

V poplavi lekarniških zdravil smo ponovno odkrili dolgo izgubljeni zaklad: zemljo. Nekateri menijo, da bo zemljenje, zdravljenje z zemljo, zgodovinsko obveljalo kot eno velikih zdravstvenih odkritij. Predvsem zato, ker je zemljenje dandanes bolj nepogrešljivo kot kdaj prej, saj ga sodobni človek potrebuje neprimerljivo bolj kot njegovi predniki. Živimo v obdobju stresa ter odtujenosti od zemlje in soljudi. Na vsakem koraku nas obdaja tehnologija, z njo pa tudi sevanja, ki onesnažujejo naš organizem. Zemljenje blagodejno vpliva na živčni sistem, deluje protivnetno, spodbuja imunski sistem, izboljšuje spanje in vodno strukturo v celicah, redči kri, niža krvni tlak, odpravlja bolečine ...

Zemljenje je eno ključnih dogajanj v človeškem organizmu, na katero smo pozabili zaradi hitrega vdora tehnologij v naš vsakdan in splošne odtujitve od vsega zemeljskega. Zemljenje daje telesu osnovo za samozdravljenje, pomaga nam razvijati in vzpodbujati notranjo inteligenco. Zemljenje lahko primerjamo s prehranjevanjem, saj oba ta življenjska procesa omogočata samoohranjevanje in samozdravljenje našega telesa.

KAKO SE ZEMLJIMO

Zemljenje je povsem preprosto. Potrebujemo le material, ki deluje kot prevodnik naelektrenosti zemeljske skorje: prst, pesek, travo, beton, opeko, keramiko. Med prevodniki niso asfalt, plastika,

les in PVC. Cilj zemljenja je, da prek prevodnih materialov iz zemlje v svoje telo vsrkamo elektrone – negativno nabite električne delce, ki uravnovešajo naelektrenost našega telesa. Naše telo je namreč zaradi stresa, sevanj, nezdrave prehrane in hitrega življenjskega ritma nabito s preveč protoni, pozitivno nabiti delci.

Da uravnovesimo naelektrenost svojega telesa, se povežemo z zemljo, ki od sonca in strel neprestano prejema elektrone in ima zato izrazito negativno nabito skorjo. Po prsti lahko hodimo, se po njej valjamo, se je nežno dotikamo, se z njo pokrijemo. Pomembno je, da to počnemo bosi oziroma goli. Če nimamo te možnosti ali pa tega ne želimo, je priporočljivo, da smo oblečeni in obuti v prevodne materiale. Dobijo se že posebna obuvala, ki ustvarjajo stik med nami in zemljo. Najprimernejši čas za zemljenje je po dežju. Vлага je izjemno dober prevodnik, vlažna trava, pesek in prst pa so najboljše gorivo za samozdravljenje človeškega organizma. Prav tako dober



Knjigo o zemljenju naročimo na Misteriji.si ali 051/307 777.

Stik z zemljo izboljšuje spanje, redči kri, niža krvni tlak, odpravlja bolečine ...

Zemljenje za samozdravljenje

prevodnik je sol. Če si jo pred zemljenjem nežno natremo po dlesnih, bo skozi naše telo steklo več zemeljske električne energije.

PREPREČUJE KRVNE STRDKE

Zemlja je naraven vir elektronov in subtilnih električnih polj, ki so ključna za dobro delovanje imunskega sistema, prekrvitev, usklajevanje bioritmov in drugo fiziološko dogajanje. Zaradi stresa, slabih prehranjevalnih navad in nezdravega življenjskega sloga se poruši ravnovesje v celicah, kjer se ustvarijo peroksidi in prosti radikali, ki uničujejo proteine in lipide v celicah. Rezultat sta gosta kri in izrazito pozitivna električna nabitost telesa, ki lahko povzročita kronično vnetje in kronične bolezni.

Zemljenje na človeški organizem deluje protivnetno. Rdeče krvničke se zaradi elektronov, s katerimi jih oskrbi zemljenje, medsebojno odbijajo in se ne zlepijo v strdke, ki so pogosto glavni vzrok srčnega infarkta ali kapi. Strdki so najpogostejše posledica nezdravega življenjskega sloga (premalo vitamina C, preveč sladkorja) ter onesnaženega in z raznimi sevaji obremenjenega življenjskega prostora (elektromagnetno sevanje, cigaretni in izpušni plini). Skupino zlepjenih rdečih krv-

Iz zemlje vsrkamo negativne elektrone, ki uravnotežajo naelektrenost telesa.

ničk lahko primerjamo z zastojem avtomobilov na cesti – krvničke se zlepijo, zastanejo. Trošijo svojo energijo, da bi se ločile druga od druge, ampak jim to ne uspe, zato se postarajo, obmirujejo in naposled prenehajo opravljati svoje funkcije.

ZARES ŽIVA VODA

Ena najpomembnejših funkcij zemljenja je, da pomiri simpatični živčni sistem in ga uskladi s parasimpatičnim. Ta izenačitev obeh živčnih sistemov dobro vpliva na variabilnost srčne frekvence, kar pri človeku zmanjša občutek stresa in panike. Učinki zemljenja so tudi izboljššan spanec, ublažene bolečine in spremenjena struktura vode v celicah. Gerald Pollack, avtor

knjige *Četrta faza vode*, trdi, da je samo negativno nabita voda zares živa. Deluje namreč kot nekakšna baterija; v sebi zadržuje energijo, ki jo sprosti, ko je to potrebno.

NEPOGREŠLJIVO ZA CELICE

Zemljenje je nepogrešljivo za normalno delovanje celic. Elektroni, ki jih telo sprejme od zemlje, tvorijo adenozin trifosfat ali ATP, glavni vir energije za večino celičnih procesov. Brez ATP-ja se celice ne obnavljajo in ne komunicirajo. Celice ATP potrebujejo tudi za presnovo in prenos makromolekul prek celične opne. Ameriški kardiolog dr. Stephen Sinatra poudarja, da smo ljudje nabiti z električno energijo, katere ravnovesje moramo nepre-

stano ohranjati. V sodobni zahodni medicini je izgubljen širši kontekst, ki bi omogočal pogled na človeško telo kot na sestavni del narave. Če vnaprej poskrbimo za svoje zdravje, denimo z zemljenjem, se nam ni treba zanašati na umetna, pogosto pa tudi nevarna lekarniška zdravila.

PRIPOMOČKI ZA ZEMLJENJE

Na podlagi številnih raziskav, ki so dokazale blagodejne učinke zemljenja na človeški, živalski in rastlinski organizem, so nastali različni pripomočki za zemljenje, ki so tudi že širše dostopni. Ti pripomočki so izdelani iz prevodnih tkanin, ki nas povezujejo z zemljo medtem ko spimo ali uporabljamo računalnik.

Rjuho za zemljenje uporabimo tako, da jo damo na spodnji del postelje, da na tej rjuhi spimo z golimi nogami. Blazino za zemljenje pa med delom z računalnikom postavimo pred računalniško tipkovnico, da dlani počivajo na blazini. Lahko jo damo tudi pod mizo in smo na njej z bosiimi stopali.

Posebna obuvala, blazina in rjuha počasi osvajajo svet. V Sloveniji sta ozemljevalna blazina in rjuha na voljo v spletni trgovini www.misteriji.si.

Jaka Bombač



Na rjuhi za zemljenje spimo z golimi nogami.