

BLOG

# Earthing – Das Kraftfeld der Erde

von Maura Beusch



archive.ph/FeLtG

Veröffentlicht am 27. Oktober 2024

<https://wildnisblick.de/blog/earthing-das-kraftfeld-der-erde/>

NACH  
HALL

## Anmerkungen und Quellen:

1. <https://www.dovepress.com/the-effects-of-grounding-earthing-on-inflammation-the-immune-response-peer-reviewed-fulltext-article-JIR>
2. <https://journals.sagepub.com/doi/10.2466/06.PR0.116k21w5>
3. <https://www.liebertpub.com/doi/10.1089/acm.2011.0820>
4. <https://www.liebertpub.com/doi/10.1089/acm.2009.0278>
5. <https://www.zentrum-der-gesundheit.de/bibliothek/wohlbefinden/selbsthilfe-tipps/earthing>
6. The Earthing Movie: The Remarkable Science of Grounding

<https://nachhall.net/geb05>



Maura  
Beusch

wildnisblick.de

Hey, ich bin Maura. Als Kind hatte ich das große Glück, dass meine Eltern aus der Großstadt Köln auf ein überschaubares Dorf in der Eifel gezogen sind und ich zwischen zwei Bauernhöfen großwerden konnte, einen riesigen verwilderten Garten zum Spielen und den Wald in ein paar hundert Meter Entfernung um die Ecke hatte.

Lebhaft erinnere ich mich an den ersten Tierschädel, den ich zusammen mit meinem kleinen Bruder im Wald gefunden habe – man, war das aufregend! Als Kind habe ich Pilze aus dem Wald getragen, um sie zu Hause im Garten einzupflanzen, Häuschenschnecken versucht als Haustiere zu halten, Wildpflanzen in einem alten Teekessel verrührt und mit meinem Bruder am Bach im nahegelegenen Wald gespielt. Wir sind auf Strohballenstapeln herumgeklettert und haben Freundschaften mit Kühen geschlossen und Kirschen geklaut. In meiner Teenagerzeit habe ich einen Großteil meiner Freizeit damit



verbracht, mit viel Schweiß und Muskelarbeit Pferdemist zu schippen, um mir kostbare Zeit zum Reiten zu erarbeiten. Und ich war sehr viel im Wald, habe stundenlang verträumt an meinem Lieblingsbaum gesessen, bin querfeldein gestromert und habe geübt, mich an Feldhasen anzuschleichen. Feldhasen sind wunderschöne Tiere! Sie strahlen etwas sehr Friedliches aus und haben wunderschönes Fell in unterschiedlichen Brauntönen, riesige Ohren und eine herrlich warme Augenfarbe.

Und ich habe Unmengen an verschiedensten Büchern verschlungen – viele davon haben mich schon früh zutiefst beeindruckt und geprägt und als Wegweiser auf meinem Weg gedient (welche das waren, erzähle ich gerne mal am Lagerfeuer 😊).

Als ich bereits im Studium war, habe ich mir über mein Interesse am Thema Ernährung die Welt der Wildpflanzen erschlossen. Ich bin mit einem Wildkräuterbuch herumgelaufen und habe nach und nach alle Pflanzen probiert, die ich als essbar identifiziert habe. Hier bin ich neben meiner Begeisterung für Tiere auf eine weitere große Liebe gestoßen (ich habe sogar meine Abschlussarbeit der Ackerbegleitflora gewidmet). Auch heute fällt es mir schwer, dass vor Lebenskraft strotzende „Unkraut“ aus meinem Garten auszureißen, während das sorgsam gezogene und gepöppelte Kulturgemüse daneben vor sich hin kümmerst. Oft bleibt es stehen. Ich sitze dann vor der Pflanze und denke: Es ist Wahnsinn, wie lange es dich schon gibt. Seit wann kennen dich die Menschen und wie haben sie dich früher verzehrt, als es nur wilde Pflanzen gab? Wie haben sie dich zubereitet und wie haben sie deine Heilkräfte entdeckt?

Der Geschmack einer herb-würzigen Wildpflanze, der sich auf dem Gaumen entfaltet, ist ein ganz besonderes Erlebnis, irgendwie auch sehr emotional. Ich muss immer daran denken, dass unsere ganze Genetik seit Jahrtausenden an diese Pflanzen angepasst ist – wie sollten unser Körper und unsere Psyche da nicht reagieren? Das erinnert mich auch an meine erste Nacht unter freiem Himmel. Über mir die Baumkronen im fahlen Licht der Dämmerung, sonst nichts, ein ganz geborgenes Gefühl. Es war wie ein Déjà-vu – als hätte ich mein Leben lang nichts anderes gemacht, als draußen zu schlafen. Merkwürdig, würden die einen sagen. Vielleicht ist es aber ganz normal, denn ich denke, wir sind ganz tief in uns drin alle gleich: Kinder dieser Erde – und das ändert auch die verrückte Welt da draußen nicht. Das Leuchten dieser Gewissheit in deinen Augen zu sehen, ist das Schönste, was ich mir vorstellen kann!

