

d'Körperreis

Ich gang i min Körper innä, föhlä ä gschmeidigi und dicki Tegschtur im Fleisch, d'Muskeltonus varieräd, sie sind mal agspannt mal sehr wäich. Als wär ich im Wasser gspühr ich ä Flüssigkeit wo min Körper umgit ä schöni warmi Flüssigkeit und ich schiebä diä Flüssigkeit wäg. Ich bin mit minä sanftä, feschtä und vertrautä Huut in Kontakt und mit äm trägändä Wasser um mich umä. Plötzlich lösäd sich d'Chnochä vo ihrer ursprüngliche Form am Skelett und gleitäd usä durs weichä Fleisch is Wasser und nachärä längerä Reis wiiter in Wältrum. Han d'Vorstellig das hinter mim Ruggä an warmä und trägändä Wind weihet und ich vo ihm bewegt wird. Ich schüttlä mich, so das alli Zällä ufwachet, bewegt werdäd und während dem la ich öppis in Ruum los und las la gah. An wunderschönä Rägäbogä entstaht am Himmel und spieglet sich i mini Füess. Äs Unä und äs Obä, s'Dach und dä nährendi Bodä i mir. Mis Hirni und d'Körperzällä sind s'Zäntrum vonärä qualläförmigä Substanz und alli Nervästräng findet ihrä Wäg id Verbindig mit äm Bodä i mir, is Becki und schlönd Wurzlä us minä Füess wo id Tüffi wached und d'Läbesenergie i sich ufsugäd und wiiter gebäd. D'Neuronä verbindet sich neu und stönd im Kontakt zwüsched Himmel und Erdä. Ä Horizontalä i mim Härz wo sich langsam in äs wunderschöns, gschmeidigs, wars Flimmärä im Universum uflöst. Nüt me da, alles da. So gschüttled isch alles wordä i mir drin das ich nüm drus chum im Momänt. D'Verbindig zum Läbä zu minä schnuufändä Poorä gspührä. D'Bewegig i mir drin, s'Bluät und dä Puls wo vom Härzschlag bewegt wird. Um d'Huut vom linggä Fuäss chreist an weichä opalblauä Wind. Äs git nüt wos nöd git. Äs git vo allem zwei Siitä. Wos kei Gränzä meh git, gits unändlich viili Möglichkeitä.