

rol speelt, vallen hart- en vaatziekten, diabetes, reuma, darmaandoeningen, lupus (een auto-immuunziekte die de huid en andere organen aantast) en nierinsufficiëntie.<sup>8</sup>

Toch zijn ontstekingen in principe nuttig: ze vormen de natuurlijke herstelreactie van het lichaam op schadelijke ziekteverwekkers, beschadigde cellen en irriterende stoffen. Bij het proces komen vrije radicalen vrij, die positief geladen zijn. Het probleem is volgens Ober dat dit proces niet vanzelf stopt.

Aarden kan de activiteit van vrije radicalen op een natuurlijke manier remmen, zegt Ober. Dat gebeurt doordat de negatief geladen elektronen van de aarde, de positief geladen vrije radicalen hun kracht ontnemen.

Om dit proces zichtbaar te maken, gebruikte William Amalu, voorzitter van de International Academy of Clinical Thermography, thermografische beelden. Met infraroodcamera's bracht hij de veranderingen in huidtemperatuur in kaart van twintig patiënten met allerlei ontstekingsziekten – van carpaletunnelsyndroom tot gewrichtsontsteking. De patiënten werden twee tot drie keer per week een halfuur lang in Amalu's spreekkamer geaard met een geleidende pleister, of thuis tijdens hun slaap met behulp van een geleidende onderlegger in hun bed. Sommige patiënten merkten al na een week verbetering, wat door de infraroodbeelden

werd bevestigd. Twaalf mensen werden langere tijd gevolgd; met deze thermografische technologie werd bij hen een verbetering van 80 procent geconstateerd.<sup>9</sup>

#### ELEKTROMAGNETISCHE VELDEN

In een technisch-wetenschappelijk artikel heeft elektrotechnicus Roger Applewhite aangetoond dat bij aarden de elektronen zich van de aarde naar het lichaam bewegen. Die overdracht is voldoende om te zorgen dat het lichaam dezelfde negatieve lading behoudt of krijgt als de grond.<sup>10</sup>

Daarnaast beperkt aarden de invloed van elektromagnetische velden op het lichaam. Uit een studie van

## Een gezonde basis

Onze voeten hebben meer zenuwuiteinden dan alle andere lichaamsdelen. De acupunctuur maakt hier gebruik van. Volgens de klassieke Chinese geneeskunde bevindt zich op de bal van onze voet een van de belangrijkste acupunctuurpunten, namelijk K1.

Het is onze belangrijkste toegangsweg voor de natuurlijke energie van de aarde: *qi* of *chi*, het oosterse equivalent van de 'negatieve elektronen'.

Vanaf K1 beweegt *qi* zich door het lichaam via de blaasmeridiaan naar de vitale organen, zoals hart, longen, lever en hersenen.

Als blote voeten een belangrijke toegangspoort vormen voor gezondmakende elektronen of *qi*, dan moeten schoenen wel een zeer ongezonde uitvinding zijn. Zo dacht de Amerikaanse chiropract Samuel Schulman er althans over. Ooit verklaarde hij: 'Schoeisel is de grootste vijand van de menselijke voet.'

Hij kwam tot die conclusie nadat hij de gezondheid van Indiërs en Chinezen had onderzocht die haast nooit schoenen droegen.

Zij hadden nooit last van de gebruikelijke voetkwalen waaraan westerlingen lijden, en lopen ging hen veel beter af.<sup>1</sup>

1 J Nat Assoc Chiropractists 1949; 49: 26-30 26-30

het Imperial College London bleek dat de elektromagnetische straling in een doorsneekantoor, de kans op infecties, stress en degeneratieve ziektes verhoogde bij mensen die daar langdurig werkten.<sup>11</sup>

Hoewel er nog steeds veel onduidelijkheid bestaat over de risico's van elektromagnetische velden, groeit het bewijs dat ze gevaarlijk kunnen zijn voor onze gezondheid.<sup>12</sup> In *Medisch Dossier* van juni berichtten we hier al over.

## In hogere sferen

Als contact met de aarde ons helpt gezond te blijven, worden flatbewoners dan eerder ziek? In twee onderzoeken werd een mogelijk verband gevonden tussen onze afstand tot de aarde en onze gezondheid.

In het eerste onderzoek werd gekeken naar de gezondheid van het hart van flatbewoners. De bewoners op de bovenste verdieping hadden grotere schommelingen in hun hartritme of hartritmevariabiliteit

(HRV) vergeleken met degenen op de begane grond.<sup>1</sup>

In een ander onderzoek ontdekte Frederic Wolinsky van de Universiteit van Iowa dat oudere mensen die in een torenflat woonden, 40 procent meer kans hadden op een beroerte dan ouderen die gelijkvloers woonden.<sup>2</sup>

1 Auton Neurosci, 2011; 161: 126-31

2 BMC Geriatrics, 2009; 9: 1-11

- 1 J Bodyw Mov Ther, 2009; 13: 215-28
- 2 J Bodyw Mov Ther, 2008; 12: 40-57
- 3 J Altern Complement Med, 2011; 17: 301-8
- 4 J Altern Complement Med, 2004; 10: 767-76
- 5 J Altern Complement Med, 2010; 16: 265-73
- 6 Ober, C., Sinatra, S.T. en Zucker, M. Earthing: the most important health discovery ever? (Laguna Beach: Basic Health Publications, 2010); p.174
- 7 J Altern Complement Med, 2013; 19: 102-10
- 8 Med Hypotheses, 2007; 69: 70-82
- 9 De beelden van alle twintig patiënten zijn te vinden in het boek Earthing: the most important health discovery ever? en kunnen worden gedownload als pdf: [www.groundology.com/research/thermographic\\_histories\\_2004.pdf](http://www.groundology.com/research/thermographic_histories_2004.pdf)
- 10 Eur Bio Bioelectromagnetics 2005; 1: 23-40
- 11 Atmospheric Environment, 2007; 41: 5224-36
- 12 J Comput Assist Tomogr, 2010; 34: 799-807