

## Newsletter Nr. 32 vom 7. Mai 2015

### Das Leben als Weg vom Ganzen zum Detail und zurück zum Ganzen

Während meiner Zeit als Pfarrer sprach mich ein Künstler an. Ihn faszinierte unsere alte gotische Pfarrkirche und er wollte dort eine Ausstellung mit neuen Bildern veranstalten. Zwischen Kreuzwegstationen und Steinfiguren erschuf er einen Fries, der sich wie ein durchgängiges Band an der Wand in der Kirche entlang zog. Vielleicht Erinnerst du dich noch an Ludger Wörtler.

Der Besucher, der die Kirche betrat, sah also zuerst dieses langgezogene Band, das wie ein einziges großes Gemälde wirkte verteilt auf vier Wände. Wenn er dann näher herantrat an eine Wand entdeckte er, dass sich das lange und schmale und scheinbar einzige Bild aufteilte in lauter kleine selbständige Abschnitte. Und wenn er dann noch näher herantrat konnte er auf diesem kleinen Abschnitt auch die winzigen Details erkennen. Da gab es eher abstrakte Strukturen und Streifen oder Segel und andere erkennbare Kleinigkeiten.

Wenn der Besucher quasi mit der Nase an einem kleinen Bildausschnitt klebte verlor er den Blick auf den ganzen Fries. Das Auge sah nur den kleinen Ausschnitt und war nicht in der Lage das zu sehen, was sich im Rücken des Betrachters befand.

Wichtig wäre noch zu erwähnen, dass der Besucher am Eingang einen Wanderstab erhielt. Die Ausstellung war so konzipiert, dass man mit dem Stab in der Hand zuerst das Große und Ganze sah und dann von Bild zu Bild schlenderte, sich die Details ansah und dann das Ganze wieder von einem anderen Ausgangspunkt her betrachtete.

Diese Ausstellung brachte mich ins Nachdenken und animierte mich als Theologen und Berater, diese Erfahrung auf das Leben zu übertragen.

Wenn ein Mensch zu mir in die Beratung kommt gibt es zunächst eine Auftragsklärung. Was möchten Sie? Wobei soll ich Sie unterstützen? Dann kommt vielleicht die Antwort: „Ich habe Probleme in meiner

Ehe.“ Das ist der Blick auf das Ganze. Es geht um das Thema Ehe und Gelingen von Beziehung. Das gibt mir die Möglichkeit, dass ich mich auf ein Thema fokussieren kann. Ich muss nicht nachdenken über Arbeitskonflikte oder gesundheitliche Schwierigkeiten. Zuerst blicken wir also auf das Thema und klären den Auftrag. „Was ist das Ziel, das Sie erreichen möchten.“ Wenn das ausgesprochen und geklärt ist geht es ins Detail. In welchen Bereichen gibt es Schwierigkeiten? Wer sagt was in welcher Situation? Wer fühlt sich wann gekränkt und was macht er oder sie dann? Ist es immer so oder gibt es Ausnahmen? Die vielen Details ergeben dann ein Gesamtbild der Beziehung und auch der Probleme und Lösungsansätze.

Dann gibt es eine merkwürdige Erfahrung. In der Beratung werde ich nie alle Details erfahren. Die Zeit reicht nicht aus, viele Erlebnisse wurden vergessen, die meisten Kränkungsgefühle reichen bis weit in die Kindheit zurück und bleiben unbewusst. Außerdem verlocken die Details dazu, voreilig Schlüsse zu ziehen, die am Ende doch nicht stimmen. Auf der einen Seite ist es wichtig, einige Details zu kennen um sich ein genaueres Bild zu machen. Auf der anderen Seite ist es wichtig, zu einem bestimmten Zeitpunkt zurückzutreten und wieder den Blick auf das Ganze zu werfen. Das Ganze ist mehr und manchmal auch völlig anders als die Summe der Details. Um auf unser Eheproblem zurückzukommen könnte das so aussehen:

Die Details würden vielleicht heißen: „Wir streiten uns ständig. Dabei geht es um Kleinigkeiten. Wir schaukeln uns gegenseitig hoch. Wenn er das sagt, dann mache ich das usw.“ Wenn dann der Schritt zurückgeht und der Blick sich auf das Ganze richtet dann kommt eher so ein alles zusammenfassender Satz: „Ich bin unglücklich!“ oder „Ich bin frustriert und enttäuscht!“ Da kommt dann die ganze Wucht und Schwere zum Vorschein.

Was geschieht, wenn die Bewegung weg vom Detail hin zum Ganzen nicht geschieht? Dann gibt es viel

leicht praktische Lösungen für eine bessere Streitkultur oder andere Tipps für eine gute Kommunikation. Dann mag das für diese einzelne Frage hilfreich sein, aber es fehlt etwas. Das „große und ganze Beziehungsunglück“ benötigt noch eine ganz eigene Antwort.

Dazu gehe ich noch einmal zurück zu der Ausstellung. Der Besucher bekommt einen ersten Eindruck vom Gesamtwerk und sagt: „Wie schön!“ oder „Wie eindrucksvoll!“ Es ist ein Gefühl, das sich im ganzen Körper und im Herzen ausbreitet mit dem Wunsch: „Das will ich näher betrachten! Das macht mich neugierig!“ So entsteht eine Kraft, sich wirklich auf den Weg zu machen.

Übertragen auf die Ehesituation braucht es Vergleichbares. Nach dem Erkennen der Details und der Feststellung: „An diesem und jenem Punkt muss ich an meiner Beziehung arbeiten.“ Braucht es einen ganzheitlichen Impuls. Ich könnte ihn Hoffnung, Vertrauen, Bereitschaft oder Zuversicht nennen.

Dieser Prozess vom Ganzen zum Detail und zurück geschieht nicht nur einmal. Er geschieht immer wieder. In der Ausstellung trittst der Besucher zurück mit den Erfahrungen der Details und spürt dem nach: Wie ist jetzt der Gesamteindruck? Vielleicht hat er mehr verstanden und bekommt die Bestätigung: „Diese Bilder sind wirklich toll!“ Dann entdeckt er neue Details und tritt wieder zurück. Irgendwann kommt dann der Punkt, wo alles zur Ruhe kommt. „Jetzt ist es genug!“

In einer Beratung ist es ähnlich. Es ist ein Prozess, ein Weg, ein Pendel, eine Bewegung. Auch hier bis zum Punkt: „Jetzt ist es genug!“

Jetzt lade ich dich ein, einmal dein eigenes Leben so zu betrachten. Schau dir doch einmal dein ganzes bisheriges Leben an und beschreibe dein Gefühl. Welche Überschriften findest du? Zu welchem Gesamteindruck kommst du? Dann gehe mit deiner Aufmerksamkeit in die verschiedenen Phasen deines Lebens. Du kannst das z. B. in Siebenjahresschritten machen. Du gehst in die Lebensspanne von deiner Geburt bis du sieben Jahre alt warst. Welche Erinnerungen stei-

gen auf? Welche Gefühle kommen? Dann gehst du wieder in deine jetzige Gegenwart und blickst erneut auf das Ganze deines Lebens. Vielleicht stellst du fest: „Damals mit fünf Jahren durfte ich auf der Straße nicht mitspielen. Ich war frustriert. Heute erlebe ich das auch manchmal. Ich darf nicht dabei sein. Da kommt dann das alte Gefühl wieder hoch.“

Du bleibst aber nicht bei diesem Gefühl stehen sondern du gehst dann zur nächsten Lebensphase von sieben bis vierzehn, deine Jugendzeit. Dann trittst du wieder zurück in das Hier und Jetzt. Du gehst in die Phase des Erwachsenwerdens, dann in die Berufsverdichtungszeit, die Familiengründung. Und nach jedem Besuch wirfst du einen Blick auf dein ganzes Leben.

Vielleicht musst du dich noch mit bestimmten Phasen aussöhnen. Vielleicht entsteht auch ein Gefühl von Dankbarkeit für all das Gelungene. Und vielleicht braucht es noch ein paar Tränen für unglückliche Zeiten.

Dann wirst du irgendwann einen Schlusspunkt setzen und dir sagen: „Jetzt ist es genug!“ Du machst eine Pause und wirst still.

Falls du noch Elemente der Vertiefung und Bereicherung suchst, so lade ich dich ein. Alle Infos findest du wie immer unter [www.matthias-koenning.de](http://www.matthias-koenning.de)

Die Anmeldungen für die Klangabende wie immer bitte per Mail an [mk@matthias-koenning.de](mailto:mk@matthias-koenning.de) oder per Telefon unter: 02382 / 96 15 95 3.

Ich freue mich auf die nächste Begegnung und bin gespannt auf das, was wächst – im Innen und Außen.

*Matthias Könnig*

P.s. Gerne darfst du den Newsletter an andere Interessierte weiterleiten und auf meine Einladungen aufmerksam machen.

## Die aktuellen Termine:

### Meditation und Mehr

**Dienstag, 26.05. 2015 um 20.00 Uhr**

Atmen, Stille, meditieren, singen, teilen...

Wir werden weiter Abschnitte aus dem Markusevangelium lesen.

Markus 6 – Wenn du auf dem Wasser gehen kannst

Ort: Im Kühl 16, 59227 Ahlen

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich! Einfach kommen und klingeln!

## Die klanggeleiteten Trancereise

Die klanggeleiteten Trancereisen finden statt: Im Kühl 16 - 59227 Ahlen. Der Dauerton führt in die Entspannung und Meditation mit oft ungewöhnlichen und interessanten neuen Erfahrungen für Körper, Geist und Seele. Der Beginn ist um 20.00 Uhr, Ende gegen 21.30 Uhr.

**Dienstag, 12.05.2015 – Monochord**

Auf dem Klangteppich des Monochordes mitschwingen bis tief hinein in alle Zellen.

**Dienstag, 16.06.2015 - Gong**

Körper und Geist wachrütteln und die Durchsetzungskraft stärken.

Anmeldungen an: [mk@matthias-koenning.de](mailto:mk@matthias-koenning.de)

oder per Telefon unter: 02382-9615953

**Kosten: Spende für den energetischen Ausgleich**