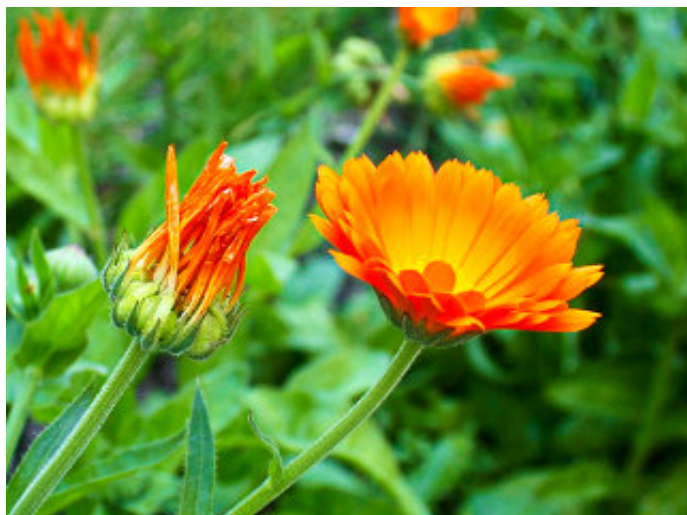


## **Dem Leib und der Seele Gutes tun; Humor-Survival, Teresa von Ávila**



Teresa von Ávila: »Tue deinem Leib etwas Gutes, damit deine Seele Lust hat, darin zu wohnen«. So ist es, sage ich. Aber die Lebenserfahrung schiebt einen weiteren Satz nach: »Der längste Weg der Erde ist der vom Kopf zur Hand«, respektive zum Herzen statt der Hand. Ob die Hand oder das Herz; die Kernaussage besagt, nicht auf das Wissen, auf die Umsetzung kommt es an.

### **Eine Frau, die Medien, ein Koan**

Teresa von Ávila ist ein frühes Beispiel einer Frau, die ihre eigenen Wege in einer männlich dominierten Welt geht. Heute ist Teresa von Ávila Geschichte, die männliche Dominanz noch nicht. Gar nicht so alt ist die Nachricht von der ersten Dirigentin des Abschlusskonzerts der »Last Night of the Proms« (Marin Alsop, 2013). Und das in einem Land, in dem seit Jahrzehnten eine Queen die Geschicke der Royals leitet. Diese Konzertreihe existiert seit 1895. »Ein Verhältnis 1:117 – faszinierend«, könnte Mr. Spock lakonisch anmerken. Was dachten die Nachrichtensprecherinnen, als sie mit ihrer gewohnt-professionellen Stimme diese Nachricht vorlasen? Nachrichtensprecher kann ein harter Job sein, wenn eigenes Nachdenken unterdrückt und die Texte unkommentiert vorgelesen werden müssen.

Das Denken abzuschalten fällt schwer; wir sind nicht alle Zen-Meister. Außerdem schweigt ein Zen-Meister in diesem Zustand und Schweigen vor dem Mikrofon hört sich seltsam an. Oder ist das ein Hinweis auf das Zen-Koan: »Wenn du auslöschst Sinn und Ton – was hörst du dann?«

Eine Rundfunkanstalt ist nicht über ein Schweigen im Äther oder im Internet erfreut. Das Internet mit Schweigen oder mit Zen-Koans zu füttern, das wäre doch eine Mordsgaudi für die Mithörer, Mitleser und Mitempfänger. Andererseits ist das Schweigen oder die Erschwerung der Aktivitätsverfolgung im Internet ein beredtes, ein verdächtiges Schweigen für NSA, BND & Co.

### **Gendern, Netzwerkdurchsetzungsgesetz und Humor-Survival**

Korrektes Gendern ist gegenwärtig ein Hype. Wobei die Kategorisierung als Hype nicht der Political Correctness entspricht; korrektes Gendern muss sein, die Lesbarkeit solcher Texte scheint irrelevant.

Zur Anfangszeiten des Genderns gab es in einer süddeutschen Rundfunkanstalt der Oktoberfestausrichtungsstadt einen Moderator einer Morgensendung, der der ausschließlichen Verwendung der männlichen Anredeform wegen gerügt wurde. Er versprach eine Besserung und begann die Moderation der Morgensendung wie folgt: »Ich begrüße alle Zuhörer und Zuhörerinnen vor den Lautsprechern und Lautsprecherinnen.«

Faszinierend für Mr. Spock und Menschen mit Humor. Humor scheint in diesem unserem irdischen Alltag empfehlenswert, um mit den Exzessen der Political Correctness zurechtzukommen. Humor als eine Art Mental-Survival, auch inmitten einer Flut von Informationen, Nachrichten, Meinungen & Co.?

Humorig finde ich manche Ergebnisse des Netzwerkdurchsetzungsgesetzes. Ein Gesetz der Theoretiker vom grünen Tisch, welches nach nur wenigen Tagen den Oberverfechter 2) dieses unausgereiften Monstrums trifft. Twitter löschte den Tweet des Justizministers Heiko Maas, in dem er 2010 Thilo Sarrazin einen Idioten nannte. Spocks Kommentar dazu?

Politisch unkorrekt, aber menschlich: Die Medien & Co. schwätzen lassen und um das eigene Lernen wissend, selbst entscheiden, was für einen gut und richtig ist. Damit zurück zu Teresa von Ávila mit ihrer Empfehlung.

## **Teresa von Ávila**

Teresa von Ávila lebte vor einem halben Jahrtausend. Sie fällt auf mit ihren eigenen Sichtweisen, die öfter der damals herrschenden Meinung widersprachen, so auch ihre Einstellung zum Körper. Mit schweren Krankheiten konfrontiert, drei Tage für tot gehalten, erholte sie sich, wenn auch dieser Prozess einige Jahre in Anspruch nahm. Es folgte ein aktives und engagiertes Leben. Bewundernswert ihre Haltung zu den körperlichen Entbehrungen und Kasteiungen, Selbstgeißelungen inklusive, die Gott dienlich oder von ihm sogar erwünscht sein sollten.

Sie hielt nichts davon, doch anstatt dagegen zu sein, entschied sie sich, für etwas zu wirken. Eine weise Frau und Seele. Dadurch wird ihr Satz, den ich nochmals zitieren mag »Tue deinem Leib etwas Gutes, damit deine Seele Lust hat, darin zu wohnen«, authentisch. Sie lebte ihn vor.

Dies erinnert mich an meinen ehemaligen Arbeitskollegen, der Menschen, die in körperlichen Entsagungen und im Leid eine gottgefällige Lebensweise sahen, gerne mit einer Blume verglich. Die Blume will ihrem Schöpfer gefallen. Dazu knüpft sie einen Knoten in ihrem Stängel, damit das Wasser nicht ungehindert zu der Blüte fließen kann. Kurz vorm Verdursten fragt sie: »Gott, gefalle ich dir so?« Dieser Kollege war ein humorvoller, gesellschaftlich-kirchlich engagierter Mensch.

## **Tue deinem Leib Gutes**

Kein notwendiges Übel ist der Körper auf seinen Seelenreisen, sondern ein Lebensschiff der Seele. Mit dem Körper lernt die Seele, in jeder Inkarnation sind die Seele und der Körper Partner, die einander brauchen.

Teresa von Ávila wusste darum. Hier waren der Kopf, das Herz und die Hand eins. Es waren keine Wege dazwischen vonnöten, sie hatte diese Wege bereit erlernt. Denn wie es der Volksmund so treffend sagt: »Es ist noch kein Heiliger vom Himmel gefallen.« Oder war es ein Meister? Aber ein Heiliger ist ebenfalls ein Meister.

Man könnte trefflich darüber streiten, ob Heilige, wenn sie denn heilig sind, weiterhin inkarnieren wollen oder müssen. Kein menschliches Gremium entscheidet darüber, und so manche Seele lächelt vermutlich

vergnügt, wenn sie der Heiligsprechung ihres vormaligen Körpers beiwohnt.

## **Die Lust der Seele**

Die Seele lernt, sie reift, sie geht Schritt für Schritt, Leben für Leben auf dem Weg zu ihrer spirituellen Heimat zurück. Es ist ihre Wahl, es muss also eine gute Wahl sein, sich dabei des menschlichen Körpers und der Erde mit den auf ihr herrschenden Polaritäten, Dualitäten und all den anderen Lernmöglichkeiten zu bedienen.

Der Körper ist etwas, wofür sich die Seele entscheidet, was der Seele Lust bereitet. Die Fürsorge für den physischen Körper ist die heilige Pflicht des Menschen. Was sind die Konsequenzen, wenn der Seele die Lust an dem Körper vergeht, da der Mensch ihn gering schätzt oder ihm schadet, was er durch ungesunde Lebensweisen bewerkstelligen kann?

Die Seele wird traurig, um sich der menschlichen Sprache zu bedienen, wenn der Mensch seinem Körper schadet und ihrem Lebensschiff kein guter Kapitän ist. Doch hat die Seele alle Zeit der Welt, eine Zeit, die nicht in Jahren oder Jahrzehnten gemessen wird, sondern in Inkarnationen.

Eines Tages lernt der Mensch und tut seinem Leib Gutes, sodass sich die Seele daran erfreut und ihrerseits für ihn sorgt. Bis dahin muss der Weg vom Kopf zur Hand und zum Herzen ein kurzer werden, kürzer als die Lebensspanne eines menschlichen Lebens. Leider können diese Wege lange sein. Oder ohne Verdrängung: Welch lange und logisch begründete Umwege dem Menschen einfallen, bis er diese Wege verkürzt.

## **Auch die längsten Umwege sind Wege**

Als Menschen inkarnieren wir auf Gaia, um zu Lernen. Blicken wir mit der Seele zusammen auf die absolvierten Lebenswege zurück, sind auch die längsten Umwege Erfahrungen und letztendlich Wege. Mit jeder Erfahrung werden die nächsten Wege vom Kopf zum Herzen und zur Hand kürzer und direkter. Die Umwege werden kürzer, Fehler werden zur Erfahrung.

Außer wir schätzen die Erfahrungen nicht, sondern laben uns in Bestrafung. Denn, und das ist der wahrhafter Grund der Selbstbestrafung und der Kasteiungen jedweder Art, sie ermöglichen uns weiterhin auf den Umwegen zu wandeln und menschlich ausgesprochen: Den Hintern immer noch nicht heben zu müssen.

Man beachte: Der Hintern gehört zum Körper.



Herzlichst, Ihr / Dein Jan Norman

*Jan*

Neue Beiträge und mehr im [Samstags-Newsletter ...](#)