

114. MAADOITTUMINEN AUTTAA YMPÄRISTÖHERKKIÄKIN

Ympäristöherkkiä alkaa olla joukossamme yhä enemmän, mutta heidän ongelmiaan osataan toistaiseksi lievittää kovin vähän (HS Tiede 5.9.). On kuitenkin olemassa aikojen alusta asti toiminut parannuskeino moniin vaivoihin. Sitä ei vain ole ymmärretty aikaisemmin.

Maadoittuminen on tämä parantava voima. Maadoitumme, kun kävelemme paljain jaloin maan päällä, kostealla hiekalla tai ruohikolla. Maankamaralla on auringon ja salamoiden voimasta negatiivisesti varautuneita elektroneja, ja kehossamme taas positiivisesti varautuneita molekyylejä, vapaita radikaaleja. Kun elektronit purkavat tulehdusta aiheuttavien, vapaiden radikaalien vaikutusta, tunnemme olomme virkistyneeksi ja hyväksi.

Tämä vaikutus toimi vielä silloin, kun käytimme maan energiaa johtavia, nahkapohjaisia jalkineita, mutta loppui siihen, kun siirryimme eristävien kumi- ja muovipohjaisten jalkineiden, lenkkitosujen, käyttöön. Seurauksena siitä on kehittynyt suuri määrä aivan uusia vaivoja, kuten sähköliherkkyys, kemikaali-allergiat, fibromyalgia, krooninen väsymysoireyhtymä.

Ensimmäinen, ja luultavasti toistaiseksi ainoa, suomennettu kirja on Clinton Oberin ja hänen kumppaniensa, Sinatran ja Zuckerin kirjoittama *Earthing*, suomeksi *Maadoittuminen*. Kun pidämme itsemme maadoittuneina nukkuessa sekä television ja tietokoneen äärellä, saamme siitä apua monin tavoin: yöuni paranee, päänsärky helpottuu, elimistö palautuu ja tulehdustila korjaantuu, energia lisääntyy, krooniset kivut ja stressi vähenevät, haavat paranevat nopeammin, nivelet notkistuvat, veri ohenee eli veritulppien vaara laskee.

Nykypäivän ympäristössä meillä on vain vähän tilanteita, joissa voimme maadoittua luonnollisesti. Tämän ymmärtäen Ober on kehittänyt maadoittavia laitteita (www.tiedonportaat.fi) ja kehottaa yrityksiä perehtymään niiden valmistukseen. Erityisesti tarpeen ovat maadoittavat jalkineet ja lakanat sekä matot tietokonetyöskentelyyn ja lemmikkieläimille, samoin maadoittavat rannekkeet sairaalapotilaille.

Ulla Grünstein

Helsinki