

# Teresa von Ávila

Viele Menschen sind auf der Suche nach Spiritualität. Doch wenige kennen die Schätze, die in der christlichen Tradition bereitliegen. Hier finden sich Erfahrungen vieler Gottsucher. Zu diesen Menschen gehört auch Teresa Sánchez de Cepeda y Ahumada aus der kastilischen Stadt Ávila, bekannt als Teresa von Ávila. Sie lebte im 16. Jahrhundert, dem goldenen Zeitalter Spaniens. Teresas Brüder suchten ihr Glück in der Ferne in den gerade entdeckten Ländern Lateinamerikas. Mit gleicher Leidenschaft machte auch Teresa sich auf Entdeckungsreise – eine Reise in die Welt der Seele.

## Biographie

Gegen den Willen des Vaters trat Teresa mit 20 Jahren ins Kloster ein. Ihr geistlicher Weg begann holprig. Lange Zeit war sie unzufrieden mit sich selbst; dazu kamen schwere Krankheiten; schließlich fühlte sie sich unverstanden. Aber ein Tag in ihrem Leben änderte alles. Sie schreibt, wie eine Bild des leidenden Jesus sie ins Herz traf. Plötzlich verstand und empfand sie die Liebe, die Jesus erfüllte. Dieses Schlüsselerlebnis ließ sie nicht mehr los. Es drängte sie, ein neues Leben zu beginnen. Bald fand sie Gleichgesinnte, mit denen sie eine neue Kommunität gründete. Dieser Neugründung löste eine Lawine aus; überall meldeten sich Menschen, die die gleiche Sehnsucht teilten. Und so gründete Teresa nach und nach siebzehn Gemeinschaften in ganz Spanien. Hier war Teresas Geschicklichkeit und ihr Realismus gefordert. Klug, geschickt und mutig verhandelte sie mit Kirchenoberen und Mächtigen, kaufte Immobilien, packte beim Ausbau von Häusern an und hatte eine gute Hand bei Personalentscheidungen. In dieser Zeit musste sie viele Anfeindungen ertragen. Doch allen Widerständen zum Trotz: Ein Knoten war geplatzt. In dem Moment, in dem sie zu ihrer Mitte gefunden hat und Gott Raum in ihrem Leben gab, erlangte sie die Kraft, ihre Einsicht in die Tat umzusetzen. Sie fand Zugang zum Lebensfluss, denn sie nun durch sich hindurch strömen ließ. Kein Wunder, dass die Lieblingsgeschichte Teresas die Erzählung von der Samariterin am Jakobsbrunnen war, der Jesus lebendiges Wasser verheißt (vgl. Joh 4).

## Die Seelenburg

Terasas Bücher zeigen, wie man zu dieser Quelle findet und wie sich das Leben wandelt, wenn man sich dem Wirken Gottes überlässt. Zwar geht jeder Mensch einen Weg, der nie dem eines anderen gleicht; doch gibt es typische Prozesse, die zum geistlichen Wachstum gehören. Um in diesem spirituellen Prozess nicht die Orientierung zu verlieren, hielt Teresa

geistliche Begleitung für lebensnotwendig. Ihre Schriften versteht sie als Hilfe für eine solche Begleitung. „Nicht wenig Elend und Verwirrung kommt daher“, schreibt sie, „ dass wir nicht wissen wer wir sind. Welche Größe die Seele hat, wer in ihr wohnt das bedenken wir selten.“ In ihrem reifsten Werk „Die innere Burg“ vergleicht sie die Seele mit einer Burg, die aus verschiedenen Wohnungen besteht. Der geistliche Weg bestehe darin, in diese Seelenburg einzutreten, durch die einzelnen Wohnungen zu wandeln, um in die Wohnung in der Mitte der Burg zu gelangen. Dort in der wichtigsten Wohnung warte Gott darauf, gefunden zu werden. Auf dem Weg zur Mitte mache der Mensch bestimmte Erfahrungen. Teresa schildert sie in ihrem Buch ausführlich, hier seien sie kurz angedeutet:

Wenn der Mensch in die Burg eintritt, d.h. wenn er in die Stille geht, so Teresa, merkt er, wie laut es in ihm selber ist. Weiter schreibt sie: Gedanken und Gefühle können den Menschen so beunruhigen, dass er keinen Blick für Schönheit der Seele hat. Wenn der Suchende sich nicht ablenken lässt, sondern beharrlich in der Stille bleibt, wird er mit sich selbst konfrontiert werden. Spiritualität und Selbsterkenntnis gehören für sie untrennbar zusammen. Wenn man sich selbst nicht ausweiche und die eigene Realität, wie sie nun einmal sei, Gott anvertraue, könne ein Heilungsprozess beginnen. Nach Teresa folgt den inneren Kämpfen eine Phase der Ruhe. Die Menschen lebten in dieser Zeit rechtschaffen, maßvoll und fromm. Nach ihrer Beobachtung bestehe jedoch die Gefahr der Frommen, auf dieser Stufe des Wachsens stehen zu bleiben. Dann entstünden Trockenheit, Langeweile und Selbstgerechtigkeit. Nach ihrer Einschätzung fehlt eine Bekehrung in der Tiefe. Wie der reiche Jüngling im Evangelium hielten sich die Menschen zwar an alle Gebote; doch scheuten sie den nächsten Schritt, das bisherige zu lassen, um noch tiefer auf Gott zu vertrauen (vgl. Mk 10). Über den eigenen Schatten zu springen – das gelingt nach Teresas Erfahrung meist über den Weg des Schmerzes. Wenn der Mensch seine Angewiesenheit spüre und seine Grenzen in Demut annähme, würde er erfahren, dass es im geistlichen Leben gar nicht auf die eigenen Anstrengungen ankomme, sondern darauf, Gott an sich wirken zu lassen.

#### Freundschaft mit Gott

„Inneres Beten“, so schreibt Teresa, „ ist ein Verweilen bei einem Freund, mit dem wir oft allein zusammenkommen, einfach um bei ihm zu sein, weil wir sicher wissen, dass er uns liebt“. Sie berichtet, wie ihre Beziehung zu Jesus immer inniger wurde. Er warte in der mittleren Wohnung der Seelenburg. Angeregt vom alttestamentlichen Hohelied der Liebe vergleicht Teresa die Beziehung zwischen der Seele und Gott mit einer Liebesbeziehung: am

Anfang stehe die Verliebtheit: man sähe sich, schnappe den Blick des Anderen auf und sei überglücklich. Die Sehnsucht, mit dem anderen zusammen zu sein, werde immer größer. Die Seele sehne sich vom Geliebten angeschaut und berührt zu werden. So drängt es beide zur Hochzeit, in der sich Seele und Gott wie Mann und Frau zu einer Einheit verbinden. Diese Einigungserfahrung, ein Vorgeschmack des Himmels, hinterlässt nach Teresa ein tiefes Gottvertrauen. Doch sie weiß aus eigener Erfahrung, dass diese Hoch-Zeit-Erfahrungen nicht anhalten, und der Mensch wieder neuen Anfechtungen ausgesetzt ist.

### Kampf und Kontemplation

Wenn ein Mensch aufbricht, um die lebendigen Quellen zu suchen, dann wandelt sich sein Leben von Grund auf. Das war die Erfahrung Teresas. Der Weg ist das innere Gebet. Zwar braucht inneres Gebet immer wieder Zeiten der Stille. Doch Teresa lehrt keine bestimmte Kontemplationstechnik. Das innere Gebet, so ist sie überzeugt, ist überall möglich. Denn dabei gehe es nicht um eine bestimmte Gebetsform, sondern um die Haltung, in allem mit dem verborgen gegenwärtigen Gott verbunden zu bleiben. Wie sehr ich Gott liebe, so sagt Teresa, merkt man daran, wie liebevoll ich mit Menschen umgehe. Ihr Leben zeigt, dass die kontemplative Haltung den Menschen nicht von der Welt wegführt, sondern mitten in die den Alltag der Menschen.

Dr. Hans-Joachim Tambour