
Lunedì, Settimana della VII Domenica dopo il Martirio di S. Giovanni il Precursore

Teresa de Cepeda y Ahumada nacque ad Avila nel 1515, da una famiglia borghese, sesta di nove figli. Donna forte, sensibile ed entusiasta, ancora bambina si lasciò esaltare dalla vita dei martiri fino al desiderio del martirio a cui pensò di andare incontro con la sua fuga da casa. A vent'anni decise di farsi monaca nel Carmelo dell'Incarnazione, formato da centocinquanta suore, dove rimase ventisette anni. All'inizio conobbe una profonda intimità col Signore, cui seguì un tempo di mediocrità, senza slancio e senza impegno. Ma nel 1555, a quarant'anni, Teresa dopo la lettura delle "Confessioni" di sant'Agostino, cambiò vita, richiamata dallo stesso Crocifisso che le concesse singolari esperienze mistiche. Nacque allora in lei il desiderio di condividere con altre sorelle una maggior autenticità di vita monastica e sotto la guida di Francesco Borgia e di Pietro di Alcantara, cominciò a fondare comunità piccole, dove le monache potessero vivere la regola primitiva dell'Ordine carmelitano, sull'esempio dei primi padri.

Nel 1562 si inaugurò il primo piccolo e povero monastero, dove si adottò l'ideale dell'orazione continua e della contemplazione in una vera vita di famiglia. Nonostante la sua malferma salute fisica, spinta dal fuoco interiore che la divorava, seppe superare ogni difficoltà interna ed esterna all'Ordine, portando avanti non solo la riforma dei Carmeli femminili, ma anche quella del ramo maschile. In uno dei suoi molteplici viaggi, intrapresi per fondare in Spagna nuovi monasteri, incontrò un giovane sacerdote, Giovanni Mattia, che divenne il primo carmelitano scalzo dell'Ordine riformato, col nome di Giovanni della Croce. Fu suo direttore spirituale e suo grande collaboratore e, alla scuola di Teresa, divenne il grande mistico che tutti conosciamo.

Teresa seppe vivere una vita di continua contemplazione anche in mezzo alle assillanti occupazioni e alle persecuzioni che incontrò e, su indicazione del proprio padre spirituale, lasciò ai posteri numerosi scritti tra cui Il libro della vita, il Cammino di perfezione, I pensieri sull'amore di Dio e il Castello interiore, che le valsero il titolo di dottore della Chiesa, conferitole da Paolo VI nel 1970. Morì ad Alba de Tormes il 4 ottobre 1582.