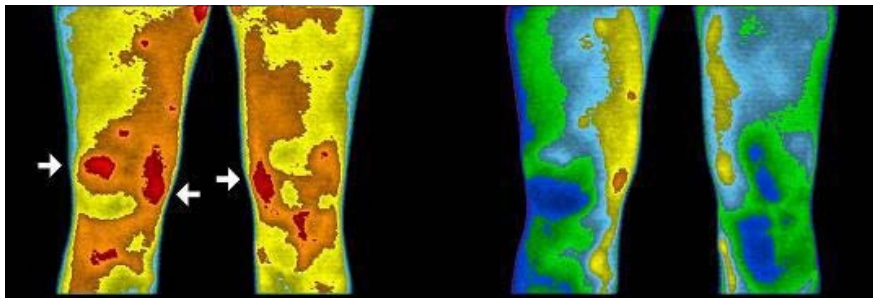




40 minutes suffisent pour vous transformer...

Regardez bien cette photo :



40 minutes séparent la photo de gauche de celle de droite.

Que s'est-il passé ?

Il s'agit d'une **thermographie** des jambes, donc une représentation de la température du corps avant (à gauche) et après (à droite) utilisation d'un tapis de mise à la terre pendant 40 minutes.

À gauche, on observe une température élevée, notamment au niveau des genoux - c'est un marqueur d'inflammation, tout comme la fièvre. À droite, la température baisse, l'inflammation se résorbe. **Le corps retrouve son harmonie.** [\[source\]](#)

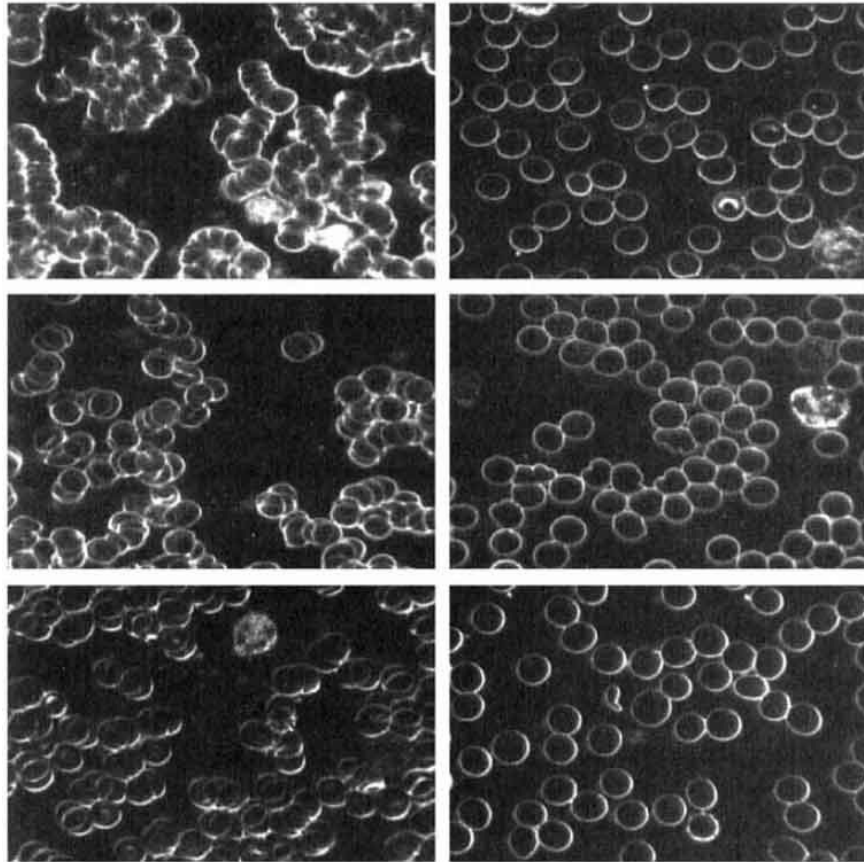
Lorsque vous être ancré à la terre (ex : les pieds dans l'herbe, ou à la maison sur un tapis de mise à la terre), il s'effectue un échange d'électrons entre la terre et vous, et cela rétablit l'équilibre en vous.

Nous sommes faits pour vivre connectés à la terre.

Mais la vie moderne fait que nous sommes rarement en connexion avec la terre : vivant essentiellement à l'intérieur, sortant avec aux pieds des baskets isolantes et autres semelles en gomme.

Nous sommes comme des avions qui ne toucheraient jamais le sol, sans jamais l'occasion de dépressuriser la cabine. Imaginez dans quel état seraient les passagers à l'intérieur...

Hé bien, justement... Regardez à quoi ressemblent les cellules sanguines (vues au microscope) de 3 personnes différentes avant et après 40 minutes sur un tapis de mise à la terre :



À gauche, avant la séance de mise à la terre, les cellules sont agglutinées en grappes.

À droite, après 40 minutes de reconnexion à la terre, **les cellules retrouvent leur indépendance, elles se délient et retrouvent une bonne fluidité.** [[source](#)]

En prenant l'habitude de vous reconnecter à la terre chaque jour, vous offrez à votre corps une **cure de jeunesse**. Un cercle vertueux se met en place :

- votre niveau d'inflammation diminue,
- votre stress décroît,
- votre fatigue disparaît,
- vous dormez mieux,
- votre immunité se renforce,
- vous freinez le vieillissement prématuré,
- vous sentez une vitalité nouvelle,
- ...et votre humeur s'améliore.

Et une fois que vous êtes apaisé, vous pouvez faire passer cette bonne énergie autour de vous !

Cela paraît tout bête, mais c'est souvent la répétition de petits gestes anodins qui a un impact le plus profond.

Certains témoignent avoir vu disparaître leurs douleurs (notamment

un cas de sclérose en plaques [\[source\]](#)) grâce à des séances régulières de mise à la terre.

Comment s'y prendre ?

Mon premier conseil serait d'effleurer la terre, ou un arbre, dès que vous en avez l'occasion.

Mais si vous n'avez pas la possibilité de passer du temps pieds nus dans l'herbe (parce que c'est l'hiver, ou parce vos impératifs ne vous le permettent pas), je vous recommande l'achat d'un tapis de mise à la terre.



C'est un petit tapis avec une surface conductrice muni d'un câble que vous branchez dans une **prise de terre fonctionnelle** dans n'importe quelle pièce de votre maison.

Cette invention moderne était destinée à l'origine aux électriciens et aux opérateurs de machines pour protéger le matériel des transferts d'électricité statique. Cet équipement dont les **effets bien-être ont été découverts par Clinton Ober** [\[source\]](#), vous permet de vous "mettre à la terre" chez vous en quelques instants.

Le tapis de mise à la terre s'utilise dans de nombreuses situations :

- Sous vos fesses lorsque vous lisez assis sur votre canapé ;
- Sous vos coudes lorsque vous êtes assis à votre bureau ;
- Sous vos pieds, lorsque vous travaillez sur l'ordinateur ;
- Sous votre dos, comme alèse de lit, lorsque vous dormez ;
- Comme tapis de yoga ou de gymnastique lors de votre séance hebdomadaire ;

- Comme tapis de repos pour votre chien ou votre chat (les animaux bénéficient aussi d'un ancrage régulier à la terre, qui améliore leur santé).

Compte-tenu de toutes les utilisations que vous pouvez en faire, de son action anti-inflammatoire, et relaxante... l'investissement dans un ou plusieurs tapis universel(s) de mise à la terre est vite rentabilisé.

Il existe plusieurs dimensions de tapis. Celui que je vous recommande mesure 75x32 cm : c'est le plus polyvalent. [En cliquant sur ce lien](#), ou sur l'image ci-dessous, vous trouverez plus de renseignements, avec notamment une vidéo de démonstration.

Équipez-vous tant qu'il reste du stock. C'est un best-seller et le réassort prend environ 15 jours.

The screenshot shows the product page for the 'Tapis universel de mise à la terre Earthing 32x75 cm'. At the top, there is a navigation menu with categories like 'PROTECTION ONDES', 'FILTRATION EAU', 'NUTRITION', 'BIEN-ÊTRE', 'SOULAGER LES MAUX', 'LIBRAIRIE', 'SERVICES', and 'BLOG'. The main heading is 'Tapis universel de mise à la terre Earthing 32x75 cm'. Below the heading, there is a description: 'Soutient votre énergie vitale, stimule votre immunité, réduit l'état inflammatoire et ses symptômes, soulage les tensions, vous protège de l'électrosmog.' and a note: 'Préalable : disposer d'une prise de courant avec une terre fonctionnelle ou d'un jardin.' There is a quantity selector set to 1 and an 'AJOUTER AU PANIER' button. A green 'DISPONIBLE' label is visible below the product. At the bottom of the product area, there is a large green button that says 'Je m'équipe !'.

A bientôt,
David Farel - auteur partenaire de Navoti



Copyright © 2022 NAVOTI SAS, Tous droits réservés.
Pour nous contacter : contact@navoti.com
NAVOTI SAS, ZA POLAXIS, AVENUE DE BOULNAY
NEUILLE PONT PIERRE 37360, France

Vous êtes abonnés à cette liste de diffusion car vous êtes un client Navoti et que vous avez accepté de recevoir nos informations par email.
Si vous souhaitez ne plus recevoir celles-ci, cliquez sur "se désinscrire de la liste"

[Se désinscrire](#)

