

## Karden-Tinktur / Kur Entgiftung

Für eine einmalige Kur reichen 100ml Kardentinktur. Die Angaben zur Dosierung gehen auseinander.

Eine vorsichtige Annäherung ist folgende Anwendung:

Man beginnt mit 3 x tgl. 5 Tropfen in einem Glas reinem Wasser (ohne Kohlensäure) und steigert dann jeden Tag um einen Tropfen bis man 3 x täglich 30 Tropfen erreicht hat.

Verträgt man diese Dosierung gut, kann man sie noch 14 Tage fortsetzen. Wenn der Körper sehr stark mit Giften belastet ist, werden diese aus den gespeicherten Orten mobilisiert und können Unwohlsein hervorrufen. Dann reduziert man nach Erreichen der 30 Tropfen wieder tgl. um einen Tropfen bis man wieder bei 3 x tgl. 5 Tropfen angelangt ist.

Wer es einfacher mag, kann auch mit 3 x tgl. 20 Tropfen anfangen und nach einer Woche auf 3 x tgl. 30 Tropfen steigern.

Nach 3-4 Wochen sollte man eine Pause machen und ggf. nach einem Monat erneut anfangen und so fortfahren bis die Beschwerden verschwunden sind.

In den nächsten 12 Monaten sollte dann 1 x im Monat für 3 Tage nochmals Kardentinktur eingenommen werden (z.B. 3 x tgl 20 Tr.), um dem monatlichen Vermehrungsschub der Borrelien vorzubeugen.

Die Dosierung richtet sich nach dem Grad der Erkrankung und der körperlichen Konstitution.

Große kräftige Menschen vertragen auch eine Rosskur mit 3 x tgl. 1 Eßlöffel.

Sehr empfindliche Menschen beginnen lieber mit der oben geschilderten Steigerung von 3 auf 30 Tropfen 3 x tgl.. Nebenwirkungen, die nicht gleichzeitig auch Wirkung wären, sind mir nicht bekannt.

Da die Karde reinigend auf alle Körpersysteme wirkt, kann es zur Anregung der Verdauung kommen und stärkerem Schwitzen (habe ich vor allem in der Sauna bemerkt). Im Selbstversuch habe ich einen deutlichen Energieanstieg gespürt, eine Klarheit und Direktheit im Handeln, auch eine gewisse "Kratzbürstigkeit" und Kampflust.

Ausschlaggebend für eine Wirkung ist die regelmäßige und konsequente Einnahme sowie die Qualität der eingesetzten Kardentinktur.

Zu beachten ist hier das Verhältnis von Wurzel zu Alkohol bei der Extraktion (je mehr Wurzel desto stärker wird die Tinktur, Zusätze anderer Pflanzen verringern den Anteil der Karde). Bei der verwendeten Wurzel spielt der Zeitpunkt der Ernte (also im Herbst bis Frühjahr) und die schnelle Bearbeitung.