

LV Rheinland-Pfalz Kreisverband Mainz

NEWSLETTER Nr. 10 (07/2023) vom 23. Dezember 2023

Liebe Mitglieder und Interessierte,

Weihnachten ist die Zeit der Besinnlichkeit und der Besinnung. So blicken auch wir zurück auf das vergangene Jahr mit einem neu gewählten Vorstand in Rheinland-Pfalz, mehreren Aktionen, Verteilen von Flyer und Stände in der Innenstadt, wir denken an nette Gespräche die wir geführt haben und guten Austausch mit unseren Nachbar-Kreisverbänden in Mainz-Bingen und Wiesbaden, mit denen wir schon eine vertiefende Zusammenarbeit begonnen haben, und wünschen auf diesem Weg allen eine gute Zeit.

Zu einem Moment der Besinnlichkeit und Besinnung gehört auch der Moment des Erinnerns und Revue Passieren Lassens, und so fällt uns die Zeit vor zwei Jahren ein, als die Kirchen ihre Mitglieder selbst zu Weihnachten und Menschen von ihren Familienfeiern ausgeschlossen wurden. Ein Mitglied unserer Redaktion hat von einem Bekannten damals in einem Brief eine recht aufbauende Idee erhalten, die wir Euch hier gerne weitergeben wollen:

„Liebe..., es war schön dich noch mal vor Weihnachten gesehen zu haben, auch wenn ich den Eindruck hatte, dass dich die Sache mit den Kirchen sehr mitnimmt. Ich war ja mal auf einer Klosterschule und dort gab es immer mal wieder eine andere Formen den Gottesdienstes zu feiern, auch weil nicht immer ein Pfarrer da war.

Eine Lehrerin dort hat uns mal eine Gedankenreise gezeigt, die man auch zu Hause machen kann und die, wie ich finde, besonders gut in diese Zeit passt.

Mein Weihnachtsritual

Du legst eine Wolldecke auf den Boden. Oben kannst du sie zusammenrollen, dass du eine Art Rolle für den Nacken hast. Dann legst du dich auf den Ruck, die Arme neben dem Körper und schließt die Augen. Im Zimmer sollte es nicht ganz hell sein, sondern ein bisschen diffuses Licht sein (wir haben das natürlich in der Schulkapelle gemacht).

Dann fängst du an mit dem Erfühlen deines Körpers. Du gehst von den Extremitäten der Reihe nach Richtung Mitte, versuchst erst an der einen Hand die Finger zu fühlen, und zwar nur die Finger selbst, nicht die Decke die sie berühren, dann an der anderen Hand. Danach versuchst du den Unterarm erst an einem Arm, dann am anderen Arm wahrzunehmen, dann den Ellbogen usw.

Wenn du bei der Schulter bist, gehst du zu den Beinen, versuchst erst die Zehen zu fühlen, die Verse, den Fußrücken, den Unterschenkeln usw. und gehst langsam den ganzen Körper nach oben. Zuletzt gehst du zum Kopf und versuchst das Gesicht, Ohren, Augenlider etc. zu erfühlen (das ist der erste Teil).

Dann versuchst du ohne die Augen zu öffnen, dich im Zimmer umzusehen, du überlegst dir, wie sieht noch mal das Bild von deinem Großvater aus, welche Farbe hat der Rahmen, wo steht es... Oder was liegt auf dem Schreibtisch in der Ecke am Schrank..., wobei es gar nicht wichtig ist, ob es stimmt, nur dass du deine Konzentration auf den Raum ausdehnst (das ist der zweite Teil).

Dann öffnest du im Geist die die Tür (bleibst natürlich liegen) und gehst in den Flur, liegt da etwas auf der Treppe, geh die Treppe nach unten, welche Schuhe stehe da, wie sind sie hingestellt...? Du gehst zur Haustür, öffnest sie und gehst nach draußen. Vielleicht gehst du die Straße entlang... In welche Richtung?

Vielleicht guckst du in die Häuser, wo die Menschen beisammen sitzen, wo sie feiern? Du kannst zur Haustür gehen, sie öffnen, in die warmen Innenräume treten... Vielleicht gehst du auch weiter die Straße entlang... Vielleicht kommt dir ein Tier über den Weg gelaufen, eine Katze auf ihrer nächtlichen Tour, eine Maus, ein Vogel... Vielleicht hast du Lust, mit dem Vogel mit zu fliegen, du lässt dir Flügel wachsen und fliegst mit, über die Stadt... Wie sieht sie aus, die Stadt, die Lichter, die hektischen Autos auf der Autobahn, und wohin fliegst du...?

Lass dich überraschen, am Ende darfst du nur nicht vergessen, wieder zurückzukommen ;-), und ich wette du wirst danach eine ganz andere Stimmung haben.“

Auch uns hat diese Idee gefallen und wir wollten sie mit euch teilen. Wir denken, dass sich dieses Ritual auch außerhalb einer Schulkapelle und sicher auch mit anderen zusammen nachvollziehen lässt. Gerne könnt ihr uns eure Erfahrungen teilen.

Auch wir gehen in die besinnliche Zeit und wünschen euch und euren Lieben auf diesem Weg schon einmal Frohe Weihnachten, ein befreiendes Neues Jahr und dass ihr viel Kraft sammelt für das, für die Herausforderungen, die auf uns zukommen.

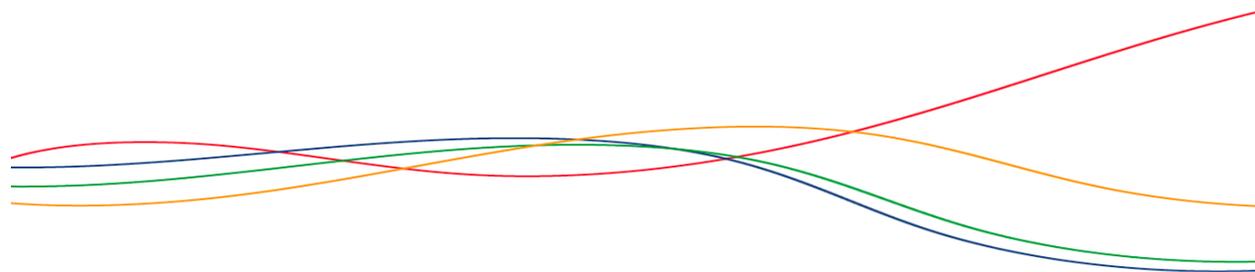
Wir freuen uns dabei schon besonders auf die Zusammenarbeit mit dem KV-Wiesbaden, denn wir haben vor im Frühjahr einen Top-Prominenten der Friedensbewegung nach Mainz(-Kostheim) zu holen. Ihr dürft gespannt sein!

Doch schon vorher werden uns die politischen Auseinandersetzung einholen, wenn **am 8. Januar** die Landwirte ihren **Großstreik** an Angriff nehmen (angeschlossen haben sich bereits Fährleute, Lieferdienste und andere Branchen). Auch wir sagen:

WIR STREIKEN MIT! WIR WERDEN AM 8. JANUAR NICHT ARBEITEN!

Was im Mindestens bedeutet, uns an diesem Tag krank zu melden, doch besser noch, auf die Straße zu gehen, mit allen demonstrieren! Daher hoffen wir, Euch dort zahlreich wiederzusehen und wünschen Euch bis dahin, eine erholsame Zeit und kommt gut ins Jahr!

Euer Team vom dieBasis-Newsletter des KV-Mainz



Zur Abmeldung vom Newsletter

Schreiben Sie bitte kurz eine E-Mail an: news@diebasis-mainz.de

Impressum

dieBasis KV Mainz

vertreten durch Dr. Jörg Heuser und Alexandra König

Postfach 261338 55130 Mainz

www.diebasis-mainz.de