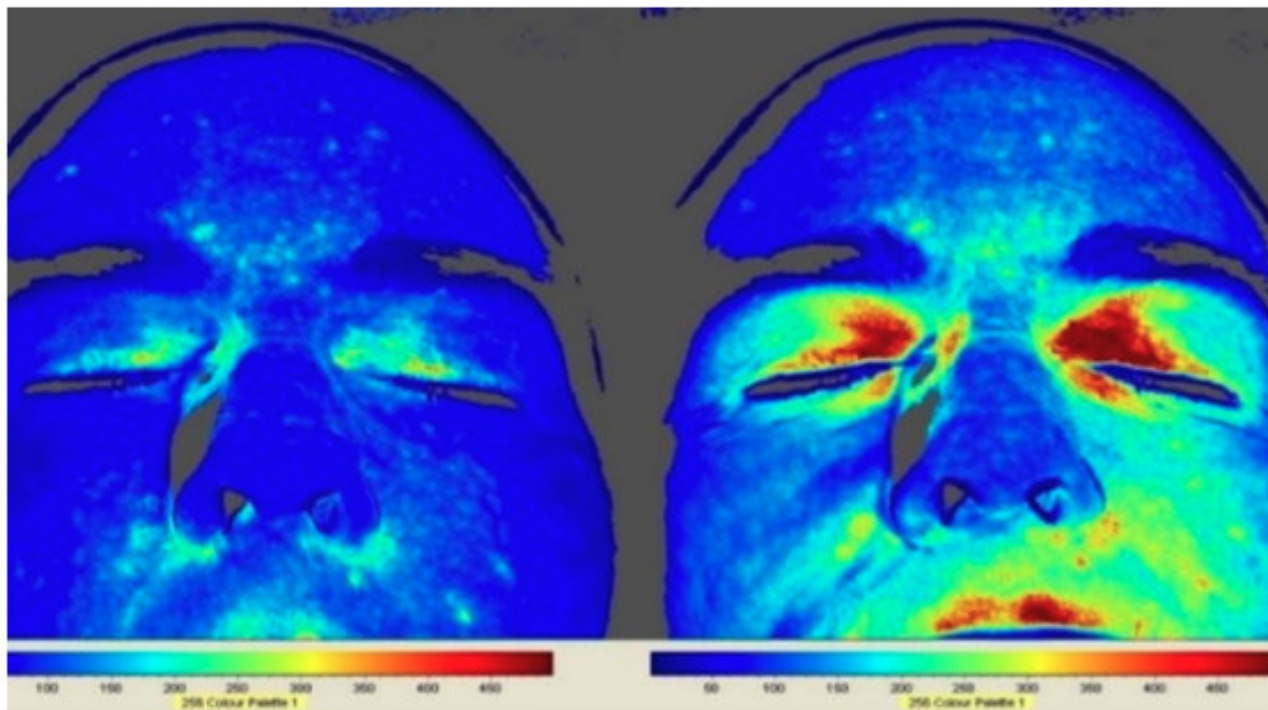


Barfodet på jorden

Undersøgelser viser, hvad der sker med menneskekroppen, når vi går barfodet på jorden

De to billeder nedenfor viser, hvordan grounding kan forbedre blodgennemstrømningen til ansigtet. Ved hjælp af et "Speckle Contrast Laser Imager" blev det dokumenteret, hvordan blodcirkulationen i ansigtet allerede efter 20 minutters grounding var øget (billede: mørkeblå = laveste cirkulation, mørkerød = højeste cirkulation).



Billedkilde: Scientific Research Publishing

Jording er en praksis, hvor fødderne sættes i direkte kontakt med jorden uden sko eller sokker som en barriere. Årsagen til denne praksis er den negative ladning, som jorden har i overflod. Denne ladning er rig på elektroner, og derfor tjener jording til at give den menneskelige krop en god forsyning af (negativt ladede) elektroner, som ligesom antioxidanter hjælper med at ødelægge de frie radikaler i os, der er skadelige for vores helbred.

Subjektive rapporter om, at det at gå barfodet på jorden forbedrer sundheden og fremmer en følelse af velvære kan findes i litteratur og praksis i forskellige kulturer rundt om i verden. Af forskellige årsager er mange mennesker tøvende over for at gå barfodet udenfor, medmindre de er på ferie på stranden.

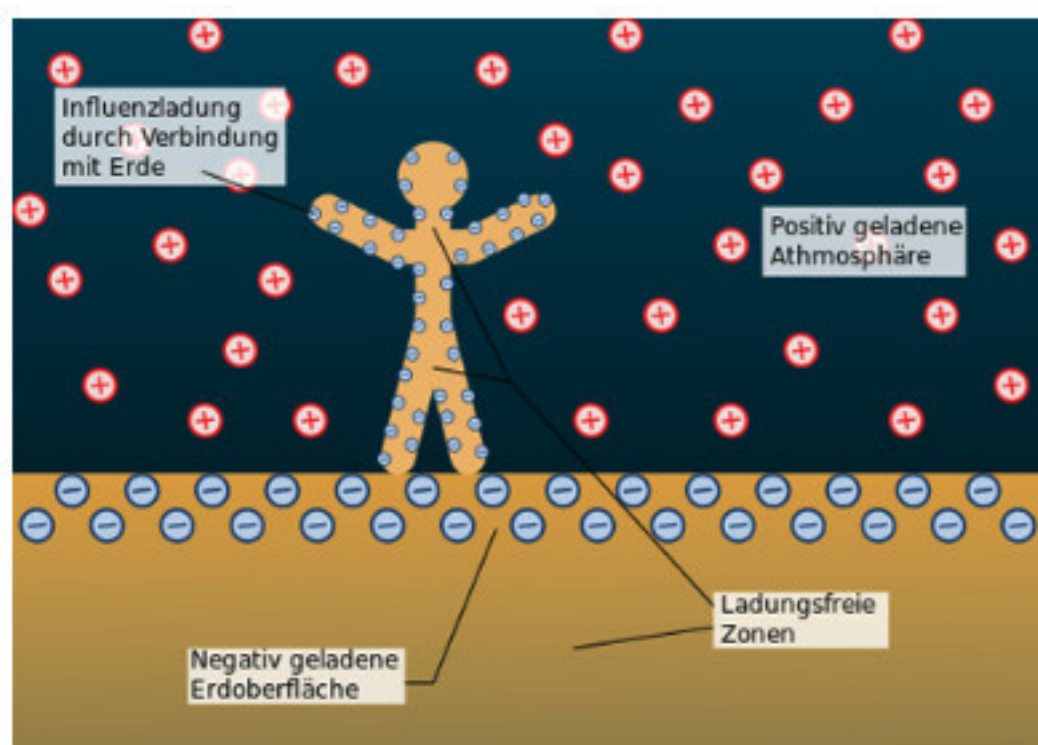
Når du tænker over det, indser du, at jording giver perfekt mening; i vores mest naturlige tilstand ville vi sandsynligvis ikke bære nogen form for fodbeklædning. Når du sætter fødderne på jorden, kan du opsamle store mængder negative elektroner gennem fodsålerne, hvilket igen kan hjælpe dig med at holde din krop på samme negativt ladede elektriske potentiale som jorden.

Ligesom med vand er der et globalt elektrisk kredsløb, små ionstrømme flyder mellem jordens overflade og ionosfæren og tilbage derfra. Desuden spiller især lynnedslag og ioniserende stråling fra rummet en stor rolle i dette kredsløbssystem. Vores krop er - ifølge jordingsteorien - perfekt tilpasset dette system. Kroppens system fungerer perfekt, når det har mulighed for at balancere sig selv med jordens potentiale gennem jording. Inducerede ladninger kan simpelthen afledes til jorden som en lynleder uden at påvirke mennesket.

Jording skulle kunne minimere den negative indflydelse fra især elektrosmog. Desuden, sådan postulerer forskerne, er der også en konstant strøm af elektroner fra jorden ind i kroppen gennem denne balancemekanisme, hvilket skulle hjælpe med at neutralisere såkaldte frie radikaler.

Hele nervesystemet falder til ro og slapper af, og kroppen genvinder sin naturlige harmoni og rytme. Men hvis kroppen mister sin jordforbindelse, forstyrrer det hele vores nervesystem, hævder forskerne. Deres anbefaling: gå på jorden - eller lig på den nøgen - i mindst 30-40 minutter om dagen med bare fødder.

Dette kan på vidunderlig vis kombineres med solbadning - og dets helbredende virkninger er nu videnskabeligt ubestridt. Så forbindelsen til "Fader Sol" og "Moder Jord" - en hellig pagt for næsten alle oprindelige folk rundt om i verden - er måske mere end blot en nostalgisk idé. Og måske ville mange af vores såkaldte "civilisationssygdomme" forsvinde, hvis vi vendte lidt mere tilbage til den livsstil, som disse gamle folkeslag praktiserede.



Måske er mad, luft, vand, sol og jord de vigtigste remedier, vi har. Planterne, med deres dybe rødder og blade, der strækker sig ud mod solen, minder os hver dag om dette.