

ULRICH DOBHAN OCD

## TERESAS WEG DES INNEREN BETENS

„Inneres Beten“, und noch mehr „Freundschaft mit Gott“, ist eine Art Markenzeichen für Teresa von Ávila; mit Recht gilt sie als „Lehrmeisterin des Betens“. Ich möchte im vorliegenden Artikel auf historischem bzw. biographischem Weg dieses Wesensmerkmal der Heiligen aus Ávila darlegen und, nach einem kurzen Blick auf den historischen Kontext, diesen Weg in folgenden Etappen zurücklegen: Der Ursprung des inneren Betens (1.), die Bestätigung (2.), die spezifische Eigenart (3.), Krisen (4.), Konsequenzen (5.), die „Übung“ des inneren Betens (6.), die Auswirkungen (7).<sup>1</sup>

### HINFÜHRUNG: DER HISTORISCHE KONTEXT

Teresa lebte in einer Zeit, 1515 bis 1582, die in ihrer Heimat Spanien, genauer gesagt in Kastilien, als Blüte der Spiritualität, insbesondere des Betens gilt. Verschiedene Strömungen fließen hier zusammen, in erster Linie die zum Teil bis ins Ende des 14. Jahrhunderts zurückgehenden Reformbemühungen

---

<sup>1</sup> Ich zitiere mit den spanischen Abkürzungssiglen, wie sie in jedem Band der neuen deutschen Ausgabe: TERESA VON ÁVILA, *Werke und Briefe. Gesamtausgabe*, 2 Bde., Freiburg im Breisgau 2015, angegeben sind: V = Vida (Das Buch meines Lebens), CE/CV = Camino de perfección (Weg der Vollkommenheit, Kodex von Escorial / Kodex von Valladolid); F = Fundaciones (Gründungen); M = Moradas del Castillo interior (Wohnungen der Inneren Burg); Ct = Carta (Brief); CC = Cuentas de conciencia (Berichte geistlicher Erfahrung).

der Orden,<sup>2</sup> die Einflüsse aus der *Devotio moderna*<sup>3</sup> und aus Italien<sup>4</sup> aufnehmen, und zu denen auch Erasmus von Rotterdam, vor allem durch eine den Erwartungen der spanischen Leserschaft entsprechende Übersetzung seines *Enchiridion militis Christiani*, beiträgt.<sup>5</sup> Gemeinsam ist diesen einheimischen als auch den aus dem Ausland kommenden Strömungen das Verlangen nach Verinnerlichung des Lebens, was sich bald in einer Vielzahl von Veröffentlichungen niederschlägt.<sup>6</sup> Offensichtlich blieb das nicht ohne Breitenwirkung ins Volk hinein, wie der Historiker des Kollegs San Gregorio in Valladolid, Gonzalo de Arriaga, bezeugt: „Die Dienstmädchen hatten die Handbücher unter dem Arm; die Obst- und Gemüseverkäuferinnen lasen sie, wenn sie ihre Ware wogen und verkauften“.<sup>7</sup>

Eulogio Pacho sagt es so:

Das innere Beten ist tatsächlich einer der grundlegenden Punkte der Observanzbewegung, nachdem es in der Kirche schon einen langen Weg hinter sich gebracht hatte. So war es unvermeidlich, dass es in einem erneuerten Ordensleben einen herausgehobenen Platz einnehmen würde. Darin liegt eine größere Originalität als in der Mortifikation. ... Es handelt sich dabei wahrscheinlich um die größte Neuheit, die von weitreichender historischer Bedeutung ist.<sup>8</sup>

Das innere Beten – *oración* – war nicht einfach ein Thema für einige ausgewählte Seelen, vielmehr war Spanien, wie Marcel Bataillon formuliert, „der

<sup>2</sup> 1391 Gründung der Benediktinerabtei San Benito en Valladolid; Ende des 14. Jahrhunderts Reformkonvente bei den Franziskanern durch Pedro de Villareces, Pedro Regalado und Pedro de Santoyo; zu Beginn des 15. Jahrhunderts Einsiedeleien bei den Dominikanern (Álvaro de Zamora, + 1430); bei den Augustinern 1438 durch Juan de Alarcón Gründung eines Observanzkonventes in Villanubla. Siehe dazu J. GARCÍA ORO, *Conventualismo y observancia: La reforma de las órdenes religiosas en los siglos XV y XVI*, in: *Historia de la Iglesia en España*, Bd. III/1, Madrid 1979; DERS., *Reformas y Observancias: crisis y renovación de la vida religiosa española durante el Renacimiento*, in: *Revista de Espiritualidad* 40(1981), 191–213.

<sup>3</sup> Verbreitet durch den Abt von Montserrat Garcia Jiménez de Cisneros OSB durch die Drucklegung verschiedener Übersetzungen, aber auch eigener Werke.

<sup>4</sup> Juan Hurtado de Mendoza OP von Girolamo Savonarola OP aus Florenz.

<sup>5</sup> Vgl. M. BATAILLON, *Erasmus y España. Estudios sobre la historia espiritual del siglo XVI*, México 1965, 193–205.

<sup>6</sup> D. DE PABLO MAROTO, *Teresa en oración. Historia-experiencia-doctrina*, Madrid 2004, zählt für die Zeit von 1500 bis 1559, dem Jahr des radikalen BÜCHERVERBOTS durch Fernando de Valdés, 26 Autoren auf (236f.).

<sup>7</sup> Zitiert von D. DE PABLO MAROTO, *Teresa en oración*, 250f. (Anm. 6).

<sup>8</sup> E. PACHO, *Apogeo de la mística cristiana. Historia de la espiritualidad clásica española 1450–1650*, Burgos 2008, 123f.

Versuchung zum inneren Beten erlegen,“ ein nach der Meinung von Eulogio Pacho „glücklich“ gewählter Ausdruck.<sup>9</sup>

Der andere grundlegende Punkt der Observanzbewegung war die „Mortifikation“; darunter fallen verschiedene asketische Übungen, wie Fasten, Abstinenz, Schlafentzug, Armut bis hin zu Entbehrung, Hintansetzung der Studien (außer bei den Dominikanern), selbst Vernachlässigung der normalen Körperhygiene.<sup>10</sup> Es waren vor allem die Franziskaner, die mit ihren verschiedenen Observanzkonventen und -kongregationen die Reform vorantrieben; aufgrund ihrer Verbreitung über die gesamte iberische Halbinsel und der massiven Unterstützung durch den Primas von Spanien, den Erzbischof von Toledo, Francisco Jiménez de Cisneros, einen Franziskanerobservanten, wurde das Reformideal der Franziskaner zum Ideal reformierten Ordenslebens schlechthin.<sup>11</sup> Da eines der äußerlichen Kennzeichen das Barfußgehen war, nannte man sie bald „Unbeschuht“ und die gesamte dahinterstehende Reformbewegung *Descalcez*.<sup>12</sup> Teresas Neugründung,<sup>13</sup> die sich vom Ideal her von dieser Reformbewegung grundlegend unterscheidet, ist dieser Name bis heute geblieben.

Ein dritter Punkt, der bei einem Blick auf Teresa nicht übersehen werden darf, ist der Antifeminismus in Gesellschaft und Kirche. Teófanos Egido schreibt: „Es bestand eine radikale Marginalisierung und Diskriminierung der Frau allein deshalb, weil sie Frau war.“<sup>14</sup>

## I. ANFÄNGE DES INNEREN BETENS BEI TERESA

Teresa berichtet in ihrem Rückblick auf ihr Leben,<sup>15</sup> dass ihr Vater gute Bücher besaß, und „diese Bücher, zusammen mit der Sorge, die sich meine Mut-

<sup>9</sup> M. BATAILLON, *Erasmus y España*, 573: „España estaba seducida por la oración“, zitiert von E. PACHO, *Apogeo*, 843 (Anm. 8). Siehe auch 124.

<sup>10</sup> Siehe Teresas Bemerkung in einem Brief an Jerónimo Gracián von Ende Februar 1581 (Ct 375, 2).

<sup>11</sup> Siehe Teresas Bemerkung in ihrer *Vida*, wo sie über die ersten Schritte zur Gründung eines neuen Klosters berichtet: „Da ergab es sich eines Tages, als ich gerade mit einer Person beisammen war, dass diese zu mir und den anderen sagte, ob es denn nicht möglich wäre, ein Kloster gründen zu können, wenn wir schon nicht so wären, dass wir Schwestern nach Art der Unbeschuhten sein könnten“ (V 32,10), wobei hier mit „Unbeschuht“ das Kloster der Königlichen Unbeschuhten Franziskanerinnen in Madrid gemeint war.

<sup>12</sup> Siehe dazu U. DOBHAN, *Die Christin Teresa*, in: Edith Stein Jahrbuch 5(1999), 151–164.

<sup>13</sup> Es ist auffallend, dass Teresa, wenn sie von ihrem Gründungswerk spricht, nie das Wort „Reform“ verwendet, wiewohl sie dieses Wort durchaus kennt und auf die Reformpolitik Philipps II. anwendet, sondern immer von *estos principios – diesen Neuanfängen* spricht. Siehe z. B. F 2, 3; Ct 86, 1.

<sup>14</sup> T. EGIDO, „*Mis amigos mercaderes*“ y gente del común, *colaboradores en las fundaciones de santa Teresa*, in: *Revista de Espiritualidad* 71(2012), 475–499 (477).

<sup>15</sup> Ihre *Vida* ist in der uns heute vorliegenden Form in ungefähr zwölf Jahren – von 1554 bis 1566 – entstanden, also etwa ab ihrem 50. Lebensjahr.

ter machte, um uns zum Beten zu bringen und zur Verehrung Unserer Lieben Frau und einiger Heiliger anzuhalten, begannen mich schon im Alter von, ich glaube, sechs oder sieben Jahren aufzuwecken“ (V 1, 1); später erwähnt sie ihr Bemühen „allein zu sein, um meine Andachten zu verrichten, die zahlreich waren, vor allem den Rosenkranz, dem meine Mutter sehr zugetan war; und so brachte sie auch uns dazu“ (V 1, 6). Dabei erwähnt sie allerdings nichts vom inneren Beten, doch sinniert sie immer wieder über die Worte „für immer, für immer“ nach, da „es uns sehr beeindruckte, wenn es in dem, was wir lasen, hieß, dass Pein und Herrlichkeit für immer andauern sollten“ (V 1, 4), und beschließt schließlich, „Einsiedler zu werden. In einem Garten, den es zu Hause gab, versuchten wir, so gut es ging, Einsiedeleien zu bauen, indem wir kleine Steine aufschichteten, die aber bald wieder einfielen“ (V 1, 5). Dazu gehört auch die Einsicht in die Vergänglichkeit der Welt, die sich ihr „schon in meiner Kindheit als Weg der Wahrheit tief einprägte“ (V 1, 4), und bei ihrer Entscheidung fürs Kloster wieder bedeutsam wurde (V 3, 5). Vielleicht hat sie in den frommen Büchern des Vaters zum ersten Mal etwas vom inneren Beten gelesen, denn er hat offensichtlich allen seinen zwölf Kindern Lesen und Schreiben beigebracht,<sup>16</sup> damit sie seine frommen Bücher lesen konnten (V 1, 1);<sup>17</sup> allerdings lasen sie dann auch, wie Teresa, die Ritterromane der Mutter. Eine gewisse Neigung zum Nachdenken und Alleinsein war ihr offensichtlich mit in die Wiege gegeben worden.

Ein anderer Charakterzug kommt zum Vorschein, wenn Teresa erwähnt, dass „wir drei Schwestern und neun Brüder waren,“ aber „ich der Liebling meines Vaters war“ (V 1, 3). Diese Erfahrung setzt sich fort, als sie sich, nachdem sie im Alter von 16 Jahren von ihrem Vater ins Kloster der Augustinerinnen gesteckt worden war, „in acht Tagen – ich glaube, sogar noch schneller – viel zufriedener fühlte als zu Hause bei meinem Vater. Alle waren es mit mir, denn darin hat mir Gott Gnade gegeben, dass ich überall, wo ich hinkam, Sympathie hervorrief, und so war ich sehr beliebt“ (V 2, 8).<sup>18</sup> Ähnlich beim ersten Besuch bei ihrem Onkel Pedro in Hortigosa im Alter von 18 Jahren, dem sie aus seinen frommen Büchern vorgelesen hat, „obwohl ich keine Freundin seiner Bücher war. (...) In diesem Punkt, nämlich anderen eine Freude zu machen, war ich

<sup>16</sup> Zur Alphabetisierungsquote: „Der Klerus und die Männer des Adels konnten zu 90 bis 95% lesen und schreiben, deren Frauen in der Mehrheit zwar lesen, aber nicht schreiben; die großen Kaufleute und Großhändler konnten alle lesen und schreiben, ihre Frauen nur teilweise; von den Handwerkern, Kleinhändlern und Bauern konnten es nur zwischen 30 und 50%; Tagelöhner und Arbeiter waren fast alle Analphabeten“ (R. GARCÍA CÁRCCEL, *Alfabetización y consumo cultural (España)*, in: <http://www.artehistoria.jcyl.es/histespc/contextos/6688.htm> (03.12.2014).

<sup>17</sup> Siehe die Liste dieser Bücher in V 1,1 Anm. 5.

<sup>18</sup> Das erwähnt Teresa öfter bei ihrem Rückblick auf ihre Kindheit. Vgl. V 1, 3,4; 2, 2,7; 3, 3,4.

extrem, auch wenn es mir schwer fallen mochte“ (V 3, 4). Sie selbst hat in den Briefen des hl. Hieronymus gelesen (V 3, 7).

Einerseits also der Hang zur Zurückgezogenheit und das Bedenken der Vergänglichkeit als „Weg der Wahrheit“, andererseits die Gabe, Freundschaften zu knüpfen und anderen eine Freude zu machen: Diese beiden Charakterzüge könnten so etwas wie eine natürliche Voraussetzung für folgendes Bekenntnis sein, mit dem sie die Anfänge ihres inneren Betens vorstellt: „Viele Jahre lang dachte ich an den meisten Abenden vor dem Einschlafen, wenn ich mich zum Schlafen Gott empfahl, immer wieder eine Weile an diesen Abschnitt des Gebetes Jesu im Ölgarten, noch bevor ich im Kloster war“ (V 9, 4). Konkret sah das so aus:

Da ich mit dem Verstand nicht diskursiv nachdenken<sup>19</sup> konnte, versuchte ich, mir Christus in meinem Innern vorzustellen, und – wie mir schien – ging es mir damit an jenen Stellen besser, wo ich ihn am einsamsten erlebte. Mir schien, dass er mich, wenn er einsam und niedergeschlagen war, als einer, der in Nöten ist, zu sich lassen müsste. (...) Und ich bin überzeugt, dass meine Seele sehr großen Gewinn davon hatte, denn so begann ich, inneres Beten zu halten, ohne zu wissen, was das war, und die so eingespielte Gewohnheit bewirkte, dass ich das nicht unterließ... (V 9, 4);

das heißt, Teresa hat schon vor dem Eintritt ins Kloster inneres Beten gehalten.<sup>20</sup> Zur schon erwähnten Gabe, Freundschaft zu knüpfen (V 2, 8) und anderen einen Gefallen zu erweisen (V 3, 4), kommt hier noch ihre Einfühlungsgabe und nüchterne Selbsteinschätzung, die als so etwas wie eine natürliche Veranlagung zum inneren Beten gesehen werden können – dieses in ihrem Sinn verstanden als Freundschaft mit dem menschgewordenen Gott, wie sie das einmal eindringlich sagt:

Ich sah, dass er zwar Gott, aber auch Mensch war, der sich über die Schwächen der Menschen nicht entsetzt, sondern Verständnis hat für unsere armselige Lage, die wegen der ersten Sünde, die wieder gutzumachen er kam, so vielen Stürzen ausgeliefert ist. Ich kann mit ihm umgehen wie mit einem Freund, obwohl er doch Herr ist (V 37, 5).

---

<sup>19</sup> In V 13, 12ff. verdeutlicht die Autorin, was sie darunter versteht: die nachsinnende, schlussfolgernde Beschäftigung mit einer Glaubenswahrheit, einer Episode der Leidensgeschichte oder einer sonstigen Schriftstelle.

<sup>20</sup> Dass sie vom ersten Jahr ihres Klostereintritts an inneres Beten gehalten hat, also noch bevor sie das Buch von Francisco de Osuna kennen gelernt hat, erwähnt sie auch in CC 53, 1.

Es ist wohl eine erste Frucht ihres inneren Betens, wenn sie sich gegen ihre Angst vor der Hölle, mit dem daraus resultierenden Wunsch, aus „knechtischer Furcht“ ins Kloster zu gehen (selbst wenn es da zugehen sollte, wie in einem Fegfeuer!), mit dem Gedanken zur Wehr setzt, dass „es nicht viel bedeuten würde, dass ich ein paar [Härten] für ihn erlitt, und dass er mir schon helfen würde“ (V 3, 6), was bedeutet, dass Teresa nicht nur aus Furcht vor der Hölle ins Kloster ging!

## 2. DIE BESTÄTIGUNG DES INNEREN BETENS

Teresa hat also vor ihrem Eintritt ins Kloster inneres Beten gehalten und ist bewusst nicht bei den Augustinerinnen eingetreten, „weil sie dort, wie ich später verstand, großartige Tugendübungen hatten, die mir aber allzu übertrieben vorkamen“ (V 3, 2);<sup>21</sup> sie hat im Noviziatsjahr zwar gute Bücher gelesen, „doch wusste ich nicht“, wie sie sagt, „wie ich beim Beten vorgehen, noch wie ich mich sammeln sollte“ (V 5, 1), hat also bezüglich des Betens keinerlei Hilfen bekommen oder Fortschritte gemacht; man kann sich fragen, was sie von der Spiritualität des Karmel überhaupt mitbekommen hat, denn selbst von der Regelfassung durch Innozenz IV. im Jahre 1247 hat sie erst zufällig 1562 im Palast der Doña Luisa de la Cerda erfahren, von der Urfassung Alberts von Jerusalem, des Regelgebers, nie (V 35, 2). Und auch das klassische Werk der karmelitischen Tradition, die *Institutio primorum monachorum* des Felipe Ribot vom Ende des 14. Jahrhunderts, hatte sie nicht kennen gelernt,<sup>22</sup> wohl hat sie in den Konstitutionen ihres Klosters eifrig gelesen (V 35, 2).

Als sie schon bald nach ihrer Profess am 3. November 1537 wieder krank wird und zur Behandlung nach Becedas gehen sollte, kam sie auf dem Weg dorthin wieder bei ihrem Onkel Pederio in Hortigosa vorbei, der ihr ein Buch gab „mit dem Titel Drittes ABC, das von der Unterweisung im Gebet der Sammlung handelt.“ Trotz der guten Bücher, die sie gelesen hatte, bekennt sie:

Ich wusste nicht, wie ich beim Beten vorgehen, noch wie ich mich sammeln sollte. So freute ich mich sehr über dieses Buch und entschloss mich, diesen Weg mit all meinen Kräften zu gehen. (...) Ich zog mich immer wie-

<sup>21</sup> Man kann sich fragen, was dahinter steckt. Vielleicht stieß sie die mehr auf äußerliche Übungen ausgerichtete Frömmigkeit ab, da sie schon zu einer sehr persönlichen Christusverehrung gefunden hatte. Siehe S. CASTRO, *Cristología teresiana*, Madrid 1978, 28–32.

<sup>22</sup> T. ÁLVAREZ (Ed.), *Diccionario de Santa Teresa*, Burgos <sup>2</sup>2006, 469, im Gegensatz zu E. DE LA MADRE DE DIOS, O. STEGGINK, *Tiempo y vida de Santa Teresa*, Madrid <sup>3</sup>1996, 103, Anm. 14. Siehe dazu auch T. ÁLVAREZ, *Cultura de mujer en el s. XVI. El caso de Santa Teresa de Jesús*, Ávila 2006, 111.

der zurück, begann häufig zu beichten und diesen Weg einzuschlagen, wobei ich dieses Buch als Lehrmeister nahm. Einen Lehrmeister, ich meine einen Beichtvater, der mich verstanden hätte, habe ich nämlich trotz meiner Suche in den zwanzig Jahren danach nicht gefunden...“ (V 4, 7).

Was bedeutet das für Teresa? Sie, die das innere Beten als Autodidaktin, wohl nicht zuletzt auch unterstützt durch ihre natürliche Veranlagung, für sich entdeckt und praktiziert hat, erfährt nun endlich von einem damals anerkannten Lehrmeister, welcher Francisco de Osuna war, dass dieser Weg richtig ist; es ist verständlich, dass sie sich über dieses Buch sehr gefreut hat. Im Gegensatz zu den sog. *Dejados*, einer heterodoxen Gruppe der *Alumbrados*, deren Lehre durch ein Edikt der Inquisition von 1525 verurteilt worden war,<sup>23</sup> hat Osuna mit seinem 1527 herausgekommenen Buch weit ins Volk hinein gewirkt. Sein „Weg der Sammlung“ wurde besonders in den Klöstern der Franziskaner beschritten, zu denen er selbst gehörte, und von den einfachen Menschen bereitwillig aufgenommen, da er ihrem Bedürfnis nach einem sicheren Weg zur Vollkommenheit entsprach.

Nach der Lehre des *recogimiento* sucht der Mensch Gott in seinem eigenen Inneren. Dabei macht das diskursive Nachdenken immer mehr dem schweigenden Verweilen bei Gott Platz. Die Kommunikation zwischen Gott und dem Menschen mittels des schweigenden, kontemplativen Gebets steht im Mittelpunkt: Sammlung und Konzentration auf Gott, wobei alles Denken an die Dinge und alle Tätigkeit der Sinne zurücktritt. Das hat zum methodischen Hinweis des *no pensar nada* (nichts zu denken) geführt. Damit wird jedoch nicht einer Verneinung jeglicher Tätigkeit das Wort geredet, so als müsste der Mensch jegliche innerliche und äußerliche Tätigkeit aufgeben; es bedeutet nur, dass der Mensch im Vergleich zu den mehr vom aktiven Nachsinnen geprägten Betrachtungsmethoden auf dem Weg des *recogimiento* nichts oder nur mehr sehr wenig leisten muss, da er sich das Eigentliche nur von Gott schenken lassen kann.

---

<sup>23</sup> Siehe dazu D. DE PABLO MAROTO, *Teresa en oración*, 278–282 (Anm. 6). Hier folgen einige verurteilte Propositionen: Proposition 19: „Der Mensch muss sich ganz und gar der Liebe Gottes ausliefern, die ihn lehren wird, was er zu tun hat; er soll sich nicht um die äußeren Dinge kümmern“; Proposition 9: „Die Liebe Gottes im Menschen ist Gott selbst... Sie lenkt die Personen so, dass sie weder leicht noch schwer sündigen können.“ Das Ganze läuft auf eine Vernichtung des Willens und damit der menschlichen Freiheit hinaus und wird zu einem ausgesprochenen Quietismus. Von der Forderung, sich ganz Gott auszuliefern, kommt es zur Verachtung aller äußeren Werke der Religion: der Beichte (Propositionen 7 und 8), der Frömmigkeitsübungen und Zeremonien (Propositionen 13–19), des mündlichen Gebetes (Propositionen 20–22) sowie der Exkommunikationen, Fasten- und Abstinenzgebote (Proposition 27) und der päpstlichen Bullen und Ablässe (Proposition 28). Siehe den Text des Edikts bei A. MÁRQUEZ, *Los alumbrados. Orígenes y filosofía (1525–1559)*, Madrid 1972, 273–283.

Der Ausdruck *no pensar nada* hat also eine relative Bedeutung. Der Betrachtung der Menschheit Christi kommt nach der Lehre Osunas zumindest am Anfang des Weges große Bedeutung zu, was bei Teresa mit ihrer Art des inneren Betens auf Begeisterung gestoßen sein wird, doch wird sie sich später gerade in diesem Punkt von ihrem für sie in diesem Augenblick ihres Lebens so wichtigen Lehrmeister absetzen.

### 3. DIE SPEZIFISCHE EIGENART DES INNEREN BETENS TERESAS

Aus dem bisher Gesagten wird klar, dass inneres Beten für Teresa nicht die Erfüllung eines Kirchengebotes ist – „Du sollst deine täglichen Gebete verichten!“ – sondern ein existentielles Geschehen. Mit Recht schreibt Rogelio García Mateo:

Teresa hat in Jesus nicht einfach ein moralisches Ideal gesehen. Sie hat ihn vielmehr als einen wahren Menschen geliebt im eigentlichen und lebendigen Sinn des Wortes: „Da ist nun Christus ein sehr guter Freund für uns; denn wir sehen ihn als Menschen, wir sehen ihn in Schwachheit und Leiden, wir haben ihn zum Gefährten“ (V 22, 10).<sup>24</sup>

Hier wird deutlich, wie inneres Beten eine lebendige, existentielle Beziehung ist, was auch durch Teresas berühmte Definition des Betens bekräftigt wird: „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“ (V 8, 5). Für Teresas Art zu beten ist es wichtig, dass es unverzweckt, unverdient und unberechnend ist. Es ist auch nicht notwendigerweise ein Gespräch, wie dieser Text oft übersetzt wird; Teresa schreibt: *Un trato de amistad*, was hier mit „Verweilen bei einem Freund“ übersetzt ist.

Ein Blick auf den Autographen bzw. eine Faksimile-Ausgabe der *Vida* kann das bekräftigen. In 8, 2 heißt es: „Por estar arrimada a esta fuerte columna de la oración, pasé este mar tempestuoso casi veinte años, con estas caídas y con levantarme y mal – Weil ich mich an dieser starken Säule des inneren Gebetes festklammerte, trieb ich mich fast zwanzig Jahre<sup>25</sup> auf diesem stürmischen Meer herum mit diesem Fallen und Aufstehen, aber das nur schlecht. (...).“ Eine fremde Hand hat in den Autographen ein „no – nicht“ eingefügt, was von

<sup>24</sup> R. GARCÍA-MATEO, *Die Christuserfahrung Teresas von Avila und die Christologie*, in: W. HERBSTTRITH (Hg.), *Gott allein. Teresa von Avila heute*, Freiburg 1982, 160.

<sup>25</sup> Sie meint seit ihrem Eintritt 1535 bis ca. 1554. Vgl. V 23, 12.



vielen Herausgebern übernommen wird, so dass es heißt: „Por *no* estar arrimada a esta fuerte columna de la oración – Weil ich mich *nicht* an dieser starken Säule des inneren Gebetes festklammerte...“ Durch die Einfügung des „no – nicht“ wird das innere Beten zu einer Pflichterfüllung gemacht und moralisierend verstanden – „weil du nicht gebetet hast, deswegen geht es dir schlecht!“ –, während es im Verständnis Teresas, eben weil sie es nicht auf Pflichterfüllung degradiert, den Menschen bis ins Innerste ergreift und ihn stark mit sich konfrontiert, was bei Teresa zu einer inneren Zerrissenheit führt, die mit dem Bild vom „stürmischen Meer“ gut zum Ausdruck kommt. Sie gab sich also nicht einfach mit ihrem Verhalten zufrieden, sondern hielt trotz ihrer Inkonsequenz am inneren Beten fest, was letztlich ihre Rettung war, aber auch ihres Mutes bedurfte: „Bei allem sehe ich deutlich das große Erbarmen, das der Herr mit mir hatte, dass ich dennoch Mut hatte, inneres Beten zu halten, wo ich mich doch immer wieder mit der Welt abzugeben hatte“ (V 8, 2).

Aufschlussreich ist auch ein anderer Text, diesmal im *Buch der Gründungen*, wo sie ausdrücklich über das Wesen des vollkommenen inneren Betens schreiben möchte;

Als erstes will ich, meinem armseligen Verständnis entsprechend, davon sprechen, worin das Wesen des vollkommenen inneren Betens besteht. Ich habe nämlich so manche getroffen, die meinen, das ganze Geschäft bestünde im Denken, und wenn sie dies lange bei Gott halten können – und sei es, indem sie sich große Gewalt antun, – gleich meinen, geistliche Menschen zu sein; und wenn sie abgelenkt werden, weil sie nicht mehr können – und sei es für gute Dinge –, gleich ganz untröstlich sind und sich für verloren halten. (...) Ich sage ja nicht, dass es nicht ein Gnadenerweis des Herrn sei, wenn jemand immerfort beim Meditieren seiner Werke verweilen kann, und es nicht gut sei, sich darum zu bemühen. Doch muss man erkennen, dass nicht alle von Natur aus mit ihrer Vorstellungskraft dafür geeignet sind, während alle Seelen fähig sind zu lieben. Ich habe, glaube ich, anderweitig schon einmal über die Ursachen für dieses Umherschweifen unserer Vorstellungskraft geschrieben,<sup>26</sup> zwar nicht über alle, was unmöglich wäre, wohl über einige. Deshalb spreche ich jetzt nicht darüber, möchte aber zu verstehen geben, dass die Seele nicht dasselbe ist wie das Denken, und auch der Wille nicht von ihm bestimmt wird, denn dann hätte er ein schlimmes Los; von daher besteht der Fortschritt für die Seele nicht im vielen Denken, sondern im vielen Lieben“ (F 5, 2).

<sup>26</sup> Vgl. V 17; CE 53, 4 / CV 31, 8; später wird sie in 4M 1, 7–14 noch einmal ausführlich darauf zurückkommen.

Hier wird deutlich, dass sich Teresas inneres Beten von vielen Meditationsanleitungen unterscheidet; ihr kommt es nicht auf die Weitergabe bestimmter Gebetsmethoden, Übungen, Körperhaltungen oder auf geistreiche Erwägungen an, sondern auf die Ermutigung zur gelebten Liebesbeziehung zu Gott bzw. Christus. Alles, was dazu beiträgt, diese Beziehung zu vertiefen, dient dem geistlichen Fortschritt.

Ähnlich in 4M 1, 7: „Ich möchte nur, dass ihr euch bewusst seid, dass es nicht darauf ankommt, viel zu denken, sondern viel zu lieben, wenn man auf diesem Weg große Fortschritte machen und zu den ersehnten Wohnungen aufsteigen will. Was euch also mehr anregt zu lieben, das tut.“ Deshalb kann sie sagen: „Es wäre schlimm, wenn man nur in den Schlupfwinkeln inneres Beten halten könnte!“ (F 5, 16); und: „Nicht die Länge der Zeit macht es aus, dass die Seele im inneren Beten vorankommt; denn wenn man sie ebenso gut auf Werke verwendet, so ist das eine große Hilfe, um in ganz kurzer Zeit besser zubereitet zu werden, um in Liebe zu entflammen, als in vielen Stunden der Betrachtung“ (F 5, 17). Die Zurückgezogenheit kommt deshalb nicht zu kurz: „Dieser Wunsch ist bei Seelen, die Gott wirklich lieben, eigentlich immer mit dabei.“ Und dann wird sie geradezu ironisch, wenn sie schreibt: „Denn ein Mensch, der immer zurückgezogen lebt, weiß doch nicht, selbst wenn er seiner Meinung nach noch so heilig sei, ob er Geduld oder Demut hat, noch hat er etwas in der Hand, um es zu wissen“ (F 5, 15). Eine klare Absage an eine Art „Ideologie der Zurückgezogenheit“, so als ob der Mensch da sicherer geistlich leben könnte.

Diese ihre Meinung vertritt sie auch in ihren Briefen, so gegenüber ihrem Bruder Lorenzo am 2. Januar 1577, dem sie schreibt:

Das Bedauern darüber, dass Sie La Serna gekauft haben,<sup>27</sup> verursacht der Böse, damit Sie nämlich Gott für die Gunst, die er Ihnen damit erwies, nicht danken, die aber groß war. Verstehen Sie doch endlich, dass es aus vielen Gründen besser ist, und Sie Ihren Söhnen damit mehr als nur Vermögen verschafft haben, nämlich Ansehen.<sup>28</sup> Keiner, der davon hört, hält es nicht für ein großes Glück. (...) Lassen Sie sich darauf nicht mehr ein, sondern loben Sie Gott dafür, und meinen Sie doch nicht, Sie würden mehr Gebet halten, wenn Sie mehr Zeit hätten. Geben Sie sich doch dieser Täuschung nicht hin, denn eine gut eingesetzte Zeit, wie es die Sorge für das Vermögen ihrer Söhne ist, beeinträchtigt das Beten nicht. Gott gibt oftmals in einem Augen-

<sup>27</sup> Ein Landgut in der Nähe von Ávila.

<sup>28</sup> Landbesitz war ein erprobtes Mittel, um den Makel jüdischer Abstammung auszulöschen, da Juden kein Land erwerben durften.

blick mehr als in langer Zeit, denn seine Werke lassen sich nicht durch Zeit messen.“ (Ct 172, 10).<sup>29</sup>

Ähnlich an ihren eifrigen Helfer und Reisebegleiter Antonio Gaytán:

Mühen sich Euer Gnaden doch nicht zu sehr ab, viel denken zu wollen, noch machen Sie sich etwas aus der Meditation, denn, falls Sie nicht darauf vergessen haben, ich habe Ihnen schon oft gesagt, was zu tun ist, und wie das eine größere Gnade des Herrn ist;<sup>30</sup> und immer in seinem Lob zu verweilen und den Wunsch zu haben, dass alle das machen, ist die größte Auswirkung in einer Seele, die sich auf Seine Majestät eingelassen hat. Möge es dem Herrn gefallen, dass Euer Gnaden ebenso wie ich ihm ein bisschen von dem zu vergelten vermögen, was wir ihm schulden, und er uns viel zu leiden gebe, und seien es nur Flöhe, Poltergeister und Reisen (Ct 64, 2).

Oder an eine Dame am Hof in Madrid: „Möge es Seiner Majestät gefallen, dass (...) er Sie aus diesem Trubel am Hof heraushole, auch wenn das einen, der Gott wirklich liebt, weiter nicht stört“ (Ct 84, 3).

Beten ist also identisch mit Lieben; das ist die spezifische Eigenart des Betens Teresas. Dass damit aber nicht eine fromme Gefühlsduselei gemeint ist, beweist ihre Antwort auf die von ihr selbst gestellte Frage: „Wie erwirbt man sich wohl diese Liebe?“ Und ihre Antwort, die kaum nüchterner und realistischer sein könnte, lautet: „Indem man sich entschließt zu handeln und zu leiden, und das in die Tat umzusetzen, wenn es sich anbietet“ (F 5, 3). Also nicht, wenn man gerade einmal Lust oder eine fromme Anwandlung hat, eine gute Tat zu vollbringen oder „ein Opfer zu bringen“, sondern „wenn es sich anbietet“, auch wenn es Leiden mit sich bringen sollte, womit sie aber auch sagt, dass man sich das nicht suchen soll; damit weist sie bewusst alle masochistischen Tendenzen zurück. Der Entschluss wird von außen nahegelegt – „wenn es sich anbietet“. Teresa ist überzeugt, dass Gott sich oft genug in den alltäglichen „Angeboten“ und Zumutungen verbirgt, denn „wenn euch der Gehorsam Beschäftigung mit äußeren Dingen aufträgt, dann versteht, dass der Herr zwischen den Kochtöpfen weilt, falls es in der Küche ist, und euch innerlich und äußerlich hilft“ (F 5, 8).

<sup>29</sup> Siehe ähnliche Ratschläge in Ct 67, 1; 69, 4.

<sup>30</sup> Auch wenn Teresa den Fachausdruck Kontemplation an dieser Stelle vermeidet, gibt sie hier eindeutig Hinweise für das vom schweigenden Dasein in Gottes Gotteswart getragene kontemplative Gebet; vgl. auch Ct 75, 1. „Meditation“ steht bei ihr für die diskursive Betrachtung von Glaubenswahrheiten, Schriftstellen, usw., bei welcher der Hauptakzent auf der nachdenkenden und einfühlenden Tätigkeit des Menschen liegt.

#### 4. TERESAS BETEN IN DER KRISE

Nachdem Teresa das Buch von Francisco de Osuna entdeckt und begeistert gelesen hatte, war ihr klar, was sie zu tun hatte: „Ich entschloss mich, diesen Weg mit all meinen Kräften zu gehen. (...) Ich zog mich immer wieder zurück, begann häufig zu beichten und diesen Weg einzuschlagen, wobei ich dieses Buch als Lehrmeister nahm“ (V 4, 7).

Doch war das nicht so einfach. Die erste große Schwierigkeit, die Teresa das Beten und damit ihr Leben schwer machte, waren die Zerstreungen, da „Gott mir weder Talent zum diskursiven Nachdenken mit dem Verstand verliehen hat, noch die Begabung, mich meiner Vorstellungskraft zu bedienen“ (V 4, 7). Mit anderen Worten: Teresa konnte nicht meditieren! Welche Formen das annahm, sagt sie einmal so: „Ganz, ganz oft gab ich einige Jahre lang mehr auf mein Verlangen Acht, dass die Zeit, die ich mir zu bleiben vorgenommen hatte, bald zu Ende ginge, und darauf, auf das Schlagen der Uhr zu lauschen, als auf andere gute Dinge“ (V 8, 7).

Was tut sie? Folgende Abhilfen nennt sie: „Sich Gewalt antun“ (V 8, 7), die Lektüre eines Buches (V 4, 9); die Betrachtung der Natur (V 9, 5), das Bedenken der Gegenwart Gottes im eigenen Innern (V 40, 6), die Gegenwart Christi in der Kommunion (V 9, 2; 30, 14; 38, 19), Bilder (V 9, 1; 7, 2; 22, 4; 29, 1), die Betrachtung von Personen aus dem Umkreis Jesu (Maria am Fuß des Kreuzes: CV 26, 8; der hl. Josef in Nazareth: V 6, 6–8; Maria Magdalena: V 9, 2; die Samariterin: V 30, 19; MC 7, 6; Paulus bei seiner Bekehrung: CV 40, 3; 6M 9,10; 7M 1, 5; 8, 9), der gesunde Menschenverstand (V 17,7), denn inneres Beten ist nicht einfach eine Konzentrationsübung, sondern „Beten ist Lieben.“ Damit ist gesagt, dass das letzte Heilmittel gegen die Zerstreungen das Vertrauen ist, geliebt zu sein, und das ist das Wesen des inneren Betens.

Die zweite Schwierigkeit, die Teresa auf ihrem Weg des inneren Betens setzte, ist die Erfahrung der Inkonsequenz. Sie war immer mehr zur Überzeugung gekommen, dass ihr konkretes alltägliches Leben dem, was ihr beim Beten aufging – nämlich der Liebe Gottes zu ihr, sogar in Form spürbarer innerer Erfahrungen<sup>31</sup> –, nicht entspricht. Sie fühlt sich von Gott angenommen, doch es fehlt ihr die Kraft, ihm zu entsprechen und treu zu sein. Um diese Inkonsequenz aus dem Weg zu räumen, schien es ihr besser zu sein, „mich so zu verhalten wie die vielen (...) und nur mündlich die Gebete zu verrichten, zu denen ich verpflichtet war, und nicht mehr mit dem inneren Beten und dem innigen Verweilen bei Gott weiterzumachen“ (V 7, 1).

<sup>31</sup> Siehe dazu V 10, 1, wo sie sagt, was für sie „mystisch“ ist.

Damit sagt sie, dass sie weiterhin ihre Gebete verrichtet und ihre Verpflichtungen als Ordensfrau auch eingehalten, aber das innere Beten aufgegeben, ja eigentlich ohne „ihren“ Gott gelebt hat.<sup>32</sup> Das tat sie nicht aus Oberflächlichkeit oder Lauheit, wie immer wieder gesagt und geschrieben wird, so als hätte Teresa zwanzig Jahre lang ein Lotterleben geführt,<sup>33</sup> sondern „weil ich mich sogar schämte, mich in einer so besonderen Freundschaft, wie es das Verweilen im Gebet ist, Gott erneut zuzuwenden“ (V 7, 1).

Das Aufgeben des inneren Betens entspringt bei ihr letzten Endes einem Mangel an Vertrauen auf Gott und der Meinung, sie könne oder müsse es selbst fertig bringen, wie sie auch zugibt: „Es geschah aus Hoffnung, denn nie (...) gab ich meine Entschlossenheit auf, wieder zum inneren Beten zurückzukehren, wollte aber warten, bis ich ganz von Sünden rein wäre“ (V 19, 11). Dahinter steht allerdings auch eine bis heute nicht verstummte religiöse Unterweisung: „Du musst dich nur anstrengen, dann schaffst du es; und wenn du es nicht schaffst, dann strengst du dich zu wenig an!“

## 5. KONSEQUENZEN AUS DER KRISE DES INNEREN BETENS

Die Krise des inneren Betens hatte auch ihre guten Seiten, denn Teresa hat aus dieser Erfahrung gelernt. Als sie nach Hause ging, um ihrem kranken Vater in seinen letzten Lebenstagen beizustehen, war „ich an meiner Seele kränker als er an seinem Leib und vielen Nichtigkeiten hingegeben“ (V 7, 14). Sie hatte Gelegenheit, sich mit dem Beichtvater ihres Vaters zu besprechen, P. Vicente Barrón OP,

und ich sprach mit ihm über mein inneres Beten. Er sagte mir, dass ich es nicht unterlassen solle, weil es mir auf jeden Fall nur Nutzen bringen könne. So begann ich, es wieder aufzunehmen. (...) Ich führte nun ein äußerst zermürbendes Leben, denn beim Beten erkannte ich meine Verfehlungen noch klarer. Einerseits rief Gott mich immer wieder, andererseits lief ich der Welt nach. Alles, was mit Gott zu tun hatte, machte mich ganz glücklich, aber zugleich hielten mich die weltlichen Dinge gefangen. Es sah so aus, als wollte ich diese beiden Gegensätze miteinander in Einklang bringen – wo das

<sup>32</sup> Das aber bedeutet, dass man trotz der Erledigung aller religiösen Verpflichtungen und der Einhaltung aller religiösen Observanz, was Teresa ja immer tat, „atheistisch“ sein kann. Wenn Frömmigkeit zur Einhaltung von Recht und Gesetz degeneriert, ist dies sehr leicht möglich.

<sup>33</sup> So sieht das der um die Rehabilitierung der Heiligen verdienstvolle Walter Nigg, der zur Feststellung gelangt: „Zwanzig Jahre kann man Nonne sein, im Chor die Liturgie mitsingen und doch keine Ahnung von Christus besitzen. Theresia ist ein Beweis dafür“. (W. NIGG, H.N. LOOSE, *Theresia von Avila. Theresia von Jesus*, Freiburg 1981, 37).

eine dem anderen so widerspricht –, wie es geistliches Leben und sinnenhafte Vergnügungen und Freuden und Zerstreungen sind. Mit dem inneren Beten hatte ich große Plage, weil der Geist nicht als Herr, sondern als Sklave wirkte. So konnte ich mich nicht in mein Inneres einschließen (worin die ganze Methode bestand, die ich beim Beten hatte), ohne zugleich tausend Nichtigkeiten mit einzuschließen.

So verbrachte ich viele Jahre, so dass ich jetzt nur so staune, was ein Mensch durchhält, um weder das eine noch das andere aufzugeben. Ich weiß wohl, dass es bereits nicht mehr in meiner Hand lag, das innere Beten aufzugeben, denn schon hielt mich jener, der mich gern hatte, mit seinen Händen fest, um mir noch größere Gnadengeschenke zu machen (V 7, 17).

Doch diese leidvolle Erfahrung blieb nicht ohne positive Auswirkungen, da sie daraus gelernt hat, und so schreibt sie:

Über das, was ich aus Erfahrung weiß, kann ich sprechen, und das ist, dass jemand, der mit dem inneren Beten begonnen hat, es ja nicht mehr aufgeben soll, mag er noch so viel Schlechtes tun, denn es ist das Heilmittel, durch das er sich wieder bessern kann, während ohne es alles sehr viel schwieriger wird (V 8, 5).

Hier wird wieder deutlich, dass Beten nicht die Ableistung einer Pflicht ist, um Gott zu gefallen, und auch nicht ein punktuell Ereignis, das man möglichst oft wiederholen und ausdehnen sollte, sondern ein Beziehungsgeschehen, das sich nicht auf bestimmte Zeiten beschränken lässt, sondern das ganze Leben durchdringt. Von daher ist es absurd, das Leben in Zeiten des Betens („contemplatio“) und des Tuns („actio“) und die Menschen in Beter und solche, die dazu keine Zeit haben, aufzuteilen; und es ist auch nicht möglich, an Stelle von anderen, die angeblich keine Zeit haben, zu beten, denn die Freundschaft mit Gott kann und muss jeder selbst leben, da sie nicht eine Frage der Zeit und des Ortes, sondern des Vertrauens und der Liebe ist. Teresa sagt auch nicht, dass einer, der mit dem inneren Beten begonnen hat, sich zuerst um die Vermeidung von Sünden bemühen müsse, sondern dass er auf keinen Fall den vertrauten Umgang mit Gott aufgeben darf, weil sie selbst erfahren hat, dass die Besserung und Umformung des Menschen durch Gott geschieht.

Und von daher ihr zweiter Rat: „Wer aber noch nicht mit dem inneren Beten begonnen hat, den bitte ich um der Liebe des Herrn willen, sich ein so großes Gut doch nicht entgehen zu lassen. Hier gibt es nichts zu verlieren, sondern nur zu gewinnen“ (V 8, 5). Das innere Beten, die Freundschaftsbeziehung mit dem menschgewordenen Gott, ist es, was dem Leben Sinn verleiht, auch wenn er keine Erfolge verspüren kann und immer wieder in dieselben Sünden und

Fehler zurückfällt, denn die zu vermeiden, liegt nicht einfach in seiner Hand. Damit verweist sie auf eine allgemein menschliche Erfahrung, nach welcher eine wahre und tiefe Freundschaft das Leben sinnvoll und lebenswert macht, auch wenn es da Brüche und Misserfolge gibt.

Das wird ihr bei ihrer sog. endgültigen Bekehrung in der Fastenzeit des Jahres 1554 ganz ausdrücklich bewusst, wie sie selbst bekennt: „Meine Seele lebte schon ganz müde dahin, aber die schlechten Gewohnheiten, die sie an sich hatte, ließen sie nicht in Ruhe, obwohl sie das wollte“ (V 9, 1). Wer möchte nicht von seinen schlechten Gewohnheiten frei sein? Diese zu erkennen und gegebenenfalls zu beichten, ist möglich, sie einfach abzulegen, jedoch nicht. Sie erlebt, dass es der Herr ist, der ihr die „endgültige Bekehrung“ schenkt und den Menschen, wenn er im Beten ausharrt, in den rettenden Hafen geleitet, „trotz aller Sünden und Versuchungen und tausenderlei Stürzen, die der Böse einfädelt“ (V 8, 4). Der Herr ist es, der rettet! Das ist die schönste Frucht des inneren Betens.

## 6. DIE PRAXIS DES INNEREN BETENS

Da inneres Beten eine Freundschaft, also eine Beziehung und kein punktuellere Ereignis ist, findet es eigentlich immer statt, denn eine Freundschaft besteht ja auch immer oder aber es ist keine Freundschaft, sondern bestenfalls ein Egoismus zu zweit. Und dennoch gibt Teresa eine gewisse „Methode“ an, die hilfreich ist, um inneres Beten zu halten, und zwar tut sie das im Rahmen ihrer Auseinandersetzung mit den Gegnern des inneren Betens, die das Beten, besonders für Frauen, auf das mündliche begrenzen wollen.<sup>34</sup>

Sie vertraten damals die bis zum Zweiten Vatikanum tradierte Lehrmeinung, wonach beim mündlichen Gebet die mechanische, rein materielle Rezitation der Gebetstexte genüge und legitim sei (*opus operatum*). Von daher wird verständlich, dass das kirchliche Stundengebet jahrhundertlang lateinisch gebetet werden musste, obwohl viele Beter und vor allem Beterinnen diese Sprache nicht verstanden. Vor diesem Hintergrund argumentiert sie:

Wenn ich beim Sprechen genau verstehe und sehe, dass ich mehr Aufmerksamkeit auf das Sprechen mit Gott lege als auf die Worte, die ich sage, dann ist inneres mit mündlichem Beten verbunden, es sei denn, man sagt euch, dass ihr mit Gott sprechen oder das *Vaterunser* aufsagen und dabei an

<sup>34</sup> Darin zeigt sich der Antifeminismus der studierten Theologen am deutlichsten, selbst der eines Francisco de Osuna (siehe D. DE PABLO MAROTO, *Teresa en oración*, 295 (Anm. 6); doch siehe dazu Teresas Verteidigung der Frau in CE 4, 1.

die Welt denken dürft; dann schweige ich. Wenn ihr aber beim Sprechen mit einem so großen Herrn so sein sollt, wie es sich gehört, dann ist es gut darauf zu achten, mit wem ihr da sprecht und wer ihr seid, allein schon um beim Sprechen den Anstand zu wahren. (CV 22, 1 / CE 37, 1).

Teresa ist zu klug, um die juristische Gültigkeit des *opus operatum-Denkens* anzufechten, aber sie beteuert, dass diese Einstellung für die Praxis des geistlichen Lebens ungenügend sei, wobei sie vorsichtshalber wieder nur für den engen Bereich ihrer Klostergründung spricht.<sup>35</sup> Sie argumentiert aus der Alltagserfahrung heraus, so dass die Grundstruktur für das innere Beten die beiden Fragen sind: Mit wem sprecht ihr und wer seid ihr? Inneres Beten beginnt also mit den Fragen, wer bin ich – jetzt, in diesem konkreten Moment? Und wer ist Gott für mich?

Wer bin ich? Bei der Beantwortung dieser Frage kommt die von Teresa immer wieder erwähnte und geforderte Demut ins Spiel, d. h. das Anerkennen der Wahrheit meiner selbst, und das bedeutet, dass ich mir klar mache, wer ich bin – jetzt? Was für Gefühle, Ängste, Sorgen, Nöte, Hoffnungen, Erfolge, Misserfolge, Sünden usw. bedrängen mich jetzt? Ohne irgendetwas zu verdrängen, weil es vielleicht meinem Bild von mir oder den Erwartungen der anderen an mich nicht entspricht; und mir dann klar vor Augen halte: So, wie ich jetzt bin, bin ich von Gott geliebt, der ja bedingungslos und vorleistungsfrei liebt. Auf diese Weise wird mein inneres Beten tatsächlich zu meinem Leben, durchdringt und prägt es, und bleibt nicht als zusätzliche Verpflichtung mehr oder weniger außerhalb, und mein Leben wird bzw. ist Beten. Ein solches Beten verhilft zu einer integrierten Persönlichkeit.

Bei der Frage: Wer ist Gott?, kann ein Evangelientext, mit dessen Hilfe wir unser Bild von Gott ständig hinterfragen müssen, gute Dienste leisten. Bei der Auswahl eines Textes zeigt sich wieder Teresas Kühnheit und Vertrauen. Nachdem sie festgestellt hat: „So wie man sagt, dass sich eine Frau, die glücklich verheiratet sein möchte, zu ihrem Mann verhalten soll, dass sie sich nämlich traurig geben soll, wenn er traurig, und froh, wenn er froh ist – auch wenn sie es nicht ist“, fährt sie fort:

so macht es der Herr in aller Wahrhaftigkeit ohne Verstellung mit euch:  
Er macht sich zum Untergebenen und will, dass ihr die Herrin seid und er

<sup>35</sup> Man kann annehmen, dass Teresa aus dem genannten Grund auch die Volkssprache bei der Eucharistiefeier und beim Stundengebet eingeführt hätte, wie es die Reformatoren damals tatsächlich taten. Ein weiterer Berührungspunkt mit ihnen, neben dem in CC 53, 9 erwähnten, wo sie sagt, dass sie von Studierten „nur wissen wollte, ob das, was ihr widerfuhr, mit der Heiligen Schrift übereinstimme.“ Für sie ist die Heilige Schrift zwar nicht die einzige, aber doch die oberste Norm.



sich nach eurem Willen richtet. Wenn ihr froh seid, dann schaut auf ihn als Auferstandenen, denn allein schon die Vorstellung, wie er aus dem Grab kam, wird euch froh machen. Und mit welcher Klarheit, mit welcher Schönheit und Herrschaftlichkeit, wie siegreich und froh! (...)

Wenn ihr in Nöten oder traurig seid, betrachtet ihn an der Geißelsäule, schmerzerfüllt, ganz zerfleischt wegen der großen Liebe, die er zu euch hat, von den einen verfolgt, von den anderen angespien, von wieder anderen verleugnet, ohne Freunde und ohne, dass irgendjemand für ihn einträte, aus Kälte zu Eis erstarrt, großer Einsamkeit ausgesetzt, wo ihr euch gegenseitig trösten könnt. Oder schaut ihn im Garten an, oder am Kreuz, oder damit beladen, wo sie ihn kaum verschmaufen ließen. Er wird euch mit seinen schönen, mitfühlenden, tränenerfüllten Augen anschauen, und auf seine eigenen Schmerzen vergessen, um euch über eure hinwegzutösten, und nur, weil ihr zu ihm kommt, um ihn zu trösten, und den Kopf wendet, um ihn anzuschauen. (CE 42, 4f. / CV 26, 4f.).

Da zeigt sich die typische Eigenart ihres inneren Betens: Die Betonung liegt nicht auf dem Nachsinnen über einzelne Betrachtungsthemen – auch wenn sie dieselbe Aufzählung der verschiedenen Stationen der Passion Jesu bringt, wie das viele Betrachtungsbücher ihrer Zeit taten –, sondern auf der Beziehung zu Christus und dem schlichten, zweckfreien „Anschauen“ Christi: „Schau, er schaut dich an!“, schreibt sie (V 13, 22).<sup>36</sup> Und damit das leichter fällt, ermutigt sie zur freien Themenwahl je nach Gemütslage des konkreten Menschen und besteht in keiner Weise auf einem rigiden Schema, wie es damals üblich war.

## 7. AUSWIRKUNGEN DES INNEREN BETENS

Einige Auswirkungen sind, gleichsam nebenbei, schon erwähnt worden: Nachlassen der Angst vor der Hölle, Freiwerden von sich selbst, Reifung zu einer integrierten Persönlichkeit, d. h. zu einem reifen Menschen. Doch gibt es nach Meinung Teresas noch viel mehr.

In ihrer Zeit im Kloster der Menschwerdung, das aufgrund des großen Frauenüberschusses in Spanien zu einer Art Versorgungsanstalt für Frauen geworden war,<sup>37</sup> die keinen Mann gefunden hatten, schreibt sie über sich:

<sup>36</sup> Vgl. dazu F. DE VELASCO, *Cancionero de coplas de Navidad*, Burgos 1604, zitiert in: H. HATZFELD, *Estudios literarios sobre mística española*, Madrid 1976, 200: *Mira que te mira, mira! Mira que te mira Dios.*

<sup>37</sup> Folgende Zahlen werden in den Studien genannt: 30 im Jahre 1536; 65 im Jahre 1545 (T. EGIDO, *Santa Teresa y su circunstancia histórica*, 17); 190 im Jahre 1550, 130 im Jahre 1572

Etwas Großes war es, dass er [Gott] mir die Gnade, die er mir geschenkt hatte, im Gebet geschenkt hatte, denn dieses ließ mich begreifen, was es heißt, ihn zu lieben. In jener kurzen Zeit erlebte ich diese Tugenden von neuem in mir, wenn auch nicht gerade stark, denn sie reichten nicht aus, um mich in rechtem Verhalten zu bewahren: Von niemandem schlecht zu reden, so geringfügig es auch sein mochte, sondern normalerweise jede üble Nachrede zu vermeiden, denn ich hielt mir sehr vor Augen, dass ich von einem anderen nichts wünschen noch sagen sollte, wovon ich nicht wollte, dass man es von mir sagte. Das nahm ich mir bei allen Gelegenheiten, die es gab, sehr zu Herzen, wenn auch nicht so konsequent, dass ich nicht manchmal doch versagte, wenn die Gelegenheit allzu günstig war; normalerweise aber war es so. Und so brachte ich auch diejenigen, die um mich herum waren und mit mir zu tun hatten, so weit, dass sie sich das zur Gewohnheit machten. Allmählich wurde klar, dass jede da, wo ich war, vor Gerede hinter ihrem Rücken sicher sein konnte, und so erging es auch denen, mit denen ich befreundet oder verwandt war und denen ich das beibrachte (V 6, 3).

Durch das innere Beten erwuchs in ihr also die Tugend der Nächstenliebe, im konkreten Umfeld geradezu ein heroisches Verhalten!

Das bekräftigt sie in der mehr als zwölf Jahre nach der *Vida* entstandenen *Innere Burg*, wenn sie in der Fünften Wohnung, also einem vorwiegend mystischen Stadium, schreibt:

Wenn ich Seelen sehe, die darauf erpicht sind, die Gebetsweise zu erkennen, die sie üben, und dann, wenn sie darin verweilen, so verkrampft sind, dass sie, wie es aussieht, das Nachdenken weder anzurühren noch anzustoßen wagen, damit ihnen beim Verkosten der Wonne und Andacht nur ja nichts entgeht, dann sehe ich daran, wie wenig sie von dem Weg verstehen, auf dem man zur Gotteinung gelangt, wo sie glauben, das ganze Geschäft würde darin bestehen. Aber nein, Schwestern, nein! Werke will der Herr!<sup>38</sup> Und wenn du eine Kranke siehst, der du ein wenig Linderung verschaffen kannst, dann mache es dir nichts aus, diese Andacht zu verlieren, und ihr

---

(E. DE LA MADRE DE DIOS, O. STEGGINK, *Tiempo y vida de Santa Teresa*, 92, [Anm. 21]); 200 im Jahre 1565 (O. STEGGINK, *La reforma del Carmelo español*, Ávila <sup>2</sup>1993, 203, Anm. 129); 130 im Jahre 1571 [T. ÁLVAREZ (Ed.), *Diccionario de Santa Teresa*, 868 (Anm 21)].

<sup>38</sup> Vgl. 7M 4, 6, wo noch einmal eindrucklich bekräftigt wird, dass das innere Beten und die Gotteinung – auch und gerade in ihrer tiefsten Ausprägung, der „geistlichen Vermählung“ – auf „Werke“, also auf die praktische Verwirklichung der Gottes- und Nächstenliebe im konkreten Alltag abzielen. Doch dürfen die Werke nicht als Voraussetzung für die Gnadengaben Gottes gesehen werden, so als könnte man sich diese dadurch verdienen, sondern als Erweis von deren Echtheit.

dein Mitgefühl zu zeigen; und wenn ihr etwas weh tut, dann soll es dir weh tun, und wenn nötig, sollst du fasten, damit sie zu essen hat (5M 3, 11).

Die Echtheit des religiösen Lebens und überhaupt der Frömmigkeit zeigt sich also in ganz konkreten Werken der Nächstenliebe: „Wenn es sich anbietet“, so sagt sie (F 2, 3).

Noch in einem ganz anderen Bereich wirkt sich das innere Beten aus, wie sie bei den Auswirkungen der „vierten Bewässerungsart“ schreibt, also dem Bereich, wo es regnet, d. h. wo der Herr des Gartens dem Gärtner die ganze Mühe abnimmt:

Ihr Denken ist schon so daran gewöhnt, zu verstehen, was wirklich Wahrheit ist, dass ihr alles andere wie Kinderei vorkommt. Sie muss manchmal bei sich lachen, wenn sie gewichtige Menschen des Gebets und in den Orden viel Aufheben um ein paar Punkte des Ehrenkodexes machen sieht, die diese Seele schon unter den Füßen hat. Sie führen an, das verlange die Klugheit und das Ansehen ihres Standes, um auf diese Weise mehr Nutzen zu stiften. Dabei weiß sie nur zu gut, dass man in einem Tag, an dem man jenes Standesdenken aus Liebe zu Gott hintansetzte, mehr Nutzen stiften würde, als mit ihm in zehn Jahren (V 21, 9),

womit sie gegenüber dem üblichen Standesdenken nicht nur eine große innere Freiheit beweist, sondern auch eine gerade in kirchlichen Kreisen häufig vorkommende Unwahrhaftigkeit aufdeckt, die sich sogar noch als Eifer für Gottes Ehre verbrämt.<sup>39</sup>

Und noch ein letzter Bereich soll genannt werden, nämlich die Lebensweise und das Ordensideal der Schwestern. Im *Weg der Vollkommenheit*, dem Handbuch für das Leben ihrer Schwestern, beschreibt sie ihr neues Ordensideal, warum sie der Herr „hier zusammengeführt hat,“ nämlich um „im Gebet für die beschäftigt zu sein, die Verteidiger der Kirche und Prediger und gelehrte Theologen sind, die sie verteidigen“ (CE/CV 1, 2). Das sind ganz neue Töne, denn normalerweise funktionierte das religiöse Leben der Schwestern wie eine Art Tauschgeschäft für Almosen jeglicher Art, auf die sie angesichts der großen

<sup>39</sup> Wie sehr Teresa das Günstlingswesen am Hof Philipps II. durchschaut hat, beschreibt sie ungeschminkt in V 37, 5: „Und wenn er [ein armer Kerl] es gar mit dem König zu tun hat, dann dürfen arme und nichtadelige Leute erst gar nicht hinzutreten, sondern man muss fragen, wer die einflussreichsten Günstlinge sind. Und das sind ganz gewiss nicht solche Personen, die die Welt unter ihren Füßen haben, denn solche sagen Wahrheiten, die sie weder fürchten noch schuldig bleiben; sie taugen nicht für den Palast, denn Wahrheiten dürfen dort nicht vorkommen, sondern man muss verschweigen, was einem schlecht erscheint, ja, sie dürfen noch nicht einmal wagen, es zu denken, um nicht in Ungnade zu fallen.“

Anzahl in ihrem Kloster auch angewiesen waren, d. h. sie erhielten Almosen und verrichteten dafür bestimmte Gebete oder anderweitige Frömmigkeitsübungen, wie Novenen, Prozessionen entsprechend der angegebenen Meinung der Wohltäter. Teresa spielt darauf an, wenn sie schreibt:

Ich lache bei mir und gräme mich wegen der Dinge, mit denen man uns hier kommt und beauftragt, dass wir Gott sogar wegen Geschäften und Prozessen um Geld für diejenigen bitten, denen ich wünsche, sie würden Gott anflehen, das alles mit Füßen zu treten. Sie haben freilich gute Absichten, und, um die Wahrheit zu sagen, empfehle ich sie Gott auch, bin aber überzeugt, dass er niemals auf mich hört (CE/CV 1, 5).

Wenn sie für andere betet, dann bedeutet das, dass sie sie in ihre Freundschaft mit Gott einbezieht, wie sie das einmal beim Beten für einen Beichtvater, der sie ums Gebet gebeten hatte, exemplarisch vormacht: „Herr, du darfst mir diese Gnade nicht verweigern; schau, wie gut er ist, dieser Mensch, um unser Freund zu sein!“ (V34, 8)<sup>40</sup> Und dazu bedarf es keiner großen Veranstaltungen, denn wie in einer Freundschaft auch, werden die Anliegen des einen immer auch zu denen des anderen, und da „Gott will, dass alle Menschen gerettet werden und zur Erkenntnis der Wahrheit gelangen“ (1 Tim 2, 4), wird ein solches Beten universal, ist in seinem tiefsten Kern apostolisch, und macht die Schwestern von den Launen und Sonderwünschen von Wohltätern frei. Zu ihren großen Anliegen gehören dann später auch die Indios, was sie in einem Brief vom 17. Januar 1570 an ihren Bruder Lorenzo in Quito erwähnt:

Diese Indios dort kosten mich nicht wenig. Der Herr gebe ihnen Licht, denn hier wie dort gibt es viel Unheil; da ich so viel herumkomme und viele Leute mit mir sprechen, weiß ich oft nicht, was ich sagen soll, außer dass wir schlimmer sind als Bestien, da wir die große Würde unserer Seele nicht begreifen und sie mit derart minderen Dingen vermindern, wie es die irdischen sind. Der Herr gebe uns Licht. (Ct 24, 13).

Dazu passt es, dass sie den durch die kirchliche Gesetzgebung streng geregelten Klausurbereich zum Freiraum macht, in dem sie mit ihren Schwestern ihr Leben nach eigenen Vorstellungen gestalten kann, ohne Einmischung der

---

<sup>40</sup> Ein typisches Beispiel für den Inhalt der Gebete Teresas: Sie sollen die Anliegen der beiden Freunde berücksichtigen, die Teresas, wie in diesem Fall das Wohlergehen des Beichtvater, und die Gottes. Und da „Gott will, dass alle Menschen gerettet werden und zur Erkenntnis der Wahrheit gelangen“ (1 Tim 2, 4), wird ein solches Beten universal und ist in seinem tiefsten Kern apostolisch. Damit erhält das traditionelle Verständnis von *contemplatio* als *vacare Deo* (frei sein für Gott) einen neuen Akzent: Es ist Apostolat! Vgl. dazu auch V 21, 2 Anm. 8.

Männer. Deshalb stellt sie ausdrücklich fest: „Es soll niemals einen Vikar<sup>41</sup> geben, der den Auftrag hat, ein- und auszugehen und Aufträge zu erteilen, noch einen Beichtvater, der Aufträge erteilt, vielmehr sollen sie dazu da sein, um über den guten Ruf des Hauses und die innere und äußere Zurückgezogenheit zu wachen“ (CE 8, 6 / CV 5, 6). Eine geniale Lösung! Teresa und ihre Schwestern verfügten über mehr Freiraum und persönliche Freiheit als die vornehmsten Damen des Königreiches,

denn die Sorge, die ihrem Stand entsprechende Aufmachung zu wahren, lässt sie nicht wirklich leben: Ohne feste Zeit und Ordnung zu essen, weil sich alles nach ihrem Stand zu richten hat, und nicht nach ihrer körperlichen Verfassung. Und oftmals müssen sie Speisen essen, die eher ihrem Stand als ihrem Geschmack entsprechen. (...) Das ist eine Knechtschaft, eine der Lügen der Welt, solche Menschen Herrschaften zu nennen, die nach meinem Dafürhalten nichts sind als Sklaven von tausenderlei Dingen (V 34, 4).

So verschaffte Teresa sich und ihren Schwestern einen zweifachen Freiraum: einen physischen durch die Klausur, wo sie unbehelligt von Einmischungen durch die Männer leben konnten,<sup>42</sup> und einen geistlichen durch das innere Beten, wo jede Schwester ihre je eigene Freundschaft mit Gott leben konnte.

### ABSCHLIESSENDE GEDANKEN

Das innere Beten, das Teresa schon in ihrer frühen Jugend kennen gelernt und praktiziert hat, wurde für sie zu einem Weg in die Freiheit. Es half ihr, sich von einengenden moralischen Vorschriften zu befreien, die Angst vor der Hölle zu überwinden, die Lügen der Welt, sei es im gesellschaftlichen oder kirchlichen Bereich, zu durchschauen, sich und ihren Mitschwestern einen physischen und geistlichen Freiraum zu schaffen, wie ihn keine adelige Dame besessen hat, von den verheirateten Frauen ganz zu schweigen, und zugleich doch in ihrer Welt zu leben. Obwohl es ihr verwehrt war, irgendeine Art von Lehrfunktion oder gar priesterliche Tätigkeiten auszuüben, was sie nur zu gern getan hätte,

<sup>41</sup> *Vicario*, womit ein vom Provinzial oder Bischof ernannter Stellvertreter gemeint war, der über weitreichende Vollmachten verfügte, was die Leitung des Klosters und die Organisation des täglichen Lebens der Schwestern anbelangt. Erneut geht es Teresa also darum, dem Machtmissbrauch der Kleriker vorzubeugen.

<sup>42</sup> In F 31, 46 sagt sie, was nach den langen Querelen mit dem Erzbischof von Burgos die Klausur für sie bedeutet: „Wem das nicht wiederfahren ist, der wird es nicht glauben, welche Freude uns bei diesen Gründungen zuteilwird, wenn wir uns endlich in der Klausur erleben, wo keine weltliche Person hinein darf. So gern wir sie auch haben, so reicht es doch nicht aus, um von diesem großen Trost, unter uns zu sein, abzusehen.“

ist sie durch ihr inneres Beten für viele Menschen, selbst Theologen, Priester und Bischöfe, zu einer wahren Lebens- und Lehrmeisterin geworden, und das ist sie bis heute geblieben.

## STRESZCZENIE

ULRICH DOBHAN

*Droga modlitwy wewnętrznej św. Teresy od Jezusa*

Życie i działalność św. Teresy od Jezusa przypadły na czas wielu reformatorskich nurtów w Kościele w Hiszpanii. Ich charakterystyczną cechą było dowartościowanie życia wewnętrznego, będące reakcją na modlitwę rozumianą jako przestrzeganie czysto zewnętrznych zobowiązań. Św. Teresa – jak sama wyznała – rozpoczęła modlitwę wewnętrzną jeszcze przed swoim wstąpieniem do klasztoru w roku 1535. W jej drodze modlitwy utwierdziła ją lektura *Trzeciego duchowego abecadła* (*Tercer abecedario espiritual*) autorstwa Francisco de Osuny. Opierając się na tym dziele, św. Teresa rozwinęła własną specyfikę modlitwy wewnętrznej. Kryzysy pojawiające się w rozwoju modlitwy okazały się dla niej szczególnie pomocne. Odcisnęły one bowiem piętno na konkretnym „praktykowaniu” modlitwy wewnętrznej i w ten sposób przyniosły zdumiewające owoce.

„Modlitwa wewnętrzna”, a jeszcze bardziej „przyjaźń z Bogiem” jest swego rodzaju znakiem firmowym św. Teresy z Awili. Słusznie zatem uważa się ją za „nauczycielkę i mistrzynię modlitwy”. Artykuł poprzedzony jest krótkim spojrzeniem na kontekst historyczny. Natomiast temat drogi modlitwy wewnętrznej św. Teresy ukazany jest w oparciu o następujące etapy biografii: Początek modlitwy wewnętrznej (1), Utwierdzenie (2), Wypracowanie specyfiki własnej modlitwy (3), Kryzysy (4), Konsekwencje (5), „Praktyka” modlitwy wewnętrznej (6), Owoce modlitwy (7).

## ABSTRACT

ULRICH DOBHAN

*St Teresa's Path of Mental Prayer*

The life and works of St Teresa of Jesus coincided with many reform movements in the Church in Spain. They all shared a characteristic appreciation of the inner life, in reaction to prayer understood as simply external obligation. St Teresa, as we know from her own account, began practicing mental prayer even before entering a convent in 1535. She found confirmation of this path of prayer in *Tercer abecedario espiritual* (*Third Spiritual Alphabet*) by Francisco de Osuna. Using the book as a basis, St Teresa developed her own method of men-

tal prayer. She found the difficulties incurred, the inevitable companion in the development of prayer, especially helpful, as they left their mark on the actual practice of mental prayer and in this way brought astonishing fruit.

“Mental prayer,” and even more “friendship with God,” have become a *trademark*, so to speak, of St Teresa of Avila. She is therefore rightly deemed a “teacher and master of prayer.” The article begins with a quick look at the historical context, while the presentation of St Teresa’s path of mental prayer follows the stages of her biography: Beginning of mental prayer (1), Confirmation (2), Finding own method of prayer (3), Crises (4), Consequences (5), Practice of mental prayer (6), Fruit of prayer (7).

**Słowa kluczowe:** św. Teresa, modlitwa wewnętrzna, kryzysy modlitwy, metoda modlitwy, oddziaływanie modlitwy, owoce modlitwy

**Keywords:** St Teresa, mental prayer, crises of prayer, method of prayer, consequences of prayer, fruit of prayer