

Newsletter Nr. 27 vom 4. Dezember 2014

Verdichtete Zeiten!

Wie erlebst du die Zeit im Advent? Ich verbinde diese Wochen mit einem ganz anderen Lebensgefühl als zum Beispiel einen Sommerurlaub oder einer Arbeitswoche.

Im Urlaub habe ich den Eindruck, dass die Stunden des Tages einfach dahinplätschern. Es gibt keine Pläne. Es muss nichts passieren. Du sitzt und schaust. Du sitzt und liest. Oder du gehst wandern aber du musst es auch nicht. Du genießt die Freiräume und es gibt wenig müssen und viel dürfen.

Die Arbeitswochenzeit gibt dagegen eine Art festes Zeitgerüst vor, dem du genügen möchtest. Du erledigst Aufgaben, hältst Termine ein und strukturierst deinen Alltag. Du denkst dabei wochenweise von Montag bis Freitag und gehst dann mehr oder weniger in eine „Wochenenderholungsidentität“. Kennzeichen dieser Lebensphase: Kontinuität, Alltag, Gewohnheit, Anstrengung, bisweilen auch Stress.

Und die Zeit des Adventes? Wie fühlt sich die an im Unterschied zu einer Arbeitswoche oder eines Urlaubes? Immerhin dauert sie vierundzwanzig Tage, diese Zeit im letzten Monat des Jahres. Dazu kommen noch die Weihnachtstage und die „Verlängerung“ bis zum Neujahrstag.

Dem Charakter dieser speziellen Zeit versuche ich mal ein wenig auf die Spur zu kommen und beginne mit dem Anfang eines „gefühlten Zeitbogens“.

Im Januar schaue ich in den Kalender und denke: „Ach, wie schön! Du hast ein ganzes Jahr vor dir! Du kannst so viel damit anfangen. Freiheit! Pläne! Anpacken!“

Dann fängst du an mit der Umsetzung und freust dich nach getaner Arbeit im Sommer auf die Zeit des Ausruhens: „Ich habe es mir verdient. Ich darf eine Pause machen.“ Du bist aber noch nicht an dein Ziel angekommen. Es liegt ja noch ein halbes Jahr vor dir. Du kannst verschlafen auf deiner Bank und Kräfte sammeln für den nächsten Abschnitt.

Dann erntest du im Herbst und dir wird bewusst, dass alles Leben sich bewegt im Kreislauf von Werden und Vergehen. Im November machst du den Sack zu. Du ziehst deine ersten Bilanzen und kannst noch ein wenig das Jahr korrigieren. Dann gehst du bildlich in die „Grabesruhe“.

Doch was geschieht im Dezember? Und was geschieht im Advent auch jenseits der christlichen und messianischen Erwartungshaltung?

Für mich bekommt der Monat noch einmal eine besondere Qualität. Er ist so „bedeutungsschwanger!“ Damit meine ich, dass ich mich im Laufe des Jahres einfach den Ereignissen hingebe. Ich tue, was dran ist. Im Dezember gibt es auf einmal nichts so Notwendiges und Unaufschiebbares mehr zu tun. Aber, es gibt viel zum Nachdenken!

Da tauchen dann Fragen auf wie: Was macht das eigentlich für einen Sinn, was ich da so treibe. Will ich das wirklich so? Soll es so bleiben oder möchte ich es im nächsten Jahr verändern.

Da bekommst du Hinweise aus deinem Lebensumfeld, doch einmal „besinnlich“ zu sein und „still“ zu werden. Du sollst über die Sinnhaftigkeit deiner Wege nachdenken und deine familiären Beziehungen neu sortieren damit an Weihnachten auch alles gut geht. Du hast vielleicht den Anspruch, in deiner Arbeit das Eine oder Andere zu korrigieren damit die Bilanz am Ende positiv ausfällt. Du wirst verstärkt eingeladen zu Feiern und Begegnungen mit oder ohne besinnliche Texte. Die Selbstansprüche werden vielleicht in dir wach, gegen den Strom des Einkaufswahns zu schwimmen und sich extra Auszeiten zu nehmen. Nur du und der Kamin! Der Trubel um dich herum möge verschwinden und der Trubel innen gleich mit.

Vielleicht gibt es keine Zeit im Jahr, die so „verdichtet“ ist wie der Advent. Während sonst schon die Zeit knapp wird für die Erfüllung all deiner Wünsche, potenziert sich diese Frage geradezu im Advent und wird zu einer lebensentscheidenden Frage: Bist du richtig, so wie du bist? Müsstest du nicht eigentlich alles anders machen?

Auch der Apostel Paulus kann noch eine Schuppe drauflegen wenn er im Epheserbrief sagt: „Kauft die Zeit aus!“ in dem Sinne, dass du ja ein sinnvolles Leben führen mögest. Die adventlichen Lesungen verstärken das Thema, indem es dort häufig um die Vergänglichkeit der Zeit und den drohenden Untergang der Welt geht. Die ersten Worte von Jesus im Markusevangelium handeln auch von der Bedeutungstiefe und Kostbarkeit der Zeit: „Die Zeit ist erfüllt, und das Reich Gottes ist nahe gekommen.“

Auf einmal entsteht da so ein Druck! Und nicht nur einer! Druck vom Arbeitsplatz, der Familie und von den christlichen Adventvorstellungen her. Jetzt komme endlich aus dem Quark! Dir bleiben nicht mehr viele Möglichkeiten. Die Zeit verdichtet sich! Du musst nicht nur die Fülle deiner Termine unterbringen, es muss auch noch supersinnvolle sein!

Vielleicht treten besonders im Dezember die vielen Sehnsuchtserwartungen zu Tage. Das Thema ist vom Advent her ja vorgegeben: Schließlich erwarten wir den Messias! Wir müssen uns doch dazu verhalten! Annehmen oder ablehnen! Dabei gerät man schnell in einen angestregten Vorbereitungsautomatismus.

Ich glaube, wir überziehen da einfach! Wir machen zu viel! Wir erwarten zu viel! Wir ersehnen zu viel! Wir wünschen zu viel!

Wenn du viele „Erwartungen“ hast von dem, was da geschehen soll, dann macht das deinen Mangel deutlich. Erst, wenn „dies“ und „das“ geschieht, bin ich zufrieden. Erst wenn ich meine Familienverhältnisse vor Weihnachten geklärt habe, kann das Fest kommen. Erst, wenn meine Bilanz positiv genug ausfällt kann ich das Jahr gut abschließen. Erst, wenn ich eine „besinnliche“ Feier miterleben durfte bin ich auf das Fest eingestimmt. Erst wenn...

Erst wenn du damit aufhörst mit diesen Gedanken, wirst du offen für das, was auch noch geschehen könnte abseits deiner vorgedachten Erwartungen von Besinnlichkeit, Bilanzen und Familienansprüchen.

Wenn du genau hinschaust stellst du fest: Der Messias ist ja schon lange da! Das Reich Gottes auch! Auch deine Familie ist schon da und deine Arbeit ist auch da

und wahrscheinlich auch noch im Januar. Es ist alles schon da! Und es ist da auch unabhängig von dir.

Lehn dich mal für einen Moment zurück und lass das „Nichts“ geschehen. Angesichts der Ewigkeit, die auf dich wartet und in der du schon lebst frage dich: Was ist jetzt wichtig! Wenn sich dann ein innerer Friede bemerkbar macht, eine kleine Stille und ein Moment des Einverständnisses könnte so etwas entstehen wie eine angenehme „verdichtete Zeit“.

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

Die Anmeldungen für die Klangabende wie immer bitte per Mail an 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:

Gottesdienst an Heiligabend

Mittwoch, 24.12. 2014 um 16.00 Uhr

im Freiraum in der Alten Molkerei, Friedenstraße 8 in Ahlen

Suchst du noch eine Alternative oder Ergänzung zum Weihnachtsprogramm lade ich dich ein zur Einstimmung mit Begegnung, Liedern, Gedanken und Teilen...

Nach dem Gottesdienst: „Experimentelles Tönen zur Begrüßung des göttlichen Kindes mit Obertongesang“.

Meditation und Mehr

Dienstag, 22.01. 2014 um 20.00 Uhr

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

Wir werden in den kommenden Monaten Abschnitte aus dem Markusevangelium lesen.

Markus 4,35-41 Der Sturm auf dem See

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, 09.12.2014 – „Der sanfte Gong“

Der Gong einmal anders gespielt. Statt der starken und mächtigen Aufforderung lädt der Gong dich mit seiner anderen Seite ein. Die Einladung kommt leiser daher, aber dennoch deutlich und bestimmt.

Dienstag, 13.01.2014 – Monochord

Mit Zuversicht und Vertrauen in das neue Jahr gehen. Sich fallen lassen und entspannen, sich einlassen auf das, was kommen wird. Heiße willkommen, was im Hier und Jetzt geschieht.

Anmeldungen an: mk@matthias-koenning.de

Kosten: Spende für den energetischen Ausgleich