

## Newsletter Nr. 73 vom Dezember 2018

### Wie du dich freust, wenn du erwartet wirst!

Stell dir vor, dass du zu einem Fest eingeladen bist. Du schellst beim Gastgeber und dieser schaut dich verwundert an. Es gibt kein Fest, es ist nichts vorbereitet und niemand hat dich erwartet. Obwohl alles abgeprochen und eindeutig war. Wie würdest du denken und fühlen? Neben der Suche nach einer rationalen Erklärung gäbe es vermutlich Gefühle von Ärger und Traurigkeit.

Ein Freund erzählte mir von seinen Erfahrungen mit Marathonläufen. Da gibt es am Ziel manchmal Familienmitglieder oder Freunde, die dort auf die Läufer warten. Und wie wunderbar das Gefühl ist, sich dann fallen lassen zu können in der Erschöpfung und der Freude, die lange Strecke geschafft zu haben. Wenn niemand am Ziel wartet dann fallen sich wildfremde Läufer und Läuferinnen in den Arm.

Wenn seine Kinder eine Prüfung haben dann steht er da und wartet. Er weiß, wie gut sich das anfühlt, nach der Prüfung eine Anlaufstelle zu haben. Dort fängt er gerne Frust und Ärger auf oder noch viel schöner: Die Freude über das Gelingen zu teilen.

Der Advent ist für mich auch so eine Zeit der Erwartung. Da soll am Ende dieser Zeit, am Weihnachtsfest etwas passieren, was mich mit Sinn und Freude erfüllt. Ich gehe jetzt einen Weg der Vorbereitungen und Einstimmungen und hoffe, dass am Ende ein Fest stattfindet. Begegnung! Verbindung! Freude! Überraschungen! Ich erwarte Menschen und werde von Menschen erwartet. Ich möchte diese Erwartungen nicht enttäuschen und selber nicht enttäuscht werden.

Die „Weihnachtsangst“ könnte darin bestehen, dass ich erwarte und die Arme ausbreite und niemand kommt und will mich umarmen. Oder ich selbst werde von niemandem erwartet und stehe am Ende alleine da. Damit diese Horrorvorstellung auf keinen Fall eintritt setzen wir uns ein. Wir möchten dazugehören. Der Teil von einer Gemeinschaft sein und nicht einsam und ganz allein.

Neben den persönlichen Erwartungsvorstellungen des Adventes nach familiärer Nähe gibt ja auch noch die

spirituelle oder christliche Erwartung. Und diese möchte ich mit dir gerne in den Blick nehmen.

Die Christen erwarten die Geburt von Jesus im Stall zu Bethlehem und zugleich die Wiederkunft Christi am Ende der Erdenzeit.

Eigentlich eine merkwürdige und widersprüchliche Vorstellung. Die Ankunft hat schon lange stattgefunden. Es gibt nichts mehr zu erwarten. Jesus hat gelebt vor mehr als 2000 Jahren. Er wurde von Maria und Josef und vom Volk Israel erwartet und die Erwartung hat sich erfüllt. Mit Freude oder auch mit Ablehnung. Eigentlich ist das Kapitel abgeschlossen. Die Geschichte ist geschrieben und das Fest liegt weit in der Vergangenheit zurück. Wenn wir das Kind in der Krippe an Weihnachten erwarten, von welcher Art der Erwartung sprechen wir eigentlich? Tun wir so als ob es keine Geschichte gab? Lieben wir die Romantik und die Wiederholung eines Rituals? Wir erwarten ja nicht wirklich ein kleines lebendiges Kind in Israel, oder?

Beim zweiten Aspekt geht es um die Wiederkunft Christi. Die ersten Christen glaubten ja noch, dass sie das zu ihren Lebzeiten erfahren würden. Morgen schon kommt Christus wieder und wird die Welt erlösen in einem dramatischen Finale. Gut kämpft gegen das Böse und Gott wird gewinnen. Und wenn das Ende heut schon kommt, dann verändert sich alles schlagartig. Es lohnt sich zum Beispiel nicht, Besitz anzuhäufen. Dann „läutere“ ich lieber zügig meine Seele, damit ich „reinen Herzens“ vor Gott treten kann. Seit mehr als zweitausend Jahren warten die Christen nun und es passiert nichts, oder? Im übertragenen Sinn werden wir jedes Jahr zu einem Fest eingeladen, das in aller Regelmäßigkeit nicht stattfindet. Wir haben diesen Aspekt in unserer Kultur ja weitgehend verdrängt. Wir beschränken uns auf einen nostalgischen Aspekt. Ein wenig Krippe, gute Stimmung und familiäre Weihnachtsgefühle.

Was sollen wir auch machen, wenn Christus sich mit der Wiederkunft so viel Zeit lässt. Oder haben wir sein Konzept noch nicht verstanden?

Meine spirituelle Überzeugung liegt darin, dass er immer schon da war und immer schon da ist und immer schon da sein wird. In diesem Sinne gibt es nichts zeitlich zu erwarten. Alle Erwartungen haben sich

erfüllt. Ich muss weder nostalgische Erinnerungen pflegen noch merkwürdige Jahrhunderte auf ein Ereignis warten, das vielleicht mit dieser apokalyptischen Vorstellung nie stattfinden wird.

Ich möchte dich einladen, der Erwartungsidee von vorhin noch einmal Beachtung zu schenken. Es ist so schön, wenn ich erwartet werde. Wenn mich jemand empfängt und mich willkommen heißt. Wenn ich mich darauf verlassen kann, dass ich für einen anderen Menschen so wichtig bin, dass er Zeit für mich investiert. Alles stehen und liegen lässt, nur um mit mir zu sein und mein Leben jetzt zu teilen. Dieses Gefühl und dieses Bewusstsein beflügeln meinen „Marathonlauf“.

Wenn wir also alle „Adventsläufer“ wären. Menschen, die erwartet werden, wie würde dann unser Leben aussehen? Vielleicht geht es gar nicht darum, dass wir im Advent Gott erwarten oder die Wiederkunft Christi, sondern viel mehr darum, dass er uns erwartet. Dass wir ihm willkommen sind. Ohne jeden Vorbehalt und immer und ständig. Vor unserem Leben und weit nach unserem physischen Tod. Ich bin also gar nicht der Gastgeber von Weihnachten sondern viel mehr der Gast. Aber Gott ist kein Gastgeber, der am 24.12. sein Haus öffnet. Das würde wenig Sinn machen. Wo fände ich für den Rest des Jahres dann meine Heimat? Der 24.12. dient lediglich der Erinnerung aufgrund unserer Vergesslichkeit. Und er dient der Bewusstwerdung. Ich werde mit Freuden erwartet. Immer!

Du könntest jetzt deine Augen schließen und dir deinen Lieblingsmenschen vorstellen. Dieser Mensch lächelt dich an und lädt dich ein. Mit Blicken, Worten und Gesten. Total vorbehaltlos und du hast keinen Zweifel. Du fühlst dich mit allen Seiten und Aspekten in dir geborgen und gesehen. Du jubelst in deinem Herzen und freust dich über dieses grandiose Geschenk von Wohlwollen und Willkommen.

Dann öffnest du deine Augen und trittst vor den Spiegel. Du schaust dich an und empfindest und denkst das gleiche wie bei deinem Lieblingsmenschen. Jetzt in diesem Augenblick bist du dein Lieblingsmensch.

Du schließt deine Augen wieder und gehst in Verbindung mit diesem Gefühl und Bewusstsein, dass du jetzt in dir spürst nachdem du mit deinen „Lieblingsmenschen“ geübt hast. Das, was wessen du dir jetzt

bewusst wirst und was du gerade erlebst, ist zugleich das göttliche Willkommen. Du befindest dich jetzt direkt im intimen Weihnachtsgeschehen und in der göttlichen Begegnung.

Die Idee von der Erwartung kann also in dir etwas auslösen, das dich darauf aufmerksam macht, dass es keinen Unterschied gibt zwischen dir und Gott und deinem Lieblingsmenschen. Im Zentrum deines Herzens verbindet sich alles miteinander.

Nur in Raum und Zeit spürst du die Entfremdung und die Heimatlosigkeit. Im zeitlichen Advent klaffen die verschiedenen Erwartungserfahrungen auseinander. Du kannst aber den Schalter in dir umlegen und dir deines Ursprunges wieder bewusst werden. Du kommst von einer göttlichen Quelle, du lebst in ihr und du kehrst zu ihr zurück. Und zugleich hast du diese Quelle nie verloren und musst auch nicht dahin zurückkehren. Du bist immer schon mittendrin.

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)

Ich freue mich auf die nächste Begegnung.

Mit lieben Grüßen Matthias Könnig

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

### **Blog und Impulse zum Advent**

Ich möchte dich einladen zu meinem Blog mit dem Thema: **Advent auf der Bettkante – Impulse für jeden Tag**. Hier der Link:

<https://koenningseelsorge.blogspot.com/>

### **Ein alternativer Adventskalender**

Gerne weise ich auch hin auf den kostenlosen Adventskalender von Muutos e.V. die sich ausgerichtet haben auf gewaltfreie Kommunikation. Die Idee habe ich gerne unterstützt – auch mit einem Beitrag. Und hier der Link zum Anmelden.

<https://deref-gmx.net/mail/client/rBQvHS9Jhls/dereferrer/?redirectUrl=https%3A%2F%2Fwww.gewaltfrei-online.de%2Fadvent-anmelden%2F>

## Die aktuellen Termine

### Die klanggeleiteten Trancereisen

Die klanggeleiteten Trancereisen finden statt in der Raabestr. 12; 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, 11. 12. 2018 um 20.00 Uhr – Klangreise mit der Schamanentrommel**

Begegnung mit dem Krafttier

#### **Dienstag, 08.01. 2019 um 20.00 Uhr – Klangreise mit dem Monochord**

In Verbindung mit allem, was ist.

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

Oder per Telefon: 02382 - 961 5953

**Kosten: Spende für den energetischen Ausgleich**

## Meditation und Mehr

### **Heiligabend, 24. 12. 2018 um 16.00 Uhr**

Gottesdienstliche Feier im Autohaus Teufel, Am Neuen Baum 2 in Ahlen (Gewerbegebiet Vatheuershof)

### **Dienstag, 22. 01. 2019 um 20.00 Uhr**

Atmen, schweigen, meditieren, teilen...

Ein kurzer Text aus der Bibel und dann selbst durchatmen... Ort: Raabestr. 12, 59227 Ahlen

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich! Einfach kommen und klingeln!