



## CARAGEEN-MOOS

### Quellendes Irländisch-Moos

Man weicht das Moos für 3 Stunden in destilliertem Wasser ein, kocht es 40 Minuten in diesem Wasser und seiht es durch. Den Satz kocht man nochmals 20 Minuten mit kochendem Wasser auf und seiht auch dies durch. Beide Abkochungen gibt man zusammen und trinkt davon alle 2 bis 3 Stunden 3 bis 4 Schluck. *[Alternativ: Das Moos waschen, über Nacht einweichen, und kurz aufwallen lassen. Anm.d.Red.]*

Führt man das 8 Tage lang durch, dann ist die Krankheit nicht nur zum Stillstand gekommen, sondern schon um 58 Prozent vermindert. Während dieser 8 Tage darf man kein Obst essen. Was man isst, muss entweder roh sein oder darf im Ofen trocken oder mit ein wenig Öl gebacken sein. Man meidet also alles Gekochte, Gedämpfte, Geschmorte und Gebratene. Weiße Rübe soll immer das Hauptgericht sein. Isst man dreimal des Tages 1 bis 2 Esslöffel roh geriebene weiße Rübe und dazu etwas Haferflocken, so kann man nicht mehr viel von anderen Speisen essen. Wenn man das 4 Wochen lang durchführt, scheiden sich alle Krankheitsstoffe aus dem Körper aus.

Hat man außerdem noch einen schwachen Magen, so nimmt man, bevor man etwas isst oder trinkt, 1 Esslöffel Gummi-arabicum-Wasser. Dann kann der Magen alles vertragen, wenn man ihm nicht zuviel zumüht, sondern bei jeder Mahlzeit etwas hungrig bleibt. Für das Gummiwasser löst man 30 bis 40 Gramm Gummi-arabicum in 1 Liter heißem destilliertem Wasser auf und lässt es erkalten, bevor man es verwendet.