

Belangrijke opmerking vooraf

Het in dit boek beschreven gebruik van urine pretendeert niet een vervanging te zijn voor enig andere medische (natuurgeneeskundige of reguliere) behandeling die u als lezer ondergaat of eventueel zal ondergaan. Noch de auteur, noch de uitgevers van dit boek zijn op enigerlei wijze aansprakelijk voor gevolgen die voortvloeien uit het gebruik of misbruik van de in dit boek beschreven behandelingsmethoden en aanwijzingen.

De informatie die u in dit boek aantreft, is gebaseerd op de eigen ervaringen van de auteur en op gegevens zoals die in verscheidene publicaties – in boeken en op internet – zijn weergegeven. De citaten die u in dit boek aantreft, zijn vooral afkomstig uit brieven van lezers naar aanleiding van een oproep in mijn eerdere publicaties over urinetherapie om ervaringen in te sturen.

Wij raden u aan het gebruik van urine alleen bij een specifieke klacht toe te passen indien u zichzelf voldoende ingelicht en, indien nodig, vakkundig begeleid acht. Iedereen die urine als gezondheidsmiddel van moeder natuur wil gaan gebruiken, dient de nodige voorzichtigheid te betrachten. Natuurgeneeswijzen werken van binnen naar buiten. Genezing van binnen naar buiten doet het lichaam ontgiften. Dit kan bepaalde reacties veroorzaken.

Het gebruik van urine in combinatie met het gebruik van reguliere (chemische) medicijnen vraagt om een extra voorzichtige aanpak: begeleiding van een natuurgeneeskundige arts of therapeut is hier aan te bevelen.

Inleiding

Kunnen we urine gebruiken om onze gezondheid te ondersteunen? Het gebruik van urine is zo oud als de mens zelf. Dat geldt voor de geschiedenis, maar ook voor ieder mens als individu. Zo zijn er voorbeelden van dieren, en met name apen, die hun eigen urine gebruiken, alsook voorbeelden uit de gehele geschiedenis op verschillende plaatsen ter wereld waaruit het gebruik van urine naar voren komt. Maar het is ook nog eens zo dat ieder van ons is opgegroeid in de baarmoeder, waar het vruchtwater vooral bestaat uit urine – we plassen het uit en nemen het weer tot ons. Een van de redenen dat babyhuidjes zo zacht en perfect zijn, is te vinden in de urine in het vruchtwater. Dus ook in die zin is het gebruik van urine zo oud als wij zelf!

Vaak maken mensen er een ‘big deal’ van: urine zou vies zijn en het zou pervers zijn iets wat het lichaam uitscheidt weer in te nemen of te hergebruiken. De waarheid van de natuur is dat dergelijke cycli van hergebruik diezelfde natuur altijd in beweging houden. Binnen ons lichaam worden vele weefsels en vloeistoffen voortdurend hergebruikt. Er bestaan zogenaamde ‘feedback loops’ in ons lichaam die er juist toe bijdragen dat een eventueel verstoord evenwicht weer hersteld kan worden. Die processen vormen een deel van de ‘onbewuste’ intelligentie waar ons complexe organisme op draait. In de Indiase gezondheidsleer ayurveda wordt wel gezegd dat ons lichaam aangestuurd wordt door onze ‘ziel’, een reflectie van de alwetendheid in het universum – van

nature in staat om levensondersteunend evenwicht in stand te houden.

Gebruik van urine als middel om de gezondheid te ondersteunen is niets anders dan de voortzetting of uitbreiding van een proces dat in het lichaam al bekend is. En dat door het lichaam in de baarmoeder ook al actief in die vorm gebruikt werd om het lichaam op te bouwen. Waarom die intelligentie niet ook daarna nog actief gebruiken? Urine is niets anders dan een ‘substantie’, zoals er tal van substanties zijn die we zonder veel omhaal gebruiken, innemen of op onze huid aanbrengen. Daar komt nog bij dat urine een schone substantie is: in normale conditie is urine een steriele substantie, en daarmee uitermate bruikbaar in veel omstandigheden. Zo hebben soldaten het vaak gebruikt om ‘in het veld’ effectief verwondingen te ontsmetten en schoon te maken, als er geen andere middelen voorhanden waren. Dat gebruik gaat terug op een heel oude gewoonte om urine te gebruiken als middel om wondjes schoon te maken. Bovendien blijkt urine ook nog eens actief te kunnen bijdragen aan herstel van de weefsels bij een verwonding.

In die context ben ook ikzelf met het gebruik van urine in aanraking gekomen: ik had in India een ernstige voetwond en ontsteking opgelopen, nadat er een stuk rots op mijn voet was gevallen. Een teen was tot op het bot beschadigd. Conventionele behandelmethoden – antiseptische middelen van verschillende aard en vakkundige verbinding met verband – hielpen niet en de wond en ontsteking werden steeds erger. Uiteindelijk begon weefsel aan de betreffende teen zwart te worden, en de pijn was bijna ondraaglijk. Ik was

ergens in de bergen, ver van de bewoonde wereld, en zat dus met een flink probleem, aan mijn teen en in mijn hoofd! Totdat iemand mij aanraadde mijn eigen urine te gebruiken om de wond schoon te maken en de teen in een doek – gedrenkt in mijn eigen urine – in te wikkelen. Vanaf dat moment ging het bergopwaarts: de pijn werd al snel minder, de zwelling nam af, en de ontsteking verminderde eveneens. Binnen een paar dagen waren de dode weefsels van de wond gevallen en daaronder kwam een prachtige, nieuwe roze huid tevoorschijn. Als van een baby! Dat was mijn eerste overtuigende ervaring met de uitwendige geneeskraft van urine.

Toen ik naar aanleiding van die ervaring op zoektocht ging naar ervaringen van andere mensen met het gebruik van urine, stuitte ik al snel op vele berichten – schriftelijk en mondeling – die de nuttige werking van urine leken te bevestigen, vanuit zeer verschillende perspectieven. Alle verhalen kwamen samen onder de noemer van wat inmiddels door veel mensen als ‘urinetherapie’ werd aangeduid: het gebruik van urine – uitwendig, maar ook inwendig – als geneesmiddel. Die urinetherapie leek terug te gaan op overal ter wereld al lang bestaande methoden om met urine de gezondheid te ondersteunen. Meestal was dat gebruik zeer praktisch van aard, om lichamelijke klachten te behandelen. Maar verwijzingen naar het gebruik van urine zijn ook terug te vinden in oude yogateksten, waar het bovendien – in een specifieke vorm – wordt verbonden aan een verhoogd gevoel van welbevinden en geluk, in connectie met meditatie en spirituele discipline.

In dit boekje zal vooral het uitwendig gebruik van urine bij lichamelijke klachten aan de orde komen, maar daarbij kan niet voorbij worden gegaan aan de andere aspecten die aan het gebruik van urine zijn verbonden. Ook het inwendig gebruik van urine zal aan de orde komen, deels als een geschiedkundig, beschouwend en inspirerend onderdeel van het verhaal van deze ‘gulden vloeistof’. We zullen ingaan op waar en hoe urine overal ter wereld werd en wordt gebruikt, omdat dat zo veel interessante, leuke en intrigerende verhalen met zich meebrengt. En die verhalen dienen vooral ter inspiratie, en soms ook tot vermaak! De nadruk van dit boekje in praktische zin ligt, zoals gezegd, bij het uitwendig gebruik van urine, ook omdat dit voor iedereen op een relatief veilige wijze binnen handbereik ligt. Voor de praktijk van inwendig gebruik van urine verwijzen we naar overige literatuur over urinetherapie, met daarbij het advies ook altijd een natuurgeneeskundige of arts – bekend met deze methode – te raadplegen alvorens daar zelf iets mee te gaan doen.

In dit boekje zult u, wanneer u al bekend bent met urinetherapie, wellicht een aantal bekende feiten tegenkomen. Wanneer dit uw eerste kennismaking met urinetherapie is, zult u misschien nog moeite hebben met het idee urine te kunnen gebruiken ter ondersteuning van uw gezondheid. Het is dan goed uzelf stap voor stap met de urinetherapie bekend te maken. Juist dan vormt het uitwendig gebruik van urine een prima startpunt: bij uw huidverzorging, schaaf- en snijwondjes, brandneteljeuk of insectenbeten, of bij andere huidproblemen. De ervaring zal u leren dat urine daarbij helpt, wat de deur zou kunnen openen naar het uitwendig gebruik van urine!

Een woord van dank bij de totstandkoming van dit boekje gaat naar de natuur. Werkelijke geneeskracht ligt in de natuur en haar principes verscholen. Urine belichaamt een deel van die natuur. Urinetherapie komt het best tot haar recht in de context van een natuurgeneeskundige behandeling en een natuurlijke levenswijze. Met urinetherapie bewijzen we onszelf een dienst én we geven blijk van respect voor moeder natuur.

U zult bij het lezen van dit boek wellicht telkens weer verbaasd staan over hoe dicht bij huis de hulpmiddelen voor onze genezing te vinden zijn: van medicinale kruiden bij u uit de achtertuin tot de urine in uw eigen blaas en inspiratie uit uw eigen 'innerlijke bron'. Ik heb zelf altijd een voorkeur voor dingen en methoden die eenvoudig en simpel zijn, dat past het meest bij de natuurlijke gang van zaken, en ik heb mij bij het schrijven van dit boek door deze voorkeur laten leiden. Ik hoop op deze manier wat meer gezondheid en genezing binnen uw handbereik te brengen. Natuurlijk zijn er vandaag de dag nog veel andere natuurlijke methoden beschikbaar: aan u om die verder te onderzoeken. Verder is het soms gewoon nodig om u door een arts, al of niet in het ziekenhuis, te laten onderzoeken en behandelen. Gebruik uw gezond verstand bij de keuzes die u maakt.

Ik wens u veel leesplezier, en veel inspiratie en gezondheid toe.

Coen van der Kroon

1. Wetenswaardigheden over urine en urinetherapie

Een oude methode nieuw leven ingeblazen

Het gebruik van urine als geneesmiddel is een remedie die vroeger in welhaast iedere cultuur bekend was en op meer of minder grote schaal werd toegepast. In de laatste eeuwen verdween urinetherapie een beetje uit het gezichtsveld. Toch werd het door veel mensen nog toegepast, zij het dat men er vaak niet zo openlijk over sprak. De laatste tijd komt daar verandering in. De interesse voor urinetherapie, een aloude natuurgeneeswijze, is de laatste jaren wereldwijd enorm toegenomen. Er is dus sprake van een ware opleving van deze volksgeneesmethode en niet zonder reden: keer op keer toont urine zich een wonderbaarlijk effectief middel bij tal van aandoeningen, van wintertenen en eczeem tot astma en kanker.

Iets wat daarbij bovendien opvalt, is de veelzijdigheid van de toepassingsmogelijkheden. Er zijn mensen die voornamelijk met de inwendige en uitwendige toepassing van 'urine puur' werken. Inwendig gebruik kan variëren van een glaasje ochtendurine tot een urineklysma of vasten op urine en water. Andere mensen gebruiken urinetherapie in de vorm van een paar druppels urine onder de tong, een homeopathische urinepotentie of een injectie met gefilterde urine. Uitwendig gebruik kan uiteenlopen van een lichaamsmassage met oude urine tot pakkingen uit urine en klei en van het gebruik van urine tegen haaruitval tot het gebruik van urine bij snij-,

schaaf- en brandwonden. Dit uitwendige gebruik van urine bij wondjes is door iedereen makkelijk uit te proberen, ook als het drinken van urine nog ver weg staat. Er zijn overigens al langere tijd artsen en therapeuten die zich specialiseren in het gebruik van urine puur, urine-injecties of homeopathische potenties van urine. Op al deze gebieden zijn de berichten positief en hoopgevend: de resultaten zijn goed en er wordt steeds meer – ook door reguliere artsen – over ervaringen en praktijk gepubliceerd. In dit boek zullen we vooral ingaan op het uitwendig gebruik van urine.

De overwinning van een taboe

Ondanks de toenemende belangstelling voor urinetherapie en de zeer enthousiaste verhalen van gebruikers, blijft ook de weerstand tegen de therapie groot. En dat is niet verwonderlijk. Urine, en dus ook urinetherapie, is verbonden met algemene opvattingen die behoren tot het rijk der taboes. We hebben bijna allemaal geleerd dat urine vies is, dat het een afvalstof is, giftig enzovoorts. Al deze ideeën over urine zijn echter onjuist, maar wat jarenlang aangeleerd is kunnen we vaak niet zomaar achter ons laten.

Bovendien heeft urine te maken met het gebied dat zich 'onder de navel' bevindt en dat is in zijn geheel getaboeïseerd geraakt. Dat geldt in zekere mate ook voor het lichaam zelf, dat onder invloed van de kerk als een bron van kwaad werd afgedaan.

Het is overigens juist deze – deels psychologische – barrière die urinetherapie nog een extra bijzondere dimensie geeft. Enerzijds is het niet een methode waar iedereen met plezier aan zal beginnen, maar anderzijds biedt het een uitdaging aan de gebruiker om ook op emotioneel en mentaal gebied

een confrontatie met zichzelf aan te gaan. En hoewel er op dit gebied qua urinetherapie nog niet veel onderzoek is gedaan, is het wel duidelijk dat een dergelijke confrontatie met zichzelf op emotioneel en mentaal gebied bij genezing een belangrijke rol kan spelen. Veel mensen hebben bij de toepassing van urinetherapie de ervaring van een heel concreet toegenomen gevoel van liefde en respect voor zichzelf en hun eigen lichaam. Ze hebben het gevoel dat ze, door het weer 'innemen' of 'gebruiken' van een deel van zichzelf, zichzelf ook daadwerkelijk meer kunnen 'aannemen'. En dat is binnen een genezingsproces vanuit wijder perspectief een belangrijke stap.

Uit wetenschappelijke bron

Het gebruik van urinetherapie en berichten over de positieve werking ervan berusten deels op wetenschappelijk onderzoek, alhoewel daaraan zelden voldoende aandacht geschonken wordt. Integendeel, men blijft doen alsof het gebruik van en het onderzoek naar urinetherapie zich volledig binnen de 'alternatieve sector' afspeelt. Er zijn op dit moment meerdere initiatieven tot verder wetenschappelijk onderzoek gestart en er is medisch gezien intussen ook al heel veel bekend over aard en inhoud van urine zelf. In dit boek zal hier en daar kort naar die wetenschappelijke onderzoeken worden verwezen door middel van citaten uit die onderzoeken. Voor gedegen en volledige informatie verwijs ik naar *Urine*, een bron van gezondheid en naar de literatuurlijst achter in dit boek. Uit deze lijst blijkt onder meer dat er de afgelopen decennia ook door regulier geschoolde artsen meerdere boeken over urinetherapie zijn geschreven.

Hieronder volgt een aantal uitspraken over urinetherapie van reguliere artsen die met deze methode werken:

Artsen en urinetherapie

Dr. Charles A. Duncan (VS, 1918) over orale urinetherapie en behandeling met urine-injecties: 'In het New York Medical Journal van 14 en 21 december 1912 en in Therapeutic Record van januari 1914 heb ik melding gemaakt van het feit dat ik met succes urine toepas bij de behandeling veel ziekten. Sinds die tijd is het zowel door mijzelf als door veel andere artsen succesvol toegepast.'

Dr. Martin Krebs (Duitsland, 1934) over urinetherapie op basis van injecties: 'Ik geloof dat urinetherapie zeer goed in het gebied van kindergeneeskunde kan worden toegepast. Ik beveel de therapie van harte aan bij de behandeling van hooikoorts en astma en ik zou graag vervolgonderzoeken zien wat betreft de toepassing bij andere gesuggereerde condities.'

Dr. R. Tiberi (Italië, 1934) over urinetherapie op basis van injecties: 'Sinds 1926 heeft professor Silvestrini urinetherapie door middel van injecties toegepast bij gevallen van nierontsteking.'

Dr. J. Plesch (Engeland, 1947) over urinetherapie op basis van injecties: 'Sinds ik drie jaar geleden met het behandelen met urinetherapie begonnen ben, heb ik een paar honderd injecties gegeven en ik ben geen enkel geval tegengekomen waar de patiënt er schade door geleden heeft.'

Dr. Kurt Herz (Duitsland, 1964) over urinetherapie in het algemeen: ‘Urinetherapie wordt al meer dan 2000 jaar toegepast, en het is dus logisch dat artsen en wetenschappers door de eeuwen heen getracht hebben het geheim ervan te doorgronden. (...) Na het behandelen van enkele honderden patiënten, presenteerde ik mijn eerste publicatie over urine-therapie in 1931. Sinds die tijd hebben ziekenhuizen en artsen uit allerlei verschillende richtingen urinetherapie toegepast en de lijst van indicaties voor het gebruik ervan is steeds langer geworden.’

Dr. Nancy Dunne (VS, 1981) over urinetherapie op basis van injecties en sublinguale toediening (druppels onder de tong): ‘Deze eenvoudige manier om allergieën te behandelen – urinetherapie – krijgt in hoog tempo meer erkenning in de VS en zou heel goed wel eens dé methode van de toekomst kunnen zijn.’

In Handboek voor artsen (VS, 1982): ‘De toepassing, inname en injectie van urine is minstens 4000 jaar oud. Soms lijkt de methode te verdwijnen, om vervolgens telkens weer tevoorschijn te komen. Zogenaamde “modeverschijnselen” of “kwakzalver”-methoden zijn verdwenen, behandeling met urine bestaat nog steeds.’

Dr. Jagdip Shah (India, 1993) over urinetherapie in het algemeen: ‘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, onder andere herpes genitalis, gezwollen prostaat, nierstenen, hypothyroïdisme, reumatoïde artritis, witte vloed, chronische voorhoofdsholteontsteking, allergische dermatitis en nog veel meer.'

Dr. U.E. Hasler (Zwitserland, 1994) over urinetherapie in het algemeen: 'Het is uiterst belangrijk dat een arts het zelfgenezend vermogen van het organisme kent en ondersteunt. Dat gebeurt onder andere met de A-L-methode (urinetherapie) en dat is waarom ik daar in dit boek zo uitgebreid op ben ingegaan.'

Dr. George R. Borrell (Mexico, 1994) over urinetherapie op basis van injecties: 'Urinetherapie beslaat een heel breed terrein, het wordt gebruikt bij tal van immunologische ziekten, hetzij alleen hetzij in combinatie met andere therapeutische middelen, en het is inmiddels een specialisatie geworden.'

Dr. J. Abele (Duitsland, 1991) over urinetherapie in het algemeen: 'Urinetherapie is in eerste instantie een zuiver empirische methode, maar levert succesvolle resultaten op waaraan men niet zomaar kan voorbijgaan. Wat betreft haar werking is het denkbaar dat die zich op het gebied van het afweersysteem van het organisme afspeelt, dat wil zeggen dat de urinetherapie leidt tot een zelfregulering van verloren gegane afweercapaciteiten.'

Dr. E. Teske (Duitsland, 1995) over urinetherapie in het algemeen: 'Het principe van urinetherapie lijkt op dat van een vaccinatie. Daarbij worden gedode ziekteverwekkers geïn-

jecteerd om het immuunsysteem te activeren en te trainen. Anders dan bij injecties wordt bij urinetherapie echter geen chemische manipulatie toegepast. De urine wordt als zuiver natuurproduct gebruikt.’

Dr. C.T. Schaller (Frankrijk, 1996) over urinetherapie in het algemeen: ‘Psycho-neuro-immunologie toont niet alleen aan dat het lichaam de beste apotheek en dokter van de wereld is, ook geeft het urinetherapie een belangrijke wetenschappelijke basis. Het helpt ons te begrijpen dat onze gedachten en gevoelens, indien zij gevoed worden door ons spirituele zelf, werkelijk – in het bloed en in de urine – levende substanties creëren die gezondheid en vitaliteit voortbrengen.’

Prof. dr. Ryoichi Nakao (Japan, 1996), een van de voorzitters van de Japanese Medical Association, over urinetherapie in het algemeen: ‘We waren verbaasd over de enorme hoeveelheid soorten ziekten waarvan mensen genezen dankzij urinetherapie en ook over de snelheid van het genezingsproces. Volgens een Amerikaans rapport kan urinetherapie gebruikt worden van een simpele verkoudheid tot en met terminale kanker. Dat doet vermoeden dat urine niet slechts een medicijn is, maar dat het eveneens het natuurlijke genezingsvermogen van het lichaam beïnvloedt.’

De werking van nieren en blaas en de vorming van urine

Urine is het eindproduct van een wonderbaarlijk en complex filterproces dat in de nieren plaatsvindt. De nieren zijn kleine, boonvormige organen; ze zijn zo’n 11 cm lang, 6 cm breed en 4 cm dik en wegen tussen 150 en 300 gram. De nieren bevinden zich aan beide zijden van de ruggengraat,

ongeveer een handbreedte boven waar het bekken ophoudt. Dagelijks filteren de nieren zo'n 1800 liter bloedplasma. Wanneer het bloed de nieren instroomt, wordt het door adertjes naar de glomeruli vervoerd. Deze superfijne haarvaatjes liggen ingebed in de uiteinden van de urinebuisjes (tubuli) en daar vindt het filterproces plaats. Bij dit filterproces blijven de eiwitten in het bloedplasma; alle andere substanties van het plasma stromen met het gefilterde water erdoorheen en vormen zo de zogenaamde 'voor-urine'. Uit deze 'voor-urine' of 'primaire urine' ontstaat vervolgens een 'secundaire urine'. In totaal produceren de nieren op deze manier gemiddeld zo'n 180 liter urine per dag, waarvan in een eerste fase onder invloed van het hormoon adiuretine 150 liter weer opgenomen wordt in het bloedplasma en in een tweede fase nog eens 28,5 liter. Uiteindelijk blijft er 1,5 liter urine over die wordt uitgescheiden. Deze 'eind-urine' is na het filterproces normaal gesproken vrij van eiwit, suiker en elektrolyten. De urine stroomt van de tubuli naar het nierbekken en gaat vandaar door naar de blaas. Als de blaasspanning een bepaalde graad bereikt, wordt er een berichtje aan de hersenen doorgegeven en voelen we aandrang om te plassen. De urine die vervolgens uitgescheiden wordt, is een – over het algemeen – steriel filterproduct van de levensvloeistof die we bloed noemen, niets meer en niets minder. Maar in het geval van een ontsteking aan nieren, blaas of urinewegen kan het zijn dat de urine niet steriel is. Dan is enige voorzichtigheid bij het aanwenden van urine op zijn plaats.