

Carmen Thomas über die Jubiläums-Ausgabe des Erfolgs-Titels „Ein ganz besonderer Saft – Urin. Die Hausapotheke des Körpers“, der am 23. September 2013 als Neuauflage bei Aurum in der J. Kamphausen Mediengruppe erscheint.

Die Bestsellerautorin ist Journalistin, Mitmach- und Veranstaltungsspezialistin, Top-Coach und Kommunikationsexpertin.



Carmen Thomas

Die Entstehungsgeschichte Ihres Klassikers von 1993 beschreiben Sie im Vorwort Ihres Buches. Wie kam es zu der Jubiläumsausgabe?

Alle Beteiligten empfanden es als reizvolle Chance, etwas Einmaliges zu tun: nämlich zu einem ungewöhnlichen Thema kontinuierlich gesammelte Erfahrungen aus einem Vierteljahrhundert jetzt „ausgereifter“ weiterzugeben. Und das zu einer wirklich sensationellen Sache, die ja tatsächlich das Leben jedes Menschen im wahrsten Sinne des Wortes bereichern kann. Und: Es betrifft jede und jeden täglich mehrfach. Damit kommt eines der Themen in die Öffentlichkeit zurück, das für besonders viel Wirbel gesorgt hat und eine Welle auslöste, die bis heute in so großen Teilen der Bevölkerung nachwirkt.

Selten ist es einer Sendung und einem Sachbuch gelungen, so viel Langzeitwirkung zu erzeugen wie „Ein ganz besonderer Saft – Urin“. Und diese Resonanz hält bis heute an: Viele Menschen ahnten oder wussten von Anfang an um die Bedeutung und um die Tragweite des Themas. Sie steuerten Erfahrungen aus der Landwirtschaft, aus dem Handwerk, aus dem Haushalt, aus der Medizin oder aus der Energiegewinnung bei. Das Verdienst der Bücher besteht eigentlich nur darin, diese Quellen vor dem Versickern bewahrt zu haben und sie zu bündeln.

Das Thema hat Sie augenscheinlich nach dem ersten Buch nicht losgelassen. Was fasziniert Sie so daran?

Das Thema hat mich – ganz ohne eigenes Zutun – einfach nie mehr verlassen. An die 100.000 Berichte von Menschen jeden Alters, jeder Bildungsschicht und Nationalität haben mir den Stoff beständig aktuell gehalten: in Briefen, Mails und in

Gesprächen auf Kongressen und Veranstaltungen, bei allen Lesungen meiner Bücher, im Coaching und bei Mitmach-Veranstaltungen, mitten auf der Straße, im Zug, im Flieger – überall war und ist es überraschend vielen Menschen offenbar ein Bedürfnis, mir unaufgefordert anzuvertrauen, wo und wie sie Urin im Alltag – vor allem erfolgreich – anwenden. Und ich habe ihnen immer genauer zugehört und daraus beständig gelernt.

Nach 25 Jahren steht daher außer Zweifel: In allen Kulturen haben Menschen zu allen Zeiten besondere Fähigkeiten des Urins genutzt: in der Landwirtschaft zum Vorkeimen, als Pflanzenschutz, als Jauche-Dung – denn der ist ja Dünger ohne irreparable Nebenwirkungen –, in der Tabak-Beize, in der Käse-Herstellung, in der Back-Gärung, in der Leder- und Stoff-Verarbeitung, beim Färben und Verdünnen von Farben, als Haushaltsreiniger, in der Pharmazie, in der Tier- und in der Humanmedizin.

Welche Entwicklungen im Umgang mit dem Thema „Urin“ können Sie innerhalb der Gesellschaft in den letzten 20 Jahren ausmachen?

Seither ist viel geschehen. Es gelang durch die Publikums-Beiträge offenkundig, ein massives Tabu zu lockern. Eine Nonne formulierte es auf den Punkt: „Menschen, die sich buchstäblich mit ihrem Urin befassen, gewinnen Selbsterkenntnis und Selbstrespekt hinzu. Viele verlieren damit ihren Eigen-Ekel. So wie ich selbst sind sie dadurch für sich selbst im wahrsten Sinne genießbarer geworden.“

Die Pharma-Industrie hat reagiert. Sie wirbt heute fettgedruckt „mit Harnstoff“, den sie vor der Welle verschämt mit „Urea“ kaschierte. Und es werden ja auch Medikamente aus Urin hergestellt.

Das einst scham- und ekelbehaftete Thema „Urin“ bewegt heute viel mehr Menschen auf der ganzen Welt, wie auch die Welt-Kongresse belegen, die seither stattgefunden haben.

Am überzeugendsten war jedoch für die meisten, die oft verblüffende Wirkung bei praktischen Erfahrungen bei sich selbst und bei anderen zu beobachten: Bei Halsschmerzen, die nach ein paar Stunden weggegurgelt waren, bei Schürfwunden, Verbrennungen und Wundheilung im Handumdrehen, bei Magen- und Darmproblemen, bei vielen hartnäckigen Hautkrankheiten, wie z.B. Warzen und Neurodermitis, und bei so vielen anderen Beschwerden unterschiedlichster Art.

Welche Erfahrungen haben Sie bereits mit den Therapiemöglichkeiten von Urin gemacht?

Als vor 20 Jahren das erstes Buch darüber erschien, waren die Reaktionen so überwältigend, dass ich die Gelegenheit ergriff, zweimal nach Indien zu reisen, einer Wiege der Urin-Therapie: Urin-Kongresse, Indische Urin-Kliniken anschauen und den indischen Staatspräsidenten Morarji Desai (in damals noch) „Bombay“ besuchen. Ein Artikel im „Spiegel“, der sich über seine Werbung für den regelmäßigen Urin-Morgentrunck mokierte, war der Anstoß, auf das Thema aufmerksam zu werden. Es war einfach interessant zu klären, wieso er nicht schon lange an seinem Morgentrunck gestorben war. Und: Wieso sah er tatsächlich auch im hohen Alter noch so frisch aus?

Dann nahm ich an zwei Weltkongressen in Goa und in Gersfeld teil. Danach schrieb ich das zweite Buch 1995 über die weltweiten Reaktionen auf das Thema Urin. Durch meine Rolle als Berichterstatteerin sind aus dem Wissen und den Erfahrungen von unterschiedlichsten Menschen und Nationen komplett neue Einsichten gewachsen. Ein unerwarteter Effekt war, selbst weniger vorverurteilend und insgesamt deutlich neugieriger und offener zu werden.

Wie waren die Reaktionen auf „Ein ganz besonderer Saft – Urin“? Wurden die Leserbriefe und Rückmeldungen in irgendeiner Weise aufgenommen?

In der aktualisierten Neuauflage des Klassikers wird zusätzlich zu einem Anwendungs-Überblick auch über komplett neue Chancen durch Mitmach-Forschung per www.uriwiki.de ab September informiert.

Und: Außer den weltweiten Reaktionen 1995 wurden bereits 1996 im dritten Buch alte und neue Urin-Erfahrungen des TV-, Hör- und Lese-Publikums veröffentlicht. Das erste Buch wurde in viele Sprachen übersetzt. Es erschien aktualisiert 2001 als Paperback. Jetzt können auch der zweite und dritte Band als E-Books gelesen werden. Das eröffnet Interessierten nun den bequemen Zugang zu den wichtigsten bisher veröffentlichten Erfahrungen.

Sie sind als Journalistin mit jetzt 15 veröffentlichten Büchern vielseitig interessiert. Vor 15 Jahren haben Sie die 1. ModerationsAkademie für Medien und Wirtschaft gegründet. Welche Themen decken Sie in Ihrer Akademie ab?

Wer in den Medien so früh wie ich Zeugin davon wird, wie dünn das Eis für alle an

der Spitze und für Menschen in prekären Situationen ist, lernt, dass mehrere (Berufs-)Standbeine grundsätzlich nützlich sind und unabhängiger machen. Sich die passgenau zuzulegen, ist eines meiner Coaching-Angebote seit 1976.

Das Zweite ist: mehr über die eigene Wirkung zu erfahren. Das ist etwas, was kein Mensch allein von sich selbst wissen kann. Und dann systematischer mit sich selbst und mit anderen lernen, wie es gelingt, sich wirkungs-bewusster und wirkungs-verantwortlicher zu verhalten, miteinander umzugehen und zu arbeiten. Das Ziel ist, gemeinsam leichter zu besseren Ergebnissen zu kommen.

Das Dritte ist: ein wertschätzenderes Klima mit garantierter Fehler-Freundlichkeit schaffen. Nur so lassen sich gewünschte Zusatz-Kompetenzen ausbilden, die auf neue Weisen konkret zum gemeinsamen Lösen und Entwickeln mit allen taugen. Die Erweiterung bezieht sich vor allem darauf, die „systematische Gruppen-Klugheit“ nutzen zu lernen, die zusammen mit der „Schwarm-Intelligenz“ und mit der „Gruppen-Intelligenz“ alle drei in der Summe zur „Weisheit der Vielen“ führen. Wie solche noch viel zu unbekanntem Phänomene auf spannende Weise für eigene Ziele zu verwerten sind - daran forsche und entwickle ich schon seit 1974. Daraus entstanden genial einfache Mittel, die spürbar die Kooperation verbessern und dauerhafte Integration sichern können.

Sie waren die erste Frau, die eine Sportsendung im deutschen Fernsehen moderierte. Sie erfanden die erste Mitmach-Sendung im Rundfunk. Das „Forbes“-Magazin zählte Sie 1990 zu den 100 einflussreichsten Frauen Deutschlands. Haben Sie sich als Vorreiterin in den Medien gefühlt, die den Weg für die Karrieren anderer Frauen ebnen konnte? Was hat sich Ihrer Ansicht nach seitdem für Frauen geändert?

Jede Frau, die so privilegiert herausgehoben über so viele Jahrzehnte die Chance hat, Dinge anders zu tun, schafft zwangsläufig Modelle. Das war bei meinen Vorreiterinnen ja genauso. Nur gab es 1968 – als ich in der ersten Moderatorinnen-Riege des WDR anfang, oder als erste Deutsche TV-Reporterin mit Jahresvertrag bei der BBC wurde oder dann als erste Frau Sport-Moderatorin wurde – zu der Zeit praktisch keine Frauen-Vorbilder.

Ja, es hat sich schon viel geändert. Aber vom Platonschen Modell-Verständnis der zwei Hälften, die ihr Anders-Sein als Erweiterung und als Gewinn begreifen, nur zusammen ein Ganzes zu ergeben, sind wir noch Lichtjahre entfernt – wie das an all den kaum vorhandenen Führungspositionen, den frauen-freien Top-Gremien und an

der von allen geduldeten Minderbezahlung von fast allen Frauen leicht ablesbar ist. Hoffnungsfroherweise wird der demografische Wandel helfen, nicht nur das Anders-Aussehen sondern auch das Anders-Ticken salonfähiger und geschätzter zu machen. Der Urin ist da ja ein herrliches Beispiel in diesem Zusammenhang.