

Meditation

Setze Dich aufrecht hin, beide Füßen haben Kontakt mit dem Boden. Schließe bitte die Augen.

Atme langsam ein und aus. Lass die Luft in Deinen Körper und den Atem langsam wieder herausfließen. 1x, 2x, 3x. Dein Körper weitet sich, Du bist ganz bei Dir.

Du bist auf einem Spaziergang durch einen Wald. Der Weg ist mit Moos bedeckt. Achte auf den Bodenkontakt Deiner Füße. Wie weich, wie angenehm. Es tut gut.

Was riechst Du? Den Duft des Reisigs? Den Moder abgefallener Blätter? Riecht es nach Pilzen? Du bückst Dich und tatsächlich, ein Steinpilz. Bedächtig nimmst Du ihn in die Hand. Wie er duftet. Welch köstliche Suppe wird er abgeben.

Was hörst Du? Vögel singen. Ein Zweig knackt unter Deinen Füßen. Zapfen und Totholz liegen verstreut. Früher haben wir etwas für den alten Küchenofen gesammelt.

Dein Körper ist Teil dieses Raums, nimmt ihn in sich auf, mit allen Sinnen. Erinnerungen stellen sich ein. Es gibt eine Verbindung zwischen Deinem Körper und diesem Territorium. Mein Wald. Soviel bedeutet er, soviel hat er zu bieten.

Plötzlich erschrickst Du: ein Motorengeräusch und ein Krachen. Nochmals. Bäume fallen. Das reißt Dich aus Deinen Gedanken.

Der Weg verändert sich. Deine Füße fühlen einen harten Untergrund. Steinig. Dann glatt. Asphalt. Was sehen Deine Augen: einen Kahlschlag und mit Stämmen gefüllte Tieflader. Wer hat sie hergeholt und warum? Geographie der Gewalt.

Der innerste Raum, den Du bewohnst, ist Dein Körper, Dein Zuhause, der Schnittpunkt zwischen dem Innen und dem Außen. Betrachtung nach Innen hilft zu verstehen, was im Außen passiert.

Öffne nun Deine Augen: Was fühlst Du?

Überleitung zu Kolumbien:

Rohstoffe fürs Klima in Europa werden gebraucht für die Dekarbonisierung, Elektrifizierung, Digitalisierung, z.B. Kupfer für Windenergie, für Autos: Grüner Bergbau. Das Paradox: Ziel in Europa: Nachhaltige und grüne Wirtschaft. In Lateinamerika: Wirtschaftswachstum durch Rohstoffabbau, aber schwerwiegendstes sozial-ökologisches Problem.

In Kolumbien sind Teile des Landes im Süden und Ostern mit dichtem Regenwald bedeckt, Heimat Tausender Pflanzen und Tiere. Der Regenwald ist Heimat indigener Gruppen, sie lebten in einem intakten Ökosystem, bis internationale Firmen mit dem Rohstoffabbau von Erdöl und Gold begannen und das Ökosystem aus dem Gleichgewicht geriet und damit auch die Lebensgrundlage der indigenen Gruppen. Viele wurden von ihrem Land vertrieben.

Aus der starken Verbindung zwischen Körper und Territorium haben Frauen in Lateinamerika eine Methode entwickelt – Fühlen, Achtgeben, Sorgen, Verteidigen des Territoriums. Frauen haben sich zusammengeschlossen und verteidigen die Rechte von Frauen, der Natur und der indigenen Gemeinschaften.

(Hemma Tengler)