

# Gefeu-Lösung

## Anleitung, Rezept und weitere Hinweise:

Neueinsteiger sollten langsam, also innerhalb von wenigen Tagen, von 3-4 Tropfen Gefeu-Lösung auf die empfohlene Dosis von 20 Tropfen hochsteigern. Es empfiehlt sich dabei sehr, auf seine körperlichen Reaktionen zu achten und gegebenenfalls die Dosierung wieder zu reduzieren, wenn unsere empfohlene Dosis anfangs doch für den in der Regel erkrankten Körper zu stark sein sollte und er deshalb mit Nebenwirkungen reagiert.

Es gibt sehr empfindliche Menschen, die vertragen z. B. nur 14 Tropfen Gefeu-Lösung ohne Begleiterscheinungen - und diese Dosis ist dann trotzdem effektiv für den Anwender. Allerdings ist das die Ausnahme und nur sehr selten der Fall! Genauso gibt es Menschen, die vertragen auf Anhieb die 20 Tropfen ohne Probleme. Bei einer starken Erkältung mit starker Verschleimung werden z.B. 4 Tropfen zwar wirken, aber keine deutliche Verbesserung der Symptomatik bringen.

Die Gefeu-Lösung ist gut verschlossen **mehrere Wochen im Kühlschrank haltbar**, und zwar in der Regel auf jeden Fall solange, bis sie vollständig aufgebraucht ist.

## Beispiel-Rezept für die Gefeu-Lösung

### mit dem Aktivator Balsamico-Essig (6%)

Den Balsamico-Essig gibt es vor allem im Bioladen sehr teuer und gut, weil ohne Zusatzstoffe wie Sulfite, Farbstoffe etc.! Aber auch der normale Balsamico-Essig aus dem Supermarkt ist für die Herstellung einer guten Gefeu-Lösung ausreichend!

Wichtig ist, daß er mit mindestens **6% Säure** ausgewiesen ist.

Ich selbst bevorzuge den dunklen Balsamico-Essig (6%), weil ich ihn auf diese Weise niemals mit MMS (Natriumchlorit 28%) verwechseln kann, und weil er mir außerdem gut schmeckt. Aber auch mit hellem Balsamico-Essig ist die Aktivierung gut möglich. Die einzige Voraussetzung bleibt der ausreichende Essigsäuregehalt von 6%!

Wir besorgen uns in der Apotheke ein **braunes Glasfläschchen**, welches 50 ml Flüssigkeit aufnehmen kann.

Es sollte oben einen **Tropfaufsatz** haben, damit wir später damit die Gefeu-Lösung in ein Wasserglas tropfen können.

**20 ml kaltes Wasser** mit Hilfe einer **Einmalspritze (Größe:10 ml)** und einer **dicken Spritzennadel** (genannt Spritzenkanüle) aus einem sauberen Glas Wasser aufziehen (2 Arbeitsgänge!) und in das Glasfläschchen spritzen, und dann ab damit in den Kühlschrank!

Dann mit der gleichen Einmalspritze (Größe:10 ml) mit der dicken Spritzennadel (genannt Spritzenkanüle) aus dem **nicht gekühlten MMS-Fläschchen** genau **1 ml MMS (Natriumchloritlösung 28%)** aufziehen, Nadel anschließend vorsichtig mit einem Papiertuch kurz abputzen.

Sofort danach mit der Spritze den **nicht gekühlten 6%igen Balsamico-Essig** aufziehen, und zwar genau **3 ml!** (Zum Beispiel eignet sich ein einfacher Eierbecher gut als Entnahme-Gefäß für den Balsamico-Essig!)

Man zieht zum Schluß noch etwa **0,5 ml Luft** in die Spritze auf, damit die anschließende Aktivierung nicht zu stürmisch verläuft und durch eine Art Luftpolster geschützt wird.

Jetzt wird das Natriumchlorit (direkt in der Spritze) zusammen mit dem Balsamico-Essig (6%) mindestens **3 Minuten** aktiviert, am besten aber noch ein paar Minuten länger! **Wir haben Zeit!**

Wir können dabei beobachten, wie sich die Mixtur im Spritzeninneren gelblich-rötlich-bräunlich verfärbt und sich kleine Blasen bilden. Das geht relativ schnell!

Beim Aktivieren wird das dabei entstehende Chlordioxid tropfenweise versuchen, durch die Nadel aus der Spritze zu entweichen, weil es gasförmig ist.

Wir beugen dem vor, indem wir die Spritze samt Nadel schon beim Aktivieren durch das Loch des Tropfaufsatzes in das mit Wasser gefüllte gekühlte Fläschchen einführen, sodaß das frei werdende Chlordioxid nicht in die Luft entweichen kann, sondern durch die Nadel ins Wasser geleitet wird und dort sofort gebunden werden kann.

Dazu sollte man das Glasfläschchen mit dem kalten Wasser samt Spitze leicht in die Horizontale bringen, damit vor allem das Gas, und nicht die noch vorhandene Flüssigkeit aus der Spritze besser in das kalte Wasser entweichen kann. **Wir gewinnen auf diese Weise die größtmögliche Ausbeute des wertvollen Chlordioxids.**

Nach der Aktivierungszeit von mindestens **3 Minuten (6%) - gerne auch etwas länger -**, spritzen wir den gesamten verbliebenen Spritzeninhalt nun aus der Spritze in das Fläschchen mit dem abgekühlten Wasser, verschließen das Fläschchen schnell mit seinem Verschuß (Deckel), schütteln es kurz.... und dann sofort ab damit in den Kühlschrank!

Bitte das Fläschchen mit einem Aufkleber o.ä. gut kennzeichnen, damit wir es nicht, zum Beispiel mit unserem Natriumchlorit-Fläschchen, verwechseln!!! Ganz wichtig!!!!

## **Antiseptikum**

**Gefeu-Lösung 1% ClO<sub>2</sub>**

1 Ration = 20 Tropfen (~1ml)  
Mit 100-200 ml Wasser verdünnen!

**Vor Kindern sichern!**

Ab sofort ist diese Lösung eigentlich einsetzbar. Sicherheitshalber wartet man noch **ca. 1 Stunde - besser eine ganze Nacht -**, bevor man die erste Dosis davon entnimmt. Denn in dieser Zeit kann sich ggfs. noch weiteres Chlordioxid in dem Fläschchen nachbilden, und man darf erst dann mit der optimalen Ausbeute des wertvollen Gases rechnen.

**Es empfiehlt sich in jedem Fall, dieses Rezept gleich doppelt anzusetzen, weil sich auf diese Weise mehr Volumen im Fläschchen befindet und das Chlordioxid sicherer gebunden bleibt:**

Also mit 6%igem Balsamico-Essig lautet das Rezept dann:

**40 ml Wasser + 2 ml MMS + 6 ml Balsamico-Essig (6%) + 0,5 ml Luft**

## **Faustregel:**

20 Tropfen als Dosis für die orale Einnahme in ein großes Glas Wasser und **in der Regel nicht mehr als 3-4 Einnahmen pro Tag!**

Die Einnahmepausen nutzen wir für vitaminreiche und mineralstoffreiche Ernährung! Idealer Abstand zu den Mahlzeiten 2 Stunden. Wenn man allerdings regelmäßig die Gefeu-Lösung für längeren Zeitraum zu sich nimmt, schadet ab und zu auch eine Einnahme eine halbe Stunde vor der Mahlzeit wirklich nicht!

**Eine halbe Stunde sollte der Zeitraum zwischen Einnahme und Mahlzeit aber schon betragen.** Die Gefeu-Lösung wirkt auch dann erfahrungsgemäß recht zuverlässig, weil das meiste Chlordioxid direkt bei der Einnahme über die Mundschleimhaut aufgenommen wird und bereits eine halbe Stunde im Blut „seine Dienste“ vor der nächsten Nahrungsaufnahme leisten kann!

Die Gefeu-Lösung können wir auch längere Zeit, also mehrere Wochen **in dieser Dosierung** zu uns nehmen. Wir achten dabei sehr auf unsere „innere Stimme“, die uns in der Regel genau sagt, wann genug ist für den Körper. Wir lernen auf diese Weise automatisch, mehr auf unsere innere Stimme bzw. Intuition zu achten. Plötzlich schmeckt uns dann zum Beispiel der Kosima-Milchshake nicht mehr!

**Die 20 Tropfen Gefeu-Lösung niemals pur oral einnehmen,** sondern in ein großes Glas (100-200ml mindestens) Wasser tropfen und erst dann trinken! Kein Mineralwasser mit Kohlensäure als Wasser nehmen. Entweder gereinigtes Wasser (Filtersystem) oder ganz normales Leitungswasser, möglichst kühl und frisch!

**Wem das sehr unangenehm schmeckt, sollte mal den Kosima-Milchshake probieren:**

Ein großes Glas mit Wasser füllen, einen Teelöffel Rohrohrzucker dazugeben, gut umrühren, damit sich der Zucker auflöst, dann 20 Tropfen der Gefeu-Lösung ins Glas dazutropfen und ganz zum Schluß einen winzigen Schuß Milch dazugeben....schnell umrühren und sofort schluckweise zügig trinken! Da die Milch natürlich aus vielen Bakterien besteht, nicht zuviel Milch hinzugeben und außerdem diesen Shake sofort trinken, damit das Chlordioxid in unser Blut kommt und sich nicht über die Milchbakterien „hermacht“ und sich dort schon unnötig „verbraucht“!

Oder man fügt dem Ganzen, nachdem die Tropfen dem Glas Wasser beigefügt worden sind, einen Schuß Möhrensaft (ohne zugesetztes Vitamin-C) als Geschmacksverbesserung hinzu!

Wohl bekomm's! ☺

### **Noch ein paar abschließende Worte zum Thema Kühlschrank!**

Das aktivierte  $\text{NaClO}_2$ , also die fertige Gefeu-Lösung, **muß** im Kühlschrank aufbewahrt werden. Ganz wichtig!!!! Es kann sonst seine Wirkung verlieren, weil das Chlordioxid nicht mehr im Wasser gebunden bleibt!

Genauso nehmen wir **nur gut vorgekühltes Wasser (nicht über 8-10' Celsius)** speziell für die Zubereitung der Gefeu-Lösung. Dies hat seinen Grund in der weitaus höheren Ausbeute des wertvollen Chlordioxid in der zu bereitenden Lösung!

Geringprozentige Säuren, wie zum Beispiel 6%ige Essigsäure, **DÜRFEN gar nicht gekühlt werden**, da die Aktivierung sonst zu langsam vor sich geht!

Hochprozentige Säuren, wie zum Beispiel 50%ige Weinsäure, **KÖNNEN, MÜSSEN aber nicht** vor der Aktivierung gekühlt werden.

**Das Natriumchlorit sollte ebenfalls nicht gekühlt werden**, damit es zügiger aktiviert werden kann.

Wir wünschen nun viel Erfolg beim **eigenverantwortlichen Umgang** mit der effektiven Gefeu-Lösung!

(aktualisiert am 20.03.2017)