

Newsletter Nr. 93 vom Oktober 2020

Was uns vom Paradies geblieben ist...

Immer wieder kommt es vor, dass wir Menschen etwas oder jemanden verlieren. Manchmal macht es uns nicht so viel aus, weil wir nicht daran hängen. Aber oft fühlt es sich schmerzhaft an. Wenn ein geliebter Mensch nicht mehr da ist. Wenn eine gesundheitliche Beeinträchtigung uns daran hindert, Fahrrad zu fahren. Ich vermisse immer noch einen Pullover, den ich bei einer Tagung vergessen habe. Es gibt Verluste, die mir wirklich weh tun und Verluste, die ich kaum bemerke. Und manchmal wundere ich mich, dass ich materiell wertvolle verlorene Dinge gar nicht betraueren, aber an ein paar alte Socken hänge.

Wie kommst du mit Verlusten klar? Kannst du so gut auf dich aufpassen, dass du nie etwas verlierst? Spürst du die Trauer und den Schmerz eines Verlustes oder kannst du alles erfolgreich bearbeiten oder verdrängen? Wie sicher fühlt sich im Moment dein Leben überhaupt an? Immerhin befinden wir uns seit ein paar Monaten in einem Ausnahmezustand durch die Gegenwart des Corona Virus. Wie intensiv erlebst du die Gruppen und Gemeinschaften, die dir sonst Halt gaben und die du nicht mehr triffst? Was hat sich bei dir verändert seit März? Wie gesund oder wie krank empfindest du dich?

In diesen inzwischen chronischen Tagen von Corona werden für mich die Verluste spürbarer. Im Moment kommen Menschen zu mir in die Beratung, die etwas verloren haben. Manchmal deutlich und klar, viele aber eher undefiniert und unbeschreiblich. Es fühlt sich nicht mehr an wie früher. Da gibt es ein Unwohlsein. Ein Schwinden der Arbeitsfähigkeit. Weniger Sinnhaftigkeit. Eine Art Überleben im Funktionsmodus. So etwas Gleichgültiges und Antriebsarmes. Zugleich werden die Menschen dünnhäutig und genervter. Und manchmal spüre ich eine Verwunderung und

große Erleichterung, wenn etwas einfach ganz normal wie früher läuft.

Das Geld ist nicht weniger geworden und die Arbeit auch nicht. Aber Menschen im Homeoffice vermissen ihre Arbeitskollegen und Kolleginnen. Sie fühlen sich zunehmend einsam und verlassen. Nicht mehr gesehen und angebunden. Ihnen fehlen die Gespräche zwischen Tür und Angel. Der Austausch bei einer Tasse Kaffee. Sie müssen ihren Arbeitsalltag selber strukturieren und fühlen sich überfordert damit. Kompletter Rückzug ins Private. In der Küche wird gekocht und gegessen, spielen die Kinder und machen Hausaufgaben, befindet sich der eigene Arbeitsplatz, das neue und komplette Corona Leben im Küchenraum. Die Grenzen zwischen Arbeit und Privatleben verschwimmen. Menschen bemerken mehr und mehr das Schwinden von Sicherheit, spüren das Bedürfnis nach mehr Freiraum und Entfaltung. Und obwohl eigentlich alles noch läuft und funktioniert liegt über allem eine gewisse Schwere und Erschöpfung.

Irgendwie erinnert mich die jetzige Wirklichkeit an die erste Geschichte in der Bibel vom Verlust des Paradieses. Die Menschen essen vom verbotenen Baum und müssen den Hort der Geborgenheit verlassen. Statt Freude und Verbindung wird ab jetzt alles grau und tödlich. „Hätten wir doch nicht vom Baum gegessen! Was haben wir uns da eingehandelt? Werden wir je wieder glücklich werden?“

Jetzt zeigt sich zugleich, wie widerstandsfähig wir Menschen sein können. Ist alles verloren? Siegt die Depression auf ganzer Linie? Schon Dante Alighieri fand sich nicht mit dem Verlust ab. Er sagte: „Drei Dinge sind uns aus dem Paradies geblieben: die Sterne der Nacht, die Blumen des Tages und die Augen der Kinder.“

Dante erinnert mit seinem Vers an einen himmlischen Urzustand. Wir kommen alle aus dem Pa-

radies. Dort sind unsere Wurzeln, dort finden wir unsere Heimat. Vielleicht ist es auch nur ein Wort der Sehnsucht. Wir werden erinnert an die ersten Menschen, die nach dem Essen vom verbotenen Baum von Gott aus dem Paradies vertrieben wurden. Dabei ist der Verlust des Paradieses ein ganz natürlicher Prozess und hat nichts mit Sünde oder Versagen zu tun. Als Geschöpfe in der Welt leben wir in der Polarität von Gewinn und Verlust.

Im übertragenen Sinne gleicht unsere erste Bewusstseinsstufe als Embryo im Bauch unserer Mutter diesem paradiesischen Urzustand. Ich bin eins mit der Mutter, eins mit der Göttlichkeit. Es gibt kein Du im Gegenüber und kein Ichbewusstsein. Ich schwimme in der Einheitssuppe und mir geht es einfach nur gut.

Dann wachse ich im Bauch meiner Mutter heran und irgendwann wird mein Paradies getrübt. Meine Mutter erschreckt sich. Sie hat Angst vor irgendetwas. Sie isst etwas, was ihr nicht bekommt. Und ich bekomme immer etwas davon ab. Mein Paradiesgefühl geht schneller verloren als ich denke. Ich komme auf die Welt und die erweist sich als hell, grell und laut.

Aber mir bleibt die Erinnerung an einen heilen Anfangszustand. Den möchte ich wiederhaben. Dieses Ursprungsgefühl, dass ich mit Allem verbunden bin. Mein Leben erweist sich von Geburt an als ein Abenteuer, das ich bestehen muss. Ich laufe, falle schmerzhaft und stehe wieder auf. Ich lalle bis ich spreche. Ich mache in die Hose bis ich Kontrolle über meine Körperfunktionen erlange. Ich werde mühsam nach vielen Jahren irgendwann erwachsen.

Als Erwachsener befinde ich mich ständig in diesem Wechsel von Verlusterfahrungen und himmlischen Glückszuständen. Die Sehnsucht nach dem heilen Urgefühlzustand bleibt. Zwischen den mühseligen Schritten, das Leben zu bewältigen winkt das Paradies wie ein Geschenk und

eine Verheißung dir immer wieder einmal zu. Du siehst den phantastischen Sternenhimmel über dir und du bekommst eine Ahnung von der Größe Gottes und der Großartigkeit deines Lebens. Du atmest den Duft der Blumen ein und das Leben erscheint dir göttlich.

Oder du blickst in die Augen der Kinder. Auf einmal gibt es Frieden im Herzen. Du musst dich nicht mehr anstrengen. Es geht alles ohne Mühe. Deine Augen treffen die Augen des Kindes und in dir wird es ruhig. Du kommst zu der Erkenntnis: Das Paradies gab es, gibt es immer noch und du gehst zugleich darauf zu, bist manchmal mitten drinnen und weißt, dass deine Sehnsucht nicht vergeblich ist.

Sterne, Blumen und die Augen der Kinder waren die drei übrig gebliebenen Elemente aus Dantes Paradies. Wenn du jetzt einmal deine eigenen Verluste betrachtest aus den vergangenen Wochen ist dir vielleicht ein Stück Paradies verloren gegangen. Aber hast du alles verloren? Konntest du etwas retten? Was ist dir geblieben aus deinem Paradies und wo und wann geht dein Herz auf?

Stell dir vor, dass du heute in der Nacht träumst. Im Traum begegnest du der guten Fee, die dir sagt, dass du drei Wünsche frei hast. Es können aber nur Wünsche sein, die ihren Ursprung im Paradies haben. Wünsche aus einer anderen Quelle kann die Fee dir nicht liefern. Sie wären außerdem nicht förderlich für deine Gesundheit und dein psychisches Wohlergehen. Du hast jetzt nicht einfach wie üblich drei Wünsche frei, sondern drei Dinge, die du aus dem Paradies mit in dein verlustreiches Leben nehmen darfst. Magst du dich verständigen auf die gleichen Dinge wie Dante? Sterne, Blumen und Kinder? Du darfst Dantes Anregungen übernehmen. Oder möchtest du dein Eigenes finden? Wie könntest du das anstellen?

Jetzt wird es interessant. Wenn du anfängst nachzudenken, dann kommt etwas aus dem Verstand. Genug Geld, mehr Sicherheit, eine größere Freiheit, eine Umgebung von gesunden Bäumen, liebevolle Menschen. Es kommt das, was du dir jetzt überlegst. Du bist jetzt auch schon voreingenommen durch Dante. Dein Verstand kann sich aber an das Paradies nicht erinnern. Er erinnert sich nur an das, was er schon kennt. Dein Verstand kennt dich gut und macht dir ein paar Vorschläge aus seiner „Bibliothek der erinnerten Erlebnisse oder Bücher“. Du überlegst dir etwas und stimmst zu oder lehnt ab.

Wie wäre es, wenn du nicht nachdenken würdest über die drei Dinge aus deinem Paradies. Wie wäre es, wenn du auf einen entsprechenden Traum wartest. Dann hast du Ergebnisse aus deinem Unterbewusstsein oder dem kollektiven Unbewussten. Oder du gehst in die Stille und meditierst. Das habe ich gemacht und war überrascht. Oder du bittest die drei Dinge aus dem Paradies, dass sie sich in den nächsten Wochen in deinem Alltag einfach zeigen.

Die letzte Idee gefällt mir besonders gut. Ich werde in den kommenden Tagen neben den Meditationserfahrungen aufmerksam sein für das, was mir entgegenkommt. Es wird etwas sein, bei dem mein Herz eine zustimmende Bewegung macht. Es wird sich anfühlen wie Ankommen und es wird sich jeder Bewertung entziehen. Es kann ein Blick in den Sternenhimmel sein, muss es aber nicht. Aber es mag sich so ähnlich anfühlen.

Dir wird also in den nächsten Wochen etwas begegnen das sich anfühlt wie ein Gruß und Entgegenkommen aus dem Paradies. Du wirst es dir nicht erdacht oder ausgesucht haben. Es kann sogar sein, dass es dir sehr vertraut ist, weil es schon immer bei dir war. Dir ist es nur nie aufgefallen, weil du deine Aufmerksamkeit nicht dahin gelenkt hast.

Corona und andere Viren werden uns vermutlich noch lange begleiten. Sie werden unser Leben einschränken und verändern. Wir werden manches als Verlust empfinden und darunter leiden. Das mag so kommen, aber es muss dich nicht beeindrucken. Richtest du deinen Blick auf die Verluste oder auf das, was dir aus dem Paradies geblieben ist?

Vielleicht ist es für dich auch schon zu spät und du hast dich der Erschöpfung und der Resignation hingegeben. Das fände ich bedauerlich. In jedem Menschen gibt es einen verborgenen Schalter, den er betätigen kann. Die ständigen Verluste betrauern oder sich dem Leben wieder zuwenden. Den Schalter betätigen und dich entscheiden kannst du nur selbst. Das kann dir niemand abnehmen. Für beide Richtungen gibt es genügend berechnete Gründe.

Ich möchte nicht dauerhaft in einer maskierten Welt leben. Ich möchte in das unverhüllte Angesicht der Menschen sehen dürfen und darin die Ebenbildlichkeit Gottes erkennen. Weil mich das stärkt und weil es für mich ein bleibender Teil aus dem Paradies ist.

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

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.

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, 13.10. 2020 um 20.00 Uhr – Klangreise mit der tiefen Klangschaale

Im Kontakt mit dem Höheren Selbst

Anmeldungen an: mk@matthias-koenning.de

Oder per Telefon: 02382 - 961 5953

Kosten: Spende für den energetischen Ausgleich

Meditation und Mehr

Dienstag, 22. 09. 2020 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!