

**Teresa van Avila – Laat niets je verontrusten**  
(handschrift van Teresa van Avila)

*laat niets je verontrusten  
laat niets je beangstigen  
allef gaat voorbi,  
god verandert nooit,  
geduld  
bereikt allef;  
Wie god heeft  
ontbreekt niets  
god alleen is gewes.*

Door Pater Gracian in het brevier van Teresa van Avila gevonden, na haar dood in Alba de Tormes



**Karmel San José, Avila**