

L'électrification et la mise à la terre du corps

L'ensemble des champs magnétiques et électriques auxquels nous sommes soumis entraînent une électrification de nos corps. Pendant longtemps, les effets possibles des champs électriques et magnétiques faibles sur la santé sont restés inconnus. Il fallut attendre que la géobiologie, le bioélectromagnétisme et l'électrophysiologie attirent l'attention sur les rapports de cause à effet pour que cette problématique soit mieux connue.

Les problèmes touchant à notre bien-être et à notre santé sont souvent provoqués, à côté d'autres facteurs, par des champs de notre réseau électrique qui nous entourent constamment. Il s'ensuit une constante électrification de nos organismes. Une accumulation de charges électriques responsable de symptômes divers et variés.

Toutes les fonctions de notre corps sont commandées par de petites impulsions électriques à basse fréquence. Nous sommes constitués à 70 % d'eau et par là même nous nous comportons comme un formidable conducteur électrique.

L'équilibre des systèmes de communication électromagnétiques de nos organismes, que l'on pourrait appeler l'homéostasie électromagnétique, une fois perturbée, induit une modification des processus biologiques naturels. Cela entraîne un stress pour le corps et l'esprit. Nombre d'entre nous, installés des heures durant devant un ordinateur, en ressentent les inconforts sans en être pleinement électro-conscients !

Je conseille à tous mes patients appelés à travailler par nécessité sur ce genre d'appareils, et ceux soumis à toutes ces formes de pollutions électriques et magnétiques, de se mettre à la terre.

Les bienfaits de « se mettre à la terre »

Dans le sport de haut niveau, certains athlètes, des équipes, disposent d'une technique de récupération tout à fait originale. Comme souvent, les Américains sont à l'origine de cette innovation. Pour une meilleure récupération, ils incitent leurs sportifs à se mettre « à la terre ». Cette technique consiste à planter un piquet métallique dans le sol et à le relier par un fil conducteur aux sportifs pendant leur sommeil, mais également à leur lit. Ils peuvent aussi tout simplement les relier à la prise de terre murale quand celle-ci existe et est fonctionnelle.

Ainsi mis à la terre, ces athlètes ont un meilleur sommeil, plus récupérateur, souffrent moins de leurs contractures et de leurs blessures. Leurs performances sont augmentées.

L'alerte au péril électrique du docteur Maschi

Au milieu des années 1960, un médecin généraliste de Nice, le docteur Jean-Pierre Maschi, s'est engagé dans la problématique de l'électrification du corps humain. Cela lui valut, après divers procès au déroulement rocambolesque, d'être rayé du conseil de l'ordre des médecins. Amnistié par le président François Mitterrand, puis réhabilité par Jacques Chirac avec les années 2000, le docteur Maschi est un pionnier de la dénonciation des effets pervers de la pollution électromagnétique, en particulier électrique. Il parlait du principe que cette « électrification » du corps humain à laquelle nous sommes confrontés entraîne une lente et progressive électrocution de nos organismes.

Cela avait, selon lui, une importance considérable dans certaines affections rhumatismales, cardiaques ou neurologiques. Son analyse l'amenait, par voie de conséquence, à dire que la sclérose en plaque avait pour origine cette problématique électrique. D'où ses déboires avec le conseil de l'ordre des médecins.

Ses arguments, fondés sur l'observation clinique, sont plausibles. La sclérose en plaque est en effet beaucoup plus commune par exemple dans les pays nordiques, Finlande et Suède, que dans les pays du Sud.

Elle n'existe quasiment pas dans les pays du Maghreb et en Afrique.

Pour le docteur Maschi, cela s'expliquait par l'habillement. Par le fait que dans les pays froids, on porte beaucoup plus de vêtements synthétiques (source d'électricité statique) pour se protéger des rigueurs du climat qu'au Maghreb. Les vêtements là-bas sont la plupart du temps en coton ou en laine. De même dans le nord de l'Europe, les habitants portent des chaussures extrêmement protectrices en caoutchouc, style bottes, qui les empêchent de se mettre à la terre. Le caoutchouc les isolant du sol. Ainsi, ils ne peuvent pas se décharger de leur tension électrique.

Au contraire dans les pays du Sud, comme le Maghreb, les habitants ont pour habitude de marcher pieds nus, voire en babouche, et de s'asseoir à même le sol. De cette façon ils sont en permanence reliés à la terre.

Pour éviter les agressions électriques, Maschi invitait ses patients à suivre un certain nombre de conseils d'hygiène générale. En particulier d'éviter de porter des vêtements et sous-vêtements en matière synthétique, de marcher le plus souvent possible pieds nus, et de prendre régulièrement des douches ou des bains de mer. Enfin il recommandait – il y a déjà quarante ans – de se mettre à la terre en se reliant à la terre d'une prise électrique.

De nombreuses études et expérimentations nous démontrent que le corps porte une charge électrique et qu'il existe un voltage corporel.

Celui-ci peut être mesuré. Cette charge augmente dans des environnements secs et chargés en champs électromagnétiques et électriques émis par des câbles et des appareils sous tension. De plus, beaucoup d'entre nous portent aujourd'hui des semelles en caoutchouc nous isolant du sol.

Pareillement, le sol de nos appartements est souvent peu conducteur.

C'est le cas des planchers collés en matière synthétique, en contreplaqué, en vinyle, mais c'est le cas aussi de certains carrelages céramiques qui reposent sur des matières isolantes.

La terre nous nourrit constamment de particules chargées négativement et qui sont en réalité des électrons libres. Ces électrons rechargent nos corps du même courant dont se servent nos cellules et organes pour assurer un fonctionnement correct et pour nous maintenir en bonne santé. Plus nous sommes à la terre, mieux nous nous portons. Plus le sol est humide, plus nous sommes à la terre. Notre corps étant constitué principalement d'eau et étant par là même un excellent conducteur.

Il existe dans le commerce des appareils qui permettent de mesurer ce niveau d'électrification de nos organismes. Il s'agit entre autres d'un voltmètre (« Digitest ») qui permet de mesurer son propre niveau de tension électrique. Celui-ci est relié d'une part à une prise de terre, d'autre part au sujet par l'intermédiaire d'un fil conducteur qui se tient entre deux doigts.

Je peux ainsi, par exemple, mesurer la tension électrique de mon corps. Celle-ci se modifie selon le lieu où je me situe dans mon appartement, selon la puissance des champs électriques dans lesquels mon corps baigne. Cette approche instrumentalisée est étonnante, car on s'aperçoit combien certains lieux nous chargent en électricité, pour ne pas dire surchargent. À la campagne, votre charge électrique corporelle sera de 0 volt. Mais de retour au domicile, cela grimpe souvent à 1, 2, 3, voire même 40 volts !

Mes expériences de mise à la terre

J'ai ainsi pu vérifier par moi-même l'efficacité de ce système. Tandis que j'écris ces lignes devant mon ordinateur, je suis assis sur un coussin tissé de fils d'argent reliés à une prise de terre. Mon niveau d'électrification est autour de 0,5 volt. Sans ce coussin, je tourne autour des 2 volts.

Dans les mêmes conditions, avec une prise de terre insuffisante ou défectueuse, la situation était d'une dizaine de volts ! Le coussin branché sur une prise de terre me ramenait à 4 ou 5 volts. On comprend alors l'importance de la qualité de la prise de terre, et l'impératif de vérifier la qualité de sa terre, en testant le câblage de chaque prise.

Sans cela, sans prise de terre opérationnelle, inutile de dépenser de l'argent pour acheter des

équipements de mise à la terre.

Il est à noter que lorsque l'on est trop « chargé », la mise à la terre avec les systèmes du commerce ne suffit pas pour nous ramener à 0 volt. Comme si le flux de courant sortant ne pouvait pas absorber l'intégralité du courant entrant.

À mon cabinet, quand je mets un patient devant le champ d'un ordinateur et que je pratique certains tests, notamment celui des bras levés latéraux, certains d'entre eux présentent des limitations de l'amplitude des mouvements articulaires. Plus ils restent en présence du champ de l'ordinateur, plus ils se chargent, plus cette amplitude diminue.

Parfois, les électrosensibles se retrouvent avec les bras en croix dans l'incapacité de les monter plus haut. Si je leur passe autour de la cheville un fil électrique que je relie à la terre d'une prise, alors ils se libèrent, leurs muscles se détendent, et leurs bras passent à la verticale avec une grande facilité.

C'est systématique et reproductible. Le champ électromagnétique ou électrique d'un ordinateur charge le corps en électricité induisant de fortes tensions musculaires réflexes. La mise à la terre décharge le corps et entraîne par voie de conséquence une détente musculaire.

On peut aisément comprendre que nous aurons un bien meilleur sommeil si nous sommes dans un tel état de détente. Cela est vrai pour tout le monde mais je pense que les électrosensibles et les hyperélectrosensibles plus que tout autres devraient appliquer la mise à la terre.

Leur sommeil est souvent extrêmement perturbé, peu récupérateur. C'est pourquoi je conseille à tous mes patients de se mettre à la terre, notamment pour dormir. C'est d'ailleurs ce que je pratique toutes les nuits. Je dors sur un « surmatelas » relié à une prise de terre de façon à ce que mon voltage en position sommeil soit nul pendant la nuit. Je me retrouve ainsi dans la même situation de décharge qu'un campeur dormant à même le sol.

Je conseille également quand on a un lit métallique de le mettre à la terre. La nuit, on bouge, on se retourne, et les frottements sur la couette, sur les draps, sur la couverture, induisent de l'électricité statique. Ainsi, ce n'est pas uniquement notre corps qui se charge, mais l'ensemble de la literie, comme bien sûr le lit lui-même, surtout si celui-ci est placé sur un revêtement non conducteur. Les pieds du lit sont parfois recouverts de petites talonnettes en caoutchouc, qu'il faut évidemment enlever.

Une bonne prise de terre ?

Il est vraiment essentiel d'avoir chez soi de bonnes prises de terre. Pour des raisons de sécurité, mais aussi de santé quotidienne. Les fils de terre sont verts ou jaunes et installés près du compteur électrique. Ils sont reliés à un piquet de terre par un câble. Celui-ci est enfoncé dans le sol à l'extérieur du bâtiment. Ainsi, en cas de problème, le courant va vers la terre au lieu d'électrocuter quelqu'un.

Une prise de terre permet aussi d'évacuer les champs électriques émis par les carapaces métalliques des appareils sous tension : les câbles électriques, les luminaires, les ordinateurs, la télévision, etc.

Dans des maisons un peu anciennes, non mises aux normes, les prises sont rarement opérationnelles en ce qui concerne la terre. Il existe dans le commerce des contrôleurs de prises électriques dans tous les magasins de bricolage qui vous donneront de précieuses informations.

Si les moyens financiers vous manquent pour faire les travaux nécessaires, on peut se relier avec un fil conducteur à un piquet métallique profondément enfoncé dans la terre. En cas de sol très sec, la prise de terre fonctionne mal. Il faut alors régulièrement arroser la terre autour du piquet pour améliorer la conductivité. On peut de la même façon enrouler un fil conducteur autour d'un robinet d'eau et se « brancher » à la terre de cette manière. Ces bricolages permettent d'avoir une terre très conductrice, donc d'excellente qualité.

Dans le cadre d'une rénovation électrique, il faut savoir que l'on a la possibilité de choisir des câbles, prises et boîtiers blindés, selon le principe de la cage de Faraday. Leur gaine spéciale canalise et dirige les champs vers la terre. D'autre part, il faut veiller à ce que le compteur électrique ne soit pas installé

sur une cloison de séparation entre deux pièces de la maison, mais sur un mur qui donne sur l'extérieur.

Surtout, restons lucides ! Le réflexe de la mise à la terre, indispensable, n'est cependant pas la solution miracle que certaines publicités ou certains ouvrages nous laissent supposer pour d'évidentes raisons marchandes. Cela reste une solution simple, basique pourrait-on dire, à appliquer dans des environnements très chargés en champs électriques, comme de vieilles maisons au câblage électrique d'un autre siècle, ou à l'inverse dans certaines pièces envahies d'électroménager et d'appareils multimédias. Ce tour du propriétaire, de notre environnement domestique, c'est ce que je vous invite maintenant à faire.

Docteur Gérard Dieuzaide