



VIDA EN CONSCIÈNCIA

Avui, **Vida en Consciència**, vos convida a llegir amb el ulls del cor i a escoltar allò que us arriba des del més profund del vostre interior. Així que, cerqueu un lloc tranquil, assegureu-vos que disposeu d'un temps només per a vosaltres, i prepareu-vos per a llegir fragments de "La ciutat dels pous", un relat del llibre de Jorge Bucay, "Cuentos para pensar".

"Aquella ciutat no estava habitada per persones, com totes les altres ciutats del planeta. Aquella ciutat estava habitada per pous. Pous vivents... però pous al cap i a la fi.

Els pous es diferenciaven entre ells, no només pel lloc en el que estaven excavats, sinó també pel

coll (l'obertura que els connectava amb l'exterior). Hi havia pous rics i ostentosos amb colls de marbre i de metalls preciosos; pous humils de maó i fusta; i altres més pobres, amb simples forats pelats que s'obrien a la terra.

La comunicació entre els habitants de la ciutat era de coll a coll, i les notícies corrien ràpidament de punta a punta del poblat.

Un dia, va arribar a la ciutat una "moda" que segurament havia nascut en algun poblet humà. La nova idea assenyalava que tot ésser vivent que es preés hauria de tenir molta més cura de l'interior que de l'exterior. El que era important no era allò superficial, sinó el contingut.

Així va ser com els pous varen començar a omplir-se de coses. Alguns s'omplien de joies, monedes d'or i pedres precioses. Altres, més pràctics, s'ompliren d'electrodomèstics i aparells mecànics. Alguns altres varen optar per l'art, i es varen anar omplint de pintures, pianos de coa



i sofisticades escultures postmodernes. Finalment, els intel·lectuals es varen omplir de llibres, de manifestos ideològics i de revistes especialitzades.

Va passar el temps. La majoria de pous es varen omplir fins al punt que ja no podien incorporar res més. Els pous no eren tots iguals, així que, si bé alguns es varen conformar, altres varen pensar que havien de fer alguna cosa per a seguir ficant coses en el seu interior...

(...) Un pou, petit i allunyat del centre de la ciutat, va començar a veure als seus camarades que s'eixamplaven desmesuradament. Ell va pensar que si continuaven eixamplant-se d'aquella manera, prest es confondrien les voreres dels diferents pous i cadascun perdria la seva identitat...

Tal vegada, a partir d'aquesta idea se li va ocórrer que una altra manera d'augmentar la seva capacitat era créixer, però no a l'ample sinó cap al més profund... Prest es va adonar que tot el que tenia dintre seu l'impossibilitava la tasca d'aprofundir. Si volia ser més profund s'hauria de buidar de tot el contingut...

Al principi va tenir por. Però després, quan va veure que no hi havia una altra possibilitat, ho va fer.

Buit de les seves propietats, el pou va començar a tornar-se profund,...

Un dia, una cosa va sorprendre al pou... Dintre, molt dintre i molt en el fons... va trobar aigua! (...). Mai abans un altre pou havia trobat aigua. El pou va superar la sorpresa i va començar a jugar amb l'aigua del fons, va humitejar les seves parets, esquitxant les seves voreres i, en darrer lloc, traient l'aigua cap a fora.



La ciutat mai havia estat regada més que per la pluja, que de fet era bastant escassa. Així que la terra que envoltava al pou, revitalitzada per l'aigua, va començar a despertar.

Les llavors de les seves entranyes varen brollar en forma d'herba, de trèvols, de flors i de tronquets magres que es varen convertir en arbres després...

(...) Molts varen voler seguir l'exemple del Verger, però varen desestimar la idea quan es varen adonar que per a ser més profunds havien de buidar-se. Varen seguir eixamplant-se cada vegada més, per a omplir-se de més i més coses...

A l'altra punta de la ciutat, un altre pou va decidir córrer també el risc de buidar-se... I també va començar a aprofundir... I també va arribar l'aigua... I també va esquixar cap a fora creant un segon oasi verd al poble...

- Què faràs quan s'acabi l'aigua? - li demanaven.
- No sé el que passarà - contestava-. Però, per ara, com més aigua trec, més aigua hi ha.

Varen passar els mesos abans del gran descobriment. Un dia, gairebé per casualitat, els dos pous es varen adonar que l'aigua que havien trobat en el fons de si mateixos era la mateixa... Que el mateix riu subterrani que passava per un inundava la profunditat de l'altre. Es varen adonar que s'obria per a ells una nova vida.

No només es podien comunicar, de coll a coll, superficialment com els demás, sinó que la recerca els havia dut un nou i secret punt de contacte. Havien descobert la comunicació profunda que només aconsegueixen aquells que tenen el coratge de buidar-se de continguts i cercar en el més

profund del seu ser el que tenen per a donar...



... i ara, respireu profundament, i deixeu-vos sentir. Què hi ha al vostre interior? Què necessiteu buidar? De què us ompliu? Des d'on us comuniqueu amb vltros i amb les persones que us envolten?.

Per una Vida en Salut, Alegria i Pau interior!!

Magdalena Sastre i Martorell

Psicologia. Psicomotricitat. Reiki.
Teràpia Sistèmica Transpersonal
Aromateràpia. Flors de Bach
magdalena.somriu@gmail.com