

Wie im Garten: meine Pflanzen und ich im Rhythmus der Stadt

Heute bin ich besorgt. Die extreme Hitze in der Stadt hat meine Beine anschwellen lassen. Ich muß mir bewusst werden, dass meine Körper auf eine ökologische Katastrophe des Planeten reagiert. In Adern und Venen fließt das Blut nicht mehr so leicht wie früher. Deshalb ist der Fluss meiner Körperflüssigkeiten gehemmt; sie fließen nicht weiter, sie stauen sich, Gifte sammeln sich an, ich werde immer langsamer, ... und meine Füße haben keinen Platz mehr in den Schuhen.

Da suche ich das angemessenste natürliche Heilmittel, das Wasser! Ich stelle mich unter die Dusche, um das Wasser über meine Haut laufen zu lassen. Ich fühle, wie jeder Wassertropfen aufschlägt und wie er entlang der Energiekanäle meines Körpers läuft. Ich lasse das kalte Wasser einwirken, das Verengungen bei Adern und Venen bewirkt, um dann zum warmen Wasser zu wechseln, das deren Erweiterung hervorruft. So schließen und öffnen sie sich, öffnen sich und schließen sich wieder. Ich spüre deutlich den Puls meines Körpers. Langsam erholt sich sein umlaufender Biorhythmus.

Ich schaue unverhofft auf die Pflanzen meines kleinen Gartens, die ich schon seit Tagen nicht mehr gegossen habe. Erschöpft weisen sie mich auf mein Vergessen hin. Verschämt gebe ich jeder ihren Becher Wasser, ihre lebenswichtige Flüssigkeit. Langsam füllen sich ihre Kapillaren, reagieren mit einem leuchtenden Grün, sie bewegen dankbar die Blätter.

Anschließend gehe ich hinaus auf die Straßen meiner Stadt. Verkehrsstauungen und Agressivitäten ohne Ende. Ich möchte meiner Stadt ein Glas Wasser oder einen erfrischenden Platzregen geben, um den vitalen Rhythmus von Freude und Hoffnung zurückzugeben. Mein Gesicht entspannt sich so und ich bin fähig, dem Fahrer eines anderen im Stau steckenden Fahrzeuges ein Lächeln zurückzugeben. Und so geschieht ein Wunder, sein Gesicht spiegelt ein Erstaunen und es öffnet sich.

Dies war ein kleines Sandkorn, investiert zur Erholung des rhythmischen Pulses unseres Planeten.

Angela Brocker

Desde el jardín: yo y mis plantas latimos al ritmo de la ciudad

Hoy estoy preocupada. Se me hincharon mis piernas por el calor tan extremo que hay en mi ciudad. Tengo que tomar consciencia de que mi cuerpo está reaccionando a una catástrofe ecológica planetaria. En mis arterias y mis venas la sangre no fluye con la misma facilidad que antes, por lo cual muchos de mis líquidos corporales se quedan atascados; no avanzan, se acumulan, me voy intoxicando, me voy lentificando, ... y ya no entra mi pie al zapato.

Busco entonces el remedio natural más acorde, el agua! Tomo agua pura en cantidades mayores y dejo los líquidos artificiales. Voy también a la ducha para dejar correr el agua por mi piel. Siento el impacto de cada gota y su recorrido a lo largo de los canales energéticos de mi cuerpo. Dejo actuar el agua fría, que produce constricción de mis arterias y venas, para después cambiarlo al agua caliente, que produce dilatación de estas mismas vías. Así se cierran y se abren, y se abren y se cierran.

Percibo claramente el latido de mi cuerpo. Lentamente recupera su bioritmo circulatorio. Veo de repente las plantas de mi pequeño jardín a las cuales no las riego desde hace dos días. Decadidas me reclaman mi falta. Avergonzada les doy a cada una su vaso de agua, su líquido vital. Poco a poco llenan sus capilares, responden con un verde radiante y laten agradecidas cada una de las hojas.

Salgo después a las calles de mi ciudad. El atoro y el atropello entre los carros es constante. Quisiera darle a mi ciudad un vaso de agua o un aguacero refrescante, para devolverle su ritmo vital, de alegría y esperanza. Mi cara se relaja entonces y soy capaz de devolverle una sonrisa al conductor congestionado del carro del lado. Y se produce un milagro, ya que su cara se asombra y se abre.

Esto fue un pequeño grano de arena aportado en la recuperación del latido rítmico de nuestro planeta.

Angela Brocker

