

# - EARTHING - CONNEXION À LA TERRE

## EARTHING ET THÉRAPIE, UN CHANGEMENT DE PARADIGME DANS L'APPROCHE DU SOIN

### LA BIO MATRICE

(extrait du livre de James L. Oschman, *Journal of Bodywork and movement therapies*, 2009, 13, issue 3, p. 215-228)

La « bio matrice » est définie comme étant un tissu continu de molécules de l'organisme, comprenant les fascias, les autres tissus conjonctifs, les matrices extra-cellulaires, les intégrines, les cytosquelettes (illustration ci-contre), les matrices nucléaires et l'ADN. Les biopolymères extra-cellulaires, cellulaires et nucléaires ou substances fondamentales du tissu conjonctif, constituent un réservoir de charges à l'échelle du corps qui peut maintenir l'homéostasie électrique et permettre la « prévention des inflammations » dans tout l'organisme. Des recherches récentes ont souligné l'importance du transfert de charge en rapport avec le piégeage ou la neutralisation des radicaux libres produits à l'endroit d'une blessure pendant et après une poussée oxydative. La preuve est faite par des études sur le rôle des électrons dans l'atténuation des conséquences d'une inflammation quand les systèmes vivants sont reliés à la terre (earthing). Le phénomène contribue à expliquer comment les thérapies de Bodywork et les thérapies par le mouvement peuvent faciliter la résolution des lésions aiguës ou chroniques, et comment les patients atteints de maladies inflammatoires peuvent « épuiser » un thérapeute pendant les traitements manuels. Il est suggéré que la mise à la terre aussi bien pour les thérapies manuelles que pour les thérapies non manuelles, facilite la guérison en stimulant la migration des charges dans les endroits de l'inflammation aiguë ou chronique. Une hypothèse explique les effets de la mise à la terre : les charges provenant du réservoir des substances fondamentales du tissu conjonctif empêchent les dommages collatéraux aux tissus sains proches d'une blessure. Une deuxième hypothèse suppose que la mise à la terre permet aux électrons de reconstituer une charge avec les réservoirs de substances fondamentales du tissu conjonctif, ce qui les rend disponibles dans tout le corps.

### Témoignage de François R. - ostéopathe / biokinergiste à Paris

Expérimente la mise à la terre de ses patients dans sa pratique de soin depuis février 2012.

«J'ai observé qu'au fil du soin le patient 'se déposait' sur la table au point que certains parmi les plus tendus, trouvaient difficile de bouger lors de la mise en place de certaines techniques. Les patients arrivent souvent avec un système sympathique très stimulé ce qui crée soit une difficulté pour se détendre et accueillir le soin, soit une fatigue qui diminue la capacité d'intégrer le soin, le surmatelas les aidant à passer en mode parasympathique diminue ces inconvénients. La détente générale est meilleure permettant un meilleur accueil des techniques par les tissus, celles-ci sont moins invasives, plus en adéquation avec la problématique et plus vite intégrées dans la dynamique globale du corps.

Il y a donc moins de réactions locales aux techniques et une meilleure intégration générale du soin, c'est comme si le corps retrouvait la possibilité de gérer les informations. En tant que thérapeute j'ai l'impression d'un « débranchage » électrique du corps (électricité due à l'environnement, au stress ou à la tension nerveuse), ma clientèle se composant principalement de citoyens dont une grande partie travaille sur ordinateur. Cela se traduit par un meilleur contact, il y a moins de résistance des tissus, moins de fébrilité et moins de réactivité nerveuse. Les soins sont facilités, entre autre car le tonus musculaire élevé, nourri par la lésion ostéopathique (boucle gamma) et les stress permanents (système sympathique stimulé), baisse. Ceci permet lors des techniques musculaires ou manipulatives d'être plus doux et plus précis avec un relâchement plus complet de la zone lésionnelle, la zone respire mieux et la circulation fluidique et énergétique est meilleure. Dans le travail des fascias, le tissu conjonctif semble comme moins retenu, ce qui facilite le travail de rééquilibrage et de détente des tissus. D'autre part le corps plus dégagé me permet un meilleur enchaînement des différentes zones à traiter dans le soin, je vais d'une zone à l'autre avec plus de précision, en cherchant moins, je suis moins gêné par les infos parasites, le soin est plus fluide. Malgré le fait que le patient se libère de plus de choses, je suis moins fatigué. Pour finir quand le patient se lève il est plus 'présent et enraciné' et certains me disent être comme 'allégé'. Dans les jours qui suivent les patients ont moins de réactions aux soins.»

## **Produit earthing adapté pour la thérapie et les soins corporels :**

Placé sur la table de soin, le Surmatelas Es-Prävent 70x190 cm sera particulièrement approprié pour mettre les patients à la terre et les isoler de tout électrosmog.