

# Erich Rauch

## Die Darmreinigung nach Dr. med. F.X. Mayr

Leseprobe

[Die Darmreinigung nach Dr. med. F.X. Mayr](#)  
von [Erich Rauch](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b10129>

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH  
Blumenplatz 2  
D-79400 Kandern  
Tel. +49 7626 9749 700  
Fax +49 7626 9749 709  
Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)  
<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen  
und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.



## Darmträgheit macht hässlich und alt

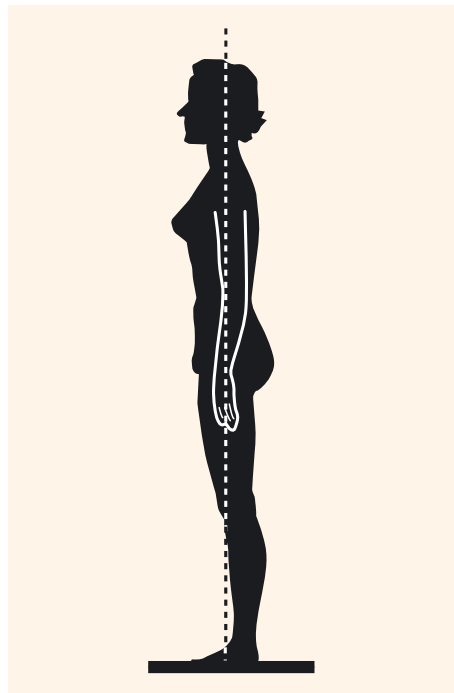
Die Auswirkungen der Darmträgheit, die im vorangegangenen Kapitel beschrieben wurden, lassen sich auch an der Körperhaltung und der Haut ablesen. Dr. Mayr hat im Verlauf seiner Untersuchungen über die unträglichen Zeichen der Gesundheit nicht weniger als sechs Typen fehlerhafter Haltung festgestellt, die er nach ihren charakteristischen Merkmalen benannte.

### Die Körperhaltung

Die sechs Haltungen sind keine bloßen Schönheitsfehler, die auf Nachlässigkeit oder die Jahre zurückzuführen sind, sondern stellen immer Notmaßnahmen der Natur dar. Wenn nicht andere Gebrechen oder Veränderungen vorliegen, wie z. B. bestimmte Tumoren, Verletzungen, Schwangerschaft usw., wird die abnorme Haltung immer nur zum Schutz geschädigter Verdauungsorgane eingenommen.

**Normalhaltung.** Zur Kontrolle seiner eigenen Haltung muss man sich, völlig ungewollt dastehend, seitlich vor einen Spiegel stellen. Jede Abweichung von der Normalhaltung (siehe nebenstehende Abb.) weist auf tiefere Ursachen hin.

**Entenhaltung.** Als krankhaftes Beispiel sei die bei Frauen besonders häufige Entenhaltung (Nr. 4) herausgegriffen. Der Oberkörper wird hier in den Hüften vorgeneigt und nach oben zurückgebogen, um dem



▲ Normalhaltung.

nach rückwärts verlagerten Gesäß die Waage zu halten. Das Gesäß wackelt nicht selten wie bei einer dahinwatschelnden Ente bei jedem Schritt mit.

Die Entenhaltung, die oft genug eine Zielscheibe des Spottes bildet, ist durch chronischen Verdauungsschaden (Darmträgheit) verursacht. Während der gesunde Dünndarm auf seinem ihm von der Natur zugewiesenen Platz im Bauchraum keinem anderen Organ im Weg liegt, belasten hier erschlaffte, mit Inhalt überfüllte Darmschlingen ihre Nachbarorgane, wie Eierstöcke, Gebärmutter, Scheide, Blase und deren Blutgefäße dermaßen, dass der Körper diese empfindlichen Organe schützen und die beschriebene »Ausweichhaltung« einnehmen muss.

Zu den in der folgenden Abbildung dargestellten Haltungsformen lässt sich Folgendes sagen:

**Großtrommelträgerhaltung.** Die Großtrommelträgerhaltung (Nr. 1) erinnert an den eine große Trommel vor sich tragenden Soldaten. Die enorme Vermehrung des Bauchhöhleninhaltes bedingt hier den großen Gasbauch bzw. Gaskotbauch. Eine enorme Weit- und Hochstellung des Brustkorbes (der Hals verschwindet, der Kopf steckt zwischen den Schultern), eine kompensatorische Buckelbildung der Brustwirbelsäule und die Einknickung der Lendenwirbelsäule sind Auswirkungen dieser schweren Erkrankung des Verdauungsapparates.

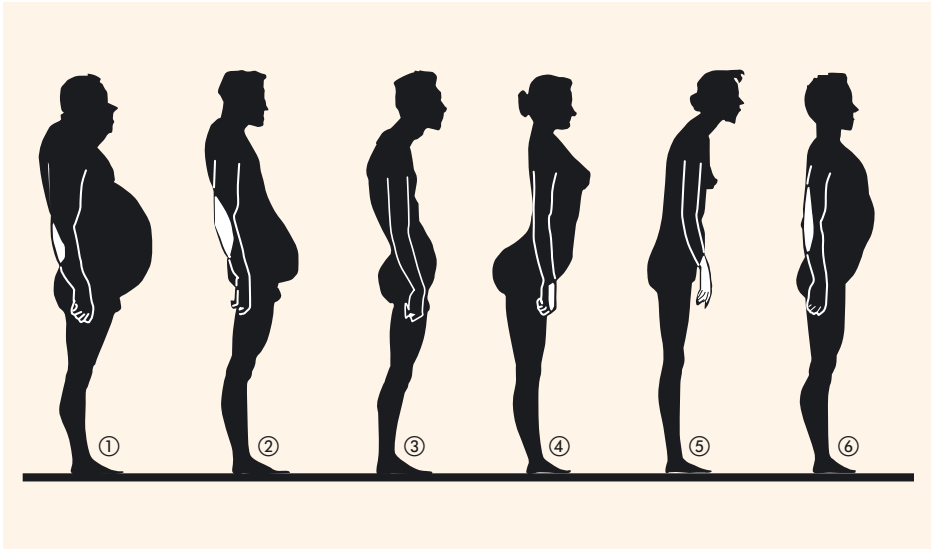
**Sämannhaltung.** Eine hochgradige chronische Darmerschaffung und Kotfüllung er-

gibt bei der Sämannhaltung (Nr. 2) den sackförmigen Kotbauch. Dabei nimmt der Träger die Haltung des mit gefülltem Saattuch einhergehenden Sämannes ein. Die Vorderbelastung durch den Kotbauch erzwingt die entsprechende Zurückneigung des Oberkörpers.

**Lässige Haltung.** Bei muskelschwachen darmgeschädigten Menschen mit einer vermehrten Darmfüllung wird bei der lässigen Haltung (Nr. 3) die Verlagerung der Schwerlinie besonders durch obige Verbiegung der Wirbelsäule (Rundrücken) kompensiert. Die lässige Haltung erinnert an ein Fragezeichen. Diese Haltung ist besonders oft bei Kindern und Jugendlichen anzutreffen!

**Entenhaltung.** Bei der schon erwähnten Entenhaltung (Nr. 4) wurde durch Verdauungsschäden eine noch stärkere Vergrößerung des Bauchraumes nötig. Daher kommt es besonders zu einer vermehrten Rückverlagerung des Beckens (Herausstellung des Gesäßes), einer Durchstreckung der Brustwirbelsäule und zu einer Erweiterung und Höherstellung des Brustkorbes (Verkürzung des Halses!).

**Anlaufhaltung.** Der durch chronische Erschlaffung der Därme vermehrte Bauchhöhleninhalt verursacht bei der Anlaufhaltung (Nr. 5) eine Vergrößerung des Bauchraumes, die bei muskelschwächeren Menschen durch obige Durchstreckung der Lendenwirbelsäule und Vorneigung des Oberkörpers vorgenommen wird. Das Extrem dieser Haltung zeigt sich im Zusammenkrümmen des Körpers bei starken Bauchschmerzen (»Bauchwehhaltung«).



**Habtachthaltung.** Bei der Habtachthaltung (Nr. 6) benötigt der durch einen chronischen Verdauungsschaden (besonders im Oberbauch!) stärker gefüllte Magen-Darm-Trakt (Gasbauch) mehr Platz für sich. Daher erfolgen bei muskelkräftigen Menschen besonders eine Streckung der Brustwirbelsäule, eine verstärkte Brustkorbwölbung, eine Hochstellung des Zwerchfells sowie eine Rückwärtsneigung des Unterleibes verbunden mit einer Tieferstellung des Beckenbodens.

Aus jeder dieser Haltungsformen kann man bereits auf die Störungen bzw. Krankheiten, an denen der betreffende Mensch leidet oder zu denen er stark disponiert ist, rückschließen. Bei der Entenhaltung sind es:

- Verdauungsbeschwerden wie Verstopfungsneigung, Aufstoßen, Sodbrennen, Blähungen (Folgen der Darmträgheit),

▲ Fehlerhafte Haltungen nach Dr. Mayr:

1. Großstrommelträgerhaltung
2. Sämannhaltung
3. Lässige Haltung
4. Entenhaltung
5. Anlaufhaltung
6. Habtachthaltung

- Gallenleiden (Folge der Darmträgheit),
- Hämorrhoiden (Folge der Darmträgheit),
- Weichteilrheumatismus (Verschlackungszeichen),
- Kreuzschmerzen (durch Überbiegung der Wirbelsäule),
- Periodenstörungen bzw. Schmerzen, Unregelmäßigkeit, klimakterische Beschwerden sowie
- Scheidensenkung, Neigung zu Blasenkatarrh und unfreiwilligem Harnabgang (durch Dauerdruck des Darmes auf die Beckenorgane) und andere Beschwerden mehr.



Erich Rauch

[Die Darmreinigung nach Dr. med. F.X. Mayr](#)

Wie Sie richtig entschlacken, entsäuern und ein ganz neues Lebensgefühl gewinnen

128 Seiten, kart.  
erschienen 2011



**bestellen**

Mehr Homöopathie Bücher auf [www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)