

Amaroli ali urinoterapija

Urinoterapija ali amaroli predstavlja zelo star način zdravljenja. V indijskih starih spisih Shiva poučuje Parvati o urinoterapiji. Parvati je prosila Shivo, naj jo pouči o učinkih in uporabi urina, saj je vedela, da Shiva o tem poučuje svoje učence jogije. Shiva je vrhunski učitelj, bog vseh jogijev. Parvati tako postane njegova prva učenka in tudi njo vpelje v znanje. Tako lahko stare spise o amaroliju beremo v obliki dialoga med Parvati in Shivo.

Amaroli je na nek način namenjen predvsem jogijem. Urin uporabljamo, da bi vzdrževali dobro zdravje in upočasnili proces staranja. Ko pravim, da je nekaj namenjeno le jogijem, je to zato, ker morate imeti visoko stopnjo pratyahare, visoko stopnjo sposobnosti umika uma od čutil in ne smete imeti nikakršnih predsodkov. Veste, jogiji nimamo nobenih predsodkov, sprejemamo vse, smo svobodni. In to je pogoj, da amaroli sploh pričnemo izvajati.

Zakaj je potrebna pratyahara? Na prvem mestu zato, ker je za to vrsto terapije potreben določen način življenja, določen način prehranjevanja. V telo moramo vnašati veliko količino tekočine. Živeti moramo zdravo. Ne smemo jemati nobenih zdravil niti zdravilnih zeliščnih čajev. Pravilen način življenja s pravilno prehrano je potreben, da bi lahko prišlo do spremembe, transformacije.

Glede predsodkov: pri notranji uporabi urina ne gre za to, da zamašite nos in ga spijete. Spiti ga morate z ljubeznijo in zaupanjem, drugače ne deluje. Jogi ne razmišlja o bakterijah in strupih, ki bi utegnili biti v urinu.

Vprašanje: »Ali lahko delaš urinoterapijo le priložnostno, ko si na primer energetske nize, na primer pri prehladu? Ali so kaka stanja, ko uporaba urina ni priporočljiva?«

Amaroli ima veliko pozitivnih učinkov: izboljšuje imunski sistem, viša stopnjo energije, uravnovesi izločanje hormonov, omili znake staranja ... Stari modreci so predali znanje o amaroliju za zdravljenje širšim množicam. Seveda se vsak lahko samozdravi z urinom. A mora biti brez predsodkov in imeti ustrezen življenjski način. Uporaba amarolija je primerna za vsakogar, saj deluje preventivno in neguje zdravje. Veste, tudi če smo danes zdravi, že jutri

lahko ne bomo več. Zato je priporočljiva preventivna uporaba amarolija. Vendar ne glede na to, ali jemljemo amaroli preventivno ali kurativno, moramo paziti na določene stvari. Najbolj pomembno je, da ne uporabljamo soli in začimb, da pijemo veliko vode, da ne jemljemo zdravil, niti aspirina ne, in nič zelišč. Predlagamo vegetarijansko prehrano. V Indiji vsakomur, ki se odloči za amaroli, ne glede na to ali vadi jogo ali ne, naj je bolan ali zdrav, svetujemo vegetarijansko prehrano, saj je urin tako bolj kvaliteten. Na zahodu urinoterapevti sicer menijo, da lahko ješ meso, a urin ima tako močnejši okus in vonj je bolj močan. Pri vegetarijanskem načinu prehranjevanja je urin nežnega vonja in okusa – kot topla juha.

Vprašanje: »Kako je z uporabo amarolija, če jemlješ homeopatska zdravila?«

Med jemanjem homeopatskih zdravil lahko jemljete urin, saj v homeopatskih zdravilih ni aktivnih substanc.

Vprašanje: »Je ta poseben režim potreben ne glede na obliko uporabe urina? Sprašujem, ker vem, da so naši predniki, ko ni bilo antibiotikov, z urinom mazali rane.«

Ne, to velja le za notranjo uporabo. Pri zunanji uporabi posebni ukrepi niso potrebni.

Vprašanje: »Kako deluje urin? Zaradi placebo učinka ali zaradi kemične sestave?«

Zaradi kemične sestave. Ni prazen.

Na urinoterapijo ne glejte kot na izključno indijsko obliko samozdravljenja; v preteklosti so v različnih kulturah uporabljali urin kot zdravilo.

Swami Satyananda Saraswati je pred 20 leti napisal knjigo z naslovom »Amaroli«. Tudi drugi so obudili svojo staro tradicijo, ki je bila prisotna po vseh kontinentih. Danes je to znanje znova razširjeno povsod.

Z amarolijem uporabiš svoj lasten urin, ob tem pa danes izdelujejo ampule za injekcije in različne kozmetične preparate, ki vsebujejo ekstrakte urina, saj so praksa in raziskave predstavile izjemne učinke urina. Največ se uporablja konjski urin. Najučinkovitejše zdravilo je urokinaza – ekstrakt urina. Dobi se ga v ampuli in ena sama doza stane 2000 dolarjev.

Vprašanje: »Ali je dolgoročno uživanje priporočljivo in kako dolgo ga lahko uživaš?«

Knjiga »Amaroli« je zelo stara, raziskav še ni bilo in še vedno raziskujemo. Urinoterapija in delovanje urina je še velika neznanka. Še veliko testiranj bo potrebnih. Od vas samih je odvisno, ali boste čakali na dokaze ali ne. Raziskave na Zahodu so pokazale, da ga lahko jemljete neomejeno obdobje, vendar ne urina celega dne. V primeru bolezenskega procesa uporabljate ves urin le, dokler se stanje ne izboljša. Preventivno se dnevno jemlje urin le zjutraj na tešče in sicer srednji del lastnega jutranjega urina.

Zelo svetujemo tritedenski post, ko uživате le urin. Vsako kapljico urina vračate vase. To so že precej raziskane zadeve. Tako se je pozdravilo na videz neozdravljive bolezni. Od raznih malignosti in sladkorne bolezni, ... ampak tri tedne naj traja. Pitje vode zmanjšaš na minimum. Pomembno je, da popiješ vsako kapljico urina.

Izkazalo se je, da pri najhujšem zastoju vode, ko človek ne more urinirati, pomaga že samo ena (ena) kapljica urina. Če oseba ne more sama urinirati, vzame urin od osebe istega spola – očeta, mame, sina, hčere, brata, sestre ... Urin vsebuje različne hormone in zato urina od nasprotnega spola ne jemljemo. Urin vsebuje spomin vašega telesa, stanje, kakršno je takrat. Razlike med urinom in krvjo skorajda ni. Predsodke je treba racionalno ovreči.

Če se ne postite, je zdravilna doza zjutraj na tešče toliko, kolikor dobite, a vedno le srednji del. Jemljete 1 uro po kosilu in 1 uro po večerji, zopet le srednji del.

Zunanja uporaba: opekline, rane, gnojne rane, masaža z urinom pri revmatoidnem artritisu, sklepnih bolečinah in revmi, masaža prizadetega dela. Primeren je tudi za obraz – vato pomočite v urin in pomažete. Ali kot šampon za lase. Ali pa vtrete urin v lase kot oblogo in pustite delovati eno uro. Lase zelo pozdravi, vsak problem lasišča z maščobo popolnoma izgine.

Če imate zamašen nos, nakaplajte urin v nos. V primeru vnetega ušesa urin nakaplajte v uho. Priporočamo tudi žvrkljanje urina namesto olja. Ali kot grgranje. Ravno danes sem govorila na tečaju za učitelje joge – najboljša neti je swamutra neti, pri kateri uporabite urin. Pripravite 11 slane vode – 1 del odstranite, dodajte urin in dolijte slano vodo do potrebne količine.

Vprašanje: »Če nekdo jemlje zdravila, ali lahko vsaj poskusi urin, le toliko, da ga okusi in spozna svoj urin?«

Problem je v tem, da že jemljejo zdravila. Tudi če jemljemo tabletko za kontracepcijo, ne smemo uporabljati urina. 10 dni pred uporabo urina ne uporabljajte soli in začimb, da se organizem prečisti.

Urin je tudi zelo dober za oči. Tri kapljice kanite v oko. Če je premočan, ga lahko razredčite z vodo. Dober je tudi za obraz, za grgranje in žvrkljanje.

Vprašanje: »Ali urinoterapija deluje po principu klin se s klinom zbija?«

Ne. Tu je drugačen princip. Tu le vračamo nazaj, recikliramo.

V amaroliju so hormoni, zato nam pomaga sprostiti se. Čaji, ki jih lahko pijete med amarolijem, so meta, kamilica, ingver ... ne pijete pa zdravilnih čajev. Kurkumo lahko uporabljate, ne pa koriandra, kumine, peteršilja, ... Mleko lahko le sveže, ne fermentirano.

Vprašanje: »Kaj je za začetek uporabe amarolija bolje – piti urin ali z njim čistiti nos?«

Če imate predsodek, ga je za začetek bolje uporabljati zunanje. Tako se navadite in spoznate, da ni nič strašnega. Masaža z urinom je najboljša masaža za stimuliranje cirkulacije krvi, limfnega obtoka in energetskega pretoka. To je najdražja masaža na svetu. Urin zbirate v posodo in se začnete masirati. Med postom z urinom se morate nujno masirati vsak dan. Tako pride do popolne ozdravitve. Po masaži se počutite lahke, imate občutek, da bi lahko poleteli. Masaža naj traja 2-3 ure. Iz večje posode vliješ malo urina v manjšo, pomakaš vrh prstov v urin v mali posodici in vtiraš na eno mesto, da se posuši. Tako del po del, dokler ne pokriješ vsega telesa. Ko se urin v mali posodi umaže, ko postane moten, ga zamenjaš z novim. Ko so ljudje bolni, se običajno ne morejo masirati sami, potrebujejo maserja; moža ali ženo ...

Pomen besede »amaroli«: tisto kar uničuje strup. Ozdravi raka, popolnoma ozdravi aids.

Uporabljamo lahko svež in star urin. Uporaba starega urina je najbolj učinkovita. Urin zbiramo en teden in celo količino kuhamo tako dolgo, da povre in ostane nam le četrtina začetne količine. Ta urin jemljemo po kapljicah ali žlicah. Je pa to precej nepraktično in neprijetno početje. Glede na to, da tudi svež urin daje dobre rezultate, ne uporabljamo starega. Če pa že, jemljemo vsak dan eno kapljico starega urina in to je najvrednejše zdravilo, kar jih obstaja.

Ko je urin prekuhan, se ne spreminja več.

Kdor pije urin, ga ne napadajo komarji. Z urinom lahko namažete pik.

Urin naredi lasišče zdravo. Če je mastno, ga osuši. Enkrat tedensko ga uporabljamo kot preventiva za lase.

Tudi neti kriya ima bolj subtilne učinke, če jo delamo z urinom.

Za vse načine uporabe uporabljajte samo srednji del urina. Vedno samo srednji del urina!

HARI OM TAT SAT

© Tara Yoga Center, Štihova 19, Ljubljana - (01) 230 2351 - www.satyanandayoga.tara.si