

Corresponsales: **Hampstead Heath, un lugar para ti**

César Álvarez-González (1978-méxico-University College London y del Anthony Nolan Research Institute)
neuro.cesarmd@yahoo.com.mx

Hace más de un año que mi avión aterrizó en el aeropuerto de Heathrow, en Londres. Era un día lluvioso, el cual no me causó sorpresa alguna, ya que las descripciones que uno escucha de esta ciudad son siempre con precipitaciones pluviales la mayor parte del año.



Entrada al parque ubicada en el corazón de Hampstead Heath

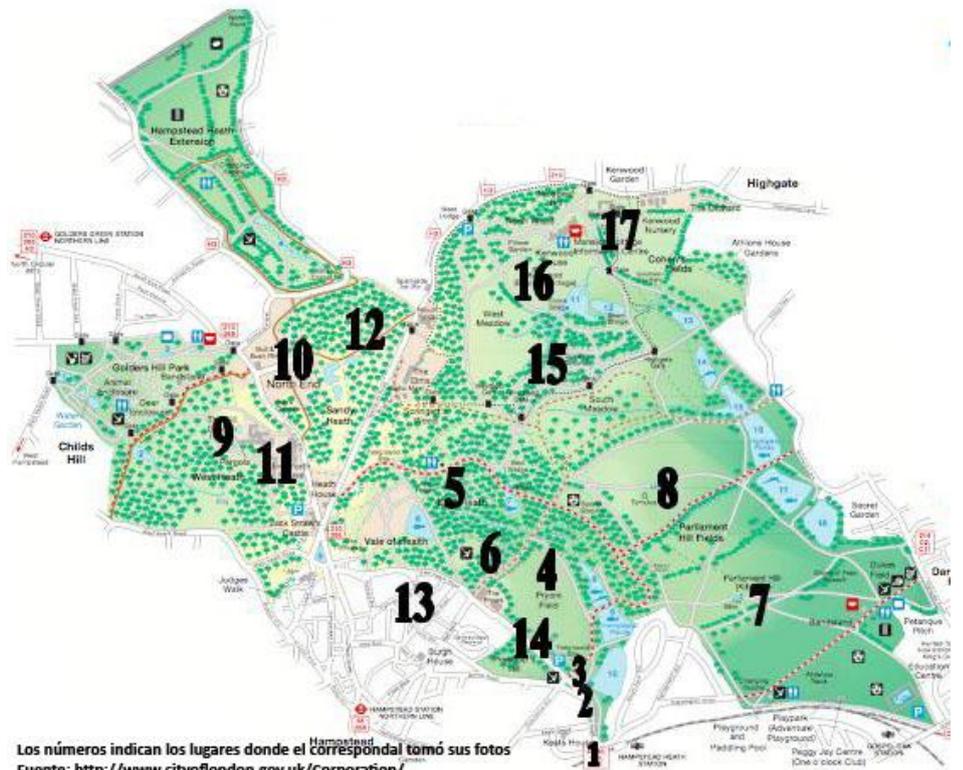
Durante mis primeros contactos con la ciudad quedé enormemente sorprendido por la cantidad y variedad de parques en el corazón de la misma. Era, sin lugar a dudas, una de mis mayores sorpresas debido a mis expectativas de esperar una urbe hecha, en su mayoría, de concreto, como otras ciudades grandes en el mundo.



Estanque ubicado a la entrada del parque

Algo que nunca pensé fue la idea de que mi área de trabajo y el lugar de mi residencia fueran a localizarse de un extremo a otro del parque más grande de la ciudad, convirtiéndose en mi tránsito a casa y en mi sitio favorito de descanso.

Hoy es uno de esos días de otoño en Londres, donde el sol hace su aparición en un tiempo



Los números indican los lugares donde el corresponsal tomó sus fotos
Fuente: <http://www.cityoflondon.gov.uk/Corporation/>

donde la temperatura empieza a descender paulatinamente para dar paso al invierno. Me dispongo a dar un paseo y, sin lugar a dudas, el parque de Hampstead Heath se ha vuelto uno de mis lugares preferidos en esta ciudad multicultural. Los británicos han sabido desarrollar un urbanismo lleno de paisajes naturales dentro de esta metrópoli.



Estanque dentro del parque

De todos los parques encontrados en la ciudad, éste es uno de los más populares y está situado aproximadamente a 6 kilómetros del centro de Londres, lo cual, sin embargo,

no es una desventaja, ya que esta ciudad cuenta con accesos a través del transporte público, prácticamente para todos sus rincones.



Estanque dentro del parque

Este enorme oasis dentro del desierto asfáltico cuenta con su propia magia para atraer a millones de personas, debido a su enorme variedad de actividades, que van desde el solo hecho de disfrutar los ambientes naturales, hasta una amplia gama de actividades deportivas, culturales y de entretenimiento que ofrece la administración del parque. Dentro de este repertorio de

opciones podemos resaltar la visita al mini zoológico en el área de Golders Green o a distintos centros culturales, disfrutar del colorido paisaje creado por la vegetación y de las vistas panorámicas a la ciudad, actividades recreativas y deportivas, eventos culturales y un sin número de posibilidades, que se resumen en una leyenda promocional del sitio que reza así: “Quien sea que seas, hay siempre algo en Hampstead Heath para ti”, permitiendo hacer del parque un punto de reunión de personas con muy distintos intereses.



Vereda en el corazón del parque

Caminar en el parque es una actividad motivante y relajante en cualquier época del año. Recorrer sus veredas de terracería cubiertas con la alfombra natural de la caída de las hojas y con pastos que pasan del verde en verano al amarillo-rojizo en otoño, para finalmente cubrirse con el blanco de la nieve en invierno, apacigua definitivamente el espíritu más inquieto.



Estanque en el corazón del parque

Transitar senderos rodeados de alnus, fraxinus, olmos, álamos, robles y tilos, entre otros, hacen de este parque, junto con la variedad de la flora, un verdadero reposo natural en medio del caos de la vida urbana.



Vista a la ciudad en Parliament Hills

Otro de los fenómenos que más he disfrutado es el florecer de los diferentes tipos de plantas que varían de acuerdo a la estación del año. Salir del ajetreo ciudadano para contemplar el florecer de los jardines durante la primavera y su decoloración a tonos grises durante el otoño, rodearte de patos, zorros, ardillas y liebres es una experiencia que solo puede ser explicada con palabras emanadas de la razón sensible.



Zona de Parliament Hills

De hecho, en este periodo otoñal, el espectáculo que dan las hojas al caer de los árboles es maravilloso y digno de la composición musical hecha por Vivaldi en sus “Cuatro estaciones”.



Estanque con jardín en Golders Hills

Otoño también es la estación de las arañas, ya que éstas se vuelven más visibles en este periodo, tiempo, además, en que las aves instaladas durante la primavera y el verano

empiezan a migrar para el invierno y, al mismo tiempo, haciendo su aparición las aves características del invierno, como el pato cuchara o espátula, el pato alverde o serrano, el ánade friso, el zorzal real, el zorzal alirrojo, el pardillo sizerín y los lúganos.



Jardín durante la primavera en Golders Hill
 Jardín durante el verano en Golders Hill
 Otoño en el área de Golders Hill

El sonido de los arroyos y los pequeños lagos al interior del parque transportan la mente obnubilada por la rutina e intoxicada de letras a estados de relajación dignos de una meditación religiosa. Cambiar el ruido del tráfico por el canto de los pájaros mitiga la ansiedad generada por el hábito urbano.



Invierno en el parque
 Evento cultural dentro del parque
 Puente en el centro del parque

Un lugar que no podemos dejar de pasar dentro del parque es Kenwood House. Esta

casa fue donada por el magnate cervecero Edward Cecil Guinness junto con una parte de su colección de arte. Esta edificación de bellísima decoración cuenta en su interior con pinturas de importantes artistas, entre los que destacan Rembrandt, Gainsborough, Reynolds, Turner y Vermeer. Por lo que, una vez apaciguada nuestra ansiedad por los efectos del contacto con la naturaleza, admirar las obras de arte, los muebles, la decoración y la estructura arquitectónica de este lugar se convierte en una actividad de deleite complementaria.



16
Kenwood House

Una combinación de naturaleza y arte en unos metros cuadrados de bosque se convierten en la aventura ideal de cualquiera con vocación al turismo eco-cultural. Llenarte las pupilas de los colores del paisaje para cotejarlos con los colores de la creación artística, fundiéndolos en unos gramos de tejido cerebral, no puede llevar a otra conclusión que a la de una mente libre.

El poeta Sábines recomendaba en una de sus poesías comer la luna a cucharadas para desintoxicarse de filosofía.



17
Área alrededor de Kenwood House

Esto en franca alusión a ese sentimiento de necesidad de contacto con la naturaleza que vive dentro de nuestras mentes, siendo una especie de *deja vú* de los tiempos primitivos. Hoy, ese alivio que ofrece la luna en la citada poesía es el mismo que encuentro al transitar por este maravilloso remanso de paz.

Mi vida contemplativa se ha enriquecido con esos maravillosos paseos que hago en el corazón de este bosque, el cual hago mi camino a casa durante el verano y mi refugio para apaciguar el ajetreo de la jornada en el laboratorio durante todo el año. Es una especie de fuente de inspiración ante la falta de ideas. Es, en pocas palabras, mi pequeño mundo etéreo dentro de esta urbe de callejones históricos.



El autor se tomó esta foto en una parte muy bella del parque