

U urine

**Een bron van
gezondheid**

**Geschiedenis en
toepassing van
urinetherapie**

Coen van der Kroon

URINE

EEN BRON VAN GEZONDHEID

Geschiedenis en toepassing van urinetherapie

Coen van der Kroon

Al.TAM IRA Heemstede 1994

Voor meer informatie en voor adressen van mensen die met urinetherapie werken kunt u contact opnemen met:

Werkgroep Urinetherapie Nederland
Kinkerstraat 82 C, 1053 EA Amsterdam
020 – 683.5510 (di. en do. tussen 9.00 en 12.00)

Indien u ervaring heeft met urinetherapie, zou ik het zeer op prijs stellen indien u mij uw persoonlijke verhaal wilt opsturen (naar bovenstaand adres). Op deze manier kan veel bruikbare en nuttige informatie verzameld worden die het verdere onderzoek naar urinetherapie en haar mogelijkheden en beperkingen ten goede zal komen. Ook is uw reactie op het boek van harte welkom.

COLOFON

Vormgeving omslag door Ivar Hamelink Opmaak en films ACN te Haarlem Gedrukt door Drukkerij Wormgoor te Almelo Bindwerk door Boekbinderij de Haan te Zwolle Foto's hoofdstuk 3: Volker Moritz

© 1993 Coen van der Kroon © Rajesh Bedi, pagina 72

ISBN 90-6963-302-7 NUGI 734

	<i>Belangrijke opmerking vooraf</i>	7	
	<i>Voorwoord</i>	9	
	<i>Inleiding</i>	11	
	1 Mijn kennismaking met urinetherapie	17	
1.1	Een korte kennismaking met de grondbeginselen van urinetherapie	30	
	2 De geschiedenis van de urinetherapie	37	
	2.1 De geschiedenis in het Westen	38	
	2.2 De geschiedenis in het Oosten	62	
	3 De toepassing van urinetherapie	83	
	3.1 Het eerste slokje	84	
	3.2 Inwendige toepassingen	87	
	3.3 Uitwendige toepassingen	95	
4	Waarschuwingen en richtlijnen; alles nog eens op een rijtje gezet	102	
	4.1 De invloed van voeding	108	
	4.2 Antwoorden op veelgestelde vragen	112	
	5 Medisch wetenschappelijke aspecten van urinetherapie	125	
	5.1 Op zoek naar een verklaring	126	
	5.2 Een aantal hypothesen	131	
	5.3 Enige afzonderlijke substanties in urine	145	
	5.4 Referenties en verwijzingen bij hoofdstuk 4	149	
	6 Ervaringen en verhalen	153	
	6.1 Berichten van urinetherapeuten	154	
	6.2 Ervaringen	159	
	6.3 Opmerkelijke fragmenten	195	
	7 Shivambu Kalpa Vidhi	202	
	<i>Literatuurlijst</i>	219	
	<i>Register 1. Aandoeningen</i>	221	
	<i>Register 2. Zaken en Namen</i>	223	

De in dit boek beschreven therapie pretendeert niet een vervanging te kunnen zijn voor enig andere medische behandeling die u als lezer ondergaat of eventueel zal ondergaan.

De informatie die u in dit boek aantreft, is gebaseerd op de eigen ervaringen van de auteur en op feiten zoals die in verscheidene publikaties zijn weergegeven.

Wij raden u aan alleen aan de behandeling van een specifieke ziekte te beginnen indien u zichzelf voldoende ingelicht en, indien nodig, vakkundig begeleid acht.

Iedereen die begint met een proces zoals beschreven in dit boek dient voorzichtigheid te betrachten. Het is van belang dat u zich in dat geval bewust bent van de manier waarop alle natuurgeneeswijzen werken.

Natuurgeneeswijzen werken van binnen naar buiten. Eerder onderdrukte symptomen, bijvoorbeeld door het gebruik van allopathische medicijnen, kunnen tijdelijk terugkeren. Genezing van binnen naar buiten doet het lichaam ontgiften. Dit kan heftige en soms onaangename reacties veroorzaken.

Urinetherapie en het gebruik van allopathische medicijnen alsmede het gebruik van recreatieve drugs gaan niet samen.

De in dit boek beschreven therapie is bedoeld voor mensen die bereid zijn volledige verantwoordelijkheid voor hun eigen gezondheid en genezingsproces te nemen en daarbij durven te vertrouwen op de krachten van hun eigen lichaam en wezen. *"Het menselijk lichaam is de beste afbeelding van het universum in het klein. Wat niet in het menselijk lichaam is, bestaat ook nergens in het universum en wat er in het universum is, bevindt zich ook in het menselijk lichaam."* (Mahatma Gandhi)

Vele mensen hebben mij bij het tot stand komen van dit boek geholpen, geïnspireerd of anderszins bijgestaan. Mijn speciale dank gaat uit naar Babaji, naar Volker, die mij voortdurend van ideeën, commentaar en liefdevolle ondersteuning heeft voorzien, en naar Bhuri, die mij in contact heeft gebracht met urinetherapie.

Voorwoord

In de natuurgeneeskunde staat de gehele mens centraal, alsmede het stimuleren van het zelfgenezend vermogen, geformuleerd door Hippocrates (Vis Medicatrix Naturae). De natuurgeneeskunde beschouwt zich veeleer als gezondheidsbevorderend (preventie) dan klantgericht. Zij ziet goede voeding als de basis van de geneeskunde en werkt met natuurlijke (niet-giftige) middelen, zoals kruidetherapie, ontgiften en darmreinigen, ontslakken en vasten. Ziekte wordt gezien als balansverstoring en symptomen dienen niet altijd bestreden te worden. Ook wordt van cliënten een eigen verantwoordelijkheid verwacht en een actieve bijdrage aan de 'genezing'.

De urinetherapie behoort tot het gebied van de natuurgeneeskunde.

Coen van der Kroon toont een en ander in dit boek op overtuigende wijze aan. Door alle geconditioneerde vooroordelen die wij over urine hebben, is het gewaagd om deze therapie te propageren en wordt zij ook niet onverdeeld in dank afgenomen. Het verwachtingspatroon van veel patiënten is vaak nog dat zij van hun arts of therapeut een pil ontvangen die hen geneest, zonder daar zelf een bijdrage aan te leveren. Diegene die het aandurven om de urinetherapie toe te passen, merken dat daar bijzondere resultaten mee bereikt kunnen worden. En volkomen ongevaarlijk! Hetgeen niet van alle geneesmethoden gezegd kan worden, zeker niet van de medicamenteuze methoden.

De eigen urine betekent geen verontreiniging. Integendeel, zij bevat bestanddelen die met veel inspanning door het lichaam zijn vervaardigd en waarvan het verspillen is om deze weg te laten lopen. Met name geldt dit voor hormonen en bepaalde aminozuren (bouwstenen van eiwitten) welke zich vooral in de ochtendurine bevinden.

De veelheid van literatuur waarnaar in dit boek verwezen wordt, leert ons dat de urinetherapie veel meer wordt toegepast dan wij vermoeden. Het meest ben ik onder de indruk van de immunologische aspecten: men vaccineert zichzelf met antistoffen die het gevolg zijn van bacteriën en virussen die een infectie hebben veroorzaakt en waarvan sporen zich in de urine bevinden. Zo provoceert men zijn eigen weerstand en immuniteit. In dit verband wil ik ook verwijzen naar een van de grondstellingen van de homeopathie, de Similia-regel: 'Met hetzelfde genezen'.

Sinds ik de urinetherapie leerde kennen in India, waar ik Armstrongs boek *The Water of Life* vond, heb ik haar vaak zelf gebruikt bij opkomende verkoudheid, griep en keelklachten - en met veel succes!

Meer onderzoek is nodig naar de urinebehandeling, evenals verdere verzamelingen van ervaringen. Ik kan urinetherapie van harte aanbevelen: werkzaam, gemakkelijk, altijd bij de hand, goedkoop en volkomen natuurgeneeskundig.

Robert Linschoten

Arts natuurgeneeskunde en orthomoleculaire voeding Utrecht, juni 1994

Inleiding

We weten het allemaal en toch zijn de meesten van ons het vergeten, namelijk dat het drinken van urine gezond en versterkend is. We hebben het allen immers bijna negen maanden gedaan. Ieder kind drijft, voordat het geboren wordt, rond in een vloeistof die voor het grootste deel bestaat uit zijn of haar eigen urine. We noemen dit vruchtwater; het is het water waar we van groeien. We drinken het en plassen het weer uit. We ademen het in en onze longen groeien en vervolmaken zich erdoor. We worden geboren en opeens wordt het vies genoemd. En dan doen we het dus nooit meer?

Toch wel. Ik en met mij vele anderen zijn er weer mee begonnen. Iedere dag begin ik met het drinken van een glas eigen ochtendurine. "Omdat het gezond is," antwoord ik op de regelmatig gestelde vraag "Waarom?". Veel mensen denken in eerste instantie aan een grap. Urine is immers vies, hebben we geleerd. Hoe zou het dan gezond kunnen zijn, laat staan dat we er ziekten mee zouden kunnen genezen. Maar niet alles wat we geleerd hebben, berust op waarheid.

Urine is niet vies en niet alleen dat, we kunnen het ook rustig opdrinken en onze huid ermee inwrijven. En daar kunt u dan ook nog eens gezond of nog gezonder van worden. Deze bewering doet vele vragen rijzen. En terecht.

Waarom is onze eigen urine zo gezond en waarom werkt ze genezend bij alle mogelijke ziekten? Om die vragen te kunnen beantwoorden, is het goed om even bij de begrippen gezondheid en genezing stil te staan.

Veel mensen denken bij genezing aan hoe we zo snel mogelijk van een lichamenlijk kwaaltje of ziekte af kunnen komen. We zijn weer gezond als het drankje de verkoudheid heeft weggevoerd, het pilletje de hoofdpijn heeft doen verdwijnen of het aspirientje de griep heeft onderdrukt.

Genezing echter, zoals leven in het algemeen, is niet zo simpel. Niet allen ons lichaam speelt immers een rol. We hebben ook een gevoelswereld, een gedachtewereld en een geestelijk wereld. Werkelijke gezondheid ontstaat als men op lichamenlijk, emotioneel, mentaal en spiritueel gebied in harmonie is. Dan kan er levenskracht door ons heen stromen en kunnen we vitaal door het leven begeven. Dit is iets waaraan in onze wetenschappelijk georiënteerde maatschappij meestal voorbij wordt gegaan.

In het *Urine-Therapy: let May Save Your Life!* verduidelijkt Dr. Beatrice Bartnett dit principe met behulp van een roos, een voorbeeld dat ik zelf altijd heel treffend en mooi vind. Prachtige vorm van de roos bekijken de stralende kleuren ervan zien en zelfs de frisse en fijne geur ervan ruiken. De reden waarom deze roos zo mooi is, is omdat zij leeft. Deze roos bevat een levenskracht. Zonder deze zou roos niets anders zijn dan een verzameling van moleculen, niets meer dan blad en bloembladeren. We zouden waarschijnlijk geen stralende kleuren zien en geen geuren ruiken. Het verschil ligt in wat we 'leven' noemen. Alles wat we om ons heen zien is vol leven: mensen, dieren, planten en zelfs mineralen.

Ook urine bevat leven. Het is een vloeistof vol energie, vol leven. Het is een vloeistof die de al aanwezige levenskracht ondersteunt en versterkt, en die verloren levenskracht weer terugbrengt.

Daarmee is het natuurlijk nog geen wondermiddel. Zoals gezegd, is gezondheid ook afhankelijk van andere factoren: ons voedsel, onze omgeving en onze emotionele en mentale 'hygiëne'. De urinetherapie heeft zich in ieder geval bewezen als een goed en veelzijdig hulpmiddel in een proces van heelwording en genezing. Ze zuivert en herstelt het lichaam en heeft bovendien een revitaliserend effect op styling en gemoed. Verder geeft ze een uitdagende impuls aan ons oude gedachtegoed van afhankelijk zijn: het stimuleert onze onafhankelijkheid en vrijheid. Als ze voor je werkt, heb je immers altijd en overal je eigen dokter en geneesmiddel bij je, gratis en voor niets. Geen wonder dat vele mensen die haar toepassen of ermee werken, haar als een goddelijk geschenk zien.

Kortom, een onorthodoxe en misschien zelfs revolutionair te noemen therapie. Toch is er niets nieuws onder de zon. De urinetherapie wordt immers al duizenden jaren toegepast en is slechts een beetje in de vergetelheid geraakt. Maar daar komt verandering in.

Enige tijd geleden werd ik attent gemaakt op twee artikelen in de Volkskrant en in Trouw over onderzoek naar het drinken van urine door yogi's (heilige mannen) in India. Een goed voorbeeld trouwens van een traditie waarbinnen urinetherapie al sinds duizenden jaren wordt gepraktiseerd. De kennis die me erop wees, wist dat ik zelf al driejaar mijn eigen urine dronk. Tot die tijd voelde ik mij daar, wat Nederland betreft, een beetje een eenling in.

Uiteraard deed het mij deugd te lezen dat er ook door andere mensen, en wel door wetenschappers, aandacht werd geschonken aan deze onorthodoxe therapie. De berichten in de Volkskrant en Trouw gingen over een onderzoek naar de effecten van een stress verminderend hormoon, melatonine, dat zich in urine bevindt. Beide dagbladen baseerden zich op een artikel uit het gerenommeerde Engelse weekblad *The New Scientist*. Hier volgt een citaat uit Trouw. "Gespannen? Een glaasje ochtendurine schijnt wonderen te doen. Maar dan wel echt elke dag. Dat advies komt niet van de eerste de beste piskijker, maar van M. Mills en T. Faunce van de Universiteit van Newcastle in Australië."

Naar aanleiding van dit artikel kwam ik met de redactie van Trouw in contact en men was daar zeer geïnteresseerd in een interview. Uiteraard, iemand die zijn eigen urine drinkt is (nog) opzienbarend in een 'beschaafd' land als Nederland, waar we geacht worden het middeleeuws geloof in kwakzalverij voorbij te zijn. Enigszins verbaasd was de interviewster dan ook toen ik met een hele reeks feiten en de nodige literatuur kon aantonen dat het drinken van urine noch een middeleeuwse praktijk, noch kwakzalverij is; dat de werking ervan veel verder gaat dan de vermindering van stress; dat de urinetherapie al sinds millennia werd toegepast en nog steeds wordt toegepast, niet alleen in 'exotische' landen als India maar, ook in Europa en in de Verenigde Staten; dat de urinetherapie aantoonbaar positieve resultaten heeft bij allerlei kwalen, van wratjes en eczeem tot kanker en AIDS.

Het interview in Trouw leidde tot vele reacties van de media. Intussen heb ik in het kort mijn verhaal gedaan op radio en televisie. Ik zeg uitdrukkelijk 'in het kort' want er is veel meer over te vertellen dan de paar smeùige details die in de paar minuten zendtijd aan bod konden komen. Na de verschillende programma's heb ik veel reacties gekregen. Veel mensen wilden weten hoe urinetherapie nu werkelijk toegepast kan worden. Sommigen waren er direct mee begonnen en meldden al positieve resultaten. Anderen hadden vragen over hoe ze zich over de psychologische barrièere van het drinken heen konden zetten, of het niet heel erg verschrikkelijk vies was. Weer anderen wilden weten waarom ik er zelf mee begonnen ben of waar de urinetherapie oorspronkelijk vandaan komt.

Ik zal beginnen met het vertellen van mijn persoonlijke verhaal over de urinetherapie; hoe ik ermee in aanraking ben gekomen en wat daaruit is voortgekomen. Zoals voor de meeste mensen die met de urinetherapie werken, geldt ook voor mij dat de eigen ervaring en kennismaking ermee zeer veel gewicht in de schaal hebben gelegd. Pas daarna is mijn 'onderzoeksfase' begonnen, waarin ik door de verhalen van anderen, in de vorm van literatuur of mondelinge getuigenissen, nog meer overtuigd ben geraakt van de wonderbaarlijke werking van deze therapie.

Op vele vragen hoop ik in dit boek een antwoord te geven. Een gedeelte van de informatie die u in dit boek zult vinden, is gebaseerd op mijn eigen ervaringen met urinetherapie. Een ander gedeelte is afkomstig uit interviews en uit de geraadpleegde literatuur. Dit houdt in dat een groot gedeelte een verzameling en compilatie is van gegevens zoals ik die elders heb aangetroffen. Waar ik meende dat die informatie goed en helder weergegeven werd in de oorspronkelijke versie, heb ik niet veel veranderd, maar gewoon min of meer weergegeven wat er al geschreven stond. Deze informatie betreft de veelzijdige toepassing van urine, de geschiedenis van deze toepassingen, instructies, richtlijnen en adviezen, de wetenschappelijke achtergronden en antwoorden op veelgestelde vragen.

Het is verder aan u om uzelf door eigen ervaring te overtuigen van de waarde van de urinetherapie. Aan degenen die hun levenswater al drinken of anderszins gebruiken en aan hen die na het lezen van dit boek besluiten dat te doen: Proost en op uw gezondheid!

Coen van der Kroon Amsterdam 1994

1. Mijn kennismaking met urinetherapie

Vele jaren geleden las ik in het Amerikaanse weekblad Times een artikeltje waarin werd vermeld dat een Indiase politicus elke dag een glaasje van zijn eigen urine dronk. Ik kon me dat bijna niet voorstellen en de gedachte eraan riep sterke gevoelens van weerzin bij mij op. Wie had toen kunnen denken dat ik enkele jaren later veel meer over deze man zou horen en lezen en wel in verband met ditzelfde opzienbarende feit: het drinken van eigen urine. Tijdens mijn speurtochten naar de achtergronden en toepassingen van de urinetherapie is deze man voor mij veranderd van een bizar mens uit een weekblad in een man die ik tijdens mijn laatste bezoek aan India kort bezocht en gesproken heb.



De voormalige premier van India, Morarji Desai, is met zijn 99 jaar nog steeds gezond. Hier wordt zijn pols gemeten door een bevriende natuurarts en urinetherapeut.

De man over wie ik het heb, is Morarji Desai, ex-premier van India. Jarenlang heeft hij in de functie van premier ook gesproken over de wonderbaarlijke therapie die hem gezond en fit hield, ondanks zijn leeftijd van destijds, bijna 90 jaar. Morarji Desai is nu 99 jaar oud en nog steeds heel gezond en vitaal voor iemand van zijn leeftijd. Iedere dag drinkt hij een glaasje urine en masseert en wast zich ermee. Zijn huid ziet er nog stralend en zacht uit. En zo heeft het verhaal in het weekblad van vele jaren geleden letterlijk en figuurlijk een levend gezicht voor mij gekregen.

Het was eveneens in India waar ik voor het eerst op een concrete manier met de urinetherapie in contact ben gekomen. Het eerste boek over de urinetherapie dat ik daar las, was van een Engelsman. Ik vond dit boek in een bibliotheek van een klein klooster in de Himalayas. Het heette *'The Water of Life'* en was in de veertiger jaren geschreven door J.W. Armstrong. Het boek onthulde mij een intrigerend verhaal: door je eigen urine te drinken en je ermee in te masseren zou je kerngezond kunnen blijven of worden en van de meest eenvoudige tot de meest erge ziekten kunnen genezen. Dat sprak tot de verbeelding, althans wel tot die van mij. Ik was al jaren geïnteresseerd in alternatieve geneeswijzen, maar dit wonderbaarlijke verhaal opende geheel nieuwe deuren. Dubbele deuren, wel te verstaan: naast een enthousiaste interesse bestond er ook een behoorlijke dosis scepsis.

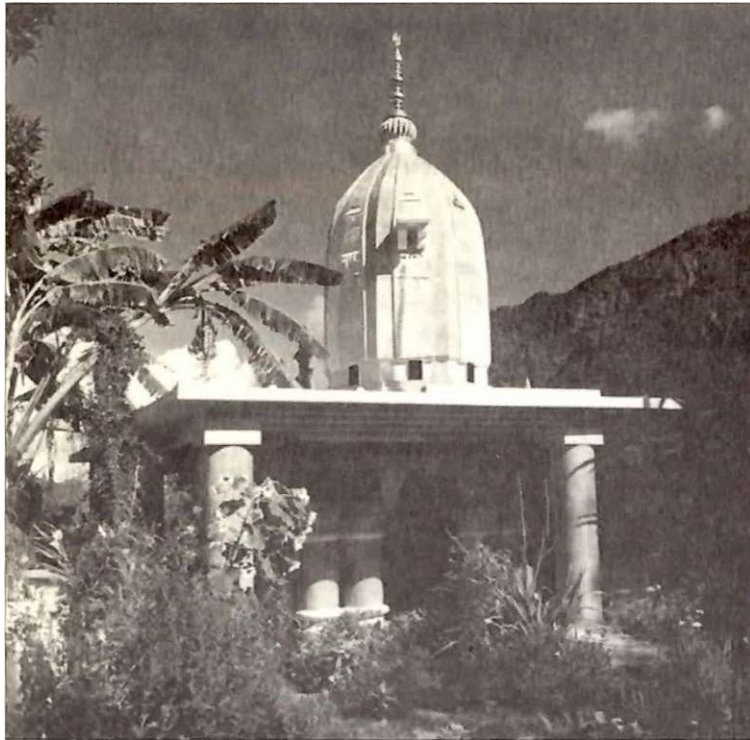
Hoe kwam dit boek nu in mijn handen terecht? Dat vraag ik mijzelf ook nog weleens af. Het was in eerste instantie geen prettige ervaring die mij met urinetherapie deed kennismaken. Hier volgt mijn verhaal.

Vier jaar geleden besloot ik voor een aantal maanden naar India te gaan. Ik had mijn studie afgerond en het avontuur lokte. Ik besloot eerst naar een klein klooster in de bergen van de Himalayas te gaan. Het klooster, in India ook wel ashram genoemd, was gesticht door een Indiase heilige met de naam Babaji van Haidakhan. Het was een afgelegen klooster. De laatste 15 kilometer moesten te voet worden afgelegd door een rivierbedding heen. Het voelde aanvankelijk als het einde van de wereld, ook al had het klooster de bijnaam 'het centrum van de wereld'.

Het dagelijks leven in het klooster bestond voor een groot deel uit stevige arbeid: op het land werken en bouwen, zware stenen uit de rivierbedding sjouwen, en alles bij temperaturen tussen de 30 en 40 graden. Reeds op de tweede dag van mijn verblijf overkwam mij een pijnlijk ongeval, dat uiteindelijk naar urinetherapie zou leiden. Bij het omhoogtakelen van een kar tegen een berghelling schoot een grote steen los van een muurtje en viel van anderhalve meter hoogte op mijn linkervoet. Mijn leren slipper zorgde ervoor dat slechts mijn middelste teen volop werd geraakt, maar die was dan ook ernstig gewond en bleek later zelfs gebroken te zijn geweest. Wat op dat moment zichtbaar was, was dat het vlees, inclusief mijn nagel, tot op het bot van de bovenkant van mijn teen was afgerukt. Een Indiër die ook meehielp, aarzelde geen moment en scheurde een lap van zijn shirt af om mijn teen te verbinden en het hevige bloeden te stelpen.

Terug in het klooster heeft een verpleegster de wond behandeld met antiseptische crème en de zaak opnieuw verbonden. Hoewel de wond iedere dag opnieuw werd behandeld en verbonden, nam de pijn toe en ging de teen er steeds slechter uitzien. Een ernstige wond is in een tropisch land altijd reden voor grote zorg en voorzichtigheid. Een ontsteking kan vervelende gevolgen hebben en wonden genezen slechts heel langzaam. Na een week werd ik bezorgd omdat de situatie verslechterde en men mij begon te waarschuwen voor mogelijke gevolgen als koudvuur.

Op dat moment kwam ik aan de praat met een vrouw, ook uit Nederland overigens, die mij aanraade een doek met mijn eigen urine om mijn teen te wikkelen. Daar keek ik natuurlijk van op en mijn eerste reactie was er een van weerzin. Urine is toch vies, hoe kan dat nu goed zijn op een wond? Toch zei mijn gevoel even later dat ik dat toch maar moest doen en slechter kon het niet, naar ik meende. Ook vertelde deze vrouw mij intussen wat meer over de urinetherapie waardoor ik meer durf kreeg om het uit te proberen. Zij was het, die mij het boek van Armstrong, *The Water of Life*, uit het bibliotheekje van het klooster gaf.



De tempel van de Babaji-ashram aan de voet van de Himalayas.

Armstrong heeft in deze eeuw een grote impuls aan de toepassing van de urinetherapie gegeven. Hij had zichzelf met behulp van urinetherapie genezen van tbc, terwijl hij door de doktoren eigenlijk opgegeven was. Daarna is hij andere mensen gaan helpen en adviseren. Hij heeft in de eerste helft van deze eeuw honderden patiënten met succes behandeld, waarvan vele met levensbedreigende ziekten zoals tbc en kanker. De resultaten van deze behandelingen werden door Armstrong opgetekend en bewaard. Zijn boek *The Water of Life* is sindsdien een standaardwerk geworden op het gebied van de urinetherapie, zowel hier in het Westen als in India.

Terwijl ik de volgende dag, mét een doek om mijn teen, het boek las, werd ik nog steeds heen en weer geslingerd tussen mijn vooronderstelling dat urine iets vies zou zijn en de overtuigende inhoud van het boek dat ik aan het lezen was.

In het boek werd uiteengezet hoe men door het drinken van en inmasseren met de eigen urine allerlei wonden, kwalen en ziekten kan genezen. Ik kon mij op dat moment nog steeds absoluut niet voorstellen dat ik zonder afkeer mijn eigen urine zou drinken. En toch zei ook hier weer mijn gevoel dat het klopte wat hier geschreven stond. Maar naast mijn gevoel heb ik een nogal academisch ingestelde geest, en die combinatie prikkelde mij op z'n minst deze zaak in de toekomst eens grondig te gaan onderzoeken en uit te proberen.

De ervaring met mijn teen zelf zorgde voor een belangrijke stap in mijn overtuiging: na drie dagen was de wond helemaal schoon, de zwelling weg en de pijn stukken minder. Op de vierde dag verscheen er een glanzend nieuwe en roze huid onder het wondweefsel. Weer een paar dagen later was de wond grotendeels geheeld en begon er zelfs alweer een nieuwe nagel te groeien. Het was duidelijk dat hier iets bijzonders gebeurde, want normaal gesproken duurt het in het gunstigste geval in een tropisch klimaat minimaal 3 weken voordat zo'n diepe wond weer dicht en genezen is. Eigen ervaring en het lezen van het boek hadden mij binnen een week 'gewonnen'. Ik was enthousiast en wist dat ik hier meer van wilde weten!

Maar waar kon ik meer te weten komen? Wie kende deze therapie in de westerse wereld? Onderzoek in universiteitsbibliotheken leverde mij niets op. In het jaar volgend op mijn terugkeer uit India dronk ik bij tijden 's ochtends mijn urine, maar er waren ook perioden dat ik dacht: Waar doe ik het voor? Ga ik misschien niet wat te ver met mijn geloof en vertrouwen in dit soort bizarre dingen? Bovendien was ik op dat moment gewoon redelijk gezond, dus echt uittesten kon ik het ook niet. Toch bleef er een flink stuk vertrouwen sluimeren en ik voelde me er absoluut vitaal bij. De keren dat ik een griepje of verkoudheid opliep, vastte ik een of twee dagen op urine en water en ik voelde me snel weer beter. Natuurlijk speelde dan de vraag door mijn hoofd of dat zonder urine ook niet zo zou zijn geweest.

Een jaar later was ik op reis in de Verenigde Staten van Amerika. Bij een bezoek aan een boekhandel op het gebied van bewustzijn, spiritualiteit en alternatieve geneeswijzen viel plotseling mijn oog op een klein blauw boekje met de titel *The Miracles of Urine-Therapy*. Ik stond versteld! Dit was het boekje dat ik zocht zonder dat ik wist dat het bestond: een recent verschenen werkje van een Zwitsers-Amerikaanse natuurarts die in Amerika zelfs een 'Water of Life Institute' had opgericht. Het boek bevatte praktische informatie over de urinetherapie, maar ook teksten uit verschillende culturen en religies die wijzen op de eeuwenoude wortels van deze therapie, zowel in het Verre Oosten als bij ons in het Westen. Alleen door deze vondst al was mijn reis naar Amerika de moeite waard geweest.

Terug in Nederland stortte ik mij daarom met hernieuwd enthousiasme op mijn onderzoek naar de urinetherapie. Ik nam contact op met het 'Water of Life Institute' in Amerika en ik kreeg van hen meer informatie over de wetenschappelijke achtergronden van de urinetherapie. Uit deze informatie bleek onder andere dat veel afzonderlijke onderdelen van urine in medicijnen en cosmetische producten verwerkt worden zonder dat we ons daarvan bewust zijn.

Ik kwam al snel de eerste crème tegen op de verpakking waarvan vermeld stond dat er ureum in was verwerkt. Dit leverde natuurlijk prachtige nieuwe gespreksstof op voor als ik weer eens aan iemand over de urinetherapie vertelde: men 'gebruikt' het vaak al zonder het te weten.

Naar aanleiding van de toenemende vragen uit mijn omgeving, telkens wanneer men mijn verhaal hoorde, besloot ik lezingen te gaan geven. Meerdere mensen uit het publiek vertelden over hun eigen ervaringen: opnieuw een teken dat deze therapie lang niet zo onbekend was als ik aanvankelijk had gedacht. Veel mensen wisten bijvoorbeeld dat het vroeger bij winterhanden en -voeten werd gebruikt, evenals bij het ontsmetten van wondjes. Maar voor een ander deel van het publiek was het natuurlijk volledig nieuw. En bij iedereen voor wie het nieuw is, komt altijd als eerste de vraag op of urine niet een afvalproduct is en of het dus niet slecht is dat weer op te drinken. Mijn taak lag en ligt daarom voor een groot deel in het slechten van deze psychologische barrière. Urine is niet vies. Men kan het vies vinden, maar dan hebben we het over iets anders. Feitelijk is urine een schone substantie: ze is steriel, bestaat voor het grootste deel uit water, en de rest is niets anders dan een veelzijdige hoeveelheid aan mineralen, hormonen en enzymen.

Even in het kort: urine bestaat voor 95% uit water, de overige 5% bestaat ongeveer voor de helft uit urea en voor de andere helft uit o.a. mineralen, zouten, hormonen en enzymen. Alleen urea, de stof waar urine haar naam aan te danken heeft, kan in grote hoeveelheden giftig zijn. Dit is echter niet van toepassing bij het drinken van urine. In kleinere hoeveelheden werkt ze slechts zuiverend, ruimt ze overtollig slijm op en heeft nog een aantal specifieke, zeer nuttige werkingen die later besproken zullen worden. Urine is verder, in ieder geval direct na uitscheiding, geheel steriel en werkt anti-septisch.

We hebben het hier overigens wel over urine van iemand die redelijk gezond eet en drinkt, geen allopathische medicijnen en geen drugs gebruikt. De urinetherapie is een methode die gebaseerd is op het principe van de natuurlijke kringloop. Zolang men niet chemisch ingrijpt op de natuurlijke kringloop van het lichaam, produceert het lichaam urine die in alle opzichten geschikt is om in te nemen. Als men veel chemische stoffen inneemt - en die kunnen tegenwoordig ook in allerlei bewerkt voedsel zitten - komt een deel daarvan ook in de urine terecht. In dat geval ziet de samenstelling van de urine er natuurlijk ook anders uit. Maar in principe is urine een gezonde substantie die gezonde, niet-schadelijke stoffen bevat.

Ik begon er steeds meer plezier in te krijgen mensen over deze 'shockerende' therapie te vertellen en alle verschillende reacties te zien. Deze liepen uiteen van absolute weerszin tot direct enthousiasme. Het is meerdere malen voorgekomen dat mensen zo waren aangestoken door het idee, dat zij de volgende ochtend meteen begonnen. Anderen geloven er helemaal in, maar kunnen zichzelf er niet toe zetten ook maar een slokje in de mond te nemen. En ongeacht deze verschillende reacties geeft het gepreksonderwerp altijd genoeg aanleiding tot veel lachen en plezier, op zich ook al heel gezond.

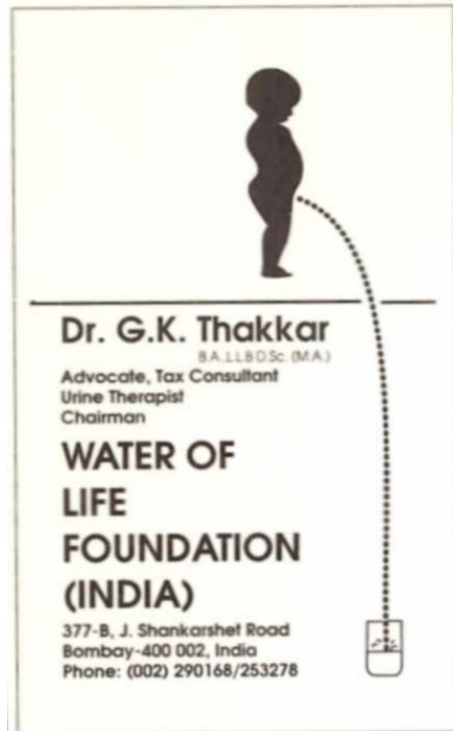
Ik besloot opnieuw naar India te gaan voor verder onderzoek. Na een verblijf van enkele weken in hetzelfde kloostertje van weleer, begaf ik me eerst naar New Delhi in de hoop in een klein boekhandeltje dat ik daar kende nog wat meer literatuur over het onderwerp te vinden. Na veel graafwerk in hoge en chaotische stapels boeken kwam de eigenaar met twee boekjes over de urinetherapie aanzetten; ik was blij verrast. Een ervan was recentelijk uitgegeven door iemand in Bombay. En aangezien ik daar toch al een adres had, was het duidelijk dat mijn weg in ieder geval naar Bombay leidde.

Op mijn reis naar Bombay vloog ik eerst naar Baroda, * aangezien ik ook daar een adres had. Indiase steden echter zijn chaotisch, groot en krioelend van de mensen. Vaak zijn de inwoners niet op de hoogte van de straatnamen van de duizenden steegjes en dat geldt ook voor de rikshaw- en taxichauffeurs. Het kostte me twee dagen inspanning, zweet en omzwervingen in deze van toeristen verstoken stad om uiteindelijk het betreffende adres te vinden. Echter, de deur van het huis waar ik voor kwam, was gesloten. De hele straat stond binnen een mum van tijd toe te kijken en probeerde erachter te komen wat ik daar als westerse vreemdeling kwam doen. In de daaropvolgende, uiterst gebrekkige Engelse conversatie met de 'straat-oudsten' moest ik uiteindelijk concluderen en toegeven dat mijn inspanningen tevergeefs waren geweest: de beste man die daar advies op het gebied van de urinetherapie gaf, was op dat moment op reis en ik kon er niet achter komen wanneer hij terug zou komen.

Ik besloot daarom door te reizen naar Bombay; een dagreis met de trein. In Bombay had ik meer succes. Ik kwam daar in contact met drie enthousiaste urinetherapeuten, onder wie de oprichter en voorzitter van de Water of Life Foundation India, Dr. G.K. Thakkar. Laatstgenoemde was tevens advocaat en belastingadviseur. Eigenlijk was dat zijn oorspronkelijke beroep, maar in de loop van de jaren was het aantal mensen dat voor advies op het gebied van de urinetherapie naar hem toe kwam, gestaag gegroeid. Op

zijn visitekaartje stonden als beroep 'advocaat, belastingadviseur en urinetherapeut' vermeld, een combinatie waarvan de mensen hier in Nederland toch wat vreemd zouden opkijken.

Dr. Thakkar ontvangt zijn 'patiënten' op zijn kantoor in een van de drukke, overvolle straten van Bombay. Aan het eind van de dag wordt hij bezocht door mensen met allerlei klachten, van verkoudheid tot kanker, en zij krijgen van hem gratis advies en consult, terwijl hij tussendoor nog aan allerlei ingewikkelde belastingpapieren zit te werken. Dr. Thakkar leed zelf al 20 jaar aan amoëbe-dysenterie en eczeem toen hij vijf jaar geleden met de urinetherapie in aanraking kwam. Hij spreekt over de urinetherapie als een geschenk van God, evenals de meeste andere Indiase urinetherapeuten met wie ik heb gesproken of gecorrespondeerd. Hij heeft inmiddels lezingen gehouden op verscheidene internationale conferenties over natuurlijke geneeswijzen. Toen ik hem opzocht, nodigde hij me uit om de dagen daarop bij zijn consulten aanwezig te zijn, wat ik natuurlijk met veel interesse en plezier heb gedaan.



In dezelfde buurt van Bombay was een boekwinkel waar, naast boeken over yoga en spiritualiteit, meerdere boeken over de urinetherapie te koop waren. Daarmee groeide opnieuw mijn hoeveelheid informatie en literatuur. Tezamen met de informatie, kopieën van krante knipsels en een lijst van alle urinetherapeuten in India, die ik inmiddels verzameld had, beschikte ik over de meest belangrijke schriftelijke gegevens die er op dit gebied te verkrijgen waren. Een succesvolle expeditie dus. Het feit dat ik deze keer zonder enige injecties of pillen naar India was gegaan en geen noemenswaardige gezondheidsproblemen had gehad, droeg nog aan dit succes bij.

Met een voldaan gevoel wat mijn onderzoek betreft sloot ik dit tweede India-avontuur af en keerde naar Nederland terug. Dit was in het voorjaar van 1992.

Enkele weken na terugkomst 'behaalde' ik een nieuw succes. Ik kreeg van mensen uit mijn omgeving te horen dat mijn haardos voller was geworden en dat de kalende plek achter op mijn hoofd zo goed als verdwenen was. Ik had dit zelf nog niet opgemerkt

maar realiseerde me dat 'mijn experiment' goede resultaten had opgeleverd. Ik was namelijk aan het begin van mijn reis naar India begonnen met het dagelijks inmasseren van mijn hoofdhuid met vier dagen oude urine en ik had dit vrij consequent gedurende de zes weken van mijn bezoek volgehouden. Ik was benieuwd of dit enig effect zou hebben, maar had daar eerlijk gezegd niet zoveel vertrouwen in. Deze ervaring sterkte opnieuw mijn vertrouwen in de regenererende werking van urine. In de zomer van 1992 werd ik meerdere malen benaderd door de media. Er volgden een paar interviews op televisie, radio en in de krant. Meer en meer mensen vroegen mij om advies. Anderen belden mij op om over hun ervaringen te vertellen. Ik kwam in contact met Carmen Thomas, een vrouw die bij de Duitse radio (West Deutsche Rundfunk) werkt. Zij had zes jaar geleden een programma over de urinetherapie gemaakt. Sindsdien komen nog iedere week tientallen brieven met ervaringen, verhalen en positieve reacties binnen. Kortgeleden heeft ook zij in Duitsland een boek over de vele toepassingen van urine gepubliceerd: *Ein ganz besonderer Saft - Urin* (Een heel bijzonder vocht - urine).

In dit boek gaat Carmen Thomas in op de vele verschillende manieren waarop urine vroeger gebruikt werd en heden ten dage nog steeds gebruikt wordt. Het gebruik van urine als middel ter genezing van ziekten is daar een voorbeeld van. In het boek staan tientallen persoonlijke verhalen van mensen in Duitsland die op de een of andere manier door het gebruik van urine van hun kwaaltjes of ziekten zijn genezen of er baat bij hebben gehad. Maar daar blijft het niet bij. Ook de andere aanwendingsmogelijkheden van urine komen aan bod. Urine werd bijvoorbeeld vaak gebruikt in de textielproductie en -verzorging. Ze diende ondermeer als hulpmiddel bij het verven van stoffen. Ook werd ze gebruikt als wasmiddel. Dit gebruik stamt al uit de tijd der Romeinen, maar ook lang daarna werd in Duitsland urine ingezameld voor de dorps- of stadswasserijen door de zogenaamde 'Seck-Hannes' ofwel Zeik-Hans. Zelfs bij de bereiding van brood en kaas bleek in vroeger tijden urine te worden aangewend.

Op een gegeven moment hoorde ik dat er in India een conferentie over de urinetherapie was aangekondigd: 'The First All India Conference on Urine Therapy'. Daar moest en zou ik bij zijn, besloot ik voor mijzelf. In februari 1993 arriveerde ik in India en reisde door naar Goa, alwaar de conferentie plaats zou vinden. De plaats van de conferentie bleek een prachtig tempelcomplex te zijn midden in een exotisch landschap. Er waren zo'n 200 mensen uit India aanwezig, onder wie een aantal artsen, urinetherapeuten die al meer dan 20 jaar als zodanig aan het werk waren, mensen die behandeld waren of werden, en mensen die gewoon meer wilden weten.

Veel aandacht ging op de conferentie uit naar de ervaringen die mensen met het behandelen van zichzelf of van anderen hadden opgedaan. Tegelijkertijd bleek dat er niet genoeg gedocumenteerd materiaal was over al die ervaringen en dat dat voor een meer wetenschappelijke onderbouwing in de toekomst wel nodig zou zijn. Ook werden er een paar kritische vragen gesteld over de werkelijke effectiviteit van de urinetherapie en de manier waarop men een en ander presenteert. De boeken over urinetherapie staan vol met wat men soms bijna wonderbaarlijke genezingen kan noemen, maar hoe zit het nu met de gevallen waarbij de

urinetherapie niet heeft gewerkt? Tenslotte kunnen we ook veel leren wanneer iets niet werkt, vooral als we ontdekken waarom iets niet werkt.

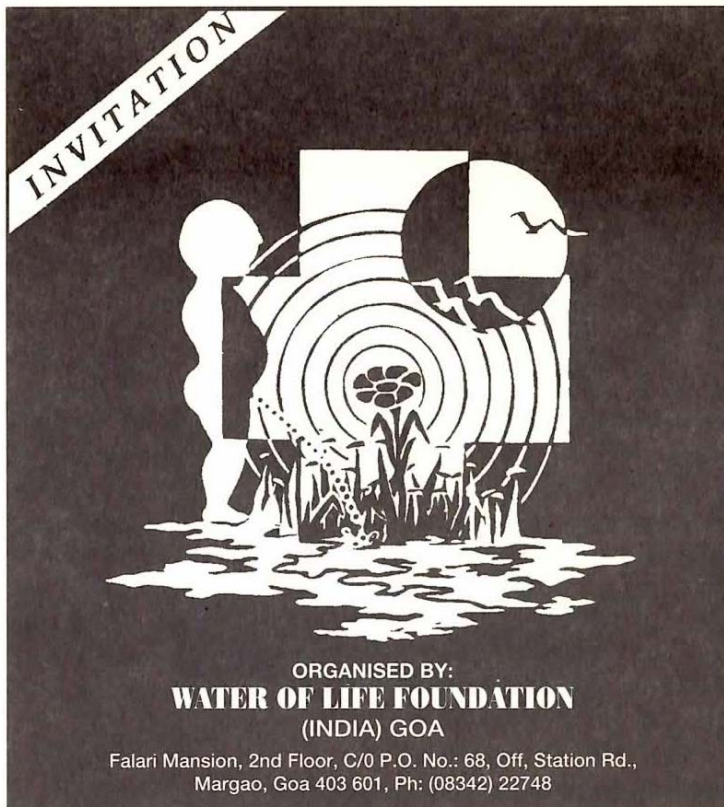
Het is heel belangrijk dat aan deze meer gefundeerde aanpak wordt gewerkt. Want ook al ben ik zelf overtuigd van de goede werking van de urinetherapie en heb ik zeer indrukwekkende resultaten gezien, toch is het wenselijk om mensen die die ervaring nog niet hebben een eerlijk en volledig overzicht te bieden van wat er tot nu toe bekend is. En dat geldt zeker voor mensen in onze moderne wetenschappelijke samenleving: eerst hebben we wat voer voor onze gedachten nodig en dan pas wagen we ons aan het uitproberen van iets.

MIJN KENNISMAKING MET URINETHERAPIE

1ST ALL INDIA CONFERENCE ON URINE THERAPY

(SHIVAMBU KALP PARISHAD)

26 TH & 27 TH FEB 93



De uitnodiging voor de Shivambu Kalpa (urinetherapie) conferentie in Goa, India.

benaderingen binnen de medische wetenschap.

De urinetherapie is een niet-schadelijke therapie en de voorstanders van deze therapie gaan ervan uit dat de therapie een sterk positief effect heeft op het zelfgenezend vermogen van de mens.

De urinetherapie is gebaseerd op het bestaan van natuurlijke kringlopen. Als we de natuur haar gang laten gaan, blijft er geen afval over en komt een verstoorde balans altijd weer terug in balans. Zoals we als mensen in staat zijn natuurlijke evenwichten te verstoren, zo kunnen we de natuur ook een handje helpen het evenwicht weer te herstellen. We zijn daartoe, wat onze gezondheid betreft, met een geweldige natuurlijke 'huisapotheek' uitgerust: onze eigen urine verschaft ons de mogelijkheid op volledig natuurlijke, snelle en veilige wijze van de krachten van de kringloop der natuur gebruik te maken.

Wat is nu precies de werking van de urinetherapie? In hoofdstuk 4 van dit boek komen we uitgebreid op deze vraag terug, inclusief op de laatste wetenschappelijke informatie hierover. Heel in het kort kan men zeggen dat urine, wanneer ze ingenomen en ingemasseed wordt, het bloed en lichaamsweefsel reinigt, bruikbare voedingsstoffen verschaft en het lichaam een boodschap geeft

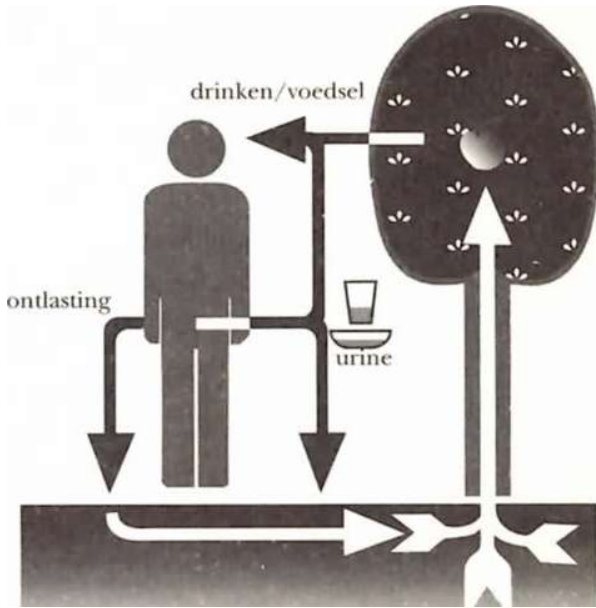
In ieder geval zijn op de conferentie in Goa de eerste aanzetten daartoe gegeven en zijn er plannen gemaakt voor een jaarlijks terugkerend evenement op internationale basis. In de tussentijd zal ik met enthousiasme verder werken aan het bekendmaken en promoten van deze toch uitzonderlijk te noemen therapie. En eerlijk gezegd zie ook ik het als een geschenk van God, of hoe je dat dan ook wilt noemen, om dat te mogen en kunnen doen.

1.1. Een korte kennismaking met de grondbeginselen van urinetherapie

Voordat we verder gaan met de hoofdstukken over de geschiedenis en de toepassing van de urinetherapie, is het goed om in dit kennismakingsgedeelte nog even kort in te gaan op wat deze urinetherapie is en hoe deze werkt.

De urinetherapie behoort tot het gebied van de natuurgeneeskunde. De natuurgeneeskunde werkt met natuurlijke en niet-schadelijke therapieën, en richt zich op de hele mens. Tevens is de natuurgeneeskunde gericht op het stimuleren van het zelfregulerend vermogen en het bevorderen van de eigen verantwoordelijkheid van de mens. De Griekse arts Hippocrates (ong. 500 v. Chr.), een van de grondleggers van de westerse geneeskunde, beriep zich vaak op het zojuist genoemde zelfregulerend vermogen van het menselijk organisme. In de medische wereld werd dit vermogen later met de term 'vix medicatrix naturae' aangeduid: 'de helende kracht van de natuur'. De medische wereld wordt in de laatste decennia meer en meer geconfronteerd met ziekten en symptomen die te maken hebben met een falend afweer- of immuunsysteem. Het zelfgenezend vermogen en het immuunsysteem hebben veel met elkaar te maken. Veel artsen zien het belang in van diepgaand onderzoek naar het immuunsysteem en het zelfgenezend vermogen van de mens en dit heeft hier en daar al geleid tot geheel nieuwe

over wat er in of uit balans is. De werking bij intensieve toepassing van de urinetherapie waarbij men vast op uitsluitend urine en water, wordt door Armstrong als volgt omschreven.

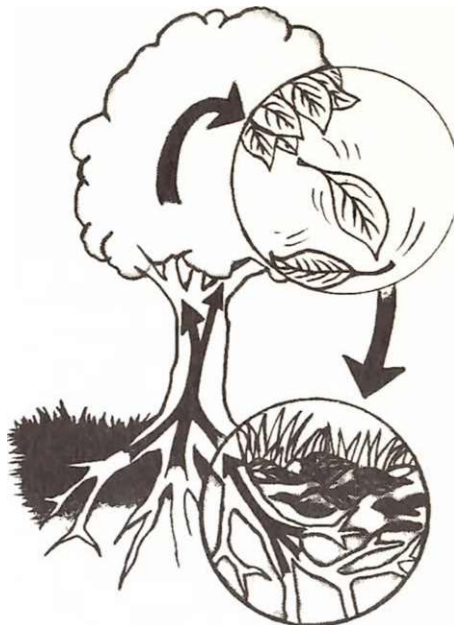


Alles bestaat uit kringlopen. Wat wij uitscheiden, wordt op de een of andere manier weer opgenomen. Urinetherapie is niets anders dan een gezondheidsbevorderende variant van dit kringloopsysteem.

"Urine wordt bij inname in het lichaam gefilterd; ze wordt steeds zuiverder, zelfs al op de eerste dag, wanneer men ze telkens weer drinkt, al dan niet aangevuld met water. Eerst maakt ze schoon, dan lost ze alle blokkades op, en uiteindelijk bouwt ze de vitale organen en weefsels weer op die door ziekte waren aangetast. In feite bouwt ze niet alleen de longen, de pancreas, de lever, de hersenen, het hart, enzovoorts, weer op, maar ze herstelt ook de (slijm)vliezen van hersenen, ingewanden en dergelijke, zoals is gebleken in tal van 'dodelijke' ziekten, zoals tbc in de darmen en de ergste vormen van buikontsteking. Kort gezegd, ze bewerkstelligt wat vasten op alleen water of vruchtesappen, zoals voorgeschreven door sommige natuurartsen, nooit kan bewerkstelligen."

(Uit: The Water of Life, J.W. Armstrong, Health Science Press, London 1971, blz. 26)

Ook gebruikt Armstrong metaforen uit de natuur om de werking van de urinetherapie te illustreren. De natuur weet hoe zij voor zichzelf moet zorgen. Om in evenwicht te blijven, maakt zij gebruik van een economisch en ecologisch perfect systeem. Dit wordt wel recycling genoemd. Er bestaat in dit systeem van natuurlijke kringlopen geen afval. Neem bijvoorbeeld de bladeren die in de herfst van de bomen op de grond vallen. Die vergaan en de resten zakken langzaam de bodem in. In het volgende groeiseizoen voedt de boom zich weer met diezelfde substanties. Men heeft t ontdekt dat bomen waarvan men de bladeren op de grond laat liggen en niet weghaalt, het volgende seizoen een grotere en betere oogst opleveren.



Een natuurlijke kringloop: een boom groeit het best wanneer zij zich kan voeden met haar eigen afgevallen bladeren.

De kringloop van water vormt een ander voorbeeld.

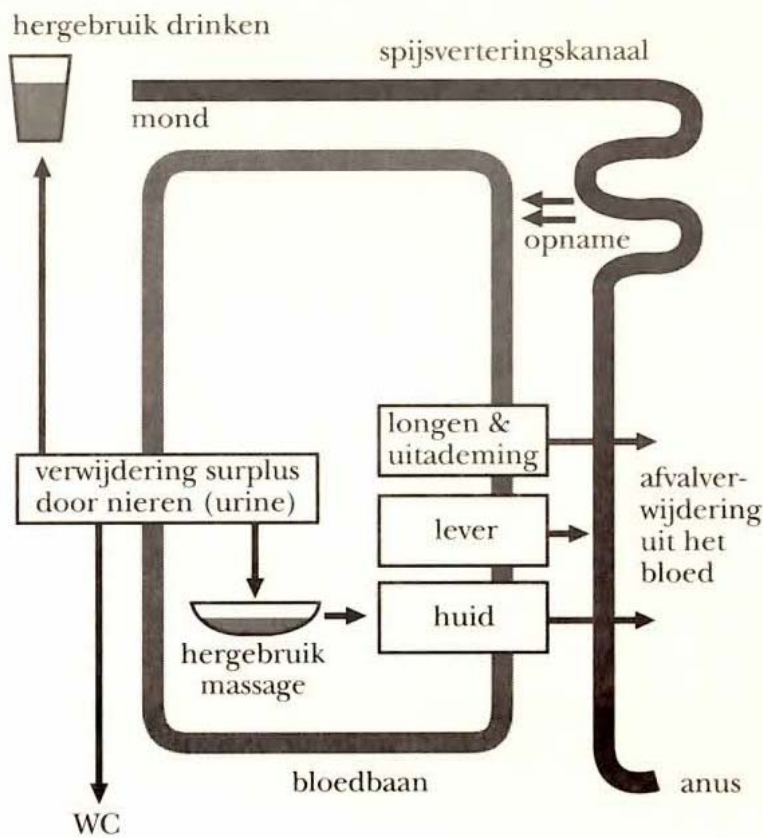
Hetzelfde water verdampt telkens weer onder invloed van de zon en vormt vervolgens wolken. Na enige tijd laten de wolken het water weer los, gewoonlijk in de vorm van regen of sneeuw. Terug op de grond maakt het de aarde schoon en dient het als voedingsstof, totdat het zich weer in een waterbekken bevindt waar het opnieuw verdampt.

Een dergelijke kringloop bestaat ook binnen in onszelf. Ons bloed heeft zijn eigen kringloop. Het hart pompt het door ons lichaam. De belangrijkste functie van het bloed is om zuurstof en voedingsstoffen naar elke cel in ons lichaam te vervoeren. Op zijn reis door het lichaam, passeert het de lever en de nieren. Ik zal hier een korte en gesimplificeerde uitleg van de werking van deze twee organen geven.

Een van de belangrijkste functies van de lever is het ontgiften van het bloed. De lever haalt gifstoffen uit het bloed en slaat ze ofwel op of scheidt ze uit in de galblaas. In het laatste geval komen de gifstoffen in de vorm van gal in het darmkanaal terecht. Vandaaruit verlaten ze het lichaam in de vorm van ontlasting. Nadat het bloed door de lever ontgift is, stroomt het naar de nieren (nogmaals, dit is een gesimplificeerd model).

De belangrijkste functie van de nieren bestaat uit het in evenwicht brengen van alle elementen in het bloed. Ze verwijderen alles wat er te veel aan levenssubstanties in het bloed zit en doen datzelfde met het teveel aan water. Dit water en deze levenssubstanties vormen vervolgens de urine. Een voorbeeld. Het lichaam kan op een bepaald moment slechts een bepaalde hoeveelheid vitamine C absorberen. Alles wat er te veel aan vitamine C in de bloedstroom is, is op dat moment onbruikbaar en verbruikt veel energie. Het moet immers wel vervoerd worden. Daarom verwijdert het lichaam dit teveel aan vitamine C via de nieren.

Een tweede voorbeeld. Voor het activeren van een enzym is een ander co-enzym nodig. Gewoonlijk is dat co-enzym een mineraal of vitamine die via het voedsel in het lichaam opgenomen wordt. Dit co-enzym activeert en transporteert de enzymen naar de juiste plaats in het lichaam. En ook al produceert ons lichaam meer dan genoeg enzymen, ons lichaam kan niet optimaal functioneren als ons voedsel niet voldoende voedingsstoffen, en dus co-enzymen, bevat. Om energie te besparen en het bloed in balans te brengen, worden ook ongebruikte enzymen door de nieren uit het bloed verwijderd. Hetzelfde verhaal geldt voor hormonen, mineralen en andere substanties. Duidelijk moge dus zijn dat urine vol zit met levenskrachtige elementen. We kunnen al deze stoffen zeker geen afval noemen.



Een schematische en vereenvoudigde weergave van het uitscheidings-systeem van het lichaam: lever, longen en huid verwerken de afvalstoffen; de nieren filteren overtollige stoffen uit het bloed en zorgen (of) die manier voor een optimaal evenwicht binnen de samenstelling van het bloed. Door de heropname van die stoffen (water met mineralen, enzymen, vitaminen etc.) door het drinken of in masseren van urine maken we op een nuttige manier gebruik van een natuurlijke kringloop.

Wat er desalniettemin wel aan schadelijke afvalstoffen in urine zit, is vaak het gevolg van ongezond eten en drinken. Hiermee bedoelen we het nuttigen van produkten die chemische toevoegingen en straling, alcohol, nicotine, cafeïne of onverwerkbare vetten bevatten. Zoals zoëven al gezegd, is het daarom aan te bevelen een gezond en gifvrij dieet te volgen wanneer men de urinetherapie toepast. In dat geval blijft de urine ook gezond en gifvrij. Er zit in principe immers niets in dat ook niet eerder geconsumeerd is.

Het kan zijn dat het lichaam zelf gifstoffen produceert doordat er een ziekteproces gaande is. Wanneer deze stoffen, of een deel daarvan, in de urine terechtkomen, kan dit door het opdrinken van de urine een homeopathische of isopathische werking hebben. Deze stoffen zijn niet lichaamsvreemd en kunnen een belangrijke rol vervullen bij het herstellen van de natuurlijke balans. Meestal gaat het om relatief kleine hoeveelheden, afgezien van situaties waarin er sprake is van een ontsteking aan nieren, blaas of urinewegen. In het laatste geval is meer voorzichtigheid geboden. Soms is het dan verstandig de urinetherapie toe te passen in de vorm van het plaatsen van enkele druppels urine op of onder de tong of middels een homeopathische verdunning. Over de praktische toepassing - mogelijkheden en beperkingen - van de urinetherapie kunt u alles lezen in hoofdstuk 3 van dit boek.

Nogmaals, de lever ontgift het bloed en scheidt de afvalstoffen uit in het darmkanaal. De nieren, zoals hierboven is aangegeven, houden de levenskrachtige substanties en het waterpeil van het bloed in evenwicht.

Urine is dus eigenlijk niets anders dan gefilterd bloed. Ze bevat, in verse vorm, slechts die substanties en elementen die in de bloedbaan van ieder van ons aanwezig zijn. Wat op een zeker moment uw urine is, was enkele minuten daarvoor nog een integraal deel van uw bloed. Wat nu in uw urine zit, stroomde wellicht zoëven nog door uw mond.

2. De geschiedenis van urinetherapie

De urinetherapie is de meest primitieve, oorspronkelijke en eenvoudige vorm van homeopathie en isopathie die er bestaat. Ze wordt ook wel 'de moeder van de Ayurvedische geneeskunde' genoemd. Ayurveda is een zeer oude en nog steeds toegepaste vorm van natuurgeneeskunde, beoefend in India en sinds kort ook in het Westen in opgang. Er zijn in India teksten van ongeveer 5000 jaar oud gevonden die vertellen over de toepassing van de urinetherapie.

De urinetherapie is niet alleen een oosterse traditie. In feite vindt men de toepassing van urine als geneesmiddel in de een of andere vorm terug in de natuurgeneeskunde van iedere cultuur. In veel culturen waar men nog dicht bij de natuur leeft, wordt ze nog steeds toegepast. Kort geleden hoorde ik het verhaal van een Indiaan uit Noord-Amerika die vertelde hoe hij zijn hele leven al van de urinetherapie gebruikmaakt om periodiek zijn lichaam en geest te reinigen. Hij had dit geleerd van zijn ouders en grootouders. Ook zigeuners en eskimo's gebruiken tot op de dag van vandaag nog urine als geneesmiddel. Eskimovrouwen wassen er dikwijls hun haar mee. Daarvan wordt het dikker en krijgt het een mooie glans. De Aboriginals in Australië, zo beweren sommige mensen, konden zo lang zonder water door de woestijn trekken omdat zij tijdens hun tochten hun eigen urine dronken.

Veel mensen in Nederland kennen het gebruik van urine bij het behandelen van winterhanden en -voeten en van wratjes, en als ontsmettingsmiddel bij kleine wondjes.

2.1. De geschiedenis in het Westen

Het gebruik van urine gaat ook in de Europese traditie ver terug in de geschiedenis. Er zijn berichten van Griekse artsen die urine gebruikten bij het helen van wonden. De Romeinse schrijver C. Plinius Secundus bespreekt in boek 28 van zijn *Naturalis Historia* (Geschiedenis der natuur), het gebruik van urine als geneesmiddel bij de behandeling van wonden, honde- en slangebeten, huidaandoeningen, oogontstekingen, verbrandingen en littekens. Over het gebruik van urine als geneesmiddel zijn in de geschiedenis van het Westen niet zoveel oude bronnen bekend. Er is wel het een en ander overgeleverd omtrent andere toepassingsmogelijkheden van urine. We zullen eerst een aantal voorbeelden daarvan kort aan bod laten komen.

Urine werd in het oude Rome bijvoorbeeld onder andere voor het wassen van textiel gebruikt. Ze werd centraal ingezameld voor zogenaamde wasserijen; urine is namelijk een uitstekend wasmiddel en reiniger. Er stonden op vele straathoeken grote stenen kruiken om de urine te verzamelen. In de dagen van het Romeinse Rijk was urine zo belangrijk, dat, volgens de schrijver Suetonius, keizer Vespasianus belasting hief over iedere druppel die in de openbare toiletten werd opgevangen. Urine werd bovendien gebruikt bij het kleuren van leer en textiel. Urine was dus handelswaar en keizer Vespasianus wilde van die lucratieve handel wel een belastinggraantje meepikken. De 'urinehandelaars' vonden dit niet eerlijk. Het werk dat zij deden, was naar hun zeggen erg zwaar, onder andere omdat oude urine zo enorm stonk. Vespasianus had daar geen boodschap aan. Maar, "Geld stinkt niet," ("pecunia non olet") was zijn antwoord en daar komt dan ook deze, ons welbekende uitspraak vandaan. In Parijs noemt men een openbaar urinoir vandaag de dag nog altijd een 'vespasienne'.

Dat urine in de wasindustrie werd gebruikt, is op zich niet zo verwonderlijk. Chemisch onderzoek heeft aangetoond dat



Standbeeldje van een 'kruikezeiker' in Tilburg.

wanneer men urine, en dan met name de ureum en ammoniak daarvan, met vet vermengt, er spontaan witte zeep ontstaat. Dat verklaart ten dele waarom urine ook zo'n effectief middel is om huid en haren schoon en gezond te houden, zonder dat er andere zeep of shampoo aan te pas hoeft te komen.

Ook in onze streken is urine nog lang in de textielindustrie en in het bijzonder als wasmiddel gebruikt. Al eerder heb ik verwezen naar het inzamelen van urine door de stadswasserijen in Duitse dorpen en steden. Een ander interessant voorbeeld hiervan is te vinden in Tilburg. In deze stad is een standbeeldje te vinden dat de naam 'De Kruikezeiker' draagt. Achter op een ansichtkaart waarop dit beeldje staat afgebeeld, wordt kort op de geschiedenis van de naam 'kruikezeiker' ingegaan.

"Tilburg had vroeger een boerenbevolking, die veel armoede leed. In de middeleeuwen begon de Tilburgse boer de wol van zijn eigen schapen te spinnen en weefde er op een zelfgemaakt weefgetouw, dat hij in de huiskamer plaatste, een grove wollen stof van, die hij deels voor zichzelf gebruikte en deels verkocht. Zo werd de wolindustrie, die Tilburg zo groot zou maken, als huisnijverheid geboren. Later kwamen de kleine fabrikantjes, bij wie de loonarbeiders voor enkele centen per uur kwamen werken. De stof werd veredeld door een speciale bewerking, wat plassen en vollen werd genoemd. Voor het vollen en verven van de wol had men ammoniak nodig, die in urine zat. Daarom konden de arbeiders urine meenemen. Hiervoor werden zij betaald. Er waren arbeiders die voor 30 tot 40 gulden per jaar hun urine meenamen naar de fabriek. Er wordt beweerd dat de urine van maandag niet werd aangenomen, omdat het een te hoog alcoholpercentage zou bevatten. In verband met dit alles werd aan de Tilburgse bevolking de naam 'kruik zeikers' gegeven."

Bij de Keltische druïden bestond er weer een ander gebruik van urine. De druïden hadden een periodiek terugkerend ritueel waarbij zij in een trance geraakten om hun werk te kunnen doen. Om in deze trance te komen, maakten zij gebruik van zogenaamde 'magic mushrooms', paddestoelen waarvan je gaat hallucineren. Aangezien deze paddestoelen ook giftige stoffen bevatten en deze stoffen niet gewenst waren - hetzij in verband met de zuiverheid van het proces, hetzij omdat de lever van deze mensen op leeftijd dat niet zou kunnen verdragen - maakten zij gebruik van de volgende methode. Zij lieten jongemannen de paddestoelen eten zodat de lever van die jongemannen de gifstoffen van de paddestoelen zouden uitfilteren. De hallucinerend werkende substanties bleven echter in het bloed en verlieten na verloop van tijd via de urine het lichaam en deze stoffen waren op zichzelf niet giftig.

Vervolgens dronken de oudere druïden de urine en kwamen op deze - beveiligde - manier in een andere staat van bewustzijn.

Deze traditie was ook bij Fins-Oegrische stammen in Siberië bekend. Bij de beschrijving van de hallucinogene paddestoel 'amanita muscaria', ofwel de vliegenzwam, wordt in het boek *Over Planten der doden* naar het drinken van urine verwezen.

"Totdat de Russen alcohol brachten, hadden de Siberische gebruikers van paddestoelen geen enkel ander bedwelmend middel. De paddestoel werd in de zon gedroogd en zo gebruikt, of geweekt in melk van rendieren of in water, of in het sap van zoets makende planten. Als de paddestoel zo gegeten werd, moest hij eerst in de eigen mond of in de mond van een jonge vrouw bevochtigd worden voordat het vlees werd ingeslikt. In het ritualistische gebruik ontwikkelde zich de ceremonie van het dunken van urine, omdat men ontdekte dat de werkzame bestanddelen onveranderd het lichaam verlieten - zeer ongewoon voor hallucinogene verbindingen. In een oud verslag staat dat 'De Koryaken water over de paddestoelen goten en ze dan kookten. Dan wordt de vloeistof gedronken en raakt men bedwemd; de armen die geen voorraad kunnen aanleggen, stellen zich op rond de hutten van de rijken en nemen de gelegenheid te baat om, als die buiten komen om te urineren, de urine op te vangen in houten kommen en dan gretig de urine te drinken, die nog sterk genoeg is om anderen te bedwelmen"

(Uit: *Over Planten der Goden*, Evans-Schultes, R. & Hofmann, A., Spectrum, Utrecht 1979, blz. 83.)

Urine heeft in de loop der geschiedenis altijd een zekere functie gehad in de alchemietraditie. Ook heden ten dage speelt urine nog een rol bij toebereiding en gebruik van op alchemie-basis geproduceerde medicijnen. De bekende auroloog en alchemist Jelle Veeman heeft in dit verband verscheidene malen over het belang van urine gesproken. Het volgende fragment illustreert het gebruik van urine door zogenaamde alchemisten.

"In 1669 ontdekte Brandt, een chemicus uit Hamburg, terwijl hij de steen der wijzen aan het zoeken was, het fosfor. Hij dacht dat hij door het concentraat van urine met een metaal te verbinden, dit metaal in goud zou kunnen veranderen. Het resultaat van zijn proeven was een vaste stof die uit zichzelf licht gaf met een tot dan toe ongekend felle glans. Lange tijd verkreeg men fosfor door de stof die overblijft na het indampen van urine te calcineren in een stenen retort waarvan de hals in water is gedompeld."

(Uit: *Rode rozen en tortilla's*, Laura Esquivel, uitgeverij Arena/Muntinga, Amsterdam 1991/1993, blz. 102)

We keren terug naar het gebruik van urine als geneesmiddel. Vanaf ongeveer 1700 zijn er een aantal bronnen overgeleverd, waarin expliciet de genezende werking van urine besproken wordt. Zo preees een tandarts in Parijs in de achttiende eeuw urine als zeer waardevol mondwater aan. Eveneens in de 18e eeuw gebruikten Franse en Duitse medici koeienurine ter beheersing en genezing van geelzucht, reumatische aandoeningen, jicht, **waterzucht**, ischias en astma.

Een zekere Johann Heinrich Zedler wordt geciteerd in het *Grofen Vollständigen Universallexikon* uit 1747. Daar staan onder andere de volgende tips wat betreft het gebruik van urine als geneesmiddel.

"In zowel mensen- als dierenurine bevinden zich nuttige dingen. ... Mensenurine heeft versterkende en heilzame eigenschappen bij vele gebreken."

"Bij haaruitval bijvoorbeeld helpt een mengsel uit aardappel- en zwavelpoeder,; vermengd met opgewarmde, oude urine. Met dit mengsel dient men het hoofd in te smeren en dat remt de haaruitval af (eventueel kan kalvergal toegevoegd worden)." "Verwondingen aan de ogen geneest men het best met honing die men in lichtkokende jongensurine oplost. Daarmee wast men de ogen dan zo vaak mogelijk."

"Bij keelontstekingen van welke aard dan ook helpt het met urine te gorgelen waaraan een beetje saffraan is toegevoegd."

"Bij trillende handen en knieën helpt het wassen en intwrijven met eigen urine die men warm inmasseert direct nadat men geplast heeft."

"Bij beginnende waterzucht dient voor langere tijd de eigen ochtendurine op nuchtere maag gedronken te worden. Datzelfde helpt ook tegen geelzucht."

(Uit: *Ein ganz. besonderer Saft - Urin*, Carmen Thomas, vgs Verlagsgesellschaft, Keulen 1993, blz. 13-14)

Armstrong geeft in zijn boek een citaat uit het Engelse boek *One Thousand Notable Things* (Duizend Opmerkelijke Zaken). Het boek verscheen aan het eind van de achttiende eeuw in Engeland, Schotland en Ierland. De vertaling van dit citaat volgt hieronder.

"Een universele en uitstekende remedie voor allerlei kwalen zowel inwendig als uitwendig: drink uw eigen luater gedurende negen dagen en dal geneest scheurbuik en maakt het lichaam licht en vrolijk."

"Het werkt uitstekend bij waterzucht en bij geelzucht, wanneer men het drinkt zoals hiervoor aangegeven."

"Was uw oren met warme urine en dat helpt tegen doofheid, oorsuizen en de meeste andere oorkwalen."

"Was uw ogen met uw eigen water en dat geneest pijnlijke ogen en verbetert en versterkt het gezichtsvermogen."

"Was en masseer uw handen ermee en dit helpt tegen stijfheid, kloofjes en zweertjes en het maakt de geïorichten soepeler."

"Was iedere groene wond (koudvuur) ermee en het is een buitengewoon goed middel."

"Was er iedere plek die jeukt mee en het neemt de jeuk weg."

"Was het achterwerk ermee en dat helpt tegen aambeien en andere pijnlijke aandoeningen."

(Uit: The Water of Life, J.W. Armstrong, Health Science Press, London 1971, blz. 13)

Dit fragment geeft al meteen aan hoe veelzijdig de toepassingen van urine waren: van jeuk tot dodelijke ziekten als koudvuur.

Ander opmerkelijke fragmenten over de toepassingen en eigenschappen van urine zijn te vinden in het boek *Salmon's English Physician*, dat in 1695 werd gepubliceerd. Hieronder volgen de vertalingen van de citaten zoals ik die in het boek van Armstrong heb aangetroffen.

"Urine kan men van de mens of van de meeste viervoetige dieren nemen; voornamelijk die van eerstgenoemde wordt in de Physieck en Chemieck gel/ruikt. Plet is het serum ofwel het waterige deel van het bloed, dat bij de overgang van de slagaderen naar de aderen wordt afgescheiden en, door fermentatie van de onderdelen, wordt omgezet in urine... Mannen- of vrouwenurine is heet, droog, oplossend, reinigend, losbrekend en bestand tegen ontbinding; inwendig gebruikt wordt ze tegen blokkades in lever, milt en gal; eveneens tegen waterzucht, geelzucht, menstruatieblokkades bij vrouwen, de plaag en allerlei kwaadaardige koortsen."

"Uitwendig toegepast reinigt ze de huid en maakt ze de huid zacht door deze ermee te wassen, in hel bijzonder wanneer ze warm, is of versgemaakt. Maakt, heelt en droogt wonden, zelfs wanneer die door giftige wapens veroorzaakt zijn. Geneest roos, schurft, en wanneer op de polsen aangebracht, verkoelt de hitte van koorts. Is uitstekend tegen trillen, stijfheid, verlamming, en indien aangebracht op het gebied van de milt, verzacht urine pijn daarin."

"De goede eigenschappen van de vluchtige zouten in urine - ze absorbeert op krachtige wijze zuren en roeit zo de wortels van de meeste ziekten uit. Ze opent blokkades in de... aderen,... baarmoeder, reinigt de gehele massa aan bloed en vochten, geneest... reumatisme en hypochondrische ziekten, en wordt met wonderbaarlijk effect toegediend bij toevallen, duizeligheid, beroerte, stuipen, apathie, migraine, verlamming, onbeweeglijkheid, stijfheid, ledematen die men niet meer kan gebruiken, atrofie, waanideeën, toevallen van recente moeders, en bij de meeste koude en vochtige ziekten van hoofd, hersenen, zenuwstelsel, gewrichten en baarmoeder. (Wille vloed dient ook aan deze lijst te worden toegevoegd.)"

"Ze opent blokkades van de aderen en van het urinekanaal, lost tevens verstenende samenklontering in die delen op, en breekt en drijft steen en gruis uit. Ze is een gerichte remedie tegen dysuria, ischuria en welke blokkades van urine dan ook."

(Uit: The Water of Life, J.W. Armstrong, Health Science Press, London 1971, blz. 13-15)

Ook in dit fragment blijkt weer hoe veelzijdig de toepassing van urine volgens de schrijver is: een lange rij van ziekten en kwalen passeert de revue. Hij zet bovendien vrij precies uiteen wat urine is, namelijk een deel van het bloed, en wat de eigenschappen ervan zijn: onder andere reinigend en bestand tegen ontbinding.

Armstrong citeert ook een artikel van een geleerde uit zijn tijd, een zekere professor Jean Rostand, die ingaat op het biologisch belang van hormonen en het feit dat deze in grote hoeveelheden in menselijke urine aan te treffen zijn. Een passage uit dit artikel luidt als volgt.

"Een recente ontdekking omtrent de activiteit van hormonen heep het onderzoek ernaar in een revolutionaire fase gebracht - namelijk dat de meeste hormonen door de nieren uitgefilterd worden om vervolgens via de urine het lichaam te verlaten. In normale urine zijn meerdere hormonen van de hypofyse, de bijniere en de geslachtsklieren aangetroffen.... De ontdekking van hormonenurinologie heeft verstrekkende gevolgen. Urine verschaft een praktisch onbegrensde hoeveelheid basisstoffen... Vanuit therapeutisch oogpunt is het mogelijk zich voor te stellen dat het gebruik van deze hormonen mogelijkwijze een behoorlijk sterke invloed op het menselijk lichaam kunnen hebben..."

(Uit: The Water of Life, J.W. Armstrong, Health Science Press, London 1971, blz. 15)

Deze man was zijn tijd blijkbaar ver vooruit, want het wetenschappelijk onderzoek naar deze hormonale werking van urine is recentelijk pas goed op gang gekomen. Elders in dit boek zullen we nog uitgebreid op de urinetherapie en de hormonale werking ervan ingaan.

Een andere geleerde uit het begin van deze eeuw, de arts Dr. T. Wilson Deachman, schreef lovend over urine. Hij realiseerde zich de enorme waarde van urine en van de intelligentie van het lichaam als zelfgenezend organisme. Er is echter blijkbaar niet door andere artsen naar hem geluisterd. Dit is wat hij over urine geschreven heeft.

"Aangezien de samenstelling van urine varieert al naargelang de pathologische conditie van de patiënt, kan het gebruik ervan voorgeschreven worden bij alle vormen van ziekte, uitgezonderd die welke veroorzaakt zijn door traumatisme (gel/roken ledematen) of die welke mechanisch van aard zijn. Het bespaart de dokter vergissingen die kunnen worden gemaakt bij het selecteren van één aangewezen remedie uit een mogelijkheid van drieduizend of meer geneesmiddelen. ...Wat niet door krachten van het lichaam zelf kan worden genezen kan ook niet door krachten van buiten het lichaam worden genezen." (Uit: *The Water of Life*, J.W. Armstrong, Health Science Press, London 1971, blz. 16)

Een ander fragment dat door Armstrong wordt geciteerd, is een verslag uit *Doctors, Disease and Health* (Doktoren, Ziekte en Gezondheid) van Cyril Scott over een zekere mijnheer Baxter, die voor korte tijd patiënt van Armstrong was geweest.

"Mijnheer Baxter, die een aanzienlijk hoge leeftijd had bereikt, verklaarde dat hij zichzelf van een kankergezwell had genezen door zijn eigen urine erop aan te brengen in de vorm van compressen, en door zijn urine puur te drinken. Hij verklaarde tevens zichzelf op deze eenvoudige manier van talloze andere klachten te hebben genezen. Mijnheer Baxter beweerde dat urine de beste antiseptische stof is die er bestaat, en hij zei dat, nadat hij dit ontdekt had, hij de gewoonte had opgevat iedere dag drie volle bekertjes te drinken om ziekten te voorkomen. Hij beweerde dat, indien eigen urine op deze manier weer ingenomen wordt, ze steeds onschadelijker wordt. Hij paste ze toe op zijn ogen als een versterkingslotion en gebruikte het na het scheren voor zijn gezicht. Hij adviseerde het gebruik van urine ook in geval van wonden, zwellingen, zweien, enzovoorts."

(Uit: *The Water of Life*, J.W. Armstrong, Health Science Press, London 1971, bh- 17)

Hoewel Armstrong blij moet zijn geweest met dit handjevol citaten van geleerden, realiseerde hij zich dat de kracht van de medische wereld, die er andere ideeën op na hield, zeer sterk was. Toch is hij buitengewoon volhoudend geweest in zijn overtuiging en enthousiasme wat de urinetherapie betreft, niet in de laatste plaats waarschijnlijk omdat hij zichzelf ermee had genezen van een ongeneeslijk verklaarde tbc.

Armstrong was begonnen met de urinetherapie na een lange lijdensweg waarbij dokter na dokter niet in staat bleek zijn klachten te genezen. Integendeel, zijn conditie verslechterde alleen maar. De aanzet tot het toepassen van de urinetherapie was tweeledig. Ten eerste was er een citaat uit de bijbel dat hem weer aan het denken zette. Dit citaat komt uit Spreuken 5:1-23 en luidt: *"Drink water uit uzo eigen regenbak en welwater uit uw eigen bronput."* Ten tweede waren er de jeugdherinneringen van zijn moeder, die urine op zijn door een bijensteek opgezwollen gezicht had gesmeerd, en van zijn opa, die dieren met urine behandelde.

Armstrong laat in het midden of men dit citaat uit de bijbel zo dient te interpreteren als hij heeft gedaan, maar noemt het wel als de bron van inspiratie voor zijn start van een vastenkuur van 45 dagen op uitsluitend urine en water. Deze vastenkuur combineerde hij met het zichzelf inmasseren met urine omdat hij ergens anders in de bijbel, namelijk in het Evangelie van Mattheus 6:17, het volgende had gelezen: *"Maar gij, zalf uw hoofd, als gij vast, en was uw gelaat."* Hij merkte dat het in masseren met urine het vasten veel makkelijker en aangamer maakte.

Armstrong heeft na zijn eigen succesvolle ervaring honderden mensen behandeld met of geadviseerd over de urinetherapie. Pas na tientallen jaren heeft hij, op uitdrukkelijk verzoek van mensen die hij behandelde, een boek over zijn ervaringen en kennis geschreven. Dit is het al eerder genoemde en geroemde boek *The Water of Life*. Dit boek was, is en blijft een grote inspiratiebron voor een ieder die zich met de urinetherapie bezighoudt, zowel in het Westen als in het Oosten.

Zoals ik al eerder zei, realiseerde Armstrong zich maar al te goed dat zijn boodschap aan de mensen niet strookte met het toen gangbare wetenschappelijke dogma, dat voornamelijk op symptoombestrijding gericht was en mechanistisch van aard. Zijn goede resultaten hebben in Engeland destijds helaas geen enkele arts kunnen inspireren er zich verder in te verdiepen.

Toch is er in de Europese geschiedenis een aantal pogingen gedaan om behandelingen met urine op een wetenschappelijk niveau te krijgen. Met het uitvinden van de hypodermische naald en injectiespuit begon men met het injecteren van urine. Dit gebeurde eerst in Europa en later ook in de Verenigde Staten, zoals blijkt uit de in 1863 verschenen *The Physiological Memoirs of Surgeon-General Hammond, US Army*, waarin naar deze methode werd verwezen. Vandaag de dag zijn er nog maar weinig artsen die urine-injecties in hun praktijk toepassen. Alleen in Duitsland doen 'Heilpraktiker' dit nog met enige regelmaat. Het wordt gezien als een goede manier om ziekten te behandelen, die met allergieën samenhangen.

Kortgeleden was er een reportage op RTL Plus, een Duitse commerciële tv-zender, over de urinetherapie en haar toepassingen. In deze reportage werd onder andere getoond hoe een vrouw die in menopauze zat, zichzelf met urine injecteerde.

In de eerste helft van deze eeuw nam met name in Duitsland de medische belangstelling voor urine en haar bestanddelen toe. Men begon daar te experimenteren met het injecteren van urine en de resultaten waren goed te noemen.

De Duitse arts Dr. Herz werd een enthousiast aanhanger van deze methode. Hij schreef in 1930 een boek over zijn ervaringen met de titel *Eigenharnbehandlung*. Hoewel wetenschappers en behandelende klinieken aanvankelijk geïnteresseerd reageerden,

belandde het onderzoek in het veranderende Duitsland van weleer, waarin de wetenschap haar vrijheden verloor, op een dood spoor. Toch bleef een aantal artsen de therapie toepassen. Een fervent volgeling van Dr. Herz was de Duitse arts Dr. Martin Krebs.

In de 40er jaren gaven dokters in Duitsland urineklima's aan kinderen die blootgesteld waren aan mazelen of pokken. Degenen die op die manier behandeld waren, kregen een veel mildere vorm van die ziekten. Martin Krebs heeft over de toepassing van de urinetherapie bij kinderen en over de resultaten ervan een boek geschreven met de titel *Der menschliche Ham als Heilmittel* (Menselijke urine als geneesmiddel).

Dr. Edam uit Duitsland adviseerde in 1965 de urinetherapie als meest effectieve behandeling van morgenziekte bij zwangerschap en raadde de grotere academische ziekenhuizen aan deze methode uit te proberen in plaats van het veelvuldig gebruik van medicijnen. Er waren, zo zei hij, nog nooit bijwerkingen geconstateerd en hij hoopte dat meer dokters zich in deze therapie zouden verdiepen.

Men begon geheel onafhankelijk daarvan de effectiviteit van afzonderlijke onderdelen van urine te onderzoeken. Over het bestanddeel ureum bijvoorbeeld, waaraan urine haar naam heeft te danken, zijn honderden onderzoeksrapporten verschenen. Over het belang van ureum bij de werking van de urinetherapie volgt later meer (zie hoofdstuk 4). Hier volstaat het gegeven dat ureum inmiddels op verscheidene manieren met succes wordt aangewend, zowel op farmaceutisch als op cosmetisch gebied.

Er wordt dus onderzoek gedaan naar de eventuele geneeskrachtige werking van afzonderlijke bestanddelen in urine. Zowel de cosmetische als de farmaceutische industrie gebruiken op grote schaal tientallen afzonderlijke bestanddelen zoals die in urine worden aangetroffen. Een goed voorbeeld hiervan zijn de hormoonpreparaten die gewonnen worden uit de urine van zwangere vrouwen. Onder het motto 'Moeders voor Moeders' wordt urine van zwangere vrouwen ingezameld en verwerkt tot een hormoonproduct voor vrouwen die moeilijk een preparaat van deze urine gemaakt, dat wordt

Hieronder volgen twee voorbeelden van urinesubstanties die van belang zijn bij het urinetherapie in geval van kanker.

- In de 60er jaren isoleerde

Urinetherapie reeds voor we geboren worden ? Ken foetus drijft in vruchtwater, wat voor het grootste deel uit urine bestaat. Iedere dag neemt het kind een deel daarvan wen op en plast het vervolgens weer uit: een natuurlijke kringloop die een belangrijke rol speelt bij het opbouwen van de organen en het lichaam van de nog ongeboren baby.



groeï

zwanger kunnen worden. Als nevenproduct wordt ook gebruikt bij kuren om af te slanken. uitkomsten van wetenschappelijk onderzoek naar verklaren van de geneeskrachtige werking van de

nobelprijswinnaar Albert Szent Gyorgi, de man die ook vitamine C ontdekt heeft, een substantie met de naam 3-methyl glyoxal uit urine. Van deze substantie is vervolgens aangetoond dat ze kankercellen vernietigt.

- Een zekere Dr. S. Burzynski heeft een peptide onderdeel met de naam antineoplaston uit menselijke urine geïsoleerd en hiervan is bekend geworden dat het selectief de groei van kankercellen tegengaat zonder de van normale cellen tegen te gaan. Er zijn inmiddels vele substanties in urine ontdekt die een anti-kanker werking hebben, waaronder ook het al eerder besproken

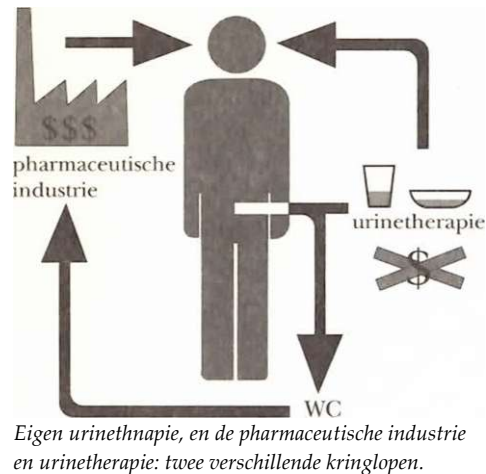
hormoon melatonine. Een aantal andere substanties met een anti-kanker werking komt in hoofdstuk 4 nog kort aan bod. Een interessant gegeven met betrekking tot het behandelen van kanker wil ik hier nog vermelden. Men heeft ontdekt dat de stof laetrile, ook wel aangeduid met vitamine B17, een zeer goed resultaat laat zien bij de behandeling van kanker. Alhoewel men eerst niet goed wist hoe men deze stof kon produceren, ontdekte men vervolgens dat, wanneer men geiten amandel- en abrikozepitten te eten geeft, er zich een bruikbare dosis laetrile in de geitenurine bevindt. Uit het volgende fragment blijkt dat mensen in feite tot eenzelfde productie van laetrile in staat zijn.

"Ook wij produceren een kleine hoeveelheid laetrile bij de consumptie van abrikozepitten (en amandelpitten). Al duizenden jaren worden in de oeroude geneeskunde kankerpatiënten met urine behandeld. Voor ons is het mogelijk boeiend om na te gaan wat er gebeurt als we de gezouten en geroosterde pinda's, een verre van ideale voedselbron, eens zouden vervangen door de pitten uit amandel- of abrikozekernen."

(Uit: Pleidooi voor Biologische Kankerbestrijding, P.H.W.A.M. van de Veer, blz. 60)

Kort geleden is ontdekt dat foetussen (baby's die nog in de baarmoeder zijn) hun vrucht water gebruiken om hun longen te ontwikkelen.

De foetus 'ademt' letterlijk deze vloeistof z'n longen in. Zonder deze vloeistof ontwikkelen de longen zich niet. De belangrijkste component van deze vruchtwatervloeistof is de urine van de foetus. Men heeft ontdekt dat operaties die in de baarmoeder worden uitgevoerd geen littekens achterlaten. Het vruchtwater waarin de foetus drijft, zorgt binnen de baarmoeder voor de perfecte genezing van iedere wond.



Ondanks al deze gegevens is de medische wereld er tot nu toe nog niet toe overgegaan urine en haar werkingen als totaalprodukt te onderzoeken. Wel hebben, zoals al eerder vermeld, zowel farmaceutische als cosmetische industrie de commerciële waarde van urine en haar afzonderlijke bestanddelen ingezien.

Het bedrijf Enzymes of America in de Verenigde Staten heeft een speciaal filter ontworpen dat de proteïnen van mannelijke urine verzamelt in de 10.000 verplaatsbare toiletten die eigendom zijn van zijn dochterfirma Porta-John. Urine bevat minieme hoeveelheden proteïnen die door het lichaam aangemaakt worden, waaronder een aantal medisch zeer belangrijke zoals groeihormonen en insuline. Er bestaat een markt van 500 miljoen dollar per jaar voor dit soort substanties, die normalerwijze volgens zeer gecompliceerde en dure methoden, zoals het clonen van cellen, worden geproduceerd. Het bedrijf is bezig zijn eerste belangrijke produkt, namelijk Urokinase, op de markt te brengen. Urokinase is een enzym dat bloedstolsels oplost en onder andere gebruikt wordt bij de behandeling van slachtoffers van een hartaanval. Het bedrijf heeft contracten om deze enzymen te leveren aan meerdere vooraanstaande farmaceutische bedrijven. Deze methode is min of meer afgekeken van de Chinezen. In de wereldstad Shanghai wordt in de vele en grote publieke toiletten de urine opgevangen in grote bekkens. Vervolgens wordt deze urine door het stadsbestuur aan farmaceutische bedrijven verkocht, die daaruit ondermeer Urokinase halen. Dit wordt als geneesmiddel uitgevoerd en over de hele wereld verkocht en dat levert de Chinese economie ruim twee miljoen gulden per jaar op.

Dit idee om openbare toiletten te exploiteren met het doel de substanties van urine te gebruiken om er andere produkten van te maken, is ook in Nederland niet onbekend. De Amsterdamse 'kruul', ofwel openbaar urinoir, is uit een dergelijk initiatief ontstaan. Paul Arnoldussen schrijft in zijn boek *Koffiehuizen, kiosken en klaarovers - Amsterdamse verhalen in kaart* over de komst van de eerste urinoirs halverwege de vorige eeuw. Het idee om openbare urinoirs in Amsterdam te plaatsen kwam van de sociaal bevlogen arts en apotheker Samuel Sarphati. Volgens Arnoldussen werd dokter Sarphati daarbij gedreven door zakelijke belangen. "Menselijke uitwerpselen waren geld waard, ingenieurs berekenden in die tijd dat een liter menselijke urine genoeg voedingsstoffen bevatte voor de productie van een kilo graan."

(Uit: *Koffiehuizen, kiosken en klaarovers - Amsterdamse verhalen in kaart*, Paul Arnoldussen, Instituut voor Sociale Geografie Amsterdam, blz. 34)

De laatste jaren is de wetenschappelijke interesse voor de urinetherapie weer wat toegenomen, met name bij een aantal artsen die vanuit een natuurgeneeskundig perspectief t.e werk gaan.

In 1991 verscheen in Duitsland een boek van de hand van Dr. med. Johann Abele. Hoewel gepubliceerd als een verbeterde en herziene uitgave van het boek van Dr. Herz en verschenen onder bijna dezelfde titel (*Die Eigenharn- behandlung: nach Dr. med. Kurt Herz; Erfahrungen und Beobachtungen*), bevat het boek nog slechts een deel van het voorwoord van het oorspronkelijke boek. Verder gaat het op vrij wetenschappelijke wijze in op verschillende aspecten van de urinetherapie, voornamelijk in de vorm van urine-injecties. Dr. Abele realiseert zich dat er geen wetenschappelijke bewijzen voor de effectiviteit van de urinetherapie op tafel liggen, maar geeft met de laatste woorden van zijn boek toch een serieuze aanbeveling aan de medische wereld voor het gebruik van deze therapie.

"Uitgaande van het feit dat voor de Tweede Wereldoorlog, in een tijd waarin welvaart ver te zoeken was, autourinetherapie uitgebreid onderzocht werd en bekende onderzoekers verbazingwekkende resultaten te melden hadden, is het voor iemand die dit zonder enige vooringenomenheid bekijkt verwonderlijk dat deze therapievorm na 1945 - zoals overigens met veel natuurgeneeskundige methoden die louter op ervaring berustten het geval was - wat betreft openlijk onderzoek en discussie uit het beeld is verdwenen en slechts bij enige buitenstaanders als een soort Doornroosje verder leeft.

In een tijd waarin de zuivere natuurwetenschappen en de wiskunde zijn aangeland bij gebieden waar wetenschap en geloof - eens verbitterde tegenstanders - elkaar kunnen ontmoeten, kan men het zich niet veroorloven een zo interessante volksgeneeskundige methode weg te wuiven met de opmerking dat het hier om een overblijfsel uit de magische 'drek-apotheek' van primitieve volkeren gaat; wetenschappelijk zou bij haar nog niets tastbaars gevonden zijn, en dus ook niet te vinden zijn. Een niet-werkzame therapievorm leeft echter niet eeuwenlang in het bewustzijn van een volk voort! De altijd opnieuw verbazingwekkend goede resultaten die de therapeut die met de urinetherapie werkt in zijn praktijk tegenkomt, kunnen niets anders dan hem ertoe dwingen - en zouden ook anderen ertoe moeten dwingen - om deze therapie bij veel, anders 'ongeneeslijke gevallen' in te zetten, ook al blijft de werking ervan onverklaard. Want men zou het als de voornaamste taak van een arts moeten zien, ook tegen de heersende norm en opvattingen iedere succesbelovende therapie in te zetten, daarmee een oud gezegde volgend 'Wie geneest, heeft gelijk.'"

(Uit: Die Eigenharnbehandlung; nach Dr. nied. Kurt Her./; Erfahrungen und Beobachtungen, Dr. med. Johann Abele, 8e verbeterde oplage, Karl F. I laug Verlag, Heidelberg, 1991, blz. 71-72)

Naast het reeds besproken boek van Carmen Thomas verscheen in Duitsland in 1993 nog een ander boek over de urinetherapie met de titel *Die Heilkraft der Eigenharntherapie* (De genezende kracht van de urinetherapie), geschreven door Ingeborg Allmann, een voormalige apotheker. Ook zij was door persoonlijke ervaringen in een crisissituatie met de urinetherapie in contact gekomen. Ingeborg Allmann leed aan ernstige allergische astma en reguliere medicijnen brachten daarin weinig verbetering. Na verloop van tijd ontwikkelde zij een sterke afkeer tegen alle chemische producten, waar zij vroeger haar geld mee verdiend had. Na een volledige ommezwaai ging zij met natuurlijke geneeswijzen aan de slag en de urinetherapie nam daarbij een belangrijke plaats in. Over haar ervaringen schreef Allmann uiteindelijk een boek, dat naast de urinetherapie ook een aantal algemene principes van holistische geneesmethoden bespreekt.

"De urinetherapie vertegenwoordigt meer dan alle andere therapieën de grondbeginselen van de natuurgeneeskunde, volgens welke men niet op passieve wijze genezen dient te worden, maar zichzelf op actieve wijze zou moeten genezen. Eigen urine is een gericht geneesmiddel voor iedereen die ziek is - als het ware persoonlijk voor hem geproduceerd en op zijn behoefte van dat ogenblik afgestemd - want ze verandert ieder moment van samenstelling.

Ken middel dat niet alleen maar geneest, maar dat ook, als voorzorg ingenomen, de gezondheid instandhoudt.

Energetisch gezien kan men urine als een exact hologram van zowel gezonde als zieke lichaamsvloeistof beschouwen. Dat wil zeggen dat alle gegevens omtrent de lichaamsvloeistoffen in urine opgeslagen zijn.

Iedereen moet in feite opnieuw met eigen verantwoordelijkheid leren omgaan met zijn eigen gezondheid - legt u uw meest waardevolle goed anders ook zo lichtvaardig in de handen van een vreemde? - en de urinetherapie helpt u daarbij op de meest eenvoudige wijze."

(Uit: Die Heilkraft der Eigenharn-Therapie, Ingeborg Allmann, Verlag Dr. Karl Höhn KG, Biberach 1993, blz. 5-6)

Allmann benadrukt het belang van vasten, zeker bij chronische ziekten. Ook beschrijft zij de methode van het injecteren van urine alsmede nog weer een andere methode waarbij een mengsel van eigen urine en eigen bloed wordt gemaakt. Van dit mengsel dient men vervolgens op regelmatige basis een paar druppels oraal in te nemen.

Allmann gaat verder in op de nieren als bron van oerenergie, die voor het lichaam onmisbaar is. De nieren zijn vitale organen en zeer belangrijk voor het evenwicht van het hele organisme en het functioneren van vele andere afzonderlijke organen. De urinetherapie vormt volgens Allmann een uitgelezen methode om die oerenergie te herstellen en te stimuleren.

"Daar eigen urine het beste geneesmiddel voor de nieren is, dat wij ons kunnen voorstellen, worden op die manier, namelijk via onze nieren, alle ziekten genezen, die door niet goed of niet voldoende functioneren van deze organen zijn ontstaan.

Aangezien het voor iedere holistische genezer duidelijk is dat alle kringlopen van het lichaam met elkaar in verbinding staan, heeft reeds één herstelde kringloop een positief effect op alle andere."

(Uit: Die Heilkraft der Eigenharn-Therapie, Ingeborg Allmann, Verlag Dr. Karl Höhn KG, Biberach 1993, blz. 24)

In het boek van Allmann wordt uitvoerig beschreven welke rol de pH-waarde speelt en hoe belangrijk het zuren-basengehalte voor ons lichaam en onze gezondheid is. Verder geeft Allmann een overzicht van de lange reeks van ziekten waar de urinetherapie goede resultaten heeft laten zien. Zowel Allmann als Abele gaan ervan uit dat candidiasis (een tegenwoordig zeer vaak voorkomende, hardnekkige schimmelinfectie) met behulp van een urine-vastenkuur van drie weken volledig genezen kan worden. Aan het eind van haar boek geeft Allmann, als expert op dat gebied (ze was immers apotheker van beroep), nog een overzicht van de chemische samenstelling van urine.

In een ander recent verschenen boek over de urinetherapie wordt nog uitvoeriger ingegaan op de substanties die zich in urine bevinden. Dit boek is geschreven door een Zwitserse arts, Dr. nied. U.E. Hasler, en draagt de titel *Eine eigene Apotheke ist in dir* (Er huist een apotheek in uzelf). In het boek vertelt Hasler hoe hij kort na de Tweede Wereldoorlog voor het eerst over het gebruik van de urinetherapie hoorde. Men had deze vaak aan het front gebruikt bij gebrek aan andere middelen. Zijn interesse werd eerst veel later opnieuw gewekt toen hij een verhaal over een arts uit de Karpaten in Oost-Europa hoorde. Deze arts, zo ging het verhaal, behandelde vele mensen, die vaak van heinde en ver naar hem toe gereisd waren, met niets anders dan de urinetherapie. Hij bewerkstelligde met deze methode verbetering, vermindering of genezing van ziekten, waarin andere methoden tot dan toe gefaald

hadden. Overigens schijnt vandaag de dag ook in Rusland de urinetherapie niet onbekend te zijn en nog veel te worden toegepast, zelfs in sommige ziekenhuizen.

Hasler wilde hier meer over weten en besloot meer informatie te vragen aan een zekere Man tak Chia, een oosterse leermeester op het gebied van gezondheid en spiritualiteit, die ook hier in het Westen bekendheid geniet.

Hij vroeg hem: "...of hij ook weleens van deze zeldzame methode had gehoord. Meteen begon hij met zijn hele gezicht te lachen en wees naar zichzelf en zei: 'Ik doe het zelf. jullie artsen uit het Westen vergissen je enorm indien jullie denken dat de nieren slechts giftige stoffen uitscheiden. Kijk eens naar de bemesting van planten. De mens is ook zo V? plant die daaruit grote voordelen kan halen.'"

(Uit: Eine eigene Apotheke ist in dir; eine alte Volksheil- methode aus Asien, Dr. med. U.E. Hasler, Eigenverlag, St. Gallen 1993, blz. 9)

Hasler verklaart de werking van de urinetherapie gedeeltelijk op grond van de vele werkzame substanties die zich in urine bevinden. Hij illustreert dit met een overzicht (bijna 20 blz.!) van die substanties en hun mogelijke werking. Maar Hasler beperkt zich niet alleen tot de medische aspecten van deze substanties. Hij heeft het ook over de 'levensenergie' die zich in urine bevindt.

"Na het weergeven van de verbazingwekkende hoeveelheid bestanddelen is een positieve werking begrijpelijk geworden. A-L ('zelfvoortgebrachte vloeistof, d.w.z. urine, vert.) vertegenwoordigt een levende substantie. De vloeistof is vol leven en bevat zeer belangrijke levensenergie.

In de complementaire geneeskunde kennen we reeds meerdere methoden die zich met levensenergie bezighouden. In ons menselijk lichaam bevindt zich een innerlijk genezingsprincipe; ik noem dat ook wel de 'innerlijke arts'. Deze innerlijke arts is zeer intelligent en hij wil het betreffende organisme - of dat nu een plant, een dier of een mens is - zo gezond mogelijk houden. Onafhankelijk en gewoonlijk vanuit het onbevuiste is hij voortdurend in de weer, hij kent geen nachtrust, geen zondagen, geen vakantie, hij is er altijd, zolang het organisme leeft."

(Uit: Eine eigene Apotheke ist in dir; eine alte Volksheilmethode aus Asien, Dr. med. U.E. Hasler, Eigenverlag, St. Gallen 1993, blz. 48)

Tot slot wil ik hieronder nog een citaat uit Haslers boek opnemen dat de psychologische barrières rondom de urinetherapie goed illustreert. Het zal menigeen die met de urinetherapie werkt bekend voorkomen.

"Wanneer mij dat toepasselijk lijkt, bied ik deze therapievorm aan als een extra en ondersteunende methode, maar ik laat het uiteraard aan de patiënt over of hij daar al dan niet mee aan de slag zuil gaan. Sinds het begin van mijn praktijk is er het een en ander veranderd; destijds was deze vorm van behandelen de meeste mensen onbekend en vonden zij het zeer ongewoon. De afwerende eerste reactie liep uiteen van verwondering en verbazing tot strikte afwijzing, waarbij ook vaak enige agressie en weerstand opgewekt en afgereageerd werd. Door mijn handelwijze ben ik zeer zeker een aantal mij aanvankelijk goedgezinde patiënten kwijtgeraakt, die het eenvoudigweg niet begrijpen konden dat hun arts een naar hun mening 'zo afschrikwekkende methode' in zijn arsenaal van geneesmethoden opgenomen had. Intussen heeft het 'klimaat' zich enigszins veranderd en neemt overeenkomstig het begrip toe. We zullen zien."

(Uit: Eine eigene Apotheke ist in dir; eine alte Volksheilmethode aus Asien, Dr. med. U.E. Hasler, Eigenverlag, St. Gallen 1993, blz. 147)

Na de bespreking van deze recente schriftelijke bronnen volgen hieronder nog een paar korte gegevens over het gebruik van de urinetherapie in weer een aantal andere landen.

In de Verenigde Staten zijn er verscheidene scholen en klinieken waar met natuurlijke geneeswijzen wordt gewerkt en waar de urinetherapie een belangrijke plaats inneemt. Het Water of Life Institute in Florida heeft veel bijgedragen aan de promotie van de therapie. In New York City is er momenteel een steungroep voor mensen die de urinetherapie toepassen, met zo'n 700 leden. Velen daarvan zien zich geconfronteerd met de gevolgen van AIDS. Er zijn al een heel aantal gevallen bekend van mensen met AIDS, die veel baat hebben gehad bij deze therapie.

In Engeland bestaat er een instituut onder leiding van Arthur Lincoln Pauls, gespecialiseerd in bio-orthonomie en auteur van het boek *Shivambu Kalpa* over de urinetherapie, waar veel met de urinetherapie wordt gewerkt. Een meer smeuïg voorbeeld van het gebruik van de urinetherapie in Engeland wordt ons verschaft door de Britse actrice Sarah Miles. Zij drinkt dagelijks een glaasje van haar eigen levenswater en zweert daarbij gezond en mooi te blijven. Zoals al eerder kort vermeld, is urine een fantastische huidverzorger. Dit was bij de oude Egyptenaren al bekend en het werd ondermeer door de faraofamilies toegepast. Maar ook de hedendaagse cosmetische industrie is zich van dit feit degelijk bewust. Wanneer u de ingrediënten van een aantal huidcrèmes bestudeert, zult u regelmatig 'ureum' als belangrijk bestanddeel aantreffen.

In Frankrijk zijn er recentelijk twee boeken over de urinetherapie verschenen. Het boek *Amaroli* suggereert in een lijst van namen voor de urinetherapie onder andere de speelse naam 'pipithérapie'. Naast een uitgebreide opsomming van de praktische aspecten geeft het boek een heldere visie op de plaats van de urinetherapie binnen een moderne holistische gezondheidsleer en geneeskunde.

In een klein hoofdstukje over de urinetherapie en alchemie wordt de transformerende en (zelf) regenererende werking van het weer innemen van urine besproken. In deze zienswijze vormt de urinetherapie een moderne manier om zichzelf en het eigen lichaam als het ware te 'heilgen', daar de eigen genetische structuur tot op het diepste niveau door de therapie gerevitaliseerd wordt. Daarmee wordt de link terug gelegd naar het 'heilige' karakter dat de urinetherapie in de oude tradities al werd toegedicht. Ter afsluiting van dit gedeelte volgt hieronder nog een aantal gegevens waaruit blijkt dat het drinken van urine in noodgevallen in ieder geval geen gek idee is.

Bij watertekorten is urine een goed alternatief. Ze bevredigt niet alleen de behoefte aan vocht, maar houdt mensen ook daadwerkelijk gezond. Een tijdje terug was er een aardbeving in Egypte. In de hoofdstad Caïro werd na drie dagen nog een overlevende onder het puin vandaan gehaald. De man was ondermeer blijven leven door het drinken van zijn eigen urine en hij verkeerde in uitstekende conditie. Ook hoorde ik van iemand een verhaal over een man die zich een week lang met urine in leven had gehouden in een ingestorte mijn. Toen hij na zijn redding naar buiten kwam, bleek hij er uitermate goed en gezond uit te zien en dat ook te zijn. Verder las ik laatst in de Volkskrant een artikel over een Italiaanse atleet die bij een wat bizarre wedstrijd in de Sahara verdwaald was. Toen hij na tien dagen weer in de bewoonde wereld opdook, vertelde hij hoe hij in die tijd bij gebrek aan water en andere vloeistoffen zijn eigen urine had gedronken. Dit en het eten van wat woestijnplantjes en insecten hadden hem in leven gehouden.

Wanneer men als schipbreukeling op de oceaan ronddobbert, kan het innemen van urine een goede manier om te overleven zijn, alhoewel men dan niet moet wachten tot het lichaam al bijna uitgedroogd is. Ook als de kwaliteit van water slecht is, is het drinken van urine een veilige manier om te overleven. Bij aardbevingen en overstromingen wordt het water vaak door allerlei ziekteverwekkers vervuild, terwijl urine steriel is. Het drinken van vervuild water veroorzaakt vaak ernstige ziekten, die de dood tot gevolg kunnen hebben. Urine biedt dan een goede uitkomst: vers gedronken lest ze zonder gevaar de dorst en ze is bovendien overal en altijd voorradig.

Veel soldaten hebben op die manier lange periodes in de wildernis overleefd door hun eigen urine te drinken. Soldaten in het vreemdelingenlegioen krijgen ook nu nog soms de opdracht om zichzelf helemaal met hun eigen urine in te wrijven om zo een betere weerstand tegen ziekte te bewerkstelligen. Een ander gebruik van urine door soldaten is het volplassen van hun 'kistjes', ofwel hun schoenen, voordat ze 's ochtends aan een mars beginnen. Het schijnt blaren te voorkomen of de kans erop te verminderen'.

2.2. De geschiedenis in het Oosten

Hindoeïsme

In de volksgeneeskunde wordt ook vandaag de dag nog urine als alledaagse remedie tegen allerlei kwaaltjes ingezet. In India echter zijn er verwijzingen naar de urinetherapie in oude, geleerde teksten. Het oudste voorbeeld hiervan, dat volledig bewaard gebleven is, is naar schatting 5000 jaar oud. Deze tekst bestaat uit 107 verzen (sloka's), heeft de naam *Shivamlm Kalpa Vidhi - het drinken van eigen urine om het lichaam te vernieuwen*, en is onderdeel van een geschrift met de naam *Damar Tantra*. De gehele tekst hiervan is te vinden in hoofdstuk 6.

Shivambu betekent letterlijk 'het water van Shiva'. Shiva is de hoogste en meest omvattende god uit het Indiase pantheon. De naam Shiva betekent zoiets als 'gelukzaligheid'. Men spreekt in India, in kringen van urinetherapeuten althans, vaak over het drinken van Shivambu, wat dus neerkomt op het drinken van 'het water van gelukzaligheid'.

Hieronder volgen de openingsverzen van de Damar Tantra-tekst, waarin de god Shiva begint te spreken tegen zijn vrouw Parvati.

Vers 1 t/m 4:

"O Parvati! Zij die deze methode beoefenen, kunnen de vruchten plukken van hun meditatie en van deze methode. Hiervoor worden de volgende handelingen aanbevolen tezamen met bepaalde gebruiksvoorwerpen. De eigen urine dient te worden gedronken uit een pot die is gemaakt van goud, zilver, koper, brons, ijzer, tin, glas, aardewerk, bamboe, pompoen, botten, leer of boombladeren. De urine dient in een der bovengenoemde voorwerpen opgevangen te worden en vervolgens gedronken te worden. Men kan het beste aardewerkpotten gebruiken."

We zien dat er meteen allemaal praktische aanwijzingen gegeven worden over de wijze van opvangen en innemen. Al snel volgt ook advies over wat men het beste kan eten als men de eigen urine drinkt. Hierbij moet men bedenken dat de tekst bedoeld is voor mensen die ook yoga beoefenen, veel met hun lichaam en geest werken en daaraan hun voedsel dienen aan te passen. Desalniettemin bevat het volgende vers een goede algemene richtlijn voor een ieder die de urinetherapie toepast.

Vers 5:

"Degene die deze methode volgt, dient scherpe en zoute ingrediënten te vermijden in zijn maaltijden. Hij dient zichzelf niet te veel in te spannen. Hij moet een evenwichtig en licht dieet volgen..."

Het drinken van urine werd gelijkgesteld aan het drinken van een goddelijke drank die de kracht had allerlei ziekten en kwalen uit te roeien. Uit het volgende vers blijkt dat de lichamelijke reiniging is verbonden met een leven van meditatie.

Vers 9:

"Eigen urine is goddelijke nectar! Ze heeft het vermogen een halt toe te roepen aan ouderdom en meerdere soorten ziekten en kwalen. De volgelingen dienen eerst urine in te nemen en dan hun routine en meditatie te starten."

In een aantal verzen wordt ingegaan op het belang van het inmasseren met urine. Dit is een belangrijk en aanvullend onderdeel in de toepassing van de urinetherapie, op de werking waarvan elders uitgebreid wordt ingegaan.

Hieronder volgen een paar verzen die over massage met urine gaan.

Vers 44:

"En n u, o Parvati, zal ik je het proces van masseren met Shivambu uitleggen. Als een dei gelijke massage volgens de regels wordt uitgevoerd, plukt men de vruchten van deze methode en kan men geestelijk groeien."

Vers 48:

"Shivambu dient dan op het gehele lichaam te worden aangebracht. Dit is uitermate voedend en kan alle ziekten genezen."

Vers 87:

"Als een beoefenaar, o Parvati, zijn lichaam drie keer per dag en nacht in masseert met Shivambu, zullen lichaam en spieren sterk worden en zal hij voortdurend in extase zijn. Hij zal een gezond en vriendelijk hart en een liefdevolle uitstraling hebben."

तस्य मन्त्रं प्रवक्ष्यामि ग्रहणादानसर्जने ।
मंत्रः ॥ ॐ ह्रीं क्लीं भैरवाय नमः ॥
अनेन ग्रहणं कुर्याद्योगी यत्नाच्छिवाम्बुनः ।
मंत्रः ॥ ॐ श्रीं क्लीं उड्डामरेश्वराय नमः ॥
अनेनादाय तत्पानं योगी कुर्वन्नदोषभाक् ॥४६॥
मंत्रः ॥ ॐ सर्वसृष्टिप्रभवे रुद्राय नमः ॥
अनेन देवि मन्त्रेण प्रयत्नोत्सर्जनं चरेत् ॥४७॥

Het is bijzonder om te zien hoe in deze tekst de lichamelijke reiniging vaak wordt verbonden met een zuiverheid van stemming en gemoed. Met name het laatst geciteerde vers is daar een goed voorbeeld van.

De urinetherapie schijnt door de hormonale component (zie ook hoofdstuk 4) positieve effecten te hebben op het gemoed van degene die haar toepast. Verscheidene mensen die ik gesproken heb nadat ze haar zijn gaan toepassen, merkten op dat ze zich emotioneel meer stabiel, levenslustig en vitaal voelden.

*Een stukje Sanskriet uit de
'Shivambu Kalpa Vidhi' zoals
beschreven in de Damar Tantra.*

Hieronder volgt het laatste vers van de tekst, waarin Parvati wordt verzocht het gehele verhaal geheim te houden.

Vers 107:

"O mijn geliefde Parvati! Ik heb je nu alle details van Shivambu Kalpa verteld. Deze informatie is geheim en dient goed bewaakt te worden. Vertel het niet zomaar aan iedereen door."

Met deze interessante waarschuwing eindigt het hoofdstuk over Shivambu Kalpa Vidhi zoals beschreven in de Damar Tantra. Dit exclusieve karakter dat rondom het gebruik van Shivambu hangt, komt nog sterker tot uiting in een ander verhaal dat ik alleen van horen zeggen ken. Ook hier is de basis dat Shiva aan zijn vrouw Parvati vertelt dat de urinetherapie zo goed voor de gezondheid van lichaam en geest is.

Maar er gaat in dit nogal smeulige verhaal het een en ander vooraf aan het moment dat Shiva het geheim onder druk prijsgeeft aan Parvati.

Het verhaal gaat als volgt.

Shiva en Parvati zijn gelukkig getrouwd, maar in de loop der tijd ontstaat er wat wrijving tussen de twee. Hoe komt dat? Parvati is jaloers op Shiva omdat hij er altijd zo goed en gezond uitziet en zo vitaal en levenslustig is.



Shiva en zijn vrouw Parvati. Het was niet eenvoudig voor Parvati om Shiva zijn geheim te ontfutselen, maar uiteindelijk vertelt hij het haar toch. Het blijft echter informatie om zorgvuldig mee om te gaan, zo waarschuwt hij haar.

Bovendien zegt hij zelf onsterfelijk te zijn. Maar op de vraag van Parvati wat de oorzaak daarvan is, antwoordt Shiva telkens dat dat een geheim is. Parvati neemt daar geen genoegen mee en zij begint haar echtgenoot onder druk te zetten. Ze versloft het huishouden en als dat niet helpt, laat zij steeds vaker het eten aanbranden. Maar ook dat helpt niet. Uiteindelijk besluit zij tot een rigoureuze maatregel: ze ontzegt haar man elk seksueel contact. Nu was het zo dat de wereld en het universum bestonden bij de gratie van de seksuele gemeenschap die de oppergod Shiva regelmatig met zijn vrouw Parvati had. Dan schudden hemel en aarde en daardoor bleef alle leven bestaan. Nu stond Shiva voor een zwaar dilemma. Of hij gaf zijn geheim prijs of de wereld zou ophouden te bestaan. Uiteindelijk besloot hij zijn geheim te vertellen. Niets anders was de oorzaak van zijn onsterfelijkheid en ongebreidelde levenskracht dan het drinken van zijn eigen urine. Parvati wist het nu, maar kreeg van Shiva de waarschuwing dat zij met respect met deze waardevolle informatie om diende te gaan en dit niet zomaar aan iedereen mocht doorvertellen.

De urinetherapie is op de een of andere manier vaak in enigszins geheime tradities

overgeleverd. Dat is waarschijnlijk ook de reden dat de informatie niet volledig verloren is gegaan. Een van die tradities is die van de tantrische yoga. De urinetherapie wordt in de tantrische yoga traditie ook wel Amaroli, 'nectar van de onsterfelijkheid,' genoemd. Amaroli is afgeleid van het woord 'Amar', dat onsterfelijkheid betekent. Deze techniek wordt tezamen met bepaalde yoga-oefeningen (met de naam Kriya Yoga) toegepast om het lichaam te reinigen zodat het bewustzijn uiteindelijk de hele kosmos kan omvatten. In dat geval is ze sterk verbonden met een religieuze praktijk en scholing en is ze dus niet zo

zeer een behandelingsmethode.

Swami Satyananda Saraswati zegt in het voorwoord 'Amaroli - De weg van de yogi', in het boek *Amaroli* het volgende.

"Ik ben volledig bekend met het onderwerp Amaroli en heb er persoonlijke ervaring mee. Ik heb het nooit strikt als therapie aangewend, maar als onderdeel van mijn Vajroli Kriya (een bepaalde vorm van yoga), en ik ben ervan overtuigd dat mensen die hun Vajroli willen vervolmaken door het proces van Amaroli heen zullen moeten gaan."

Vanaf 1943 tot aan 1978 (verschijningsdatum van het boek Amaroli heb ik nooit en te nimmer negatieve resultaten van het gebruik van Amaroli (urinetherapie) gezien, noch als therapie, noch aangewend voor Vajroli. Kort geleden nog kwam een man naar me toe die erg ziek was, en hij vroeg mij mijn mening over Amaroli. Ik deed hem het voorstel het zelf eens uit te proberen en te kijken wat er gebeurt. Nu, twee maanden later, is hij volledig genezen."

Vanuit het gezichtspunt van genezing, als Amaroli inderdaad minder schadelijk blijkt te zijn dan het therapeutische gebruik van medicijnen, synthetische hormonen en verscheidene andere soorten chemische substanties, als het minder bijtend en schadelijk wat betreft voedingswaarde blijkt te zijn dan Coca Cola en 7-up, als het minder verslavend en vergiftigend is dan alcohol, en minder onsmakelijk dan gelatine, dat van hoeven en horens van dieren wordt gemaakt, dan ben ik er zeker van dat het een pluspunt voor de mensheid is."

Ik ben persoonlijk van mening dat we de feiten rondom Amaroli op een zo directe, eerlijke en heldere manier als mogelijk is op een rijtje moeten zetten. Dan zal de mensheid er wellicht achter komen dat er nog talloze andere voordelen verbonden zijn aan de kennis en toepassing van Amaroli dan oorspronkelijk werd aangenomen."

(Uit: *Amaroli*, S.S. Saraswati, Bihar School of Yoga, Bihar 1978)

Veel verzen in de Damar Tantra verwijzen naar de religieus- spirituele aspecten. Men dient hierbij in gedachten te houden dat deze tekst bedoeld was voor yogi's ofwel monniken die een spirituele leerschool volgden. Een aantal dingen zal ons daarom op z'n minst overdreven in de oren klinken. Een voorbeeld hiervan is het volgende vers.

Vers 19:

"Na acht jaar werken met deze methode kan men alle vijf belangrijke elementen van het universum overwinnen. Het beoefenen gedurende negen jaar maakt iemand onsterfelijk."

In de Indiase traditie bestaat de hele materiële wereld uit de vijf elementen aarde, water, vuur, lucht en ether. Het overwinnen van deze elementen staat gelijk aan geestelijke vrijheid waardoor men niet meer steeds hoeft te reïncarneren. Het geloof in reïncarnatie komt er in grote lijnen op neer dat men ervan uitgaat dat men telkens weer geboren wordt, totdat men van het aardse leven bevrijd is, al dan niet door goede daden of door verlicht te zijn geworden.

In die zin kan men het bereiken van onsterfelijkheid ook zien als het verwerven van geestelijke vrijheid.

Andere fragmenten in de Damar Tantra verwijzen naar de invloed van de urinetherapie op stemmingen en karakter. Al eerder is gewezen op verwijzingen naar de invloed van de urinetherapie op stemming en gemoed. In de volgende fragmenten komt dit nog eens tot uitdrukking. Tevens wordt hier duidelijk dat de urinetherapie in combinatie met kruiden werd toegepast. De methode van de urinetherapie zoals beschreven in de Damar Tantra is nauw verbonden met de Ayurvedische traditie. Ayurveda is de 'leer van het lange leven', een Indiase leef- en geneeswijze die duizenden jaren oud is en nog steeds volop, en met succes, wordt toegepast. De volgende fragmenten geven aan hoe de urinetherapie met Ayurveda en Ayurvedisch toegepaste kruiden verbonden zijn.

Vers 37:

"Een mengsel van gelijke hoeveelheden Sulphur, gedroogde vruchten van de Arnla (PhylonthusErnblica) en nootmuskaatpoeder kan dagelijks worden ingenomen, gevolgd door Shivambu. Dit zal alle ziekten doen verdwijnen."

Vers 62:

"Degene die een mengsel van Shivambu en het poeder van de vijf delen van de Sharapunkha (Devnal) plant drinkt, wordt heer en meester in meditatie. Hij zal leven in spirituele extase."

Vers 85:

"O Godin, indien een beoefenaar van deze therapie iedere ochtend urine opsnuif doorzijn neus, zal hij genezen worden van alle ziekten die veroorzaakt worden door een teveel aan een van de drie elementen Kapha (slijm/water), Vata (lucht) of Pitta (gal/vuur). Hij zal een gezonde eetlust hebben en zijn lichaam zal sterk en gezond worden."

Ook in andere oude teksten die tot het religieus-spirituele erfgoed van India behoren, zijn fragmenten over en verwijzingen naar de urinetherapie ofwel Amaroli te vinden. Hieronder volgt een aantal van die fragmenten.

Hatha Yoga Pradipika 3;96-97: "Volgens de leer van de Kapalikas is Amaroli het drinken van de middenstroom waarbij men de eerste stroom overslaat omdat het te veel gal bevat en de laatste stroom omdat die geen nut heeft. Van degene die Amari drinkt, het dagelijks door de neus opsnuif, en Vajroli beoefent, daarvan wordt gezegd dat hij Amaroli beoefent."

Gyanarava Tantra, hoofdstuk 22: "Nadat men zich de juiste kennis van Dharma en Adharma eigen heeft gemaakt, wordt elk aspect van de wereld heilig - uitwerpselen, urine, menstruatiebloed, nagels, botten, deze zaken zijn allemaal heilig voor het oog van hem die onderzoek naar mantra heeft gedaan. O Parvati, er leven meerdere goden in het water waar urine van gemaakt is; waarom dan toch wordt urine als vies bestempeld?"

Harit, hoofdstuk 1, over urine: "Menselijke urine is basisch, bitter en vluchtig. Ze vernietigt ziekten van het Oog, maakt het lichaam sterk, bevordert de spijsvertering en maakt een einde aan hoesten en verkoudheid."

Bhawa Prakasha, vers 7, hoofdstuk over urine: "Menselijke urine vernietigt gif, bij juist gebruik geeft ze nieuw leven, reinigt ze het bloed en lost ze huidproblemen op; ze is scherp van smaak en bevat vele mineralen. Wanneer men ze drinkt, werkt ze als een medicijn."

Yoga Ratnakar (Mutrastakam vers 11): "Menselijke urine controleert gal in het bloed, vernietigt wormen, reinigt de ingewanden, helpt bij verkoudheid en kalmeert de zenuwen. Ij' is scherp van smaak, maakt een einde aan een gebrek aan energie en werkt als tegengif bij vergiftigingen."

Sushrut Samhita (4/2 28): "Menselijke, urine werkt als een tegengif bij vergiftigingen."

Tirumandiram (geschreven door Siddhar Tirumoolar):

"Shivambu is een medicijn voor dappere mensen. Het is een goddelijke nectar, een geschenk van Shakli, en het geeft mensen grote kracht. De god Nandi heeft ons erover verteld. De grote wijzen hebben gezegd dat het de basis van iedere geneeskunde is."

In hoofdstuk 42 van de Vyavahar Sutra, een religieuze tekst uit de Jäin-traditie, geschreven door Acharya Bhadrabahu, worden de pratimas, de beloftes en beproevingen van leerlingen opgesomd. Hieronder valt een periode als kluizenaar waarbij men vast en gedurende die periode alle urine die men uitscheidt weer opdrinkt.

De Shiva-Parvati Sambad is een oude Sanskriet-tekst die door professor Athawale uit Ahmedabad is bestudeerd. De tekst is zeer beschadigd, maar professor Athawale heeft er desondanks de volgende fragmenten uit kunnen ontcijferen.

Shiva zegt tegen zijn vrouw Parvati:

"Godin, luister naar wat ik zeg. Shivambu reinigt zeer goed, het verwijdert alle onzuiverheden uit het lichaam. Shivambu is werkelijk een goddelijke drank die voortgebracht wordt door het eigen lichaam." "Depot die men gebruikt om de urine op te vangen voordat men ze opdrinkt, dient eerst gereinigd te worden met een doek. Terwijl men de pot schoonmaakt, dient men de volgende mantra uit te spreken: 'astraya phut'."

De tekst geeft de volgende mantra die zeven keer uitgesproken moet worden voordat de urine gedronken wordt.

"Om, airn hreern amritodbhave amrita varshini, arnritarn kuru no swaha."

Een mantra is een heilige spreuk te vergelijken met een kort gebed. De supermantra's Om Namaha Shivaya van het hindoeïsme en Om Manipadme Hum van het boeddhisme zijn ook veel westerlingen wel bekend.

De tekst beweert verder dat, wanneer men een snel resultaat wil bereiken, men drie keer per dag de eigen urine kan drinken: een keer 's ochtends, een keer 's middags en een keer 's avonds, gewoonlijk een uur voor of na het avondmaal. De gevolgen hiervan kunnen onder andere zijn:

"Door het regelmatig en voortdurend drinken van Shivarnbu wordt zowel een man als een vrouw seksueel potent en verdwijnen de tekenen der ouderdom."

Ook in de Vedische traditie bestond er een verband tussen het gebruik van hallucinogene middelen en het drinken van urine. Soma was, naar men denkt, een drank die van een heilige hallucinogene plant gebrouwen was. Welke plant dat was, heeft men tot op de dag van vandaag niet kunnen achterhalen, alhoewel er veel suggesties zijn gedaan. In het al eerder genoemde boek Over Planten der Goden staat het volgende.



"In de Rig-Veda staat onmiskenbaar urinedrinken als Somaritueel vermeld: 'De gezwollen mannen pissen het vloeiende Soma. De Heren met de volle blazen pissen de snel bewegende Soma uit.' De priesters die Indra en Vayu uitbeelden en Soma opgelost in melk gedronken hebben, urineren Soma. In de Vedische gedichten is urine niet iets smerigs, maar een mooier makende metafoor voor regen: de zegening van de regen wordt vergeleken met buien van urine en de wolken bevruchten de aarde met hun urine."

(Uit: Over Planten der Goden, Evans-Schultes, R. & Hofmann, A., Spectrum, Utrecht 1979, blz. 83.)

Binnen de hindoeïstische traditie wordt de urinetherapie tot op heden door yogi's toegepast. De westerse moraal ten aanzien van lichaam en genezing heelt in de loop van deze eeuw het gebruik van urine door de gewone mensen in India praktisch doen verdwijnen. Men vertrouwt vaak meer op het receptje van de allopathische dokter. Sinds er echter een aantal boeken over de urinetherapie is geschreven en gepubliceerd in meerdere talen die in India gangbaar zijn, wint de urinetherapie weer snel aan populariteit.

Een sadhoe (heilige man uit India) drinkt naar oude traditie van zijn religieuze groepering urine uit een menselijke schedel.

Aanvankelijk was het boek van Dr. Armstrong dat voor een hernieuwde interesse zorgde. Al snel verscheen er een boek van

Raojibhai Patel. Deze man heeft de urinetherapie weer populair gemaakt in India. Patel was een welbekende vrijheidsstrijder en assistent van Mahatma Gandhi. Hij paste de therapie op zichzelf toe en genas volledig van astma en hartklachten. Vervolgens schreef hij in 1959 het standaardwerk *Manav Mootra*, een zeer informatief boek dat in zeker 3 talen is vertaald en waarvan er inmiddels meer dan 100.000 zijn verkocht.

De praktische toepassing van de urinetherapie heeft sindsdien in India veel terrein gewonnen. Er zijn verscheidene klinieken waar, zij het op zeer kleine schaal, mensen met de urinetherapie worden behandeld. De therapie wordt ook met succes toegepast in een christelijk ziekenhuis, de Bethany Colony, waar mensen met lepra worden behandeld. Hier heeft men gevallen van lepra in volledige remissie gebracht door de toevoeging van kleine hoeveelheden van de urine van patiënten aan een glas sinaasappelsap in de ochtend.



Een kliniekje in Kolhapur, India, waar met urinetherapie wordt gewerkt. Boven de ingang staat 'Shivambu Nature Gure Hospital'. In India noemt men urine(therapie) vaak Shivambu. Shivambu betekent 'het water van Shiva \ ofwel het water dat geluk en voorspoed brengt.

In een arm land als India is de verspreiding van een zo effectieve geneeswijze, die bovendien kosteloos is, van groot belang. Het was niet in de laatste plaats de ex-premier van India, Morarji Desai, die daaraan een belangrijke bijdrage heeft geleverd. Al deze inspanningen hebben ertoe geleid dat er alleen al in Bombay naar schatting 30.000 mensen de urinetherapie toepassen, en in de Indiase deelstaat Gujarat zelfs zo'n 300.000! Het is misschien nog een interessant detail dat volgens Armstrong vele mensen in India onbewust de zegeningen van de urinetherapie genoten, simpelweg door een bad in de Ganges te nemen. Met de toenemende verontreiniging in India zal dit nu helaas niet meer het geval zijn.

*Armstrong: "Diegenen die hel welbekende boek Mother India hebben gelezen, herinneren zich misschien de passages waarin gesproken wordt van de vieze gewoontes' die de oorspronkelijke bewoners erop na houden. Wat betreft het bijgeloof omtrent gezondheid, schreef de auteur over het geloof in de helende eigenschappen van een grote rivier in het noorden/midden van India. Mensen baadden erin en dronken ervan. Omdat de auteur zich aforoeg of er meer dan alleen geloof in het spel was bij de genezingen die er plaatsvonden, nam zij een paar huisjes water mee terug naar Europa en liet dat daar door analisten onderzoeken. De helende vloeistof bleek uit niets meer te bestaan dan een oplossing van urine en puur water." (Uit: *The Water of Life*, J.W. Armstrong, Londen 1971, blz. 125)*

Nog een laatste opmerking over het drinken van urine zoals dat in India ook redelijk gangbaar is, namelijk het drinken van koeieurine. Dit wordt algemeen geacht vooral preventief en genezend te werken bij malaria. Ook een aantal westerlingen die ik in India ben tegengekomen, maakt dankbaar en met succes van dit middeltje gebruik.

Het bespaart mensen het maandenlang dagelijks slikken van malariatabletten. Ik zelf doe dit overigens ook niet als ik in India ben, maar vertrouw gewoon op de werking van het drinken van mijn eigen levenswater. Over dit gebruik van koeie-urine vond ik in het zojuist ook door Armstrong geciteerde boek *Mother India* het volgende citaat van een zekere Abbé Dubois.



De koe geldt in India als heilig dier. Afgezien van het geloof daaraan, heeft koeie-urine zich hij veel ziekten als een uitstekend geneesmiddel bewezen. Het uiterst hoge gehalte aan enzymen in de urine van koeien als gevolg van hun plantaardige dieet speelt daarbij een belangrijke rol.

"Urine wordt beschouwd als het meest effectieve middel om welke onreinheid dan ook te reinigen. Ik heb vaak Hindoes gezien die de koeien volgden naar de weide, wachtend op het moment waarop ze de waardevolle vloeistof konden opvangen in bronzen potten om die vervolgens nog warm mee terug te nemen naar huis. Ik heb ook gezien hoe ze wachtten om de urine met hun handen op te vangen, ze vervolgens te drinken en de rest te gebruiken om gezicht en hoofd mee in te smeren. Inwrijven beschouwt men als een manier om alle uiterlijke onreinheden te verwijderen, drinken om alle innerlijke onzuiverheden te reinigen."

(Uit: *Mother India*, Katherine Mayo, New York 1927, blz. 225)

Boeddhisme

Ook in de boeddhistische en taoïstische traditie zijn verwijzingen naar de urinetherapie te vinden. Boedha zelf had een grondige kennis van de Ayurveda en hij kende de kracht van de urinetherapie. In een boeddhistische tekst met de naam Mahabagga vertelt men hoe Boedha geadviseerd zou hebben urine te gebruiken bij vergiftiging door een slangebeet. Milarepa, de grote Tibetaans-boeddhistische Yogi- heilige, heeft, naar men vertelt, eens gezegd:

"Altijd wanneer ik dorst heb, drink ik puur blauw water. Op andere momenten vertrouw ik op mijn eigen urine. Zo drink ik uit de fontein der genade en door deze in te nemen, drink ik de betoverende nectar van de godinnen."

De kennis omtrent het gebruik van urine om een goede en sterke gezondheid te behouden heeft zich, zo het al niet bekend was, wellicht met het boeddhisme over Tibet, Mongolië en China verspreid. Veel Lama's (Tibetaanse monniken) bereikten met gemak een

leeftijd van over de honderd jaar, onder andere door de kracht van urine. Een van de bekende beklimmers van de Mount Everest, Sir Morris Wilson, had van de Lama's over het nut van urine gehoord. Hij paste de urinetherapie toe tijdens zijn expedities, zowel door het drinken als door zich ermee in te smeren. Hij was naar eigen zeggen daardoor bestand tegen alle ontberingen van de zware tocht.

Toen ik een paar jaar geleden op het vliegveld van New Delhi op mijn vliegtuig terug naar Amsterdam zat te wachten, zat daar ook een aantal Tibetaanse monniken. Ik besloot hen, met tussenkomst van een tolk, te vragen of zij van de urinetherapie afwisten. Zij vertelden vervolgens dat zij weliswaar niet gewoon waren hun eigen urine te drinken, maar dat zij in geval van ziekte de urine van een van de hogere Lama's te drinken kregen. De verklaring voor dit gebruik is dat de urine van een hogere Lama zuiverder en schoner is. In de oosterse traditie is zuiverheid van geest altijd verbonden met zuiverheid van lichaam. Ik heb in India gesproken met mensen die aan intensieve Vipassana-meditatie doen en ook de urinetherapie toepassen. Het was hun opgevallen dat tijdens de tiendaagse Vipassana-meditatie de urine steeds helderder en zuiverder wordt. Onderzoek naar de zuren-basenuitwisseling heeft aangetoond dat stress tot verzuring van het bloed en dus ook van de urine leidt. Vermindering of voorkomen van stress, waarbij meditatie een goed hulpmiddel kan zijn, doet op zichzelf al de kwaliteit van bloed en urine verbeteren.

In de Tibetaanse geneeskunde wordt de urinetherapie soms speciaal voorgeschreven in geval van geestesziekten. Ook bestaat er in de Tibetaanse geneeskunde een oude traditie waarbij men urine gebruikt voor diagnose van zowel lichamelijke als geestelijke klachten. Deze lopen uiteen van eenvoudige (lichamelijke) kwaaltjes tot het bezeten zijn door demonen en geesten.

In het boek *The Diamond Healing; Tibetan Buddhist Medicine and Psychiatry* van Terry Clifford wordt verwezen naar het gebruik van urine in enkele recepten. Deze recepten komen uit de Gyu-zhi, de belangrijkste medische tekst uit de Tibetaanse medische literatuur. Clifford meent dat het gebruik van urine een van de vele invloeden van de Ayurveda op de Tibetaanse geneeskunde is: "Urine werd in Ayurveda op uitgebreide schaal als medicijn toegepast, speciaal bij geestesziekten."

Twee recepten waarin naar het gebruik van urine wordt verwezen, luiden als volgt.

Gyu-zhi, uit hoofdstuk 77 (over het uitdrijven van geesten): *"Al deze elementaire geesten worden snel bevrijd door het gebruik van een eetbare zelf en snuifmiddel met de naam medicinale boter". Het bestaat uit: de drie hoofdvruchten (Chebulic myrobalanarura, Beleric myrobalan en Emblir myrobalan), sandelhout, saffraankrokus, de drie verhitters (gember, lange peper, zwarte peper), cardamom, barberry, pijnboom, Fanacetum sibiricum, Holarrhena antidysenterica, pu-shel-rtsi, witte mosterd, Indiase valerian, juniper, lavendel, Piper chaba, Costus speciosus, helleboor, witte akoniet, spang-ma, realgar, de 'zes urines'."*

(Uit: *The Diamond Healing; Tibetan Medicine and Psychiatry*, Terry Clifford, York Beach USA 1984' blz' 181"182)



Afbeelding van een tibetaanse Thangka waarin wordt aangegeven hoe men een diagnose kan stellen aan de hand van de urine van een Patiënt

Gyu-zhi, uit hoofdstuk 78: "Tegen gestoordheid als gevolg van vergiftiging vertrouwd op een tablet gemaakt van dpa-ser, witte akoniet, rode akoniet, re-ral, turmeriek, 'fragrant water' (urine)."

(Uit: The Diamond Healing; Tibetan Buddhist Medicine and Psychiatry, Terry Clifford, York Beach USA 1984, biz. 188)

Een bijgaande noot vermeld: "Meng het poeder van het bovenstaande met de urine van een rode koe. De koe moet zeven dagen binnenshuis geleefd hebben en schoon gras te eten hebben gekregen. De urine moet bij zonsopgang opgevangen worden, vervolgens dient ze gefilterd en gekookt te worden tezamen met het poeder totdat het een dikke pasta vormt. Van urine, in het bijzonder die van een schoon mens of dier, wordt aangenomen dat het een uitstekend antiseptisch en antitoxisch middel is. Ze kan direct op een open wond worden aangebracht om infectie te voorkomen als er niets anders voorradig is. Hier wordt ze gebruikt om een innerlijke vergiftigingsreactie tegen te gaan."

(Uit: The Diamond Healing; Tibetan Buddhist Medicine and Psychiatry, Terry Clifford, York Beach USA 1984, biz. 190-191)

Over het gebruik van urine in Ayurveda en Tibetaanse geneeskunde in het algemeen, schrijft Clifford het volgende.

"Het gebruik van substanties zoals bloed en urine in medicijnen zal menig westerers denkend mens misschien afstotelijk of afschuwelijk in de oren klinken. Maar deze substanties worden overal ter wereld, ook in China, in de traditionele geneeswijzen aangetroffen, en blijken soms, na wetenschappelijke beproeving, inderdaad van enige waarde te zijn. Over urine, bijvoorbeeld, heeft men kortgeleden uitgevonden dat ze substanties bevat die dienst kunnen doen als sterke mentaal en emotioneel kalmerende middelen zonder enige van de bijwerkingen van chemisch gefabriceerde tranquillizers - volgens Deense wetenschappers."

(Uit: The Diamond Healing; Tibetan Buddhist Medicine and Psychiatry, Terry Clifford, York Beach USA 1984, biz. 209)

Tibetaanse artsen die Nederland bezoeken, stellen heden ten dage nog zeer precieze diagnoses op grond van een enkele blik op een kopje verse urine van de patiënt. Ook raden zij mensen die werken met edelstenen aan om over die stenen te plassen. Dat verleent de stenen een bescherming en maakt ze volledig eigen aan degene die ermee werkt of die ze draagt. Er komt als het ware een dun laagje lichaams-specifieke informatie over de steen.

In de bestseller Sieben Jahre Tibet: Mein Leben am Hofe des Dalai Lama (Zeven jaar Tibet: mijn leven aan het hof van de Dalai Lama) beschrijft Heinrich Harrer, een Oostenrijkse bergbeklimmer, hoe hij in de Tweede Wereldoorlog in India werd geïnterneerd, vervolgens naar Tibet vluchtte en na veel avonturen en omzwervingen vriend en leraar van de Dalai Lama wordt. Tijdens zijn reizen door Tibet leert hij de zeden en gewoonten van de Tibetanen kennen. Zo hoort hij ook over het gebruik van urine als geneesmiddel. Als 'normale' westerling stond Harrer echter zeer sceptisch tegenover deze methode.

"Alle zaken die uil de persoonlijke huishouding van de Dalai Lama stonden, golden als onovertroffen geneesmiddel en bescherming tegen ziekten en boze geesten. Iedereen kwam altijd op mij af stormen voor de koekjes en vruchten die ik uit de keuken van Zijne Heiligheid had meegebracht. Ik kon mijn vrienden geen groter plezier doen dan hun een deel daarvan cadeau te doen. Alles werd direct opgegeten, want er bestond volgens hen geen middeltje dat beter was tegen al het kwade. Dat was nog niet zo erg. Minder begrip had ik voor het feit dat men de urine van de levende Boeddha dronk - een middel dat door iedereen het meest begeerd werd, maar slechts in bijzondere gevallen gegeven werd. De Dalai Lama zelf schudde zijn hoofd daarover en zag het niet graag wanneer men hem daarom vroeg. Maar hij alleen kon niet tegen deze gewoonten op en dacht er maar niet al te veel over na. In India was het immers een dagelijks beeld dat mensen midden of) straat de urine van de heilige koeien dronken."

(Uit: Sieben Jahre Tibet: Mein Leben am Hofe des Dalai Lama, Heinrich Harrer, Ullstein, Frankfurt/M-Berlin, blz. 387) "Maar meer dan de monniken aan de artsenscholen, die net als onze natuurartsen werken, vertrouwt het volk op handoplegging en gebedsgenezing. Vaak bestrijken de Lama's hun patiënten met hun heilige speeksel; of tsampa en boter worden met de urine van de heilige mannen tot een papje geroerd, dat de zieke vervolgens moet innemen."

(Uit: Sieben Jahre Tibet: Mein Leben am Hofe des Dalai Lama, Heinrich Harrer, Ullstein, Frankfurt/M-Berlin, blz. 255)

In Taiwan heeft de therapie onder invloed van promotie door o.a. een Urinetherapie-Hotline een geheel nieuwe impuls gekregen. Volgens een krantartikel dat mij uit India is toegestuurd, drinken zo'n 200.000 Taiwanese dagelijks hun urine.

In het noorden van Taiwan is een boeddhistisch klooster waar men de urinetherapie propageert. De 20 monniken daar en hun ongeveer 2.000 volgelingen maken trouw gebruik van de therapie. Bovendien verspreiden zij brochures in boeddhistische

boekwinkels en restaurants. Een boeddhist in Taiwan heeft kortgeleden een boek gepubliceerd (nog niet vertaald) met de titel *üe Magische Gouden Waterkuur*, een verzameling van verhalen van mensen die ernstig ziek waren en door het drinken van urine weer gezond zijn geworden.

Volgens de laatste berichten wordt de urinetherapie ook in Korea en Japan op steeds uitgebreidere schaal toegepast. In Japan zouden er meer dan 2 miljoen mensen van de therapie gebruikmaken.

Verder kwam mij onlangs een kopie uit een Filippijns boek, met de titel *Cancer Cures In Twelve Ways* (Twaalf manieren om kanker te genezen), onder ogen. In een kort hoofdstuk schrijft de auteur, A.A. Cordero, over de vermeende gunstige werking van de urinetherapie bij de behandeling van kanker. Cordero beroept zich op de volgende opmerkingen van een Zweedse dokter in de traditionele geneeskunde, welke als afsluiting van dit hoofdstuk een mooie illustratie vormen van de wisselwerking tussen de geschiedenis van de urinetherapie in het Westen en in het Oosten.

"Bij zijn uitleg van de voordelen van urine voor de gezondheid verklaart Dr. Karl A.B. Helm Y Strand uit Europa: 'Je God de Vader in de Hemel heeft jou ten tijde van de geboorte op deze groene aarde ah Schepper een zeer bijzonder geboortegeschenk meegegeven in de vorm van twee koninklijke medische fabrieken en dat zijn de nieren. Deze nieren produceren alleen voor jou en voor niemand anders het allerbeste medicijn op ieder moment van je leven tegen elke ziekte die je zou kunnen treffen. En indien je slim genoeg bent deze geschenken te ontvangen, dan zal je lichaam daar wel bij varen. Vergeet niet van het geboortegeschenk van je eigen bijzondere machine te profiteren. Wanneer je voelt dat je ziek wordt of wanneer je reeds ziek bent, drink hel dan iedere dag, 's morgens, 's middags en 's avonds. Met dit drankje kun je elke ziekte aan die jou treft.'"

(Uit: *Cancer Cures in Twelve Ways*, A.A. Cordero, Science of Nature Healing Center, 1983)

3. De toepassing van urinetherapie

Na alle wetenswaardigheden over achtergronden en geschiedenis van de urinetherapie blijft natuurlijk de heel praktische en concrete vraag over: hoe pas ik die 1111 toe?

Daar er tot nu toe geen negatieve bijwerkingen zijn geconstateerd of belangrijke contra-indicaties (d.w.z. gevallen waarin het wordt afgeraden de urinetherapie te gebruiken) zijn, is het in principe voor iedereen mogelijk hetgeen hieronder beschreven zal worden, uit te proberen.

Het is belangrijk om te weten dat zich bij het gebruik van de urinetherapie een genezingscrisis kan voordoen. Bij een genezingscrisis reageert het lichaam op de therapie op een manier waarbij in een snel tempo gifstoffen uit het lichaam worden verwijderd. Dit kan diarree, overgeven, uitslag e.d. tot gevolg hebben. Meer hierover leest u in 3.4. Waarschuwingen en Richtlijnen.

De urinetherapie en het gebruik van al dan niet voorgeschreven, niet-natuurlijke, allopathische medicijnen evenals het gebruik van recreatieve drugs gaan NIET samen. Die combinatie kan gevaarlijk voor uw gezondheid zijn.

Indien u enige vorm van allopathische medicijnen gebruikt, begin dan alleen met de uitwendige toepassing (inmasseren met urine) totdat u van alle medicijnen af bent, indien mogelijk.

Ook is het belangrijk om zich bewust te zijn van wat men tijdens het toepassen van de urinetherapie consumeert. Vaak krijg ik vragen of het drinken van alcohol of koffie of het roken van sigaretten wel samengaat met de urinetherapie. Mijn antwoord is dan dat het wel samengaat, mits bovengenoemde substanties met mate genuttigd worden. Dat neemt echter niet weg dat die substanties zelf over het algemeen niet gezond zijn voor het menselijk lichaam en dat feit wordt door het toepassen van de urinetherapie natuurlijk niet weggenomen. Hoe intensiever de therapie wordt toegepast, des te nauwkeuriger en bewuster dient men om te gaan met wat men eet en drinkt of anderszins tot zich neemt.

De urinetherapie bestaat uit twee onderdelen: inwendige toepassing (o.a. drinken), en uitwendige toepassing (o.a. massage). Beide onderdelen vullen elkaar aan en zijn belangrijk voor optimale resultaten. De basis is dus heel eenvoudig: men drinkt urine en masseert zich ermee in. Toch bestaan er verschillende manieren en varianten om urine aan te wenden. De belangrijkste hiervan zullen hieronder worden besproken. Na de eerste ervaringen zal een ieder zijn of haar persoonlijke manier van aanwending vinden.

3.1. Het eerste slokje

Voordat we overgaan tot het drinken van het eerste glaasje speelt er zich meestal heel wat af in ons hoofd. De taboes rondom 'pies' zijn ons allemaal bekend. Dit gaat soms dieper dan we denken, met als gevolg dat sommigen, hoewel ze volledig inzien dat urine drinken gezond voor hen zou kunnen zijn, het toch niet over hun hart kunnen verkrijgen dat eerste slokje te nemen. Het is goed om onszelf geen geweld aan te doen. Wees lief voor jezelf en gun jezelf, je gevoelens en je lichaam de tijd om aan het idee en de uitvoering ervan te wennen. Blijf ook tijdens het toepassen van de urinetherapie met aandacht naar je lichaam en je gevoelens luisteren, dat werkt heel ondersteunend.

Indien er sprake is van weerzin, hoe kun je die dan overwinnen? Beginnen met een slokje per dag en langzaam opbouwen tot een glas vol, is de meest comfortabele manier om lichaam, geest en ziel langzaam aan deze therapie te laten wennen.

Een andere methode, die ik zelf ook heb toegepast, is te beginnen met een vastenperiode van enige dagen. De urine wordt dan snel zo dun dat men na het tweede glas niet veel meer dan een licht zoute smaak waarneemt. En dan is het meteen een stuk makkelijker het idee dat urine vies is of op z'n minst vies smaakt, te laten varen.

Meestal zijn we, zoals gezegd, geconditioneerd om urine vies te vinden. Wat kunnen we daaraan doen? Er bestaan meerdere methodes, die later in dit hoofdstuk aan de orde zullen komen. Hier volgt eerst een aantal andere dingen om over na te denken.

Overall in de beschaafde wereld worden bloed en bloed-producten op medisch gebied gebruikt zonder de gedachten van afschuw die bij de urinetherapie om de hoek komen kijken. We gebruiken voortdurend voorverpakte cellen, plasma, witte bloedlichaampjes en talloze andere deeltjes van het bloed. Urine is echter ook niet meer dan een bloedprodukt. We zien baby's aan de borst van hun moeder zuigen en we voelen geen afschuw. Zonder ergens over na te denken drinken we koeiemelk en we eten kaas van koeien, geiten en andere dieren. Vaak nuttigen we deze melkproducten in de vorm van stink- of schimmelkazen of als zure dranken zoals yoghurt en karnemelk zonder dat we daar zelf, onze familie of onze vrienden enige moeite mee hebben. En dan hebben we het nog maar niet eens over al die andere bizarre dingen die mensen als een delicatessie beschouwen.

Tegelijkertijd kunnen we ons niet voorstellen dat we urine drinken. En urine bevat, zoals we gezien hebben, in verse vorm niets anders dan de stoffen en substanties van het bloed zoals dat in het lichaam stroomt. Wat nu bij u als urine naar buiten zou kunnen komen, was zoëven nog een deel van uw bloed en stroomde ergens anders door het lichaam, misschien wel door uw tong. Als het in het bloed niet giftig of afschuwwekkend is, waarom wordt het dan plotseling zo afschrikwekkend in urine?

Als het niet de kleur is (en dat is het niet, want we drinken wijn, bier en vruchtessappen met dezelfde kleur), en als het niet de reuk is (en dit is het niet, want we consumeren flinke hoeveelheden kaas met veel ergere geuren), en als het niet de temperatuur is, dan is het misschien de smaak. Hoeveel mensen ken1 u die genoeg urine hebben gedronken om zeker te zijn de smaak? Niet veel waarschijnlijk. Veel van de mensen die regelmatig hun urine drinken zeggen dat de smaak mild is, en dat ze een beetje zout smaakt, zoals bouillon of zeewater.

Welnu, een goede manier om van dit geconditioneerde gedrag af te komen wat de smaak van urine betreft, is het spoelen of gorgelen met verse urine. De smaak, de consistentie en het gevoel erbij zullen je na een tijdje bekend zijn en de afschuw ten aanzien van uw eigen zo rijke lichaamsvloeistof zal snel tot het verleden behoren.

Het inmasseren van urine op de huid is ook een goede manier om jezelf te laten wennen aan je eigen levenswater.

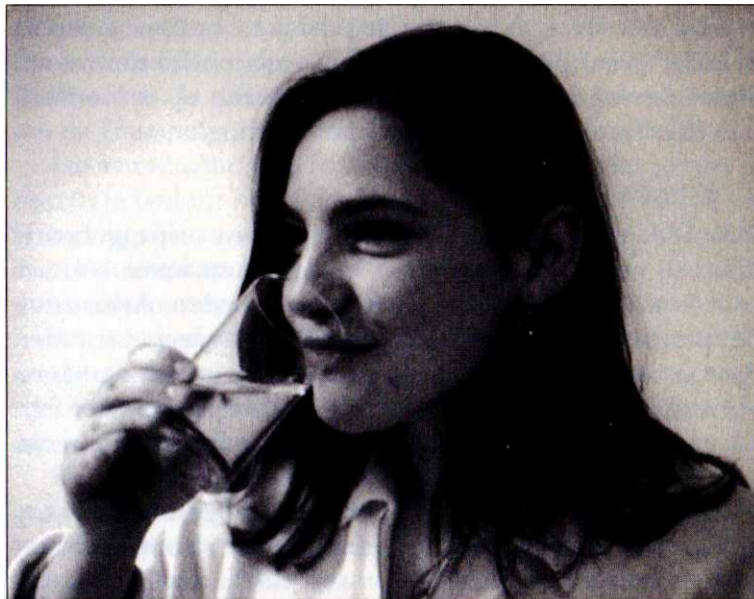
Als het idee van het drinken van je eigen urine hierna nog steeds een probleem is, meng dan een paar scheutjes 's ochtends in een glas vruchtensap of vermeng ze met water en een beetje honing. Pi«beer vervolgens van de verdunning geleidelijk over te schakelen op het puur drinken. Sommige mensen geven er de voorkeur aan om ze puur te drinken, gevolgd door een glas water of een andere gezonde vloeistof.

Nogmaals, maak het jezelf gemakkelijk en zo aangenaam mogelijk, zeker wanneer je met de urinetherapie begint. Zowel lichaam als geest verdienen geduld en liefde bij het wennen aan iets wat tot nu toe misschien als vreemd of zelfs weerzinwekkend ervaren werd. Het helpt om 'dankjewel' tegen het lichaam te zeggen voordat men de urine drinkt om de waarde van deze gulden vloeistof te erkennen.

3.2. Inwendige toepassingen

1. *Drinken*

Het middelste deel van de eerste ochtendurine wordt opgevangen en opgedronken. Het eerste en het laatste deel, en daarbij gaat het maar om een klein beetje, vang je niet op. Hier is de volgende reden voor. Het eerste deel spoelt de piasbuis schoon en zo is de urine in ieder geval zo steriel mogelijk. Het laatste deel bevat soms bezinsel en heeft verder weinig nut. Alleen verse en eigen urine dient te worden gebruikt.



drinken

Het is goed om met een klein glaasje te beginnen en geleidelijk de hoeveelheid op te voeren tot een niveau dat voor jou comfortabel is. Dit kan variëren van één tot meerdere glazen per dag. Als je behalve 's morgens ook later op de dag nog je urine drinkt, is gewoonlijk de urine van ongeveer een uur na de maaltijd het beste. Voor het drinken van urine geldt altijd dat een half uur erna en een uur ervoor niet gegeten mag worden.

Ochtendurine is het meest rijk aan stoffen en daarom het beste om te drinken. Dit is gedeeltelijk het gevolg van een hoger niveau van hormonale afscheidingen die in de nacht plaatsvinden wanneer het lichaam totaal ontspannen is en zichzelf herstelt.

Bij het drinken van één glas ochtendurine zijn er in principe geen extra dieetbeperkingen. Desalniettemin zal een dieet dat arm aan (dierlijke) eiwitten en zout is ervoor zorgen dat je urine mild van smaak en reuk is.

Het meerdere malen per dag drinken van urine vereist in ieder geval een dieet dat arm is aan eiwitten en zout. Meer over de invloed van eten en drinken op urine vindt u in hoofdstuk 3.5, 'De invloed van voeding'.

2. *Vasten*

Ook hier geldt dat alleen verse en eigen urine gebruikt dient te worden. Vastenkuren op urine en water kunnen voor één of meer dagen aangewend worden. Armstrong liet patiënten soms tot 45 dagen vasten. Ik kan je aanraden voor je begint eerst een boek over vasten in het algemeen te raadplegen. Geadviseerd wordt om langere vastenkuren alleen te doen onder getrainde en, zonodig, medische supervisie.

Vasten is op zichzelf al een zeer krachtige methode om gezondheidsproblemen te behandelen. Urine en water vormen een extra sterke variant en een dergelijke vastenkuur kan het beste stapsgewijs en goedvoorbereid worden uitgevoerd.

De volgende stappen zijn belangrijk, in ieder geval wanneer je je een langere vastenperiode voorgenomen hebt.

1. *Voorbereiding op het vasten* waarin je je gewent aan het drinken van urine indien dat nog nodig is.
2. *Pre-vasten*. Twee dagen van tevoren kun je beginnen met het verminderen van eiwitrijk en zwaar voedsel, met name gefrituurd en vet eten. Fruit en rauwe groenten zijn lichtverteerbaar en zorgen ervoor dat de darmen zich reinigen en dat het eigenlijke vasten gemakkelijk kan beginnen. Men kan in deze periode alvast beginnen met het drinken van meer urine.

3. *Eigenlijke vasten*. In deze periode wordt uitsluitend water en urine gedronken. Gedurende het vasten kan men beter niet werken. Alhoewel enige inspanning wel mogelijk is, is een goede rust belangrijk om het reinigingsproces ongehinderd plaats te laten vinden.

In het begin laatje het eerste en laatste gedeelte van de urine achterwege bij het opvangen en drinken. Afgewisseld met de urine wordt puur, gezuiverd water gedronken. Als het vasten eenmaal een tijdje aan de gang is, kan alle urine gedronken worden. Je zult merken dat alles snel gaat doorstromen: om de 15 minuten moeten plassen is niet ongebruikelijk.

De avondurine kun je achterwege laten zodat je niet 's nachts je bed uit hoeft om te plassen. Een goede nachtrust is belangrijk voor het herstelproces van het lichaam. Avond-urine kan men goed bewaren voor andere doeleinden zoals massage, kompressen, voetenbaden, enzovoorts.

Als je je gedurende het vasten echt misselijk gaat voelen en dit gevoel niet overgaat, is het wellicht raadzaam enige tijd te stoppen, totdat je je weer goed voelt, en dan opnieuw te beginnen.

De duur van de eigenlijke vasten hangt af van het type gezondheidsprobleem dat men heeft. Sommige mensen hebben twee weken of langer gevast, waarbij het hun opviel dat zij nauwelijks honger hadden. Dit kan worden toegeschreven aan de alkaliniteit van urine, die het hongergevoel doet verminderen, en aan het recyclen van waardevolle voedingsstoffen zoals mineralen, hormonen en enzymen.

Gedurende de vastenkuur is het goed dat zowel degene die vast als de eventuele begeleider (urine) therapeut goed in de gaten houden of alles rustig verloopt. Een genezingscrisis in de vorm van diarree, overgeven of huiduitslag is op zich geen probleem, maar het is raadzaam om extreme situaties te vermijden. Het is beter om een aantal keren kort te vasten en daar meer tijd voor te nemen dan een lange vastenkuur te doen die eigenlijk te inspannend is.

Iedere dag een complete lichaamsmassage met oude, opgewarmde urine is zeer aan te bevelen. Zie voor de toepassing en werking hiervan onder *Uitwendige Toepassingen*. Buiten de extra effecten die door de huid opgenomen urine heeft, is de massage bovendien goed voor de bloedsomloop. Massage met oude urine zorgt er ook voor dat men gedurende het vasten geen hartkloppingen krijgt.

Ook klisma's met urine (zie hieronder) zijn aan te bevelen. Vele ziekten beginnen in de darmen en het is heel belangrijk deze goed schoon te maken.

4. *Post-vasten*. Deze periode is nodig om langzaam en met grote zorg terug te keren naar een normaal en natuurlijk voedselpatroon. Je dient tenminste een week zeer zorgvuldig met je eetgewoonten om te gaan en geleidelijk aan te passen. De beste manier om een vasten te breken, is om aan het eind van de middag met het drinken van urine en water te stoppen. Na een uur kun je een glas sinaasappelsap, citroensap met water, druivesap of appelsap nemen. De volgende dag kan men tijdens de lunch opnieuw een glas vruchtesap nemen. Vanaf dat moment kan men ook enige sappige vruchten nuttigen.

De dag daarop kan men wat groentebouillon, gekookte groenten en rijst eten. Op deze manier kun je terugkeren naar je oude eetgewoonten, liefst minus de slechte gewoonten daarvan.

2a. *Alternatieve vastenkuur* Indien een vastenkuur op slechts water en urine te veel inspanning kost, is het nuttigen van één lichte maaltijd per dag een goed alternatief. Deze vastenkuur verloopt volgens dezelfde basisregels als bij een volledige vastenkuur, maar er zijn een paar verschillen.

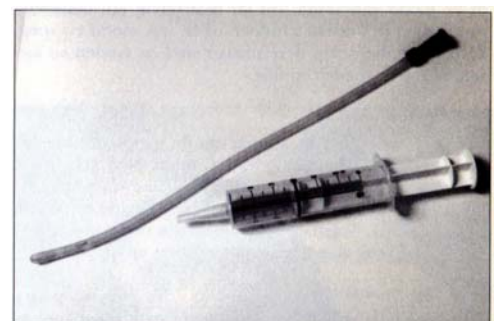
1. U neemt een lichte maaltijd bestaande uit wat volkoren brood of wat bruine rijst met gekookte groenten, of rauwe groenten of fruit, bij voorkeur aan het eind van de middag. Het is aan te raden het eten heel goed fijn te kauwen.

2. Een uur voor en een uur na de maaltijd eet of drinkt u niets, ook geen urine of water. Deze manier kan men lang volhouden en is zodoende zeer goed bij ziekten die het lichaam erg verzwakken.

klisma

3. *Klisma's*

De makkelijkste manier om een klisma te nemen is met een spuit die 1/2 tot 1 dl. urine bevat. Hiervoor kun je zowel verse als oude urine gebruiken (zie voor oude urine onder '*Uitwendige Toepassingen*'). De urine kan met warm water vermengd worden. De urine wordt zo lang als mogelijk is in het darmkanaal gehouden. Er bestaan verschillende methoden om een klisma te nemen. Ook de tijd dat de vloeistof in de darmen wordt gehouden, kan variëren. Als je niet weet hoe je een klisma moet nemen, is het verstandig iemand te raadplegen of zich eerst middels een boek beter te informeren.



Een aantal urinetherapeuten onderstreept het belang van klisma's vooral bij chronische ziekten. Het lichaam heeft dan meestal een hoge toxiciteit, dat wil zeggen dat er zich veel gifstoffen in het lichaamsweesel bevinden. Klisma's vormen een zeer goede methode om gifstoffen uit het lichaam en met name uit de darmen te verwijderen. Bovendien wordt een aantal stoffen uit de urine op deze manier beter opgenomen in het lichaam dan bij orale inname.

4. Gorgelen

Urine wordt 20-30 minuten lang, of zo lang als mogelijk is, in de mond gehouden. Dit ter bestrijding van tandvleesproblemen of andere aandoeningen van mond en tong. Kieaspijn verdwijnt op deze manier snel en tanden en kiezen blijven in goede conditie.

5. Vaginale spoeling

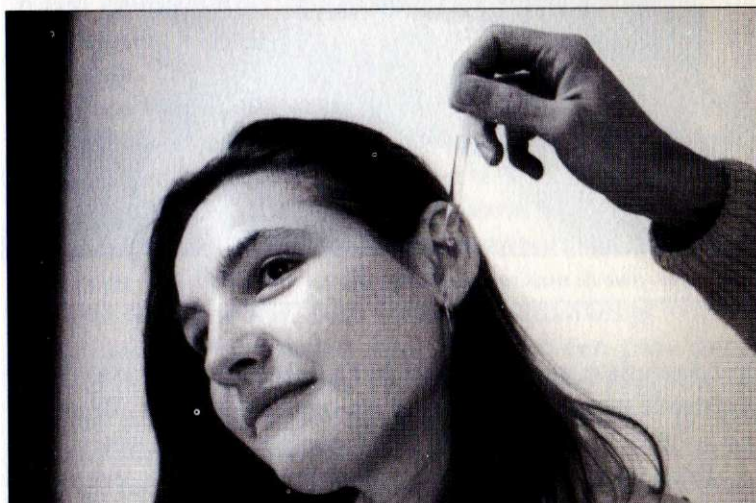
Voor een aantal aandoeningen van de vagina of ter reiniging geeft een oplossing van Golden Seal (*Hydrastis Canadensis*; Ganadese Anemoon) en urine verlichting en genezing. Gewoon spoelen met verse of oude urine kan natuurlijk ook. Vaginale spoelingen zijn met name aan te bevelen bij witte vloed, schimmelinfecties en herpes.

6. Oog- en oordruppels

Pijn, branderigheid en vermoeidheid van de ogen kunnen verlicht worden door een paar druppels urine in de ogen te doen. Men gebruikt hier verse of gekookte urine voor. Oogbadjes met urine bewijzen goede diensten. Het is soms verstandig de urine die voor de oogdruppels gebruikt wordt met wat water te verdunnen. Regelmatige oogbehandeling met de urinetherapie kan het gezichtsvermogen verbeteren.



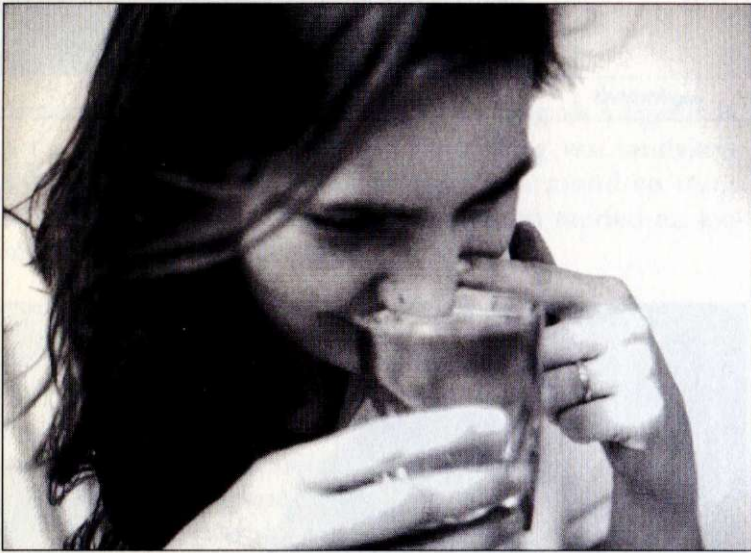
oogdruppels



oordruppels

Oordruppels met urine helpen bij oorpijn of oorontsteking. Men kan hier echter ook vier dagen oude urine voor gebruiken; het effect is dan iets sterker.

7. *Urine snuiven* Deze methode wordt binnen de yogatraditie ook wel Neti genoemd. In dat geval wordt zout water of urine via een klein kannetje in de neus opgesnoven. Dit opsnuiven van urine is de meest effectieve behandelingsmethode bij verstopte neus, andere sinusproblemen en problemen van het bovenste gedeelte van het ademhalingskanaal.



urine door de neus snuiven (neti)

Deze methode werkt ook door op de ogen. Wanneer alleen urine te sterk is, kan men de urine aanlengen met water.

Zorg voor een beker of schaalje verse urine, eventueel aangelengd met lauw water. Houd je neus in deze vloeistof en zuig rustig zoveel mogelijk ervan in je neus. Open dan direct je mond en laat de vloeistof door de mond naar buiten lopen. Herhaal dit enige malen. Snuit daarna je neus om de achtergebleven vloeistof te verwijderen.

Deze methode kan aanvankelijk als niet erg prettig worden ervaren. Na een aantal keren went het en indien je het regelmatig toepast, behoren de gewoonlijke verkoudheden vaak snel tot het verleden.

8. *Homeopathische tinctuur* Men bereidt een 1/1.000.000 oplossing van urine. Deze wordt onder de tong genomen. Begin met 2 druppels per dag en voer dit op tot 10 druppels. Het is heel makkelijk om deze tinctuur te maken.

- Zorg voor een pipetje en zes smalle buisjes (verkrijgbaar bij drogist of apotheek).
- Doe 18 druppels water in ieder buisje en plaats die in een beker om verspilling te voorkomen.
- Vang de middelste stroom van urine op en doe 2 druppels daarvan in buisje nr. 1.
- Schud het buisje 25-50 keer. Doe dit met het buisje in een gesloten vuist en de duim op de opening. Sla stevig met de vuist in de andere handpalm. Dit schudden is erg belangrijk.
- Doe vervolgens 2 druppels van buisje 1 in buisje 2. Herhaal het schudden. Spoel het pipetje na ieder gebruik af. Ga door met het verdunnen-schudden proces totdat alle zes buisjes aan de beurt zijn geweest.
- De oplossing in buisje 6 vertegenwoordigt dan een 6x ofwel een 1/1.000.000 verdunning.

Deze tinctuur kan naar wens en afhankelijk van de klacht aangewend worden door dagelijks een paar druppels op de tong te nemen. Ik ben zelf verder niet bekend met de praktische uitvoering van deze methode. Ze kan vooral van pas komen wanneer iemand zich onmogelijk over de barrière van het drinken heen kan zetten of wanneer het niet verstandig wordt geacht urine te drinken omdat er bijvoorbeeld te veel pus in zit.

Potentiëring van urine wordt door een paar gerenommeerde homeopaten en natuurartsen ook in Nederland al geruime tijd met succes toegepast.

9. *Injecties met urine* Deze methode wordt regelmatig toegepast door bepaalde natuurartsen in Duitsland. De urine wordt in de spieren geïnjecteerd. Met name bij de behandeling van veel allergieën en diabetes heeft men hiermee goede resultaten behaald. Met de praktische uitvoering van deze methode heb ik zelf geen ervaring. Indien men deze methode wil toepassen, is het raadzaam contact op te nemen met iemand die daar ervaring mee heeft.

In de boeken van Abele, Hasler en Allmann wordt op een meer technisch-medische wijze beschreven hoe deze methode werkt. Ik verwijs voor meer informatie dan ook naar deze boeken (zie literatuurlijst).

3.3. *Uitwendige toepassingen*

Urine voor uitwendige toepassing werkt het beste als ze een aantal dagen oud en opgewarmd is. Normalerweise dient de urine dan minimaal 4 dagen oud te zijn, maar ze kan ook rustig langer bewaard worden. Sommige mensen vergelijken het met wijn: hoe langer deze staat, hoe beter het gefermenteerde eindproduct. Ik ga zelf echter altijd uit van 4 tot 8 dagen.

Je kunt de urine het beste bewaren in flesjes van donkerbruin glas die afgesloten worden met een kurk of in een fles of glazen pot waar de dop of deksel los opgelegd dient te worden. Ook een propje watten kan goed als luchtdoorlatende deksel dienst doen. Zo is de fles of pot wel min of meer afgesloten, maar kan er toch nog lucht bij, wat nodig is voor het fermentatieproces.

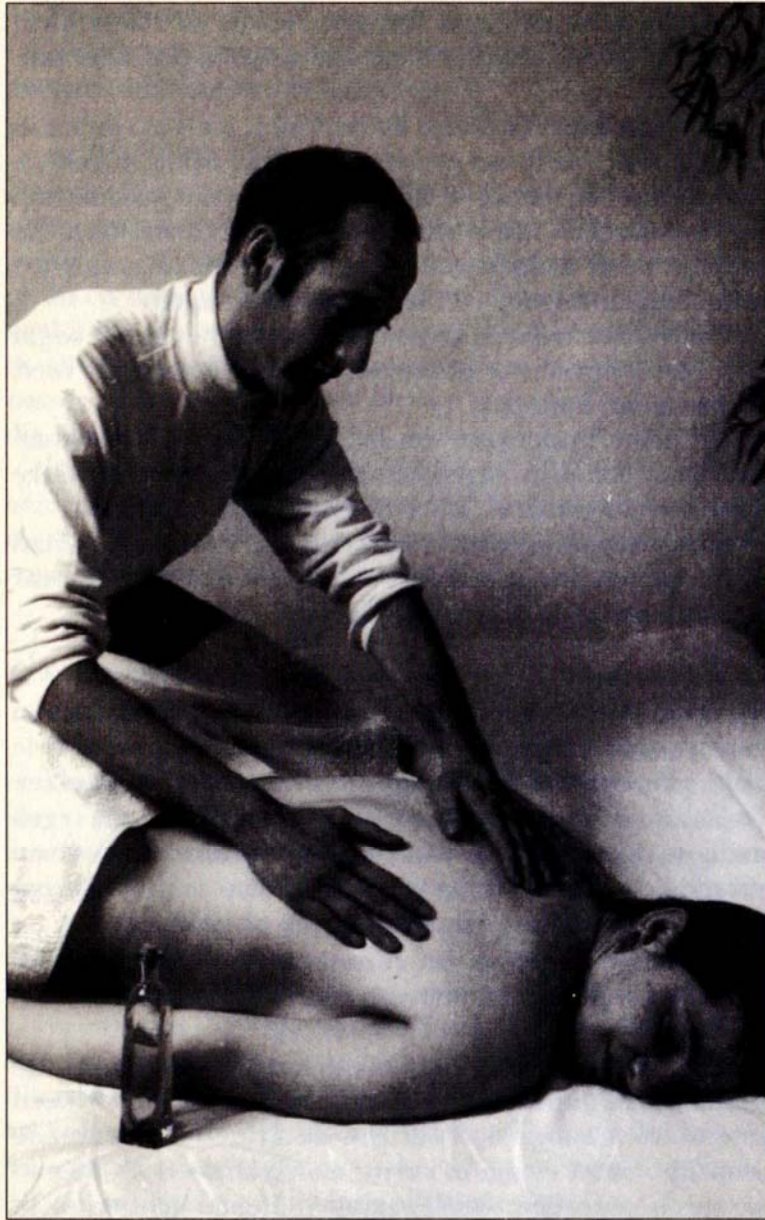
Hoe langer urine staat, des te meer alkalisch ze wordt, doordat ureum afgebroken wordt tot ammonia; daarbij slaan calciumzouten neer. Dit veroorzaakt de troebelheid van oude urine. Bezinksel in oude urine is dus heel normaal.

De oude tekst Shivambu Kalpa Vidhi, zoals te vinden in hoofdstuk 6, raadt aan om voor massage urine te gebruiken die tot een vierde deel is ingekookt. Het gebruik van niet-ingekookte urine wordt daar afgeraden, maar de praktijk heeft aangetoond dat niet-ingekookte, maar gewoon oude urine ook een zeer goed effect heeft.

Oude urine ruikt sterk en velen vinden het in het begin vies. Het helpt om te bedenken dat die sterke geur niets anders is dan ammonia.

De urine ondergaat een bacteriële fermentatie wanneer je ze een paar dagen laat staan; dit vergroot in sterke mate de reinigende en zuiverende werking van urine.

Het effect van ureum is sterker wanneer ze opgewarmd is. Bovendien dringt een warme vloeistof makkelijker door de huid omdat de poriën zich openen.



massage

1. Inmasseren

De urine wordt ingemasseed op de huid. Het inmasseren kan worden aangewend bij alle aandoeningen van de huid: van een simpele uitslag tot eczeem en huidkanker. Ook zonder deze aandoeningen is het goed om dit regelmatig te doen. Urine is namelijk een uitstekende huidverzorger. Ze werkt bovendien reinigend daar ze in aanraking met vet spontaan een natuurlijke zeep produceert.

Bij de behandeling van chronische ziekten en bij vastenkuren is deze methode een onmisbaar onderdeel van de therapie.

Het inmasseren van het hele lichaam kan variëren van minimaal 20 minuten tot zolang je zelf wenst. Giet bij een intensieve massage de helft van de urine in een tweede schaalte, zodat er schone urine beschikbaar is als de eerste vies is geworden. De bewegingen dienen licht en zacht te zijn en zich in de richting van het hart te bewegen. Dat wil zeggen dat men het lichaam het beste vanaf het hoofd naar het hart en vanaf de voeten naar het hart kan masseren. Geef extra aandacht aan de voetzolen, handen, hoofd, gezicht, rug en de gebieden waar zich veel lymfeklieren bevinden, zoals liezen en oksels.

Laat de urine op z'n minst een uur intrekken. Daarna kun je ze met lauwwarm water afspoelen. Gebruik hierbij geen zeep! Je kunt je lichaam naderhand met een (natuurlijke!) lotion of huidolie insmeren. Je ruikt dan niets meer van de urine.

Je kunt de urine er ook gewoon op laten zitten, afhankelijk van de geur. Meestal ruikt je bij goed inmasseren na enige tijd sowieso niet veel of helemaal niets meer: de urine is dan door de huid opgenomen en de ammonia is verdampt. Waar je ook voor kiest, het is even wennen, maar het geeft een goed en vitaal gevoel.

2. *Urinekompressen* Verwarm de te gebruiken urine door het flesje of potje waar ze in zit bijvoorbeeld in een bak warm water te zetten. Neem een doek of een stuk ruwe katoen, afhankelijk van de te behandelen oppervlakte, en doop deze

in de warme urine. Leg ze vervolgens op het te behandelen lichaamsdeel. Men kan ook een kompres maken van een urine- en een kleimengsel. Zowel oude als verse of versgekookte urine zijn geschikt voor kompressen. Het is goed om de kompressen minimaal een uur op de te behandelen gebieden te laten liggen. Langer kan natuurlijk ook. Men kan, indien gewenst, de kompressen verversen met opnieuw opgewarmde urine.

Kompressen zijn aan te bevelen wanneer er sprake is van huid-aandoeningen waarbij de huid open of ernstig gezwollen is. Ook op en in de buurt van gezwelletjes is een Kompres beter dan inmasseren.

In geval van aambeien zijn gelijktijdige kompressen op anus^en onderbuik zeer effectief.

Bij huidziekten als psoriasis kan een mengsel van klei en urine direct op de huid aangebracht worden.

Voor het genezen van wonden, zelfs hele grote en diepe, is deze methode zeer werkzaam. Ik heb al eerder verteld over mijn eigen zeer goede ervaring hiermee bij het behandelen van een grote wond aan mijn voet. Ik heb nu altijd als ik op vakantie ben een flesje oude urine bij me als eerste-hulp-middeltje voor wonden, en het werkt uitstekend.



kompres

Voetbaden zijn op zichzelf ook zeer goed voor de bloedsomloop en door de reflexzones onder de voet hebben ze effect op het hele lichaam.

Zitbaden zijn aan te bevelen bij problemen aan de anus, bijvoorbeeld in geval van aambeien, of aan de geslachtsdelen.

Zowel oude en opgewarmde als warme, verse urine zijn voor deze doeleinden geschikt. Indien je van plan bent zit- of voetbaden te nemen, kun je gedurende een dag alle urine verzamelen, zodat je voldoende hebt om een teiltje half te vullen. Je kunt ook de urine met water verdunnen om de hoeveelheid vloeistof voor het teiltje te vergroten.

5. Hoofdhuid- en haarmassages

Hoofdhuid- en haarmassages zijn een uitstekend middel tegen roos, levenloos haar en zelfs tegen kaalheid en haaruitval. Het is goed om oude urine stevig in de hoofdhuid in te masseren, een half uur tot een uur in te laten trekken en ze vervolgens met lauwwarm water (geen zeep of shampoo gebruiken) uit te wassen. Het haar wordt hier schoon en levendig van. Het effect is sterker wanneer men de urine niet direct uitspoelt, maar omstandigheden laten dit niet altijd toe.



*hoofdhuid-
/haarmassage*

Bij zichzelf is op deze manier weer haar gaan groeien op een bijna kale plek boven op mijn hoofd. De methode is natuurlijk geen garantie voor een nieuwe haardos. Kaalheid hangt immers met meer factoren samen, die niet altijd direct op het gebied van de hoofdhuid liggen. U bent wel verzekerd van mooier en vitaal haar. Mensen die de urinetherapie toepassen houden vaak tot op hoge leeftijd hun oorspronkelijke haarkleur zonder dat vergrijzing optreedt. Bij intensieve toepassing kan er op kale plekken weer haar gaan groeien.

Inmasseren met verse urine kan ook, maar heeft bij haaruitval en kaalheid minder effect. Ook daar echter wordt het haar schoon en mooi van: urine heeft een reinigend effect en shampoo wordt overbodig.

3.4. Waarschuwingen en richtlijnen; alles nog eens op een rijtje gezet.

Waarschuwing

De urinetherapie en het gebruik van al dan niet voorgeschreven, niet-natuurlijke, allopathische medicijnen evenals het gebruik van recreatieve drugs gaan NIET samen. De combinatie kan gevaarlijk voor uw gezondheid zijn.

Belangrijk

De urinetherapie kan, net als iedere andere natuurlijke geneeswijze, een zogenaamde genezingscrisis voortbrengen. Wat betekent dit precies? Na het voor enige tijd innemen van urine (1 dag, 1 week, 1 maand, afhankelijk van uw lichaam), begint het lichaam met ontgiften. In die periode van ontgiftiging komen alle gifstoffen en ziekten vrij die in het lichaam zijn opgeslagen - dit kan teruggaan tot de vroegste kinderziekten. Er bestaan maar een paar manieren om van deze gifstoffen af te komen, namelijk via de huid, het darmkanaal, de adem of de mond en de neus.

(Zoals in hoofdstuk 1 al is besproken, spelen de nieren wat het uitscheiden van gifstoffen betreft een ondergeschikte rol. Zij zijn veel meer bedoeld om een gezonde balans in het bloed te handhaven.)

Het lichaam kan ook aan de slag gaan met een aantal virussen door de temperatuur op te voeren en koorts te veroorzaken.

Het komt erop neer dat men tijdens de genezingscrisis symptomen kan vertonen zoals uitslag, zweten, koorts, puistjes, diarree, overgeven, hoofdpijn of hoesten. Gewoonlijk houden deze symptomen slechts enkele uren tot enkele dagen aan. Na de crisis voelt men zich beter en een stuk gezonder.

In het algemeen wordt aanbevolen gedurende dit natuurlijke proces niet met de urinetherapie te stoppen. Wel kunt u desgewenst een beetje minderen en de kuur (al of niet tijdelijk) minder intensief voortzetten. Hier geldt dat ieder mens anders reageert en dat het belangrijk is om goed naar het eigen lichaam te luisteren. In bepaalde gevallen is het wellicht goed even helemaal te stoppen en het lichaam rustte gunnen.

De toepassing van de urinetherapie is niet dosisgevoelig, d.w.z. men kan geen overdosis nemen. Het ligt echter wel voor de hand dat de hoeveelheid urine die men inneemt in verband staat met de hevigheid van de genezingscrisis (het proces van ontgiftiging) die men kan ervaren, en met de snelheid van het herstel.

Hieronder volgen een aantal praktische richtlijnen voor wanneer men de urinetherapie toepast. Nogmaals, dit zijn richtlijnen en uw eigen ervaring leert u het beste wat voor u werkt en wat niet. Sommigen zullen hun urine als sterk en onplezierig ervaren of erop reageren met een sterke genezingscrisis. Anderen, en dit komt het meest voor, ondervinden geen problemen en ervaren slechts positieve resultaten zoals meer energie, gezondheid en levensplezier.

Gedurende elke vorm van inwendig gebruik van urine dient het volgende in acht te worden genomen:

1. Begin niet met de urinetherapie indien u een medische behandeling van welke aard dan ook ondergaat. Er dienen minstens twee dagen te zitten tussen het stoppen met medicaties en het beginnen met de urinetherapie.
2. Mensen met een lever-, nier- of hartziekte waarbij er serieuze problemen met eiwitopname en waterbalans zijn (bijvoorbeeld als er weefsel in de benen, armen, buik, etc., opgezwollen is door vocht), dienen eerst een goede therapeut of dokter te consulteren alvorens met de urinetherapie aan te vangen. Dit geldt ook voor mensen met een te hoge bloeddruk. Raadpleeg natuurlijk wel iemand die open staat voor de door u gekozen behandelingsmethode.
3. Met urine waar pus in zit, dient men met meer voorzichtigheid om te gaan. Alleen mensen met zeer veel ervaring en vertrouwen behandelen ontstekingen van nieren, blaas of urethra met volledige de urinetherapie. Anderen kiezen vaak voor de methode van slechts een paar druppels op de tong.
4. Het dieet dat gevolgd wordt wanneer men de meer intensieve vorm van de urinetherapie toepast (dat wil zeggen drie of meer glazen per dag), dient arm aan eiwit en zout te zijn. Geraffineerde, voorverwerkte en synthetische voedingsmiddelen (suiker, witte bloem, voedsel uit blik, etc.) dienen vermeden te worden. Kruiden, ook van kruidenthee, kunnen de urine scherp en bitter van smaak maken waardoor ze moeilijker te drinken is. Sommige urinetherapeuten adviseren geen melk meer te drinken. Dit

voornamelijk in verband met de onnatuurlijke toevoegingen en bewerking van melkproducten heden ten dage, en omdat melk nogal veel slijm produceert in het lichaam. (Meer hierover in 3.5. De urinetherapie en voeding)

5. Het gebruik van alcohol, tabak en cafeïne dient tot het uiterste minimum te worden teruggebracht. Je hebt het meeste baat bij de urinetherapie indien je dieet geen alcohol, tabaksproducten, koffie etc., 'junk food' en vlees bevat.

6. Een genezingscrisis is een teken dat het lichaam zichzelf zeer snel reinigt en ontdoet van gifstoffen. Een genezings-crisis doet zich voor wanneer een lichaam meer diepliggende gifstoffen eruit gooit dan het uit scheidingsstelsel aankan. Het lichaam gebruikt dan andere methoden om van het vuil af te komen en dit kan ongewone reacties tot gevolg hebben. Zoals hierboven al vermeld, kan men in zo'n geval de hoeveelheid in te nemen urine verminderen. Ook kan men even stoppen en het lichaam wat rust gunnen. Hieronder volgt een aantal symptomen zoals die zich voor kunnen doen, en de manier waarop zij het beste behandeld kunnen worden.

a. Diarree

Een dag vasten en complete rust is waarschijnlijk de beste maatregel. Om uitdroging te voorkomen is het belangrijk water, water met citroensap of rijstwater te drinken. Op deze manier krijgen de gifstoffen die door de urinetherapie zijn losgekomen meer kans om hun weg naar buiten te vinden. De tweede dag kan wat rijst en yoghurt worden gegeten. Als het goed is, zijn de verschijnselen op de derde dag weer verdwenen en kan weer met de urinetherapie worden aangevangen.

b. Huiduitslag, puistjes, etc.

Bij beginnende verschijnselen kun je het beste de betreffende plaatsen inwrijven met urine, dit één tot twee uur in laten trekken en ze vervolgens met water afspoelen. Als dit niet afdoende is, is het raadzaam kompressen op de plekken te leggen. Druk of prik puistjes of blaasjes nooit open. Normaal gesproken verdwijnen ze bij juiste behandeling na drie tot zeven dagen.

c. Overgeven

Dit kan in het bijzonder gebeuren wanneer de urine erg sterk en onaangenaam smaakt en ruikt zoals het geval is bij koorts, geelzucht en een aantal andere ziekten. In sommige van die gevallen kan het zeer onaangenaam zijn om de urine te drinken. Het is echter zo dat wanneer men dat toch doet en zoveel mogelijk urine drinkt, de urine spoedig dunner en aangenamer van smaak zal zijn. Overgeven is in zoverre goed, dat het de maag schoonmaakt. Men hoeft zich dus geen zorgen te maken. Na het overgeven is de spanning meestal weg en voelt men zich beter. Wanneer het overgeven aanhoudt zonder dat zich nog iets in de maag bevindt, moet je professionele hulp inschakelen.

Na het overgeven van urine kun je het beste rust nemen en slechts wat lichte vloeistoffen, bijvoorbeeld water met citroensap, nuttigen. Als je weer uitgerust bent, kun je met de urinetherapie verdergaan.

d. Milde koorts

Soms doet zich een lichte koorts voor waarvan de oorsprong onbekend is. Dit is een reactie van het lichaam dat probeert de losgekomen gifstoffen te verbranden. Koorts is in feite de meest grondige manier van het lichaam om van ongewenste stoffen af te komen. Men kan de hoeveelheid in te nemen urine verminderen, afhankelijk van hoe hoog de koorts is. Rust is belangrijk en indien nodig kan men tijdelijk met de urinetherapie stoppen totdat de koorts weer is gezakt.

e. Hoesten en verkoudheid

Gedurende een reinigingsproces is het soms noodzakelijk voor het lichaam om overtollig slijm uit de longen en de luchtwegen af te voeren. Indien er erg veel slijm vrijkomt kun je de hoeveelheid in te nemen urine verminderen of tijdelijk stoppen. Het is aan te raden te beginnen met het opsnuiven van urine door de neus. Dit maakt het bovengedeelte van de luchtwegen vrij. Melk en melkproducten kunnen beter worden vermeden. Hetzelfde geldt voor alle slijmproducerende voedingsstoffen zoals vet en veel koolhydraten.

f. Algemeen gevoel van zwakte Dit gevoel kan zich voordoen als gevolg van de inspanning die het lichaam moet doen om het teveel aan gifstoffen uit te scheiden.

7. Volledig vasten kan voor sommige mensen te zwaar zijn, vooral als ze al langere tijd aan een chronische ziekte lijden. Voor deze mensen is het raadzaam langzaam en stap voor stap met de urinetherapie te beginnen. Men kan in dat geval beginnen met een vastenkuur van één maaltijd per dag. Voor iedereen geldt dat het beter is met een langzame aanpak te beginnen dan meteen in de meest gevorderde manier te duiken en vervolgens ontdekken dat men niet kan zwemmen.

8. Bij sommige ziekten wordt de urine dik, scherp en erg onaangenaam van smaak. Er wordt aangeraden toch deze urine in te nemen, ook al lijkt dat niet zo gemakkelijk. Dikke en schaarse urine kan belangrijke mineralzouten en andere waardevolle lichaamssubstanties bevatten. U kunt ze met water verdunnen en wegspoelen.

9. Zwangere vrouwen kunnen de urinetherapie onder de volgende voorwaarden toepassen. De eerste plas van de ochtend dient NIET ingenomen te worden. Na het drinken van water, thee of melk kan men vervolgens wel de tweede of derde stroom drinken. In ieder geval is het belangrijk dat de urine licht van kleur is, niet te scherp of bitter en niet te geconcentreerd. Vrouwen kunnen hun urine ook tijdens hun menstruatieperiode gewoon drinken. Veel vrouwen vinden dit echter niet prettig en in die gevallen kan men beter een paar dagen stoppen. Het is belangrijk altijd zelf te bekijken wat goed voelt.

10. Ieder mens is anders en het is dus niet noodzakelijk dat de ervaringen van iemand anders, bijvoorbeeld iemand die u kent, ook op u van toepassing zijn. Leeftijd, constitutie, lichamelijke gesteldheid, voedingsgewoonten en eventuele ziekte zijn alle medebepalend voor uw eigen te volgen weg in deze. Er leiden altijd verschillende wegen naar datzelfde doel van goede gezondheid.

3.5. De invloed van voeding

Alles wat we eten en drinken heeft een effect op het lichaam en heeft vervolgens een effect op de urine. Hoe beter het voedsel en het drinken is datje tot je neemt, des te beter zal de urine zijn en ook smaken. De urinetherapie op zichzelf verschaft geen wonderen. Het is belangrijk het lichaam van de essentiële voedingsstoffen te voorzien, anders beschikt het niet over het ruwe materiaal om een goede gezondheid te behouden.

Indien je gezond en weloverwogen eet, bevat ook de urine veel van die essentiële voedingsstoffen en door urine te drinken, kunnen die essentiële voedingsstoffen nog eens gebruikt worden.

Het lichaam kan een tekort aan bepaalde voedingsstoffen krijgen als ze niet door middel van een volledig voedselpakket worden aangevuld. Hiervan kunnen op de lange duur ziekten en kwaaltjes het gevolg zijn.

Hoe kunnen we dit voorkomen? Waar kunnen we deze essentiële voedingsstoffen krijgen?

Zoals we al besproken hebben, heeft alles wat we in of op ons lichaam deponeren op de een of andere manier effect op de wijze waarop het lichaam functioneert en presteert. Het menselijk lichaam is er niet op gemaakt om de vele schadelijke toevoegingen waaraan we heden ten dage worden blootgesteld, te verteren en te absorberen. De chemische produkten en de straling die aan voedselprodukten wordt toegevoegd, zijn op de lange duur vaak schadelijk voor ons lichaam.

Een voedselpakket dat wordt aanbevolen, bestaat uit verse groenten, vers fruit, volkoren granen, zaden, noten, bonen, natuurlijke zoetstoffen zoals honing, en een beperkt gebruik van melkprodukten.

Met name voedsel met een ontzurende kwaliteit is zeer aan te bevelen. Voorbeelden hiervan zijn wortelen en rode bieten. Persoonlijke ervaring heeft geleerd dat na het eten van wortelen als hoofdbestanddeel van de avondmaaltijd, de urine van de daaropvolgende ochtend vaak praktisch neutraal van smaak is.

Er is nog een aantal dingen te zeggen over de invloed van het geconsumeerde eten en drinken en de samenstelling van de vervolgens geproduceerde urine. Vaak is het raadzaam een vegetarisch dieet te volgen gedurende de toepassing van de urinetherapie. Dit betekent dat men zich het beste kan onthouden van alle vleesprodukten of het gebruik daarvan op z'n minst tot een minimum terugbrengt. Dit geldt in ieder geval wanneer men de therapie voor een langere periode toepast. Bovendien geldt dit wanneer men vast of meerdere glazen urine per dag drinkt.

Mensen die toch (veel) vlees eten, dienen voorzichtig te zijn, zeker indien hun nieren niet goed functioneren. Mensen die veel vlees eten, hebben hoge concentraties ureum, stikstofafval, urinezuren en andere (zure) stoffen in hun urine, die in die hoeveelheden bij opnieuw innemen niet gezond zijn. Een teveel aan deze stoffen in het bloed kan leiden tot een te hoge zuurgraad in het lichaam. Het lichaam 'verzuurt' dan en dit is een extra voedingsbodem voor ziekten. De genoemde stoffen maken in hoge concentraties bovendien de smaak van urine uiterst onaangenaam. Indien men toch vlees wil eten dan zijn de beste vleesprodukten vis en gevogelte die vrij zijn van hormonen.

Afgeraden wordt alles wat is gemaakt van geraffineerde produkten, met name wit meel en witte suiker. Ook deze voedingsstoffen verzuren het bloed en het lichaam. Vermijd alles wat verwerkt of bestraald is of wat kunstmatige kleur- of smaakstoffen bevat.

Een dieet kan verder zo persoonlijk zijn als jezelf. Het is raadzaam daarmee te experimenteren en te bekijken welk dieet bij je leefstijl past, terwijl het tegelijkertijd voor een optimale hoeveelheid energie zorgt.

Omdat het vrijwel onmogelijk is alle gifstoffen te vermijden, is het belangrijk om extra voorzorgsmaatregelen te nemen ten aanzien van onze gezondheid. Frisse lucht en schoon water zijn van levensbelang voor onze gezondheid. Helaas is het niet gemakkelijk nog aan goed en schoon water te komen. Kraanwater zit vaak vol chloor en aluminium, om maar een paar stoffen te noemen. Het is raadzaam, zeker als het om water om te drinken, gezuiverd water uit flessen of containers te gebruiken. Ook kun je een goede waterfilter aanschaffen.

Met frisse lucht ligt het wat moeilijker; deze is niet in flessen of containers te koop. Het is wel mogelijk om voor de noodzakelijke lichaamsbeweging een bosrijk gebied of het strand op te zoeken. Lichaamsbeweging (met mate) is belangrijk: ze

versnelt de hartslag, stimuleert de bloedsomloop en maakt de spieren sterker. Een goede en diepe ademhaling als gevolg van lichaamsbeweging helpt bij het ontzuren van het bloed.

Er zijn talrijke manieren om in beweging te blijven of te komen. Wat echt belangrijk is, is dat het een onderdeel van uw dagelijkse routine vormt, en zo mogelijk een plezierig onderdeel. Zelfs als je ervoor kiest iedere dag iets anders te doen, zul je profijt hebben van ieder soort verhoogde lichaamsbeweging.

Eerder in dit boek is al gewezen op de heilzame en voedende werking van urine op de huid. Ze heeft een reinigende en regenererende werking. Als je behoefte hebt aan een lekker of fris geurtje, is het altijd mogelijk je huid na inwrijving met urine te behandelen met een natuurlijke bodylotion of goede olie waaraan een paar druppeltjes essentiële olie zijn toegevoegd. Vermijd echter zoveel mogelijk alle niet-natuurlijke bodylotions, crèmes, enzovoorts. Je huid is tenslotte ook een orgaan, en zelfs een heel groot orgaan, waardoor stoffen in je lichaam worden opgenomen.

Zoals ik al eerder heb vermeld, gebruik ik zelf bijna nooit zeep of shampoo. Urine reinigt uitstekend. Bovendien smeer ik het op mijn gezicht na het scheren als alternatieve 'aftershave'. Wellicht kun je ook eens bekijken, bij wijze van experiment, hoe het voelt om zonder zeep en shampoo te leven.

Deze suggestie vormt een goede aanleiding voor een opmerking ter afsluiting van dit gedeelte. Zoals je hebt kunnen merken, staat dit hoofdstuk vol met richtlijnen en adviezen. Belangrijk blijft altijd dat je je bewust bent van wat u doet en waarom. Neem de tijd en de ruimte om dingen uit te proberen als je daar behoefte aan hebt. Iedereen leert tenslotte het meest van de eigen ervaring. Probeer bijvoorbeeld goed te voelen wat een bepaalde methode voor je doet of betekent. Bekijk goed of het werkt voor jou; misschien is dat niet het geval. En blijf in contact met je gevoelens en met je lichaam. Het is niet de urinetherapie die je geneest of vitaler maakt, dat doet u uiteindelijk zelf. De urinetherapie is daarbij een uiterst effectief hulpmiddel, zeker wanneer je haar als gebruiker met aandacht, zorg en liefde voor jezelf toepast.

3.6. Antwoorden op veelgestelde vragen

1. Is urine geen afvalprodukt dat door het lichaam wordt afgescheiden omdat het giftig is ?

Dat urine een giftig afvalprodukt zou zijn, berust niet op feiten. Ook wetenschappelijk is aangetoond dat urine, behalve uit water, voor het grootste gedeelte uit mineralen, hormonen en enzymen bestaat die niet schadelijk voor het lichaam zijn. Vele van deze stoffen kan het lichaam weer gebruiken.

Urine is niets anders dan een uitfiltering van de bloedbaan. Wat even tevoren nog in het bloed was, bevindt zich een fractie later in de urine. Daarbij worden bepaalde stoffen door de nieren zo gefilterd, dat ze weer tot bouwstoffen worden, die in die vorm direct weer door het lichaam opgenomen kunnen worden.

De nieren filteren per dag honderden (ongeveer 1700) liters bloed. Het grootste gedeelte van wat er uitgefilterd wordt, de zogenaamde 'voor-urine', wordt direct weer in het bloed opgenomen. Overtollige stoffen en de eindproducten van o.a. de stikstof- en eiwitstofwisseling vormen tezamen met water de 1 a 2 liter urine die uitgescheiden wordt.

De nieren zijn niet bedoeld om gifstoffen uit het lichaam te verwijderen. Daar zorgen in principe de lever en de darmen, en de huid en de uitademing voor. Natuurlijk is het wel zo dat wat men eet, in het bloed terecht komt en vandaar in de urine. Het is dus van belang om goed en gezond te eten en te drinken. Dat heeft op zich niets met de urinetherapie te maken, maar is wel van belang wanneer men de urinetherapie toepast.

Ook als men aanneemt dat er zich wel gifstoffen bevinden in urine, betekent dit niet per definitie dat die bij inname ook schadelijk zijn voor het lichaam. Wanneer dit natuurlijke (dus geen chemische door het gebruik van bijvoorbeeld medicijnen, etc.) afvalproducten van het lichaam zijn, kan het lichaam ze gebruiken om te reageren op wat er uit balans is. Op deze manier is er sprake van een homeopathisch of isopathisch effect. De urine is een informatiekaartje van de toestand van het bloed. Wanneer die informatie teruggevoerd wordt in het lichaam, kan het lichaam vervolgens uiterst adequaat reageren. In dat opzicht is het lichaam een zeer geavanceerd en intelligent systeem. Bij dieren zien we voortdurend hoe precies dit systeem werkt: geen enkel dier loopt gevaar door eigen gif en ze likken zonder enig probleem altijd hun eigen wonden.

Een ander gegeven is hier ook nog van belang: het lichaam neemt in de ingewanden lang niet alle geconsumeerde stoffen op. Het selecteert in enige mate wat nuttig is voor het lichaam. De rest verlaat met de ontlasting het lichaam. Ook worden bepaalde stoffen door de bacteriën in de darmen omgezet in andere stoffen die het lichaam in die vorm beter kan opnemen of gebruiken. Dit is bijvoorbeeld het geval bij ureum.

Soms vraagt men of ureum geen vergiftigingsverschijnselen kan veroorzaken. Ureum is giftig wanneer het in grote hoeveelheden in het bloed terecht komt. Bij het drinken van urine wordt slechts een relatief kleine hoeveelheid ureum ingenomen. Dit komt niet direct in het bloed terecht, maar in de darmen. Het werkt voornamelijk zuiverend en het grootste gedeelte ervan komt niet als ureum in het bloed, maar wordt omgezet in de voor het lichaam zeer bruikbare bouwstof glutamine.

2. Zitten er geen schadelijke en ziekteverwekkende bacteriën in urine?

Het is een gegeven dat de urine van 90 van de 100 mensen praktisch geheel vrij is van enige bacterie. Dokters en pathologen zullen dit bevestigen. De reden hiervan is het simpele feit dat urine nergens mee in aanraking komt totdat ze uitgescheiden is en ze

bovendien stoffen bevat die bacteriedodend werken. In de andere tien procent worden wel micro-organismen aangetroffen. Dit kan voorkomen bij een sluimerende ziekte of infectie aan nieren of urinewegen.

Het drinken van de urine met een bepaalde hoeveelheid micro-organismen kan echter geen kwaad. We krijgen via ons voedsel en drinken en via de lucht die we inademen voortdurend bacteriën binnen. Ook in ons lichaam bevindt zich permanent een hele verzameling bacteriën waar we in de regel niet ziek van worden.

Enige voorzichtigheid is geboden bij ontstekingen aan nieren, blaas of urinewegen. Hierbij kunnen de hoeveelheden bacteriën vrij hoog zijn en kan er zelfs zichtbaar pus in de urine zitten. Sommige urinetherapeuten, zoals Armstrong bijvoorbeeld, schrijven ook hier het normale recept voor: alles drinken wat uitgescheiden wordt.

Uitwendig toegepast is urine een uitstekend anti-septisch middel. Verse urine is steriel en daarom uitstekend voor het schoonmaken van wondjes. Oude urine bevat ammonia en andere stoffen die ervoor zorgen dat infectie en rotting tegengegaan worden.

3. *Als urine zo nuttig en goed voor het lichaam is, waarom scheidt het lichaam het dan uit ?*

We kunnen hier een vergelijking maken met een dam in een rivier. Als het water boven een bepaalde hoogte komt, begint het overschot weg te stromen door de daarvoor ontworpen vloedsluizen. Dit betekent echter niet dat het water zelf niet meer van nut is. Op dezelfde manier kan op ieder moment een teveel aan water en zouten het lichaam verlaten via de nieren. Als men meer water drinkt, is er meer urine en als men minder water drinkt, is er minder urine. Iedereen weet dit uit eigen ervaring.

De natuur werkt altijd met kringlopen. Dit geeft materie de kans om weer tot oorspronkelijke bouwstoffen te worden om dan vervolgens weer voor opbouw gebruikt te kunnen worden. De filtering door de nieren maakt vele stoffen, die nog in samengestelde vorm in het bloed zweven, weer tot de oorspronkelijke bouwstoffen. Op die manier kunnen ze door het lichaam weer gemakkelijk opgenomen worden.

Ik verwijs hier nogmaals naar het voorbeeld van de boom die elk volgend seizoen weer leeft van zijn afgevallen bladeren. De natuur bezit een onfeilbare capaciteit wat de recycling betreft, en de urinetherapie is daar een opmerkelijk, maar helaas in de vergetelheid geraakt voorbeeld van.

Ook wil ik er nogmaals op wijzen dat we allemaal deze urinekringloop hebben meegemaakt als foetus in de baarmoeder. Bijna negen maanden lang hebben we allemaal onze eigen urine gedronken in de vorm van vruchtwater. Toen al was het deze vloeistof die een belangrijke bijdrage leverde aan de volmaakte opbouw van ons lichaam. We doen met het drinken van onze eigen urine dus echt niet iets wat ons lichaam in wezen vreemd is; integendeel, het ligt aan de basis van ons bestaan.

4. *Als het drinken van eigen urine zo natuurlijk en nuttig is, waarom heeft de natuur de mensen dan niet uitgerust met een instinct om dat uit onszelf te doen ?*

Logisch en materieel denken hebben vele natuurlijke instincten van de mensen totaal onderdrukt. Alle dieren bijvoorbeeld vermijden iets te eten wanneer ze ziek zijn. Vele ziekten kunnen op die manier snel genezen worden. Eten verteren vergt namelijk veel energie. Niet eten betekent dat het lichaam veel eigen energie kan gebruiken voor het herstelproces.

Mensen daarentegen gaan vaak gewoon door met eten wanneer ze ziek zijn. Sterker nog, men raadt de zieke vaak aan om toch vooral goed te eten, ook al heeft hij of zij totaal geen honger.

Van dieren is verder bekend dat zij in geval van ziekte of verwonding instinctief hun eigen lichaamsvloeistoffen gebruiken. Door hun wonden te likken, bijvoorbeeld, houden zij niet alleen de wond schoon, maar geven ze ook een signaal aan het lichaam. Het lichaam kan dan vervolgens op deze 'zelfinenting' reageren.

Om nog even bij de dieren te blijven, van geiten is bekend dat zij soms rechtstreeks in de eigen mond urineren. Vele andere dieren likken de urine van hun soortgenoten op.

Ook op andere gebieden is duidelijk te zien dat we wat instinct betreft een aardig eind zijn afgedwaald. Het ligt bijvoorbeeld niet voor de hand om instinctmatig een sigaret op te steken of alcohol te consumeren.

We kunnen er dus beter van uitgaan dat de natuur ons wél met een aantal instincten heeft uitgerust, maar dat wij, als mensen, daarmee vaak niet meer in contact staan.

5. *Is het niet zo dat de urinetherapie effect lijkt te hebben omdat ook een verandering van eet- en drinkgewoonten wordt voorgeschreven, en het eigenlijk deze factor is die voor genezing zorgt?*

Natuurlijk hebben de eet- en drinkgewoonten van mensen een grote invloed op hun gezondheid. De urinetherapie en een gezonde eet- en drinkwijze horen bij elkaar. Zoals al eerder gezegd, in de urine bevindt zich niets wat niet eerder op de een of andere manier geconsumeerd is. Een verandering van eet- en drinkgewoonten omdat men de urinetherapie is gaan toepassen, speelt ongetwijfeld een belangrijke rol bij een mogelijk genezingsproces.

Feit is dat de urinetherapie ook effectief is bij mensen die al gezond eten en drinken en om de een of andere reden toch ziek zijn geworden. Verder is de snelheid waarmee bij toepassing van de urinetherapie verbetering van klachten optreedt opmerkelijk in verhouding tot wanneer men uitsluitend de eet- en drinkgewoonten verandert. Ook heeft de urinetherapie een uitermate goed effect wanneer men vast op alleen maar water en urine. In dat geval komt er geen ander eten aan te pas. Met vastenku- ren op urine en water boekt men bovendien in een week net zoveel resultaat als met een sap- of waterkuur in 2 a 3 weken. Maar voor alles blijft het inderdaad altijd belangrijk wat je eet of drinkt of anderszins in je lichaam opneemt, zeker als het gaat om gezondheid op lange

termijn. De urinetherapie toepassen en er intussen ongezonde eet-, drink- en leefgewoonten op na houden, is water naar de zee dragen.

Over gezonde eet-, drink- en leefgewoonten wil ik ten slotte nog opmerken dat daar geen eenduidige regels voor te geven zijn. Dat kan heel persoonlijk zijn en je weet diep van binnen zelf meestal het beste wat goed of wat niet goed voor je is.

6. *Kunnen de effecten van de urinetherapie niet worden toegeschreven aan suggestie of geloof?*

Mensen die hun toevlucht nemen tot de urinetherapie als 'laatste redmiddel' hebben vaak al een ronde gemaakt langs alle mogelijke andere geneeswijzen, van allopathie tot homeopathie, Ayurveda, enzovoorts. Ook bij de andere systemen was er de hoop en het geloof dat die uitkomst zouden bieden. Toch bleken velen die geen resultaten zagen van andere behandelingswijzen door de urinetherapie wel genezen te kunnen worden. En dat terwijl de aard en onbekendheid van de urinetherapie vele mensen aanvankelijk juist zeer sceptisch maakt.

In India heb ik gesproken met een urine-therapeut die als opzichter in een nationaal park ook dieren met urine behandelde. De resultaten zijn ook daar opmerkelijk goed te noemen. In dat geval kan er geen sprake zijn van suggestie of geloof van de kant van het behandelde dier.

Natuurlijk is het in het algemeen wel van belang om te geloven in de weg van genezing die men kiest. Dit geldt ook wanneer men kiest voor een allopathische of andere behandeling.

7. *Smaakt urine niet zo vies dat het eigenlijk telkens een kwelling is om het op te drinken ?*

Onze weerzin tegen urine is het resultaat van vooroordelen en conditionering. We hebben altijd geleerd dat urine vies is. In werkelijkheid is de smaak van urine meestal niet vies. Velen die het al een tijdje drinken vinden het vaak zelfs aangenaam ruiken en smaken.

De smaak van urine is mede afhankelijk van wat men de vorige dag gegeten en gedronken heeft. Eet men veel dierlijke eiwitten, dan is de smaak van urine vaak sterk. Hetzelfde geldt bij het gebruik van veel specerijen of het drinken van sterke kruidenthee. Ook wanneer het lichaam uit balans is, wat men ziekzijn noemt, smaakt urine vaak sterker dan normaal. Minderen met vooral dierlijke eiwitten en met sterke kruiden en specerijen beïnvloedt de smaak van urine meestal positief.

Wil men langzaam aan de smaak wennen, dan kan men de urine rustig mengen met water of vruchtensap. Ook kan men er een schepje honing doorheen doen.

Over het algemeen is smaak iets heel subjectiefs. Wat de een lust, smaakt de ander absoluut niet. Bovendien kan dat per persoon in de loop van de tijd veranderen. De meeste mensen die voor het eerst van hun leven bier of wijn proeven, vinden het niet lekker. Na een tijdje is men eraan gewend en vindt men het juist wel lekker. Hetzelfde geldt voor olijven, stinkkaas, enzovoorts.

Wat geneesmiddelen betreft is het interessant op te merken dat mensen bereid zijn de meest afschuwelijk smakende drankjes en pillen naar binnen te werken zolang dat maar op doktersvoorschrift gebeurt. In dat geval kan men in geval van ziekte ook de weerzin tegen de smaak van urine eens proberen te overwinnen.

8. *Als de urinetherapie zo populair was in het verleden, zoals men beweert, waarom is ze dan uit de belangstelling geraakt en weet men niet meer dat ze zo nuttig kan zijn ?*

Met de ontwikkeling van cultuur en technologische vooruitgang zijn we steeds verder van de natuur af komen te staan. Daarbij hoort ook een verminderde interesse in natuurlijke geneeswijzen, waaronder de urinetherapie. Daar komt nog bij dat de mens zich in vele opzichten van het eigen lichaam heeft afgekeerd. Dit heeft de urinetherapie voor velen psychologisch ontoegankelijk gemaakt; met andere woorden, men is vies van eigen lichaamsprodukten geworden.

Ons economisch systeem is gebaseerd op schaarste, en schaarste heeft te maken met afhankelijkheid. De urinetherapie verschaft 'patiënten' een zo grote mate van onafhankelijkheid dat er met het middel zelf, de urine, weinig geld kan worden verdiend: eigen urine is immers gratis en altijd en overal beschikbaar voor degene die het nodig heeft. In een wereld waarin geld vaak voor alles gaat, kan de urinetherapie een bedreiging lijken voor mensen die hun geld verdienen met het maken of voorschrijven van allerlei geneesmiddelen. Kortom, de urinetherapie valt niet binnen het hedendaagse economische plaatje van schaarste.

Veel mensen geloven dat we tegenwoordig een betere gezondheid hebben dan vroeger en dat we deze te danken hebben aan de vooruitgang in de medische wetenschap. Dat is voor een deel waar. De andere kant van de medaille is dat we daar heel wat vrijheid en onafhankelijkheid voor op hebben moeten offeren. De enorme inspanningen van de medische wetenschap om vooruitgang te boeken zijn gedeeltelijk gebaseerd op een falen om werkelijk ziekten te genezen. Symptoombestrijding staat hoog in het vaandel, maar de oorzaak is daarmee niet weg. Met de urinetherapie wordt, naast vermindering van de symptomen, ook de oorzaak van ziekte aangepakt.

Wel dient men altijd te bedenken dat ook de urinetherapie niet 'het wondermiddel' is waarmee de klachten wel over zullen gaan. Ziekte heeft altijd meerdere betekenissen en is meestal niet slechts lichamelijk. Ook de gevoels- en gedachtenwereld en de omgeving van de mens spelen bij ziekte een rol. Iemand die de urinetherapie toepast om van een klacht af te komen en na verbetering weer verdergaat met niet aardig zijn voor het eigen lichaam, op wat voor manier dan ook, kan vaak opnieuw klachten verwachten. Het is dus goed om andere factoren in het genezingsproces ook aandacht te geven.

9. *Hoe reageren kennissen en vrienden als je vertelt dat je je urine drinkt? Kun je het niet beter verzwijgen?*

De taboes op lichaamsafscheidingen in het algemeen zijn vandaag de dag heel groot. We beschouwen veel dingen als vies nadat ze nog maar ternauwernood uit ons lichaam zijn gekomen. We vergeten daarbij dat diezelfde stoffen soms nog een paar minuten daarvoor een integraal deel van ons eigen lijf waren. Iedereen weet datje veel mensen het meest onbedaarlijk aan het lachen kunt krijgen door de zogenaamde 'pies-en-poep' grappen. Dat geldt trouwens ook voor mijzelf. En natuurlijk krijg ik de meest uiteenlopende reacties als ik mijn verhaal vertel. Die opvoeding hebben we nu eenmaal gehad en ik geef er zelf de voorkeur aan om het geheel, hoe serieus ik het ook neem, met een gezonde dosis humor te benaderen.

Als je je er echter niet prettig bij voelt om het anderen te vertellen, maar toch wil uitproberen of de urinetherapie wat voor je is, dan kun je dat rustig doen zonder daar over te praten. Wanneer je zelf eenmaal overtuigd bent dat het voor jou werkt, zal de drempel om erover te praten op een natuurlijke manier een stuk lager worden of zelfs helemaal verdwijnen. Wellicht ga je het, net als ik, wel heel erg leuk vinden om erover te vertellen. Je weet dan zeker dat er in je bijzijn heel wat afgelachen gaat worden. Het is een oud gezegde dat het goed is om het nuttige met het aangename te verenigen; met de urinetherapie ben je verzekerd van dat gegeven!

Iets anders kan het liggen wanneer je moeite hebt met naaste familie of je partner. Ondersteuning door je naasten is altijd heel belangrijk en essentieel. Een goede uitleg kan wonderen doen. Laat ze bijvoorbeeld dit boekje lezen. Voor je het weet willen zij het zelf ook toepassen.

En wat de geur betreft, die valt reuze mee. Met een beetje zorg hebben je naasten nergens last van. De geur van urine is veel minder afstotelijk dan vele mensen denken doordat ze de geur van openbare toiletten in gedachten hebben. Ik loop zelf regelmatig met een aftershave en haarlotion van niets minder dan zuiver urine rond en nog niemand die daar ooit iets van gezegd heeft omdat het vies zou ruiken. En als ik zelf het vermoeden heb dat er een geurtje van urine om mij heen hangt, dan gebruik ik een gezonde, natuurlijke crème of huidolie die fris en lekker ruikt, en weg is het probleem.

En natuurlijk zullen er altijd mensen zijn die het gek of vies blijven vinden. Aan jou om te beslissen watje belangrijker vindt: een goede gezondheid van jezelf of de mening van een ander.

10. *Bij welke ziekten helpt de urinetherapie en bij welke niet? Zijn er ook contra-indicaties?*

De urinetherapie werkt in principe bij iedere ziekte. In feite is een diagnose niet eens nodig voor het toepassen van de urinetherapie. De urinetherapie is een totaalbehandeling gericht op het versterken of herstellen van de balans in het lichaam. Omdat er vele mogelijkheden zijn waarop de balans verstoord kan zijn, zijn er ook even zovele ziekten. De geneeskunde heeft ze voor het gemak in categorieën ondergebracht en een naam gegeven. De urinetherapie is net zo persoonlijk als dat wat er in een persoon uit balans is en, nogmaals, dit kan veel verschillende vormen hebben. Omdat er bij toepassing van de urinetherapie geen geneesmiddel nodig is dat het beste past bij de klacht, is er ook geen diagnose noodzakelijk.

Omdat we zo gewend zijn aan diagnoses, is het voor de meesten van ons wel prettig om te weten welk 'naamplaatje' eraan hangt als we ziek zijn. Op die manier kunnen we eventueel ook nog bekijken welke andere natuurlijke middelen ons kunnen helpen. Want het is heel goed mogelijk om tegelijkertijd met de urinetherapie van andere natuurgeneeswijzen gebruik te maken. Vaak ondersteunen de behandelingen elkaar. In de Damar Tantra, waarvan de hele tekst achter in dit boek te vinden is, worden vaak combinaties van kruidenmengsels en urine voorgeschreven.

Wat de contra-indicaties betreft kunnen we zeggen dat de urinetherapie in principe altijd en overal toegepast kan worden. Er zijn geen ziekten uitgezonderd. Wel is er een aantal gevallen waarbij extra aandacht en voorzichtigheid geboden zijn. Dit geldt met name wanneer er zich pus in de urine bevindt. Dit betekent ook dat er veel bacteriën in de urine zitten. Het kan dan beter zijn om alleen een paar druppels van de urine in te nemen, wat met name een homeopathisch of isopathisch effect heeft. Bij chronische ziekten dient men natuurlijk de algehele conditie voortdurend in de gaten te houden, zeker wanneer het lichaam al erg verzwakt is. Een ziekte als diabetes vereist extra zorgvuldigheid, ook wat het begeleidende dieet betreft.

Verder dient men te letten op de zuurgraad van bloed en urine. Als het bloed te zuur is, kan ook de urine heel zuur zijn. Dit kan bij toepassing irritaties veroorzaken. Het is dan belangrijk door vasten, natuurlijke geneesmiddelen en een aangepast dieet (eiwitarm en vegetarisch) eerst die zuurgraad omlaag te brengen.

Contra-indicaties zijn er dus niet, maar voorwaarden waaronder de urinetherapie het beste kan worden toegepast, zijn er zeker wel. Een heel belangrijke daarvan, het zij nogmaals opgemerkt, is de kwaliteit en samenstelling van wat men eet en drinkt.

11. *Waarom wordt met name de ochtendurine aanbevolen om te drinken?*

In de ochtendurine zitten de meeste bruikbare stoffen. Dit komt doordat 's nachts, tijdens het slapen, het lichaam in een diepe ontspanning komt. Die diepe ontspanning geeft het lichaam de kans 'herstelwerkzaamheden' te beginnen en uit te voeren. De afbraakproducten daarvan komen deels in de urine terecht en kunnen bij wederinname opnieuw voor de opbouw gebruikt worden. Juist dit proces van filtering door de nieren doet het zogenaamde ruwe afbraakmateriaal terugkeren tot de oorspronkelijke bouwstoffen, die in die vorm weer direct door het lichaam opgenomen en gebruikt kunnen worden.

Ook komen er in de slaap bepaalde hormonen vrij. Een aantal daarvan is bedoeld om die diepe ontspanning, waar we zojuist over spraken, te bewerkstelligen. Het opnieuw innemen van deze hormonen zorgt er nu voor dat we in wakend bewustzijn ook meer rust ondervinden. Verder bespaart het het lichaam energie omdat zij de hormonen niet nog eens aan hoeft te maken.

Bovendien reguleert het innemen van de ochtendurine, met al die hormonen, de hele hormoonhuishouding. Er zitten namelijk hormonen bij die speciaal de functie hebben om voor deze regulatie te zorgen. Ik ken een vrouw die al heel lang haar menstruatiecyclus zeer precies, met tabellen en al, bijhield in verband met het plannen van een zwangerschap. De menstruatiecyclus is in hoge mate afhankelijk van hormonen. Op een gegeven moment begon zij met de urinetherapie: Vanaf dat moment was haar cyclus ineens volledig constant, terwijl er daarvoor flinke schommelingen en afwijkingen waar te nemen waren.

12. *Kun je alleen je eigen urine gebruiken ?*

In principe is het het beste om alleen eigen urine te gebruiken, zeker bij inwendige toepassing. In geval van shock echter, wanneer iemand zelf niet meer kan plassen, kan men gerust de urine van iemand anders toedienen. Neem dan, indien mogelijk, de urine van iemand van hetzelfde geslacht. Dit is beter in verband met de werking van hormonen. Bij mannen bevinden zich andere hormonen in de urine dan bij vrouwen.

Bij bepaalde ziekten schijnt het goed te zijn urine van kinderen in te nemen. Kinderurine is vaak heel zuiver, zeker wanneer kinderen goed en gezond eten en drinken. Kinderurine leent zich in sommige gevallen ook goed voor het inmasseren van mensen die ernstig ziek zijn en die zelf onvoldoende urine produceren.

Voor massage is het ook mogelijk om de urine van een ander volwassen persoon te gebruiken.

Ook de urine van zwangere vrouwen wordt door sommige urine-therapeuten aangeraden voor bepaalde symptomen, maar nader onderzoek is nog gewenst voordat we hier meer over kunnen zeggen.

Volgens de laatste berichten is een besmetting met HTV via urine van iemand anders zo goed als uitgesloten.

Urine van verschillende personen verschilt normaal gesproken riet veel wat betreft ingrediënten. Vandaar dat de urine van een ander ook zeker werkt. Eigen urine echter bevat lichaamseigen stoffen en het verschaft juist die informatie die het lichaam nodig heeft om zo gericht mogelijk met het eigen herstel aan de gang te gaan.

4. Medisch wetenschappelijke aspecten van urinetherapie

Voor vele urinetherapeuten staat vast dat urinetherapie werkt. Verklaringen hebben de meesten van hen daar nooit voor gezocht: het ervaringsgegeven was gewoonweg voldoende. Toch is er sinds enige tijd wat meer belangstelling voor het zoeken naar een medisch-wetenschappelijke verklaring. Aan de ene kant komt dit voort uit het verlangen van een aantal urinetherapeuten om binnen de medische wereld voet aan de grond te krijgen. Ze vinden het gewoon belangrijk dat ook doktoren van de effectiviteit van deze therapie op de hoogte zijn zodat ze tot nut van steeds meer mensen kan worden aangewend. En natuurlijk komen er ook vragen van mensen uit diezelfde medische wereld: "Als jullie zeggen dat het werkt, leg dan maar uit waarom."

Aan de andere kant is er inmiddels een aantal medisch geschoolde personen in aanraking gekomen met urinetherapie en hun eigen ervaringen bleken positief te zijn. Een reden voor hen om te gaan kijken naar het hoe en waarom. Dat is trouwens geen recente ontwikkeling. Iemand als de Duitse kinderarts Krebs heeft midden deze eeuw met succes vele patiënten met urinetherapie behandeld en daarover gepubliceerd (zie literatuurlijst). Hij was als medicus toen al overtuigd dat urinetherapie zich als effectieve geneeswijze in vele gevallen door en door bewezen had, maar hij realiseerde zich ook dat andere artsen dit feit moeilijk konden accepteren omdat het niet overeenkwam met het wetenschappelijke perspectief van waaruit zij werkten.

4.1. Op zoek naar een verklaring

Om urinetherapie als effectieve geneesmethode te erkennen, proberen dus ook mensen in de medische wereld inzicht te verkrijgen in hoe deze therapie werkt. Het uitvinden van hoe ze praktisch gezien werkt, zal niet eenvoudig zijn. Willekeurige, 'double-blind' en 'cross-over' onderzoeken zouden een bijdrage kunnen leveren, maar zijn moeilijk uitvoerbaar. Er moet dan met meerdere groepen 'proefpatiënten' gewerkt worden. Zowel behandelaars als patiënten mogen er niet van op de hoogte zijn of zij met 'het middel', in dit geval dus urine, behandelen respectievelijk behandeld worden of niet. Alleen de onderzoeksleiders weten dit in principe. Zo'n onderzoek is met een eenvoudig en neutraal uitziend pilletje vrij makkelijk, maar met urine ligt het allemaal wat moeilijker. Hoewel die zogenaamde 'double-blind' en 'cross-over' onderzoeken wetenschappelijk gezien het hoogst aangeschreven staan wat betreft het bewijzen of een geneesmiddel of therapie wel of niet effectief is, vormen ze echter niet de enige manier om de effectiviteit van een bepaalde behandelingsmethode te bepalen.

In de natuurgeneeskunde wordt veel gebruik gemaakt van de zogenaamde 'ervaringsgeneeskunde'. In het geval van urinetherapie kan dat bijvoorbeeld door gerichte observatie, door het bijhouden en documenteren van behandelingen met urinetherapie, en door het verder onderzoeken van wat urine als therapeutisch middel te bieden heeft, zowel wat betreft haar afzonderlijke onderdelen als het totaalprodukt.

Voor diegenen echter die de effectiviteit van urinetherapie in het algemeen betwijfelen en daarom het nut van dergelijke onderzoeken nog niet inzien, is het volgende van belang. Het hoogste placebo-effect, d.w.z. het positieve effect van een behandeling puur en alleen omdat mensen erin geloven dat het werkt, ook al is dat niet het geval, ligt op 30%.' Als de behandeling een veel hoger percentage van verbetering aantoonde, moet op zijn minst het voordeel van de twijfel aan de betreffende therapie worden gegeven.

Welnu, met urinetherapie lijkt dit zeker het geval te zijn. Het merendeel van de mensen die de stap heeft gemaakt urinetherapie consequent en 'volgens de regels' toe te passen, meent er baat bij te hebben gehad, zo blijkt uit de literatuur. Nu zijn de boeken over urinetherapie meestal geschreven door mensen die zelf enthousiast zijn over deze therapie. Daarom moet men een kritische noot plaatsen bij de veel geuite opvatting dat urinetherapie, mits juist toegepast, bijna altijd effect alsmede nog nooit negatieve bijwerkingen heeft gehad. Dat geldt eveneens voor de bewering dat slechts een klein aantal geen, of geen noemenswaardige, verbetering of verandering ervaart bij het toepassen van urinetherapie. Maar ook wanneer men dit in de beschouwing meeneemt, lijkt het percentage positieve resultaten nog steeds ver boven de 30% te liggen. Reden dus voor dat voordeel van de twijfel en voor verder onderzoek.

Er is binnen de medisch-wetenschappelijke wereld, zoals reeds eerder besproken is, veel onderzoek naar de samenstelling van urine en naar haar afzonderlijke bestanddelen gedaan. Er is door de onderzoekers Free en Free een rapport gepubliceerd waarin 200 substanties van urine op een rijtje worden gezet. Ze vermelden daarbij dat het hier slechts om de meest interessante onderdelen gaat, maar dat er waarschijnlijk duizenden bestanddelen in urine te vinden zijn.² Er zijn meerdere stoffen in urine aangetroffen die medisch-wetenschappelijk gezien waarde lijken te hebben om als geneesmiddel of als onderdeel daarvan verwerkt en aangewend te worden. Sommige daarvan worden inderdaad al als zodanig verwerkt en aangewend.

Een aantal van de onderzochte substanties uit urine zal in de loop van dit hoofdstuk kort aan bod komen. Referenties naar de bijbehorende onderzoeksartikelen zijn in de noten aan het eind van dit hoofdstuk te vinden. Aangezien dit boek geen wetenschappelijke publicatie pretendeert te zijn, zijn vele referenties simpelweg te goeder trouw overgenomen uit andere publicaties, vnl. uit *Urine- Therapy; It May Save Your Life!* van Dr. B. Bartnett. De referenties dienen voornamelijk als aanknopingspunt voor hen die deze materie verder wensen te onderzoeken.

Het feit dat er werkzame afzonderlijke bestanddelen in urine te vinden zijn, is nog geenszins een bewijs voor een mogelijk positieve werking van urinetherapie. Omgekeerd echter kan men veronderstellen dat de stoffen die als afzonderlijke substantie een bepaalde

werking hebben, diezelfde werking ook hebben wanneer zij gewoon nog een onderdeel uitmaken van de urine. In een enkel geval kan men zich voorstellen dat juist die combinatie de werkzaamheid vermindert of opheft, maar in eerste instantie ligt dat niet voor de hand. We kunnen dus met een hoge mate van waarschijnlijkheid aannemen dat datgene wat als afzonderlijke substantie bepaalde eigenschappen heeft als onderdeel van urine, eveneens die eigenschappen heeft. Hoe meer afzonderlijk werkzame stoffen er in urine aangetroffen worden, hoe sterker het argument dat urine als totaalprodukt een therapeutische effectiviteit heeft.

Voorwaarde bij deze redenering is natuurlijk wel dat ook aangetoond moet kunnen worden dat urine als totaalprodukt geen stoffen met een evident schadelijke werking bevat. Tot nu toe is er echter geen reden om aan te nemen dat zich dergelijke evident schadelijke stoffen in urine bevinden. De kleine hoeveelheden giftige stoffen die zich in urine kunnen bevinden lijken voornamelijk een positief effect op het afweersysteem van het lichaam te hebben, zoals we hieronder nog nader zullen bespreken. Als urine wel zeer schadelijke stoffen zou bevatten, zou het onmogelijk zijn dat vele mensen dag in, dag uit en jaar in, jaar uit hun eigen urine drinken en daarbij in een uitermate goede gezondheid verkeren. En toch is dat wel het geval.

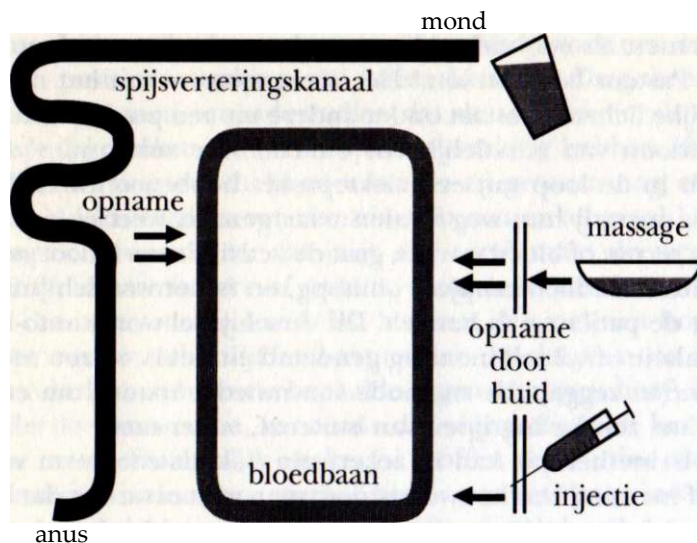
Er is naar urine als therapeutisch aanwendbaar totaalprodukt dus nog geen onderzoek gedaan. Het is dan ook nog steeds een onbeantwoorde vraag waarom en hoe urinetherapie, waarbij urine immers wel als totaalprodukt wordt aangewend, werkt. Er bestaat echter wel een aantal hypothesen ten aanzien van het hoe en waarom van de mogelijke werking van de therapie. Deze hypothesen kunnen als basis dienen voor verder wetenschappelijk onderzoek.

Het toepassen van urinetherapie kan men volgens Dr. Barnett als een uitbreiding van de methoden van Jenner en Pasteur beschouwen.³ Het afweersysteem van het menselijke lichaam bestaat onder andere uit een poging zich te ontdoen van schadelijke of onbruikbare substanties die zich in de loop van een ziekteproces hebben ontwikkeld. Wanneer zij hun weg vinden naar gezond weefsel, wordt het serum of bloed sterker, gaat de activiteit van leucocyten (witte bloedlichaampjes) omhoog, en is het waarschijnlijk dat de patiënt zich herstelt. Dit verschijnsel wordt auto-in-oculatie ofwel zelf-inenting genoemd en het is, zo zou men kunnen zeggen, de methode van moeder natuur om een ziekte, zonder ingrijpen van buitenaf, te genezen.

Urinetherapie kan in zekere zin ook als een vorm van zelf-inenting beschouwd worden: men gaat ervan uit dat bij het drinken en inmasseren met urine bepaalde afgevoerde lichaamssubstanties, ook die welke van een ziekteproces afkomstig zijn, weer in kleine hoeveelheden in het lichaam teruggebracht worden. Zij worden ofwel door de darmen ofwel door de huid weer in het bloed opgenomen. Daarmee krijgt, volgens deze hypothese, het afweersysteem van het lichaam de kans om adequaat te reageren.

De doktoren Remington, Merler en Uhr hebben aangetoond dat een bepaald deeltje van urineproteïne het vermogen heeft om door binding bepaalde ziekteverwekkers uit te schakelen.⁴ Deze ontdekking ondersteunt de veronderstelling dat urinetherapie een effectieve behandelingsmethode bij bepaalde ziektes, of de preventie ervan, kan zijn.

In het begin van de 19e eeuw heeft een zekere Dr. Charles Duncan onderzoek gedaan naar therapieën met zelfgeproduceerde stoffen.⁵ Urinetherapie hoorde daar ook bij. Hij heeft aangetoond hoe iedere patiënt met gonorrhöische urethritis (ontsteking van de piasbuis als gevolg van de geslachtsziekte gonorrhoea/druiper) zijn eigen geneesmiddel daarvoor bij zich droeg in de vorm van zijn eigen afscheiding.



Urinetherapie: een vorm van zelf-inenting. De heropname kan o.a. geschieden door middel van drinken, massage of daadwerkelijke injectie.

Autotherapie hield in dit geval in dat de patiënt een druppel van de zelfvoortgebrachte afscheiding als gevolg van de ziekte direct op de tong plaatste om zodoende de natuurlijke krachten in het lichaam te stimuleren. Deze methode had een sterk genezend effect in ieder stadium van de ziekte. Indien het tijdig werd toegepast, kon het de gonorrhoea doen verdwijnen.

Autotherapie, in al haar verschillende vormen, is gebaseerd op het principe dat het lichaam gebruik kan maken van alle verse, zelfvoortgebrachte, onveranderde afbraakproducten van het weefsel die afkomstig zijn van de microorganismen die het

ziekteproces veroorzaken. De patiënt draagt, wanneer men het zo beschouwt, zijn of haar eigen geneesmiddel met zich mee precies in die vorm die door de natuur wordt samengesteld om zijn of haar toestand te genezen.

Een onderzoek van Dr. William D. Linscott heeft geleid tot de veronderstelling dat er zich bij autotherapie een versterking en stimulering van het immuunsysteem voordoet, voornamelijk wat betreft de T-cellen. Bij een aantal patiënten die een laag aantal T-cellen vertoonden, bleek de T-cel populatie na behandeling met urinetherapie gestegen te zijn.⁶

4.2. Een aantal hypothesen

Er is dus een aantal mogelijke verklaringen over het hoe en waarom van de effectiviteit van urinetherapie. In de literatuur komt een aantal hypothesen naar voren. In het boek *Amaroli* (zie literatuurlijst) worden 9 verklaringsmodellen ofwel hypothesen duidelijk op een rijtje gezet. Het gaat hier niet om 9 afzonderlijke en verschillende hypothesen. Het uitgangspunt van de samenstellers van het boek is dat er meerdere factoren een bijdrage leveren aan de werkzaamheid van urinetherapie en dat het een combinatie van deze factoren is die urinetherapie haar, volgens hen, uitzonderlijke werkzaamheid verleent. Zij menen verder dat al deze factoren vervolgens eerst afzonderlijk bekeken, onderzocht en getoetst dienen te worden.

Men spreekt in het boek *Amaroli* niet over de belangrijke rol die ureum mogelijkwel speelt. Daar is recentelijk, met name door onderzoek van de natuurarts en chiropractor John Wynhausen uit de V.S., veel meer over bekend geworden.⁷ Dit is een belangrijk aspect in de discussie met artsen aangezien een van hun argumenten tegen urinetherapie vaak is dat ureum giftig en schadelijk zou zijn. Ik voeg daarom een extra hypothese toe die zich toespitst op de rol van ureum bij de werking van urinetherapie.

De 9 hypothesen over de mogelijk werkzame factoren bij de behandeling met urinetherapie worden hieronder kort weergegeven. Ik wijs er nogmaals op dat het hier slechts hypothesen betreft. Ook deze dienen slechts als aanknopingspunt voor verder onderzoek. Dat is de belangrijkste reden waarom ze hier weergegeven worden; er is immers nog geen gericht onderzoek gedaan om deze hypothesen te toetsen en wetenschappelijk bezien is er dus nog niets bewezen.

De 9 hypothesen betreffen de volgende 9 gebieden.

1. Heropname en hergebruik van voedingsstoffen
2. Heropname van hormonen
3. Heropname van enzymen
4. Heropname van ureum
5. Immunologisch effect
6. Bacterie- en virusdodende werking
7. Zouttherapie
8. Urineafdrijvende werking
9. Psychologisch effect

1. Heropname en hergebruik van voedingsstoffen

Het gaat te ver om te beweren dat urine ziektes zou kunnen genezen omdat het sporen, mineralen, vitamines en andere voor de gezondheid essentiële voedingsstoffen bevat. We krijgen genoeg van deze stoffen binnen via het voedsel dat we tot ons nemen, ervan uitgaande dat onze eet- en drinkgewoonten evenwichtig en goed zijn. Het is mogelijk dat we door het drinken van of inmasseren met urine een aantal vitamines, aminozuren, zouten, hormonen, etc. hergebruiken en weer als voedingsstof in ons lichaam opnemen.

Zeker gedurende ziekte kan dit heel belangrijk zijn. Men gaat er bij deze gedachtengang van uit dat bij bepaalde ziektes ziek lichaamsweefsel in het bloed terechtkomt en als zodanig uitgescheiden moet worden. Bij het filteringsproces in de nieren zou dit weefsel tot de oorspronkelijke bouwstoffen afgebroken worden, waarna het in die vorm weer door het lichaam gebruikt kan worden om weer nieuw weefsel op te bouwen.

Tijdens ziekte verandert de samenstelling van urine. Dit komt ook doordat bepaalde essentiële stoffen niet op de goede plaats terechtkomen en er vervolgens door de nieren uitgefilterd worden. Een goed voorbeeld hiervan is leverstuwings, waarvan hepatitis ofwel leverontsteking het gevolg kan zijn. Wanneer er een blokkade in de lever is, komt de gal die door de lever wordt geproduceerd niet in het darmkanaal terecht. In plaats daarvan sijpelt de gal in het bloed en komt vervolgens in de urine. Men voelt zich in zo'n geval misselijk en zwak en door dit tekort aan gal in het spijsverteringskanaal kan men vetten en eiwitten niet meer goed verteren. Om de effecten daarvan te verminderen, bestaat de behandeling meestal uit het voorschrijven van rust en een dieet dat arm is aan vetten en eiwitten, de stoffen die niet verteerd kunnen worden.⁸

Echter, in de eigen urine bevindt zich op dat moment wel die stof die die eiwitten en vetten dient te verteren en wel in precies de juiste hoeveelheid. Door urinetherapie kunnen volgens deze theorie gal en andere leverenzymen hergebruikt worden in plaats van verloren te gaan.

Dit is slechts één voorbeeld van een ziekte waarbij via de urine hergebruik van een belangrijke stof kan plaatsvinden. Bij andere ziekten kan op eenzelfde manier onderzocht en bekeken worden hoe belangrijke lichaamsstoffen bewaard en hergebruikt kunnen worden.

2. Heropname van hormonen

Zoals we al eerder besproken hebben komen veel hormonen uiteindelijk in de urine terecht. Het uitgangspunt bij deze hypothese is dat door urine te drinken of in te masseren hormonen opnieuw in het lichaam terecht kunnen komen.

Waarschijnlijk worden bij het drinken van urine voornamelijk de kleine hormonen die geen proteïnen (eiwitcomplexen) zijn, weer door het lichaam opgenomen.

Proteïnen worden namelijk aangetast door de zuren, pepsine en enzymen in het spijsverteringskanaal. Hormonen die bijna zeker weer opgenomen kunnen worden zijn de geslachtshormonen, bijnierhormonen en schildklierhormonen. Ook hiervan moeten de effecten echter nog nader onderzocht worden. De uitwendige toepassing van urine op de huid maakt dat hormonen opnieuw door het lichaam opgenomen kunnen worden zonder vernietigd te worden. Dit is een van de redenen dat massage met urine een belangrijke aanvullende component is in urinetherapie, aangezien de urine dan direct in het lichaamswefsel wordt opgenomen.⁹ Ook klisma's vormen een goede manier om te voorkomen dat bepaalde hormonen door het maagzuur vernietigd worden; vandaar dat deze methoden bij bijvoorbeeld allergische aandoeningen vaak beter helpen dan alleen het drinken van urine.

De heropname hiervan kan op twee manieren waardevol zijn. Ten eerste vanwege specifieke hormonale effecten. Bepaalde hormonen kunnen een heel specifieke werking bij een genezingsproces hebben, zoals bijvoorbeeld de corticosteroiden die door de bijnierschors worden afgescheiden. Corticosteroiden remmen ontstekingen en hebben een positieve werking bij de behandeling van allergieën zoals astma en hooikoorts, van huidaandoeningen zoals eczeem en psoriasis, en van ontstekingsziekten zoals reuma. Bij de behandeling van al deze ziekten heeft urinetherapie zich inderdaad als een zeer effectief hulpmiddel bewezen, maar er is nog niet aangetoond dat deze hormonen daarbij een rol spelen. Overigens is het goed om op te merken dat wanneer hier het woord 'bewezen' wordt gebruikt, we uitgaan van wat men binnen de zogenaamde 'ervaringsgeneeskunde' als bewezen kan beschouwen, d.w.z. dat men door het observeren van de behandeling en het resultaat ervan bepaalde logische conclusies trekt.

Ten tweede kan heropname een algemeen behoud van energie voor het lichaam betekenen: het opnieuw innemen van de hormonen zou het lichaam de kans kunnen geven tenminste een aantal ervan weer te gebruiken en dit bespaart het lichaam dan de energie die nodig is om nieuwe hormonen aan te maken.

Hormonen zijn eigenlijk zeer krachtige moleculen. Het kost veel energie om ze aan te maken. Is dat eenmaal gebeurd, dan zijn ze in staat een algehele verandering te veroorzaken in het evenwicht van lichamelijke processen, van de persoonlijkheid, van emoties en van de geestesgesteldheid. Dit kan zelfs wanneer er slechts een paar moleculen vrijkomen. In die zin is het ook mogelijk dat de hormonen zelfs bij een zeer geringe heropname een krachtig effect op onze staat van gezondheid en op ons energieniveau kunnen hebben.¹⁰

Al eerder is verwezen naar het onderzoek naar de werking van melatonine, een hormoon dat in urine wordt aangetroffen en een mogelijk rustgevendende werking heeft.¹¹ Verder is van melatonine bekend dat het een krachtige anti-kanker werking heeft.¹²

Het is overigens heel goed mogelijk dat de oude wijzen van weleer op de hoogte waren van de hormonale werking van urine. Een van de regels waar zij op wezen was dat, indien er niet genoeg eigen urine voorhanden was, ook de urine van iemand van de eigen sekse aanvaardbaar was, maar die van de andere sekse niet.

Hoewel culturele en sociale factoren een rol kunnen hebben gespeeld bij een dergelijke regel, is het een feit dat vrouwelijke urine een aanmerkelijk grotere hoeveelheid vrouwelijke hormonen bevat (bijv. oestrogenen). Dit zou, wanneer het voor langere tijd door een man zou worden ingenomen, een vervrouweljkend effect kunnen hebben. En het omgekeerde zou gelden voor het innemen van mannelijke urine door een vrouw.

Om hormonale redenen schijnt het overigens ook goed te zijn om de eerste urine na seksuele gemeenschap te nuttigen. Tijdens het proces van seksuele stimulatie komen in de hogere endocriene klieren bepaalde hormonen vrij die een regenererend effect op het lichaam hebben. Dit geldt voor zowel mannen als vrouwen.¹³

3. Heropname van enzymen

Het feit dat urine veel enzymen bevat, geeft wellicht een verklaring voor de gunstige effecten van urinetherapie bij arteriosclerose, hartaanvallen, longembolie, enzovoorts. Op grond van het onderzoek dat al is gedaan naar het enzym urokinase dat zich in urine bevindt, kan men positieve verwachtingen koesteren over de werking van enzymen in urine als 'totaalproduct'. Urokinase is een krachtig middel om vaatverwijding te bewerkstelligen; het lijkt op nitroglycerine in haar vermogen de bloedstroom van de hartkransslager naar de hartspier te versterken. Het wordt op grote schaal uit urine gehaald en als medicijn op de markt gebracht.¹⁴

Het is heel waarschijnlijk dat er andere enzymen (bijvoorbeeld pepsine, trypsine, amylase, lipase en maltase) actief zijn in urine, hoewel hierover specifiek nog niet veel bekend is.

4. Heropname van ureum

De gegevens die hieronder volgen zijn een weergave van de hoofdlijnen van een onderzoeksrapport zoals dat kortgeleden door John Wynhausen werd gepresenteerd op de First All India Conference on Urine Therapy.¹⁵

Ureum is naast water het hoofdbestanddeel van urine. Het is een afbraakprodukt van omgezette eiwitten. Men schat dat mensen gemiddeld zo'n 25 tot 30 gram ureum per dag uitscheiden. We komen al vroeg met ureum in aanraking, namelijk als we nog in de baarmoeder zitten. In de laatste twee maanden van de zwangerschap verdubbelt het niveau van ureum in het vruchtwater.¹⁶ Vruchtwater bestaat, zoals al eerder vermeld, voor het grootste deel uit de urine van de foetus. Vlak voordat we geboren worden, drinken we ruim een halve liter per dag van deze vloeistof. Ook 'ademt' de foetus deze vloeistof in en dat is essentieel voor een goede ontwikkeling en opbouw van de longen. Bij een operatieve ingreep op een foetus in de baarmoeder, zo heeft men ontdekt, blijven er na verloop van tijd geen littekens achter. Dit wordt onder andere toegeschreven aan de helende werking van ureum.¹⁷

Het is nog niet duidelijk of ureum in het vruchtwater wordt omgezet in een andere stof, maar waarschijnlijk is dat niet het geval, aangezien er nog geen bacteriën werkzaam zijn in het darmkanaal.

Wanneer we eenmaal geboren zijn, gaat de darmflora werken en deze darmflora heeft een bijzondere rol bij het omzetten van ureum. Wetenschappers gaan ervan uit dat 25% van de ureum in een volwassen persoon in de darmen terechtkomt, waar het door darmbacteriën wordt afgebroken tot ammonia.¹⁸ Een gedeelte van deze ammonia komt in de lever terecht. De lever zet een gedeelte hiervan weer om in ureum, maar een ander gedeelte wordt omgezet in een zeer bruikbaar aminozuur, namelijk glutamine.¹⁹ De lever zorgt ervoor dat het grootste deel van de in principe giftige ammonia wordt omgezet in andere stoffen. Hoewel ammonia al in iets meer dan kleine hoeveelheden zeer giftig is, spelen juist die zeer kleine hoeveelheden een belangrijke rol in het lichaam. Ammonia is namelijk essentieel in het regelen van de pH-waarde van het bloed. Bovendien heeft het een sterk antiviraal effect.²⁰

Wanneer men urine telkens weer opdrinkt, valt het op dat het niet sterker of meer bitter gaat smaken. Dit zou wel voor de hand liggen wanneer er sprake zou zijn van een verwachte stijging van de ureumconcentratie in de urine. Het tegendeel is echter het geval: de urine wordt juist meer waterig en minder bitter. Dit suggereert dat ureum op de een of andere manier wordt omgezet. Het is heel goed mogelijk dat ureum, via ammonia, inderdaad in glutamine wordt omgezet, een proces dat zich in het darmkanaal afspeelt.

Daar komt bij dat glutamine een hoog bruikbare stof is voor het lichaam. Onderzoek toont aan dat het van vitaal belang is bij het onderhoud en de opbouw van gespecialiseerd weefsel in het lichaam. Voorbeelden daarvan zijn de hersenen, de dunne darm en de groei en werkzaamheid van de slijmlaag op de wanden van het darmkanaal. Het heeft een helende werking bij zweren en wonden in het darmkanaal.²¹ De belangrijkste functie van glutamine echter ligt op het gebied van het versterken van het immuunsysteem.²² Daar zou weleens een belangrijke sleutel in de verklaring van het succes van urinetherapie kunnen liggen. Het lichaam hergebruikt uit zichzelf al een bepaald gedeelte van de ureum; de extra toevoer ervan door het toepassen van urinetherapie verhoogt het glutamineniveau in het lichaam. Dat versterkt vervolgens het immuunsysteem en gespecialiseerde organen, en heelt tegelijkertijd beschadigingen in het spijsverteringskanaal.

Een volgende verklaring voor de positieve rol van ureum in urinetherapie ligt in het effect van ureum, voor zover het niet afgebroken wordt, op de hersenen en het centraal zenuwstelsel. Bij hersenchirurgie worden soms flinke doses ureum toegediend om de hersenen tijdelijk te doen inkrimpen, noodzakelijk voor het openmaken van de schedel.²³ Bij het drinken van urine krijgen we nog geen tiende deel van zo'n dosis binnen. Desalniettemin zal ook die kleine hoeveelheid een lichte vermindering van de druk in hersenen en ruggemerg teweegbrengen. John Wynhausen, zelf chiropractor, is zich welbewust van de gezondheidsproblemen die voortkomen uit een te hoge druk op schedel en ruggewervel. Wynhausen ziet dit, op fysiek niveau althans, zelfs als een van de meest belangrijke oorzaken van menselijke ziekte op dit moment. Het drinken van urine, en de daaruit voortvloeiende regelmatige drukverlaging, zal vanuit dat gezichtspunt zeer positieve resultaten opleveren.

Ureum wordt ook in tamelijk hoge doses met veel succes toegepast in een verder als ongeneeslijk geachte en zeer pijnlijke ziekte, namelijk 'sickle cell anemia'.²⁴ Onderzoek en ervaring hebben aangetoond dat ureum genezend en preventief werkt indien het dagelijks in 4 doses van ongeveer 40 gram wordt toegediend. Dit onderzoek geeft aan dat het lichaam hoge doses ureum kan verdragen zonder dat er negatieve bijwerkingen worden waargenomen.

Een derde opmerkelijke toepassing van ureum op medisch-wetenschappelijk gebied vindt men bij de behandeling van kanker door een professor Dr. Danopoulos.²⁵ De behandelingsmethode bestaat uit het injecteren van ureum vermengd met een zoutoplossing in en rondom huidkanker en bij borstkanker. Ook heeft hij onderzoek gedaan naar het drinken van ureum opgelost in water bij het bestrijden van leverkanker en de resultaten waren positief. Danopoulos is toen begonnen met het combineren van ureum met creatine hydrate, een andere component van urine, en op deze manier konden nog meer kankersoorten met succes behandeld worden. Ureum schijnt ook zeer effectief te zijn bij het bestrijden van blaaskanker. Nu kan men zich afvragen waarom blaaskanker kan ontstaan als ureum zo'n effectief antikanker middel is. Tenslotte is er voortdurend ureum in de blaas aanwezig. Het enige wat hierbij opgemerkt kan worden, is dat blaaskanker een relatief zeer zeldzame vorm van kanker is en over het algemeen alleen wordt aangetroffen bij mensen die met bepaalde giftige chemicaliën werken. Wellicht wordt door deze chemicaliën de werking van het ureum tenietgedaan of overtroefd. Om dit uit te vinden is verder onderzoek nodig.

Ten slotte heeft ureum ook nog een zeer belangrijke functie bij de uitwendige toepassing van urine op de huid. Ureum helpt bij het transporteren van hormonen door de huid.²⁶ Als men urine drinkt, worden veel hormonen door het enzymatische systeem van de spijsvertering vernietigd. Bij toediening 'door de huid' is er een veel grotere kans dat de hormonen in oorspronkelijke vorm weer in het lichaam terechtkomen. Bovendien zorgt een 'transdermale' toediening ervoor dat de hormonen langzaam en in gerichte porties door het lichaam worden opgenomen, wat de effectiviteit van de zeer minieme hoeveelheden belangrijk vergroot.

Wanneer men ureum aanbrengt op de huid heeft het een vochtinbrengende en -regulerende werking. Dat is een van de redenen dat het in vele huidcrèmes wordt verwerkt. Dat urine een fantastische huidverzorger is, was trouwens ook bij de oude Egyptenaren al bekend. Overigens treft men ureum ook in bekende merken tandpasta als bestanddeel aan.

Uit andere onderzoeken nog de volgende gegevens. Ureum is een oxyderende substantie die ervoor zorgt dat de ontbindende proteïnen ofwel eiwitten in het gebied van een wond of ontsteking zich oplossen. Dankzij ureum kan ontbindend weefsel zich niet voeden met ander rottend materiaal. Het lost vetten en andere natuurlijke lichaamsafscheidingen op.²⁷ Het effect van ureum is sterker wanneer het opgewarmd is.²⁸

Dankzij haar sterke antibacteriële aard heeft urine een remmend effect op de groei van tuberculose bacillen. Bacterieremmende of bacteriedodende effecten van urine nemen toe bij een afnemende pH. Ureum en ammonia, nauw met elkaar verbonden, spelen hierbij een belangrijke rol.²⁹ Ook worden in contact met ureum complexe polymeren (macromoleculen) getransformeerd of afgebroken tot monomeren die in die meer eenvoudige vorm weer door het lichaam opgenomen en verdragen kunnen worden.³⁰

5. Immunologisch effect

Het is duidelijk dat urine geen giftige substantie is. Het is echter wel mogelijk dat er zich een kleine hoeveelheid giftige stoffen in urine bevindt, zeker in geval van ziekte. Het is wellicht juist deze kleine hoeveelheid giftige stoffen die bijdraagt aan de werkzaamheid van urinetherapie. Als er giftige stoffen het lichaam binnenkomen, roept dat de verdedigingsmechanismen van het lichaam in het geweer. We noemen dit wel het afweer- of immuunsysteem. Als de stoffen die via de urine het lichaam verlaten dezelfde zijn als die welke betrokken zijn bij het ziekteproces, kunnen zij een prikkel aan het afweersysteem geven om tot de aanval over te gaan en op die manier de ziekte op te lossen.³¹

Hetzelfde of een vergelijkbaar proces speelt zich af wanneer men ingeënt wordt tegen bepaalde ziekten. In dat geval injecteren we een kleine hoeveelheid gifstoffen in een gezond lichaam. Dit geeft een prikkel aan het afweersysteem om het lichaam te verdedigen door antilichamen aan te maken. Dit zou men een homeopathisch of isopathisch effect kunnen noemen. We zijn hier eerder al uitgebreid op ingegaan bij het bespreken van de ideeën van Armstrong. Door het drinken en inmasseren van urine zouden antilichaampjes dus een ruimere toegang tot het lichaam hebben en daarmee de mogelijkheden om het immuunsysteem te stimuleren, vergroten. Ik verwijs hierbij naar het onderzoek van Linscott, zoals genoemd in 5.1, over autotherapie en een toename van T-cellen. (zie noot 6)

Het mogelijke belang van ureum en glutamine voor het afweersysteem is zojuist besproken onder punt 4: Heropname van ureum.

Abele wijst erop, dat het heel goed mogelijk is dat het immuunsysteem door het toepassen van urinetherapie versterkt wordt door de aanwezigheid van antigenen en antilichamen in urine. Het opnieuw innemen van kleine hoeveelheden bacteriën of parasieten via de urine kan de productie van IgE stimuleren. Ook IgA (een virusremmende stof die verhindert dat micro-organismen zich kunnen vastzetten in de slijmhuide) speelt daarbij een rol. IgA bevindt zich in de slijmhuide en in uitscheidingsprodukten en dus ook in urine. Urinetherapie kan de productie van IgA versterken, hetgeen de positieve werking van urinetherapie bij ontstekingen aan de urinewegen, waarbij andere behandelingsmethoden geen verbetering lieten zien, zou verklaren.³²

Meerdere studies tonen aan dat zich in urine antistoffen tegen salmonella, difterie, poliomyelitis, en ook tegen HIV bevinden.³³

Ten slotte wil ik nog wijzen op de energetische werking van urinetherapie op het afweersysteem. Abele gaat in zijn boek voorzichtig in op de mogelijke werking van urine als holografische feed-back.

"Ook rijst de vraag of urine niet als een soort vloeistofhologram beschouwd kan worden, welke - ... - intramusculair teruggevoerd, door het organisme afgetast en ingeschat wordt en op grond waarvan het lichaam zijn eigen reguleringsmechanismen (tenminste in bepaalde gevallen) opnieuw bijstuurt. Onwillekeurig komt bij degene die dit zo ziet het woord 'innerlijke arts', ofwel Archdus, van de metafysisch en zeker ook mediaal hooggekwalificeerde arts Paracelsus naar boven."

(Uit: Die Eigenhambehandlung, nach Dr. med. Kurl Herz; Erfahrungen und Beobachtungen, Dr. med. Johann Abele, 8e verbeterde oplage, Karl F. Haug Verlag, Heidelberg, 1991, blz. 27)

6. Bacterie- en virusdodende werking

Het is nog niet geheel duidelijk waaraan urine haar antiseptische werking ontleent. In ieder geval speelt ureum hierbij een belangrijke rol. Ook ammonia en zout hebben een dergelijke reinigende werking. Naast een bacteriedodende werking heeft t urine ook een remmend of vernietigend effect op verscheidene virussen en schimmels. Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat ammonia sterke antivirale effecten heeft.³⁴

Het aanbrengen van urine op een verse snij- of schaafwond verhindert infectie en houdt vliegen op een afstand (wat in een warm land belangrijk is). Urinecompressen van verse of oude urine doen al bestaande infecties verdwijnen. Een paradox die nog opgelost moet worden is het feit dat urine de groei van bacteriën in de urinebuis niet geheel verhindert; daar doen zich immers wel vaker infecties voor, terwijl het bij uitwendige toepassing wel een duidelijk en sterk antiseptisch effect heeft.

Herz behandelde overigens met urinetherapie infecties aan de urinewegen met succes. De positieve resultaten zijn voor een groot deel waarschijnlijk terug te voeren op de stimulerende werking van de opnieuw ingenomen urine op het afweersysteem. Zoals onder punt 5. Immunologische werking reeds werd vermeld, wordt daardoor meer IgA geproduceerd.³⁵

7. Zouttherapie

In bepaalde (vasten)kuren dient het drinken van zout water als een belangrijk therapeutisch middel bij bepaalde condities. Ook in yoga wordt het veelvuldig toegepast om het lichaam van binnen grondig schoon te wassen. Het brengt verlichting bij ziektes als astma, maagzweer, indigestie en constipatie. Het drinken van urine, dat immers ook zout is, heeft hetzelfde effect en dit kan een belangrijke reden voor haar succes als therapeutisch middel zijn.

Zoutoplossingen verwijderen oud slijm dat zich heeft vastgezet op de slijmvliezen van het lichaam. Men gaat ervan uit dat bij het drinken van een zoute vloeistof een gedeelte van het zout het lichaam ingaat. Het lost daar dan het teveel aan slijm in de longen en in andere organen op.

Warm zout water, en in die hoedanigheid ook verse warme urine, is volgens degenen die met deze therapie werken bijzonder nuttig in het geval van ziektes waarbij het lichaam niet genoeg warmte voortbrengt om de normale lichaamsafscheidingen in een dunne en waterige staat te houden. Bovendien zou het, bij ziekteprocessen waarbij het slijm overmatig waterig is geworden, het teveel aan vocht naar buiten trekken. Dit kan ook de reden zijn van de positieve werking van kompressen van warme, geconcentreerde urine bij uitwendige toepassing.

Urine heeft, als zoute vloeistof, eveneens een laxerend effect en het wordt dan ook aangeraden om constipatie te verlichten. Het beweegt zich door het darmkanaal en het zoute gedeelte weekt vuil los en trekt water de darmen in, waardoor de stoelgang gemakkelijker kan worden.

Het drinken van urine versnelt volgens deze theorie, evenals zout water, de stofwisseling van het lichaam. Het verwijdert een teveel aan suiker uit het bloed en trekt gifstoffen uit cellen. Het vormt op die manier een goede reinigingstechniek.

Het gebruik van urine heeft, volgens urinetherapeuten, nog een extra voordeel boven zout water omdat urine een kleine hoeveelheid natuurlijke cortison bevat, maar dan zijn we weer bij de mogelijke hormonale werking van urine aangekomen.

Andere voordelen die genoemd worden: ureum en ammonia zijn organische oplosmiddelen; ze lossen vetten en andere natuurlijke lichaamsafscheidingen op. Waarschijnlijk zijn het deze stoffen die voor een krachtiger effect op de slijmvliezen en lichaamscellen zorgen dan gewoon zout water.

Bij uitwendige toepassing, bijvoorbeeld om wondjes schoon te maken, helpt deppen met gewoon zout water meestal heel goed. Urine heeft eenzelfde effect. Bij uitwendige toepassing heeft urine bovendien nog het voordeel dat het huidhelende substanties zoals allantoïne (zie 4.3) bevat.

8. Urine-afdrijvende werking

Urinetherapie zorgt er volgens deze hypothese voor dat de nieren sneller gaan werken en het lichaam geprikkeld wordt meer urine aan te maken zodat alles goed doorstroomt. Stofwisselingsprodukten van eiwitten zoals ureum, stikstof en ammonia worden via de urine door het lichaam uitgescheiden zodra er een teveel van in het lichaam is. Het drinken van urine bewerkstelligt in eerste instantie dat er meer van deze substanties in het lichaam komen dan normaal het geval is. Het lichaam reageert hierop door ze met water en andere substanties uit het lichaam te spoelen.

Men gaat ervan uit dat het lichaam door het innemen van urine niet alleen extra geprikkeld wordt om een deel van deze stofwisselingsprodukten versneld uit te scheiden, maar ook dat een ander deel ervan wordt omgezet in voor het lichaam bruikbare substanties. Een voorbeeld daarvan is het eerdergenoemde voorbeeld van ureum dat, via ammonia, in glutamine omgezet kan worden.

Een ander gevolg zou kunnen zijn dat, door de versnelde doorstroming, substanties die zich in het lichaam vastgezet hebben, maar normaal gesproken met de urine het lichaam zouden moeten verlaten, dat nu inderdaad doen.

In geval van jicht, bijvoorbeeld, kan het lichaam zich op deze manier ontdoen van urinezuur dat zich in de gewrichten heeft vastgezet.

Het effect van doorstroming en reiniging kan men goed ervaren wanneer men alle uitgeplaste urine weer inneemt, gecombineerd met vasten. De eerste keer dat men gaat plassen, is de urine vaak dik en sterk van smaak, in het bijzonder als men koorts heeft of anderszins ziek is. Echter, na het weer opdrinken van deze eerste hoeveelheid is de tweede stroom urine dunner en meer, ook als men geen extra water gedronken heeft.

Het hergebruik van alle urine die men uitscheidt, zonder extra vloeistof in te nemen, levert binnen korte tijd een ruime hoeveelheid heldere en niet onaangenaam smakende urine op. Het uiteindelijke effect hiervan is, volgens deze hypothese, dat de nieren gestimuleerd en schoongewassen worden, en dat de bloedbaan gezuiverd wordt. Tegelijkertijd nemen waarschijnlijk de darmen, de huid en de uitademing de rol van het uitscheiden van niet bruikbare stofwisselingsprodukten volledig over.

9. *Psychologisch effect*

Het is mogelijk dat de shock die het drinken van urine aanvankelijk teweegbrengt psychologische vooronderstellingen en opvattingen afbreekt, waardoor onderdrukte energie vrijkomt die het lichaam kan aanwenden om het lichaam te versterken en de ziekte op te lossen.

Men gaat er in wetenschappelijke kringen van uit dat in het algemeen het hoogst aanvaarde placebo-effect 30% is. In het begin van dit hoofdstuk is dit onderwerp ook al even ter sprake gekomen. Ervaring bij het aanwenden van urinetherapie leert dat een veel hoger percentage daadwerkelijk positieve resultaten boekt. Dat is des te meer opmerkelijk omdat een groot aantal mensen door hun weerzin tegen urine aanvankelijk vaak een uiterst sceptische houding heeft. Vaak wordt het aangewend als laatste redmiddel.

In deze hypothese is het uitgangspunt dat juist de confrontatie met die weerzin en het overwinnen ervan een belangrijke rol kunnen spelen. Het toepassen van eigen lichaamsstoffen in een poging tot genezen, kan volgens deze zienswijze leiden tot een aanzienlijk verruimde blik op de intelligentie en kracht van het eigen lichaam en dus van de persoon zelf. Het heeft op die manier effect op de waardering en liefde voor zichzelf als fysiek en geestelijk wezen. In plaats van uitscheidingsstoffen, dus eigenlijk een deeltje van onszelf, als vijanden te beschouwen en te behandelen, worden ze onze helpers. Alleen al deze veel gezondere manier van naar onszelf kijken kan heel goed een genezend effect op ons lichaam hebben.

Wanneer de resultaten vervolgens als positief worden ervaren, betekent de mogelijkheid om eigen urine als geneesmiddel toe te kunnen passen dat er meer lichamelijke en geestelijke vrijheid bestaat dan men voorheen dacht te hebben. Ook dit zou een helende werking tot op diep niveau kunnen hebben.

Afgezien van deze persoonlijke aspecten opent het gebruik van eigen urine ter genezing een nieuwe deur voor de huidige geneeskunde. Het confronteert ons immers met de mogelijkheid dat de krachten van het eigen lichaam en van het universum geen grenzen kennen en dat we voor onze gezondheid veel minder afhankelijk zijn van allerlei ingewikkelde theorieën en technologieën dan tot nu toe werd aangenomen.

4.3. *Enige afzonderlijke substanties in urine*

We hebben nu de hypothetische verklaringen voor de werking van urinetherapie besproken en daarbij is meerdere malen verwezen naar de vele afzonderlijke substanties die in urine aangetroffen worden, die een mogelijk nuttige werking bij een genezingsproces zouden kunnen hebben. Van ureum en een paar andere substanties is de werking al min of meer aan de orde geweest. Hieronder volgt een overzicht van een aantal belangrijke substanties die zich normaal gesproken in urine bevinden en waarnaar, al of niet in verband met urinetherapie, onderzoek is gedaan. Voor het gemak is gekozen voor een alfabetische volgorde.

Agglutininen en Precipitinen - hebben een neutraliserende werking bij polio en andere virussen.³⁶

Antineoplaston - verhindert op selectieve wijze de groei van kankercellen zonder de groei van gewone cellen aan te tasten, zie ook Hoofdstuk 2.1³⁷

Allantoïne - een stikstofhoudende kristal substantie die een wondreïnigende werking heeft en het helen van wonden bevordert. Het is het oxidatie produkt van urinezuur. Deze stof kan men in vele huidcrèmes aantreffen.³⁸

DHEA (DEHYDROEPIANDROSTERON OF DEHYDROISOANDROSTERON) - is een steroïde die wordt afgescheiden door de bijnierklieren en zich in ruime hoeveelheden in mannelijke urine bevindt. Deze substantie voorkomt overgewicht, verlengt de levensduur van dieren, en verschaft een mogelijke behandeling bij bloedarmoede, diabetes, en bij borstkanker bij vrouwen. DHEA stimuleert de groei van beenmerg en verhoogt de produktie van stoffen die door het beenmerg aangemaakt worden zoals rode bloedcellen, monocytën, macrophagen en lymfocytën. Een lager DHEA niveau schijnt aan het verouderingsproces te zijn gekoppeld.³⁹

"Gastricsecretory depressants" - gaan de groei van maagzweren tegen.⁴⁰

Glucuronzuur - ontstaat in lever, nieren en maag-darmkanaal en heeft een belangrijke uitscheidingsfunctie.⁴¹

H-11 - remt de groei van kankercellen af en vermindert reeds bestaande tumoren, zonder het herstelproces te verstoren.⁴²

Interleukin-1 - de werking van deze stof heeft een positieve invloed op helpercellen en remmende substanties. Het kan signalen aan de hypothalamus geven om koorts te produceren.⁴³

3-Methyl-glyoxal - vernietigt kankercellen, zie ook Hoofdstuk 2.1.⁴⁴

Prostaglandine - is een hormoonachtige stof met een vaatverwijdende en bloeddruk verlagende werking, een verslappende werking op de bronchiale spieren, een weeënstimulerende werking en nog een aantal functies op het gebied van de stofwisseling.⁴⁵

Proteïne globulinen - bevatten antilichamen tegen specifieke allergenen; identiek aan proteïnen in de immunoglobulinen van serum (bloed).⁴⁶

Proteosen - immunologisch actieve producten van allergische reacties.⁴⁷

Ureum - zie Hoofdstuk 4.2. punt 4: De werking van ureum

Urine peptide (of polypeptide) - heeft anti-tuberculose werking voorzover is aangetoond bij toepassing in geïsoleerde, puur chemische vorm.⁴⁸

Urinezuur - helpt bij het onder controle houden van de "free radical scavengers" (moleculen die kanker kunnen veroorzaken) in het lichaam, bij het tegengaan van het ouderdomsproces, en tevens kan het tuberculose tot staan brengen.⁴⁹

Urokinase - zie 4.2. punt 3: Enzymatische component

4.4. Referenties en verwijzingen bij hoofdstuk 4

1. B. Bartnett, blz. 10, zie literatuurlijst.
2. A.H. Free & H.M. Free, '*Urinalysis in Clinical Laboratory Practice*', CRC Press, Cleveland, Ohio, 1975, blz. 13 & 17.
3. B. Bartnett, blz. 10, zie literatuurlijst; J. Plesch, '*Urine-Therapy*', Medical Press (London), vol. 218, August 6, 1947, blz. 128- 133.
4. 'Immuno-Tolerance: Historical Perspective', *Physician's Handbook*, 1982, blz. 13.
5. C.H. Duncan, '*Gonorrhea: Its Prevention and Cure by Autotherapy*', *Medical Record*, March 30, 1912, blz. 610; idem, '*Autotherapy*', *New York Medical Journal*, December 21, 1912, blz. 1281.
6. Dr. William D. Linscott, '*Specific Immunologic Unresponsiveness*', 3rd edition of '*Basic Cff Clinical Immunology*', a Lange Medical Publication, Los Altos, California, Chapter 17, 'Historical Perspective', *Physician's Handbook*, 1982.
7. J. Wynhausen, '*Urea: Its Possible Role in Auto-Urine Therapy*', in Shivambu Kalpa Parishad, lezingenbundel, Goa India 1993.
8. '*Amaroli*', zie literatuurlijst, blz. 31-32.
9. J. Wynhausen, zie hierboven, noot 7.
10. zie ook de opmerking van professor Jean Rostand zoals weergegeven in hoofdstuk 3.1. van dit boek.
11. M. Mills & T. Faunce, '*Medical Hypotheses*', vol. 36, blz. 195; G. Vines, *New Scientist* 29, February 1992, blz. 20.
12. Lissoni et al., '*Oncology*' 1991; 48 (6): blz. 448-50.
13. B.F. John, zie literatuurlijst.
14. Staff Reporter, '*Now Urine Business*', *Hippocrates* (magazine), May 1988; *Tierarztliche Umschau*, 4/1984; M. Duffy et al., '*Urokinase-Plasminogen Activator, A Market for Aggressive Breast Carcinomas*', *Cancer*, vol. 62, no. 3, August 1, 1988, blz. 531- 533; Staff Writers, '*Blood Clots: Legs and Lungs*', *Harvard Medical School Health Letter*, vol. 10, no. 3, January 1985, blz. 5.
15. J. Wynhausen, zie hierboven, noot 7.
16. D.J. Pochopien, '*Urea and Glucose Concentrations of Amniotic Fluid during Pregnancy. Amniotic Fluid: Research and Clinical Application*', D.V.I. Fairweather & T.K.A.B. Eskes (editors), *Excerpta Medica*, Amsterdam 1973.
17. G. Kolata, '*Surgery on Fetuses Reveals They Heal Without Scars*', *New York Times*, August 16, 1988, biz. C1&C3.
15. Walsery Mackenzie & Bodenlos, '*Urea Metabolism in Man*', *Journal of Clinical Investigation* 38 (1959), biz. 1617.
19. Haussinger, Deiter & Sies, '*Glutamine Metabolism in Mammalian Tissues*', Springer Verlag, New York 1984.
20. R. Peat, '*Sharks, Salmon and Osmotic Therapies*', *Townsend Letter for Doctors*, July 1991.
21. A. Ackerson & C. Resnick, '*The Effects of L-Glutamine, N-Acetyl- D-Glucosamine, Gamma-Linolenic Acid and Gamma-Oryzanol on Intestinal Permeability*', *Townsend Letter for Doctors*, January 1993.
22. Haussinger, etc., zie hierboven, noot 19.
23. M. Javid, '*Urea in Intracranial Surgery*', *Journal of Neurosurgery*, 1961, vol. 18, nr.1, biz. 51-57.
24. M. Murayama & R.M. Nalbandian, '*Sickle Cell Hemoglobin: Molecule to Man*', Little Brown, Boston 1973.
25. E.D. Danopoulos, artikel in *The Lancet*, January 26, 1974; E.D. Danopoulos & M. Wayne, '*Progress in Treating Malignancies with Urea and in Combination with Creatine Hydrate*', *Townsend Letter for Doctors*, December 1990.
26. R.J. Feldman & H.I. Maibach, '*Percutaneous Penetration of Hydrocortisone with Urea*', *Archives of Dermatology* 109, biz. 58-59.
27. J.U. Schlegel et al., '*Bactericidal Effect of Urea*', *Journal of Urology*, vol. 86, no. 6, December 1961, biz. 819-822; E. Bello, '*The Original Therapy of Wounds with Urine, Practice Traditional with Peruvian Indians, Explained and Justified*', *Revista Medica de Vera Cruz* (Mexico), vol. 20, no. 4, April 1, 1940, biz. 3067-3071.
28. H.W. Smith, '*De Urina*', *Journal of the American Medical Association*, vol. 155, no. 10, July 3, 1954, biz. 899-902.
29. K.B. Bjornesjo, '*On the Effect of Human Urine on Tubercle Bacilli: II The Tuberculostatic Effect of Various Urine Constituents*', *Acta Scandinavica*, vol. 25, no. 5, 1951, biz. 447-455; Q. Myrvik et al., '*Studies on the Tuberculoinhibitory Properties of Ascorbic Acid Derivatives and Their Possible Role in Inhibition of Tubercle Bacilli by Urine*', *American Review of Tuberculosis*, vol. 69, no. 3, March, 1954, biz. 406-418.

30. 'Immuno-Tolerance: Historical Perspective', Physician's Handbook, 1982, biz. 7.
31. C.W.M. Wilson & A. Lewis, '*Auto-Immune Therapy Against Human Allergic Disease: A Physiological Self Defense Factor*', Medical Hypothesis, vol. 12, 1983, biz. 143-158; C.H. Duncan, '*Autotherapy*', New York Medical Journal, December 21, 1912; M.W. Turner & D.S. Rowe, '*Antibodies of IgA and IgC Class in Normal Human Urine*', Immunology, vol. 12, 1967, biz. 689.
32. Herz/ Abele, biz. 26, zie literatuurlijst.
33. Herz/ Abele, biz. 27, zie literatuurlijst.
34. R. Peat, zie hierboven, noot 20.
35. Herz/ Abele, biz. 26, zie literatuurlijst.
36. A.M. Lerner et al., '*Neutralizing Antibody to Polioviruses in Normal Human Urine*', Journal of Clinical Investigation, vol. 41, no. 4, April 1962, biz. 805-815; L.A. Hanson et al., '*Characterization of Antibodies in Human Urine*', Journal of Clinical Investigation, vol. 44, no. 5, 1965, biz. 703-715; J. Plesch, '*Urine-Therapy*', Medical Press (London), vol. 218, August 6, 1947, biz. 128-133.
37. G.J.W. Ollerenshaw, '*Observations on Dosage of H-I 1 Extract*', Medical World, London, vol. 64, March 1, 1946, biz. 72-76; S.R. Burzynski et al., '*Antineoplaston A in Cancer Therapy*', Physiology, Chemistry & Physics, vol. 9, 1977, biz. 485; Staff Reporter, '*Antineoplastons: New Antitumor Agents Stir High Expectations*', Oncology News, vol. 16, no. 4, July-August 1990, biz. 1.
38. Barnett, biz. 8; Allmann, biz. 121, zie literatuurlijst
39. S. Kent, '*DHEA: Miracle Drug?*', Geriatrics, vol. 37, no. 9, 1982, biz. 157-161; J.S. James, '*DHEA: Mystery AIDS Treatment*', Aids Treatment News, Issue 48, January 1, 1988, biz. 1-6.
40. D.J. Sandweiss et al., '*The Effect of Urine Extracts on Peptic Ulcers*', American Journal of Digestive Diseases, vol. 8, no. 10, October, 1941, biz. 371-382.
41. Allmann, biz. 121, zie literatuurlijst.
42. H.H. Thompson, '*H-II for Cancer*', British Medical Journal, July 31, 1943, biz. 149; G.J.W. Ollerenshaw, '*Observations on Dosage of H-II Extract*', Medical World, London, vol. 64, March 1, 1946, biz. 72-76.
43. E. Kimball et al., '*Interleukin-1 Activity in Normal Human Urine*', bron en datum onbekend; Z. Liao et al., '*Identification of a Specific Interleukin-1 Inhibitor in the Urine of Febrile patients*', Journal of Experimental Medicine, Rockefeller University Press, vol. 159, January, 1984, biz. 126-136.
44. Allmann, biz. 122, zie literatuurlijst.
45. Barnett, blz.9; Allmann, blz. 123, zie literatuurlijst.
46. T. Tonasi et al., '*Characteristics of an Immune System Common to Certain External Secretions*', Journal of Experimental Medicine, vol. 121, no. 1, January, 1965, blz. 101-122; C.H. Duncan, '*Autotherapy*', New York Medical Journal, December 21, 1912, blz. 1278-1283.
47. W. Darley et al., '*Studies on Urinary Protease; Skin Reactions and Therapeutic Applications in Hay Fever*', Annals of Internal Medicine, vol. 6, no.3, 1932, blz. 389-399.
48. K.B. Bjornesjo, '*Tuberculostatic Factor in Normal Human Urine*', American Review of Tuberculosis, vol. 73, no. 6, June, 1956, blz. 967; s. Tsuji et al., '*Isolation from Human Urine of a Polypeptide Having Marked Tuberculostatic Activity*', American Review of Respiratory Diseases, vol. 91, no. 6, June, 1965, blz. 832-838.
49. Davies Owens, '*Youthful Uric Acid*', Omni, October, 1982; K.B. Bjornesjo, '*On the Effect of Human Urine on Tubercle Bacilli: II The Tuberculostatic Effect of Various Urine Constituents*', Acta Scandinavica, vol. 25, no. 5, 1951, blz. 447-455.

5. Ervaringen en verhalen

Dit hoofdstuk is bedoeld om een korte indruk te geven van persoonlijke ervaringen die een aantal mensen met urinetherapie heeft opgedaan. Het aantal verhalen dat ik hier heb opgenomen, is beperkt. Een gedeelte ervan is overgenomen uit andere literatuur over urinetherapie. In veel boeken over urinetherapie, waarvan u de titels overigens achter in dit boek in een literatuurlijst kunt aantreffen, is nog een overvloed van andere verslagen en ervaringen te vinden.

U vindt in dit hoofdstuk onder meer een aantal verslagen van urinetherapeuten met wie ik heb gesproken of gecorrespondeerd. Deze brieven en verslagen geven een indruk van zowel de objectieve als persoonlijke betrokkenheid van mensen die beroepsmatig met urinetherapie werken. Natuurlijk vormen ze ook een meer levende illustratie bij mijn eigen verhaal over mijn ervaringen en kennismaking met en onderzoek naar urinetherapie. Op mijn pad waren het juist vaak de persoonlijke verhalen die mij inspireerden. Een stukje van die inspiratie hoop ik op deze manier door te geven.

5.1. Berichten van urinetherapeuten

*Brief van Dr. Chandrika Prasad Mishra Shastri
'Ayurved-Ratna'
Auto-urinespecialist
Adanpur, India*

28 december 1992

Hartelijk bedankt voor uw brief van 4 november, die ik helaas niet eerder kon beantwoorden in verband met de politieke onrust en het uitgaansverbod dat tot 24 december van kracht was.

Om mijzelf, een simpel man, te introduceren, moge ik volstaan met te vermelden dat ik 1) op dit moment 86 jaar ben en in goede gezondheid verkeer, 2) van oudsher, nl. sinds 1929, een doorgewinterde vrijheidsvechter was in de beweging van Mahatma Gandhi, en 3) sinds de laatste 32 jaar de mensheid dien met urinetherapie, ofwel Shivambu Kalpa. Ik publiceer een tweewekelijkse krant 'Shivambu Mitra' sinds 1980 en promoot de therapie overal in het land.

Bij de gratie van God Almachtig en met de zegen en goede wensen van medewerkers, collega's en oprechte vrienden zoals uzelf, verbonden aan het unieke vermogen van deze door God geschonken nectar, nl. Shivambu, ben ik geslaagd in het genezen, zonder enige problemen, van een hele reeks acute zowel als chronische ziektes, o.a. astma, diabetes, reumatiek, te hoge of te lage bloeddruk, kanker, hartklachten, enzovoorts.

Daarom is het nu tijd voor ons allen om elkaar te ontmoeten en de handen ineen te slaan om een heilige missie te verspreiden, nl. die van gezondheidsbewustzijn, gezondheidsonderricht en -dienstverlening op internationaal niveau, over de hele wereld, zodat de Wereld GezondheidsRaad ervan overtuigd kan worden om urinetherapie op te nemen op de lijst van medische behandelmethoden en -systemen, waarvan de meeste falen, in elkaar storten, verslechteren of langzaam verdwijnen.

Vanuit dit enthousiasme organiseren we de First All India Conference on Urine-Therapy in 1993 te Goa.

Aarzel niet om me schriftelijk te berichten over uw huidige staat van gezondheid, voorspoed en financiële situatie. Vermeld ook uw leeftijd, lengte, gewicht, opleiding, ervaring, werk of roeping, en familie-omstandigheden etc., zodat ik een schets kan maken van een voorspoedige toekomst voor al uw plannen.

Nogmaals bedankt en warme groeten,

Dr. Chandrika Prasad Mishra

*Brief van Balkrishna Laxman Nalavade
Auto-urineconsultant
Poona, India*

5 december 1992

'Om, All Life Is One'

Ik was zeer verheugd uw brief van 4 november te ontvangen. Ik was een tijd weg dus excuses voor het feit dat ik pas zo laat antwoord.

Ik ben begonnen met het toepassen van urinetherapie in 1969; ik genas toen op wonderbaarlijke wijze van een verscheidenheid aan ziektes. Van mijn 25e tot mijn 40e, mijn hele werkende leven dus, was mijn lichaam als het ware een 'museum' van ziektes, namelijk maagpijn, amoebdysenterie, constipatie, blindedarmontsteking, aambeien, nierstenen, zenuwzinkingen, rugpijn en hartklachten. Er was geen therapie die me overal van afkon helpen.

Een befaamde arts onderzocht mij ten slotte, dat was in 1968, en verklaarde dat ik niet meer dan een paar maanden te leven had. Maar dankzij Gods voorzienigheid ben ik toen binnen tweeënhalve maand genezen door urinetherapie. Na deze wonderbaarlijke genezing ben ik een praktijk begonnen in de stad Poona, waar ik sinds 1969 woon.

Inmiddels zijn duizenden chronische patiënten, die door allopathische doktoren opgegeven waren, door urinetherapie genezen. Van de verschillende natuurgeneeswijzen is urinetherapie de meest simpele, effectieve en veilige methode en het is altijd 24 uur per

dag beschikbaar. Voor nog beter resultaat kan urinetherapie geheel veilig gekoppeld worden aan acupressuur, acupunctuur, yoga, spirituele genezing, geneesmiddelen op kruidenbasis, kleurtherapie, homeopathie, bidden, mediteren, enzovoorts.

Urinetherapie is een gift van God - een panacee - voor mensen zowel als dieren.

Ik sluit een kopie bij van de lezing die ik heb gegeven op het World Congress of Natural Medicines, voor verdere details. Ik ben blij te horen dat ook u deze nuttige therapie toepast.

Sinds 1969 is mijn leven een 'bonusleven', aan mij verleend door Hem Almachtig, en ik gebruik het voor de verspreiding van urinetherapie ten behoeve van het welzijn van de lijdende mensheid.

Aangezien december een feestelijke en heilige maand is, wensen wij, ikzelf en mijn familieleden, u, uw familie en uw vrienden een gelukkig kerstfeest en een voorspoedig nieuwjaar. Moge God u allen zegenen met een lang, gelukkig, gezond en creatief leven.

Mocht ti India bezoeken, kom dan alstublieft bij ons in Poona logeren en geef ons de gelegenheid om u als onze gast van dienst te zijn.

Met vriendelijke groeten,
B.L. Nalavade

*Brief van D. Satyamurthy
Medewerker Bethany Colony
Bapatla, India*

27 december 1993

Ik ben een paramedisch medewerker in Bethany Colony, waar mensen met lepra, ofwel melaatsheid, behandeld worden. Het was een vrouw uit Engeland, zuster Margaret Deleney, die mij over urinetherapie vertelde. Tezamen hebben we verschillende gevallen van tropische leprazweren, chronische astma en huidziekten behandeld met deze methode. De resultaten waren goed. Later heb ik zelf veel gevallen behandeld en nooit faalde de behandeling. Het is ook de beste remedie bij chronische en pijnlijke aambeien. Zitbaden en drinken kunnen de klachten snel oplossen. Het grootste probleem is meestal de patiënt zelf wanneer die niet zijn of haar eigen water wil drinken. Daarom mengen we het vaak met wat sinaasappelsap en geven het bij het ontbijt.

Ik kan met recht zeggen dat dit de beste remedie tegen leprazweren, astma en huidziekten is. Ik ben erg dankbaar voor deze therapie en ik heb het plan opgevat een apart kliniekje voor urinetherapie op te zetten.

D. Satyamurthy

Verklaring van Dr. Jagdip Shah, gerenommeerd arts in Bombay en spreker op de First All India Conference On Urine Therapy, India 1993.

Als praktiserend gynaecoloog begon ik me te interesseren voor urinetherapie nadat ik al zo'n zes jaar klinische ervaring had opgedaan. In die tijd realiseerde ik mij de beperkingen van de allopathie. Nadat ik kennis had genomen van urinetherapie en een diploma in naturopathie had behaald, begon ik de opgedane kennis toe te passen bij een aantal van mijn patiënten; niet alleen in gynaecologische of obstetrische gevallen, maar ook bij andere klachten.

Ik was verbluft door de resultaten van deze therapie bij een aantal ziektes waar de allopathische wetenschap de situatie zeker niet naar tevredenheid en soms zelfs helemaal niet had kunnen oplossen. In de laatste twee jaar heb ik een hele reeks ziektes behandeld met een combinatie van urinetherapie en dieet met verbazingwekkend goede resultaten, o.a. herpes genitalis, gezwollen prostaat, nierstenen, hypothyroidisme, reumatoïde artritis, witte vloed, chronische voorhoofdsholte-ontsteking, allergische dermatitis en nog veel meer.

De wetenschappelijke verklaring ligt in het volgende.

Urine zit, zoals door vele onderzoeken is aangetoond, vol voedingsstoffen. Het bevat proteïnen, hormonen, mineralen, vitamines, etc. die gemakkelijk weer door het lichaam opgenomen en hergebruikt kunnen worden zonder dat er energie verloren gaat.

Urine bevat immunologisch actieve substanties die virale en bacteriële infecties bestrijden. Diezelfde stoffen geven een sterke impuls aan het immunologische potentieel, zelfs van personen die wat betreft hun weerstand in een zwakke conditie zijn, bijvoorbeeld bij AIDS en kanker.

Urine is een krachtige reiniger; het ontgift en verdrijft schadelijke stoffen. Gecombineerd met een vastenkuur of een dieet van rauwe groente en fruit kunnen alle gifstoffen binnen een paar weken het lichaam uit zijn.

Urine heeft een anti kankeractiviteit en er zijn op wetenschappelijke wijze al vele middelen uit urine geïsoleerd die een bewezen positief resultaat hebben bij de bestrijding van kanker.

De arts Dr. P.D. Desai is van mening dat de schade die aan de mensheid wordt toegebracht door de moderne krachtige medicijnen, vaccinaties, bestraling en onnodige chirurgie, veel groter is dan de schade die het gevolg is van een atoombom. De schade van een atoombom is immers beperkt tot de plaats waar de bom ontploft en dat maar gedurende een bepaalde periode. De schade toegebracht door krachtige medicijnen verspreidt zich over alle landen van de wereld, het hele jaar door, dag in, dag uit.

Hieronder volgt een schriftelijke reactie van Stanislaw R. Burzynski, wetenschappelijk onderzoeker en uitvinder van de antikanker-substantie Antineoplast, aan het urinetherapie-centrum in Ahmedabad, India. Daarin gaat hij in op een mogelijke link met de positieve resultaten van urinetherapie zoals die in India wordt toegepast.

"In ons onderzoek gaat onze interesse voornamelijk uit naar de substanties die we Antineoplast noemen. Deze hebben een zeer sterke antikanker-activiteit zonder enige schade toe te brengen aan de normale weefsels in de mens. Afgelopen jaar hebben we met succes 14 soorten kanker behandeld, waaronder blaas-, darm-, tong-, borst-, long-, eierstok-, en baarmoederkanker. In alle gevallen was er sprake van uitzaaiingen. De resultaten van dit onderzoek zullen binnenkort verschijnen. Antineoplastons, die chemisch gesproken middelgrote peptiden zijn, worden geproduceerd door gezond menselijk weefsel en worden aangetroffen in bloed en urine. Momenteel isoleren we ze uit gewone urine van mensen. De concentratie van Antineoplastons in urine is zeer klein en men moet honderden liters urine bewerken voor één dagelijkse dosis voor een patiënt. De stof wordt opgelost in een vloeistof en net als Insuline geïnjecteerd. We zijn in staat geweest een volledige remissie tot stand te brengen in middelgevorderde kankergevallen. Op dit moment is nog geen enkel negatief effect waargenomen.

Het doet mij een groot genoegen te weten dat u in India goede resultaten behaalt met urinetherapie; dit is wellicht een ondersteuning voor onze theorie. Westerse geneeskunde heeft veel overgenomen van de Indiase volksgeneeskunde. Het doet ons goed te weten dat onze therapie wellicht een link heeft met een natuurlijke behandelingsmethode die al honderden jaren toegepast wordt."

5.2. Ervaringen

Mw. W.M., Utrecht

"Ik heb urinetherapie ontdekt in India waar ik lange tijd gewoond heb. Ik ontmoette namelijk regelmatig iemand op een bank en op een gegeven dag was hij er niet meer. Men vertelde mij dat hij tyfus opgelopen had, een ernstige en slopende, vaak dodelijke ziekte. Ik informeerde steeds naar zijn gezondheid en men verwachtte bij iedere aanval dat hij zou sterven. Op een dag kwam ik die bank weer binnen en daar stond de betreffende man, in blakende gezondheid!

Pas later hoorde ik van hem hoe dat gekomen was. Ik vertelde hem toen namelijk dat mijn eigen kinderen vrij ernstig ziek waren. Toen vertelde hij me dat hij zichzelf destijds had genezen met urinetherapie. Mijn vier kinderen hadden een bloedziekte die men mononucleose noemt. Ze waren daardoor verzwakt, moe en lusteloos, en hadden voortdurend verhoging. Ik liet mijn twee jongste kinderen in een bruin flesje plassen en gaf hun dit later, zonder dat zij het wisten, als medicijn. Mijn kindermeisje was hierbij een grote hulp. Ze moedigde me zelfs aan. Ze kwam zelf uit Kerala, een zuidelijke staat in India en, naar zij vertelde, gebruiken veel vissers daar urine. Ze verwonden zich nogal eens aan vis en dat kan gemene infecties geven; urine is dan echter een afdoend middel.

Ik liet mijn kinderen een paar dagen vasten en masseerde hen iedere dag een paar uur met urine. In het begin was het wel moeilijk, want mijn man was het er helemaal niet mee eens. Enige tijd later herhaalde ik de vastenperiode nog eens voor een periode van tien dagen en mijn kinderen reageerden er heel goed op. Ze werden veel gezonder en hadden een goede eetlust. Op school werden ze veel creatiever en hun prestaties werden ook veel beter. Blijkbaar waren ze op alle niveaus gewoon veel schoner geworden van binnen.

Natuurlijk heb ik in die tijd ook bij mijzelf urinetherapie toegepast. Ik had al vanaf m'n achttiende veel last van bronchitis en voorhoofdsholte-ontsteking. Ook had ik chronische bloedarmoede. Nadat ik urinetherapie gedaan had, ging het veel beter. In het laboratorium stond men bovendien stomverbaasd van mijn plotseling zo hoge hemoglobinegehalte. Dat was weer helemaal op peil!

Later ben ik weer gestopt met urinetherapie, totdat ik op een gegeven moment ontdekte dat ik een tumor in mijn borst had. Onderzoek toonde een aanleg voor kwaadaardigheid aan. Aanvankelijk wilde niemand mij helpen en ondersteunen bij het behandelen ervan met urinetherapie. Alternatief waren chemische medicijnen en waarschijnlijk een borstampuatie. Dat wilde ik tot elke prijs voorkomen.

In die tijd leerde ik Elly kennen, een Nederlandse vrouw, die in een ashram in India woonde en die me steunde. We zijn toen met de hele familie naar die ashram gegaan. (geregeld dronk ik daar mijn urine. Ik besloot niet telkens meer te voelen of de tumor er nog zat en op een gegeven moment ontdekte ik dat hij weg was. Ik werd toen niet eens gemasseerd met urine, ik heb het alleen gedronken.

Ook bij verwondingen heb ik het toegepast. Ik heb een keer iemand met derdegraads verbrandingen behandeld, en door urinetherapie toe te passen zijn er nauwelijks littekens achtergebleven. Ook heb ik met veel succes urinecompressen gebruikt wanneer mijn kinderen bloedingen hadden opgelopen of gebeten waren door kwallen of insecten.

Ik heb vroeger in de verpleging gezeten en weet zodoende het een en ander van geneeskunde. Ik heb op de operatiekamer gewerkt, in de wijk- en particuliere verpleging gezeten en heel wat falen van de allopathische medicijnen gezien. Dat maakt het ook makkelijker om met urinetherapie te werken. In India ben ik veel bezig geweest met natuurgeneeskunde. Als ik ergens hoorde van een therapie die goed voor de gezondheid was, ging ik dat altijd onderzoeken en uitproberen. Zo ben ik wel het een en ander tegengekomen. Maar urinetherapie is wel de topper, absoluut! Er is niets beter dan dat, vind ik zelf."

Mw. L.T., Rotterdam

"Ik ben 40 jaar en werk als journaliste. In de eerste drie maanden dat ik met urinetherapie bezig was, schreef ik een boek, verhuisde ik, en werkte ondertussen ook nog eens mijn normale programma af van alleenstaande werkende moeder. Dat geeft wel aan over welke enorme hoeveelheden energie ik beschikte. Inmiddels raasde er een griep epidemie door Nederland en bijna iedereen die ik kende was al ziek geweest, behalve ik. Op een nacht begon het toch, aangekondigd door een kloppend, ontstoken gevoel in neus en tandvlees (een zwakke plek), en een droge keel en loopogen. Logisch, dacht ik, nu de ergste drukte voorbij is, stort ik in. Ik gorgelde en spoelde mijn tandvlees met verse urine en verdubbelde de dagelijkse dosis die ik dronk. Anderhalve dag later was ik volledig hersteld. Had zelfs geen loopneus meer. De griep, of wat het was, had niet doorgezet.

In die beginfase was het effect op mijn humeur misschien nog wel het meest opvallend. Het drinken van mijn eigen urine sloeg grenzen weg die ik voor vast hield en gaf een verrukkelijke ervaring van innerlijke vrijheid. Als ik dat kan, dan kan ik bijna alles - zoiets. Naar Australië bijvoorbeeld. Of wat dan ook. Dat gevoel van vrijheid is gebleven."

Dhr. E.J.P., Amsterdam

"Omstreeks 1975 hoorde en las ik voor het eerst iets over urinetherapie. Dat was in Bombay, India.

Over het opmerkelijke ritueel waarbij vers uitgescheiden urine opnieuw wordt geconsumeerd, had ik eerder al eens wat opgevangen en gezien rond mijn elfde, o.a. bij dieren (geiten en bepaalde mensapen die deze techniek tijdens ziekte toepassen).

Interessant, dat was het zeker, dat deze oude uitzonderlijke kennis nu opnieuw mijn leven kruiste in de vorm van een boekje van ene Acharya Jagdish B., een Indiase uitgever, die er zijn levenstaak van had gemaakt deze naar zijn idee meest perfecte, op de persoon afgestemde therapie een grote publieke bekendheid te geven. In dezelfde periode wond ook de Indiase Premier Morarji Desai er geen doekjes om dat urine drinken zijn geheim was van zijn hoge viriliteit en energieke levenshouding. Als ik mij goed herinner, was de man in zijn functie al dik in de 70. De laatste berichten die ik over deze man ontving, is dat hij nu al goed in de 90 is en nog steeds een erg actief en gezond leven leidt.

Maar ja, al die kennis te weten en uit te voeren is weer een ander verhaal. Ondanks bekend te zijn met deze fantastische kennis over urinetherapie, waarvan zelfs beweerd werd dat het een oplossing bood bij ziektes als kanker, leukemie, koudvuur en een hele reeks van andere infecties en narigheid, kon ik er toch niet zo makkelijk toe komen deze methode direct uit te proberen.

Dit gebeurde ongeveer 4 jaar later; nog steeds had ik in al die tijd niemand gevonden die al ervaring had met deze techniek, dus bleef er voor mij niets anders over dan luisteren naar het gevoel in mij dat de waarde van deze kennis vertrouwd overkwam. Het lot voorzag mij met de situatie dat ik tijdens een vakantie in het noorden van Europa onschuldig in een isolatiecel werd geplaatst voor een vermeend vergrijp in een hashzaak. Om uit de isolatiecel en in het ziekenhuis, waar ook een vriend van mij lag, te komen, besloot ik te kijken wat er gebeuren zou als ik mijn urine opdronk. Zou ik er ziek van worden, dan was het goed. Zo niet, dat zagen we dan wel weer.

De eerste ochtend spooog ik het eerste slokje urine gelijk weer uit nog voor het halverwege mijn tong was, en keerde gelijk ook de beker waar ik het in opgevangen had om. Wat smerig, dacht ik, dat doe ik nooit meer.

De volgende ochtend opnieuw gemotiveerd om toch maar zo snel mogelijk het ziekenhuis in te komen weer een poging ondernomen, maar toch weer met het wrege zelfde resultaat; mentaal kan er soms een hoop in de weg staan. De derde dag slaagde ik er voor het eerst in een goeie slok naar binnen te krijgen. Ik bleef nog een tijdje zitten om te analyseren wat er ging gebeuren. Wat de smaak betreft, dat viel achteraf allemaal reuze mee, een lichte zoutige nasmaak die vrij vlug geheel verdween. Ik heb trouwens, zogenaamd voor mijn gezondheid, wel viezere drankjes dooide dokter voorgeschreven gekregen.

Plusminus 5 minuten later kreeg ik opeens erge aandrang mijn ontlasting te doen en nauwelijks had ik mijn pot onder mijn achterwerk gezet of mijn behoefte ontsnapte mij als een paling, wat minstens opmerkelijk genoemd mag worden daar ik van het slechte gevangeniseten veel last had van constipatie. Vijf minuten na deze eruptie volgde er nog een en had ik voor het eerst weer een opgelucht gevoel.

Dit ritueel heb ik van die dag af elke ochtend herhaald; van mijn constipatieprobleem heb ik tot op heden nooit meer last gehad. Ook was het werkelijk opmerkelijk te noemen dat een dozijn kleine wratjes, die ik m'n leven lang al op mijn handen had, na 8 dagen geheel verdwenen was, alsof ze er letterlijk plotsklaps afgevallen waren. Hier en daar kwamen eerst nog een paar puisten op. Een daarvan, precies op mijn slaap, knapte na een rijpingsproces van ongeveer 8 dagen open, ongeveer anderhalf theelepeltje etter vrijlatend. Misschien een beetje vies verhaal, maar er waren duidelijk schoonmaakprocessen begonnen in mijn lichaam. Na enige weken achter de rug te hebben, en nog steeds het ochtendritueel van het eerste glas volhoudend, viel mij op dat er langzaam veranderingen in mijn lichaam plaatsvonden. Nu, na 14 jaar gebruik, constateer ik 99,9% minder bevattelijk te zijn voor allerlei epidemieën, griepen, ontstekingen en andere misère waar ik vroeger wel heel bevattelijk voor was. Het is niet speciaal nodig om ziek te zijn om met urinetherapie te beginnen. In principe ben je dan gewoon bezig je weerstand te verhogen en vaak komen kleine vergeten ongeregeligheden weer naar de oppervlakte en worden verwerkt.

Ik hoop met dit verhaal wat meer licht op de gunstige werkingen van urinetherapie te hebben gegeven en wens iedere onderzoeker veel succes met zijn of haar onderzoekingen en bevindingen met deze 'ultimate survival-techniek'."

Mm M.v.L., Amsterdam

"Shivambu Kalpa, urinetherapie, is voor mij de meest wonderlijke, meest effectieve manier om alle (mij bekende) lichamelijke ongemakken en ziekten te behandelen. En, 't prachtigste van deze therapie is dat ze niet alleen symptomen laat verdwijnen, maar ook aan de basis werkt. Dat vind ik waarheid, eenvoud en liefde.

Mijn eerste kennismaking met deze therapie vond ongeveer twaalf jaar geleden plaats. In India, in de ashram (soort klooster, red.) van Babaji, liep ik langs een Australische jongen die op een ladder het plafond van de tempelgalerij stond te schilderen. Zijn voeten waren op ooghoogte en wat zag ik: wonden en zweren. Ik riep naar boven: 'Hé, John, je moet wat aan die voeten doen.' Hij riep naar beneden: 'Yes, yes, I piss on it' ('Ja, ja, ik plas erop', red.). Ik weer, moedertje kreeft zijnde: 'Ach John, niet boos zijn, ik heb krachtige calendulazalf.' Hij weer: 'No, no, I simply piss on it.' Na nog wat heen en weer geroep kwam hij naar beneden en legde mij zijn therapie uit. Ik geloofde er niets van en zeurde verder over m'n calendulazalf. Er was een boekje over in de bibliotheek, zei John. Ik was zó perplex toen ik het las, maar ik voelde, ik wist dat het goed was.

Zijn voeten waren na een week zo schoon als babyvoetjes. Ik gebruikte het voor keelpijn en kleine wondjes en begon mensen erover te vertellen. Nadien vergat ik het min of meer en gebruikte weer andere middeljes. Een paar jaar later maakte ik een voettocht door de jungle op 'verkeerde' schoenen, m'n goede had ik verloren. Bij thuiskomst zag mijn rechtervoet er vreselijk uit, de rechter grote teen lag volledig open en was vol met vuil. Calendula. De tweede dag: dikke olifantsvoet en veel pijn. De plaatselijke dokter zei: 'antibiotica of amputeren.' Plotseling herinnerde ik mij John en zijn wondermedicijn. Ik deed een lap vol urine om mijn tenen en voet, tot aan de enkel. Plastic zak eromheen, het was 'n fraaie aanblik! Maar, ik wist dat het zou werken. De pijn was binnen een paar uur weg, de wonden aan m'n tenen echter en de zwelling waren er nog. De dokter werd panisch en heel boos op mij. Maar antibiotica wilde ik niet. Ik verwisselde de urinelappen de eerste dagen iedere twee uur en dronk de rest van de urine. Binnen een week was de voet beter. De dokter was nog steeds boos, maar ook verbaasd. En ik liet hem het boekje van Armstrong over urinetherapie lezen. Eigenlijk kende hij die therapie wel, maar Indiase dokter zijnde vond hij het 'indrukwekkender' om met antibiotica te werken. Deze dokter heeft nadien heel wat mensen genezen met 'Shivambu Kal pa'.

Ik heb er zelf de laatste tien jaar veel aandacht aan besteed met spectaculaire resultaten: oorpijn, oogontsteking, koorts, verbrandingen (ook zonnebrand), bij al deze kwalen hielp het. Het leven van een Duits meisje is totaal veranderd. Zij woonde in India en als de temperatuur maar even steeg zat zij onder het eczeem. Ik vroeg haar eens: 'Waarom heb jij toch altijd lange mouwen en lange rokken aan terwijl het zo heet is?' Zij schoof haar mouw op en zei: 'Daarom.' Een verschrikkelijk eczeem bedekte de huid van haar armen en benen. Op mijn aanraden begon ze haar armen en benen in te wrijven met haar eigen urine. De pijn en jeuk verdwenen onmiddellijk. Na een paar dagen waren haar armen alleen nog rood. Ze vatte moed om ook urine te gaan drinken; ze kreeg zo'n geloof en vertrouwen in haar genezing, dat ze zelfs extra veel water ging drinken om meer urine te produceren. Na twee weken was er géén eczeem meer te bekennen. En het is nooit meer teruggekomen.

Urinetherapie overtuigt mij van de helende kracht die in ieder van ons aanwezig is, niet alleen metafysisch, maar ook heel fysiek. Dank je, mijn lichaam, voor de magische kracht van je water. Ik buig in respect voor 'the water of life!'

Dhr. V.M., Amsterdam

"Ik zeg het maar meteen, ik heb geen grote wonderbaarlijke genezing van mezelf te melden. Nadat ik als kind een keertje uit nieuwsgierigheid mijn urine geproefd had en deze scherp smaakte en brandde, kon ik me niet voorstellen dat ooit nog eens te drinken.

Van een goede vriend van mij hoorde ik desondanks over de, naar hij beweerde, goede werking van urine, zodat ik het na lang twijfelen toch nog eens proberen wilde. Op zekere morgen werd ik wakker en ik wist het meteen: Vandaag doe ik het! Ik plaste dus in een glas, rook er even aan en dronk het glas in één teug leeg. Ik was volledig verrast. Smaak zowel als reuk waren totaal neutraal. Alleen de temperatuur vond ik een beetje onaangenaam. De volgende dag wilde ik meteen weer een glas ochtendurine drinken, echter alleen de geur al deed me het glas meteen in het toilet kieperen.

Pas lange tijd later - ik had diarree, mijn partner had me verlaten en ik voelde me gewoon heel zwak - overwoog ik om nog maar eens urine tot me te nemen. Veel beroerder kon het niet worden en dus dronk ik de hele dag mijn verse urine. Al na 2 of 3 glazen voelde ik me niet meer zo uitgeput en vanaf dat moment ging het snel beter met me.

Wanneer ik soms toch nog moeite met de smaak had, dan hield ik gewoon mijn neus dicht, dronk de urine, en spoelde dan met water na. Intussen drink ik iedere dag mijn urine en masseer mijn hele lichaam ermee in. Mijn droge huid is niet zo schilferig meer en ik kan nu ontspannen zonder crème door het leven, wat daarvoor niet mogelijk was. Bovendien laat de urine op de huid, vind ik, een heel aangename, licht zoete, warme geur na.

Het is ook interessant om iedere ochtend zelf een 'urine-onderzoek' te doen - op kleur, reuk, smaak, substantie - en op die manier meer over je eigen lichaam, gevoelens, voedsel, enzovoorts te weten te komen. En het is spannend om telkens weer nieuwe verhalen over dit 'bijzondere sapje' te horen en nieuwe recepten uit te proberen.

Toen ik bijvoorbeeld hoorde dat men al ver voor Christus urine gebruikte om de was te doen en het huis schoon te maken, probeerde ik dat dan ook maar eens uit. Ik nam verse urine, mengde daar wat oude urine doorheen (deze was echt heel oud: ca. 1/2 jaar, rook naar pure ammonia) en begon daarmee de ramen te wassen. En - owee - het loste niet alleen het gewone vuil op, maar ook alle verfstreken, beslagen plekken en een aantal vlekken die ik daarvoor met geen enkel schoonmaakmiddel weg had kunnen krijgen. Hetzelfde gebeurde met een spiegel. En bovendien, geen vieze geur die bleef hangen; zacht aanvoelende handen; poetswater dat men zonder slecht geweten aan bloemen en planten te drinken kan geven; en natuurlijk strepenvrije, schone ramen!

Daar ik nooit erg ziek geweest ben, kan ik helaas dus geen spectaculaire genezingen berichten, althans niet van mezelf. En toch geloof ik zeer zeker dat urinetherapie gewoon heel goed is. En daarom ga ik er dan ook mee door."

Mw. H.P., te B.

"Ik heb al jaren last van reuma, vooral in mijn handen. Mijn zoon vertelde me over de urinetherapie en stelde voor urinecompressen te gebruiken. Ik was er nogal verbaasd over, maar ben toen toch begonnen mijn handen dagelijks met urine te behandelen. Het resultaat was opmerkelijk. Behalve dat mijn huid heel zacht aanvoelde, was het meest opmerkelijke dat de pijn nagenoeg geheel verdween."

Mw. A.O., te A.

"Ik heb 4 dagen oude urine in mijn haar gedaan en een nacht laten zitten. Mijn haar is heel zacht en handelbaar geworden, terwijl het uitgedroogd was door permanent en coupe soleil. Fantastisch! Verder heb ik me eerst een week alleen ingemasseed met verse urine en daarna ben ik het gaan drinken, met sinaasappelsap. De eerste dagen voelde ik me heel fit, maar daarna werd het minder. Ik had soms veel slaap nodig, dan weer minder. Er gebeurde het een en ander. Ook bepaalde depressieve gevoelens kwamen soms naar boven. Zelf zie ik dit als een soort reiniging die zich voltrekt."

Mw. D. V., te H.

"Ik wil een verslag geven van mijn ervaring met urinetherapie. Ik ben 60 jaar, heb drie kinderen en ben overtuigd van het idee dat oplossingen voor veel zaken en ziekten simpel en voor de hand liggend kunnen zijn.

Ik had al ruim een jaar last van cosmetica-allergie waardoor ik regelmatig onder een vreselijke uitslag kwam te zitten. Deze uitslag onderdrukte ik met hormoon- en teerzalf.

Afgelopen zomer besloot ik echter de zalf te laten staan en urinetherapie uit te proberen.

1 augustus: Ik ga urine drinken (eerst met een vies gezicht, maar het went snel), zo vaak mogelijk, d.w.z. praktisch iedere plas overdag en 's nachts. Ik wrijf dan ook meteen mijn armen in. (Wat een prachtige kleur heeft urine!) Na het zwemmen wrijf ik mijn hele lichaam in met urine. Resultaat: in plaats van de wit uitgeslagen, geloopte en droge huid was deze meteen na het inwrijven soepel en glad.

7 augustus: De uitslag verandert; soms gaat een plek weg, en komt weer terug. Er zit een andere werking in de uitslag, van vurig naar minder en vice versa. Ik begin met inwrijven met 4 dagen oude urine; dat stinkt wel! De huid van mijn handen, die wat oud en rimpelig was, is glad en soepel geworden.

10 augustus: Een kies die al maanden pijn deed bij het drinken van koud water doet geen pijn meer! Dat is mooi meegenomen...

Duizeligheid, waar ik door een kou op het evenwichtsorgaan al een jaar last van had, wordt beduidend minder. Ik wrijf me nu elke dag helemaal in, ook mijn haren, die er glanzend en soepel van worden. Het lijkt erop alsof ik minder stress heb en mijn gemoedsrust is niet kapot te krijgen.

13 augustus: Ik vind dat de uitslag te lang duurt en pak 's avonds mijn armen in met een lap gedrenkt in oude urine en dek deze af met plastic. De volgende morgen is de uitslag weg! Ik kan mijn ogen niet geloven. In de loop van de dag komt de uitslag terug en wordt weer vurig. De dagurine smaakt dan ook weer bitter. Ik stop met zwemmen en pak mijn armen iedere avond in met de lappen. Elke morgen zien de plekken er minder slecht uit.

17 augustus: 's Nachts word ik misselijk, de volgende dag ook nog, en ik heb een gevoel van een komende diarree. Veel slaap, moe. Ik blijf in bed, slaap veel, drink extra thee (kruiden), en eet niet. De andere ochtend een diarree-achtige ontlasting en de misselijkheid is over. Vanaf nu drink ik drie keer per dag mijn urine, pak 's avonds mijn armen in, en was me 's ochtends helemaal met urine. Afgezien van de plekken ziet mijn huid er geweldig uit. Ik realiseer me dat ik regelmatig - of onregelmatig - een diepe ademhaling doe, een kruising van een zucht en een snik; het voelt als een soort ontlasting, alsof er iets op zijn plaats valt. Ik krijg behoefte om zoutloos te gaan eten.

19 augustus: De uitslag is, na 6 keer inpakken, bijna weg! Het is dus gelukt zonder hormoon- en teerzalf. Ik denk dat m'n hele systeem ook meer in balans is gekomen. En ik vermoed dat mijn totale ontwikkeling, van fysiek tot spiritueel, hierdoor beïnvloed gaat worden. Het is ongelooflijk dat ons eigen lichaam een medicijn produceert. Iets dat je altijd tot je beschikking hebt.

25 augustus: Mijn armen zijn helemaal schoon en de huid ziet er prachtig uit. Ik had een aantal wratachtige groeiseltjes op mijn handen en gezicht, ontstaan tijdens het gebruik van de hormoonzalf een jaar geleden en sindsdien niet meer weggegaan, en die zijn helemaal verdwenen. Enigszins verdikte moedervlekjes in mijn gezicht zijn geslonken. Een vetknobbel op mijn wijsvingergewricht is weg. Een wrat in mijn oksel is bijna verdwenen. De oude urine ruikt beter.

Ik voel me letterlijk beter in mijn vel zitten. Ik denk dat de farmaceutische industrie niet zo blij met deze therapie is, maar dat is hun probleem. Hopelijk dringt het snel door dat medicijnen niet duur hoeven te zijn en dat we ze altijd bij ons hebben. Ik vind het formidabel wat er in 4 weken met me gebeurd is, zo concreet waarneembaar!"

Dhr. D.v.K., Amsterdam

"Ik ben begonnen met urinetherapie toen ik een keer gestopt was met roken. Ik had gelezen dat urinetherapie sterk ontgiftend werkt en dat kon ik wel gebruiken, dacht ik zo. Ik begon de urine met kleine voorzichtige slokjes te drinken (met letterlijk rillingen

en kippevel van afschuw), me met vijf dagen oude urine in te masseren en het zelfs te snuiven om mijn neusholtes door te spoelen. Het resultaat was dat ik de hele dag overal urine meende te ruiken, een vervreemdende ervaring! Na een paar dagen kwam er een sterke pijn in mijn nieren opzetten, alsof die uitgewrongen werden doordat iemand er heel hard in kneep. Regelmatig **HAD** ik van die pijscheuten en na een dag of wat zat er een lijn gruis in mijn urine. Dit zou gruis kunnen zijn geweest dat er door samentrekking van de nieren uit was losgemaakt, maar dat weet ik natuurlijk niet zeker.

Na een week echter had ik er zo genoeg van, een soort overdosis dus, dat ik er mee gestopt ben. Na acht weken heb ik de draad weer opgepakt. Voorzichtig aan in het begin: de eerste ochtenden nam ik alleen maar wat urine in mijn mond om ermee te spoelen en later ook te gorgelen. Af en toe dronk ik ook een klein slokje en ik begon mijn gezicht eerst met verse en later met oude urine in te masseren.

Het viel me na twee dagen alweer op dat urine zo'n bijzonder effect op mijn huid heeft. Mijn poriën, waar meestal veel talg in zit, zijn een stuk schoner geworden en mijn huid is zachter.

Deze tweede poging om urine te gaan gebruiken verloopt veel beter. Ik ben na een paar dagen de urine weer echt gaan drinken. Ik drink ook wat van mijn laatste plas voor ik naar bed ga, en volgens mij is de ochtendurine daar wat bleker en minder sterk van smaak van. Ik weet niet of dat echt zo is of dat ik het me verbeeld.

Na een dag of vijf ben ik erg uit mijn mond gaan ruiken. Soms heb ik echt een grijze laag op mijn tong. Ik heb het idee dat allerlei troep uit mijn lichaam wil vertrekken, en blijkbaar moet dat voor een groot gedeelte via het uitademen. Wel een beetje lastig wanneer ik onder andere mensen ben: ik moet dan telkens ademverfrissende snoepjes of mondwater gebruiken.

Na een week: een vreemd effect, mijn lymfeklieren waren gisteren erg opgezwollen, vooral in mijn rechteroksel. Op de plek waar al jarenlang een klein hard knobbeltje zat, zit nu een zachte bult ter grootte van een half hard gekookt ei. Het is pijnlijk en ook wel wat beangstigend.

Door het akelige gevoel van de opgezwollen plekken onder mijn oksels lig ik 's nachts niet erg makkelijk in bed. Twee nachten later heb ik bijna geen last meer, maar in mijn rechteroksel zit nog steeds een grote dikke plek, zij het dat de zwelling is afgenomen. Daarentegen zijn er flinke pijscheuten in mijn beide oksels, en af en toe in mijn liezen. Ik heb besloten een urine-vasten te gaan proberen, hoe lang, dat weet ik nog niet.

Twee dagen later: ik heb weer een kleilaag in mijn mond, dus ik zal wel stinken, en ik heb vandaag even een urinetherapiepauze gehouden. Niet drinken en geen massage. Gek, het lijkt alsof ik er slaperig van word, alsof een soort klaarheid verdwijnt.

De zwelling onder mijn oksel is bijna verdwenen. Ik voel nog een speldeknopje in plaats van een kapucijner. Geweldig!

Dag later: ook het speldeknopje is nu helemaal weg. Vandaag weer de hele dag op urine gevestigd, in totaal misschien een enkel groot glas water erbij gedronken. Een ander hard gedeelte in mijn oksel begint zacht te worden. Het harde stuk is plotseling tot een derde geslonken en het is alsof er een knikker in mijn oksel hangt.

Tien dagen later: ik drink nu iedere dag een mok urine na het wakker worden, en was er mijn gezicht en oksels mee. Mijn huid stoot nog steeds oude korreltjes af, mijn poriën zijn zich duidelijk aan het legen. Het valt me soms echt op, als ik mezelf in een spiegel zie, dat mijn huid er zo goed uitziet. Ook de rest van de dag drink ik regelmatig van mijn urine, vooral voor het naar bed gaan. Mijn urine is nu bijna altijd licht van kleur (ook in de ochtend) en ruikt en smaakt minder sterk.

De grote bult is vrijwel helemaal weg, van de kleine is geen spoor meer te vinden. Ik geloof dat mijn lichaam nu een balans gevonden heeft en aan mijn dagelijkse vaste urine-shot gewend is geraakt."

Mw. J.P., A msterdam

"Bijna een jaar pas ik urinetherapie toe. Geboekte successen tot nu toe: Oorpijn verdween door watje in urine gedrenkt. Ontsteking verdween door pleister gedrenkt in oude urine. Halswratten verdwenen direct door afnemen met oude urine. Brandnetelpijn verdween door verse plas eroverheen. Gele huid bijna verdwenen, eelt stukken minder. Hele winter geen dag verstopte neus of verkouden. Als het dreigt, even snuiven en alles komt los uit verre diepten en na een kwartier is het over. Droge huid behoort tot een langvervlogen verleden. Vasten is makkelijker op urine en effectiever. Zacht haar. Koorts of griep duurt nog maar 1 etmaal. Om constipatie op te heffen drink ik een dag oude urine.

Wat ik er allemaal nog meer mee doe? Elke dag afspoelen met verse urine, na het douchen. Eens in de zoveel maanden henna met oude urine in het haar. Klisma's met verse of oude urine. Oude urine op een watje om het gezicht te reinigen. Voetbad in oude urine (opgespaard in aarden pot met deksel).

Urinetherapie heeft me niet van een virus (**cmv**) afgeholpen. Bijna wekelijks krijg ik een urinemassage. Daarna slaap ik ongekend diep."

Dhr. J.K., te C.

"Ik ben een maand geleden met urinetherapie begonnen, eerst alleen uitwendig, later ook inwendig. De eerste dagen één slokje, nu opgevoerd tot twee bekertjes per dag. Tot op heden heb ik er geweldig veel baat bij. Eczeem aan beide benen en heupen was binnen een week genezen. Een wrat op voorhoofd en wratjes op handen waren na 2 weken weg. Een inwendige knobbel aan mijn balzak is ook tot mijn grote verbazing en opluchting volkomen verdwenen. Echt moeilijk om urinetherapie te gaan toepassen vond ik het niet, ik moest alleen even wennen aan het idee."

Mw. G.K., te A.

"Toen ik over urinetherapie hoorde, had ik al 25 jaar last van reumatische artritis. Ik heb van alles geprobeerd, homeopathisch, allopathisch, maar echt verbeteren deed er nooit iets, nee, het werd van kwaad tot erger en de laatste jaren is mijn kwaal echt een handicap geworden, tot het rol- stoelgebruik voor buitenshuis toe.

Ik begon met urinetherapie en in de eerste maanden had ik veel problemen. Ik vond het toen nog erg vies en mengde het met water. Later kwam ik goed op gang en sindsdien gebruik ik m'n drankje meerdere malen daags, smeer me er 's ochtends mee in, doe één of twee keer per week een klisma en poog af en toe licht te vasten. Ook spaar ik oude urine voor kompressen op mijn enkel en ik gebruik dat ook om een hardnekkig voet- en nageleceem te bestrijden. De resultaten zijn tot nu toe bemoedigend. Wat mij het eerste opviel, was het verdwijnen van winderigheid en buikkrimp, iets waar ik als klein kind al last van had. Verder bleek verse urine uitstekend te werken voor een ooglid-ontsteking, die ik zo nu en dan heb.

Ik ben ook minder ziek; griepjes die mijn man deze winter steeds had, verliepen bij mij veel lichter. Hoewel de eerlijkheid me gebiedt te vertellen dat ik nu een fikse verkoudheid heb. Afvallen bleek niet moeilijk te zijn en ik raakte 6 kilo kwijt.

In 1992 had ik mijn bloed laten onderzoeken in verband met de reuma. Kortgeleden werd mijn bloed nogmaals getest en dat liet een aanzienlijke verbetering zien. M'n reumatoloog vond dat als ik me er goed bij voelde, hij er geen moeite mee had. M'n huisarts keek overigens ook niet gek op!

Een tijdje geleden bemerkte ik ook dat ik 's nachts geen droge mond meer had (droge slijmvliezen zijn een veel gehoorde klacht bij reuma). Ook het bewegen gaat beter, maar daar moet ik bij vermelden dat ik ook een soort yoga-oefeningen doe, die daarbij helpen.

Wat betreft de toekomst, ik begin voorzichtig te geloven dat ik m'n kwaal hier in ieder geval mee tot staan kan brengen. Je kunt niet verwachten dat een ziekte die je al zo'n 25 jaar bij je hebt in een paar maanden weg is. Maar het feit dat ik dit zelf kan, zonder medicijnen, geeft me een heel prettig gevoel. Het is wel doorzetten, maar het loont de moeite."

Dhr. H.V., Amsterdam

"Vorig jaar ben ik begonnen mijn haar te wassen met urine, 's morgens onder de douche. Ik doe dat nog steeds omdat mijn nogal slappe, zachte haar er een ideale stevigheid van krijgt en het beter zit dan na het gebruik van een shampoo. Ken halfjaar lang heb ik urine gedronken. De allereerste keer vermengd met water omdat ik het zo vies vond, maar vanaf de tweede keer was ik gewend aan de smaak en vond ik het lekker.

Ik leef in goede gezondheid, maar ieder jaar lag ik twee of drie keer een paar dagen in bed met griep. Ik ben mijn urine dan ook voornamelijk gaan drinken om uit te testen of het me kon helpen mijn weerstand tegen het griepvirus te verhogen. Groot was mijn teleurstelling toen ik me toch weer griepig begon te voelen. Het werkt dus toch niet, dacht ik toen, maar wat bleek...? Na één middag rustig aan doen voelde ik me weer kiplekker. En tijdens een tweede griep epidemie herhaalde dit zich. Ik heb een dag in bed gelegen en me lekker laten verwennen en toen kon ik echt niet meer voorwenden dat ik ziek was. Zo snel was dat in vorige jaren niet overgegaan.

Drie weken geleden kreeg ik kokende olie over mijn hand. Ik liep automatisch naar de kraan en liet er ijskoud water over lopen. Ik heb een wondermiddel nodig, dacht ik, maar wat? Natuurlijk: urine! Ik had gelukkig een paar uur lang niet geplast, dus dat gaf geen probleem. Ik twijfelde wel even, moest de urine niet eerst afkoelen? Toen ik mijn hand in het emmertje met urine deed, voelde dat meteen weldadig aan. Ik heb er later Propolis opgedaan, een zalf waarin Urea Pura en Allantoïne zit, beide bestanddelen die ook in urine voorkomen. Er werd me verteld dat ik een tweedegraads verbranding had. Omdat ik bang was dat ei een enorm litteken op mijn hand zou achterblijven, heb ik er 's nachts een verband met urine omheen gedaan (en daaroverheen huishoudfolie). Ik heb nog nooit een wond zo mooi zien genezen!"

Mw. I.M., Amsterdam

"Een jaar geleden voelde ik me voortdurend erg moe en ziek. Ik had geen weerstand en was vatbaar voor ieder griepje. Ik had regelmatig last van buikkrampen, nek- en schouderklachten en vergeetachtigheid.

Mijn huisarts kon niets vinden. Ik ben toen naar een orthomoleculair arts gegaan. Die deed een levend-bloedonderzoek en ontdekte dat ik schimmels in mijn bloed had, waaronder candida. Verder kon hij zien dat door die schimmelinfectie mijn nier- en leverfunctie verstoord waren, de galproductie te laag was en er te veel kalk in mijn bloed aanwezig was.

De betreffende arts schreef mij een anti-candidadieet, voedingssupplementen en vitaminen voor. Maar omdat ik van urinetherapie gehoord had, was het voor mij een uitdaging om dat ook eens uit te proberen. Ik ben gaan vasten op urine en bronwater.

Vier dagen later heb ik mijn bloed nogmaals laten onderzoeken. De arts was overdonderd, aangezien mijn bloed zo duidelijk verbeterd was na deze kuur. Mijn weerstandssysteem begon duidelijk tegen de schimmels te vechten. Nieuwe foto's van mijn bloed lieten zien dat de kalk uit m'n bloed verdwenen was en dat de darmflora verbeterd was.

Na die vastenkuur heb ik nog drie weken verder gekuurd met wat gistloos brood, groenten en fruit en iedere ochtend een glas urine. Ik werd steeds beter, kreeg veel meer energie en had veel minder slaap nodig. Na deze drie weken ben ik overgegaan op het anti-candidadieet plus 1 glas urine in de ochtend. Daarna heb ik me zo goed gevoeld als nooit tevoren.

Het is me daardoor duidelijk geworden dat voeding ook heel belangrijk is naast het drinken van urine, zeker bij candidaklachten."

Mw. T.M.K., Groningen

"Bijna een jaar geleden begon ik met urinetherapie, d.w.z. het drinken van 1 glaasje ochtendurine op de nuchtere maag. Tot op heden heb ik het iedere dag gedaan en ik ga er gewoon mee door. Niet omdat ik het zo lekker vind, maar omdat ik een aantal klachten bij me heb zien afnemen en zelfs verdwijnen.

De eerste slokjes waren voor mij geen bouillon, wat iedereen beweerde. Ik vond het gewoon pies en vies. Zout en bitter en lauw. Aan mijn voeding kon het niet liggen, die was volgens het boekje. Toch was het niet te vies om gewoon door te drinken, en ik was voldoende gemotiveerd.

Sinds ruim vier jaar heb ik M.E., ook wel vermoeidheidssyndroom genoemd. Behalve chronische vermoeidheid, brengt dit voor mij mee, dat ik heel vaak infecties oploep, vooral aan de luchtwegen, en ook heb ik last van spier- en gewrichtspijnen, stekende hoofdpijnen van soms 5 dagen achtereen. De afgelopen jaren was ik zeker 1 keer in de 6 weken 3 weken achter elkaar verkouden, met ontstoken koorstlippen, en vaak kreeg ik daaropvolgend bronchitis.

Dit jaar, vanaf het moment dat ik begonnen ben met het eerste glaasje, heb ik wel een paar keer griep gehad, maar helemaal geen slijmtoestanden met neusverkoudheden en bronchitis, slechts 1 keer een ontstoken koorstlip. De spier- en gewrichtspijnen zijn langzaam verminderd en de laatste maanden over, foetsie, weg! De hoofdpijnen zijn niet verdwenen, maar minder langdurig, minder hevig, en soms minder vaak. De moeheid is niet veranderd. Toch slaap ik beter. Mijn realiteitszin gebiedt me wel hierbij te melden dat niets van dit alles wetenschappelijk kan worden bewezen; mogelijk spruiten deze genezingsprocessen spontaan voort uit samenwerking met helende krachten tussen de kosmos en mijzelf. Wie zal het zeggen?

Ik herinner me wel heel duidelijk nog dat ik de eerste weken en na het drinken van de ochtendurine een bijzonder gevoel in mijn hoofd kreeg, een soort sidderen en vibreren, net of er een stroom energie loskwam, het voelde heel ontspannend. I >n duurde een paar maanden en later hoorde ik dat meer urinedrinkers die ervaring hebben. Het allerduidelijkst vind ik toch het uitblijven van neusverkoudheden; intuïtief voel ik dat dat heel zeker met de urinetherapie te maken heeft.

Volgens mij geeft mijn lichaam de hoeveelheid zelf aan - zoveel, in mijn geval een half glas urine, is oké, voldoende. Ik krijg altijd een duidelijk gevoel van 'Ho, stop!, enough is enough'. Ik ga nog wel eens verder door om te kijken hoe ik reageer, maar altijd treedt dan kokhalzen op.

Er hoort ook een zeker ritueel bij, een vaste orde en volgorde van handelen. Ik moet er bijvoorbeeld niet aan denken het toilet te verlaten, met m'n glaasje urine in de kamer te gaan zitten of te wachten tot het afgekoeld is. Dan zou ik het niet door m'n keel krijgen. Ik blijf dus zitten op het toilet en drink het lauwwarme glas rustig tot aan 'enough is enough'. Soms drink ik een paar slokjes water toe. De avond tevoren een glaasje bronwater of slappe kruidenthee maakt de smaak stukken zachter. Dat was het. Proost!"

Mw. R.Y., België

"Ik ben met urinetherapie begonnen in verband met een borsttumor die ik al jarenlang heb. Ik drink dagelijks 6 glazen en wrijf me met urine in. Af en toe doe ik een vastenkuur van 2 of 3 dagen. Een paar keer leidde dat laatste tot een fikse overgeefbeurt. Ook leg ik 's nachts kompressen. De eerste resultaten waren verrassend overtuigend. De tumor verkleinde, de huid erop kreeg weer kleur, mijn bloedresultaten verbeterden en volgens een 'Touch for Health' meting was mijn energie op alle vlakken sterk (tevorens helemaal niet). Mijn huid en hoofdhaar zijn erg in kwaliteit verbeterd. Mijn ogen zijn ook verbeterd en de stopjes zijn uit mijn oren verdwenen, want ik spuit er dagelijks een paar druppels in en masseer ze dan. Alleen mis ik de laxatieve werking van de urine en daarom neem ik af en toe een klisma.

Nu, echter, is het alsof ik merkbare vooruitgang mis, ook al ga ik er wel mee door. Ik heb ook 1 week een echte aversie tegen de urine gehad tezamen met een grote twijfel of het mij kan helpen. Nu ben ik er weer goed mee bezig, maar ik besef ook dat het niet zo simpel is als ik op het eerste gezicht had gedacht.

Ondertussen geef ik mijn omgeving de tip van urinegebruik al regelmatig door, vooral voor uitwendige huidproblemen. Mensen blijken daartoe wel veel makkelijker over te halen dan voor inwendig gebruik. En als ik dan van hun reacties hoor, dan denk ik dikwijls: Als urine van binnen doet wat het van buiten doet, dan is het een paardemiddel."

Mw. M.L., Ierland

"Ik hoorde kortgeleden over u en de therapie waar u mee werkt. Ik wil u laten weten dat hier in dit deel van Ierland waar ik woon, tot voor kort baby's in urine werden gewassen. Ook werd kinderen geleerd hun plas te gebruiken bij in het veld opgelopen wonden en sneeën. Helaas ruikt het 'moderne' leven hier ook snel op en denken mensen dat hun oude methoden primitief zijn."

Mw. B., Amerika

"Ik leed 35 jaar aan migraine en had bovendien ook sinds de laatste 15 jaar last van reumatoïde artritis. Ik had een ongelooflijke pijn in de gewrichten van mijn handen. Ik ging nooit het huis uit zonder pijnstillers. Op een gegeven moment had ik al vier maanden last van een schimmelinfectie aan mijn voet. Ik probeerde allerlei behandelingen uit, maar het werd alleen maar

slechter. Bovendien was ik veel te dik. Kortom, ik was nu niet direct een volmaakt plaatje van gezondheid. Toen vertelde iemand mij over urinetherapie. Ik nam voetbaden met urine en binnen een week was de schimmelinfectie verdwenen. Toen ben ik begonnen met het drinken van mijn urine. Het resultaat was ongelooflijk. Vierenenhalve maand later was ik ruim 20 kilo lichter. Mijn arthritis is helemaal weg en ik heb geen last van hoofdpijn meer. Ik voel me alsof ik weer 20 ben."

(Uit: Urine-Therapy; It May Save Your Life!, Dr. Beatrice Bartnett, Lifestyle Institute, Margate Fla. 1989)

Mw. I.A., Israël

"In 1988 werd er een flink gezwel op mijn lever geconstateerd. Omdat ik allang bekend was met urinetherapie en het vaak had toegepast, besloot ik direct al mijn urine te gaan drinken. Na een vastenperiode van bijna 4 weken op voornamelijk urine en water en soms wat sappen, was het gezwel geheel verdwenen. In die tijd heb ik ook op niet-fysieke niveaus aan het genezingsproces gewerkt. De doktoren gingen ervan uit dat hun diagnose verkeerd was geweest. Niemand zal ooit zeker weten of het een abces of kanker was, want ik had geweigerd een biopsie te laten doen. Ik voelde mij zelf echter snel weer gezond en in de eindfase van mijn vastenperiode zwom ik zelfs vaak een kilometer per dag.

Ik geloof dat God de urine gescheiden heeft van de ontlasting zodat we de urine weer kunnen innemen - vers, puur en steriel - altijd wanneer we het nodig hebben; als een preventieve maatregel, maar ook als een herinnering aan het feit dat niet alles is zoals wij denken dat het is..."

Dhr. G.K. Thakkar, India

"Ik leed al 40 jaar aan eczeem en 20 jaar aan amoebe-dysenterie. Mijn artsen hadden me verzekerd dat ik daar ook de rest van mijn leven last van zou blijven houden. Tot mijn verbazing kwam ik van beide klachten af door deze mooie remedie urinetherapie. U zult verrast zijn bij het horen van het feit dat er ook enige bijwerkingen waren, zij het niet van die aard die men gewend is bij allopathische medicijnen. Ik had namelijk ook last van haaruitval en roos. Bovendien had ik het hele jaar door kloofjes in voetzolen en lippen. Regelmatig had ik afters in mijn mond. Al deze klachten verdwenen.

Mijn vrouw kampte eveneens al twintig jaar met een reeks problemen zoals oorspijn, duizeligheid, constipatie en gewrichtspijn. Ze had al allerlei behandelingen - allopathisch, homeopathisch en Ayurvedisch - uitgeprobeerd, maar niets hielp. Ook zij wendde zich ten slotte tot urinetherapie en al haar kwalen zijn genezen."

Dhr. M., Florida

"Enige tijd geleden was ik bijna overleden aan de gevolgen van een aantal antibioticakuren die mij toegediend waren in verband met longontstekingen. Ik heb daarna drie keer binnen een jaar in het ziekenhuis gelegen voor de behandeling van darmproblemen die een gevolg waren van de medicijnen. Na het laatste verblijf in het ziekenhuis weigerde ik verder medicijnen in te nemen. Mijn problemen werden zienderogen minder. Ik bleef echter last houden van rectale bloedingen als gevolg van colitis en aambeien.

Toen vertelde een vriend van mij dat men in de fennessee Hills, waar hij was opgegroeid, vroeger altijd klisma's gebruikte in dergelijke gevallen. Ik begon toen meteen met een dagelijks klisma met urine. Een week later was het bloeden volledig gestopt en tot nu, twee maanden later, is er geen druppel bloed meer uitgekomen."

(Uit: Urine-Therapy; It May Save Your Life!, Dr. Beatrice Bartnett, Lifestyle Institute, Margate Fla. 1989)

Dhr. Nanubhai K. Chitalia, India

"Ik ben 53 jaar en woon momenteel in Bombay. Ik denk dat het verhaal van mijn ziekte en herstel tot op het punt dat ik weer in staat ben een normaal leven te leiden, heel interessant is. Het is wellicht ook een bron van inspiratie voor de velen die de hoop hebben opgegeven; door mijn verhaal wordt misschien de levensvlam in de harten van hen die de wil tot leven hebben verloren, weer aangewakkerd.

Op een ongelukkige dag in februari 1976 ontdekte ik tijdens het scheren een klein, hard gezwelletje onder mijn rechteroor. Na een bezoek aan het ziekenhuis werd uiteindelijk kanker vastgesteld. In het Tata Hospital in Bombay werd begonnen met medicatie en twee jaar lang ging alles goed. Toen werden plotseling tumors op de lever geconstateerd. Ondanks een medicijnenkuur ging het steeds slechter met me en ik verloor de helft van mijn gewicht. Uiteindelijk besloten de doktoren de behandeling te staken; er was geen hoop meer voor me. Mijn familie en ik troffen voorbereidingen voor mijn overlijden en begrafenis.

Mijn ziel stond al te wachten mijn lichaam te ontvluchten, maar aan de andere kant was er mijn wil om te leven en dus nam ik iedere mogelijkheid om te kunnen overleven in overweging. En op zekere dag was het alsof de Messias zelf langskwam. Onze buurman kwam heel rustig het huis binnenlopen en gaf mij het boek Manav Mootra, een boek over urinetherapie geschreven door Raojibhai Patel. Omdat ik mij aan elke strohalm vastklampte, begon ik dit boek meteen met hernieuwde hoop te lezen. Ik zag weer licht en ik begon met het behandelen van mijn pijnlijke aambeien. Ik depte de aambeien 8 tot 10 keer per dag met verse urine. Na 15 dagen was er een verbetering merkbaar. Een aantal van de vergroeisels viel er gewoon af, het bloeden stopte en de pijn verdween. Ik vertelde mijn dokter over het goede resultaat en hij stond versteld.

Vol vertrouwen begon ik aan de behandeling van de gezwelletjes aan de lever en hoopte ook dat mijn koorts zou verdwijnen. Ik begon met het drinken van een half glas urine in de ochtend. Ondertussen slikte ik wel gewoon de medicijnen die ik

voorgescreven had gekregen, omdat ik ook altijd al last van astma had. Na tien dagen merkte ik dat mijn astma minder werd. Toen nam ik twee keer per dag urine. Na nog eens tien dagen had ik mijn eetlust weer terug. Ik kon weer dingen proeven en ik voelde me weer wat actiever en sterker. Ik werd steeds enthousiaster en begon mijn urine vier of meer keer per dag te drinken. De koorts verdween en ik begon veel water te drinken.

Ongeveer anderhalve maand na het beginnen met deze therapie kreeg ik op zekere nacht een aanval van buikkrimp. Ik rende naar de wc en voelde me zo ziek dat ik mijn vrouw vroeg buiten de wc de wacht te houden. De ontlasting die eruit kwam, rook enorm vies. Eerst kwam er allemaal rood spul uit, daarna gevolgd door zwarte bolletjes. De geur was bijna niet te harden. Mijn vrouw hielp me met schoonmaken en bracht me naar bed. In tijden heb ik niet /o goed geslapen. Vanaf de daaropvolgende dag ben ik me steeds beter gaan voelen. Na twee weken kreeg ik opnieuw een aanval van buikkrimp en er kwam weer allemaal zwart materiaal naar buiten. Dit bleef in kleine hoeveelheden tien dagen doorgaan. Daarna voelde ik mij opnieuw een stuk beter. De gezwellletjes op mijn lever kon men bij onderzoek in het ziekenhuis niet meer voelen. Ik at weer meer en ik nam in gewicht toe. Na tweeëneenhalve maand was ik volledig hersteld. De dokter die mij behandeld had, viel bijna om van verbazing. Toen ik zes maanden later in het Tata Hospital kwam, kon de dokter die mij daar had opgegeven, zijn ogen niet geloven. Hij had zes maanden geleden mijn dossier alvast maar opgeruimd, in de overtuiging dat ik toen nog hooguit 10 tot 15 dagen te leven had. I lij haalde dat dossier weer te voorschijn en riep een aantal van zijn collega's erbij. Ze konden eenvoudigweg niet begrijpen dat alle gezwellen waren verdwenen. Ik vertelde hen over urinetherapie met alle bijbehorende details. Natuurlijk vroegen de doktoren: "Wat is het bewijs dat het urinetherapie was die de genezing bewerkstelligd heeft?" Hun medische zienswijze leidde tot hun gereserveerde houding ten opzichte van de werkzaamheid van urinetherapie. Ik daagde hen uit vier van hun patiënten onder mijn hoede te plaatsen met de verzekering dat ik hen zou genezen terwijl zij in het ziekenhuis bleven. Maar juridisch gezien konden de doktoren die verantwoordelijkheid niet op zich nemen en dus lieten zij deze uitdaging voor wat het was.

Vandaag de dag, zes jaar later, ben ik 53 jaar; ik ben volmaakt gezond, ik eet normaal en ik heb een baan. Er is geen spoor van ziekte meer in mijn lichaam en ik slik geen enkele medicijn meer. Behalve dan dat ik mijn urine drink en wel 7 tot 8 keer per dag. Ik ben nog altijd zeer dankbaar aan de man die mij het boek over urinetherapie uitleende."

(Uit: Auto-Urine Therapy, 'an experienced physician' (anoniem), (lala Publishers, Ahmedabad 1990)

Dhr. A., India

"In april 1982 begon de huid op mijn heup te jeuken. Aanvankelijk schonk ik er niet zoveel aandacht aan. Maar na verloop van tijd breidde de jeukende plek zich uit. Ook de andere heup, mijn knieholtes en mijn voetzolen begonnen te jeuken. Er ontstonden kleine blaasjes en als ik die openkrabde, kwam er een plakkerige vloeistof uit. De betreffende gebieden werden ook steeds donkerder van kleur. Ik probeerde wat zalfjes uit, maar het effect was dat de situatie alleen maar verslechterde.

Ik bezocht vervolgens een aantal specialisten in Bombay en werd behandeld met een aantal injecties en medicijnen. Geen daarvan had enig effect. Vervolgens onderging ik een homeopathische behandeling. Dit verhevigde echter de situatie en ik begon over mijn gehele lichaam te jeuken. Ten slotte had ik zo genoeg van alle behandelingen, dat ik overal mee stopte.

Toen was er vriend van me die me adviseerde urinetherapie uit te proberen. Maar, dacht ik toen, hoe waarschijnlijk zou het succes van urinetherapie zijn waar zelfs de meest moderne behandelingsmethoden, voorgestaan door eminente artsen, gefaald hadden? Toch begon ik o3 experimentele basis met deze therapie vanuit de overweging dat het in ieder geval geen kwaad zou kunnen.

De smaak van urine vond ik verschrikkelijk. Het drinken ervan deed me kokhalzen. Regelmatig dacht ik erover om er maar weer mee te stoppen. Maar ik hield vol drie koppen urine per dag te drinken. Aan het eind van de derde week deden zich de eerste tekenen van verbetering voor. Er kwam geen plakkerige vloeistof meer uit de huid druipen. Dat gaf me moed. Intussen was ook mijn weerzin tegen de smaak van urine afgenomen. Ik begon meer urine te drinken. Na een maand hield het jeuken op. Na twee maanden begon de huid van de donkere en schubbege plekken af te pellen. De kleur van de huid werd lichter. Dit ging allemaal ontzettend langzaam. Het duurde vier maanden voordat mijn huid weer helemaal normaal en gezond was. Mijn vreugde kende geen grenzen. Omdat ik zo enthousiast over urinetherapie was geworden, begon ik ook urine te gebruiken als oogdruppels. Mijn gezichtsvermogen verbeterde. Ik kan nu zelfs heel kleine lettertjes lezen zonder bril. Verder begon mijn haar .il grijs te worden. De behandeling met urine had tot gevolg dat mijn haar weer zwart werd. Dat was werkelijk een eindeloos verbazend en heuglijk feit. Ik ben tot de overtuiging gekomen dat onze eigen urine waarlijk een nectar op .1.11 de is. Regelmatige inname van urine heeft mijn lichaam in ieder geval nieuwe kracht en jeugdigheid geschonken."

(Uit: AutoUrine Therapy, 'an experienced physician' (anoniem), (.ala Publishers, Ahmedabad 1990)

Dhr. John Wynhausen, Amerika

"Het zaadje voor mijn avontuur met urinetherapie werd geplant aan de vooravond van een reis naar India, begin 1991. Ik las een erg inspirerend verhaal van professor Evangelos D. Danopoulos, M.D. die op succesvolle wijze leverkanker had behandeld met ureum en creatine, beide hoofdbestanddelen van urine.

Korte tijd later was ik in India op de International (Conference on Complementary Medicine in Madras. Ik zat naast een arts uit Israël die naar India gekomen was omdat hij geïnteresseerd was in het werken met mensen die lepra hebben. Vervolgens kregen we enige literatuur waarin stond dat urine met succes bij het bestrijden van lepra was toegepast. De volgende dag bleek er een lezing

over urinetherapie op het programma te staan. Een zekere mijnheer I hakkar stak vol enthousiasme zijn verhaal af. Nu wilde het toeval dat ik flink aan de diarree was geraakt. Een goede aanleiding, dacht ik zo, om deze therapie eens uit te testen. Ik deed dat dan ook en ik moet toegeven dat ik dat eerste kopje nooit zal vergeten. Wel, ik ben er niet aan doodgegaan, en mijn klachten waren ook verdwenen, hoewel ik natuurlijk nooit echt te weten ben gekomen of dat nu door de urine kwam. Na die eerste shot ging de rest als vanzelf.

Ik kan in alle oprechtheid verklaren dat de praktijk van iedere ochtend een glas eigen urine drinken mij niet alleen fysiek, maar ook in geest en ziel heel goed heeft gedaan. Het heeft tot een flinke versterking van mijn gezondheid geleid. Ik ben lang niet meer zo humeurig als vroeger en dit wordt bevestigd door mijn vrienden. Ik heb, sinds ik begonnen ben, geen enkele virusinfectie gehad en, wat belangrijker is, ik geloof er heilig in dat deze gewoonte me zal helpen gezond te blijven."

(Uit: 'Widening Circle; A Newsletter from John M. Wynhausen, Doctor of Chiropractic, Special Edition 1992')

Urinetherapie en aids

Hieronder volgt een aantal persoonlijke ervaringen en verhalen van mensen met een **HIV**-besmetting. Al eerder is vermeld dat er in New York City een urinetherapie-support-groep bestaat die zo'n 700 leden telt. Deze groep is mede zo groot geworden door de inspiratie van Quique Palladino, een man die naar eigen zeggen door urinetherapie een opmerkelijke remissie van symptomen had ervaren. Hij heeft in die tijd veel onderzoek gedaan naar de wetenschappelijke onderbouwing van urinetherapie en heeft daarbij zeer veel nuttige informatie gevonden en beschikbaar gemaakt. Hoewel zijn enthousiasme groot was en de verbeteringen opmerkelijk waren, is Quique twee jaar geleden toch overleden aan de gevolgen van **AIDS**. Het zou niet volledig zijn als deze gegevens niet aan zijn verhaal werden toegevoegd. Van een vriend van Quique vernam ik dat hij op een gegeven moment op dringend aanraden van een arts weer reguliere medicijnen is gaan gebruiken om een acute infectie te lijf te gaan. Daar hij wist dat het drinken van urine en het gebruik van allopathische medicijnen niet goed samengaan, is hij toen voorlopig met urinetherapie gestopt. Verdere complicaties deden Quique besluiten toch **AZT** te gaan gebruiken. Enige maanden later is hij uiteindelijk overleden.

In het geval van Quique Palladino heeft urinetherapie niet lol blijvende remissie geleid, maar zijn verhaal toont aan dat ei aanzienlijke verbeteringen van bepaalde symptomen, en daarmee waarschijnlijk een verhoging van de kwaliteit van het leven, bewerkstelligd kunnen worden door het gebruik van urinetherapie. Ook de overige korte verslagen van mensen met **AIDS**, die positieve resultaten meenden te hebben ervaren door urinetherapie, vormen slechts een indicatie van een mogelijk positief effect van urinetherapie bij de bestrijding van **AIDS**-specifieke symptomen. Verder onderzoek en gerichte documentatie is wenselijk en noodzakelijk.

Dhr. Quique Palladino', Amerika

"Toen ik voor het eerst van urinetherapie hoorde, heb ik er hard om gelachen. Ik had net te horen gekregen dat ik full-blown **AIDS** had en vroeg me af met welke 'spirituele' methode ik een orale palatale Kaposi's sarcomalesie (**KS** is een vorm van huidkanker) zou kunnen behandelen. Men had mij ook verteld dat de prognose hooguit twee jaar was, misschien wat meer als ik geluk had, en dat ik maar moest overwegen mijn testament op te maken.

Het idee om urine uitwendig toe te passen was voor mij wel aanvaardbaar, ook omdat ik al welwillend stond tegenover natuurlijke geneeswijzen. Het gebruik van urine leek een oud, bijna verborgen geheim in mezelf wakker te roepen. Toen herinnerde ik mij ook het verhaal van mijn vader over een Italiaanse immigrant die iedere dag tijdens de lunchtijd, in de fabriek waar hij werkte, een glas eigen urine dronk. Hij beweerde dat dit de meest veilige en effectieve manier was om een grote maagzweer te genezen.

Mijn rechervoet was op dat moment het toonbeeld van necrose. Al maandenlang kreeg ik verscheidene crèmes door artsen voorgeschreven voor een uiterst hevig geval van ringworm, een schimmelinfectie. Niets werkte; tenslotte lag de oorzaak daarvan natuurlijk ook in een afweersysteem dat niet meer goed functioneerde. Dezelfde avond dat ik van urinetherapie hoorde, heb ik het meteen op mijn voet uitgeprobeerd. Die avond was de eerste in vele maanden dat de jeuk mij niet gek maakte. Ik kon zelfs weer eens een hele nacht goed slapen. Wanneer ik stopte met het aanbrenge van de urine, werd de situatie meteen weer slechter, dus ik bleef het maar al te graag doen.

Niet alleen de ringworm verdween volledig na een paar weken, maar ook de droge, kapotte en pijnlijke huid op mijn tenen en onder mijn voet veranderde helemaal van kleur en karakter. Er kwam een nieuwe huid tevoorschijn die zo zacht was als die van een baby. Het werd mij duidelijk dat deze vloeistof, die we allemaal in ons eigen lichaam produceren, iets bijzonders was en dat het dom zou zijn daar niet meer gebruik van te maken.

Onderzoek leerde mij dat het gebruiken van lichaamseigen vloeistoffen een goed geneesmiddel kan zijn, gebaseerd op theorieën die niet veel anders zijn dan die in de wetenschap van de homeopathie worden toegepast.

Het drinken van urine zelf was niet zo'n probleem voor me, het de-conditioneren van mezelf wel; ook ik had tenslotte geleerd dat urine giftig en vies was. Ik begon met het drinken van een klein glaasje van deze door mijn eigen lichaam gedistilleerde vloeistof, en met respect in plaats van weerzin. Later begon ik meer glazen per dag te drinken.

In de daaropvolgende 7 maanden werd de **KS**-lesie steeds kleiner en verdween uiteindelijk volledig! De zweertjes in mijn mond, waar ik voortdurend last van had, zijn nooit teruggekomen. Ik had gewoonlijk elke maand wel een uitbarsting van genitale herpes, maar ik ben blij dat ik kan zeggen dat urinetherapie ook daartegen geholpen heeft. Dit herpesvirus zou vroeg of laat, in samenwerking met het Epstein-Barrvirus, het Cytomegalovirus en het Papillomavirus, een aanval hebben gedaan op mijn bestaan en mijn afweer verder hebben afgebroken. Ik heb me nog nooit zo goed gevoeld en ik vrees niet meer voor mijn leven. Als **PWA** (person with **AIDS**) zou ik vele infecties op hebben kunnen lopen, maar de laatste anderhalf jaar heb ik zelfs geen griep of verkoudheid gehad. Mijn energieniveau is flink omhooggegaan en ik heb veel minder slaap nodig d.in de afgelopen 7 jaar het geval was.

Ik geloof zeer sterk in het holistische gezegde dat 'Wat niet genezen kan worden door de krachten binnen het lichaam, kan ook niet genezen worden door krachten buiten het lichaam'. Welke relatie kan er meer gestroomlijnd, meer intiem, meer holografisch zijn dan die met de daadwerkelijke inhoud en vibraties van onze eigen lichaamsvloeistoffen.

Na deze remissie ben ik alweer een jaar intensief bezig met de beoefening van urinetherapie, en ik vertel er met enthousiasme over aan vrienden en anderen die erover willen horen. Inmiddels zijn er in Manhattan goedbezochte maandelijkse bijeenkomsten voor mensen die urinetherapie beoefenen."

(Uit: "Urine-Therapy, Drinking from Thine Own Cistern", Quique l'alladino, PWA Coalition Newslines, Nr. 37, Oktober 1988, blz. 41-44)

Mw. R.G., Nederland

"Ruim twee jaar geleden hoorde ik van een vriend over urinetherapie. Ik ben toen meteen begonnen met een vasten-kuur van een paar dagen. Daarna voelde ik me heel goed. Ik had bovendien heel veel vertrouwen gewonnen voor mezelf: ik realiseerde me ineens hoe belangrijk mijn eigen instelling was bij alles wat er gebeurde.

Hoewel ik wist dat ik **HIV**-positief was, hield ik me ook toen al niet zoveel bezig met de mogelijke gevolgen daarvan. Ik kreeg op een gegeven moment last van jeuk in het gebied van mijn vagina; volgens mijn dokter iets dat vaker voorkwam bij mensen die **HIV** hebben. Ik kreeg een of andere crème, maar stopte daar al snel weer mee. Ik kon niet tegen het idee daar de hele tijd afhankelijk van te zijn. Toen bedacht ik me dat urine sowieso altijd langs en over dat gebied stroomt en ik vroeg me af of dat dan niet zou helpen. Alleen de gedachte was blijkbaar al voldoende, want spoedig was de klacht totaal verdwenen.

Een tijdje later, ik dronk in die tijd nog niet iedere dag mijn urine, kreeg ik weer last van een voorhoofdsholteontsteking, een oude kwaal. Deze ontwikkelde zich in de loop van een paar weken in een chronische verkoudheid die maar niet overging en ik had voortdurend enorme hoofdpijn. Ook mijn homeopathische medicijnen leken geen effect te hebben. Daar ben ik toen maar mee gestopt en tegelijkertijd begon ik weer mijn urine te drinken. M'n urine was in die tijd heel donker, wat volgens een vriendin duidde op het verlies van vitamine B. Daarom heb ik toen maar wat extra vitamine B en C geslikt en dat was verder ook het enige wat ik 'extra' innam. Ook heb ik me een paar keer helemaal ingewikkeld met katoenen doeken die in urine gedrenkt waren. Ik druppelde oude urine in mijn neus en vulde de behandeling aan met meditatie en adem oefeningen zoals pranayama. Beetje bij beetje ging het toen beter en na verloop van tijd waren alle klachten verdwenen.

In die periode ben ik door heel wat heen gegaan. Ik werd geconfronteerd met mijn angsten, vooral wat doodgaan betreft. Maar erna was ik niet meer bang. Ik voelde veel rust, ik had een nieuwe levensinstelling en vertrouwen en ik voedde die met veel meditatie. Ik leerde nergens iets van te verwachten, zelfs niet van mediteren. En natuurlijk zakte mijn vertrouwen bij tijden ook wel weer eens flink de diepte in.

Een half jaar daarna kreeg ik een aantal vlekjes onder mijn armen. Het leek op een soort allergie en het jeukte enorm. Ik had al snel veel plekjes opengekrabd en het deed heel zeer. Toen ben ik begonnen ze met urine te deppen en binnen de kortste keren waren de plekjes weer dicht. Ook de vlekken zelf verdwenen weer. Sindsdien gebruik ik het altijd op ieder wondje dat ik heb en dat werkt uitstekend. Ik masseer m'n gezicht er ook mee in en vlekjes en puistjes zijn zo weg. Wanneer vrienden van me vragen hoe het komt dat ik er zo goed uitzie, antwoord ik gewoon: 'Urine does it!' In ieder geval wil ik binnenkort regelmatig mijn T-cel niveau gaan laten controleren om te zien of zich ook daar wat verandert.

Ik vertrouw op urinetherapie, op grond van wat ik heb gehoord en gelezen enzo, maar vooral op grond van mijn eigen ervaring. Ik besef dat alleen die eigen ervaring me wat kan leren, niet in de periode van een maand of een jaar, maar misschien duurt dat nog veel langer."

Dhr. B., Amerika

"Ik heb **AIDS** en pas sinds drie maanden urinetherapie toe. Mijn moeheid en duizeligheid verdwenen in de eerste maand. Ik had last van hevige jeuk aan mijn ogen. Een paar druppeltjes verse urine waren voldoende om de pijn te doen ophouden. Als ik een dag vergeet mijn urine in te nemen, voel ik me de volgende dag meteen een stuk vermoeider. De zwelling van mijn lymfeklieren is met 50% afgenomen."

(Uit: Urine-Therapy; It May Save Your Life!, Dr. Beatrice Bartnett, Lifestyle Institute, Margate Fla. 1989)

Dhr. D., Amerika

"Ik ben een **PWA** (person with **AIDS**). Drie maanden voordat ik met urinetherapie begon, had ik last van hevig nachtzweeten en ik had dagelijks 18 uur slaap nodig! Mijn huid zag er droog en vaal uit. Al deze symptomen waren binnen tien dagen met urinetherapie verdwenen. Ik speel nu weer iedere dag een uur basketbal. Wat een verschil!"

(Uit: Urine-Therapy; It May Save Your Life!, Dr. Beatrice Bartnett, Lifestyle Institute, Margate Fla. 1989)

Dhr. L., Amerika

"Ik pas nu sinds vier maanden urinetherapie toe. Ik heb **AIDS** en mijn enige symptoom tot nu toe was een laag T-cel niveau. Mijn laatste test gaf echter een stijging van 285 tot 489 te zien."

(Uit: Urine-Therapy; It May Save Your Life!, Dr. Beatrice Bartnett, Lifestyle Institute, Margate Fla. 1989)

Dhr. A., Amerika

"Ik pas nu tweeënehalve maand urinetherapie toe voor symptomen die samenhangen met mijn **HIV**-conditie. Mijn lymfeklierontsteking was binnen 48 uur na het beginnen met urinetherapie verdwenen. Ik had een serieus acneeprobleem op mijn rug, maar nu na vijf weken is mijn huid schoon. Mijn energieniveau is binnen een paar dagen met het drinken van mijn eigen urine enorm gestegen."

(Uit: Urine-Therapy; It May Save Your Life!, Dr. Beatrice Bartnett, Lifestyle Institute, Margate Fla. 1989)

Dhr. K.J.P., Amsterdam

"Ook op het gebied van de **AIDS**-problematiek mogen wij naar mijn mening veel steun van deze methode verwachten. De ervaringen die ik constateer bij **AIDS**-patiënten die de moed genomen hebben, ondanks hun moeilijke omstandigheden, toch met urinetherapie te beginnen, zijn zeker bemoedigend te noemen. Nu twee jaar geleden werd een vriendin van mij, bij een onderzoek voor een maagzweer, gediagnostiseerd met full-blown **AIDS** (met een T4 van 80 en volgens haar artsen had zij nog ongeveer 3 tot 6 maanden te leven). Op **AZT** reageerde zij ontzettend slecht en ook andere medicijnen verdroeg zij slecht. Na met urinetherapie te zijn begonnen, verdwenen na twee tot vier maanden de plekken op haar huid, inclusief de candida- schimmels, waarvan haar keel daarvoor geheel wit uitgeslagen was. Waarschijnlijk door een goede combinatie van plantaardige weerstandversterkende middelen en urinetherapie keerde langzaam haar energie terug. Nu, ruim twee jaar later, is ze weer geheel in staat haar huishouden zelf te regelen en haar kind te verzorgen. Deze twee jaren zijn door allerlei externe factoren zeker niet gemakkelijk geweest, niet in het minst omdat de artsen niet meewerkten. Zij bleven dreigen dat zonder **AZT** haar leven, gezien haar algehele toestand, absoluut niet langer dan 6 maanden zou duren."

Dhr. M., Amerika

"Ik heb **AIDS** en mijn grootste probleem waren parasieten. Mijn ontlastings-monsters bevatten pus, grote hoeveelheden schimmels en verscheidene parasieten. Ik ben met urinetherapie begonnen en mijn laatste test echter gaf een volledig schoon beeld te zien. Geen pus en geen parasieten meer."

(Uit: Urine-Therapy; It May Save Your Life!, Dr. Beatrice Bartnett, Lifestyle Institute, Margate Fla. 1989)

Dhr. S, Zwitserland

"Deze patiënt was **HIV**-positief en leed aan verscheidene **AIDS**-symptomen, zoals schimmelinfectie aan mond en anus, moeheid, rode en brandende ogen, moeilijk in beweging komen. Subjectief voelde de patiënt zich na een orale urinetherapie-kuur weer gezond, het **AIDS**-virus kon in het bloed niet meer aangetoond worden. De patiënt kon daarna weer volop werken, hij beschikte weer over dezelfde energie en vitaliteit als vroeger."

(Ook dit geval vermeld ik slechts met de grootste voorzichtigheid, alhoewel mij dergelijke positieve berichten in verband met urinetherapie ook uit de USA bekend zijn)."

(Uit: "Eine eigene Apotheke ist in dir" van Dr.med. U.K. 1 lasler, bla. 154-155)

5.3 Opmerkelijke fragmenten

Uit: 'Waaanzin en moederliefde & Dorpsgeheimen', Herman Pieter de Boer, uitgeverij Manteau, Amsterdam 1983 blz. 137-138:

'De gait heb skimmel,' zei Wicher Sopje terwijl hij de laatste aardappel in de bullekesoep doopte. De ouwe Sopje tilde onder de tafel zijn linkerbeen op en liet er een vliegen.

'Zo dat löcht op,' zei hij, 'wazedde, Wicherjong?' 'De gait heb skimmel.'

'Doar hellup maor ein dinge,' zei de ouwe Sopje, 'en dat wiet je best. Kom mit, zeunen.'

Nog nasmakkend van de goeie bullekesoep, want Moe had er, omdat het Sinte Piep was vandaag, een hele ui- erboord en een malse darm in gedaan, nog nasmakkend liepen ze achter de ouwe aan, de zonen. Wicher, Klaas en Derk.

In de stal stond de geit te mekkeren, gek van de jeuk. Ze stelden zich twee aan twee op, ter weerskanten van het geplaagde beest.

'Toe maor dan,' zei de ouwe Sopje. Ze knoopten de broeken los en trokken de zware boerenjongens tevoorschijn. Ze spanden de spieren. Daar kwam het al. Vier krachtige stralen, dampend en bijtend. De geit rukte heen en weer aan de touwen van de schrik. Maar de schimmel op haar huid begon al te kazen en weldra bedaarde ze wat.

De ouwe Sopje, Wicher, Derk en Klaas stonden tevreden te kijken, de broek nog open, toen Geesje de meid de stal binnenkwam. 'Noe Geesje, wat zeggie d'rvan?'

Ze zette de melkammer neer, deed de handen op de heupen en nam het schouwspel ja-knikkend in zich op. 'Bel, bel,' zei ze (want ze kwam van Wommeveen, waar ze dat zeggen), 'da's een tied gelejen cla'k d'r vier tegelijk zag.'

'Dat beduult Derk niet,' zei de ouwe Sopje, terwijl hij de pik weer in de broek borg en de jongens zijn voorbeeld volgden, 'Derk beduult de gait.'

'O, die is fraaie geel,' zei Geesje, 'en stinken duut-ie als dat houten huusje achter het huus, as je begriep wat ik beduul.'

'Dat klupt,' zei Wicher, 'dat krieg je as je op de gait zaikt.' 'Maor de skimmel is gesnukt,' zei Klaas, 'je ken d'r zo af-skroapen.'

Uit: *'Rode rozen en tortilla's'*, Laura Esquivel, uitgeverij Arena/Muntinga, Amsterdam 1991/1993 blz. 87:

Verwoed waste Tita de kleren, zoals ze zo vaak de luiers van Roberto had gewassen om de vlekken eruit te krijgen. Ze bracht dan een beetje urine aan de kook, liet de vlek daar even in weken en spoelde de luier vervolgens uit met water. Zo verdwenen de vlekken als sneeuw voor de zon....

Uit: *'Heet van de naald'*, Henk Schiffmacher, Uitgeverij de Arbeiderspers, Amsterdam 1991 blz. 134:

Oma heeft voor alles een middeltje. Hoogtepunt van haar haptonomische praktijk was ongetwijfeld het moment dat we gedrieën over een damesvoet moesten pissen die net op een zeeëgel had gestaan. Urine maakt de achtergebleven stekels zacht. Omdat we van het lachen niet konden zeiken, werden we door de eigenaresse van de voet enthousiast aangemoedigd: 'Henk, joe piss, plies joe piss.' Uiteindelijk deed de kletterende warme straal haar werk.

Uit: *'In India. Verhalen'*, Hans Plomp, In de Knipscheer, Amsterdam 1991; het verhaal *d* blz. 109:

Ook mag ik de voormalige premier van India, Morarji Desai niet vergeten. Hij is inmiddels over de negentig en zweert bij de urinetherapie. In een interview verklaarde hij de gedachte achter deze geneeswijze: 'Vooral in de eerste ochtendurine scheidt het lichaam ook de ziektes af' die van binnen heersen. Door deze stoffen weer op te drinken, krijgt men als het ware een injectie van alle kwalen die je eigen lichaam heeft. Het afweersysteem gaat daarop precies die stoffen produceren om deze ziektes te genezen.'

Uit: *'Geheime hormoonkuur maakt koningin Beatrix superslank'*, artikel in het weekblad Weekend, 15 mei 1993. Hieronder volgt een fragment uit het weekblad Weekend dat het hergebruik van bestanddelen uit urine illustreert.

"Volgens insiders is koningin Beatrix afgevallen dankzij de zogenaamde Simeon-behandeling. Deze kuur, die in Nederland door de arts dr. Merkelbach is geïntroduceerd, zorgt voor een gegarandeerde gewichtsafname van ongeveer 12 procent. Zesmaal per week wordt een preparaat ingespoten dat is gemaakt van de urine van zwangere vrouwen..... Die urine wordt ingezameld door 'Moeders voor Moeders' en alle vrouwen werken belangeloos mee. Een groot gedeelte wordt gebruikt om vrouwen die moeite hebben om zwanger te raken te helpen. En een ander gedeelte voor mensen die willen afvallen. Daar wordt goed aan verdiend en Organon (de organisatie die de preparaten verstrekt) is bang dat de zwangere vrouwen geld voor hun urine gaan vragen."

Uit: *'Urine-Drinking; The Recyclable Man'* door Colonel Mark Liell, D.S.O. in *'Hustler'*, engelstalig blad, in de rubriek *'Kinky Korner'*, een rubriek waarin lezers hun persoonlijke 'kink' kunnen presenteren.

"Ik drink mijn eigen urine. Ik drink het dagelijks en iedere morgen masseer ik mijn hoofd, nek, gezicht en voeten ermee in. En ik ben NIET gek! Dit verhaal zal niets te maken hebben met 'golden showers' of het spelen met urine ter seksuele bevrediging. Ik heb een aantal vrienden die 'goldenshower-freaks' zijn, en ik heb niks tegen op deze vorm van fetisjisme. Maar dat vormt niet mijn onderwerp noch gaat mijn interesse daarnaar uit. Waar IK in geïnteresseerd ben, is het promoten van een van de meest fantastische, ongepatenteerde geneesmiddelen die er ooit bestaan hebben - een nectar van gezondheid zo boordevol vitale mineralen en zouten dat het me voortdurend verbaast dat niemand het in flessen doet, er een label opplakt en het aanprijst op de televisie. Je zou er een fortuin mee kunnen verdienen!

Ik ontdekte de levensbevorderende kwaliteiten van urine voor het eerst toen ik dienst deed in het Britse Achtste Leger in de Westerse Sahara gedurende de Tweede Wereldoorlog. Ik was mijn eenheid kwijtgeraakt nadat mijn hoofd tijdens gevechten met Italianen geschampt was door een kogel. Toen ik de volgende ochtend bijkwam, was ik alleen temidden van

wat zandduinen en geplaagd door een sterke hoofdpijn. Mijn waterfles was bijna leeg en mijn hoofd zat vol met vastgekoekt bloed.

Ik was meteen bang dat ik van dorst zou omkomen. In de basistraining hadden we echter geleerd dat je in noodsituaties je leven kon redden door je eigen urine te drinken. Hoewel het idee me met afschuw vervulde, besloot ik het toch maar te proberen. De smaak was zoutig en warm, met een nasmaak van het Australische bier dat ik 12 uur eerder in de legertent nog had gedronken...

Op dat moment wist ik het nog niet, maar het is een feit dat ik geen drankje had kunnen drinken dat meer medicinaal of genezend was geweest als ik in een bar of pub in Alexandria had gezeten, waar je uit allerlei drankjes kon kiezen...

Toen mijn maten twee dagen later terugkwamen om mij te zoeken, verwachtten ze eerlijk gezegd een lijk aan te treffen. In plaats daarvan vonden ze een lichtgehavende, maar vrolijk vechtende man, die drie dagen later alweer in actie was bij zijn onderdeel.

Dat was mijn eerste ervaring met urine drinken, maar zeker niet mijn laatste - zeker 35 jaar pisdrinken zit er al op - en met 59 jaar ben ik soepel, sterk en krachtig. Toen ik later in die oorlog met mijn regiment naar het Verre Oosten werd gezonden om tegen de Japanners te vechten, liep ik daar malaria op. Ik heb deze op eigen kracht genezen door middel van een urine- en watervasten voor een periode van slechts drie dagen, en het is nooit teruggekomen.

Uit: *'Winkler Prins Medische Encyclopedie'*, Elsevier Nederland BV, Amsterdam/Brussel, blz. 208:

Voedsel uit urine:

In urine kunnen bacteriën gekweekt worden die de giftige stof ureum omzetten in eiwit. Ureum komt in vrij hoge concentratie in de urine voor als afbraakprodukt van de eiwitstofwisseling. Wat de bedoelde bacteriën dus doen is het omgekeerde van wat er bij de eiwitstofwisseling van de mens gebeurt. Hiertoe moeten aan urine waterstof, zuurstof en koolzuur worden toegevoegd. Het eindprodukt is dan een deegachtige massa, die van zichzelf geen smaak heeft. Men kan er echter langs kunstmatige weg allerlei smaakjes aan geven. Het procédé is in studie bij een Amerikaanse onderneming die zich bezighoudt met industrieel speurwerk en men verwacht er veel van, o.a. ten bate van de ruimtevaart. Het kan zijn nut hebben wanneer mensen zich tijdens lange interplanetaire reizen kunnen voeden met behulp van bacteriën die in hun eigen urine worden gekweekt. Dit zou kunnen leiden tot een aanzienlijke vermindering van het mee te nemen gewicht aan levensmiddelen. Het idee is niet zo revolutionair als het op het eerste gezicht lijkt. In een glas water, zo uit de keukenkraan getapt, kunnen moleculen water zitten die een paar maanden geleden nog deel uitmaakten van een ander levend wezen. Van de meeste dranken en voedingsmiddelen kent men de herkomst niet tot in alle bijzonderheden. Voor zijn lijfelijke instandhouding is de mens net als de gehele levende natuur afhankelijk van een kringloop, waarin ook het eigen afval een rol speelt.

De kringloop ziet er - schematisch weergegeven - als volgt uit. De energie van het zonlicht en de activiteit van de dampkring leveren de voedingsstoffen waarvan de planten leven. Door middel van het proces van de zgn. fotosynthese of koolzuurassimilatie vormen de planten de stoffen waaruit zij zelf zijn opgebouwd. Met deze stoffen voedt de mens zich: hetzij direct (door de planten op te eten), hetzij indirect (door de dieren op te eten die zich eerst met de planten hebben gevoed). De afvalprodukten van mens en dier (mest) hebben op hun beurt de planten weer nodig.

Uit: *'Trouw'* voorjaar 1992, artikel over onderzoek naar yogi's die urine drinken.

GLAS URINE TEGEN STRESS

"Gespannen? Een glaasje ochtendurine bij het ontbijt schijnt wonderen te doen. Maar dan wel echt elke dag. Dat advies komt niet van de eerste de beste piskijker, maar van M. Mils en T. Faunce van de universiteit van Newcastle in Australië.

Om de een of andere reden besloten deze twee onderzoekers nieuwsgierig te zijn naar de motieven van sommige Indische yogi's om hun eigen urine te drinken. Zelf zeggen die, dat het hen helpt een volledig ontspannen staat te bereiken. En dat kon wel eens kloppen: de beide wetenschappers ontdekten in urine de stof melatonine, een hormoon dat betrokken is bij het dag- en nachtritme van het lichaam.

Melatonine wordt aangemaakt door de pijnappelklier, een klier in de hersenen. Dat gebeurt alleen 's nachts: zodra het licht wordt, gaat er een seintje van het gezichtscentrum in de hersenen naar de pijnappelklier dat de produktie kan worden gestaakt. De precieze rol van melatonine is niet bekend. Misschien wordt de biologische klok in de hersenen, die van zichzelf een etmaal van iets meer dan 24 uur aanhoudt, er dagelijks mee gelijkgezet. Maar op zichzelf heeft de stof ook een rustgevende werking. De Australische onderzoekers veronderstellen nu dat iemand die een glas ochtendurine drinkt, en zich daarmee extra melatonine toedient, in een toestand komt die dicht bij de slaaptoestand ligt. De biologische klok wordt

dan als het ware achteruitgezet. Ook het advies in de yogi-voorschriften, dat urinegebruik enige tijd moet worden volgehouden voordat het effect sorteert, wijst erop dat de biologische klok bij het effect betrokken is. Bij het onderzoek dat de beide wetenschappers willen instellen naar de therapeutische waarde van urine hopen ze, volgens het Engelse weekblad *New Scientist*, echt yogis's te betrekken. Het wordt een 'blinde proef' genoemd: sommigen krijgen hun eigen ochtendurine, anderen krijgen, buiten hun medeweten, hun eigen urine van later op de dag. Ervaringen bij het mediteren zouden dan moeten uitwijzen of urine werkelijk doet wat het belooft."

Uit: *'De Volkskrant'*, 27 mei 1994. Artikel over Italiaanse atleet die zichzelf redde in de Sahara door zijn urine te drinken. (Indien de Italiaanse atleet had geweten dat verse urine steriel is, had hij zich het koken ervan kunnen besparen, C. v.d. K.)

VERDWAALDE ATLEET REDT ZICHZELF IN DE SAHARA

"De doodgewaande Italiaanse atleet Mauro Prosperi komt vrijdag naar huis, gezond maar vijftien kilo lichter. Tijdens een marathon in de Sahara was hij in een zandstorm zoekgeraakt. Tien dagen lang heeft hij geleefd op onkruid, hagedissen, wormpjes, plantensap en zijn eigen urine. (...) Energietabletten had hij maar weinig meegenomen. Met het beetje water in zijn veldfles hield hij zijn lippen vochtig. Het was na een dag op. Na zijn redding verklaarde hij: 'Toen heb ik geredeneerd: het is smerig, maar ik heb geen keus. Het is smerig, maar 1111 ben ik hier.' Om zijn urine te koken en zich 's nachts te verwarmen, verbrandde hij zijn rugzak. (...) Hij liet een kommetje, een tube tandpasta, schoenveters en andere sporen achter, plantte de Italiaanse vlag op een duin, maar niets hielp. Totdat hij een wolk zag, en toen een groep schapen, en toen een bedoeïentent. (...) Hij was beland in Algerijns militair gebied. (...) Geblinddoekt werd hij naar het militaire hospitaal van Tindouf gebracht, waar hij zijn vrouw belde. 'Ciao, ik ben Mauro, over een paar dagen ben ik terug in Catania.' Zijn vrouw wist zeker dat hij het zou redden. 'Je hebt bewezen datje en buitengewone man bent', zei ze. 'Maar nu is het wel genoeg.'"

Uit: *'Jomanda - Genezend Medium'*, Van de Wetering, W.J. & Onderwater, J., Strengholt 1994. Jomanda beschrijft oncle- randere de ernstige huidziekte waaraan zij leed toen zij nog jong was. blz. 23:

"In één van de periodes waarin er weer eens zo'n uitbarsting plaatsvond, waste ik - in mijn wanhoop - mijn gezicht zelfs met mijn eigen ochtendurine. Waarom wist ik niet. Maar me met water wassen was ook al onmogelijk geworden, omdat de uitwerking van het leidingwater regelrecht funest voor mijn gezicht was."6
"Shivambu Kalpa Vidhi"

Professor Athavale, een Indiase geleerde op het gebied van Sanskriet en Indiase cultuurgeschiedenis, heeft een oude tekst ontdekt die gaat over urinetherapie, ofwel Shivambu Kalpa Vidhi. Het gaat hier om een manuscript uit de rijke collectie van Zijne Heiligheid Shankaracharya van Dwarka.

De vertaling van deze tekst is in dit hoofdstuk opgenomen. Het is echter belangrijk te vermelden dat er hier sprake is van een dubbele vertaling: van Sanskriet in het Engels en vervolgens in het Nederlands. Bovendien was de tekst in het Sanskriet al niet overal ondubbelzinnig en dit leverde kleine afwijkingen in de Engelse vertaling op. Dat had tot gevolg dat ik in sommige gevallen moest kiezen uit drie vertalingen die in bepaalde details van elkaar afweken. De onderstaande vertaling is dan ook niet een wetenschappelijk verantwoord eindprodukt, maar geeft toch zeker in hoofdlijnen een goed beeld van wat er in de betreffende tekst aan informatie te vinden is.

Zoals in hoofdstuk 2 al is vermeld, betreft het een tekst die is geschreven voor mensen die, binnen het kader van de



oosterse filosofie en levensbeschouwing, ook een opleiding in yoga en meditatie volgden. De beeldspraak die in «Je tekst wordt gebruikt, is dan ook op deze mensen gericht en kan ons, moderne westerlingen, wat overdreven overkomen. Maar ook wanneer men dit religieuze aspect laat voor wat het is, blijft er nog steeds een zeer interessante tekst vol waardevolle en praktische informatie over.

Voor een goede verklaring van bepaalde delen van deze tekst heb ik veel gehad aan het commentaar van Arthur Lincoln Pauls in zijn boek Shivambu Kalpa.

Een punt dat hier nog enige aandacht verdient, is de kwestie rondom de urine die men dient te gebruiken voor massage. In deze oude tekst wordt aangeraden oude, ingekookte urine te gebruiken. Het gebruik van niet-ingekookte urine wordt afgeraden met de opmerking erbij dat het zelfs kwalijke gevolgen voor de gezondheid zou kunnen hebben. Onderzoek en lange ervaring hebben echter aangetoond dat dit niet het geval is en dat zowel verse als niet- ingekookte, maar gewoon minimaal vier dagen oude urine uitstekende resultaten opleveren bij uitwendige toepassingen. Dit geldt overigens ook voor de ingekookte urine, zoals gesuggereerd in deze tekst.

Shivambu Kalpa Vidhi zoals beschreven in de Damar Tantra

Vers 1 t/m 4:

O Parvati! (De God Shiva spreekt tot zijn vrouw Parvati) Zij die deze methode beoefenen, kunnen vruchten plukken van hun meditatie en deze methode. Hiervoor worden de volgende handelingen aanbevolen tezamen met bepaalde gebruiksvorwerpen. De eigen urine dient te worden gedronken uit een pot die is gemaakt van goud, zilver, koper, brons, ijzer, tin, glas, aardewerk, bamboe, pompoen, botten, leer of boombladeren. De urine dient in een der bovengenoemde voorwerpen opgevangen te worden en vervolgens gedronken te worden. Men kan het beste aardewerk potten gebruiken.

Vers 5:

Degene die deze methode x'olgt, dient scherpe en zoute ingrediënten te vermijden in zijn maaltijden. Hij dient zichzelf niet te veel in te spannen. Hij moet een evenwichtig en licht dieet volgen. Hij kan het beste op de grond slapen en dient zijn zintuigen te beheersen.

Vers 6:

Een man die zo getraind is, staat op wanneer drie kioart van de nacht voorbij is en urineert vervolgens met het gezicht naar het oosten staand.

Vers 7:

De eerste en laatste stroom van de mine dient achterwege te worden gelaten en de middelste stroom moet worden opgevangen. Dat is de beste methode.

Vers 8:

Men dient de eigen urine te nemen; deze wordt Shivambudhara genoemd. Zoals mond en staart van een slang giftig zijn, zo zijn ook het begin en het einde van de urinestroom niet gezond. Dat is in dat gezicht heel bekend.

Vers 9:

Eigen urine is goddelijke nectar! Het heeft het vermogen een halt toe te roepen aan ouderdom en meerdere soorten ziekten en kwalen. De volgelingen dienen eerst urine in te nemen en dan hun routine en meditatie te starten.

Vers 10:

Was direct na het opstaan gezicht en mond en voer de overige ochtendrituelen uit; daarna drinkt men bereidwillig en met een vrolijk gemoed zijn eigen verse en zuivere urine. Alle ziektes waaraan men tot terug aan de geboorte geleden heeft, worden genezen.

Vers 11:

1 Is men deze methode een maand lang beoefent, zal het lichaam zich van binnen geheel zuiveren. Na twee maanden worden alle in tuigen actief en energiek.

Vers 12:

\s deze methode drie maanden wordt toegepast, verdwijnen allerlei kwalen en komt er een einde aan allerlei ellende. Na vijf maande)) verkrijgt de volgeling van deze methode volledige gezondheid en goddelijk gezichtsvermogen.

Vers 13:

Sla zes maanden toepassing wordt men uitermate intelligent; na even maanden zal men bijzonder sterk worden.

Vers 14:

Na acht maanden zal het menselijke lichaam een gouden glans bezitten en bij blijvende toepassing gedurende negen maanden verdwijnen tuberculose en melaatsheid.

Vers 15:

Na tien maanden onafgebroken toepassing wordt men als hel ware de belichaming van glans en helderheid; na elf maanden is men zowel innerlijk als uiterlijk zuiver geworden.

Vers 16:

Na een jaar onafgebroken toepassing verwerft men een glans zoals van de zon en na twee jaar kan men het element aarde overwinnen.

Vers 17:

Beoefening gedurende drie jaar stelt iemand in staat het element water te overwinnen. Het is zeker dat men na vier jaar het element licht overwint.

Vers 18:

Na vijf jaar verkrijgt men het vermogen het element lucht te overwinnen. 'leven jaar beoefening stelt iemand in staat zijn ego te overwinnen.

Vers 19:

Na acht jaar werken met deze methode kan men alle vijf belangrijke elementen van het universum overwinnen. Het beoefenen gedurende negen jaar maakt iemand onsterfelijk.

Vers 20:

Na tien jaar experimenteren kan men met gemak in de lucht zweven en na elf jaar is men in staat te luisteren naar de bewegingen van de innerlijke organen.

Vers 21:

Toepassing gedurende twaalf jaar zal iemand in staat stellen net zo lang te leven als maan en sterren. Gevaarlijke dieren zoals slangen zullen geen enkele vat meer op hem hebben; slangegif zal hem niet doden. Hij kan op water drijven zoals hout op water drijft en hij zal niet verdrinken.

Vers 22, 23:

O Godin, ik zal u nu vertellen over andere aspecten van deze methode. Luister aandachtig! Als men poeder van Amrita (Tinospora Condifalia) mengt met Shivambu en dit mengsel gedurende zes maanden inneemt, wordt men verlost van alle ziektes en verwerft men absoluut geluk.

Vers 24:

Poeder van Haritaki (Terminalia Chebula) dient regelmatig tezamen met Shivambu te worden ingenomen. Dit mengsel roept een halt toe aan ouderdom en ziekte en indien een jaar lang aangewend, maakt het iemand uitermate sterk en gezond.

Vers 25:

Shivambu dient elke ochtend tezamen met ongeveer een gram Sulphur te worden ingenomen. Als men dit drie jaar lang doet wordt men zo oud als de maan en de sterren. Urine en faeces kunnen goud een witte kleur geven.

Vers 26:

Poeder van Koshta-vruchten kan op voorgeschreven wijze met Shivambu vermengd worden. Als men dit twaalf jaar lang doet, zullen de tekenen van ouderdom zoals rijnpels, grijze haren, enz., verdwijnen. Men verwerft de kracht van tienduizend olifanten en blijft leven zolang maan en sterren bestaan.

Vers 27:

Een mengsel bestaande uit Peper en Triphala Churna (poeder- mengsel van Terminalia Belavica, Terminalia Chebula en Phylonthus Emblica) en Shivambu zorgt, wanneer men dit tegelmatig inneemt, voor goddelijke glans en helderheid.

Vers 28, 29:

Vermeng een aftreksel van Mica en Sulphur met Shivambu en drink dit regelmatig tezamen met wat water. Dit geneest waterzucht en reumatische aandoeningen. Men wordt sterk en krijgt een goddelijke glans. Men zal lang leven en het gevecht met de dood kunnen winnen.

Vers 30:

Degene die dagelijks zijn eigen urine drinkt en zich onthoudt van zout, zuur en bitter eten, zal zeer spoedig de positieve effecten van deze leefwijze ondervinden.

Vers 31:

Hij zal vrij zijn van menselijke ziekten. Hij zal een goddelijk, stralend lichaam krijgen net als Shiva. Hij kan zich al scheppend als een god door het universum bewegen.

Vers 32:

Degene die regelmatig sap van Neem-bladeren nuttigt, puur of vermengd met Shivambu, verwerft de status van yogi en wordt stralend als een god.

Vers 33:

Iedereen kan zich van ziekte bevrijden door een jaar lang regelmatig Shivambu te drinken met daarin het poeder van Neem-bast en pompoen gemengd.

Vers 34:

Men kan een mengsel van lotuszaad, mosterdzaad en honing met Shivambu mengen en dit innemen. Dit maakt het menselijk lichaam uitzonderlijk licht en energiek.

Vers 35:

Gelijke hoeveelheden van Mahua vruchten en Triphala, dagelijks ingenomen met Shivambu, zorgen ervoor dat ouderdomsverschijnselen en allerlei ziektes verdwijnen.

Vers 36:

Degene die iedere morgen gelijke hoeveelheden mineraalzout en honing nuttigt, gevolgd door het drinken van de eigen urine, verwerft een li (haam met goddelijke eigenschappen).

Vers 37:

Een mengsel van gelijke hoeveelheden Sulphur, gedroogde vruchten van de Amla (Phylonthus Emblica) en noot muskaat poeder kan dagelijks worden ingenomen, gevolgd door Shivambu. Dit zal alle ziektes doen verdwijnen.

Vers 38:

Men dient regelmatig melk en Shivambu te drinken. Als dit zeven jaar lang wordt gedaan, verdwijnen alle menselijke ziekten en wordt het lichaam sterk en goed gevoed.

Vers 39:

Degene die eerst Amritaka-poeder neemt, gevolgd door het drinken van Shivambu, kan zeker de dood overwinnen.

Vers 40:

Degene die de eigen urine drinkt met daardoorheen honing of suiker, zal zeker binnen zes maanden van welke kwaal dan ook zijn genezen. Hij wordt uitermate helder in zijn hoofd en krijgt een melodieuze stem.

Vers 41:

Het innemen van gemberpoeder direct gevolgd door het drinken van de eigen urine, rekent absoluut met iedere ziekte af.

Vers 42:

Door iedere ochtend Shivambu te drinken en vervolgens op Nirgundi-bladeren te kauwen, verkrijgt men kracht, een scherp gezichtsvermogen en succes in alles wat men doet.

Vers 43:

Mansheel-poeder kan worden opgelost in Shivambu en op het lichaam worden aangebracht. Dit maakt het lichaam gezond en de haren (ivoer) zwart.

Vers 44:

En nu, o Parvati, zal ik je het proces van masseren met Shivambu uitleggen. Als een dei gelijke massage volgens de regels wordt uitgevoerd, plukt men de vruchten van deze methode en kan men geestelijk groeien.

Vers 45:

Men vangt de Shivambu op in een stenen schaal en kookt het in tot een vierde deel. Na afkoeling kan het ingemasseed worden.

Vers 46:

Er zijn bepaalde mantra's die men kan zingen bij de toepassing van Shivambu. Als men met de schaal de urine opvangt, reciteert men de mantra:

'Aum Hrim Klim Bhairavaya Namaha.'

Dan neemt men de pot in de handen. Wanneer men de urine drinkt, reciteert men de mantra:

'Aum Shrim Klim Uddamaneshwaraya Namaha.'

Zo zal men vrij zijn van zonde en gebreken.

Vers 47:

Wanneer men urineert, is de te herhalen mantra: Aum Sarvarn Sristhi Prabhava Rudraya Namaha.'

Vers 48:

Shivambu dient dan op het gehele lichaam te worden aangebracht. Dit is uitermate voedend en kan alle ziektes genezen.

Vers 49:

Degene die deze methode volgt, kan goddelijke kracht verkrijgen met dit proces. Een yogi kan op deze manier de koning der Goden worden. Zijn bewegingen kennen geen beperkingen meer. Hij zal de kracht van tienduizend olifanten hebben. Hij kan ieder soort voedsel eten en verteren.

Vers 50:

Urine die niet tot een vierde deel is ingekookt, dient men niet voor lichaamsmassage te gebruiken. Het kan het lichaam slap en vatbaar voor ziekten maken.

Vers 51:

Ongekookte urine dient men dus niet voor massage te gebruiken. Als men de ingekookte urine gebruikt voor massage, is dat zeer gezond voor het lichaam. Men kan op deze manier veel bereiken.

Vers 52:

Degene die deze methode volgt, kan de dood overwinnen door Shivambu te drinken en op het lichaam aan te brengen door middel van massage.

Vers 53:

De urine en ontlasting van iemand die regelmatig Shivambu drinkt, kan goud een witte kleur geven. Degene die een mengsel van Shiro-Amrit, dauw en Shivambu gebruikt voor het inmasseren van zijn lichaam, verwerft uitzonderlijke kracht en zal vrij zijn van iedere ziekte.

Vers 54:

Degene die drie jaar lang iedere ochtend zijn urine drinkt, en daarbij bittere, zoute en scherpe dingen in zijn maaltijden achterwege laat, zal zijn lust overwinnen en meester over zijn begeertes worden.

Vers 55, 56:

Men neme geroosterde kikkererwten en ruwe suiker gevolgd door het drinken van Shivambu. Daarna masseert men het lichaam met urine. Zo verwerft men het vermogen om van grote afstand scherp te zien en goed te ruiken. Men blijft gezond en het lichaam wordt licht en energiek.

Vers 57:

O echtgenote van de baas der Goden! Degene die één gram Piper Longum en één gram zwarte peper inneemt gevolgd door het drinken van Shivambu, zal binnen een maand een melodieuze stem krijgen en vrij zijn van alle ziekten.

Vers 58:

Men neemt eerst gedroogde gember in poedervorm en drinkt vervolgens Shivambu. Dit maakt uitzonderlijk sterk; men krijgt de kracht van tienduizend olifanten. Zijn jeugdigheid zal zelfs vrouwen van goddelijke afkomst aantrekken.

Vers 59:

O vrouw van Shiva! Men neemt Terminalia Chebula, roostert deze en maakt er poeder van. Daarna drinkt men Shivambu. Dit reinigt het lichaam en geeft het een goddelijke uitstraling. Het zorgt ook voor een vrolijk gemoed.

Vers 60:

En degene die Shivambu drinkt na het innemen van een mengsel bestaande uit gelijke hoeveelheden Amrita, Triphala, Kadu, gedroogde gember, komijnzaadjes en de wortels van Piper Longum, alles in poedervorm, en die tevens een dieet van uitsluitend rijst en melk volgt, zal binnen een jaar inzicht in de Schriften hebben.

Vers 61:

Degene die dit een jaar lang toepast, zal zen sterk en dapper worden. Degene die dit drie jaar doet, zal als het ware een god op aarde worden. Hij zal een goede spreker worden en het hele universum zal hem zichtbaar worden.

Vers 62:

Degene die een mengsel van Shivambu en het poeder van de vijf delen van de Sharapunkha (Devnal)-plant drinkt, wordt heer en meester in meditatie. Hij zal leven in spirituele extase.

Vers 63, 64:

O grote Godin! Men neemt het poeder van gedroogde gember, suiker, ghee, honing en het sap van Nirgundi-bladeren, gevolgd door Shivambu. Binnen een maand wordt het lichaam sterk en gezond. Na een jaar geniet men alle voordelen van deze methode en meditatie.

Vers 65:

Men neemt gelijke hoeveelheden zwarte en witte sesamzaadjes tezamen met Karanja-zaadjes (Pongamia Glabvi) en het sap van Neem-bladeren. Daarna drinkt men Shivambu. Spoedig ervaart men de resultaten van deze leefwijze en meditatie.

Vers 66, 67:

Men roostert Opiumzaden of een open vuur en mengt 1/32 gram ervan met Shivambu. Degene die dit mengsel drinkt, verwerft volledige beheersing over de ejaculatie van sperma en zal onoverwinnelijk zijn in seksuele gemeenschap. Hij zal controle hebben over zijn ademhaling, zijn begeerte, zijn agressie en zijn overige mentale emoties. Hij zal een lang en energiek leven leiden.

Vers 68:

O Godin! Triphala Churna, Nirgundi en Turmeric dienen vermengd en ingenomen te worden, gevolgd door Shivambu. Degene die dit gedurende drie maanden doet, wordt een symbool van geleerdheid en verwerft een uitstekend gezichtsvermogen. Bovendien krijgt zijn lichaam een goddelijke glans.

Vers 69:

Degene die regelmatig wat Bhringaraj en honing tot zich neemt en vervolgens Shivambu drinkt, zal na zes maanden vrij zijn van ouderdom en een scherp (in)zicht ontwikkeld hebben.

Vers 70:

Men mengt poeder van de bast van de Neem-boom, van de wortels van Chitraka (Plumago Zeylancia) en van de wortels van Piper Longum met Shivambu. Indien men dit mengsel regelmatig drinkt, verkrijgt men binnen zes maanden goddelijke kracht.

Vers 71:

Men drinkt de wortel van rode Apamarg (Achyranthus Aspara) van de Chakramarda (Chenopodium Album) met sap van Neem-bladeren, gevolgd door Shivambu.

Vers 72:

Degene die dit doet, zal vrij van alle ziekten en tekenen van ouderdom, zoals rimpels en grijs haar, blijven. Hij zal scherp en vei kunnen zien, tot kilometers en kilometers ver.

Vers 73:

Hij zal een scherp gehoor tot op grote afstand hebben en in staat zijn gedachten van andere mensen te lezen. En, o Godin, zelfs de mooiste prinsessen zullen zich tot hem aangetrokken voelen.

Vers 74:

Een kleine hoeveelheid Kanheri (Nerium Odorum) kan samen met Shivambu worden ingenomen; epilepsie en andere mentale stoornissen verdwijnen binnen een jaar.

Vers 75:

Men neemt gelijke hoeveelheden van het sap van witte Gunja (Abrus Precatorius)-zaden, van Sharapunkha (Devnal)-bladeren, en van het poeder van de zaadjes van Chakramarda (Chenopodium Album) en het poeder van Matulung (Mahalung)-wortel.

Vers 76, 77:

Dit maakt men met Shivambu tot een pasta. Van deze pasta maakt men kleine pilletjes ter grootte van een erwit. Men neemt iedere dag een van deze pillen, gevolgd door Shivambu. Wanneer men dit een maand lang doet, reinigt het lichaam zich zo grondig dat men vrij zal zijn van iedere ziekte.

Vers 78:

Men neemt de hars van de Banianboom (Ficus Bengalensis) en mengt het met poeder van Karanja (Pongamia Glabra)-zaden. Vervolgens voegt men een kleine hoeveelheid Opium toe. Dit dient men vroeg in de morgen in te nemen, gevolgd door Shivambu.

Vers 79:

Degene die dit doet, zal binnen zes maanden de jeugdigheid van een jongen van zestien bezitten. Hij kan zich naar wens onzichtbaar en weer zichtbaar maken.

Vers 80:

Men mengt het sap van Kavali-bladeren en Bhringaraj-bladeren met honing, suiker en ghee. Dit vormt een dikke pasta die, als men die regelmatig inneemt, de tekenen van ouderdom zoals grijs haar voorkomt.

Vers 81:

Men neemt komijnzaadjes, witte mosterdzaadjes en Turmeric, maakt er poeder van en neemt dit regelmatig in. Dit helpt eveneens bij het overwinnen van ouderdomsverschijnselen.

Vers 82:

Men neemt zwarte Moringa Pterygasperma, Jatamamsi en witte mosterdzaadjes, lost deze op in honing en ghee, en neemt dit regelmatig in. Dit maakt iemands lichaam zo mooi als dat van de halfgoden de Ghandharvas.

Vers 83:

Men neemt Kalanemi Veesh (Guggul) en de wortel van Bhargika (Clerodendron Serrotum), lost deze op in boter en maakt er een pasta van. Wanneer men dit regelmatig inneemt tezamen met Shivambu, krijgt men een mooie uitstraling.

Vers 84:

Men neemt Jalakesarmos en de zaden van de Sapindus Laurifolius, maakt er poeder van en mengt het met Shivambu. Wanneer men dit regelmatig inneemt, verkrijgt men binnen een jaar een stralende persoonlijkheid, gelijkend op de beroemde koning Udayan, koning der Vatsas, en men is niet meer onderworpen aan het verouderingsproces.

Vers 85:

O Godin, indien een beoefenaar van deze methode iedere ochtend urine opsnuift door zijn neus, zal hij genezen worden van alle ziekten die veroorzaakt worden door een teveel aan een van de drie elementen Kapha (slijm/water), Vata (lucht) of Pitta (gal/vuur). Hij zal een gezonde eetlust hebben en zijn lichaam zal sterk en gezond worden.

Vers 86:

Als iemand zijn lichaam driemaal daags en driemaal 's nachts inmasseert met Shivambu, zal hem een lang leven beschoren zijn.

Vers 87:

Als een beoefenaar, O Parvati, zijn lichaam drie keer per dag en nacht inmasseert met Shivambu, zullen lichaam en spieren sterk worden en zal hij voortdurend in extase zijn. Hij zal een gezond en vriendelijk hart en een liefdevolle uitstraling hebben.

Vers 88:

O Parvati, ook degene die één keer per dag zijn lichaam met urine inmasseert, krijgt een sterk en krachtig lichaam.

Vers 89:

Na drie jaar heeft het lichaam een prachtige glans en is men meester in kunst en wetenschap. Alen wordt welbespraakt en krijgt een mooie stem en zal leven zolang als maan en sterren bestaan.

Vers 90:

O Godin, nu zal ik ingaan op de verschillende methoden die gevolgd dienen te worden al naargelang de zes jaargetijden.

Vers 91:

O Parvati, in de lente neemt men Haritaki (Terminalia Chebula) poeder met honing; tegelijkertijd neemt men ook poeder van gedroogde gember met honing gevolgd door het drinken van Shivambu.

Vers 92:

Deze methode zorgt voor het verdwijnen van twintig soorten ziekte veroorzaakt door een teveel aan Kapha (slijm/water), veertig soorten ziekte veroorzaakt door een teveel aan Pitta (gal/vuur), en tachtig soorten ziekte veroorzaakt door een teveel aan Vata (lucht).

Vers 93:

O Grote Godin, in de lente dient men bitter en scherp voedsel te vermijden. Dit zorgt ervoor dat de ledematen zich goed ontwikkelen en gevoed worden.

Vers 94, 95:

O Grote Godin, in de zomer neemt men gelijke hoeveelheden Haritaki (Terminalia Chebula)-poeder en Peepar (Piper Longum) en men neemt dit in met ruwe suiker gevolgd door het drinken van Shivambu. Dit doet alle kwalen verdwijnen en maakt het lichaam licht. Het scherpt het gezichtsvermogen, en de beoefenaar van deze methode zal er veel baat bij vinden.

Vers 96, 97:

Gedurende het regenseizoen (juli-augustus) neemt men Haritaki (Terminalia Chebula) poeder, poeder van Peepar (Piper Longum) en Saindhav zout en men mengt dit. Men neemt dit in gevolgd door het drinken van Shivambu. Degene die dit doet, zal vrij van ziekten zijn en zijn lichaam zal stralen. Als hij het poedermengsel met melk inneemt, zal zelfs vuur hem geen kwaad kunnen doen, laat staan bij hem in de buurt komen.

Vers 98, 99:

Gedurende het Sharad-seizoen (september-oktober) neemt men Haritaki (Terminalia Chebula)-poeder, poeder van de vruchten van de Terminalia Belavica en kristalsuiker en men mengt dit. Dit mengsel neemt men in gevolgd door het drinken van Shivambu. Deze methode reinigt het lichaam, maakt het vrij van ziekte en verschaft het de mogelijkheid zich snel voort te bewegen. En, o echtgenote van de Koning der Goden, men zal binnen korte tijd een uitstekend beoefenaar van yoga worden.

Vers 100, 101:

Gedurende het Hemanta-seizoen (november-december) neemt men poeder van gedroogde gember, Anvla (vruchten van de Phylontus Emblica) en Haritaki (Terminalia Chebula) en men neemt dit mengsel in gevolgd door het drinken van Shivambu. Degene die dit doet, zal vrij van ziekte zijn. Alle afwijkingen in vloeistoffen evenals tekorten aan mineralen worden gecorrigeerd. Het gezichtsvermogen wordt beter. Zonder moeite verwerft men kennis en een goed spraakvermogen.

Vers 102, 103:

Gedurende het Shishir-seizoen (januari-februari) neemt men een mengsel van Terminalia Chebula, peper en gedroogde gember. Dit geneest een aantal ziekten en reinigt het lichaam; degene die dit doet, zal zo sterk worden als honderd olifanten en de tekenen van ouderdom zullen verdwijnen. De beoefenaar zal alwetend worden en alle levende wezens zullen affectie voor hem voelen.

Vers 104, 105, 106:

O Godin, gedurende de periode van het innemen van eigen urine dienen de volgende dingen absoluut vermeden te worden: groente in de vorm van bladeren, bloemen of peulvruchten van planten zoals Kodra, linzen, zwarte peulen, etc.; granen die winderigheid veroorzaken; pittig, scherp, bitter, zout en zuur voedsel; seksuele gemeenschap. Het vermijden hiervan draagt bij aan een succesvolle beoefening van yoga. Handelingen die tegen deze voorschriften ingaan, kunnen onverwachte moeilijkheden veroorzaken.

Vers 107:

O mijn geliefde Parvati! Ik heb je nu alle details van Shivambu Kalpa verteld. Deze informatie is geheim en dient goed bewaakt te worden. Vertel het niet zomaar aan iedereen door.

Hier eindigt het hoofdstuk over Shivambu Kalpa Vidhi zoals beschreven in de Damar Tantra.

Literatuurlijst

- Eigenharnbehandlung*, Dr. med. Kurt Herz, 1e oplage 1930, 5e oplage Karl F. Haug Verlag, Ulm, Heidelberg (Duitsland) 1980
- Der menschliche Ham ah Heilmittel; Geschichte. Grundlagen. Entwicklung. Praxis.*, Martin Krebs, Hippokrates Verlag Marquardt & Cie., Stuttgart (Duitsland) 1942
- The Water of Life*, John W. Armstrong, 1e oplage England 1944, Health Science Press, Saffron Walden (England) 1990
- Manav Alooetra*, Dr.R.M. Patel, 1e oplage 1963, 5e oplage Lokseva Kendra Publ., Ahmedabad (India) 1991
- Auto-Urine Cure*, R.V. Karlekar, Shree Gajanan Book Depot Prakashan, Bombay (India) 1969
- Miracles of Urine 'Therapy*, Dr.C.P. Mithal, Pankaj Publications, New Delhi (India) 1978
- Shivambu Kalpa*, Dr. Arthur L. Pauls, Ortho-Bionomy Publishing, (England) 1978
- Amaroli*, Dr. Swami Shankardevan Saraswati, Bihar School of Yoga, Bihar (India) 1978
- Auto-Urine Therapy*, Acharya Jagdish B., Jagdish B. Publications, Bombay (India) 1978
- The Eating Gorilla Coynes in Peace*, Bubba Free John, Dawn Horse Press, San Rafael (California, USA) 1979, biz. 220-224
- Auto-urotherapy*, John R. Herman., New York State Journal of Medicine, vol. 80 no.7 June 1980, biz. 1149-1154
- Urine Therapy; Self-Healing through Intrinsic Medicine*, Dr. John F. O'Quinn, Life Science Institute, Fort Pierce (Florida, USA) 1982
- Health in Your Hands*, Devendra Vora, Gala Publishers, Bombay (India) 1982, biz. 3, 122-123
- Cancel' Cures in Twelve Ways*, A.A. Cordero, Science of Nature Healing Center Asia, (Phillipines) 1983, biz. 395-404
- Tibetan Buddhist Medicine and Psychiatry, The Diamond Healing*, Terry Clifford, Samuel Weiser Inc., York Beach (USA) 1984
- The Miracles of Urine-Therapy*, Dr. Beatrice Bartnett & Margie Adelman, Water of Life Institute, Hollywood (Florida, USA) 1987
- Auto Urine Therapy*, Science & Practice, Vaidya Pragjibhai Mohanji Rathod, Swasthvrutta Prakashan, Bhavnagar (India) 1988
- Urine-Therapy, Drinking from Thine Own Cistern*, Quique Palladino, PWA Coalition Newslines, Nr. 37, Oktober 1988, biz. 41-44 (USA) 1988
- Amaroli*, Dr. Soleil & Dr. C. T. Schalier, 1e oplage 1989, Editions Vivez Soleil, Genève (Zwitserland) 1993
- Urine-Therapy; It May Save Your Life*, Dr. Beatrice Bartnett, Water of Life Institute, Hollywood (Florida, USA) 1989
- Auto-Urine Therapy, 'an experienced physician'* (anoniem), Gala Publishers, Ahmedabad (India) 1990
- P... , Buvez, Guérissez*, Claude Gauthier, Editions ABC], Saint-Serrasy (Frankrijk) 1991
- Die Eigenharnbehandlung; nach Dr. med. Kurt Herz; Erfahrungen und Beobachtungen*, Dr. med. Johann Abele, 8e verbeterde oplage, Karl F. Haug Verlag, Heidelberg (Duitsland) 1991
- Uroopathy; A Sure (hire for All Diseases*, S.J. Kulkarni, lezing 20th World Congress of Natural Medicines, 1991 te Madras (India)
- Auto-Urine; The Nectar of Life*, B.L. Nalavade, lezing 20th World Congress of Natural Medicines, 1991 te Madras (India)
- All India Directory on Auto Urine Therapy*, A.B. Das, Nature Cure and Yoga Research Center, Calcutta (India) 1992
- Wonders of Uroopathy; Urine Therapy as a Universal Cure*, Dr.G.K. Thakkar, Bombay (India) 1992
- The Alchemy of Urine; Erom Witches' Brew to the Golden Elixir; A Diary, Immanu-El* Adiv, onafhankelijke publicatie, Jerusalem (Israel) 1992
- Urea: Its Possible Role in Auto-Urine Therapy*, John Wynhausen, in Shivambu Kalpa Parishad, lezingenbundel, Goa (India) 1993
- Ein gam besonderer Soft - Urin*, Carmen Thomas, vgs verlagsgesellschaft, Köln (Duitsland) 1993
- Die Heilkraft der Eigenharn-Therapie*, Ingeborg Allmann, Verlag Dr. Karl Hohn KG, Biberach (Duitsland) 1993

Eine eigene Apotheke ist in dir; eine alte Volksheilmethode aus Asien, Dr. med. U.E. Hasler, onafhankelijke publicatie, St. Gallen (Zwitserland) 1993

(zie ook Hoofdstuk 4.4: '*Referenties en verwijzingen*' voor verwijzingen naar wetenschappelijke artikelen)

Register 1

Aandoeningen

Gebruiksaanwijzing Register 1

In dit register staan alle ziekten en aandoeningen vermeld waarnaar in de literatuur over urinetherapie verwezen wordt en waarbij, volgens die literatuur, een behandeling met urinetherapie in mindere of meerdere mate positieve resultaten heeft laten zien. De toegevoegde afkortingen verwijzen naar speciale behandelwijzen die naast het drinken van urine worden aanbevolen. Deze behandelwijzen worden in hoofdstuk 3 uitgebreid besproken. Bij chronische ziekten is het raadzaam te vasten op urine en water en dit te combineren met intensieve massages met (oude) urine. Met de bladzijde-aanduiding wordt verwezen naar de plaats waar de betreffende ziekte of aandoening in dit boek vermeld wordt.

De afkortingen voor de extra aanbevolen behandelwijzen zijn:

- KO** = Kom pressen
- KL** = Klisma's
- M** = Massage/uitwendig gebruik van verse of oude urine
- N** = Neusspoeling/Neti
- O** = Oog- of oordruppels
- V** = Vaginale spoeling
- B** = Baden/ voet- of zitbaden
- G** = Gorgelen
- H** = Haar- en hoofdhuidmassage
- I** = Injecteren

Aambeien 44,99,101, 155, 157, 181 B, KO
Acnee 97 192 M, KO
Ademwegen, problemen met de-, G, N
Afweersysteem, verminderd 128,138, 140
Aften 92, 180 G
Aids 60, 124, 141, 158, 186-193 M, KL
Allergieën 48, 96, 134 I
Amoeben 25, 155, 180 KL
Apathie 45
Amputatie KO
Angina G
Astma 42, 55, 73, 134, 143, 154, 156, 185 I
Arteriosclerose 136 M, I
Artritis 157, 173, 178 M, KO
Artrose M, KO
Atrofie M

Bedwateren Beten 38, 161 M, KO
Bezetenheid 77
Blaas 139
Blaren 62 M, KO, B
Blindedarmontsteking 155
Bloedarmoede 145, 160
Bloeddruk, verhoogd 104, 148, 154
Bloeddruk, verlaagd, 154 M
Bloedvaten (vernauwing v.)
Boulemie
Brandnetel pijn 173
Brandwonden 38, 166, 175 KO, M
Bright, ziekte van Bronchitis I
Buikontsteking 32 KO, KL

Candida/Candidiasis 57, 176 KL
Cataract O
Colitis 181 KL
Conjunctivitis O
Constipatie 143, 155, 163, 173 KL
Cosmetica-allergie 168 KO
Cysten M, KO

Darmproblemen 210 KL
Depressie 64, 79,168, 212
Dermatitis (allergische) 157 KO, M
Diabetes 96. 122. 147, 154
Diarree 83, 105, 167
Difterie 141 I
Doofheid 43 O
Duizeligheid 45 H
Dysenterie/Eczeem 25, 97, 134, 166. 173, 180 M, KO, I

Eetlust, verminderde
Energie, gebrek aan
Epilepsie 214 I

Gal 44, 70, 133
Gangreen 44 M, KO
Geelzucht, zie Hepatitis
Geestesziekte 77
Geslachtsziekten 173
Gewrichten, pijn in, 43 M, KO
Gezichtsvermogen, verminderd, 43, 92, 185, 205, 209, 217 O
Glaucoom O
Gonorrhoe (druiper) 130
Gordelroos M, KO
Griep 22, 161, 173, 175 G, N, M

Haaruitval 26, 27, 42, 101, 180 H
Hartklachten 73, 104, 136, 154, 155
Hepatitis 42, 43, 44, 104, 106, 133, 157, 188
Herpes 92 M, KO
Hersenvliesontsteking H, KO
hiv, zie aids
Hoesten 69, 106 G
Hoofdpijn 177, 179, 190
Hooikoorts 134 N, D, I
Huidklachten 38, 44, 70, 97, 99, 134, 156, 167 M, KO
Huiduitslag 83, 97, 105, 184, 201 M, KO, I
Hypothyroïdisme 157

Infectie 79, 160
Insektenbeten (zie beten) Ischias 42 M, KO

Jeuk 44 M, KO
Jicht 42, 145 M, KO

Kanker 21, 50, 51, 97, 135, 139, 147, 154, 158, 160, 178, 180, 181 KL, M, KO
Kaposi Sarcoma 97. 187 M, KO
Keelpijn 43, 165 G
Kiespijn 92 G
Kinkhoest G, I
Koorts 44, 106, 166, 173, 182 M
Koudvuur, zie Gangreen

Ledematen, pijn in, M
Lepra 73, 156 M, KO
Leukemie, zie Kanker
Leukoderma M, KO
Leverontsteking & -stuwing, zie hepatitis
Littetekens 38, 52 KO, M
Longembolie 136
Longontsteking 181 KO
Lymfeklieren, problemen met, 171, 191 M, KO

Maagpijn 155
Maagzweer 143, 147
Malaria 75, 197
Mazelen 49 M M.E.
Myalgische Encephalomyelitis 177 KL, M Melaatsheid 206
Menopauze 48
Menstruatieproblemen 44
Migraine 45, 179 H, I
Miltklachten 44 KO
Moeheid zie vermoeidheid
Mononucleose 160
Morgenziekte 49

Necrose M, KO
Netelroos M, KO
Neus (verstopte) 94, 173 N
Nierenproblemen 104, 171
Nierstenen 45, 155, 157
Neurodermitis M, KO, I

Oogontsteking 38, 43, 69, 92, 166, 174 O
Oorpijn 93, 166, 173 O
Oorsuizen 43, 93 O
Orchitis
Ouderdomsvlekken M
Overgeven 83, 106
Overgewicht 50, 147, 174, 179, 190 I

Parasieten 193 KL
Parodontose G
Pest 44
Pokken 49 M, KO
Polio 140, 147
Prostaatklachten 157 KL
Psoriasis 99, 134 M, KO, I
Puistjes 105, 164, 190 M, KO

Reuma 42, 44, 134, 154, 168, 174, 208 M, KO
Roos 44, 101, 180 H
Rugpijn 155
Ruwe handen 169 M, KO

Salmonella 141
Scheurbuik 43
Schimmel 57, 92, 176, 187 M, B
Seksuele potentie (problemen met) 71, 213 M
Shocktoestand 123
Slangebeten 38, 76, 206 M, KO
Spasmen
Spataderen M, KO
Spierdystrofie M
Spierpijnen M
Staar O
Stoelgang, problemen, zie constipatie
Stress 77, 169
Syphilis

Tandvleesproblemen 92, 161 G Tongproblemen 92 G
Trillende handen/knieën 43 M Tuberculose 20, 140, 148, 206
Tyfus 159

Urinewegen (infecties aan) 141, 142 I
Urethritis, gonorrhoeïsche 130
Urticaria M, KO, I

Vaginale problemen 92 V
Vergiftigingen 70, 78, 79
Verkoudheid 2, 69, 106, 173, 178 G Verlamming 45 M
Vermoeidheid 70, 161, 175, 191 Verouderingsproces 18, 70, 147, 148, 208, 209, 214, 215, 218
Verstopping zie constipatie Verteringsproblemen 69 KI.
Voetschimmel 101, 179 B, M Voorhoofdsholte-ontsteking 157, 160, 190 N

Waterzucht 42, 43, 44, 208
Winderigheid 174
Winterhanden/-voeten 23, 37, 101 B, M Witte vloed 92, 157 V
Wonden 19, 23, 38, 44, 79, 100, 165 M, KO Wormen 70, 187 KL
Wratten 37, 170, 173 KO

Zeeëgelsteken KO, B
Zenuwinzinking 155
Zonnebrand/-allergie 166 M, K Zwangerschapsmisselijkheid zie morgenziekte
Zweer KO
Zweetvoeten

Register 2.

Zaken en Namen

Abele, Dr.med.Johann 54, 141
Aboriginals 87
Aftershave 47, 111
Afvalprodukt 23, 112
Afvalstoffen 36

Agglutinine 147
Alchemie 41, 42
Alcohol 36, 40, 67, 105
Allantoïne 144, 147
Allmann, Ingeborg 55
Allopathie 7, 23
Amaroli 66
Aminozuren 9, 132
Ammonia 96, 99, 137, 142
Antigenen 141
Antilichamen 141. 148
Antineoplaston 50, 147, 158
Antistoffen 10. 140
Armstrong, John W. 10, 18, 20, 32, 43, 46, 47, 74
Ayurveda 37, 68, 78

Bacteriën 113, 137, 198
Bartnett, Dr.
Beatrice 12, 128
Bezinksel zie neerslag
Boeddha 76
Boeddhisme 76, 81
Bijbel 47
Bijwerkingen 83
Bloed 36, 77, 85

Caffeïne 36.105
China 53
Clifford, Tern' 77
Contra-indicaties 121
Corticosteroiden 134
Cortison 143

Dalai Lama 80
Damar Tantra 62, 67
Desai, Morarji 17, 18, 74
Dhea 147
Diagnose 77, 78, 79, 121
Dieet 36, 63, 88, 108, 208, 216
Dieren 113, 115, 162, 193
Dosis 103 Drugs 7, 23
Druïden 40

Edam, Dr. 49
Edelstenen 80
Egyptenaren 60, 61
Eiwitten/Proteïnen 104, 129, 133, 140 Emoties 64, 79
Energiehuishouding 115, 135, 161
Enzymen 23, 34, 134, 136
Eskimo's 37
Evenwicht 34

Farmaceutische industrie 50., 52, 170
Foetus 51, 52, 150

Gandhi 8, 73, 154
Gastric secretory depressants 147
Genezing 56
Genezingscrisis 83.89,102
Gezondheid 103, 128, 135, 205
Gifstoffen 36. 83. 102. 105, 140, 143
Glucuronzuur 147
Glutamine 113, 137
Grieken 30, 38
Gorgelen 92

Gyorgi, Dr. Albert Szent 50
H-11 147
Haarbehandeling 26, 27, 37, 100, 101, 168, 209
Harrer, Heinrich 80
Hasler, Dr.med. U.E. 57
Heilpraktiker 48
Hergebruik 122, 132,158
Herz, Dr.med. Kurt 49, 54,142
Hindoeïsme 62
Hippocrates 9, 30
Homeopatische toepassing 95
Homeopathische werking 36, 37, 113
Hormonen 13, 23, 45, 46, 50, 67, 123, 132,133

IgA 141
IgE 141
Immunologische werking 140, 158
Immuunsysteem 140, 148
India 18, 24, 62, 73
Indianen 37
Injecties niet urine 48, 56, 96, 159
Instinct 115
Interleukin-1 148
Isopathische werking 36, 113

Japan 81
'Junk Food' 105

Kelten 40]
Kinderen 49]
Kinderurine 123]
Klisma 49, 90, 91, 134]
Koeieurine 42, 75, 79, 80]
Kompressen 99, 161, 168]
Koolhydraten 107]
Korea 81
Kosmetische industrie 50, 52, 60
Kosmetische produkten 22, 140]
Krebs, Dr.med. Martin 49,125]
Kringloop 31, 33, 57,114,198]
Kruiden 68, 104, 207

Laetrile 51
Levensvreugde 65, 186]
Lichaamsmassage 63, 64, 90, 98, 167, 210, 216

Mantra 69, 71,210]
Massage met oude urine 48, 90, 97, 204
Massage met verse urine 76,100]
Medicijnen 11, 67, 83, 186]
Meditatie 62, 63, 69, 77, 190, 203, 212 Melatonine 13, 51, 135, 199
Melk (-produkten) 104, 107, 109
Menstruatie 108, 123
3-Methyl-glyoxal 50, 148
Mineralen 23, 70
Middenstroom 69, 87, 205
Mondwater 42

Natuurgeneeskunde 7, 37, 54, 55, 126, 156 Neerslag (Sediment) 97
Nicotine 36, 104
Nierfunctie 34, 82, 112
Noodsituaties 61, 197, 200

Ochtendurine 13, 88, 122
Onafhankelijkheid 12, 61, 68

Ontgiftig 7, 105, 170
Oogdruppels 92, 178, 185
Oordruppels 94

Pauls, Dr. Arthur 60
Pepsine 134, 136
pH-Waarde 57, 77. 109, 137, 140
Phillipijnen 81
Placebo-effect 126, 145
Psychologische werking 145
Precipitine 147
Prostaglandine 148
Proteïne-globulinen 148
Proteïnen 52
Proteosen 148
Pus 95, 104. 114, 193

Regenererende werking 60, 11, 135
Reïncarnatie 68
Reuk 86, 97, 100, 120, 172
Rituelen 40.41,71
Romeinen 27, 38

Scepsis 80
Shampoo 39, 102
Shiva & Parvati 62, 65, 70. 204
Shivambu Kalpa Vidhi 62, 97, 203
Smaak 85, 104, 107, 109 117, 166, 172 Snuiven van urine 69, 94, 170. 215
Slaap 122, 204
Slijm 105, 106, 143
Spiritualiteit 63, 67, 69, 77
Stikstof 109, 147
Stofwisseling 112, 144
Straling 36. 110

Taboe 84, 120
Taiwan 81
Tegengif zie vergiftigingen
Textielfabricage 27
Thomas, Carmen 27, 55
Tibetaanse geneeskunde 77
Ureum 22, 49, 96, 109, 113, 131, 136, 142, 148, 198

Urineafdrijvende werking 144
Urine-peptide 148
Urinezuur 109, 144, 147, 148
Urokinase 53, 136, 148

Vasten 22, 32, 48, 85, 88, 116, 173
Vegetarische voeding 109
Vet 36, 107, 133
Virussen 147
Vitaminen 34, 132
Vlees 105, 109
Vliegenzwam 41
Voeding 88, 108, 116, 176
Voetzolen 99
Vooroordelen 120
Vrijheid 12, 68, 162
Vruchtwater 11, 52, 115,136

Waarschuwingen 65, 102
Wasmiddel 27, 39, 167, 195
Watertekort 61
Weerzin 85, 86, 163

Wynhausen, John 131, 136

Yoga 63, 66, 203, 217

Yogi's 13, 67, 73, 199, 208

Zelfinenting 115, 129, 130

Ziekteverwekkers 113, 129

Zigeuners 37

Zitbaden 101

Zout 88, 132, 143, 204

Zwangerschap 49, 51, 107, 190

Urine, een bron van gezondheid

Geschiedenis en toepassing van Urinetherapie

Coen van der Kroon



Het drinken van urine is gezond en versterkend.

De auteur (en velen met hem) drinkt dagelijks zijn ochtendurine en wordt daardoor natuurlijk door velen als 'prettig gestoord' gezien. Deze middeleeuws aandoende therapie kent

een rijke historie en een goede wetenschappelijke onderbouwing. Als medicijn en therapie wordt zij in het westen als kwakzalverij bestempeld, in andere delen van de wereld echter worden er congressen gehouden en zijn er bloeiende praktijken die deze therapie toepassen.

De auteur kwam ruim vier jaar geleden in aanraking met urinetherapie en heeft zich sindsdien verdiept in deze opmerkelijke traditie. Hij bezocht over de gehele wereld de meest ervaren en bekende urinetherapeuten, deed literatuuronderzoek en vulde zo zijn eigen ervaringen en kennis aan.

Hij verscheen meerdere malen op de televisie, gaf diverse radio-interviews en geeft momenteel lezingen en advies over en begeleiding bij het toepassen van urinetherapie.

altamira



ISBN 90-6963-302-7



9 789069 633022

Artikel in het dagblad Het Parool van 6 mei 1992: Ook de Britse actrice Sarah Miles drinkt iedere dag een glaasje.

WOMAN'S JOURNAL vroeg een verslaggeefster om de Britse actrice Sarah Miles te gaan interviewen. Jesses, roept haar kennissenkring onmiddellijk. Toch niet Miles de pisdrinker? Inderdaad, die dus. Maar misschien is dat nog een heel boeiend gespreksonderwerpje. Hoewel. Hoe breng je zoiets beschaafd ter sprake? Vooral als Miles meteen aan het begin van het gesprek al vraagt of het in godsnaam nou eens een keer niet over haar verleden hoeft te gaan. Een volstrekt redelijk verlangen, schrijft de verslaggeefster. Geen woord dus over de opwindende naaktsceens, geen letter over het poseren voor de centrefold van Playboy met Kris Kristofferson, geen minuutje aandacht voor de vriendin die bij Miles van het dak sprong, over de vriend die aan het gas ging, de manager die haar sloeg en die in haar badkamer stierf, over haar wanhoop en het daaropvolgende kluizenaarsbestaan in een Californische blokhut. Geen woord, kortom, over het verleden. Behalve dan één dingetje misschien. Drinkt ze echt haar eigen urine? Ja dus. Niet dat Miles daar mee te koop loopt; het is verraden door Robert Mitchum, onvergeeflijk, zoiets dóet een echte heer niet. Maar goed, ze wil er niet omheen draaien. Ook al had ze liever dat die persmusketen het eens over iets anders hadden. Maar waar het dus om gaat is dat je eigen urine je beschermt tegen allergieën, het is goed voor je, het is goedkoop, sterker nog, het is gratis. En zolang je je nieren niet vervuilt met alcohol, sigaretten, chemische toevoegingen en al die rommel, is urine een mooi, steriel product met magische krachten. Het vervelende is alleen dat de meeste mensen dat niet willen begrijpen en zo ver mogelijk uit je buurt blijven. Maar goed, dat is dan hun probleem, Miles zit daar niet mee.



Artikel in dagblad Trouw van 16 maart 1992: Doktoren schijnen het maar vreemd te vinden.

'Middeleeuws geloof waarvan geen enkel nut is aangetoond'

Van een onzer verslaggeefsters Urine drinken en toch gezond blijven? „Allemaal onzin", zegt prof. dr. R. T. Krediet van de Universiteit van Amsterdam. En zijn collega prof. dr. K. H. Kurth spreekt van „een geloof uit de middeleeuwen."

„De gedachte dat urine drinken gezond zou zijn, is gebaseerd op een middeleeuws geloof, waarvan volgens mij geen enkel nut is aangetoond", zegt de uroloog prof Kurth.

„Onder bepaalde omstandigheden kan zo'n drinkgewoonte zelfs heel schadelijk zijn. Die schadelijkheid is weliswaar niet aangetoond - in onze kringen is dit ook geen wetenschappelijk onderwerp - maar het gaat mij te ver als iemand beweert dat urine drinken 'dus' nuttig zou zijn."

Hij heeft ernstige twijfels over de gezondheid als iemand z'n leven lang dagelijks urine zou drinken, maar „een of twee keer of misschien een weeklang een beetje, daar verwacht ik niet direct schadelijke gevolgen van."

Kurth kan er nog wel in meegaan dat de farmaceutische industrie bepaalde urinepreparaten in medicijnen verwerkt, maar dat is iets heel anders: in die gevallen wordt een stof uit de urine geïsoleerd voor speciale doeleinden, zoals een jaar of 25 geleden een hormoon uit urine van drachtige merries gebruikt werd in een medicament voor vrouwen.

Dat het drinken van uitscheidingsstoffen gezond zou zijn, vindt hij „alleen maar onsmakelijk": die moeje natuurlijk niet voor niets kwijt. Bepaalde stoffen die opnieuw in riet bloed worden opgenomen, kunnen het bloed zelfs zuur maken en verstoren het evenwicht. „Konijnen, ja, die eten hun eigen uitwerpselen op. Dat moeten ze wel, omdat ze op die manier een vitamine binnenkrijgen die noodzakelijke bacteriën in hun darmen aanmaakt. Maar dat gebeurt in de dierenwereld. Bij mensen ligt dat wel iets anders."

Gekkgheid

Van een onderzoek waaruit blijkt dat urine drinken enige zin zou hebben, heeft ook nefroloog prof. Krediet - een wetenschapper die zich speciaal met nierziekten bezighoudt - nog nooit gehoord. Over therapieën die zulke drankjes voorschrijven, is hij gauw uitgepraat: „Er gebeurt wel meer gekkgheid in de wereld.". Zelfs is hij het er niet mee eens dat urine in noodgevallen, als er geen water voorhanden is, levensreddend zou zijn.



15. Some deeply existed feverish diseases, manifesting mostly as actual fever (may also reveal light blue color urine)



49. Discard the urine collected before mid-night (being affected by dietary factors)

Afbeeldingen van Tibetaanse Thangka's waarin wordt aangegeven hoe men een diagnose kan stellen aan de hand van de urine van een patiënt.

Interne toepassingsmogelijkheden van Urine-Therapie

- drinken
- vasten
- klisma
- gorgelen
- vaginale spoeling
- oog- en oordruppels
- urine snuiven
- homeopathische tinctuur
- injecties



Externe toepassingsmogelijkheden van Urine-Therapie

- inmasseren met oude urine
- nmasseren met verse urine
- compressen voet- en zitbaden
- hoofdhuid- en haarmassages



Een bericht in een wetenschappelijk blad over de toepassing van Antineoplastons, gewonnen uit menselijke urine en in te zetten bij de bestrijding van kanker.

A Publication of Academy Professional Information Services, Inc.

Trials Underway at Several Research Centers.

Antineoplastons: New Antitumor Agents Stir High Expectations

GENEVA. Switzerland – A completely new type of antitumor agent that is nontoxic and seems to make malignant cells revert to normal is capturing the interest of cancer clinical investigators.

The agents, known as antineoplastons, are naturally occurring peptides and amino acid derivative. They were first isolated from human urine and are now undergoing trials in several parts of the world. Preclinical and preliminary clinical results were presented here at the 9th International Symposium on Future Trend in Chemotherapy.

Studies by Dvorit Samid, PhD, and her colleagues at the Uniformed Services University of Health Sciences, Bethesda, have shown that antineoplaston AS2-1 (a mixture of the sodium salts of phenylacetylglutamine and phenylacetic acid) can prevent neoplastic transformation and suppress the growth of malignant cells carrying the *ras* or *myc* oncogenes. AS2-1 profoundly inhibits oncogene expression and the proliferation of malignant cells without exhibiting any toxicity toward normal cells, reported Dr Samid.

Terminal Differentiation

The antineoplaston can actually induce terminal differentiation, she continued. It restores collagen expression in fibrosarcoma cells, induces hemoglobin production in an erythroleukemia line, and turns embryonic mesenchymal cells into fat cells.

"Such a dramatic phenomenon is seldom seen," Dr Samid noted. "One other chemotherapeutic drug – azacytidine – also induces terminal differentiation; however, it also causes tumor progression. AS2-1, in all our systems tested, induced differentiation and did not induce tumor progression. I am very excited about these findings.

(Continued on page 6)