

Die Kraft des “Erdens” für unsere Gesundheit und die Bedeutung der Körperelektrizität



Stehst Du auch ständig unter Strom?

Die Metapher “unter Strom stehen” verbinden wir oft mit Nervosität.

Doch betrachten wir dieses Phänomen einmal aus einer anderen Perspektive: der Verbindung unseres Körpers mit der natürlichen Elektrizität der Erde.

Der Mensch ist nicht nur ein biologisches, sondern auch ein elektrisches Wesen. Unser Nervensystem, unser Herzschlag und selbst die Kommunikation zwischen Zellen basieren auf bioelektrischen Prozessen.

“Erden” nutzt die energetische Verbindung zur Erde, um den Körper in Einklang zu bringen und Heilungsprozesse zu unterstützen.

Stell Dir Deinen Körper wie einen Elektromotor vor, der durch Strom angetrieben wird.

Diese Energie beziehen wir direkt aus der “Steckdose” namens Erde, die uns mit Elektronen versorgt. Unsere physiologischen Systeme – wie das Nervensystem, das Blutgefäßsystem und das Lymphsystem – bestehen aus leitfähigen Komponenten, die elektrische Energie aufnehmen, speichern und weiterleiten können.

Diese Leiter enthalten Flüssigkeiten mit gelösten Elektrolyten, die die Energie von einer Stelle zur anderen transportieren.

Elektrolyte wie Natrium, Kalium, Magnesium, Chlorid, Phosphat und Hydrogencarbonat sind chemische Verbindungen, die sich unter dem Einfluss elektrischer Felder bewegen.

Diese Fähigkeit macht unsere Körperflüssigkeiten – insbesondere Blut und Lymphe – zu hervorragenden Leitern von Elektrizität.

Durch “Erden” können wir diese natürlichen Leitungsfähigkeiten aktivieren und optimieren.

Wie funktioniert “Erden”?

Die Erde ist eine riesige Batterie, die kontinuierlich freie Elektronen liefert.

Wenn wir barfuß auf natürlichem Boden wie Gras, Sand oder Erde stehen, nehmen wir diese Elektronen über die Haut auf. Sie wandern durch unser Nervensystem und verteilen sich in unserem Körper.

Studien haben gezeigt, dass diese Verbindung eine Vielzahl von gesundheitlichen Vorteilen bieten kann:

- ****Stressreduktion****: Der Kontakt mit der Erde senkt die Ausschüttung von Stresshormonen wie Cortisol.
- ****Schmerzlinderung****: Die elektrischen Impulse neutralisieren freie Radikale, die oft Entzündungen und Schmerzen verursachen.
- ****Verbesserung des Schlafs****: Die Regulierung unserer inneren elektrischen Balance fördert erholsamen Schlaf.
- ****Stärkung des Immunsystems****: Eine bessere Elektronenversorgung unterstützt zelluläre Prozesse, die unsere Immunabwehr stärken.

Unser Körper ist so konstruiert, dass er Energie nicht nur über Nahrung und Sauerstoff, sondern auch über Elektrizität aufnimmt. Die freien Elektronen, die wir durch “Erden” erhalten, wirken wie ein energetischer Nährstoff. Sie reduzieren die oxidative Belastung, die durch freie Radikale entsteht, und fördern die Regeneration auf zellulärer Ebene.

Die Rolle der Zellgesundheit: Otto Warburgs Entdeckung

Der deutsche Biochemiker und Nobelpreisträger Otto Warburg entdeckte, dass die Sauerstoffversorgung der Zellen eine entscheidende Rolle für die Gesundheit spielt.

Er zeigte, dass gesunde Zellen aerobe Prozesse nutzen, während Krebszellen auf anaerobe Glykolyse angewiesen sind, die ohne Sauerstoff stattfindet.

Die Verbindung zur Erde – und die Aufnahme von Elektronen – unterstützt die Sauerstoffversorgung der Zellen und kann somit deren gesunde Funktion fördern.

Die Elektronen aus der Erde helfen, freie Radikale zu neutralisieren, die ansonsten den zellulären Stoffwechsel stören könnten.

Warburg stellte auch fest, dass Zellen an ihrer Membran eine Spannung aufrechterhalten – vergleichbar mit der Spannung einer Batterie.

Gesunde Zellen besitzen eine messbare Spannung von 70–100 Millivolt, wobei Herzzellen die höchste Spannung aufweisen (bis zu 90–100 Millivolt).

Dieser Ladungsunterschied zwischen Zellinnerem und Zellaußenseite ist essenziell für zelluläre Prozesse.

Chronische Stressfaktoren, Umweltgifte und der Alterungsprozess können jedoch die Zellspannung reduzieren. Menschen mit chronischen Krankheiten zeigen oft eine Spannung von nur 30–50 Millivolt, während Krebspatienten Werte von weniger als 15–20 Millivolt aufweisen.

Die Erkenntnisse Warburgs unterstreichen die Bedeutung eines optimalen Zellmilieus, das durch “Erden” zusätzlich unterstützt werden kann. Die Verbindung mit der Erde trägt dazu bei, die elektrische Ladung unserer Zellen zu stabilisieren, was wiederum die Zellkommunikation und die Energieproduktion verbessert.

Warum ist “Erden” heute so wichtig?

In unserer modernen Welt sind wir zunehmend von der Erde isoliert.

Schuhe mit Gummisohlen, asphaltierte Straßen und Gebäude aus Beton trennen uns von der natürlichen Energiequelle der Erde.

Gleichzeitig sind wir einer Flut von elektromagnetischen Feldern (EMF) ausgesetzt, die unsere bioelektrischen Prozesse stören. Diese Kombination führt zu einer energetischen Dysbalance, die langfristig unsere Gesundheit beeinträchtigen kann.

“Erden” bietet eine einfache und natürliche Methode, um dieser Isolierung entgegenzuwirken. Es hilft, die schädlichen Auswirkungen von EMF zu neutralisieren und unsere energetische Balance wiederherzustellen.

Wie kannst du “Erden” in deinen Alltag integrieren?

1. ****Barfuß laufen****: Verbringe täglich mindestens 20–30 Minuten barfuß auf natürlichem Boden wie Gras, Sand oder Erde.
2. ****Earthing-Produkte nutzen****: Es gibt spezielle Matten und Bettlaken, die mit leitfähigen Materialien ausgestattet sind und den Kontakt zur Erde simulieren.
3. ****Zeit in der Natur verbringen****: Spaziergänge im Wald oder an einem Strand fördern nicht nur die Erdung, sondern auch deine mentale Gesundheit.



Körperliche und spirituelle Dimension des “Erden”

“Erden” ist nicht nur eine physische Praxis, sondern hat auch eine tiefere spirituelle Bedeutung.

Die Verbindung mit der Erde erinnert uns daran, dass wir Teil eines größeren, energetischen Netzwerks sind. Diese Verbindung fördert ein Gefühl der Verbundenheit, der Zentrierung und des inneren Friedens.

Die Erde bietet uns eine unerschöpfliche Quelle an Energie und Heilung. Indem wir uns wieder mit ihr verbinden, können wir nicht nur unsere körperliche Gesundheit fördern, sondern auch unser energetisches Gleichgewicht wiederherstellen.

Dennoch ist es ratsam, die Verbindung zu diesem Erde-Matrix-System nicht zum alleinigen Kraftort oder Anker zu machen und immer darauf zu achten, dies auch wieder lösen zu können – so wie wir ganz konkret auch bereit sein müssen, einen Anker einmal zurücklassen zu können.

Doch mit unserer Leiblichkeit hier ist “Erden” eine willkommene Einladung, die natürliche Beziehung zwischen Mensch und Erde wieder zu entdecken – eine Beziehung, die uns – solange wir hier sind – auch nähren und schützen kann. Durch diese Praxis kannst du deine eigene bioelektrische Energie aktivieren, die Sauerstoffversorgung deiner Zellen verbessern und die Kraft der Erde in deinem täglichen Leben nutzen.

Visualisierung als Alternative

Wenn physisches “Erden” jedoch nicht möglich ist, kann eine innere Visualisierung ähnliche Prozesse auslösen und bietet eine praktische Alternative.

Quellen:

1. Journal of Environmental and Public Health – “Earthing: Health Implications of Reconnecting the Human Body to the Earth’s Surface Electrons”
2. Journal of Inflammation Research – “The effects of grounding (earthing) on inflammation, the immune response, wound healing, and prevention and treatment of chronic inflammatory and autoimmune diseases”
3. Integrative Medicine: A Clinician’s Journal – “Earthing (Grounding) the Human Body Reduces Blood Viscosity—a Major Factor in Cardiovascular Disease”
4. Warburg, O. (1956). On the origin of cancer cells. Science, 123(3191), 309-314.
5. Oschman, J. L. (2007). Can electrons act as antioxidants? A review and commentary. The Journal of Alternative and Complementary Medicine, 13(9), 955-967.

Volker Schumacher
Heilpraktiker
Panoramastrasse 63/2
72116 Mössingen

www.energieheilpraxis.de

www.paar-und-trauma-heilung.de

<https://t.me/ib1sbs> (telegram-Kanal „Schöpferbewusstsein“)

@

kontakt@vschumacher.de