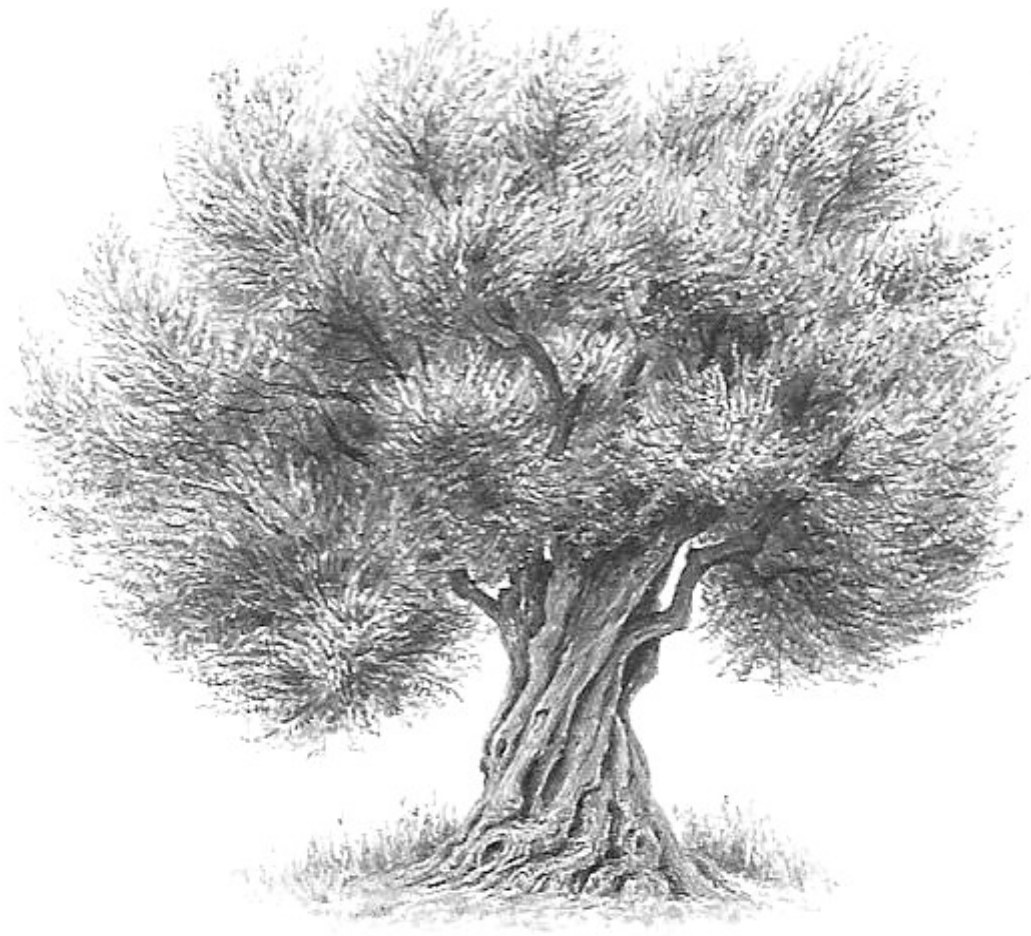




Olive

Weisheit, innerer Frieden

Der Oliven- oder Ölbaum ist ein prägendes Gehölz des Mittelmeerraums. Es ist ein gedrungener Baum, mit knorrigem, oft bizarren Stamm, der jedem Baum seine individuelle Gestalt gibt, die in einem schönen Kontrast zu den hellen, schmalen Blättern steht. Der bis zu zwölf Meter hohe Baum kann 1500 bis 2000 Jahre alt werden. Still steht er an seinem Platz, tief in der Erde verwurzelt, in Regen, Wind und Trockenheit, gezeichnet von den Spuren der elementaren Urgewalten, wie ein alter Mann oder eine alte Frau, geduldig und sicher, mit der Weisheit einer reifen Lebenserfahrung. Der Ölbaum vermittelt einen gelebten, inneren Frieden, Ruhe und Gelassenheit. Olivenöl ist ein Sinnbild für Wohlstand und Güte. In der Bachblütentherapie wird die Olive bei körperlicher, seelischer und geistiger Überanstrengung eingesetzt.



„Den Grund
des Wassers
sah ich“,
sagt uns
die Miene
der Löffelente.

Ryota



♩ = 80

Erd - ver - bun - den - e,
zeit - lo - se Ru - - - he
re - gen - er - iert und kräf - tigt mich.



Das getrübte, bräunliche **Olivgrün** wirkt fade, schmutzig und staubig. In seiner stumpfen Unauffälligkeit, weder richtig Grün noch richtig Braun, wirkt es unansehnlich und langweilig. Es erinnert an welkende, verrottende Blätter, an Kuhfladen oder Pferdeäpfel und damit an vergehende Lebensprozesse.



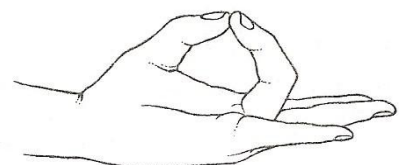
Dieses Zeichen besteht aus vielen **konzentrischen Kreisen**, die, wie die Jahresringe im Querschnitt eines Baumstammes, von Innen nach Außen immer größer werden. Sie beschreiben das wachsende Wissen und die Erfahrung, die im Laufe der Zeit wächst und sich aus mehreren Ebenen der Wahrnehmung zusammensetzt.

Schildkröten sind friedliche, langsame Reptilien mit einem festen Hornpanzer, in den sie Kopf, Beine und Schwanz bei drohender Gefahr einziehen können. Zeitgeschichtlich sind sie über 200 Millionen Jahre alt und auch ihr Lebensalter kann, bei manchen Arten, beachtliche 200 Jahre erreichen.



In Europa lebt vor allem die griechische Landschildkröte. Schildkröten sind alte, weise Ratgeber. Sie handeln nicht, sie kämpfen nicht, sie lassen geschehen und beobachten. Ruhig und gemächlich bewegen sie sich und unterweisen uns in der Weite und Ewigkeit der vorbeiziehenden Zeit. Die Schildkröte schenkt Geduld, Ausdauer und Erfahrung. Sie führt zu den Kräften, die jenseits von Zeit und Raum liegen.

Bei dem **Prithivi-Mudra** liegen die Spitzen von Daumen und Ringfinger mit leichtem Druck aneinander. Es aktiviert das Wurzelchakra, wo unsere Urkraft wohnt, und ist vergleichbar mit dem Veredelungsknoten einer Rose, in dem das gesamte Potential über das Aussehen und Wesen der Pflanze enthalten ist. Dieses Mudra gibt inneren Halt, wenn du dich unsicher fühlst und Selbstvertrauen brauchst. Stelle dir mit dem Einatmen vor, Erdenergie durch die Fußsohlen aufzunehmen und durch den ganzen Körper bis in den Kopf und in den Himmel zu leiten. Dann hältst du den Atem kurz an und stellst dir, mit dem Ausatmen, einen Goldregen vor, der als erneuernde Kraft Energie, durch dich, zurück in die Erde schickt.





Da fallen doch vom Pferde
diese Äpfel auf die Erde.
Sie düngen diese,
die Blumen und die Wiese.
„So findet alles seinen Grund,
jede Katze, jeder Hund“,
denkt Paul so für sich leise.
Ich finde, das ist weise.

ich erde mich



Dieses lange **Didgeridoo** habe ich mir aus einem Holunderstamm herausbohren lassen. Ich wollte einen besonders tiefen und erdigen Ton erhalten. Es ist in einem tiefen G gestimmt und klingt wie das monotone Brummen einer Biene oder einer Hummel. Es gehört zu meinen starken Heilinstrumenten. Es wird von dem melodischen Spiel einer **Bass-Klarinette** in g-Moll begleitet.

+ KBass-G streichen / TTRO, Gong-Schl. (X . . X . . . X . . X . X . . .)

Suche dir eine Buddha-Statue und vertiefe dich in dieses Sinnbild, in diese Stille, in diese Anmut und in diesen Frieden.