

Mary Olsen Kelly

Wachse mit deinen Aufgaben

Die Magie der Perle

Aus dem Amerikanischen von Christian Schweiger



Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt als dem der Erstveröffentlichung in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

Originalausgabe: Path of the pearl

© Beyond Words Publishing, Inc., USA 2002

© Fotos: Pacific Image (www.pacific-image.com)

Copyright der ersten deutschen Ausgabe 2004

Verlag »Die Silberschnur« GmbH erschienen unter der ISBN: 978-3-89845-063-5 und dem Titel "Der Pfad der Perle"

Copyright © 2017 Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN: 978-3-89845-547-3

1. Auflage 2017

Gestaltung & Satz: XPresentation, Göllesheim

Umschlaggestaltung: XPresentation, Göllesheim; unter Verwendung verschiedener Motive von © Nadezda Kostina, www.fotolia.com

und © Valentyn Volkov, www.shutterstock.de

Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH

Steinstraße 1 · D-56593 Göllesheim

www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de

Inhalt

Einleitung	7
1. Schönheit aus Not	13
2. Form, das Individuum	23
3. Größe, Raum zur Ausdehnung	39
4. Tanz der Farben	49
5. Glanz, der schillernde Spiegel	59
6. Licht, die Seele der Perle	69
7. Vollendung, Unvollkommenheit und Sinnlichkeit	81
8. Wert und Seltenheit	93
9. Glanz und Magie	103
10. Das Vermächtnis der See	115
Mahalo	125
Anhang: Perlen, bleibende Schätze	127
Danksagung	139
Über die Autorin	143

Einleitung

Jede Perle ist ein lebendes Vermächtnis der Natur. Jede ist so einzigartig wie wir Menschen. Ist nicht auch sie viel stärker als sie scheint? Der Pfad der Perle versteht die Perle als Metapher für unser eigenes Leben, für all die Weisheit, die wir durch die Überwindung und Umwandlung der Hindernisse unseres Lebensweges sammeln konnten. Sie ist weit mehr als bloßer Schmuck, sondern ein Symbol der Erleuchtung, ein Bindeglied zum Himmel und zur Kraft unseres Unterbewusstseins. Dieses Werk versteht die Perle als spirituellen Lehrer und Werkzeug unserer Persönlichkeitsentfaltung. Es hat insbesondere ihre mystische Essenz und ewige Anziehungskraft zum Thema.

Die Idee zu diesem Buch kam mir, als mir klar wurde, wie sehr Perlen mein Leben und das vieler meiner Bekannten verändert haben. In den vergangenen dreizehn Jahren hatte ich das Glück und die Ehre, mit Abertausenden von Perlen zu arbeiten, da ich gemeinsam mit meinem Mann Don die Juwelierläden der Black Pearl Gallery auf

Hawaii besitze. So hatte ich Gelegenheit, auf die abgelegensten Südseeinseln zu reisen und zu beobachten, wie Perlen zur Welt kommen. Ich habe Vorträge in aller Welt gehalten und mit Spitzenjuwelieren an Designs gearbeitet, bei denen jeweils das Besondere der Perlen hervorgehoben wurde. Don und ich fahren zu den jährlichen Versteigerungen auf Tahiti und erleben jedes Mal wieder dieses prickelnde Gefühl, wenn wir Tausende Perlen begutachten, um dann zu entscheiden, welchen Posten welcher Perlenfarm wir erstehen wollen.

Welch unglaubliches Gefühl, große Mengen von Perlen vor sich im Zimmer ausbreiten zu können, das unmittelbar in allen Farben des Regenbogens erstrahlt! Wir haben Freunde in den verschiedensten Geschäftsbereichen der Perlen: Züchter, Verkäufer und Juweliere.

Ich setzte mir zum Ziel, so viel wie möglich über dieses erstaunliche Juwel zu erfahren, habe viel zum Thema gelesen, geforscht und im Lauf der Jahre gelernt, den Wert von Perlen zu schätzen. Schon bald stand ich in ihrem Bann und ließ mich von ihnen führen. Perlen haben mich viel über Schönheit, Seltenheit, Weisheit und die Güte der Natur gelehrt. Sie haben mir wertvolle Einblicke in das menschliche Leben und meine eigene Existenz verschafft. Ich kam zum Schluss, dass die Kriterien, nach denen wir die Qualität einer Perle beurteilen – Form, Größe, Farbe, Glanz, Licht und Vollendung – durchaus mit menschlichen Eigenschaften wie Mut,

Glauben, Vertrauen, Entschlossenheit, Hoffnung und Liebe vergleichbar sind und als Hilfe und Maßstab dienen können, unsere Lebensqualität zu bewerten und zu verbessern.

Ich habe Hunderte Menschen gesehen, die sich in Perlen verliebt haben, und den Blick in ihren Augen erkannt, wenn sie auf dem Ladentisch "ihre" Perle entdeckten wie einen lange verschollenen Freund. Perlen haben das Leben aller meiner Bekannten verändert. Je mehr ich mich ihren geheimen Wundern öffnete, desto tiefer wurde auch meine Beziehung zu ihnen. So kam ich im Lauf der Jahre zum Schluss, dass ich eigentlich eher eine Schülerin in der "Tempelschule der Perle" als eine Perlenverkäuferin bin.

Auf unserer gemeinsamen Reise auf dem Pfad der Perle werde ich Entdeckungen und Einblicke, die ich mit Perlen erfahren habe, mit Ihnen teilen. Wir werden die sechs Kriterien der Perlenbegutachtung auf unser eigenes Leben anwenden. Dieser Pfad wird an der Lagune der Nixe vorbeiführen, die uns als weise Führerin mit den Zaubern der See und ihren sanften Heilmethoden vertraut macht. Unser Weg wird gesäumt sein von Gedichten und schillernden Edelsteinen der Weisheit.

Am Ende jedes Kapitels sollen gezielte Fragen Ihnen helfen, Ihre inneren Mysterien zu entschlüsseln. Diese Fragen können wir im Stillen oder aber – besser noch – in Form eines Tagebuchs beantworten. Lassen Sie die

Gedanken unkorrigiert und frei aus sich herausfließen. So wird es Ihnen gelingen, frühere Herausforderungen schätzen und neue erkennen zu lernen, die schließlich die Perlenkette unseres Lebens bilden werden. Diese Fragen am Ende jedes Kapitels, die Sie als Meditationsanleitung oder aber auch als Ausgangspunkt einer Tagebucheintragung sehen können, sind in drei Punkte unterteilt:

Kern

Ängste, Ärger und Sorgen des Alltags. Kurz, all die Herausforderungen, die uns prägen und formen, sowie die Überzeugungen und Ansichten, um die wir unser Leben angelegt haben.

Schichten

Die Art und Weise, wie wir auf diese grundlegenden Herausforderungen, Reize oder Unglücke reagieren.

Bewusstsein und Schönheit

All das, was wir aus den Hindernissen des Lebens gemacht haben; all die Geschenke, die uns aus ihnen erwachsen sind; all das Verständnis und die Einsichten in unser Innenleben, die die Herausforderungen des Lebens uns ermöglicht haben.

Was kann uns die Perle lehren? Ein Blick in diese Kristallkugel lässt uns mit etwas Geduld nach und nach wie in Schichten die Geheimnisse des Universums erfahren. Juwel des Meeres, Geschenk der See aus dem Halsband einer Nixe, wohin führst du uns? Welche Mysterien können wir durch dich erfahren? Welche Geheimnisse wirst du uns einflüstern?



Die Perlernauster

Die Perle ist nicht nur das älteste, sondern war früher auch das wertvollste Juwel. Die Wahrscheinlichkeit, dass sich ein Sandkorn, ein Stückchen Krabbenschale oder Seegras im Körper einer Auster verfängt, um eine Perle zu werden, ist gerade mal 1 : 10 000.

Eine Perle entsteht, wenn eine Perlernauster ihre weichen Organe gegen einen solchen Fremdkörper verteidigt. Zuerst versucht sie, ihn auszuscheiden. Gelingt ihr das jedoch nicht, so wird er zum Kern der Perle, da die Auster den Eindringling mit zahlreichen Schichten von Perlmutter umgibt, um ihn abzuschirmen.

Während Austern in Äquatornähe ständig an dieser Schutzschicht arbeiten, verfallen sie bei den sinkenden Wassertemperaturen anderer Meere in eine Art Winterschlaf.

Durch die vielen Perlmutter-Schichten lässt die Auster den Fremdkörper zu einem separaten Bestandteil in sich werden. Sie akzeptiert ihn als Teil ihrer selbst, umarmt und verändert ihn. Sie bedient sich aller Kräfte, die ihr die Schöpfung zur Verfügung stellt, um den Fremdkörper zu überwinden und zu einem Kunstwerk der Natur werden zu lassen.



1. Schönheit aus Not

*Alle Kunst ist autobiografisch.
Die Perle ist die Autobiografie der Auster.*

Frederico Fellini

Dieses wunderbare Geschenk des Meeres – der einzige von einem Lebewesen erzeugte Edelstein – ist eine Schöpfung aus einer Krisensituation, Kunst durch Reiz. Perlen sind ein lebender Beweis dafür, dass die schlimmsten und schmerzhaftesten Erfahrungen zu heilender Kunst werden können. Sie sind schillernde Beispiele der Verwandlung tödlicher Bedrohung in Schönheit.

Als Menschen kennen wir Schmerz und Leid in all ihren Varianten. Wir alle machen unsere Erfahrungen mit Unglück und Ärger, mit Verlust und Seelenqual. Wir begegnen vielleicht auch Scheiterungen, Scheidung, Krankheit und dem Tod. Doch können wir lernen, diese Erfahrungen als Gelegenheiten zum inneren Wandel wahr- und anzunehmen.

Austern umgeben Fremdkörper mit unzähligen, mikroskopisch feinen Schichten von Perlmutter. Diese werden stückweise aufgetragen und überlappen einander in etwa wie die Blätter eines Kohlkopfs. Die Ränder

dieser einzelnen Schichten sind zwar eckig, aber so fein, dass wir sie nicht mit dem bloßen Auge ausmachen können und unsere Finger lediglich eine samtig glatte Oberfläche fühlen.

Die Erinnerungen unseres Lebens umgeben uns wie solche Perlmutter-schichten, wie die Blütenblätter einer Blume oder die Ringe eines Baumstamms. In ihnen steckt alles Wissen, welches wir uns durch unsere Erfahrungen angeeignet haben. Diese Schichten formen und bilden uns, und runden zugleich die spitzen Kanten harter Zeiten ab. So wird der Kern des Schmerzes schließlich Teil unserer selbst. Der unliebsame Eindringling sinkt tiefer in uns ein und wird erträglicher.

Auch unser Glanz ist aus der Überwindung der Hindernisse unseres Lebens entstanden. Unsere positiven und negativen Erfahrungen umgeben den Kern unseres Wesens. Es ist nicht immer leicht, die positiven Seiten eines Unglücks zu entdecken, doch fällt dieser Schleier oft mithilfe der Zeit. Jede Herausforderung ist der Kern einer neuen Schöpfung, jede gelungene Überwindung von Hindernissen eine neue Perle auf unserem Lebensweg. Der Wandel ist ein ständiger Begleiter unseres Wachstumsprozesses. Jeder Vorfall, jedes Gefühl, jeder Erfolg, jede Sorge bildet eine neue Schicht. Schmerzen, die unsagbar und unerträglich sein können, sind Lektionen, die wir nie wieder vergessen. Sind sie einmal Teil unseres

Wesens geworden, helfen sie uns, künftige Widrigkeiten leichter überwinden zu können.

Das spirituelle Abenteuer der Reise unserer Seele durchs Leben haben wir im Grunde genommen alleine zu bestehen. Wie die Perle werden wir in unserer Existenz dabei reicher und weiser. Je älter und einsichtiger wir werden und je gelassener wir die Rückschläge des Schicksals hinnehmen, desto tiefere Einblicke gewährt uns das Universum. Da öffnen sich manchmal auch schon lang verheilt geglaubte Wunden. Sie lassen uns eine Problematik aus einem völlig neuen Blickwinkel sehen und diesmal wirklich verstehen. Wie Balsam heilt das neu erworbene Bewusstsein den Schmerz. Ich bin zur festen Überzeugung gelangt, dass keinem von uns mehr Pein auferlegt wird, als wir ertragen können. Stehen wir riesigen Problemen gegenüber, so ist Gott oder das Universum der Ansicht, dass wir nun in der Lage sind, uns mit schwierigeren Prüfungen auseinanderzusetzen.

Das Licht der Perlen soll uns immer daran erinnern, dass all diese Hindernisse Teil unserer selbst werden können. Wir bilden unsere Seele, indem wir die bunten Herausforderungen unseres Lebens mit schillernden Erfahrungen umgeben. Durch die Bewältigung von Schmerz und Leid auf die verschiedensten Weisen lernen wir, dass manche Wege schwieriger sind als andere. Manche Menschen verharren im Schmerz und erhalten

ihn so für Monate, Jahre oder gar Jahrzehnte am Leben. Andere wiederum neigen dazu, Probleme schlimmer zu machen, als sie eigentlich sind. Hadern wir jedoch ständig mit unserem Schicksal, so wird unser Leben auch ständig von unendlicher Unzufriedenheit überschattet. Nur wenn wir wirklich integrieren, was wir durch die überwundenen Hindernisse gelernt haben, können wir ihren Sinn verstehen und schätzen und dadurch weiterwachsen und gedeihen. Schaffen wir die nötige Distanz zu Problemen, sehen wir oft besser, welche neuen Möglichkeiten sie uns eröffnen. Die Lehren, die wir aus allen Komplikationen des Lebens gezogen haben, lassen uns schließlich zu tiefsinnigeren und weiseren Menschen werden. Sie werden zur Grundlage unseres Lebensweges.

Doch wie viele von uns sind wirklich dazu in der Lage, das Geschenk, welches sich hinter einem Hindernis verbirgt, auf Anhieb wahrzunehmen? Die wichtigsten Lehren der Perlenauster sind sicher, unsere Stärke ebenso in Ehren zu halten wie unsere Flexibilität, und unsere Schönheit in der inneren Kraft zu finden, die es benötigt, um Abstand von den Dingen zu nehmen, anstatt sie bekämpfen zu wollen. Wir umgeben Reizsituationen mit unseren Segenswünschen, einer Art spirituellen Perlmutter, und lassen aus Problemen Perlen der Seele werden.

Der Weg der Perlen

Der Lebensweg liegt offen vor uns. Tao, Pfad, Glaube, Dharma, Abenteuer und viele andere Worte beschreiben diesen Weg ins Ungewisse. Wir versuchen, uns so gut wie möglich darauf vorzubereiten, indem wir uns auf unser persönliches Maß an Ethik und Moral stützen, das wir uns durch all die Erfahrungen gesetzt haben, die wir seit unserer frühesten Kindheit bis zum heutigen Tag gesammelt haben. Ständig haben wir Entscheidungen auf diesem Weg zu treffen: Wo leben wir, in wen verlieben wir uns, heiraten wir, bekommen wir Kinder oder wie gestalten wir unsere Karriere? Die Kurven und Biegungen dieses Pfades bringen uns in Gefahr und führen uns wieder aus ihr heraus, lassen die Sonne der Freude in unser Leben scheinen oder verhüllen sie. Wir machen viele neue Erfahrungen und lernen neue Lehrer und Führer kennen. Manchmal wählen wir den schwierigeren Weg an einer Abzweigung; einen Pfad, der vielleicht auf den ersten Blick einfacher erscheint, aber schließlich mehr Gelegenheiten zu neuen Erfahrungen birgt. Am Ende führen jedoch alle Wege unfehlbar zum großen Mysterium.

Nicht nur die Juwelen und Perlen unserer Freuden, Erfolge und Liebe, sondern auch zerbrochene Träume und Herzen säumen unseren Lebensweg. Aber erst, wenn es uns gelingt, die Geheimnisse und die verborgene Weisheit dieser scheinbaren Fehlschläge zu erkennen,

tun sich uns die ganze Schönheit und der wunderbare Zauber des Lebens auf. Wir haben immer wieder neue Gelegenheiten zu lernen. Die härtesten Zeiten bergen die wichtigsten Lektionen; die größten Eindringlinge können die größten Perlen bilden. So lehrt und ändert uns das Leben. Stehen wir diesen Erfahrungen mit offenem Herzen und Geist gegenüber, werden viele Probleme zu Schätzen, Perlen.



Meditation

Eine einzelne Perle liegt in meiner offenen Hand. Wenn ich sie ganz genau ansehe, um die Schichten auszumachen, die sie schillern lassen, erkenne ich nach und nach den Weg ihrer Entstehung.

Zunächst ist die Perle winzig klein. So klein, dass wir sie in einem Augenblick der Unachtsamkeit fast verlieren könnten. Ich sehe all ihre Schönheit und schätze ihr zerbrechliches Wesen. Bin ich auch in der Lage, meine eigene Schönheit zu erkennen? Vielleicht verschließe ich mein weiches Inneres eher wie eine Auster vor der Außenwelt. Habe ich eine harte Schale um mich gebildet? Habe ich die zarte und glänzende Perle meiner Seele durch eine Wand von all dem abgeschlossen, was um mich herum existiert? Wenn dem so ist, darf ich wagen mich zu öffnen? Darf ich die

Welt, den Ozean, Sonnenlicht und Liebe einlassen? Kann ich die geheime Schönheit, die ich im tiefen Inneren meines Wesens verberge, mit anderen teilen?



DIE FARBEN DES PARADIESES

*Es gibt Dinge,
Die geschehen nur in türkisen Wassern,
In trägen Lagunen, in den Herzen von Liebenden.
Exotische Geheimnisse, verborgen
Zwischen glänzenden Schalen
Verstecken schillernde, aus Schönheit
geborene Schichten.*

*Tauche bei Sonnenaufgang
In die pfauenblauen Wasser
Des sprudelnden Korallenatolls,
Das dir in deinen Träumen begegnet ist.*

*Raste im ruhigen Wasser.
Lasse deinen Geist atmen
Im mythischen Land
Des Regenbogengotts,
Wo Brücken aus Farbe*

*Sich in strahlendem Licht
Mit dem Meer vereinen.*

*Vollendung wird geboren
Aus ekstatischem Reiz
Und wandelt Not in Kunst.*

Perlen der Weisheit

Die Welt ist so, wie wir glauben.

Schmerz und Leid oder Kunst und Schönheit? Wie wollen wir die Herausforderungen des Lebens sehen?

Unsere Gedanken, Überzeugungen und Haltungen bestimmen unser tägliches Leben. Mag es uns auch nicht gegeben sein, die Ereignisse unseres Lebens zu bestimmen, so können wir doch die Perspektive wählen, aus der wir sie wahrnehmen. Auch die Art und Weise, wie wir auf sie reagieren, liegt einzig und allein bei uns. Glauben wir, dass ein Problem unser Leben ruinieren kann, so wird es auch so sein. Sehen wir es hingegen als Saat für etwas Neues und Schönes, so wird es sich auch als das herausstellen.

Wir können verschieden auf Veränderungen reagieren: mit Annahme oder Verweigerung. Doch macht unser Widerstand Geschehenes wirklich rückgängig? Macht er die Dinge besser? Lassen Sie Hindernisse

zum Kern der wunderbaren Perlen ihres Lebens werden.

Weitere Gedanken

Kern

Erinnern Sie sich noch an ein Problem, aus dem Sie später ganz überraschend etwas gelernt haben?

Schichten

Wie haben Sie zuerst auf diese Herausforderung reagiert? Waren Sie verärgert, zornig oder nachtragend?

Was hat Ihnen schließlich ermöglicht, weiterzugehen und die Schichten zu schaffen, die diese Erfahrung erträglicher machten?

Bewusstsein und Schönheit

Welche Erkenntnis haben Sie daraus gewonnen, die Ihnen ohne eine solch schwierige Erfahrung nie zuteil geworden wäre?

Welche Auswirkungen hatte diese Lektion auf andere Bereiche Ihres Lebens?

Haben Sie dabei auch etwas Wichtiges und Dauerhaftes über sich selbst gelernt?



Die Perlentaucher

Vor Hunderten von Jahren waren die Austernbänke der Welt knietief von Austern übersät. Die Taucher wurden mit Schiffen zu diesen reichen Feldern gebracht, wo sie ohne jegliche Atemhilfe frei tauchten. Natürlich suchten die Perlenhändler vor allem die Taucher aus, die am längsten ohne Luft auskamen und demzufolge auch die meisten Austern sammeln konnten.

Am Anfang des 20. Jahrhunderts holte man Tausende Tonnen Austern aus dem Meer, bis die früher so reichen Ozeane praktisch leer gefischt waren. Heute darf nur noch in eigenen Perlenzuchten auf einsamen Inseln und Atollen nach Perlen getaucht werden.

Die Züchter sammeln wilde Jungaustern und züchten sie jahrelang. Sie beschützen sie, wenden sie, entfernen Entenmuscheln, Seesterne und andere Störfaktoren.

Sind die Austern ausgewachsen, pflanzt ein Transplantations-techniker ein kleines Stückchen Muschel in den weichen Körper jeder Auster. Danach kommen sie wieder zurück ins Meer, wo sie mehrere Jahre lang sorgsam behütet werden. Der Perlenzüchter schwimmt täglich in den Austernbänken, um die markierten und datierten Austern zu beobachten, die seinen Lebensunterhalt darstellen.



2. Form, das Individuum

*Und die Träne ist so wertvoll wie der Regentropfen,
der zur Perle wird, wenn er ins Wasser fällt.*

Thomas Moore

Eine Perle kommt in vollendeter Form aus der Auster. Ihre Schönheit bedarf keines Polierens oder Schliffs. Die Vielzahl der Formen zeugt davon, wie wenig Kontrolle Perlenzüchter auf das Endprodukt ausüben können. Obwohl jeder eingepflanzte Kern rund ist, sind nur wenige Perlen einer Jahresernte völlig rund und perfekt. Nur in den seltensten Fällen gelingt es einer Auster, diese schwierige Form zu erzeugen.

In der Regel werden die Perlen in drei Formtypen unterteilt: Sphärische Perlen sind rund. Symmetrische Perlen sind birnen- oder tränenförmig. Alle anderen Formen werden als Barock bezeichnet. Seit einiger Zeit kommen auch neue Formen der Süßwasserperlen auf den Markt. Neben dem herkömmlichen "Reis", "Samenkorn" oder anderen länglichen Formen gibt es hier die "Kartoffeln", "Münzen", "Barren" oder gar "Kreuze".

Bei den großen Auktionen auf Tahiti werden Perlen in die Kategorien rund, halbrund, tropfenförmig, oval,

knopf- oder kreisförmig eingeordnet. So kann der Versteigerer sie grob unterteilen, wenn es auch zahlreiche Varianten innerhalb jeder Form gibt, die auch – aber nicht ausschließlich – durch Zusatzbezeichnungen wie kurz, lang oder extralang erfasst werden.

Keine Perle ist völlig identisch mit einer anderen. Die Meisterjuweliere suchen nach den verschiedensten Formen, um ein einzigartig schönes Design zu gestalten. So ist das erste Kriterium der Form eher subjektiver Art. Es geht hier um keine objektive Bewertungsskala, sondern eher darum, was der Einzelne schätzt. Viele Frauen fühlen sich vom Reiz barocker Perlen angezogen, die sie wegen ihrer Einzigartigkeit lieben.

Auch wir Menschen sind keineswegs perfekt symmetrisch. Das Leben formt uns wie ein Bildhauer Lehm, Stein, Metall, Holz schnitzt, haut oder poliert. Jede Erfahrung, jeder Erfolg und jeder Fehlschlag formen unser Wesen. Natürlich haben wir selbst einen entscheidenden Anteil an diesem Prozess. Schließlich sind es ja unsere Entscheidungen, die den Verlauf unseres Lebensweges bestimmen. Genetische Anlagen bestimmen die Formen unseres Körpers. Mit Stolz haben wir die breiten Schultern unseres Vaters oder die zierlichen Füße unserer Großmutter geerbt.

Mehr als alle anderen Eigenschaften plagt besonders das Konzept der Form viele Frauen. Was ist die ideale

Form? Die eine ist groß mit schlanken Beinen, sonst aber eher mollig, eine andere ist hager und hat einen langen Nacken, während eine dritte mehr breit als groß ist.

Auch wir sind einzigartig, schöne Schöpfungen mit unseren besonderen Eigenschaften. Wir sind ohnegleichen, seltene Schätze, die es wert sind, gesucht und gehütet zu werden. Durch ihre Form sendet die Perle uns die Botschaft des Selbstbewusstseins und Selbstwertgefühls.

Wir haben aber nicht nur unsere ganz eigene Form, sondern entwickeln diese auch ständig. Unser Körper macht manchmal dramatische Wandlungen durch. Wir alle haben uns von der winzigen Eizelle über das Embryo, das krabbelnde Baby, das Kind und den Jugendlichen zu dem Menschen entwickelt, der wir heute sind. Denken Sie zurück zu dem Zeitpunkt, als Sie sich erstmals Ihres Körpers bewusst wurden. Wie waren Sie mit zehn, fünfzehn, achtzehn, fünfundzwanzig, fünfunddreißig oder fünfundvierzig Jahren?

Hatten Sie beim Betrachten alter Fotos noch nie den Eindruck, dass Sie eigentlich besser aussahen, als sie damals meinten? Stellen Sie sich vor, Sie wären in der Lage gewesen, diese Form, diesen Körper so zu genießen, wie er war. Wären Sie nicht viel glücklicher gewesen? Warum ist es oft so schwer, uns so zu akzeptieren und zu lieben, wie wir gerade sind? Die Körper von Frauen

haben ebenso viele verschiedene Formen wie die Perlen, und doch lassen wir uns von Klischees bombardieren, die uns einzutrichtern versuchen, wie wir alle sein sollten. Entsprechen wir diesem Bild aber nicht, so fühlen wir uns oft schuldig oder minderwertig.

In Wirklichkeit haben wir doch aber alle nur "barocke" Formen. Dieses wunderbare Wort der Perlenterminologie fasst so herrlich alle Perlen zusammen, die nicht rund sind. Da nur sehr wenige Perlen wirklich vollendet rund sind, gelten alle anderen unregelmäßigeren Perlen als barock. Wie all diese ovalen, tropfen-, pilz- und bienenstockförmigen Perlen sind auch wir wertvoll in unserer Einzigartigkeit und sollten darin geachtet werden. Die Natur hat uns in dieser ungeheuren Vielfalt der Formen geschaffen und nicht als Kopien eines einzigen Körpertyps.

Welche Besonderheit haben Sie? Was können Sie von sich selbst sagen, oder was haben Sie von Ihren Mitmenschen über sich gehört, was Sie von anderen abhebt? Vielleicht ist es nun an der Zeit, sich selbst etwas genauer unter die Lupe zu nehmen. Früher konnten nur Königinnen sich den Luxus eines Spiegels leisten. Nur die wenigsten Menschen hatten auch nur die geringste Ahnung, wie sie wirklich aussahen, und wenn, dann höchstens im Bild eines stillen Wassers.

Ein Spiegel kann ein starker Verbündeter sein. Natürlich zeigt er auch jede Falte, jeden Schatten, jeden

Makel und jede Laune. Haben Sie jemals versucht, länger als nur ein paar Sekunden nackt vor dem Spiegel zu stehen? Das ist oft gar nicht so leicht, da wir dazu neigen, uns auf all die Partien zu konzentrieren, die wir für fehlerhaft erachten. Stehen Sie jedoch diese erste Phase durch und lassen all diese Gedanken zur Ruhe kommen, so gewähren Sie sich selbst ein Geschenk wahrer Aufmerksamkeit. Betrachten Sie die weichen Konturen Ihrer einzigartigen Form und fühlen Sie, wie Ihr Atem die Verbindung zwischen Ihrer Lebenskraft und Ihrem Körper herstellt. Gestatten Sie sich, dankbar für Ihren Körper zu sein. Seien Sie froh, leben, atmen und sich bewegen zu können.

Die Perle lädt uns dazu ein, unsere vorgefertigten Ansichten zu überwinden, uns in jeder Form schätzen zu können und zu erkennen, dass jeder Wandel eine Stufe unserer Entwicklung darstellt. Zugleich zeigt sie uns jedoch auch, dass wir selbst für unsere Form verantwortlich sind, dass wir sie durch eine ausgewogene Kost, die nötige Ruhe und physische Ertüchtigung modellieren und durch den Umgang mit positiven Menschen mit zusätzlicher Energie versorgen können. Die Perle demonstriert, wie wir die Wechsel der Zeit in Erfahrungen wandeln und an Weisheit gewinnen können, indem wir unseren Körper in Dankbarkeit annehmen, wie er ist.

Der Segen der Selbstachtung

Besonders wir Frauen unterwerfen uns und unseren Körper oft der strengsten Untersuchung. Ganz gleich, welche Zahl jedoch auf der Waage oder auf dem Etikett im Kleid steht, haben wir häufig das Gefühl, zu dick, zu groß, zu hager, kurzum, nicht perfekt zu sein. Sie können nun einen Pakt mit sich selbst schließen, indem Sie sich dazu entscheiden, diese selbst auferlegte Folter ab sofort einzustellen. Erstellen Sie ein Inventar all Ihrer Vorzüge und erinnern Sie sich, dass Sie ein schöner, guter und würdiger Mensch sind. Segnen Sie alles, was Sie an sich mögen. Denn haben Sie nicht das Gefühl, dass Sie diese Eigenschaften an einem anderen Menschen schätzen würden und er stolz auf sich sein sollte? Gestatten Sie sich selbst dieselbe Anerkennung und Achtung, die Sie auf so natürliche Weise anderen zuteil werden lassen.

Auf meinem eigenen Weg zu Selbstachtung und Selbstbewusstsein habe ich eine Liste zusammengestellt. Welche dieser Eigenschaften treffen auf Sie zu? Sind Sie in der Lage:

- ⊙ anderen und sich selbst zu verzeihen, loszulassen und über der Vergangenheit zu stehen;
- ⊙ Ihre Talente zu akzeptieren und zu ehren;
- ⊙ sich selbst zärtlich zu umsorgen;

- ◉ gesund zu essen;
- ◉ Ihre Freunde sorgfältig auszuwählen und sich mit positiven Menschen zu umgeben;
- ◉ ein ausgewogenes Gleichgewicht zwischen Schlaf, Ruhe, Übung und den Freuden des Körpers und der Bewegung zu schaffen;
- ◉ sich rasch zu lösen und gesunde, liebevolle Beziehungen zu unterhalten;
- ◉ aus allem zu lernen, Herausforderungen als Geschenke zu verstehen und jeden Wandel als Wachstum zu sehen;
- ◉ nach Vollkommenheit zu streben und großzügig zu sein;
- ◉ eine ruhige Mitte zu bewahren, sich selbst und Ihre Mitmenschen zu segnen, zu beten, sich auch einmal zu hinterfragen und zu heilen?

Wann immer Sie beginnen, an sich zu zweifeln, sich selbst zu kritisieren oder zu verurteilen, erinnern Sie sich an die folgenden sieben Punkte der Selbstachtung:

- ◉ Ich weiß, wer ich bin und wo ich in meinem Leben stehe, und ich bin dankbar für alles, was mir in diesem Leben zuteil wurde.

- ⊙ Ich lasse all meine Ängste, Unzufriedenheit und Zweifel los, weil ich weiß, dass für all meine Bedürfnisse gesorgt werden wird.
- ⊙ Ich konzentriere mich genau auf das, was ich will, da ich davon überzeugt bin, dass ich die Erfahrungen meines Lebens steuern kann.
- ⊙ Ich fühle die Kraft des Augenblicks und weiß, dass nichts in der Zukunft oder Vergangenheit wichtiger ist als das Jetzt.
- ⊙ Ich schätze mich selbst und meinen Lebenszweck und habe erkannt, dass nur ich meinen Beitrag zur Welt beisteuern kann.
- ⊙ Ich vertraue meinem Geist und der Welt, da meine Intuition und das Universum mich lenken werden.
- ⊙ Ich handle angemessen und effizient und bediene mich des Wissens, das ich im Laufe meines Lebens erworben habe.

Wiederholen Sie diese Punkte jedes Mal, wenn Sie an sich zweifeln.

APHRODITES TEMPEL

Ich tauche am Meeresgrund.

Große, weiße Felsblöcke und umgestürzte Säulen säumen den Boden. Weiter vorn mache ich ein Gebäude aus Marmor aus und schwimme näher. Ich komme an einen riesigen, verfallenen Tempel. Die beeindruckenden Säulen sind umgefallen, das Dach ist eingestürzt und die Treppen sind in desolatem Zustand.

Als ich die majestätischen Wände entlangschwimme, gelange ich zum großen Eingangsportal, welches noch von großen, weißen Marmorsäulen gestützt wird, die eine große geschnitzte Holzdecke tragen. Von hier gelange ich in eine noch beeindruckendere Halle, in deren Mitte die riesige Statue einer Frau thront. Sie ist von Sand, Moos, Algen und Seegras verhüllt und von Muscheln bewachsen.

Ich beginne, die Algen von den Steinschultern der Statue zu ziehen. Je mehr Seegras ich entferne, desto deutlicher offenbaren sich der feine Faltenwurf des Umhangs und die geschmeidige Pracht des behauenen Marmors. Sanft streiche ich mit den Fingern über ihre Schulter, ihre Arme und spüre die sinnliche Kurve ihres Ellbogens und Nackens.

“Sie ist so wunderschön”, denke ich.

“Und doch hat sie ihre Schönheit völlig vergessen”, höre ich eine Stimme antworten.

Ich suche nach der Quelle dieser Stimme und werde mir bald bewusst, dass dies nebensächlich ist.

Plötzlich überkommt mich große Traurigkeit. Tief in den salzigen Wassern des Ozeans weine ich salzige Tränen. Meine Tränen werden zum Meer und das Meer wird zu meinen Tränen. Ich fühle all den Verlust, all das Leid. Meine Verzweiflung ist so tief wie die See.

Die Stimme summt ein stilles Schlaflied und streichelt mich so sanft und liebevoll, dass alle Traurigkeit von mir abfällt.

“Dies ist der Tempel der Liebe und deiner inneren und äußeren Schönheit”, flüstert die Stimme. Während sie so spricht, überkommt mich eine neue Welle der Traurigkeit.

“Warum habe ich nicht gesehen, wie schön ich bin? Warum habe ich nur die anderen genährt und mich selbst dabei ganz vergessen?“, frage ich. “Warum bedeute ich mir selbst so wenig?”

Ich entferne die letzten Algen vom glatten Marmor und bewundere dieses wunderbare Symbol der weiblichen Schönheit und Liebe. Vor mir steht Aphrodite und lächelt mich voller Verständnis und anmutiger Zuwendung an.

Ich blicke ihr tief in die Augen und lande nach langer Reise in einem anderen Land. Der Tempel steht nun auf einem Hügel und strahlt im gleißenden Sonnenlicht. Tausende Menschen stehen Schlange an seinen Toren,

um der Göttin Tribut zu zollen. Sie tragen Körbe voller Früchte, bringen Zicklein, Lämmer, Krüge mit Honig und Stoffballen zum Tempel und sehen voller Zuversicht dem Augenblick entgegen, in dem sie vor der Göttin stehen werden.

Im Tempel selbst dienen anmutige Priesterinnen, die ob ihrer Feinheit und Grazie ausgewählt wurden, ihr Leben in den Dienst der Göttin zu stellen und ihr zu Ehren zu singen und zu tanzen. Sie grüßen die Gläubigen und führen sie in kleinen Gruppen in den Tempel. Ich schließe mich einer dieser Gruppen an und stehe bald voller Erstaunen vor der wunderbaren Statue der Aphrodite, der Göttin der menschlichen und göttlichen Liebe, der Freuden und der Schönheit, der Weiblichkeit und Sinnlichkeit. Wie die anderen falle auch ich auf die Knie und bringe meine Gaben dar. Neben mir höre ich leises Beten.

“Oh Göttin, schenke mir Kinder, damit ich mit meinem geliebten Mann eine Familie gründen kann”, bittet eine junge Braut.

“Göttin, gib mir den Mann, den ich liebe und mach, dass auch er mich liebt.”

“Göttin, lass mich meinen Seelenpartner finden, auf dass wir gemeinsam die große Liebe entdecken können.”

“Göttin, lass mich freundlich und gut sein, damit ich meinen Liebhaber beglücke.” Die Stimmen um mich werden immer lauter.

Aber was will eigentlich ich?, frage ich mich. Und schon wird mir mein Anliegen klar.

“Oh Göttin”, sage ich laut, “lass mich nicht vergessen, mich zu akzeptieren und mich um mich selbst zu kümmern. Lass mich meine Schönheit feiern, anstatt mich zu missachten. Lass mich meine positiven Eigenschaften schätzen, statt mich auf die negativen zu konzentrieren.”

Sobald ich diese Worte gesprochen habe, fühle ich mich leichter und glücklicher denn je. Das ganze Gewicht der Selbstverurteilung ist von mir genommen und all die Pein des Klagens, Vergleichens und Verurteilens fällt von mir.

Mir wird klar, dass ich allein dafür zuständig bin, meine innere Schönheit, diese heilige Essenz meines Wesens zu nähren und dass kein anderer das für mich übernehmen kann. Dies ist aber nur möglich, wenn ich den Tempel der Selbstachtung hege und pflege und vom Schutt der Selbstvorwürfe und Ablehnung frei halte. Mich selbst zu akzeptieren, zu ehren und wirklich zu lieben ist die Grundlage meines Selbstvertrauens. Anstatt ständig Zweifel zu hegen, sende ich nun Botschaften der Liebe und des Heils an mein Inneres.

Ich blicke ein letztes Mal zum Tempel zurück und gelobe mir, oft wieder zu ihm zurückzukehren. Ich weiß, dass dieser Tempel der Liebe mein Heiligtum ist und ich ihn nie wieder vergessen werde.

Ich schwimme hinauf ans Licht.

Perlen der Weisheit

Lieben heißt, mit sich selbst glücklich zu sein.

Sich selbst anzunehmen, sich mit den Ereignissen des Lebens abzufinden und keinerlei Veränderung anzustreben bringt tiefen Frieden.

Es ist Zeit, gut zu uns zu sein, uns von der Tyrannei der Selbstverurteilung zu befreien, um unseren "perfekt barocken" Körper so zu genießen, wie er ist, ohne jeglichen Druck, ohne Widerstand, ohne Angst und Zweifel.

Wir können unsere Formen ständig an die Anforderungen des Lebens anpassen. Wir sind stark und elastisch wie Bambus und können uns biegen, statt zu brechen. Wie die Perle, deren originelle Form wir schätzen, feiern wir unsere Individualität und lieben uns selbst.

Weitere Gedanken

Kern

Schenken Sie Ihren inneren Vorzügen ebenso viel Aufmerksamkeit wie Ihren äußeren Eigenschaften?

Beurteilen Sie sich immer noch nach einem alten Bild, das Sie nun schon seit Langem von sich haben?

Messen Sie Ihr äußeres Erscheinungsbild an unrealistischen Idealen?

Schichten

Was haben Sie unternommen, um Ihre positiven Eigenschaften wertzuschätzen? Schätzen Sie Ihre körperlichen und anderen Vorzüge an sich selbst ebenso wie an anderen?

Haben Sie sich schon einmal überlegt, was Sie unternehmen könnten, um das nötige Selbstvertrauen zu haben, wenn Sie es wirklich brauchen? Wäre es möglich, sich auf die Aspekte zu konzentrieren, die Sie an sich schätzen?

Bewusstsein und Schönheit

Denken Sie daran, Ihre Selbstachtung unter Beweis zu stellen? Wie könnten Sie sich selbst belohnen? Was würde Ihnen besonders Freude bereiten? Eine Gesichtskosmetik, eine Massage, eine Pediküre, ein Kunstseminar oder ein Einkaufsbummel?



Die Perlmutter

Als "Perlmutter" wird die in allen Regenbogenfarben schimmernde Innenschale bestimmter Muscheln bezeichnet. Alle Muscheln, die innen mit Perlmutter überzogen sind, können Perlen erzeugen.

Die Mutterauster muss nicht getötet werden, um die Perle freizugeben. Wird die Perle als gelungen erachtet, wird ihr sofort ein neuer Perlkern eingepflanzt und sie kommt zurück in die Perllagune. Aber auch wenn die Perle nicht so schön ist, wird die Auster in die Lagune zurückgeworfen, um den natürlichen Austernbestand zu mehren.

Vor dem Zeitalter des Plastiks wurde ein sehr lukratives Geschäft mit dem Perlmutter betrieben, um den westlichen Ansprüchen der Mode gerecht zu werden. Zu Tausenden wurden die Austern in die Boote gehievt, geöffnet und gereinigt, wobei das Fleisch keinerlei Verwendung fand. Wurde dabei eine Perle entdeckt, so war das ein zusätzlicher Gewinn, wenn auch nicht das eigentliche Ziel.

Während Perlmutter früher wie bare Münze gehandelt wurde, so findet es heute vor allem Verwendung in der Mode und im Juwelierkunsthandwerk. Es kann auch zu feinen Intarsien in Holzmöbeln, in japanischen Lackschatteln oder Musikinstrumenten wie Gitarren oder Mandolinen verarbeitet werden. Im Südpazifik verwenden die Fischer die leuchtende Schale als Köder.

