

15.10.2026 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Christine Findeis-Dorn,

Supervisorin/Coach DGSv, Wiesbaden, katholisch

Teresa – Gottes Powerfrau

„Tu deinem Leib etwas Gutes, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen.“ Dieser Ausspruch der Heiligen Teresa von Avila hat in den letzten Jahren Karriere gemacht – in Büchern oder Seminaren zu ganzheitlicher Lebensführung. In religiösen Kreisen wird ein anderer Satz von ihr viel zitiert: „Gott geht auch zwischen den Kochtöpfen umher.“ Teresa – Patronin von Küche und Körperkult? Nein, ihre Lebensleistung ist viel größer.

Teresa von Avila: Mehr als Küche und Körperkult

Heute, am 15. Oktober, feiert die katholische Kirche den Gedenktag der Heiligen Teresa von Avila, dieser Powerfrau aus dem 16. Jahrhundert.

Gegen Widerstände ihren Weg gegangen

Ihr Leben hat es in sich: Mit 20 tritt sie gegen den Willen ihres Vaters in ein Kloster ein – ausgerechnet in den Karmel, den Orden mit den strengsten Regeln. Nach einer lebensbedrohlichen Erkrankung geht Teresa ganz im inneren Gebet auf. Dort erfährt sie Gottes Gegenwart. Ihre Vision erfüllt sie mit ganzer Leidenschaft: ganz mit Gott verbunden sein. Und so gründet sie mit 47 Jahren eine neue Gemeinschaft und führt dort wieder die alten strengen Regeln des Karmel ein: strenge Gebetszeiten, strenge Abgeschlossenheit von der Außenwelt.

31 Klöster gegründet trotz Krankheit

Das hindert Teresa aber nicht daran, ihre Vision vom Leben mit Gott überall zu verbreiten. In ganz

Spanien zieht sie umher, zu Fuß oder mit Eselskarren. Fast lebenslänglich krank, gründet sie insgesamt 31 Klöster, auch mit der Hilfe befreundeter Priester. Dabei gehen sie und ihre Mitschwestern nicht gerade zimperlich vor. Wenn ihr in einem Ort ein leerstehendes Haus auffällt, dann feiert sie mit Geistlichen und ihren Schwestern eine Messe darin – und schon gilt das Haus als Kloster. Teresa von Avila, eine religiöse Hausbesetzerin!

Das innere Gebet als Herzensanliegen

Trotz der vielen Aktivitäten bleibt ihr Herzensanliegen das innere Gebet, die tiefe Begegnung mit Gott. Teresa hat unfassbar viel darüber geschrieben: Bücher, Tagebücher und Briefe: ca. 16.000, von denen noch 400 erhalten sind. Bei einer Reise nach Avila konnte ich ihre Zelle besichtigen. Und meinen Augen kaum trauen: Ihre vielen Werke hat sie auf einem niedrigen Fensterbrett geschrieben. Teresa „die Große“: 1970 wird sie als erste Frau zur Kirchenlehrerin erhoben.

Was können wir von Teresa lernen?

Was mir die Geschichte dieser Heiligen erzählt?

Gib nicht auf, lass dich nicht einschränken - von Krankheit, Autoritäten oder Regeln deiner Zeit. Horch auf die Stimme Gottes, such dir Gleichgesinnte – und dann lass dich führen. Du kannst Großes erreichen. Mit Gott und mit anderen Menschen.