

MANUELA HERDEN

Leben mit Tiefe und Sinn

– Teresa von Avila – Wohnungen der inneren Burg



Beschäftigung mit den „Wohnungen der inneren Burg“
Zusammenfassung | Buchbesprechung | Rezension

© Manuela Herden

www.manuelaherden.com

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	3
Vorstellung der Autorin, wesentlicher Werke und Wirkungsgeschichte	3
Vorliegender Text, Hintergrund und Anlass	5
Historischer Hintergrund und Anlass	5
Thema und Struktur	5
Zusammenfassung der sieben Abschnitte	5
Erste Wohnungen	5
Zweite Wohnungen	5
Dritte Wohnungen	6
Vierte Wohnungen	6
Fünfte Wohnungen	6
Sechste Wohnungen	6
Siebte Wohnungen	6
Reflexion des Textes	8
Fast 500 Jahre alt – und immer noch aktuell?	8
Gott – im Himmel oder auf Erden? Geist, Energie oder Person?	8
Exerzitien und Glaubenskurse – wie „übt“ man glauben und wie erlebt man Gott?	8
Wie lehrt man glauben?	9
Seelenstrebungen – was, wenn die Seele aus dem Ruder läuft?	10
Der gute Kampf des Glaubens – wer kämpft mit wem und wie?	10
Gesunde Spiritualität – was zeichnet sie aus und wie führt man zu ihr hin?	10
Assoziation: Leckerli oder Bindung – was modernes Hundetraining mit Innerem Beten verbindet	11
Teresa von Avila – eine moderne Frau?	11
Zusammenfassung und Ausblick	12
Anhang	13
Literaturverzeichnis	13

Einleitung

Das Buch „Wohnungen der Inneren Burg“ von Teresa von Avila ist das Hauptwerk der bedeutenden Mystikerin, worin sie ihre Mitschwestern darin unterrichtet, wie sie die innige Beziehung zu Gott versteht und auf welchem Weg diese zu erreichen ist.

Persönliche Relevanz hat das Thema für mich als freikirchlich sozialisierte Christen mit langjähriger Seelsorgeerfahrung in einer charismatischen Gemeinde. Oft hat mich die Frage bewegt, wie man gesunde Spiritualität fördern und dysfunktionale Aspekte klar, aber liebevoll begrenzen kann. Und wie man vor allem zu dem Schluss kommt, was als gesund und was als ungesund zu bewerten ist. Viele der Probleme, die sich aus eigenem Erleben, aber auch aus der Begleitung junger, suchender Menschen ergaben, werden in diesem Buch aufgegriffen und beantwortet.

Zunächst werde ich die Autorin, ihre Hauptwerke und Bedeutung vorstellen und anschließend die historische Verortung sowie Thema und Aufbau des vorliegenden Werkes beschreiben. Im Hauptteil der Arbeit setze ich mich mit o.g. Leitfrage auseinander und reflektiere die Bedeutung der „Wohnungen der Inneren Burg“ für heutige Frömmigkeit, auch in Bezug persönlichen Frömmigkeitsstil und seelsorgerliche Tätigkeit.

Die Arbeit schließt mit einer Zusammenfassung der wichtigsten Einsichten und möglicher noch zu erörternder Fragen.

Vorstellung der Autorin, wesentlicher Werke und Wirkungsgeschichte

Teresa von Avila wurde am 28.03.1515 in Avila geboren und starb im Jahr 1582. Als Nachfahrin jüdischer Konvertiten wuchs sie im Haus ihres Vaters, Alonso Sánchez de Cepeda, eines wohlhabenden Kaufmanns und dessen zweiter Frau, Inés de Cepeda auf. Sie hatte zu beiden ein inniges Verhältnis, verlor jedoch ihre Mutter im Alter von 13 Jahren. Ihren Vater beschreibt Teresa als sehr ehrenwerten, mitfühlenden Mann, ihre Mutter als ebenso ehrbar, von höchster Intelligenz und Sanftmut. Sie hatte neun Brüder und drei Schwestern, mit denen sie sich gut verstand. (vgl. Avila, 2013, S. 1 ff.)

Mit 16 Jahren zog sie in das Internat der Augustinerinnen in Avila und trat 4 Jahre später, am 2.11.1535 in das „Kloster der Menschwerdung“ ein. 20 Jahre nach ihrer Mutter starb 1543 auch ihr Vater. (vgl. Avila, 2018, S. 11)

Im Alter von 39 Jahren erlebte sie 1554 ihre endgültige Bekehrung und hatte, v.a. ab dem Jahr 1557, mystische Erlebnisse. Sie gründete mehrere Klöster sowie den Orden der „Unbeschuheten Karmeliten“ und gewann mit Johannes vom Kreuz 1568 einen bedeutenden Mitstreiter für ihre Reformvorstellungen. Teresa von Avila starb am 4.10.1582, wurde 1614 selig- und 1622 heiliggesprochen und 1970 als erste Frau zur Kirchenlehrerin ernannt. (vgl. ebd. S. 12)

Ihre „Vida“, das „Buch der Gründungen“, „Weg der Vollkommenheit“ und die „Wohnungen der Inneren Burg“ bilden zusammen mit einem regen Briefwechsel die wichtigsten Werke. Ihre großes Lebensthema war die innige Freundschaftsbeziehung mit Gott. Im Geiste ihrer Zeit war ihr Glaube zunächst eher endzeitlich ausgerichtet. In das Kloster trat sie u.a. ein, um die Hölle und das Fegefeuer zu vermeiden. (vgl. Avila, 2013, S. 20 ff.)

Erst nachdem sie fast 20 Jahre im Kloster war, hatte sie das Erlebnis, das ihr Leben und ihren Glauben nachhaltig veränderte. Vor einem Bild des leidenden Christus wurde ihr vor allem die Menschlichkeit Jesu deutlich und beeinflusste fortan ihre Art zu beten. (vgl. Plattig, 2010, S. 189 f.)

„Denn meiner Meinung nach ist inneres Beten nichts anderes als Verweilen bei einem Freund, mit dem wir oft allein zusammenkommen, einfach um bei ihm zu sein, weil wir sicher wissen, dass er uns liebt.“ (s. Avila, 2013, S. 156 f.)

Die Beschreibung dieses Verweilens, ihr Vorbild und ihre Lehren über das Innere Beten ist ihr großes Vermächtnis und macht sie zur bedeutendsten Mystikerin (eine, die etwas mit Gott erlebt hat) der Geschichte.

Vorliegender Text, Hintergrund und Anlass

Historischer Hintergrund und Anlass

Die „Wohnungen der Inneren Burg“ wurde etwa 60 Jahre nach Beginn der Reformation geschrieben, ohne als Werk der Gegenreformation gemeint gewesen zu sein. Die Inquisition war auf dem Höhepunkt und richtete sich gegen alles, was den Hauch einer Irrlehre trug. Vor allem mystische Erlebnisse gerieten in ihr Visier, da erfahrungsbasierte Frömmigkeit für die Kirche schwer kontrollierbar war. (vgl. Plattig, 2010, S. 188)

In dieser Zeit, da ihre „Vida“ bereits durch die Inquisition eingezogen worden war erhielt Teresa von zwei Geistlichen (P. Gracián und Doktor Velázquez) den Auftrag, ihre Erfahrungen mit Gott erneut aufzuschreiben und so ihre Erlebnisse für ihre Schwestern zugänglich zu machen. (vgl. Avila, 2012, S. 20)

Thema und Struktur

Hauptthema des Buches ist der spirituelle Weg zur innigen Beziehung mit Gott. Mit ihrem assoziativen, bildreichen Schreibstil verflucht sie gleich mehrere Allegorien ineinander. Das Hauptmotiv, die Burg aus Diamanten, bzw. sehr klarem Kristall, steht für die Schönheit und Kostbarkeit der inneren Seele. In dieser Burg sind viele Gemächer, die in lockeren konzentrischen Kreisen um den Mittelpunkt herum angeordnet sind. Ein zweites Motiv ist die Seidenraupe, die sich durch einen Veränderungsprozess in einen wunderschönen Falter verwandelt und für das Sterben des alten Menschen zur Geburt als neuer Mensch steht. Drittes Motiv ist die Verlobungs- und Hochzeitallegorie (Gott-einung), die durch weitere kleinere Allegorien, z.B. das „Paradiesgärtlein“ ergänzt wird.

In sieben Abschnitten wird der Weg der Seele durch die verschiedenen Wohnungen der Burg geschildert. Was so strukturiert anmutet ist nicht als strenge Stufenfolge gedacht, sondern entpuppt sich als ein – wie es ihrer Persönlichkeit entspricht – sehr assoziativer Streifzug durch verschiedene Gemächer bis zum Innersten der Seele, dem Ort, an dem Gott wohnt.

„Alles richten wir auf die rohe Einfassung oder die Ringmauer dieser Burg, und das sind die Leiber. [...] Und in der innersten Mitte [...] liegt die vornehmste, in der die höchst geheimnisvollen Dinge zwischen Gott und der Seele vor sich gehen.“ (s. ebd., S. 20)

Zusammenfassung der sieben Abschnitte

Erste Wohnungen

Eintrittspforte in die Burg ist das innere Gebet und die Betrachtung. Es geht um das Verweilen bei Gott in Achtsamkeit dafür, mit wem man redet und wer man selbst ist. Selbsterkenntnis in wahrer Demut ist notwendig, um in diese Ersten Wohnungen einzutreten. Beim Eintreten jedoch kommen sehr viele Äußerlichkeiten mit hinein und verlangen nach Aufmerksamkeit. Hier ist noch wenig Ruhe zu spüren, sondern die Sinne sind äußerst zerstreut. Das Licht aus den innersten Wohnungen ist noch nicht zu erkennen und die Räume sind recht dunkel. Teresa spricht von Viechern und Gewürm, das mit hineinkommt und versteht darunter „weltliche Dinge“ wie Besitzstreben, Sorgen, Prestigesucht, Maßlosigkeit und Geschäftigkeit. (vgl. ebd., S. 77 ff.)

Zweite Wohnungen

Hier tritt ein, wer bereits verstanden hat, wie wichtig inneres Beten ist und den Ruf zur Mitte, zu Gott, verspürt. Dieser Ruf ist so sanft, dass er durch Ablenkung leicht übertönt wird. In diesen Räumen ist vor allem Ausdauer gefragt, da hier der stärkste geistliche Kampf stattfindet. Verstand und Sinne sind bereits für die Dinge Gottes sensibilisiert, es erfordert jedoch Kraft, der Sogwirkung der „Welt“ zu widerstehen. Glaube schließlich führt zum Erfolg und wird dabei durch den Verstand

unterstützt, der erkennt, wie viel wertvoller die innere Burg und ihr Hausherr sind als alles, was die äußere Welt zu bieten hat. In eigener Stärke ist laut Teresa dieser geistliche Kampf nicht zu gewinnen, sondern nur mit Gottes Hilfe. (vgl. ebd., S. 87 ff.)

Dritte Wohnungen

Hier hat man das Schwerste hinter sich. Die Seele zieht die Dinge Gottes vor und lebt ein gottseliges Leben mit Innerem Beten, Rückzug von weltlichen Dingen und Werken der Nächstenliebe. Jedoch ist sie in der gleichen Gefahr wie der reiche Jüngling des Neuen Testaments. Sie hat alles gegeben und wähnt sich in einem Zustand, in dem ihr die Gnaden Gottes nicht verwehrt werden sollten. Sie ist gefährdet, sich betrübt oder beleidigt wieder der Welt zuzuwenden, wenn ihr diese Gnaden nicht zukommen. Teresa mahnt zur Demut. Wer denkt, er sei bereits weit vorangeschritten und habe für dieses Voranschreiten jetzt seine Belohnung verdient, bewegt sich in geistlichem Hochmut und ist schwer zu belehren. Es gilt, nicht nur die weltlichen Güter und Verlockungen loszulassen, sondern ebenso jeden Anspruch auf Belohnung durch Gott. (vgl. ebd., S. 117 ff.)

Vierte Wohnungen

Dort beginnen die übernatürlichen Dinge (z.B. Aufhebung oder Verzückung). Die Übungen der vorigen Wohnungen bereiten die Seele auf deren Empfang vor, können diese unverfügbaren Dinge jedoch nicht erzwingen. Teresa beschreibt den Unterschied zwischen Glücksempfindungen und Wonnen. Erstere sind natürlichen Ursprungs, auch wenn sie z.B. aus gottseligem Leben stammen, Letztere sind rein göttlichen Ursprungs ohne natürlichen Anlass. Sie erklärt den Unterschied von innerer Vorstellungskraft der Seelenvermögen und diskursivem Denken des Verstandes und betont, dass beim Gebet der Sammlung beides vorkommt. Wenn es jedoch um die Wonnen Gottes geht, ist sogar die Anstrengung des Denkens oder die Anstrengung, eben dieses Denken zu unterdrücken, zu vermeiden und stattdessen in einer Haltung von Sanftmut zu empfangen. Sie warnt davor, das innere Beten wieder zu vernachlässigen und ebenso vor den Fälschungen des echten inneren Betens durch den „Engel des Lichts“. In diese Wohnungen treten die meisten Gläubigen ein. (vgl. ebd., S. 138 ff.)

Fünfte Wohnungen

Obwohl viele berufen sind zur Kontemplation und zum inneren Beten, erleben doch nur wenige diesen „Himmel auf Erden“. Voraussetzung ist es, schon sehr fortgeschritten in den Tugenden und den Dingen der Welt und sich selbst entschlafen zu sein. Es ist ein sicherer Ort, denn anders als in den vorigen Wohnungen interferieren weder Verstand noch Fantasie noch Gedächtnis. Die Seele ist gleichsam in einem Schwebезustand, entflochten dem Irdischen und geeint mit Gott. Teresa führt das Bild der Seidenraupe ein, aus der durch einen Verwandlungsprozess ein wunderschöner Falter entsteht. Zusätzlich wird die Allegorie der Verlobung verwendet. Es kommt noch nicht zur bleibenden Vermählung, sondern das Anschauen und Begegnen ist ein vorübergehendes Zusammenkommen um sich gegenseitig kennenzulernen. Die Vereinigung geschieht nicht über diskursives Meditieren, sondern durch Inneres Vereinigen nach dem Vorbild der Trinität. (vgl. ebd., S. 172 ff.)

Sechste Wohnungen

Die Seele, die ihren Bräutigam bereits gesehen hat und nichts sehnlicher wünscht, als mit ihm allein zu sein, erlebt viele Prüfungen, die von äußeren Vorwürfen bis zur inneren geistlichen Trockenheit reichen können. Sie reagiert auf das leise innere Rufen ihres werbenden Bräutigams. In den sechsten Wohnungen geht es um die Erweckung der Seele als Vorbereitung für die siebten Wohnungen. Teresa beschreibt Auditionen, intellektuelle und imaginative Visionen, nennt Verzückung, Geistesflug, Ekstase, Entrückung und Aufhebung, um dieses übernatürliche Geschehen zu erklären und erläutert, wie man ihre Echtheit erkennt. (vgl. ebd., S. 215 ff.)

Siebte Wohnungen

In den siebten Wohnungen ist das Innerste der Seele, wo Gott wohnt. In Anlehnung an das Hohelied der Bibel beschreibt Teresa, dass der Bräutigam die Braut in seine Gemächer führt und hier die

Vermählung im Geist vollzogen wird. Obwohl der Eintritt durch intellektuelle Visionen erfolgt, gibt es in den innersten Wohnungen eine Art der Erleuchtung und Darstellung, durch welche die Dreieinigkeit Gottes klar erkenntlich wird. Hier kommt es zu einer bleibenden Gotteinung (Vermählung). Die Seele bleibt in stetiger Verbindung mit ihrer inneren Quelle (Gott) und aus dieser inneren Ruhe, Frische und Stärke entspringen Werke. (vgl. ebd., S. 329 ff.)

Reflexion des Textes

Fast 500 Jahre alt – und immer noch aktuell?

In einer Zeit, in der Informationsflut und erdrückende Medienpräsenz den modernen Menschen zunehmend erschöpfen rücken Fragen nach dem tieferen Sinn und die Suche nach Glück und Frieden in den Fokus. Freizeitliches Spiel- und Spaßverhalten kann die Anforderungen des modernen Lebens nicht mehr ausbalancieren, „äußere“ Anwendungen wie Massagen, Spa-Besuche usw. reichen nicht aus. Immer mehr Menschen wird deutlich, dass es eine verborgene innere Welt gibt, die ebenfalls gehegt und gepflegt werden will. Die Methoden reichen von Esoterik, über Yoga und Meditation bis zu naturnahen Angeboten wie tiergestützter Therapie, Shinrin Yoku (Waldbaden) uvm. Klosteraufenthalte sind fast schon en vogue und sollen nachhaltige Wirksamkeit entfalten. Die Komplementärmedizin setzt auf Ganzheitlichkeit, da der Mensch mehr ist als die Summe seiner Teile.

Es ist eine post-moderne, post-säkularisierte Welt, die sich in einer Suchbewegung befindet. Wonach sucht sie? Könnte sie auf der Suche sein nach ihrem durch die Aufklärung „abgespaltenen“ Teil, der Spiritualität? Das ist zumindest eine denkbare Möglichkeit.

In diesem Fall wären die „Wohnungen der Inneren Burg“ brandaktuell mit ihrer Beschreibung einer sehr ganzheitlichen, beziehungsorientierten Spiritualität. Teresa von Avila gelingt es meisterhaft, den Bogen zu spannen von geistlichen Suchbewegungen zu dem Ziel gesunder Spiritualität, der freundschaftlichen Liebesbeziehung mit Gott. Mit geschärftem Blick verweist sie auf die Gefahren dieses Wegs, in ihrer Liebe und Sanftmut wird sie zum Vorbild einer Seelsorge, die im wahrsten Sinne des Wortes „zurechtweist“, ohne zu entwürdigen oder Fehlentwicklungen zu verdammen. Sie redet Falsches nicht richtig, sie beschönigt nichts, doch sie praktiziert die geistliche Begleitung der ihr anvertrauten Schwestern im Dreiklang von Klarheit, Sanftmut und Liebe.

Gott – im Himmel oder auf Erden? Geist, Energie oder Person?

Teresa stellt einen Gott vor, der in jedem Menschen lebt, in dem andererseits auch jeder Mensch lebt. Ihr Gott ist ein Einziger, aber auch drei in einem. Ihr Gott lebt in der Natur und offenbart sich in ihr, gleichzeitig ist er in Gebäuden, Bildern und Kreuzen zu finden. Ihr Gott ist auch Mensch und sie empfiehlt, gerade den Menschen Christus immer wieder zu betrachten und zu bedenken, da er uns am ehesten entspricht. Teresa nimmt nicht die Spannung aus dem Paradoxen noch führt sie unseriöse Simplifizierungen durch. Sie ist eine Frau, die intensive geistliche Erfahrungen macht, dabei aber das Gegenteil von „Übergeistlichkeit“ und „Schwärmerei“ verkörpert, sich im Gegenteil durch einen sehr bodenständigen, „wortnahen“ und beziehungsorientierten Glauben auszeichnet. Ihre Christozentrik zeigt einen Gott, der als Mensch, in unsere (Er-)Lebenswelt trat und mitfühlen kann. Wir sind gesehen, aber nicht aus einer fernen Vogelperspektive, sondern auf Augenhöhe. Ein Gott, der Müdigkeit, Ungerechtigkeit, Ungeduld und jede andere menschliche Regung kennt und versteht.

Für die seelsorgerliche Haltung bedeutet es m.E., eben gerade nicht immer die „professionelle Distanz“ zu wahren und das Heil in der kognitiven Reflexion zu suchen, sondern mitzufühlen, soweit vertretbar mitzuleiden und empathisch nahe zu kommen und nahe kommen zu lassen, denn Nähe schafft Trost.

Terasas Vorbild bedeutet für mich auch, einem Ratsuchenden durchaus die Komplexität des Glaubens mit seinen Paradoxien zuzumuten und aus der Vielfalt der unterschiedlichsten Perspektiven und Dogmen um das Wichtigste, um Gott und die Beziehung mit ihm zu kreisen.

Exerzitien und Glaubenskurse – wie „übt“ man glauben und wie erlebt man Gott?

Als Kind lernte ich die Bibel mit dem Heft des Bibellesebunds „Der gute Start“ kennen. Mit Rätseln, Tipps zur Textarbeit, Fragen an das junge Leben und Impulsen zum Gebet wurde eingeführt in

kindgerechte Meditation, genannt die tägliche „Stille Zeit“. Bibel- und Glaubenskurse folgten, ich stöberte in Studienbibeln, Lexika und Kartenmaterial und mein Glauben wurde kopflastig kognitiv. Durch den Besuch einer charismatischen Bibelschule lernte ich einen ganz anderen Frömmigkeitsstil kennen. Es ging um Gottes erlebbares Eingreifen heute, z.B. in Form von Geistesgaben und seiner wahrnehmbaren Gegenwart in Gottesdienst, Lobpreis und Gebet. Das Verweilen vor Gott in der Anbetungszeit, von den alten Pfingstlern „Warten auf den Herrn“ genannt, war mir kostbar. Glaube sei keine Dogmatik, sondern Beziehung mit Gott, wurde gepredigt und das passte für mich und deckt sich mit Teresas Vorstellung. Sie beschreibt jedoch auch sehr gut, wie das Verkosten und Genießen die Gefahr der (geistlichen oder emotionalen) Habgier birgt. Auf eindrückliche, aber liebevolle Weise, mahnt sie, dass Gott allein genügt (Solos dios basta). Es geht um ihn und nicht um schöne Gefühle. Seine Gegenwart ist unverfügbar, die guten Gefühle weder Ziel noch zwingende Folge der Anbetung.

Gerade im Blick auf die aktuelle Lobpreiskultur sind ihre Hinweise auch heute noch aktuell. Natürlich darf man die Musik genießen und den positiven Einfluss von Musik und Gesang auf das Gemüt nutzen. Teresa geht es nicht um Abstinenz um ihrer selbst willen, sondern sie will die Leser zur innigen Beziehung mit Gott führen. Dafür müssen die Seelenstrebungen hinter sich gelassen und ggf. Zeiten der Trockenheit durchlebt werden. Glaube als Beziehungsgeschehen ist demnach übbar, die Übung besteht v.a. darin, die äußeren Dinge wie kognitives Denken, Fühlen und Wollen nach und nach zurückzulassen, um sich für die Begegnung und Einung mit Gott vorzubereiten.

Wie lehrt man glauben?

Ich denke, es braucht Ausdauer, Kreativität, Mut und Demut. Teresa plagt sich ein ganzes Buch hindurch damit, die Dinge Gottes, die eigentlich nicht beschreibbar sind, in Worte zu fassen und beklagt sich häufig darüber, wie unzulänglich sie sich dabei fühlt. Dennoch gibt sie nicht auf, sondern findet immer wieder neue kreative Beschreibungen.

Sie, die selbst von ihren geistlichen Begleitern entmutigt und diskreditiert wurde, macht sich dennoch auf, als formell Ungelehrte andere geistlich zu begleiten. Sie steht zu ihren Erlebnissen und Überzeugungen. Das erfordert Mut, Kraft und Gehorsam.

Ebenso wichtig ist die Demut vor dem jeweils ganz einzigartigen Weg jedes Menschen mit Gott. Teresa weist immer wieder darauf hin, dass Gott Menschen auch ganz anders führen kann und das selbst bei ihrem Weg keine gerade Linie verlief, sondern eine große Bewegungsfreiheit bestand. M.E. ist bereits diese Demut ein ganz wichtiger Schutz davor, Schaden in der geistlichen Begleitung zu vermeiden. Denn auch wenn der Seelsorger nicht allzu gelehrt ist, hilft die Demut vor Gott und seinem Geschöpf, auf Übergriffe zu verzichten und den anderen in seiner einzigartigen Weise des Glaubenserlebens zu begleiten.

Ganz wesentlich ist auch die eigene Authentizität, die glaubwürdige Vorbildfunktion, die nicht auf Moral oder Dogmatik, sondern auf der Beziehung mit Gott basiert. Teresas Schwestern nehmen ihre vielen Beschreibungen, Erklärungen und Bilder sicher als Lehre auf, aber noch wichtiger finde ich, die Person Teresa von Avila als Beispiel vor Augen zu haben, wie man mit Gott umgehen kann. Mich zumindest hat das Buch tatsächlich weniger wegen des Sachinhaltes beeindruckt, sondern mehr durch die Beobachtung einer starken geistlichen Frau, die andere an ihren Erfolgen, aber auch Fehlern und Schwächen teilhaben lässt, die sich nicht aufplustern muss um zu beeindrucken, sondern Zeugnis gibt von dem was sie erlebt, und trotz der gewaltigen übernatürlichen Erlebnisse völlig unprätentiös bleibt.

Seelenstrebungen – was, wenn die Seele aus dem Ruder läuft?

Obwohl das Ablegen weltlicher Dinge zentral für den geistlichen Weg ist, warnt Teresa davor, die Selbsterkenntnis zu übertreiben, ein Vorgang, der im Rahmen strenger Heiligungsbewegungen oder auch bei intensiven Formen der Psychoanalyse mitunter aus der Balance geraten kann. Die Seele hat ihrer Meinung nach eine so hohe Würde, dass man sie nicht einschränken darf, auch nicht im Raum der Selbsterkenntnis. Zum einen empfiehlt sie, der Seele Freiheit und Raum zum ziellosen Herumstreifen zu lassen, zum anderen soll sie sich immer wieder an der Größe und Majestät Gottes erfreuen und nicht ständig auf die Bekämpfung eigener Unzulänglichkeiten fixiert sein. (vgl. ebd., S. 94 f.)

Das ist ein wichtiger Rat für die Seelsorge gerade an Menschen mit sehr korrekter Persönlichkeitsstruktur, Perfektionisten, Zwangserkrankten oder Depressiven. Da die Persönlichkeit, bzw. die krankhafte Störung sich auch auf den geistlichen Bereich bezieht und ggf. gesunde Heiligungsprozesse ungesund vertiefen möchte ist es wichtig, hier einen Gegenpol zu bilden. Teresa verteufelt oder untersagt nicht einfach die dysfunktionale Fixierung, sondern motiviert zum Loslassen, indem sie darauf verweist, dass unsere Unzulänglichkeiten im Lichte Gottes sowieso viel besser und schneller erkennbar sind. Barmherzigkeit und Gnade ermöglichen es, eigene Schwächen durchaus wahrzunehmen (den Schatten zu akzeptieren) und dennoch das Leben und sich selbst anzunehmen.

Befreiend finde ich ihre häufigen Anmerkungen darüber, dass man sich nicht vorstellen sollte, wenn die Seele erst einmal einen bestimmten Punkt erreicht hat, sei sie unanfechtbar geworden. Sondern äußerst nüchtern stellt sie fest, dass man in jeder der Wohnungen auch weiter empfänglich für Fehlhaltungen oder ablenkende Irrwege bleibt.

Der gute Kampf des Glaubens – wer kämpft mit wem und wie?

Die Anfälligkeit für die „weltlichen Dinge“ (Eifersucht, Neid etc.), die in den ersten Wohnungen noch so präsent sind, wird schwächer, je näher man den weiter innen liegenden Wohnungen kommt; doch vor allem in den zweiten Wohnungen ist entschlossenes Kämpfen angesagt, um zum ruhigen Verweilen der inneren Wohnungen zu gelangen. Jeder einzelne Mensch muss sich laut Teresa durch seine ganz individuellen Anfechtungen und Ablenkungen mit Gottes Hilfe hindurch fechten. Es ist eine Zeit der erhöhten Vulnerabilität. Und es ist definitiv auch eine Phase der Fürbitte für Begleiter, aber auch des Lockens, Ermutigens und Zeugens von und zu Gott. Teresa erinnert hier in ihrer mütterlichen Art des Führens an Paulus, der von sich sagt, die jungen Gläubigen wie eine Mutter umsorgt zu haben. Auch dieser Kampf ist nicht mit Brachialgewalt zu führen, sondern in Sanftheit sollen die hindernden weltlichen Dinge losgelassen werden. (vgl. ebd., S. 114 f.)

Gleichzeitig ist ihre Beschreibung ein Modell des geistlichen Kampfes, das mit dem biblischen Befund übereinstimmt und sich m.E. wohltuend von sogenannter „geistlicher Kriegsführung“ abhebt, die, psychoanalytisch gesprochen, den Schatten eines Menschen (oder den eigenen Schatten?) nicht annehmen kann, ihn in die „geistliche Welt“ projiziert und dort bekämpft.

Teresa dagegen nimmt den eigenen Schatten an, übernimmt die Verantwortung dafür und illustriert einen Weg, mit ihm umzugehen.

Gesunde Spiritualität – was zeichnet sie aus und wie führt man zu ihr hin?

Teresa wendet sich deutlich gegen eine gefühlsbetonte, eigenproduzierte sentimental-fromme Spiritualität und empfiehlt stattdessen gesunde Balance. Immer wieder betont sie, wie wichtig es ist, Jesus als Gott und Mensch zusammenzudenken und sowohl Kontemplation als auch Meditation in

Verbindung mit praktischen Werken zu üben. Sie sieht Psyche und Geist nicht voneinander getrennt, sondern ineinander verschlungen und trotz klarer Unterschiedlichkeit aufeinander bezogen.

Eine Schlussfolgerung ihrer Lehre ist es, Glauben immer ganzheitlich und möglichst ausbalanciert anzugehen. Extreme in Richtung abgehobener Spiritualität, die ggf. bereits etwas Dissoziatives haben, sind mit gesundem Misstrauen zu betrachten. Auch von ständiger Versenkung ohne daraus folgende Werke ist abzuraten.

Moderne IT-Firmen wie Google entdecken neuerdings das Potential spiritueller Praktiken und möchten durch Angebote für Ihre Mitarbeiter deren Effizienz erhöhen. Selbst die dafür beauftragten Meditationsexperten fernöstlicher Spiritualität weisen darauf hin, dass der spirituelle Hintergrund dabei vernachlässigt wird.

Der Glaube Teresas ist in diesem Sinn nicht instrumentalisierbar, denn er ist deutlich beziehungsorientiert in der Beziehung zu einer höheren Instanz, die sich nicht benutzen lässt.

Assoziation: Leckerli oder Bindung – was modernes Hundetraining mit Innerem Beten verbindet

Lernen am Modell – Teresa bietet nicht nur viele Möglichkeiten durch ihre zahlreichen Allegorien an, sondern sie selbst ist Modell des Lernens und Lehrens. Sie geht mit wachen Augen durch die Welt, nimmt Erfindungen ihrer Zeit wahr, verpflichtet sie mit naturwissenschaftlichen Beobachtungen und ist sehr assoziativ. Mich ermutigt das, als Seelsorgerin kreativ und wach zu sein und Beispiele aus dem eigenen Alltag und dem meines Gegenübers zu verwenden, um geistliche Dinge zu verdeutlichen:

2016 legten mein Mann und ich uns einen Welpen zu und machen uns seither viele Gedanken über die Erziehung des wuscheligen Gegenübers. Hunde kann man bekanntermaßen konditionieren. Doch obwohl man mit Leckerli gewünschtes Verhalten formen kann, kam uns das etwas seelenlos und mechanistisch vor. Wie viele andere moderne Hundehalter setzten wir mehr und mehr auf Bindung und Beziehung. Wir spielen mit dem Tier: Such- und Schnüffelspiele, Zerrspiele, Waldparcours-Training, aber auch simples zielloses Kontaktliegen stehen auf dem Programm. Man ist einfach. Man ist zusammen. Und das ist gut. Es ist das Verweilen bei einem Freund, mit dem man gerne zusammen ist.

So beschreibt Teresa das innere Beten und mir gefällt sehr, dass dies für sie die höchste Form der Beziehung mit Gott ist. Such- und Schnüffelspiele, bzw. das diskursive Meditieren, z.B. über Gottes Wort und die darin enthaltenen Schätze haben ihren Platz. Zerrspiele, das Ringen mit Gott um den richtigen Weg, um Bedürfnisse, Wünsche und Ansichten sind wichtig. Gemeinsam mit Gott im Leben über Mauern zu springen hat seine Bedeutung. Leckerlis, bzw. „Verkostungen“ sind hilfreich. Doch das Kontaktliegen, das Verweilen ist höchstes Ziel und tiefster tragender Grund des Glaubens.

Teresa von Avila – eine moderne Frau?

Teresa war Nonne und gründete Klöster. Mit dem Großteil der modernen Frauen hat sie also auf den ersten Blick nicht viel gemein. Dennoch kann sie als Rollenvorbild einer modernen Frau dienen, denn sie war in der Lage, den einschränkenden Konventionen ihrer Zeit mit Intelligenz und Freiheitsgeist Paroli zu bieten und auch in widrigen Umständen ihren Weg konsequent und erfolgreich zu gehen. In einer absoluten Männerdomäne fand sie Gehör. Sie wählte ihre Kämpfe weise und konnte durchaus selbstbewusst und autoritär auftreten. Nicht Unterwürfigkeit war ihre Strategie, sondern intelligenter Umgang mit Beschränkungen und Freiheit, das bewusste Abwägen von Nachgeben und Durchsetzen. Mit kluger Rhetorik und im Sinne moderner gewaltfreier Kommunikation verband sie Ich-Botschaften und Suavidad (Sanftheit) mit Klarheit und Teamfähigkeit.

Sie war eine erfolgreiche Gründerin und Unternehmerin, die sich sowohl um geistliche als auch um psychologische, handwerkliche und finanzielle Dinge kümmerte und dabei eine wertschätzende Führungskraft abgab.

Sie war alles andere als eine klassische Karrierefrau, sondern lebte bereits zu ihrer Zeit den Prototyp einer sinnzentrierten Karriere. Damit gibt sie Impulse für die gegenwärtige Diskussion um sinnzentriertes Leben, Arbeiten und Führen. Sie setzt kompromisslos auf die Beziehung zu ihren „Mentees“ und ist als geistliche Begleiterin nah am Führungs- und Coachingstil Jesu. In einer beziehungsverarmenden modernen Welt gibt sie für Seelsorge und Menschenführung ein zeitloses Vorbild ab. Mit ihrer Betonung der inneren Welt und der Wichtigkeit einer gelungenen Work-Life-Balance (vgl. Maria und Martha) hat sie Antworten auf heute brennende Fragen.

Doch sie benennt auch realistisch den Preis für die tiefe innere Ruhe, die aus der innigen Beziehung mit Gott kommt: Das Abwenden von Äußerlichkeiten, von Eitelkeiten, Besitzstreben, Prestigesucht und Nebensächlichem, um das Eigentliche, das im Inneren Kostbare zu finden.

Zusammenfassung und Ausblick

Teresa von Avila stellt eine gleichermaßen geerdete, beziehungsorientierte Spiritualität vor, die bei aller Nähe zu Gott seine Transzendenz und Andersartigkeit zutiefst respektiert. Zentrale Punkte sind das Innere Gebet und die Betrachtung in Verbindung mit dem Zurücklassen „weltlicher“ Einstellungen. Obwohl Geist und Psyche miteinander verbunden sind, ist die Gotteinung letztlich ein Vorgang, der sich im Geist vollzieht und dem eine Abstinenz der Gefühlsbetonung vorausgeht. Die von ihr gelebte geistliche Begleitung ist ein höchst kreativer und beziehungsorientierter Prozess und damit Vorbild für Seelsorge, Führung, Coaching und Mentoring.

Interessant wäre zu untersuchen, inwieweit ihr Konzept für die seelsorgerliche Begleitung psychischer Störungen relevant ist. Im Sinne gestalttherapeutischen Denkens beschreibt Teresa das Erkennen der eigenen Figur auf dem göttlichen Grund. Im Geiste klientenzentrierter Therapie ist sie Modell für eine authentische, emphatische geistliche Begleitung. Ihre Warnung im Zusammenhang mit zu viel Selbsterkenntnis stellt konstruktive Anfragen an die Intensität von Tiefenanalyse ihre Beschreibung von Meditation und Kontemplation gleicht Elementen der Achtsamkeitsbasierten Therapie (ACT).

Anhang

Literaturverzeichnis

Avila, T. v. (2012). *Wohnungen der Inneren Burg*. Freiburg im Breisgau: Herder GmbH.

Avila, T. v. (2013). *Das Buch meines Lebens*. Freiburg im Breisgau: Herder GmbH.

Avila, T. v. (2018). *Gott zum Freund haben*. Würzburg: Echter Verlag GmbH.

Plattig, M. (2010). *Kanon der spirituellen Literatur*. Münsterschwarzbach: Vier-Türme-Verlag.