

## Teresa von Avila

Hartnäckigkeit, beeindruckende Glaubenserfahrungen, und ein fast unwiderstehlicher Charme: – Teresa von Avila.

Oft kam ihr ein kalter Wind entgegen. Doch sie, die zarte und ein Leben lang auch krankheitsanfällige Teresa hielt dem stand. Teresa entsprach als Nonne weder dem traditionellen Bild, noch den Vorstellungen, die das patriarchale Spanien des 16. Jahrhunderts von einer Frau hatte. Einer ihrer Kritiker, ein Dominikanermönch, der eine Rufmordkampagne gegen sie startete, wurde zu einem glühenden Verehrer und sagte: «O, ihr habt mich getäuscht, da ihr mir sagtet, sie sei eine Frau; in Wirklichkeit ist sie ein echter Mann, und zwar einer von den ganz bärtigen» - das war das höchste Kompliment, das ein Mann damals nach aussen über eine Frau geben konnte!

Wer war diese Frau?

Schönheit, Stolz, Selbstbewusstsein sind nicht gerade Eigenschaften die man bei einer Nonne sucht.

Geboren wird sie in im Frühling 1515 in Avila. Der Vater jüdischer Abstammung, der Grossvater hatte sich unter Druck der spanischen Inquisition zum Christentum bekehrt und war ein sogenannter «Conversos» also ein Zwangsbekehrter. Er wurde wegen des Verdachts der Scheinbekehrung und des Wirkens im Untergrund vom spanischen Staat mit seinem kirchlichen Machtapparat noch durch Generationen verfolgt. Der Vater jedoch erzieht die Kinder in christlicher Strenge. Fromme Lektüre ist Bestandteil der Erziehung und schon früh hört Teresa begeistert Geschichten über Märtyrer und Heilige. Das prägt und so reisst sie bereits mit sieben Jahren in ihrem übermütigen Temperament mit dem älteren Bruder aus, um in Afrika die Mauren zu missionieren und als Märtyrerin zu sterben.

Mit 13 Jahren verliert Teresa ihre Mutter. Von ihr hat sie nicht nur die Vorliebe für die damaligen Ritterromane geerbt (erinnern wir uns an Ignatius von Loyola – zwei Kinder ihrer Zeit) sondern auch den gesunden Menschenverstand, die Empfindsamkeit Sinnlichkeit und Klugheit. Tereas schwingt hin und her zwischen ihrer Liebe zur Gottesmutter und der Freude, von jungen Männern umschwärmt und umgarnt zu werden. Nach der Heirat der älteren Schwester wird das lebenslustige Mädchen in ein Augustinerinnenkloster gegeben. Die Abneigung gegen das Klosterleben ist jedoch riesengross und beim beten bleibt ihr das Herz kalt, wie sie schreibt. Ausserhalb der Klostermauern würde jedoch eine Ehe auf sie warten, verbunden mit völliger Unterordnung und dem Verlust der Selbstständigkeit. Für Teresa eine Horrorvorstellung. Ein innerer Zwiespalt. Sie wird krank – Ohnmachtsanfälle und hohes Fieber überkommen sie. Der Vater nimmt sie zu sich nach Hause.

Mit 21 Jahren tritt sie schliesslich in das Menschwerdungskloster in Avila ein. Dieses Kloster gehört dem Karmelitenorden an, der seine Ursprünge im heiligen Land hat, wo sich am Karmel eine Gruppe von Einsiedlern niedergelassen hat, um wie der Prophet Elia mit leidenschaftlichem Eifer ganz für den Herrn da sein zu können. Die Sarazenen vertrieben den Orden, wodurch er im 13. Jahrhundert nach Europa gelangte. Hier wurde auch der weibliche Zweig gegründet, der rasch wuchs.

Zur Zeit Teresas leben ungefähr 150 Frauen im Konvent, obwohl er erst kurz vor Teresas Geburt gegründet worden war. Zwei Jahre nach ihrem Eintritt legt Teresa ihre Profess ab, erkrankt jedoch schwer und muss ausserhalb des Klosters behandelt werden. Das innere suchen und ringen dauert viele Jahre an, jahrelange Glaubenszweifel begleiten sie. Teresa erlebt im inneren Gebet ekstatische Zustände und Levitationen: das Schweben ohne Hilfsmittel. Einmal sieht sie einen Engel, der ihr einen goldenen Pfeil durch ihr Herz stösst. Der Schmerz habe sie ganz und gar brennendvor Gottesliebe zurückgelassen. Teresa fühlt sich hin- und hergerissen zwischen solchen verstörenden Gotteserfahrungen und den darauf folgenden 'spirituellen' Trockenzeiten.

Ihre geistlichen Begleiter ermutigen Teresa immer dringlicher, ihre Erfahrungen niederzuschreiben. Johannes vom Kreuz wird ein wichtiger Freund für ihre Reformbewegungen. Ausserdem kommt sie in Kontakt mit dem neuen Jesuitenorden. Die dadurch möglichen Begegnungen bedeuten eine Wende für Teresa: sie fasst Vertrauen in ihre mystischen Erfahrungen und will das weltliche Klosterleben reformieren, um der

Freundschaft mit Gott mehr Raum schaffen. Für Teresa ist Gott ein Du mit dem das Ich sprechen kann. Das Menschwerdungskloster scheint dafür nicht geeignet: es geht recht locker zu. Die Schwestern können jederzeit Besuch empfangen oder das Kloster verlassen. Der geistliche «Betrieb» erschöpft sich in Gottesdienst und Chorgesang – Teresa nimmt Anstoss an dieser Laxheit und Mittelmässigkeit. Es macht ihr Herzschmerz und sie erleidet Ohnmachten und fällt ins Koma. Man glaubt sie tot. Die letzte Ölung folgt. Da bewegt sie einen Finger der rechten Hand. Sie lebt, doch der Körper bleibt wie gelähmt. Erst allmählich löst sich die Todesstarre und sie findet wieder ins Leben zurück. Sie schreibt später darüber: «Ich wusste nicht wie ich leben soll. Meine Seele sah sich in grossem Zwiespalt» Teresa will sich gerne und immer mehr mit Gott beschäftigen. Doch dadurch macht sie sich angreifbar. Diese Eigenständigkeit gibt Anlass zum Ärger. Gott allein genügt, ihr Credo. Nicht die Oberen, die unsäglichen Vorschriften wie ein Frauenkloster zu sein hat, haben das sagen. Ihr Weg des inneren Betens, geht ohne behördlichen Segen. Teresa will Gott und die Welt, Religion und Lebenslust verbinden, will in Jesus einen persönlichen Freund finden, mit dem sie sprechen und den sie körperlich spüren kann. Im Buch des Lebens schreibt sie: «Es begab sich in dieser meiner Vergegenwärtigung Christi, dass ich mich ganz nahe bei ihm befand, es kam mir vor, er stehe in mir oder vielmehr, dass ich in ihm ganz versenkt sei...» Eines Tages ist es soweit: Teresa schleicht sich mit vier Mitschwestern in ein Haus, das sie insgeheim zum Kloster umbauen liess. Viele weitere Klostergründungen werden im Laufe ihres Lebens folgen. Sie will die alte Ordensregel der Karmeliter wiederbeleben und ihr erstes Reformkloster das der «Unbeschuheten Karmeliter» nennen. Hier soll das stille Gebet als ein Verweilen in der Gegenwart Gottes geschehen, denn, so sagt Teresa: «Gott ist lautlos, er ist die eingeborene Stille und nur wer sich Gott lautlos nähert, den hört, erhört, dem antwortet er»

Krankheiten durchziehen ihr ganzes Leben, jedoch sind sie das ganze Leben kein Hinderungsgrund für die heroische Aktivität Teresas. Noch im hohen Alter nimmt sie beschwerliche Reisen auf dem Planwagen durch halb Spanien in Kauf, um Klöster zu gründen. Ganz nach ihrem Motto «Wir sollen uns nicht danach sehnen, unsere Ruhe zu haben!», denn dabei werde der Leib dick, «die Seele aber ganz dünn». Dennoch sind ihr harte Bussübungen und strenge Askese fremd. Als eine adlige Dame an einem reich gedeckten Tisch den Appetit einer Nonne kritisiert, lacht Teresa und sagt: «Lobe lieber die Freundlichkeit deines Herrn und merke dir: Wenn Rebhuhn, dann Rebhuhn, wenn Fasten dann Fasten».

Terasas Ziel ist das Fortschreiten und weiterwachsen im kontemplativen Gebet. Jedoch mit dem Ziel, dass die Glaubenserfahrung in die praktische Nächstenliebe mündet. Teresa hinterlässt viele Schriften und ausserdem 31 Gedichte und unzählige Briefe! Alle zeigen eine von freudiger und keineswegs weltverleugnender Frömmigkeit getragene Fähigkeit, ihren Mitmenschen ihre sehr persönlichen, geistig - mystischen Erfahrungen in ansprechenden Bildern nahezubringen. Bücher wie die Seelenburg und der Weg zur Vollkommenheit gelten bis heute als Meilensteine christlicher Mystik. Immer unter Einbezug der Lebensfreude und des Körpers:

«Tue deinem Körper etwas Gutes, damit die Seele Lust bekommt, darin zu wohnen»

«Gott bewahre mich vor Heiligen mit verdriesslichen Mienen»

Über sich selbst sagt sie «Gott hat mir die Fähigkeit gegeben, auf meine Mitmenschen sympathisch zu wirken, und so war ich bei allen beliebt.» Diese Veranlagung zur Freundschaft mit den Menschen prägt auch ihren Umgang mit Gott. Für Teresa ist Gott nicht eine höhere Macht, sondern der Mensch Jesus von Nazaret: «Ich sah, dass er, der grosse Gott, doch auch Mensch war, der sich nicht entsetzt, sondern uns versteht.»

In der patriarchalen Welt ist die Frau in den Raum des Privaten und Häuslichen gezwängt, eine enge, ein-engende Zuweisung. Teresa geht in eine andere Welt, in die Weite des Inneren. In der Herzentiefe findet sich das «Porträt» Gottes. „Du bist mein Haus und meine Bleibe, / bist meine Heimat für und für.“ Diese Heimat ist die „Innere Burg“, ein Haus mit vielen Gemäcker und Wohnungen. Eine Metapher für die spannende, dynamische Suche nach dem, was den Menschen „Mensch“ sein lässt. Im Innersten erfährt der Mensch sein wahres Selbst.

## Kontemplatives Beten

**Gebet in Stille:** Wenn wir Klarheit für unser Leben brauchen, suchen wir oft instinktiv Zeiten und Orte der Stille. Hier können sich innere Dinge sortieren und klären. Jesus selbst geht immer wieder in die Stille. Er sucht die Wüste, den Gipfel eines Berges, einen Garten, einen Platz am See, den Tempel oder die stille Kammer seines Hauses auf.

**Gottesgegenwart:** Im stillen Gebet mit dem Namen "Jesus Christus" richten wir uns auf seine Person aus, seine unsichtbare, aber wirksame Gegenwart. Gott ist der „Ich bin da“ (Ex 3,14), aber wir können seine Gegenwart oft nicht wahrnehmen. Wir üben uns darin ein, unsere Aufmerksamkeit auf diese Gegenwart zu richten und uns darin zu verankern. Wir lernen, „auf den zu schauen, der nach uns schaut“ (Gen 16,13-14).

**Aufmerksamkeit und Achtsamkeit:** Das kontemplative Gebet führt uns weg von den Zerstreungen unseres Lebens, hin zu mehr Aufmerksamkeit und Achtsamkeit gegenüber unseren Mitmenschen, uns selbst und gegenüber der Schöpfung. Es leitet hin zu einem erfüllteren Leben im Hier und Jetzt. Wie die Lilien auf dem Feld und die Vögel am Himmel versuchen wir, überzogene Sorgen um das Morgen loszulassen und zuerst das Reich Gottes zu suchen, mit dem alles andere geschenkt wird (Mt 6,25-34).

**Sehnsucht:** In jedem Menschen liegt eine Sehnsucht nach Geborgenheit, nach Heimat, nach Gemeinschaft. Es gibt eine tiefe Sehnsucht nach Beziehung, nach „dem, den meine Seele liebt“ (Hld, 3,1). Es ist die Suche nach Sinn und einem gelingenden Leben, nach der kostbaren Perle und dem Schatz im Acker, von der Jesus spricht (Mt 13,44-46).

Weg zur Quelle: Der Weg zur inneren Mitte und Quelle unseres Lebens führt über die Stille. „Das Wasser, das ich geben werde, wird im Menschen zur sprudelnden Quelle werden, deren Wasser ewiges Leben schenkt“ (Joh 4,14). Im innersten Bezirk unserer Seele will diese Lebensquelle gefunden werden und sich zum Lebensstrom entfalten (Ez 47,1-12). Aus dieser Quelle werden all unsere Ressourcen gespeist.

**Atem und Geist:** Indem wir auf unseren Atem achten, erfahren wir uns als bezogen auf eine Lebensquelle, die leise und unmerklich wirksam ist. Der Atem wird uns geschenkt und geschieht, ohne dass wir daran denken oder etwas dafür tun müssen. Der Atem ist einfach da und gibt Leben. Die Bibel beschreibt den Atem als Gleichnis für den Heiligen Geist und bezeichnet ihn als Lebensatem Gottes. „Gott blies in seine Nase den Lebensatem. So wurde der Mensch zu einem lebendigen Wesen“ (Gen 2,7). „Jesus haucht sie an und sprach: „Empfangt den Heiligen Geist“ (Joh 20,22).

**Erholung:** Das kontemplative Gebet ist zweckfrei und zielt nicht auf Leistung und Erfolg. Wir dürfen wahrnehmen, was ist - und das genügt. Wir müssen nichts erreichen. Im kontemplativen Gebet dürfen wir in Gott ruhen und zu uns kommen. Wir dürfen so sein, wie wir sind. Wer betet, gönnt sich den Geber alles Guten. „Wer sich selbst nichts gönnt, wem kann der Gutes tun?“ (Sir 14,5).

**Leib und Seele:** Im kontemplativen Gebet erfahren wir zunehmend, dass wir als ganzer Mensch mit Gott in Beziehung stehen, mit Leib, Seele und Geist. Der kontemplative Weg weckt das Bewusstsein und lässt erfahrbar werden, dass unser Leib Tempel Gottes ist, in dem der Heilige Geist wohnt (1 Kor 6,19). Dieses Bewusstsein führt auch zu tieferer Wertschätzung der leiblich-emotionalen Seite unseres Menschseins.

**Versöhnung und Heilung:** Beten macht uns authentischer und feinfühlicher. Das feinere Gespür für unsere innere Verfasstheit bringt uns auch in Kontakt mit dem, was verletzt und verwundet in uns ist. Es braucht unsere Bereitschaft, zu verzeihen und schmerzliche Erinnerungen und Erfahrungen nochmals in Gottes heilender Gegenwart durchzugehen. So kann sich nach und nach eine wachsende, befreiende Versöhnung mit unserem Leben, unserer Lebensgeschichte, ereignen. Die Verhärtungen und Versteinerungen unseres Herzens können den Lebenspuls wieder spüren und aufnehmen (Ez 36,26-28).

**Frieden:** Die versöhnende Wirkung des Betens entfaltet sich nicht nur an uns selbst, sondern auch über uns hinaus und wirkt verborgen in unsere Welt hinein. Indem wir uns selbst im Gebet von Gott ordnen und in sein Heilswirken hineinnehmen lassen, öffnen wir Räume für diese befriedende Kraft des Gebetes.

**Gemeinschaft und Eucharistie:** Im gemeinsamen Beten und Meditieren mit dem Namen "Jesus Christus" erfahren wir uns als Gemeinschaft um Jesus, als Leib Christi (1 Kor 12,27). Diese Erfahrung findet ihren besonderen Ausdruck und verdichtet sich in der Feier der Eucharistie. Augustinus drückt dies in einem Wort zum Kommunionempfang prägnant aus: „Empfangen wir, was wir sind: Leib Christi. Werden wir, was wir empfangen: Leib Christi“. Kontemplatives Gebet und Feier der Eucharistie weisen in dieselbe Richtung.