Pfeffer (Piper longum), gemahlen
- 200 g Ceylonzimt (Cinnamomum verum), gemahlen
- 2,5 Liter dünnflüssige Melasse

LZ -VATA

- 300 g Grundmischung 1:1:1:1
- 100 g Spargel – Wurzel
- 100 g Myrobalanen – Früchte
- 75 g Himalaya Salz
- 75 g L-Cystein Reinsubstanz
- 2,5 Liter dickflüssige Melasse

LZ -KAPHA

- 550 g Grundmischung 1:1:1:1
- 100 g Myrobalanen – Früchte
- 75 g Ingwerwurzel (Zengibre officinale), gemahlen
- 75 g Langer Pfeffer (Piper longum), gemahlen
- 2,5 Liter dünnflüssige Melasse

LZ K-soft

- 325 g Grundmischung 1:1:1:1
- 55 g Myrobalanen – Früchte
- 60 g Ingwerwurzel (*Zingibre officinale*), gemahlen
- 60 g Langer Pfeffer (*Piper longum*), gemahlen
- 2,5 Liter dickflüssige Melasse

LZ-curcumin

- 600 g Grundmischung 1:1:1:1
- 175 g Gelbwurz (*Curcuma longa*), gemahlen
- 25 g Langer Pfeffer (*Piper longum*), gemahlen
- 2,5 Liter dünnflüssige Melasse

LZ-Safran

- wie LZ-*curcumin*, zusätzlich
- 25g Safran, gemahlen
- 2,5 Liter dünnflüssige Melasse
- jedem LZ kann Safran zugefügt werden

LZ-Reishi

- 640 g Grundmischung 1:1:1:1
- 160 g Reishi Pilz (*Ganoderma lucidum*)
- 2,5 Liter dünnflüssige Melasse

LZ-Reis

statt der Zuckerrohrmelasse wird Reissirup verwendet

- 600 g Grundmischung 1:1:1:1
- 2,5 Liter BIO-Reissirup
- jeder LZ kann mit Reissirup angerührt werden

Terminator

Keine Bitterstoffe, nur ein Kraut zur Blutreinigung

- 500 g Myrobalanen-Früchte
- 2,5 Liter dickflüssige Melasse

1.5 Dosierung & Dauer

- (a) Dosis für alle Leberzauber mit dickflüssiger Melasse (LZ-für alle, LZ K-soft, LZ-7 und Terminator): **1/2 TL**
- (b) Dosis für Leberzauber-*medium*: zwischen (a) und (b)
- (c) Dosis für alle anderen Leberzauber: **1/3 TL**

- Diese Empfehlungen sind Orientierungshilfen, die im Laufe der Einnahme individuell optimiert werden sollten.
- Anfänglich eine Dosis morgens nüchtern und 1 Dosis abends vor dem Schlafen gehen.
- Falls sie zwischen 1:00 und 3:00 Uhr nachts aufwachen sollten und Schwierigkeiten haben, wieder einzuschlafen, dann zu dieser Zeit nochmals 1 Dosis.
- Falls die Bitterstoffe „lecker“ schmecken und der Körper nach mehr verlangt, ruhig diesem Verlangen nachgeben, selbst wenn die Mengen unglaublich anmuten. Das legt sich nach spätestens 10 Tagen.
- Falls es zu Brechreiz oder gar Erbrechen kommt in der ersten Woche nur winzige Mengen nehmen, um dem Körper die Gelegenheit zu geben, sich an die wohltuende Wirkung der Bitterstoffe zu gewöhnen. Auch der Brechreiz legt sich nach spätestens 10 Tagen.
- Nach einer Weile könnte der Körper mittels Geschmacksempfindung Rückmeldung zur Menge des Leberzaubers geben und mal mehr, mal weniger verlangen. Das wäre der Idealfall und die betroffene Person ist beraten, den wechselnden Vorgaben des eigenen Körpers zu folgen.
- Wenn solch geschmacklichen Rückmeldung nicht wahrgenommen werden können, dann achten Sie darauf, inwieweit die Einnahme der Paste Müdigkeit und Energielosigkeit beseitigen kann. Auch das ist ein verlässlicher Anhaltspunkt für zukünftige Benutzung und Dosierung.

Dauer

Die Einnahme von Leberzauber macht nur Sinn, wenn und solange er Verbesserung herbeiführt. Das braucht bei chronischen Leberschwächen oft viele Monate.

Das Hauptmerkmal von Unterfunktion der Leber ist *Erschöpfung/Müdigkeit trotz ausreichendem Schlaf*. Verbesserung zeigt sich

- meist durch die Abnahme von Erschöpfung, bzw. das Zunehmen von Bewegungslust
- daneben reagieren viele Hautsymptome positiv und
- manchmal reguliert sich der Appetit nach oben oder unten Richtung „normal“

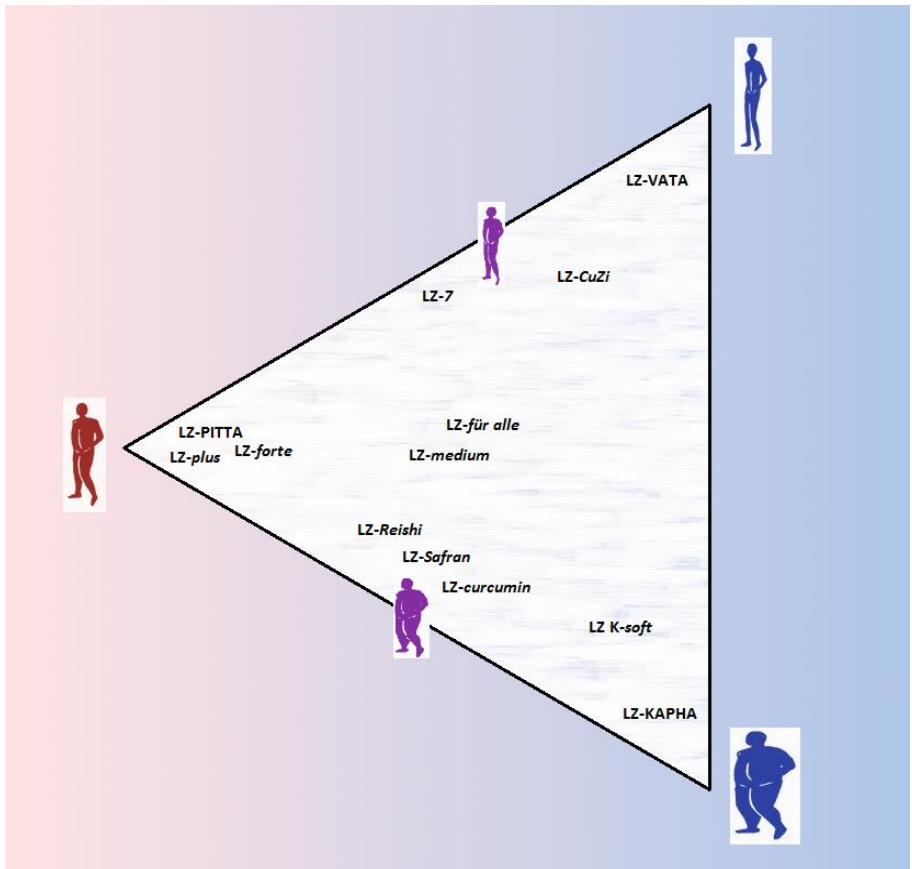
Wenn Zweifel an der Wirkung bestehen, ein bis zwei Wochen pausieren und erneut anfangen. Falls auch dann keine positive Wirkung verspürt wird, absetzen.

Der Leberzauber braucht oft Zeit, um seine Wirkung zu entfalten, speziell wenn „schlechten“ Leberwerte vorliegen. Sie verbessern sich meistens nur sehr langsam, dafür aber kontinuierlich. Es kann durchaus über zwei Jahre dauern, bis sich die Leberwerte nicht weiter verbessern lassen.

Wenn Beschwerden noch nicht so chronisch geworden sind, dass die Laborwerte als bedenklich gelten, kommt es meist zu schneller Verbesserungen der Symptome. Unterfunktion der Leber kann in eine Vielzahl von Symptomen münden, die nicht unbedingt in direkten Zusammenhang mit der Leber gebracht werden und die individuell sehr unterschiedlich sind. Viele dieser kleinen unspezifischen Problemchen können nach und nach wegschrumpfen.

1.6 Leberzauber und Konstitution

Viel hilft nicht immer viel! Bitterstoffe kühlen, trocknen und entgiften. Die Süße der Melasse gleicht den trocknenden und den kühlenden Effekt der Bitterstoffe etwas aus. Doch für alte und untergewichtige Menschen ("dünne Frostbeulen") - solche mit "Vata" Konstitution - sind die kühlenden und trocknenden Effekte vieler LZ-Sorten zu stark. Auch runde Frostbeulen brauchen zusätzliche Kräuter.



Die Graphik zeigt die Zuordnung verschiedener Leberzauber-Sorten zu verschiedenen Konstitutions-Typen, die bildlich durch Figuren mit verschiedenen Farbe dargestellt sind (hier leider nur in Grautönen).

Den im Folgenden vorgestellten Leberzauber-Sorten sind dann auch jeweils einer oder mehreren Figuren zugeordnet:



dünne Frostbeule – VATA



runde Frostbeule – KAPHA



leicht schwitzend – PITTA

Angelehnt an die ayurvedische Konstitutionslehre zeigen die drei „reinen“ Konstitutionstypen die folgenden grob vereinfachten Merkmale:

PITTA	VATA	KAPHA
<ul style="list-style-type: none"> • schwitzt leicht • normalgewichtig • lernt & vergisst medium schnell 	<ul style="list-style-type: none"> • friert leicht • untergewichtig • lernt & vergisst schnell 	<ul style="list-style-type: none"> • friert leicht • übergewichtig • lernt langsam & vergisst nie

Die meisten Menschen sind Mischtypen:



weniger rund & eher schwitzend: PITTA-KAPHA



weniger dünn & eher frierend: VATA-PITTA

In unserer westlichen Gesellschaft dominiert auf der Ebene der Gefühle PITTA. Wir sind alle so wettbewerbsorientiert und ziehen auch gern mal in den Krieg, sei es in der Ehe, auf dem Sportplatz, in der Debatte oder gar militärisch.

Daher gibt es zwar bei uns eine ganze Reihe reiner PITTA-Typen, aber kaum reine KAPHA- oder VATA-Typen. Fast immer ist eine unterschiedlich große Portion mentales und emotionales PITTA mit drin.

Außerdem ist zu berücksichtigen, dass mit dem Alter, d.h. nach den Wechseljahren - auch der Mann muss durch etwas Vergleichbares durch - der VATA-Anteil im Menschen generell zunimmt, was sich als erhöhtes Wärmebedürfnis und durch trockene knackende Gelenke (fehlende Gelenkschmiere) zeigt.

Trotzdem, ein VATA-Typ mit schwacher Leber braucht Bitterstoffe, obwohl er schon von Haus aus kalt, untergewichtig und trocken ist, was durch bitter noch verstärkt wird. In seinen Leberzauber sollen deshalb mehr ausgleichende Stoffe sein die seiner Konstitution entgegenwirken, die ihn wärmen, beschweren und "schmieren". Deswegen ist die Melasse für den LZ-VATA dickflüssig (hat mehr Restsüße, schmiert), erhöhten Anteile von Terminalia Chebula (sauer, d.h. wärmend) und Asparagus racemosus (süß, d.h. beschwerend), L-Cystein (ziemlich sauer/wärmend) und Salz (schmiert & wärmt).

Im Folgenden charakterisiere ich die verschiedenen Leberzauber Sorten bildlich, so dass man sich gut merken kann welche Sorte(n) in Frage kommen oder eben nicht.

Auch dem KAPHA-Typ ist eher kalt. Doch Trockenheit ist nicht sein Problem, er hat eher zu viel Schmiere/Feuchtigkeit (Kapha). Darum wird sein LZ-KAPHA mit dünnflüssiger Melasse gemacht (weniger Restsüße = weniger schwer, weniger schmierend) und enthält zusätzlich Ingwer & langen Pfeffer (Piper longum), was wärmt & trocknet.

Der reine PITTA-typ, heiß wie er von Haus aus ist, kann noch ein paar zusätzliche Bitterstoffe vertragen, so dass seine LZ ebenfalls mit dünnflüssiger Melasse gemacht wird und die Anteile der bitteren Zutaten erhöht werden.



LZ-für alle

Dieser LZ ist „mild“ und ausgewogen. Wer sich nicht sicher ist, macht damit keinen Fehler. Er ist geschmacklich weniger intensiv und zum Einstieg immer geeignet.



LZ-medium (für alle)

Liegt zwischen LZ-für alle und LZ-forte, eben „medium mild“. Entstanden ist er weil LZ anrühren für die Arm- und Schultermuskulatur anspruchsvoll ist. Da dieser LZ mit weniger Kräutern als LZ-forte in dünnflüssiger Melasse angerührt wird, ist er leichter zu rühren und fertig auch entsprechend dünnflüssiger. Geeignet für alle Konstitutionen außer der ganz dünnen Frostbeule.



LZ-forte - „heißer Typ“

Gleiche Zusammensetzung wie der „normale“ Leberzauber, aber etwa 65% mehr Kräuter. Der Leberzauber mit dem besten Preis-Leistungs-Verhältnis.



LZ-PITTA - „ganz heißer Typ“

Der reine PITTA-Typ kann noch ein paar zusätzliche Bitterstoffe vertragen, so dass der Leberzauber-PITTA mit Melasse ohne Restsüße gemacht wird und den Bitterstoff MSM (Methyl-Sulfonyl-Methan) enthält.



LZ-plus - „ganz heißer Typ“

Der Grundmischung wird ein weiteres Bitterkraut - Ilex Kaushue - hinzugefügt, wodurch sich der prozentuale Anteil der Bitterstoffe erhöht. Es entsteht eine noch "härtere" Variante.



LZ-VATA - „dünne Frostbeule“

Der VATA-Typ ist schon von Haus aus kalt und trocken, was durch Bitterstoffe verstärkt wird. Er braucht ausgleichend dazu Wärmendes & "Schmierendes". Deswegen hat die Melasse für den Leberzauber-VATA Restsüße (schmiert), einen erhöhten Anteil Terminalia Chebula, (sauer, d.h. wärmend), L-Cystein (ebenfalls sauer) und Salz (schmiert & wärmt).



LZ-Cuzi - weniger dünn und eher frierend

Der „winterliche“ und „magenfreundliche“ hat weniger Bitterstoffe als LZ-für alle und einen sehr hohen Zimtanteil. Es werden Gelbwurz (Curcuma longa) und sein Synergent Piperin als Langer Pfeffer (Piper longum) zugefügt.



LZ-7 - weniger dünn und eher frierend

Wenn VATA nicht ganz so ausgeprägt ist: mit 40% Heidelbergers 7-Kräuter Mischung bestehend aus Wermuth, Schafgarbe, Wacholder, Fenchel, Anis, Kümmel, Bibernelle im Verhältnis 1:1:1:1:1:1:1 und 60% Basiskräutern.



LZ-Löwenzahn - wenig dünn und weniger frierend

Wenn VATA nicht ganz so ausgeprägt ist: mit 40% Heidelbergers 7-Kräuter Mischung bestehend aus Wermuth, Schafgarbe, Wacholder, Fenchel, Anis, Kümmel, Bibernelle im Verhältnis 1:1:1:1:1:1:1 und 60% Basiskräutern.



LZ-KAPHA - „runde Frostbeule“

Dem KAPHA-Typ ist eher kalt mit zu viel Feuchtigkeit. Darum wird der Leberzauber-KAPHA mit Melasse ohne Restsüße gemacht und enthält zusätzlich Ingwer & langen Pfeffer, was wärmt & trocknet.



LZ K-soft - „weniger runde Frostbeule“

Die „sanftere“ Variante von LZ-KAPHA, mit dickflüssiger Melasse gemacht.



LZ-curcumin - bisschen rund und eher schwitzend

Stichwort „hohes Cholesterin“ und der „schokoladige“ ist in puncto Bitterstoffen zwischen normalem und Leberzauberforte angesiedelt. Es werden Gelbwurz (*Curcuma longa*) und sein Synergent Piperin als Langer Pfeffer (*Piper longum*) zugefügt.



LZ-Safran - bisschen rund und eher schwitzend

Stichwort „hohes Cholesterin“ und der „schokoladige“ ist in puncto Bitterstoffen zwischen normalem und Leberzauberforte angesiedelt. Es werden Gelbwurz (*Curcuma longa*) und sein Synergent Piperin als Langer Pfeffer (*Piper longum*) zugefügt.



LZ-Reishi - bisschen rund und eher schwitzend

Der „geschmacklich milde“ ist in puncto Bitterstoffen zwischen normalem und LZ-*forte* angesiedelt. Es wird der Vitalpilz Reishi (Ganoderma lucidum) zugefügt.



Leberzauber-REIS - „anti-Melasse“

Gleiche Zusammensetzung wie LZ-FORTE, nur mit Reissirup statt Melasse. Melasse bringt einen synergetischen Effekt mit, den andere Träger nicht liefern. Der LZ-Reis ist deshalb nur ein „Ausweich-Leberzauber“, wenn Melasse gar nicht geht. Jede andere LZ-Sorte kann auch mit Reissirup angerührt werden.



Terminator (für alle)

Bei extremen Vata-Zuständen (sehr alt und untergewichtig oder durch Krankheit stark abgemagert, Bulämie, ...) werden kühlenden und trocknenden Effekte nicht vertragen. Die alleinige Einnahme von Terminalia chebula, die nicht bitter und trotzdem stark blutreinigende ist, bietet dann eine Alternative.

Rechtlicher Hinweis: *Leberzauber darf ihnen niemand verkaufen, außer die Apotheke auf Rezept eines Therapeuten. Sie können ihn jedoch zum eigenen privaten Gebrauch aus den Zutaten selber herstellen.*

2 ZEOLITH & BENTONIT

Fein gemahlenes **Zeolith** - ein Vulkangestein - wirkt durch seine wabenähnlichen Kristallstruktur ("Käfig") als Ionenaustauscher. Sein Kristallgitter hat mit 0,4 Nanometer genau die richtige Größe, um Schwermetalle und Ammonium Verbindungen anzuziehen. Da das bereits im Darm geschieht, erspart es den Nieren und der Leber eine Menge Arbeit. Es entlastet z.B. Dialysebedrohte.

Die Oberfläche des Kristalls ist mit negativ geladenen Teilchen besetzt, die positive Ladungen, u.a. so genannte freie Radikale, neutralisieren können; daher ist Zeolith ein starker Radikalenfänger (starkes Antioxidans). Die freien Radikale werden in den Hohlräumen der Kristallstruktur gebunden und ausgeschieden, was das Immunsystem entlastet. Es kann dann seine Energien für andere Aufgaben freimachen.

- Zeolith ist auch in großen Mengen ohne bekannte unerwünschte Nebenwirkungen, es wird wieder ausgeschieden.
- Es gleicht Säureüberschuss aus (reguliert den pH-Wert), was durch eiweißreduzierte Kost sehr stark unterstützt werden kann.
- Zeolith gleicht Silizium Mangel aus, von dem bis zu 80% der Menschen betroffen sein sollen.

Um die **Bioverträglichkeit** zu erhöhen ist es sehr sinnvoll Zeolith & Bentonit ungefähr **0,1% EM-Keramikpulver** zuzusetzen.

In Natronlauge gekochtes oder anders alkalisiertes Bentonit wird als **aktiv-Bentonit** bezeichnet und ist z.B. bei Magengeschwüren von Kühen durch zu viel saure Silage-Futter das Mittel der Wahl. Nicht aktiviertes Bentonit ist eher unverträglich und bereitet Magenprobleme.

Während Zeolith den Darm eher abschabt, glättet Bentonit - eine Mineralerde aus Vulkanasche - und hilft dadurch bei Magen- und Darmentzündungen. Trotzdem kann es bis zum 180-fachen seines Eigengewichtes absorbieren, z.B. von Zeolith losgeschabte Fäkalschlacken und Mikroorganismen.

Deswegen sollte Aktiv-Bentonit Bestandteil jeder Darmkur sein, insbesondere wenn Entzündungen und Geschwüre beteiligt sind. Es wirkt wie Zeolith als Ionenaustauscher und Radikalfänger, jedoch weniger stark. Dafür hat es die sanften, glättenden Eigenschaften von Heilerde.

Mischungen 10 bis 20% aktiv-Bentonit & Zeolith haben sich in vielen Fällen gut bewährt. Solche Mischungen sind neben ihrer Wirkung als Ionenaustauscher und Radikalfänger gleichzeitig ein gutes Mittel für Entsäuerung.

Die rechtliche Situation erlaubt mir zwar, Ihnen die Info über diese Mischungen zukommen zu lassen, aber nicht die Mischung selber. Sie können jedoch die Zutaten kaufen und sie zum eigenen privaten Gebrauch selber mischen, oder sie auf Rezept eines Therapeuten in der Apotheke herstellen lassen.

2.1 Zeolith

Reines Zeolith ***entsäuert milde***.

Es verhindert die Rückresorption von Toxinen im Dickdarm und unterbricht dadurch den entero-hepatischen Kreislauf, der die Eliminierung insbesondere von fettlöslichen Toxinen schwierig macht.

Es kann daher gut bei allen Entgiftungen einschließlich Parasitenkuren unterstützend eingesetzt werden: 1 TL in 1 Glas Wasser 3x täglich

2.1 Zeolith-MIX(mit 10% aktiv-Bentonit)

- 10 Teile Zeolith
- 1 Teil Aktiv-Bentonit
- ca. 0,5% EM-Keramikpulver

Entsäuert kräftig plus Schleimhautschutz.

Sein Einsatz ist bei Geschwüren der Magen- & Darmschleimhaut, Hämorrhoiden, Darmpolypen, etc., bei sonstigen Schleimhaut Verletzungen & Irritationen (sollte Bestandteil jeder Darmkur sein), bei Übersäuerung (saures Aufstoßen, etc.) & generell zur Unterstützung aller Arten von Entgiftungen einschließlich Parasitenkuren sinnvoll.

Viel Wasser trinken! 3 TL in 1 Liter Wasser plus 1 TL Effektive Mikroorganismen-Urlösung über den Tag verteilt trinken. Falls Entgiftungs-Reaktionen eintreten, die Organe mit Entgiftungshilfen unterstützen.

2.2 Entsäuerungs-MIX (20% aktiv-Bentonit)

- 10 Teile Zeolith
- 2 Teilen Aktiv-Bentonit
- ca. 0,5% EM-Keramikpulver

Entsäuert stark.

Sein Einsatz ist bei starker Übersäuerung wie Magen- und anderen Geschwüren im Verdauungstrakt sinnvoll, und zwar sowohl zur Symptom Verbesserung als auch zur langfristigen Entsäuerung! 3 TL in 1 Liter Wasser plus 1 TL Effektive Mikroorganismen-Urlösung über den Tag verteilt trinken.

Entgiftungs-Reaktionen sind zu erwarten; daher ist meistens Unterstützung von Nieren und Lymphsystem, ggf. auch anderer Organe, **notwendig**. Erst wenn die Symptome der Entgiftungs-Reaktionen abgeklungen sind, ist es ratsam, andere Entgiftungsmaßnahmen durchzuführen. Sehr viel Wasser trinken!

2.3 aktiv-Bentonit

Entsäuert extrem stark.

Es kommt garantiert zu Entgiftungs-Reaktionen, weswegen die Unterstützung von Nieren und Lymphsystem, ggf. auch anderer Organe, ein **Muss** ist. Die Anwendung setzt ein sehr hohes Maß Eigenverantwortung voraus. Sehr viel Wasser trinken, dazu basische Fußbäder und/oder Vollbäder!

2.4 Entgiftungs-Reaktionen

Wenn im Körper Schlacken und Giftstoffe mobilisiert werden, dann müssen die Ausscheidungsorgane verstärkt arbeiten, um diese Schlacken und Giftstoffe aus dem Körper zu entfernen. Das kostet Energie, die woanders abgezogen werden muss und kann zu einer ganzen Reihe von Entgiftungssymptomen (**Herxheimer Reaktionen**) führen, die als Anzeichen der Wirksamkeit der entsprechenden Entgiftungsmaßnahme zusehen sind:

- Übersäuerungsreaktionen wie Gelenkschwellung mit Rötung und Hitze
- Gelenk- & Kopfschmerzen
- Muskelverspannungen besonders in Nacken und Schulter
- seltener Übelkeit

Die Art der Symptome deutet häufig auf ein Organ, das Unterstützung braucht:

- Müdigkeit, Trägheit ist der Schmerz der Leber
- Schwellungen, besonders um die Knöchel deutet auf das Lymphsystem
- Zäher Speichel bis trockner Mund, Jucken der Augen, Augendruck (in diesem Zusammenhang), riechender und/oder farbintensiver Urin deuten auf Wassermangel und Nieren.

Ausführlichere Information über mögliche Entgiftungsreaktionen, betroffene Organsysteme und mögliche Entgiftungshilfen finden sie unter:

<http://www.gesund-im-net.de/entgift.htm>

Unterstützende Maßnahmen für den Hausgebrauch (in Eigenregie) finden sie hier:

<http://www.gesund-im-net.de/hausrezepte.htm>

3 PARASITENKUR

3.1 Ölekomposite

Rizol ist ein zugelassener Rohstoff nach Dr. Gerhard Steidl, der Apothekern zur Verfügung steht. Er wird unter Behördenaufsicht gemäß AMWHP, GMP kommerziell hergestellt. Durch Zumischen von pflanzlichen Wirkstoffen (z.B. Nelken, Wermut, Walnuss) in Form von Ölen entstehen Apothekenrezepturen wie Pararizol.

Aktiv-Sauerstoff ist das primäre Wirkungsprinzip dieser Rizol-Rezepturen, dem pathogene Anearobier (z.B. Borrelien, Candida, Clostridien, Tumorzellen, Viren) nichts entgegensetzen haben. Das Immunsystem wird entlastet und zwar unabhängig von der diagnostizierten Krankheit.

An die RIZOLE angelehnt sind die ÖLEKOMPOSITE (Spezial, Gewürznelke, Minze, Olive), die dank Beimischung von einem Tropfen Zimtöl pro Liter und der Einschränkung auf äußerliche Anwendungen frei verkäuflich und frei erhältlich sind.

Ölekomposit	Einsatzgebiet
SPEZIAL	beste Breitbandwirkung
GEWÜRZNELKE	schmerzlindernd, erwärmend, intensiver Nelkengeruch & -geschmack
MINZE	angenehmer Geschmack, "kühlend, erfrischend"
OLIVE	beste Hautverträglichkeit

3.2 Einnahmeplan

Wie ich (Georg Keppler) eine Parasitenkur mit dem Ölekomposit Spezial (oder Ölekomposit Gewürznelke) mache:

	Morgens (vor dem Essen)	Mittags (vor dem Essen)	Abends (vor dem Essen)
1. W o c h e	mit 4 Tropfen ÖLEKOMPOSIT beginnen und jeden Tag um einen Tropfen bis auf 10 steigern: in ein Glas Wasser geben & trinken	<ul style="list-style-type: none"> • 1 TL ZEOLITH • 1 TL EM-Urlösung in ein Glas Wasser geben & trinken	wie morgens
d a n a c h	15 Tropfen ÖLEKOMPOSIT in ein Glas Wasser geben & trinken	/	<ul style="list-style-type: none"> • 1 TI Zeolith • 1 TI EM-Urlösung, • 1 Messerspitze L-Cystein • eine Prise Salz in ein Glas Wasser geben & trinken

Dr. Klinghardt steigert nach seinen Methoden unter therapeutischer Aufsicht die Dosierung von Ölekompositen/Rizolen bis auf 60 Tropfen täglich, wo nach seiner Aussage „die Wunder beginnen“. Entsprechende INFO ist im Internet zugänglich.

3.3 EM -URLÖSUNG (Effektive Mikroorganismen)

Die durch Antibiotika oder alternative anti-bakterielle Mittel (z.B. die Ölekomposite) entstehenden Lücken in der Darmflora werden von denjenigen Mikroorganismen besiedelt, die sich am schnellsten von Antibiotika Gaben erholen bzw. resistent sind. Das sind oft Pilze, denn viele Antibiotika sind Pilzgifte (die gesamte -mycin Familie).

Alleiniges Umbringen von Bakterien, Pilzen und Einzellern ist also keine Lösung. Es bedarf der SYMBIOSELENKUNG, das heißt der Zufuhr freundlicher (symbiotischer) Mikroorganismen, damit diese die entstandenen Lücken besiedeln. Auf einem frisch gepflügten Acker sät sich ja auch alles zufällig daher Kommende an, wenn nicht sofort das Gewünschte ausgesät wird.

Die beste mir bekannte Symbioselenkung sind die *Effektiven Mikroorganismen*, obwohl diese Mischung aus ca. 80 lebenden aeroben und anaeroben Mikroorganismen nur für den landwirtschaftlichen Gebrauch zugelassen ist.

Teruo Higa gelang es 1983 eine stabile Mischung aus ca. 80 verschiedenen aufbauender Mikroorganismen zu schaffen, die er Effektive Mikroorganismen, kurz EM taufte. In dieser Mischung, als EM-1 oder EM-Urlösung im Handel, leben entgegen schul-wissenschaftlicher Lehre aerobe und anaerobe Mikroorganismen zusammen.

3.4 Zeolith (siehe 2.)

Um die Rückresorption von Toxinen, die aus den toten Parasiten freigesetzt werden oder durch ihre Zersetzung entstehen, im aus dem Darm zu unterbinden und damit deren entero-hepatischen Kreislauf zu unterbrechen.

3.5 L-Cystein

L-Cystein ist eine körpereigene Aminosäure und die Vorstufe von L-Glutathion. Der Glutathionspiegel im Blut gilt zurzeit als schulmedizinische Messlatte für den Zustand des Immunsystems.

L-Cystein wird hier als starkes Antioxidans und Radikalfänger eingesetzt, welches die bei langfristiger Anwendung (ab der 2. Woche) möglicherweise entstehende Überschüsse von Oxidantien aus dem Ölekomposit neutralisiert. Um empfindliche Mägen nicht durch seinen stark sauren Geschmack zu reizen, sollte L-Cystein in Wasser mit einer Prise (Stein-)Salz eingenommen werden.

In Abwesenheit von L-Cystein tut es auch ein anderes Antioxidans wie Vitamin-C. Allerdings braucht es dann im Falle von Vitamin-C etwa die 3-fache Menge.

3.5 Ölekomposite verdünnt mit Wasser

Auch in Wasser 1:10 bis 1:20 verdünnt sind Ölekomposite gut haltbar. Man kann also eine gebrauchsfertige Vorratsflasche mit Sprühkopf bereitstellen - vor Gebrauch schütteln. Die verdünnten Ölekomposite hinterlassen auf der Kleidung keine Spuren und werden bei der nächsten Wäsche einfach und spurlos mit ausgewaschen. Von festen Oberflächen können sie mit einem feuchten Tuch gut abgewischt werden. Möglichkeiten der Anwendung sind:

1. **für die Atemwege:** alle Ölekomposite lassen sich gut mit einem fein-Zerstäuber versprühen. Insbesondere während der nass-kalten Erkältungszeiten (Frühjahr und Herbst) kann schnelles Reagieren auf ein Jucken oder Kitzeln im HNO Bereich anziehende Erkältungen vertreiben oder zumindest zeitlich und hinsichtlich der Intensität stark zusammenstauchen.

2. **als Insektenvertreiber:** insbesondere Ölekomposit-Minze eignet sich zum Fernhalten von Insekten; auf Bekleidung und/oder Haut nach Bedarf (ggf. wiederholt) aufsprühen, im Kopfbereich dabei die Augen schließen. Insekten wie Stechmücken, Bremsen, Zecken, Flöhe, etc. mögen den intensiven Geruch nicht und bleiben fern.
3. Gerade bei befallenen **Haustieren** gilt es deren Fell & Ruhestätten für Flöhe und Zecken ungemütlich zu machen.
 - Tiere können gebadet werden: ins letzte Spülwasser Ölekomposit geben. Das Fell klebt dann nicht zusammen wie es das bei Einreiben mit unverdünntem Ölekomposit geschehen würde
 - Die meisten Tiere vertragen ein tägliches Bad nicht. Einsprühen des Fells ist viel weniger offensiv und wird besser toleriert.
 - Flöhe vermehren sich gern in den Textilfasern der Ruhestätten von Haustieren. Einsprühen mit Ölekomposit macht ihnen das Leben einschließlich Vermehrung sehr schwer
4. **auf Haut und Nägel:** nach jedem Waschen auf die noch feuchte betroffenen Haut- und Nagelstellen aufsprühen und antrocknen lassen. Bei horniger oder schuppiger Haut ggf. nach dem Trocken eine der Ölekomposit enthaltenden Salben (Germinolsalbe-Minze, Gewürznelkensalbe) auftragen. Bei Pilzen im Fußbereich auch die Schuhe immer mal wieder von Innen einsprühen.

Wenn etwas in die Haut einziehen soll, geht das am besten als Emulsion (Wasser plus Öl). Es mag sinnvoll sein Ölekomposite im voraus mit Wasser 1:10 bis 1:40 zu verdünnen und in einer eigenen Flasche aufzubewahren, eventuell mit Pipette oder fein-Zerstäuber. Sie lassen sich so auch viel feiner dosieren. Die Haltbarkeit leidet darunter nicht. Vor Gebrauch schütteln.

4 KARDE plus ENTGIFTUNGS-HILFEN

Borreliose Schäden & Symptome werden eher durch die nervengängigen fettlöslichen Stoffwechselftoxine der Borrelien (ihr „Stuhlgang“) verursacht, als durch die Borrelien selber. Es gibt zwei Verlaufsformen von Borreliose, die auch gemischt auftreten:

- a. **Lyme – Arthritis** mit Gelenkschmerzen
- b. **Neuroborreliose** mit Erschöpfung& Nerven-Schmerzen

Nach der Erstinfektion verschwinden die Symptome mittels Antibiotikabehandlung zwar zeitweise oder verschlechtern sich zumindest nicht. Aber oft treten nach einigen Jahren oder auch schon nach wenigen Monaten erneute Entzündungsschübe mit den entsprechenden Symptom-Verschlechterungen auf.

Weitere Antibiotika-Gaben dämmen die Vermehrung der Borrelien erneut ein. Doch die Symptome bleiben nach jedem Schub auf dem jeweils neuen Stand, das heißt, sie werden jedes Mal schlimmer, denn die Borrelientoxine sammeln sich an. Je mehr davon, desto schlimmer die Symptome. Eine Verbesserung der Symptome lässt sich nur erreichen, wenn die verursachenden Borrelientoxine ausgeleitet werden. Dazu dient die Kardenwurzel.

Kardenwurzel hat die Fähigkeit, diese Borrelien Toxine aus Nervenzellen und Gelenken zu mobilisieren, so dass der Körper sie entsorgen kann. Auf diese Weise wird das Gewebe langsam gesäubert und die von den Toxinen verursachten Symptome klingen mit der Zeit bis zum völligen Verschwinden ab.

Wenn die Borrelientoxine mobilisiert werden, dann müssen die Ausscheidungsorgane verstärkt arbeiten, um diese Gifte aus dem Körper zu entfernen. Das kostet Energie und führt

oft zu einer Reihe von Entgiftungssymptomen (Herxheimer Reaktionen), wie Gelenkschwellung mit Rötung und Hitze, Gelenk- & Kopfschmerzen, Muskelverspannungen besonders in Nacken und Schulter, Nervenschmerzen, Übelkeit,

Die Art der Symptome deutet häufig auf ein Organ(system), das Unterstützung braucht:

- Müdigkeit (Trägheit, Schlafwagenaugen) ist der Schmerz der Leber
- Schwellungen, besonders um die Knöchel deutet auf das Lymphsystem
- Zäher Speichel bis trockner Mund, Jucken der Augen, Augendruck (in diesem Zusammenhang), riechender und/oder farbintensiver Urin deuten auf Wassermangel und Nieren
- Der Blutdruck kann steigen, weil das Blut durch mobilisierte Toxine zähflüssiger wird.

Die Summe praktischer Erfahrungen hat zu den **Zeckenbiss-Paketen** geführt, in denen die Kardenwurzel mit den am häufigsten benötigten Entgiftungshilfen kombiniert ist:

- Bitterstoffe (LEBERZAUBER) zu Unterstützung der Leber
- ZEOLITH zur Unterbrechung des entero-hepatischen Kreislaufs
- EFFEKTIVE MIKROORGANISMEN zur Symbioselenkung
- JIAOGULAN zur Beruhigung der durch erhöhten Stoffwechsel gereizten Nerven (Einschlafen)
- Die erste und wichtigste Entgiftungshilfe ist reines TRINKWASSER, etwa 2,5 bis 3,5 Liter pro Tag

4.1 Einnahmeplan (Menschen) für Kardenwurzel plus Entgiftungshilfen sieht wie folgt aus:

KARDENWURZEL: 3x täglich in ein Glas Wasser: beginnend mit einem Tropfen Kardentinktur täglich um einen Tropfen auf maximal 30 Tropfen steigern. Wenn die Reaktionen zu heftig werden, Karde wieder verringern und/oder Karde langsamer steigern, Entgiftungshilfen steigern, Trinkmenge überprüfen.

LEBERZAUBER: Ein halber gestrichener Teelöffel jeweils:

- nur, falls sie zwischen 01:00 und 03:00 nachts aufwachen (und schlecht wieder einschlafen)
- morgens nüchtern (vorher Wasser trinken ist o.k.)
- vor dem Abendessen oder Schlafen gehen

ZEOLITH plus EFFEKTIVE MIKROORGANISMEN: Ein gestrichener Teelöffel & einen halben Teelöffel EM-1 (Effektive Mikroorganismen-Urlösung) zusammen in ein Glas Wasser, umrühren, trinken. Wird stattdessen der Zeolith-Mix oder Entsäuerungs-Mix verwendet, die 3 TL in 1 Liter über den Tag verteilt trinken.

JIAOGULAN: Aus einem Teelöffel einen Liter Tee machen und über den Tag verteilt trinken. Ein zweiter Aufguss ist möglich und empfehlenswert, selbst ein dritter.

4.2 Dauer

Die Einnahme von Karde macht nur Sinn, wenn und solange sie Verbesserung herbeiführt. Anhaltswerte sind:

- Leichte Fälle: 30 Tage (100 ml Karde reichen bei Ersteinnahme mit anfänglicher Steigerung 40 Tage, bei 3x30 Tropfen 30 Tage)
- Schwere Fälle: mindestens 60 Tage (200 ml Karde bei 3x30 Tropfen ausreichend)
- Nachkur alle 28 Tage - 3x täglich 30 Tropfen für drei Tage

4.3 Erneute Schübe / Misch-Infektionen

In manchen (chronischen) Fällen wirkt die Kardenwurzel wie ein Stock im Wespennest. Oft konnten die Antibiotika die Borrelien & Co. nicht ausrotten, sondern zwangen sie nur in ein inaktives Stadium. Die versteckten inaktiven Borrelien werden von der Kardenwurzel aufgescheucht und fangen erneut an, sich zu vermehren (und „Stuhlgang“ zu haben). Die Toxine werden mehr und die Beschwerden werden schlimmer, Mann/Frau kriegt einen Schub.

In diesem Fall empfehle ich, die Kardenwurzel sofort auszusetzen und die wieder aktiven Borrelien zu bekämpfen.

Ich habe das bei mir mit **Ölekomposit Spezial** getan (morgens & abends 2x 15 Tropfen in Wasser, statt mit Antibiotika), die Entgiftungshilfen (Leberzauber, Zeolith; Jiaogulan, EM) ohne Unterbrechung weiter eingenommen, und sobald der Schub abklang, bin ich übergangslos wieder auf die Karde umgestiegen. Bei den ersten Anzeichen eines möglichen nächsten Schubes, stieg ich sofort wieder auf das Ölekomposit Spezial um.

Auf diese Art wurden die Schübe immer milder und die zeitlichen Abstände zwischen den Schüben immer größer. Wenn die Beschwerden genug abgeklungen sind - das ist individuell sehr unterschiedlich - braucht man mit der Karde während einer *Ölekomposit-Phase* nicht mehr unbedingt auszusetzen und auch der Bedarf für die Entgiftungshilfen sinkt.

Das gleiche Vorgehen empfehle ich auch bei allen Arten von **Misch-Infektionen**, insbesondere bei Virenbeteiligung, wo Antibiotika sowieso wirkungslos sind. Das Ölekomposit ist Nerven- und Gehirngängig. Unter Aufsicht kann die Dosis stark erhöht werden (nach Dr. Klinghardt).

4.4 Austherapiert – was nun?

„Die Borrelien sind weg, die Borrelien Toxine sind ausgeleitet, und doch habe ich keine Ruhe!“

Die Vorschädigungen, die den Borrelien & Co. die Infektion ermöglicht haben, müssen beseitigt werden. Dazu braucht es - nach dem Abtöten der Borrelien und Ausleitung ihrer Toxine - eine **Milieusanierung**. Die *Löcher im Immunsystem* müssen gestopft werden, denn sonst bleibt die Anfälligkeit.

Welche der verschiedenen Sanierungs-Maßnahmen nach Dr. Clark (Gebiss, Ernährung, Körper und Wohnung) dazu nötig sind, oder in welcher Kombination, ist von Fall zu Fall verschieden. Sehr oft gehört jedoch eine Zahnsanierung plus Schwermetall-Ausleitung dazu.

Durch ihre Erfahrungen mit der Entgiftung von Borrelien-Toxinen reaktivieren viele Menschen die Fähigkeit, die Rückmeldungen ihres eigenen Körpers (Biofeedback) zu verstehen. Sie haben - oft durch Versuch und Irrtum - gelernt, selbst zu unterscheiden, ob eine Maßnahmen gut für sie ist oder nicht.

Diese Fähigkeit wird sie immer sicherer durch alle erforderlichen Sanierungs-Maßnahmen leiten. Danach ist der Körper dann wieder in der Lage, mit Borrelien oder anderen Problemen aus eigener Kraft fertig zu werden.

Aus diesem Blickwinkel sind Mischinfektionen nur das Zeichen für ein extrem „löchriges“ Immunsystem. Es braucht keine härteren Antibiotika, es braucht besonders freundliche und ausdauernde Unterstützung.

5. MAGNESIUM

Magnesium ist bei allen Arten von Verhärtungen eine Überlegung wert. Ob es sich um Verstopfung, sklerotische Gewebe oder Starrköpfigkeit oder .. handelt, Magnesium ist einen Versuch wert. Solange ich die Grenzen physiologischer Verträglichkeit nicht überschreite passiert im schlimmsten Fall nichts. Bei extremer Überdosierung kann eine Lähmung des zentralen Nervensystems (Magnesiumnarkose) eintreten. Nicht einnehmen bei bestehenden Magengeschwüren.

Magnesiumchlorid war eines der ersten Antiseptika. Die Impfung gegen Kinderlähmung bestand früher aus einer einmaligen Dosis von 1 EL Magnesiumchlorid. Botulismus und Diphtherie wurden wie folgt behandelt: 20g Magnesiumchlorid pro Liter Wasser, davon 125ml alle 6 Stunden für 3 Tage, danach alle 8 Stunden, alle 12 Stunden nach Zustand.

5.1 Magnesium-Chlorid nach Pater B.J. Schorr

100g Magnesiumchlorid-Flocken (naturbelassen aus dem Toten Meer oder Zechstein) in 3 Liter Wasser (33 g/Liter) auflösen, keine Plastikflaschen/-gefäße benutzen. Dosis: Gleich nach dem Aufstehen täglich ein Schnapsglas davon trinken. Jede Steigerung der Einnahme sollte langsam erfolgen.

- Verkalkung: Normaldosis für eine Woche, danach - falls nichts Anormales passiert - beim Schlafen gehen eine zweite Dosis
- Arthritis: Normaldosis für eine Woche, danach - falls nichts Anormales passiert - beim Schlafen gehen eine zweite Dosis
- Krebs(vorsorge): wie Alterserscheinungen bei minderwertiger Nahrung

- Alterserscheinungen bei vollwertiger Nahrung:
 - 40-55 Jahre 1/2 Dosis beim Aufstehen
 - 55-70 Jahre eine Dosis morgens
 - ab 70 eine Dosis morgens und eine abends
- Alterserscheinungen bei minderwertiger Nahrung:
 - 10-40 Jahre 1/2 Dosis ins/zum Mittagessen
 - 40-55 Jahre eine Dosis beim Aufstehen und 1/2 Dosis abends
 - ab 55. eine Dosis morgens und eine abends

5.2 Magnesium-Chlorid bei Verstopfung

Selbst erstklassiges Essen wird giftig, wenn es zu lange im Darm verweilt. Eine gut steuerbare Beschleunigung der Darmpassage kann mit Magnesiumchlorid (wie oben) erreicht werden. Die Dosis ist jeweils ein Schnapsglas voll von dieser Lösung. Mit einmal pro Tag anfangen – vor dem Frühstück – und falls die Wirkung nicht zufriedenstellend ist, eine zweite, ggf. eine dritte Dosis vor anderen Mahlzeiten hinzufügen.

Sobald der „Korken „knallt“ oder sich dünnerer Stuhlgang allmählich einstellt, die Menge senken, um Durchfall zu vermeiden. Schnell lernen Betroffene durch Versuch und Irrtum, dass ihr Körper abhängig vom jeweiligen Essen und sonstigen Faktoren (Bewegung!!) einen wechselnden Bedarf für Magnesiumchlorid hat, der sich an keine Anleitung hält.

Diese Magnesium-„Sole“ (33g/Liter) macht nicht abhängig und eignet sich daher für die Daueranwendung besser als viele andere Abführmittel.

5.3 Magnesium-Chlorid äußerlich

Ein weiteres breites Anwendungsgebiet ist örtliches Aufsprühen auf die Haut, bei Muskelkrämpfen und – anderen Gewebeerhärtungen. Hier wird die gesättigte Sole „Magnesiumchloridöl“ genannt weil sie sich so glitschig anfühlt. Bei häufiger Anwendung kann die Haut trocken werden und braucht dann ab und zu eine Feuchtigkeitscreme.

Auch im Fuß-oder Vollbad (etwa 1 Teelöffel auf 5 Liter) entfaltet Magnesium seine entspannende Wirkung gut. Über ein Fußbad kann man in kurzer Zeit eine hohe Magnesiumaufnahme im Körper erreichen.

5.4 Bioverfügbarkeit von Magnesium

Soll der Magnesium ins Gewebe und die Zellen gelangen dann eignen sich Magnesium-Urotat und Magnesium-Citrat (oral oder intravenös) besser als das Chlorid.