

# Jean-Claude Alix

## Es geht um Ihren Darm

Leseprobe

[Es geht um Ihren Darm](#)

von [Jean-Claude Alix](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b3819>

Das Kopieren der Leseprobe 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.

[Narayana Verlag](#) ist ein Verlag für Homöopathie Bücher. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie [Rosina Sonnenschmidt](#), [Rajan Sankaran](#), [George Vithoulkas](#), [Douglas M. Borland](#), [Jan Scholten](#), [Frans Kusse](#), [Massimo Mangialavori](#), [Kate Birch](#), [Vaikunthanath Das Kaviraj](#), [Sandra Perko](#), [Ulrich Welte](#), [Patricia Le Roux](#), [Samuel Hahnemann](#), [Mohinder Singh Jus](#), [Dinesh Chauhan](#).

[Narayana Verlag](#) veranstaltet [Homöopathie Seminare](#). Weltweit bekannte Referenten wie [Rosina Sonnenschmidt](#), [Massimo Mangialavori](#), [Jan Scholten](#), [Rajan Sankaran](#) und [Louis Klein](#) begeistern bis zu 300 Teilnehmer.



# Informationen und Gedankensammlung über die Funktionen des Darmes

In der westlichen Welt ist heute jeder zweite darmkrank: Geblähter Bauch, Durchfall, Verstopfung, Verpilzung...

„Der Tod sitzt im Darm“, stellte Dr. Mayrfest, und bereits im alten Ägypten wussten die Heilkundigen schon um die Wichtigkeit der Darmsanierung. Sie kannten Einläufe.

Mit einer in Amerika entwickelten Methode, der **Colon-Hydro-Therapie**, werden also nicht nur Darmerkrankungen, sondern auch viele andere chronische Krankheiten erfolgreich behandelt.

## **Mikrokosmos im Makrokosmos: Der Mensch in seiner Umwelt**

„Zivilisiertes Leben bedeutet künstliches Leben. Zivilisierte Menschen, die zivilisiert leben und Zivilisationskost essen, können keinen wirklich gesunden Dickdarm haben. Gesundheit und Krankheit haben beide ihre Wurzeln im Dickdarm.“ Diese Aussage des bekannten Ernährungswissenschaftlers **Dr. Norman Walker** bestätigt sich in der therapeutischen Praxis ohne Einschränkung.

Heute ist allgemein bekannt, dass es aufgrund der Umweltvergiftung um unseren Lebensraum - die Erde - nicht mehr zum Besten bestellt ist, ja, dass die Belastungen, denen Mensch, Tier und Pflanze ausgesetzt sind, bereits bedrohliche Ausmaße angenommen haben.

Der Zustand der Erde spiegelt die psycho-physische Situation des heutigen Menschen wider und die Art, wie er mit sich selbst umgeht. Gesundheit oder Krankheiten, der Grad des sozialen Wohlbefindens, geben das Maß wider, wie ein Mensch entweder ein von der Natur entfremdetes, konsumbezogenes oder ein erfülltes, mit der Natur im Einklang stehendes Leben lebt. Unsere sogenannte westliche „Zivilisation“ zerstört alle ökologischen Systeme, auch die, die in der übrigen Welt gewachsen waren. Bevor der „christliche“ weiße Mann Afrika unterjochte, war es auf diesem Kontinent schön zu le-

ben. Die Menschen waren glücklich mit den Gezeiten der Natur. Sicherlich gab es ab und zu Probleme, wie zum Beispiel Hungerperioden, aber die gab es überall, und damit konnte man umgehen. Heute stirbt Afrika! Die Gier nach Macht und Reichtum des weißen Mannes hat alles zerstört. Wir haben die schwarzen Brüder versklavt, ausgebeutet, ihre Religion und Bräuche zerstört und sie zuletzt mit Krankheiten übergossen, die ohne unsere Technik niemals entstanden wären.

Im organischen Vergleich machen wir dasselbe mit unserem Darm. Es zeigt sich der Gesamtzustand, der Symptomkomplex der Zivilisationskrankheiten heute in unserem Darm. Wir missbrauchen, versklaven und vergewaltigen die Zellen unseres Darmes für unsere Süchte.

Dabei ist der Dickdarm das regulative Biotop des Organismus! An einem Beispiel kann man es sehr schön verdeutlichen. Bevor die frühere DDR mit der Bundesrepublik wieder vereint wurde, war Bitterfeld eine Berühmtheit in punkto Umweltverschmutzung. Die Luft aus Bitterfeld war wegen der Chemie-Fabriken wahrscheinlich das Abscheulichste, was man sich vorstellen konnte. Dennoch waren respektiv weniger Kinder in Bitterfeld an Neurodermitis erkrankt als in der „Sauberstadt“ München. Wie kommt das? Es ist ganz einfach: Der Einfluss der „Umwelt“ von außen ist gegen den Einfluss der Umwelt innen vernachlässigbar. Im Klartext heißt es: In Bitterfeld war die Luft zwar verpestet, aber es gab keine Hamburger-Schnellimbiss-Ketten, keine Fertiggerichte... in einem Wort: Keinen amerikanischen Fast-food-Fraß und Fertiggerichte. Ohne lebt man einfach gesünder.

Es zeigt sich deutlich, dass es heutzutage kaum noch Erwachsene gibt, die nicht darmbelastet sind. Die explosionsartige Zunahme chronischer und chronisch degenerativer Erkrankungen wie Allergien, Neurodermitis, Migräne, Immunschwäche, Krebs, Arthrosen, Gefäß-, Herz- und Kreislauferkrankungen ist Ausdruck dieser Tatsache.

Die Entwicklung geht dahin, dass - offenbar im Zusammenhang mit der Denaturierung von Nahrung - die Degeneration immer jüngere Jahrgänge, zunehmend auch Kleinkinder und Neugeborene betrifft.

Die Statistik spricht für sich: Mittlerweile weist fast jedes zweite neugeborene Kind in Deutschland neurodermitische Erscheinungen auf. Weiterhin muss leider festgestellt werden, dass in den westlich geprägten Ländern, mit Schwerpunkt in den Großstädten, inzwischen eine Krebserkrankung eine häufige Todesursache bei Kindern ist. Dies ist eine Tatsache, die noch vor 50 Jahren völlig undenkbar gewesen wäre.

Krebs ist aber eine degenerative Stoffwechsel-Erkrankung, die normalerweise nur den alten Menschen treffen sollte. So war es noch 1950. Heute sind die jungen Mütter leider so degeneriert, dass sie direkt kranke Kinder gebären!

Da muss man sich fragen:  
Wohin steuern wir überhaupt?

**Was bedeutet Nahrung grundsätzlich?**

### **Nahrung ist das Einverleiben von Ordnung!**

Diese Frage hat der Nobelpreisträger **Schroedinger** sehr knapp beantwortet:  
„Das Aufsaugen von Ordnung.“

Da natürliche Ordnung im Organismus Gesundheit, Unordnung aber Krankheit bedeutet, wird deutlich, dass es nicht nur ums Sattwerden geht. Es kommt auf die Zusammenstellung und die biologische Qualität unserer Lebensmittel an.

Diese neue industrielle „Nahrung“ macht uns Gänsehaut: Gentechnologie, Verseuchung mit Hormonen, Antibiotika, Insektiziden, Pestiziden und vieles mehr, das alles bleibt meistens verborgen.

Quasi unberührte Natur und Tiere, die ungestört nach ihrem eigenen Instinkt leben dürfen.

**Falls wir überhaupt Fleisch essen:** Nur so bekommen wir beim Verzehr dieser Mitbewohner der Erde die richtigen Informationen zum Weiterleben.

## Informationswert der Nahrung



*Ruhe, Natur und Liebe erzeugen gesunde Nahrungsquellen.*

## **Physiologie des Darmes. Oder: Was macht der Darm?**

Das menschliche Verdauungssystem ist der Ort, an dem im Wesentlichen die Übernahme all der Stoffe geschieht, die wir uns über die Ernährung einverleiben.

Überall da, wo sich Schleimhaut als Grenze und Verbindung zwischen Außen und Innen befindet, spielt sich der Vorgang der Resorption ab, also die Aufnahme von Stoffen aus dem Verdauungskanal in die Blut- und Lymphbahn.

Wie wird überhaupt unsere Nahrung aufgenommen?

Die ganze Physiologie möchte ich in ein paar Sätzen zusammenfassen. Es geht hier nur darum, das Verständnis für unsere Essensweise zu fördern.

Die Nahrungsaufnahme beginnt im Mund. Alle Schleimhäute sind in der Lage, Flüssigkeit abzusondern und auch Stoffe aufzunehmen. Der Austausch über die Mundschleimhäute ist sozusagen grandios. Die Speicheldrüsen erzeugen einen Saft, der die Kohlenhydrate, also die langsamen Zucker (Brot und Getreide, Nudeln, Reis, Kartoffeln...) aufspalten kann, damit sie an Ort und Stelle aufgenommen werden können.

*Es geht um Ihren Darm*

41

Viele Stoffe erreichen den Schlund gar nicht, sie kommen schon über die Mundschleimhäute in die Blutbahn, wenn die Nahrung entsprechend vorbereitet ist, daher muss mit dem Mund gearbeitet werden. Die Natur hat uns dafür die besten Werkzeuge der Welt zur Verfügung gestellt: unsere Zähne. Wir müssen unsere Nahrung durchkauen.

Wollen Sie wissen, wie man 100 Jahre lang gute Zähne ohne Zahnarztbesuch behalten kann? Parodontose: Unbekannt! Parodontosebehandlung? Völlig überflüssig! Es ist noch dazu ganz einfach. Das Volk der Hunzas im Himalaya hat uns es vorgemacht. Eine völlig natürliche Ernährung und Reinigungsrituale reichen aus, um 100 Jahre alt werden zu können. Dieses Buch gibt Ihnen genügend Anleitungen hierzu.

**Naturvölker kennen keine Zivilisationskrankheiten  
wie Herzinfarkt, Schlaganfall, Krebs, etc. Ihre  
Nahrung ist im Einklang mit ihrer Natur.**

Mario Morgan ist eine amerikanische Anästhesie-Ärztin, die einige Zeit mit den Aborigines, den Ur-Einwohnern Australiens vor den Engländern, gelebt hat. Sie verbrachte mehrere Monate mit ihnen und durchquerte barfuß die australische Wüste. Auf ihre Frage, warum die Dingos, diese australischen Wildhunde, die Menschen-Gruppe verfolgen würden, bekam sie eine harte aber ehrliche Antwort. „Die Dingos meinen, wir schleppen faules Fleisch mit uns und warten auf ihre Beute“. Das faule „Fleisch-Paket“ war aber der durch die Zivilisation degenerierte Körper von Mario Morgan selbst! Die Tiere haben ihren Schweiß gerochen und wussten, sie ist für diese Strapazen nicht geeignet und wird bald von der Gruppe abgestoßen werden! Die Aborigines griffen zu einer tollen Entgiftungsmaßnahme. Mario Morgan wurde nackt bis zum Halse in die Erde eingegraben und verblieb mehr als 24 Stunden in dieser Situation. Die Angst zu sterben ließ viele Gifte als Schweiß aus ihrem Körper in die Erde fließen. Sie musste sich ihrem Schicksal völlig ergeben, was eine psychische Befreiung nach sich zog. Aus dieser Geschichte kann man lernen, wie unsere zivilisierten Körper sich von der Natur entfernt haben.

Die Aborigines „stanken“ nicht so, weil sie überzeugte Vegetarier sind; auch wenn sie dann und wann ein Tier erlegten, ernährten sie sich sonst fast ausschließlich von Wildpflanzen.

Wer nicht genügend kaut, steht bereits auf der Krankenliste von morgen, auch wenn er die Symptome noch nicht spürt. Wenn ich im Restaurant sehe, wie Fleischstücke ungekaut heruntergeschlungen werden, bekomme ich Mitgefühl mit den armen Zellen dieser Menschen. Stellen Sie sich doch mal vor, Sie seien Zelle in diesem Körper und der Kerl schmeißt das Zeug nur noch so runter. Da könnte man ihm glatt in die Wade beißen! Aber wer nicht hören will, wird fühlen. Die Natur ist da sehr konsequent.

Im Magen wird die Nahrung mit einer sehr starken Säure (HCl-Salzsäure) vermengt. Das tötet die meisten Bakterien ab und leitet die schwierigsten Verdauungsprozesse überhaupt ein: Die Aufnahme der Eiweiße.

Der Hauptanteil des Verdauungsprozesses, die Zersetzung und Zerlegung der Nahrung, geschieht vor allem im Verlauf des 5-6 Meter langen Dünndarms. Hierfür hat unsere Natur Werkzeuge entwickelt, die die zu verdauenden Stoffe aufspalten, nämlich die **Enzyme**. Der Körper besitzt eine ganze Reihe verschiedener Enzyme, jedes ist für eine spezielle Aufgabe vorgesehen. Es gibt welche für den Zucker und welche für die Eiweiße. Die Fette werden durch Gallensäure für die Aufnahme durch die Darmwand aufgespalten. Die Gallenflüssigkeit wird in der Leber gebildet. Die Gallenblase dient als Vorratstasche für diese Gallensäure, die nur im Bedarfsfall in den Darm ausgeschüttet werden. Daher sollte man es sich immer gut überlegen und alles tun, um eine Gallenblasen-Operation zu vermeiden. Das bloße Vorhandensein von Gallensteinen ist noch lange keine Indikation für eine Operation. Die Galle fließt nach der Operation unkontrolliert von der Leber in den Darm und nicht mehr dann, wenn die Flüssigkeit zur Aufspaltung der Fette im Verdauungsprozess gerade gebraucht wird. Um die Gallenblase von Steinen zu befreien, kann man die Leber-Galle-Reinigung (siehe Anhang) durchführen. Diese Heilmethode kannten die Inder und sicher auch viele andere Völker bereits vor Tausenden von Jahren - wir sollten uns heute wieder erinnern.

*TEIL 1: Informationen und Gedankensammlung über die Funktionen des Darmes*

Am Ende des Dünndarms ist der größte Teil der Nahrungs-Aufnahme bereits geschehen. Der Rest an Speisebrei wird über die Ileozökalklappe (Verbindung zwischen Dünndarm und Dickdarm) aus dem Dünndarm in den Dickdarm (Colon) befördert. Diese Klappe befindet sich im Unterbauch rechts, in der Nähe des Blinddarms. Es kann kein Kot normalerweise vom Dickdarm zurück in den Dünndarm gelangen.

Die Nahrungsreste im Dickdarm bestehen jetzt aus unverdauten und teilweise verdauten Nahrungsbestandteilen. Je größer der unverdaute Anteil ist, desto mehr Gärung und Fäulnis entsteht und je länger die Reste im Dickdarm verbleiben, desto giftiger wird das Gesamte. Kurz vor dem „Ausgang“ ist es am schlimmsten. Haben Sie sich gefragt, warum sich fast 80 % aller Dickdarm-Krebse in diesen letzten 20 Zentimetern des Darms entwickeln? Tun Sie was! Die Tibeter sagen: „Der Patient ist für die Entstehung seiner Erkrankung selbst verantwortlich, der Arzt für deren Beseitigung.“