**Choďte bosi....**

Co by měl vědět nejen kulhající prezident Zeman: **Cukrovku**, **selhání ledvin** a chronické **záněty** skvěle léčí „nová“ metoda, která je stará tisíce let. Mohou za to boty?   
Erika Hájková informuje o jedinečné metodě uzdravování, k níž potřebuje pacient jediného lékaře.  
Ještě před sto a více lety bylo i u nás docela běžné, že chudší vrstvy chodily v létě – či dokonce i v zimě – bosky. V tomto ohledu to vypadá, že jsme opravdu „pokročili“: Dnes si boty může dovolit každý. Jenže to není taková výhra, jak si většinou myslíme. Je sice dobré, když nás nezebou nohy, jenže chodit neustále obutý není, jak vyplývá z výsledků nových i starších výzkumů a klinické praxe, tak docela zdravé. Jedním z velkých moderních zdravotních „objevů“ totiž je fakt, že **ke svému**životu a **zdraví nejen svého srdce a cév potřebujeme – přímý kontakt se zemí.**  
Prostinký zázrak ....  
  
„Uzemnění“, se začíná rozvíjet jako čím dál větší a úspěšnější léčebná metoda, o níž píší v zahraničí i kliniky, specializující se na kardiovaskulární choroby. Je nutné o tomto překvapivě jednoduchém a účinném způsobu uzdravování vědět.   
  
Kardiochirurg žasne: Země vyléčila diabetes....  
  
Polský kardiolog Karol Sokal a jeho syn Pawel, specializující se na neurochirurgii, aktivně zkoumají a dokumentují různé účinky „uzemnění“ již více než dvacet let. Ve své praxi jej vyzkoušeli na stovkách pacientů, včetně mnoha, trpících diabetem. Na dobré výsledky této praxe poukázali ve studii z roku 2011.   
„Některým pacientům jsme dokázali úplně vysadit inzulín, protože jim krevní cukr klesl jen na základě bosých procházek v trávě,“ říkají otec a syn Sokalové. „Dokonce se ukázalo, že v některých případech kombinace léků a uzemňování vedla k tomu, že inzulín poklesl příliš. Je to docela těžké, říci „běžnému“ pacientovi, že už ty léky na cukrovku nemusí brát, protože **stačí chodit bosky** – ale přesně to jsme zjistili. A neplatí to jen v případě cukrovky.

Chcete lepší imunitu? Choďte bosi!

Mimochodem, americký lékař Stephen T. Sinatra, který se uzemnění rovněž věnuje, tvrdí, že za zlepšením stavu pacientů mimo jiné stojí silné protizánětlivé působení „groundingu“, jak se uzemňování anglicky nazývá.

Jeho závěry také znamenají, že „vedlejším produktem“ chození bosky je lepší imunita a hojení ran.

Dalším pozitivním účinkem je vliv na činnost srdce a krevní oběh. Je možné pozorovat, jak se upravuje krevní oběh, a nohy se prokrvují. Jako by se „protrhla přehrada“ dlouho zadržované energie, která náhle proudí do nohou.

O co jde? Princip je skutečně prostinký. Naše tělo, tvořené z většiny vodou a minerály, výborně vodí. Země má samozřejmě elektrický potenciál - a ten, ve formě proudu elektronů (jinak řečeno slaboulinkého stejnosměrného elektrického proudu), přechází do buněk lidského těla, pokud není tělo od „Matičky Země“ odděleno gumou nebo jiným špatně vodivým materiálem.

„Uzemnění“ by proto mohlo být důležitým podpůrným činitelem pro účinnou léčbu mnoha nemocí.

Jak dosvědčuje i doktor David Richards, rodinný lékař z Nového Jižního Walesu: „Jsem rodinným lékařem už přes třicet let a nikdy jsem neměl prostředek, jak pomoci při diabetické neuropatii. Žádný doktor vám v tomhle směru nic moc nenabídne. Můžete zuby nehty držet hladinu krevního cukru v normě. Ale cit v nohou vám to nevrátí. Jenže když jsem začal pracovat s uzemněním, všechno se diametrálně změnilo.   
Už po jedné hodině konzultace s nohama „uzemněnýma“ , se jedna má pacientka ozvala, že cítí nohy. Nevěděl jsem, že je měla necitlivé, to mi nikdy neřekla, udělal jsem to původně z jiných důvodů.

Vyléčil jsem i mnohem těžší případy. A nejen diabetu. Lidé se **selhávajícími ledvinami** se začínají náhle uzdravovat. Mému švagrovi, který je na dialýze a takový ‚hokus pokus‘ zkusil jen velmi nerad, jeho ošetřující lékař řekl: „Nevím, co to se sebou děláte, ale dělejte to dál.“ Lepší se. A je jen jeden z mnoha. ‚Vyléčil‘ jsem nervy i dámě, která téměř třicet let po operaci páteře vláčela za sebou ‚svou mrtvou nohu‘, jak jí říkala. Nemohla hýbat prsty ani chodidlem. A teď může. Jen proto, že se důkladně uzemnila.

„Světlo“ jako klíč....

Elektrony v buňkách jsou životně důležité pro naše zdraví.

Ostatně z podobného principu těží úspěšná metoda doktorky Johanny Budwigové, s níž si dnes lidé po celém světě svépomocí léčí rakovinu. Jde prostě o to, dostat do buněk – „světlo“. Ať „uzemněním“, tedy působením slaboulinkého stejnosměrného elektrického proudu „Matičky Země“ či doplněním Omega-3 nenasycených mastných kyselin. (http://www.protiproud.cz/zdravi/519-lecivo-za-ktere-se-neporadaji-obludne-ruzove-pochody-nemecka-vedkyne-vynalezla-jiz-pred-lety-uspesny-a-jednoduchy-lek-na-rakovinu-lze-ho-pripravit-v-kuchyni-protiproud-prinasi-recept.htm)  
Zdá se, že právě „světlo“ je klíčem k uzdravení.   
Proto je velmi důležité si připomenout právě „uzemnění“, protože jak se ukazuje, může mít zásadní zdravotní důsledky. Týkají se nejen cukrovky a chorob srdce a krevního oběhu, ale i dalších civilizačních nemocí. Je zřejmé, že dotyčné nemoci („civilizační“) nevznikají pouze ze způsobu stravování, ale i z dalších „vymožeností“, které s sebou přinesla civilizace. Prostě jděte ven...a projděte se trávou bosí.

Výčet „zázračných uzdravení“ by mohl pokračovat téměř do nekonečna.

Dost možná stačí docela málo: po dlouhé době se zase **po ránu projít bosýma nohama v orosené trávě. Ta totiž ze zkušenosti nejlépe vodí.**Není špatné udělat si z toho zvyk: chvilku času jen pro sebe. Nebo ještě důkladněji: vyrazit do přírody a zdřímnout si ve spacáku „pod širákem“ na zemi.   
Za horkých letních nocí nepotřebujete karimatku, a když vystrčíte ruku ze spacáku, uzemníte se zrovna tak jako na speciální matraci. Alespoň to tvrdí lékaři, zabývající se touto „revoluční“ metodou, která je ve skutečnosti, jako všechny dobré uzdravovací techniky, stará jako svět sám.   
  
PŘEČETLI  JSTE  SI  TO?  JÁ TAKÉ.  ZKUSÍTE  TO?  JÁ TUTOVĚ!!!