

WORT - UND SCHWEIGE - GEBET IN DER TRADITION DES CHRISTLICHEN OSTENS

GEORG GÜNTER BLUM ZUM 70. GEBURTSTAG IN
DANKBARKEIT GEWIDMET

VON KARL PINGGÉRA

Nicht wenige westliche Christen haben in den letzten Jahren den Reichtum der ostkirchlichen Überlieferung kennen und schätzen gelernt. Die Kunst der Ikonen und der mehrstimmige Chorgesang russischer Provenienz bereichern auch unsere abendländischen Kirchen. Freilich hat der orthodoxe Theologe Placide Deseille unlängst darauf hingewiesen, daß solche Erscheinungsformen der östlichen Tradition nur deren Oberfläche berührten. Ohne Kenntnis ihrer Spiritualität bleibe das tiefste Wesen der Orthodoxie letztlich unzugänglich.¹ Die kleine Rundreise durch das weite Land der ostkirchlichen Spiritualität, zu der die folgenden Zeilen einladen, kann selbstverständlich keine Vollständigkeit anstreben. Als Leitfaden soll vielmehr eine Differenz dienen, die im Laufe der Darstellung hoffentlich an Profil gewinnen wird: Es ist die Unterscheidung

des Gebetes mit Worten und desjenigen ohne Worte.²

EVAGRIUS

PONTICUS Ausgangspunkt unserer Darstellung ist die ägyptische Wüste: Seit 383 wirkte hier der Mönchsvater Evagrius Ponticus. Er war schon bald mit einer Gruppe von Mönchen in Berührung gekommen, welche die Gedanken des Origenes, eines der größten Theologen der Alten Kirche (3. Jh.), für ihr geistliches Leben fruchtbar zu machen suchte.³ Evagrius war es gegeben, diese Versuche in ein stimmendes theologisches System zu bringen.⁴ Es hat die spätere Entwicklung so nachhaltig beeinflußt, daß es hier in seinen Grundzügen nachgezeichnet werden muß.

Die Wirklichkeit der Welt wird in drei Stadien beschrieben: die erste Schöpfung, der Fall mit der zweiten Schöpfung, und schließlich die

Rückkehr in den Anfangszustand. Lebten in der ersten Schöpfung gleichrangige Vernunftwesen (*logikoi*) in absoluter Einheit mit Gott, so fielen sie durch "Nachlässigkeit" aus diesem Zustand heraus und wurden der Veränderbarkeit, der Vielheit und zum Teil der Materie unterworfen. So deutet Evagrius den Sündenfall. Der Mensch nimmt unter den gefallenen Wesen nun eine gewisse Zwischenstellung ein: Durch seinen oberen Seelenteil, den *nous*, besitzt er das Vermögen, zur verlorenen Einheit zurückzufinden. Durch seine unteren Seelenteile, die *epithymia* und den *thymos* (also etwa dem "Begehren" und der "Zürnkraft"), und besonders mit seinem Leib nimmt er zugleich an niederen Stufen der gefallenen Schöpfung Anteil. Ja, bei Ausbruch der *thymos* kann er sogar auf die Stufe der Dämonen herabfallen. So stellt sich dem Menschen als Lebensaufgabe, zur Einheit mit seinem Schöpfer zurückzufinden. Diese Rückkehr ist letztlich der Kern, um den sich alle Schriften des Evagrius drehen.

Die erste Stufe auf diesem Weg, die sogenannten *praktike* ("Praxis"), besitzt zunächst die Aufgabe, die Seele von allen verkehrten und verderblichen Leidenschaften zu reinigen. Es ist die Stufe asketischer Anstrengung, die Phase, in der der Kampf gegen die bösen Gedanken angesiedelt wird. Die Unterscheidung von acht Hauptleidenschaften (oder "Hauptilaster")⁵, die später im lateinischen Bereich zur Lehre von den Todsünden umgebildet wurde, ist der vielleicht bekannteste Beitrag

des Evagrius zur christlichen Spiritualität. Die Beschreibung dieser *logismoi* zeugt dabei von schonungsloser Selbstbeobachtung und großem psychologischem Einfühlungsvermögen. Es handelt sich im übrigen um Völlerei, Unzucht, Habgier, Trauer, Zorn, die *akedia* (geistlicher Überdruß)⁶, Ruhmsucht und Hochmut. Die Reinigung von alledem führt schließlich zur *apatheia*, einem Zustand, der die Freiheit von aller bösen Leidenschaft bedeutet. Er ist nicht zu verwechseln mit indifferenter Interesselosigkeit, die das Wort "apathisch" in unserem Sprachgebrauch meist anzeigt. Dies ist bei Evagrius schon deshalb nicht der Fall, da der *apatheia* zugleich die *agape*, die Liebe, entspricht. Liebe meint bei Evagrius also nicht den Affekt, sondern gerade die Freiheit von allen Affekten. Diese Freiheit erst erlaubt es, die Dinge um mich herum und dann auch Gott selbst allein an sich selbst wahrzunehmen ohne sie durch mein affektives Begehren, d. h. durch mein Für-mich-in-Besitz-nehmen-Wollen, zu verzwecken und sie gerade dadurch zu verfehlen. Die Liebe bildet dadurch das Tor zu den beiden höheren Stufen des geistlichen Aufstiegs. Sie ermöglicht es dem Menschen zunächst, den auf Gott zielenden Verweischarakter aller Dinge wahrzunehmen. Dies ist (grob umrissen) mit der *theoria physike*, der geistlichen Schau der Dinge, bei Evagrius gemeint.

DIE SCHAU
GOTTES

In der krönenden *theoria theologike*, der Gottesschau, verläßt der *nous* jedoch die Betrachtung der Dinge und wendet sich unmittelbar der ersten Ursache allen Seins zu. Dieser Überschrift ist nun für die Lehre des Evagrius vom Gebet und damit für unsere Thematik von allergrößter Bedeutung. In seinem Werk *De Oratione*, einer Reihe von 153 Sprüchen über das Gebet, schreibt Evagrius: *“Gib dich entschlossen ganz dem Gebete hin. Achte dabei weder auf die Sorgen, noch auf andere Gedanken, die in dir aufsteigen, während du betest. Alles, was sie bei dir erreichen können, ist, zu stören und dich zu beunruhigen, um schließlich deine entschlossene Zielgerichtetheit ins Wanken zu bringen.”* (Spruch 9)

“Sorgen” und “Gedanken” können also vom Ziel, der Erhebung zu Gott im Gebet, ablenken. Deshalb empfiehlt Evagrius in Spruch 11:

“Während du betest, laß deinen Geist (nous) ganz taub und still werden, dann erst wird du wirklich beten können.” Entsprechend wird als Gebet ein Zustand anvisiert, in dem keinerlei Ablenkung den Geist von seinem Ziel, nämlich Gott, abbringen kann – also der Zustand der *apatheia*. Dieses Ziel erst verleiht allen asketischen Übungen ihren eigentlichen Sinn. Im Blick auf die monastische Armut formuliert Evagrius deswegen: *“Geh, verkaufe, was du hast und gib das Geld den Armen, nimm dein Kreuz auf dich – damit du, ohne abgelenkt zu werden, beten kannst.”* (Spruch 17) Die Reinigung von den Leidenschaften, hier

von der Habsucht, ist also alles andere als Selbstzweck, sondern bildet eine unabdingbare Voraussetzung für das wahre Gebet. Evagrius ist sich bewußt, daß ein solches Gebetsideal mit einer Auffassung des Gebets kollidiert, die Beten wesentlich als Bitten auffaßt. Deswegen heißt es wenig später: *“Du solltest nicht so sehr das Ziel verfolgen, sofort Erhörung für deine Bitten zu finden, und dich auch nicht so hartnäckig dabei verhalten. Der Herr möchte dir vielleicht ein noch größeres Geschenk machen als das, worum du gebeten hast, und möchte deine Ausdauer belohnen. Gibt es denn etwas, das besser ist, als ein inniger Umgang mit Gott und höher, als ganz in seiner Gegenwart zu leben? Ein Gebet, das durch nichts mehr abgelenkt wird, ist das Höchste, das der Mensch zu Wege bringt.”* (Spruch 34)

Die Ablenkungen, die dem Gebet drohen, können aber nicht nur von den Leidenschaften oder den mancherlei Sorgen herrühren, die zum Bittgebet drängen, - Gedanken aller Art bergen oft Gefahr. Ich fasse die Sprüche 55 – 57 zusammen:

“Wenn jemand frei geworden ist von den störenden Leidenschaften, dann heißt das noch nicht, daß er auch wirklich beten kann. Vielleicht kennt er nur noch die reinsten Gedanken, läßt sich aber dazu verleiten, über sie nachzudenken, und ist daher weit von Gott entfernt.” Solange Gedanken um Dinge kreisen, *“hinterlassen sie eine Form im Geist und ziehen ihn damit weg von Gott.”* Das gilt nicht nur von der Betrachtung körperlicher, sondern auch unkörperlicher Dinge: In

beiden Fällen hat der an sie denkende Geist noch in ihrer *“Vielheit”* teil.

Es geht im Aufstieg zu Gott also darum, alles auszublenden, was nicht Gott ist. An anderen Stellen spricht Evagrius bevorzugt von der *“Nacktheit des Geistes”* als Voraussetzung für das wahre Gebet; ein Zustand, in dem der Geist durch keinerlei Gedanken geformt wird, sondern sich dem Ganz-Anderen radikal öffnet: *“Wenn du betest, dann stelle dir die Gottheit nicht als Bild vor. Halte deinen Geist überhaupt frei von jeglicher Form und nähere dich ohne jede Materie dem immateriellen Wesen, denn nur so wirst du es erkennen.”* (Spruch 66)

Gott, auch der trinitarische Gott (!), ist für Evagrius unsichtbar und unbegreiflich (aneideos). Deswegen schärft er immer neu ein: *“Du darfst dir beim Beten auf keinen Fall ein Bild von irgend etwas machen, du darfst dir nichts vorstellen.”* (Spruch 114) Das führt bis zu der Konsequenz: *“Gib dich nicht dem Verlangen hin, mit deinen Augen die Engel, die Mächte oder selbst Christus zu sehen, du läufst sonst Gefahr, deinen Verstand zu verlieren, den Wolf für den Hirten zu halten und schließlich die Dämonen zu verehren, die dir übel wollen.”* (Spruch 115)

ERFAHRBARKEIT GOTTES

Die Frage drängt sich auf: Wenn Gott nur in absoluter Bild- und Gedankenlosigkeit zu erfassen ist, ist er dann für den menschlichen Geist überhaupt noch erfahrbar? Evagrius verweist hier auf die biblische Sicht des Menschen als Gottes Ebenbild (Gen

1,27). Bei der Rückkehr zu Gott geht es für den Menschen darum, daß dieses durch die Sünde entstellte Ebenbild wieder in seiner ursprünglichen Schönheit zu leuchten beginnt. Daß der Mensch wieder ganz Ebenbild des dreieinigen Gottes wird. Evagrius vergleicht einen Menschen auf dieser Stufe gerne mit einem Spiegel, in dem das formlose Licht der Trinität widerstrahlt. Der Geist, und zwar der absolute *“nackte”* Geist, nehme sich dabei selbst als Abstrahl des unendlichen Gottes wahr. – Gott ist also *“erfahrbar”* im Sinne des alten hermeneutischen Prinzips: Gleiches kann nur durch Gleiches erkannt werden. Der menschliche Geist muß Gott gleichgestaltet, muß selbst Licht werden. Selbst- und Gottesschau durchdringen einander. Gott aber ist nicht zusammengesetzt, es gibt in ihm keine Veränderung, keine Verkleinerung oder Vergrößerung. Alles, was der Vielheit und der Unterscheidbarkeit unterworfen ist, kurz: alle der sinnlichen Wahrnehmung zugänglichen Gegenstände sind deswegen auf dem Weg zur Gotteschau auszuschließen. Der menschliche Geist muß *“taub und still”* werden. Alle Verstandstätigkeit, alles Erinnern und Sorgen, aber auch alle bildhaften Vorstellungen sind nur Hindernis auf diesem Weg.

Abschließend muß noch auf einen weiteren Aspekt im evagriusischen Denken aufmerksam gemacht werden: Die Gotteserfahrung in ihrer reinsten Form ist nicht von Seiten des Menschen aus mach-

bar. Gott allein handelt! Wenn Evagrius die Versenkung in Gott zu beschreiben versucht, kann er manchmal davon sprechen, daß der Geist geradezu *“hinweggerissen”* wird. Dieses Hinweggerissen-Werden hat Evagrius einmal in eine Art Definition des Gebetes aufgenommen. In zwei Anläufen wird dazu gesagt: *“Das Gebet ist der Zustand des Geistes, der getrennt ist von allen irdischen Gedanken. Das Gebet ist der Zustand des Geistes, der hinweggenommen wird einzig vom Licht der heiligen Trinität durch das Staunen.”*⁹

Die Betonung der ekstatisch erfahrenen Trennung von allem Irdischen macht nochmals deutlich, daß *“Gebet”* im eigentlichen Sinne für Evagrius nur das Gebet ohne Worte bedeuten kann. Das Beten mit Worten lehnt er dabei gleichwohl nicht ab, wie er auch die Sakramente und die Lektüre der Heiligen Schrift nicht gering achtet. Ziel des geistlichen Lebens bleibt aber das Schweigegebet, das sich vom Wortgebet deutlich absetzt.

Unter Beachtung dieser Differenz sind nun die Wirkungen des pontischen Wüstenvaters zunächst im syrischen Raum weiter zu verfolgen,¹⁰ ehe wir unseren Blick westwärts richten.

DAS NICHTGEBET:

ISAAC VON NINIVE Isaac wurde um 613 in Beth Qatraye geboren, d. h. auf der in den Persischen Golf hineinragenden Halbinsel Qatar.¹¹ Dort trat er schon früh in ein Kloster ein. Er gehörte der sogenannten *“nestorianischen”* Kirche an, die man heute

korrekterweise als die *Apostolische Kirche des Ostens* bezeichnen sollte. Zum Bischof erhoben, verzichtete Isaak bereits nach fünf Monaten auf das ehrenvolle Kirchenamt, um sich dem Einsiedlerleben zuwenden zu können. In den folgenden Jahren ließen ihn seine strenge Askese sowie sein unablässiges Studium der heiligen Schrift das Augenlicht verlieren, so daß er seine geistliche Erfahrung anderen Mönchen diktieren mußte.

Wichtig wurde Isaak vor allem aufgrund seiner Wirkungsgeschichte. Schon im 9. Jh. wurden seine Schriften ins Griechische übersetzt und übten einen erkennbaren Einfluß auf Symeon den Neuen Theologen und die hesychastische Bewegung des 14. Jahrhunderts aus. Von dort aus reicht Isaaks Wirkung nach Rußland, wo sich etwa Nil Sorski (15. Jh.) auf ihn bezieht. Im ausgehenden 19. Jh. übersetzte Paisij Velitschkowskij Isaaks Schriften ins Kirchenslavische und trug damit zu ihrer weiteren Verbreitung bei. Noch bei Kirejevskij und Dostojewskij wird Isaak erwähnt. Auf dem Athos gilt Isaak bis heute als maßgebliche geistliche Autorität. Die Differenz von Wort- und Schweigegebet, wie wir sie bei Evagrius angetroffen hatten, wird bei Isaak noch schärfer konturiert. Er spricht häufig von *“Nichtgebet”*, vom *“Aufhören”* oder *“Stillstehen”* des Gebets, das für ihn den höchsten Zustand geistlichen Lebens signalisiert. Daß dahinter eine lebendige Erfahrung eigener Gebetspraxis steht, wird vor allem aus der wichti-

gen 22. Homilie Isaaks deutlich:
“Manchmal entsteht während des Gebets eine Schau, die das Beten von den Lippen verschwinden läßt. (...) Dies ist es, was wir die göttliche Schau im Gebet nennen. (...) Bei dieser Schau im Gebet gibt es verschiedene Grade und Gaben. Denn immer noch handelt es sich um Gebet, weil man noch nicht dorthin gelangt ist, wo es kein Gebet mehr gibt. Die Bewegungen der Zunge und des Herzens sind im Gebet die Schlüssel. Was aber ihrem Gebrauch folgt, das ist das Eintreten in die Schatzkammer. Dann schweigen alle Lippen und alle Zungen, es schweigen dann aber auch das Herz, das die Gedanken hütet, der Verstand, der die Sinne lenkt, und der Geist, jener ungestüme und schnelle Vogel. All ihre Aktivität, all ihr Eifer und all ihr Suchen stehen still: Denn der Herr des Hauses ist eingetreten.”

GOTTES SCHÖNHEIT:

JOHANNES VON DALYATHA¹² Aus der Schar der ostsyrischen Mystiker der Folgezeit, die im Traditionsstrom des Evagrius standen und zugleich höchst eigenständig ihre inneren Erfahrungen beschrieben, soll noch der Mönch Johannes von Dalyatha (8. Jh.) zu Wort kommen. Er wurde mit keinem Geringeren als Johannes vom Kreuz verglichen (A. Guillaumont). In seinem Briefcorpus läßt sich eine an Evagrius angelehnte Systematik der geistlichen Betrachtung erkennen, die die Stufen der Beschauung körperlicher, sodann unkörperlicher Dinge und schließlich die der Trinität kennt. Dem entspricht seine Gebetslehre,

die zunächst auf das sogenannte *“Gebet der Bewegungen”* eingeht, dem aktiven, aus Wörtern zusammengesetzten Beten. Metaphorisch wird es mit dem Anklopfen an die Tür Gottes verglichen. Passiv dagegen, also nicht mehr in der Macht des Beters stehend, ist die anschließende Erfahrung: Der Eintritt in den Ort des Geheimnisses, wo nun der Geist selbst in uns betet. Dies nennt Johannes auch das *“wahre”* Gebet, das ununterbrochen währt und keinerlei Verstandeaktivität mehr aufweist. Denn, so fragt der Mystiker in seinem 12. Brief:

„Wie kann jemand, der schon in das Himmelreich eingetreten ist und Vollmacht über dessen Schätze erhalten hat, noch an der Tür klopfen (also mit Worten beten)? Er erfreut sich innerer Segnungen und befindet sich völlig im Staunen über die Schönheit des Einen Guten. Es ist lächerlich zu sagen, daß so einer im eigentlichen Sinne betet. Eher ist er vollständig berauscht von der Schönheit des wunderbaren Brautgemachs.”

Die Anklänge des Evagrius sind mit Händen zu greifen. Eine besondere Prägung verleiht Johannes dem Ganzen jedoch mit der Betonung der überwältigenden göttlichen Schönheit und dem Staunen des Menschen, die sich wie ein roter Faden durch seine Briefe ziehen. Dies stammt sicherlich aus der ihm eigenen Erfahrung, wie ein kostbares Selbstzeugnis am Ende des 12. Briefes nahelegt.

“Als die Gnade meines Gottes an mir Gefallen fand und meinen Geist durch seine Schau zum Verwundern brachte,

blieb dieser einen ganzen Tag lang ohne Bewegung am Ort der Bewunderung. Und als er von dort fortging, betete er und bat, daß ihm das Licht der verborgenen Weisheit erscheine, das verborgen ist im Innern seiner selbst in der Welt voll des Verwundersns. (Dann bricht Johannes den Bericht abrupt mit der Bemerkung:) Von dort an gibt es keinen Ort mehr für Worte, wo der Fluß der Feder fortfahren könnte auf den Spuren der Tinte. Hier ist eine Grenze gezogen: das Schweigen."

Johannes setzt sodann dieses Gebet des Schweigens mit jener unteren Stufe des Betens, das aus Worten besteht, in folgende Beziehung: *"Jedes Gebet, das sich in bestimmten Augenblicken nicht in Verwundern über die Geheimnisse verwandelt, hat demnach noch nicht die Vollkommenheit erreicht ... Selbst das Gebet, das aus Bewegungen besteht (also das Wortgebet), wird nicht beständig andauern, wenn es überhaupt nie in der Freude Gottes das Erstaunen geschmeckt hat. Das unaufhörliche Gebet ist das Erstaunen in Gott. Das ist zusammengefaßt unsere Botschaft."*

Der Überstieg ins wortlose Gebet ist also kein Luxus erlebnissüchtiger Hochleistungsasketen, auf den der Beter eigentlich auch verzichten könnte. Ohne die Befruchtung, die dem Wortgebet dadurch zuteil wird, daß der Beter wenigstens hie und da den Ort des Schweigens betritt, besteht die Gefahr, daß das gesamte Gebetsleben langsam an geistlicher Dürre vertrocknet. Das Streben nach der *"Ruhe des Geistes"* (*hesychia*) war ein, wenn nicht

das bestimmende Movens in der Entwicklung der byzantinischen Frömmigkeit. Wir haben das System des Evagrius und seine Wirkungsgeschichte im ostsyrischen Raum deswegen so ausführlich dargestellt, weil sich die Tiefendimension der *Hesychia*, von der die griechischen Autoren sprechen, auf diesem Hintergrund besonders gut ausloten läßt.¹³

DAS JESUSGEBET Bereits die Wüstenväter kannten kurze und prägnante Gebete, die oft nur aus einem einzigen Psalmvers oder einer kurzen Anrufung Christi bestanden. Bischof Diadochus von Photike (5. Jh.) äußert sich erstmals etwas ausführlicher über diese Art des Betens. Er kennt auch schon die beständige Anrufung des Namens Jesu auf dem geistlichen Weg. Im 59. seiner *"Hundert Kapitel über die geistliche Vollkommenheit"*¹⁴ führt er dazu aus:

Wenn unser Geist sich zum steten Gottesgedenken erheben wolle, so "verlangt er unbedingt von uns eine Tätigkeit, die seinen Drang angemessen erfüllen kann. Man muß ihm deshalb den ,Herrn Jesus' geben als alleinige Beschäftigung, die ganz seinem Ziel entspricht. (...) Mit aller Entschiedenheit muß er dieses Wort in seinen Schatzkammern erwägen, damit er sich nicht zu Phantasiegebilden hinlenken läßt."

Wieder geht es also darum, den Geist von sinnlicher Wahrnehmung zu entleeren! Die Anrufung (oder besser: die Meditation) des Namen Jesus stellt dabei so etwas wie ein

vom Heiligen Geist selbst gewirktes Hilfsmittel dar. Was aber ist das Ziel dieses Prozesses? Diadochus fährt fort: *“Alle, die nur diesen heiligen und ruhmreichen Namen in der Tiefe ihres Herzens ständig erwägen, können schließlich das Licht ihres Geistes schauen.”*

Mehr verrät Diadochus an dieser Stelle zwar nicht über das Ziel des geistlichen Weges. Wenn wir uns aber an das eigentümliche Ineinander von Selbst- und Gottesschau bei Evagrius erinnern, den wir auch hier als Hintergrund voraussetzen dürfen, wird die Tragweite der Aussage bewußt, der Geist könne durch die Erwägung des Namen Jesu sein (des Geistes) Licht schauen.

Wenn Diadochus an einer Stelle vom Verweilen des Namens Jesu im *“Herzen”* spricht, eine Evagrius völlig fremde Ausdrucksweise, so verweist uns das auf die andere große Tradition des christlichen Ostens: die makarianischen Schriften.¹⁵ Es ist müßig, darüber zu streiten, ob Pseudo-Makarius oder Evagrius die östliche Mystik stärker geprägt haben. Bei Pseudo-Makarius spielt das Herz, und nicht der *nous*, die zentrale Rolle. Die Vorstellung, im Herzen zu beten und dabei den *nous* zum Herzen zu neigen, diese Vorstellung ist jedenfalls Gemeingut der griechischen Mönchsautoren geworden.

GEBETSLEHRE

VOM SINAI Die großen Vermittler der altkirchlichen Mystik an das mittelalterliche Byzanz waren die Mönche vom Sinai, auf dem das monastische

Leben durch Justinians Gründung des Katharinenklosters einen mächtigen Auftrieb erhalten hatte. Von einem von ihnen, Hesychios, den man – wie es sich für die Zeitlosigkeit des wahren Mystikers gehört – kaum datieren kann (am ehesten 8./9. Jh.), besitzen wir den tiefgreifenden Traktat *“Über die geistige Nüchternheit und das Gebet.”*¹⁶

Zunächst schildert auch er die Hilfe, die das Jesusgebet dem geistigen Athleten darbietet: *“Die Achtsamkeit ist die dauernde Ruhe des Geistes, die keinen anderen Gedanken kennt als immer, Jesus Christus (hier bereits mit der Erweiterung:) Sohn Gottes‘ auszusprechen und den anzurufen, der an seiner Seite mutig kämpft und ihn bekennt, der die Macht hat, Sünden nachzulassen.”*

Diese Achtsamkeit, die *“geistliche Nüchternheit”* genannt wird, besteht sodann *“in dem leidenschaftslosen Schweigen des Gemütes, der Bewachung des Geistes, der gefeit ist gegen jegliche Täuschung.”* Mit einem Bild wird schließlich die Aussage eingeleitet, welches Ziel dieser Zustand der *“Nüchternheit”* (*nepsis*) verfolgt: *“Ein Blindgeborener kann das Licht der Sonne nicht schauen. Wernicht in der geistigen Nüchternheit lebt, kann das herrliche Aufleuchten der niedersteigenden Gnade nicht erfahren. Wer sich nicht freihält von sündiger Tat, die Gott haßt, wird niemals frei vom Fürsten der Unterwelt.”* Das *“herrliche Aufleuchten der niedersteigenden Gnade”* ist also das nur in metaphorischer Rede andeutbare Geheimnis, nach dem sich der Mystiker sehnt.

HERZENS GEBETE

AUF DEM ATHOS Zur Erlangung dieses Zieles bildete sich auf dem Berg Athos schließlich jene Methode des Herzensgebetes aus, in der die Kontrolle des Atmens eine entscheidende Rolle spielt und die sich auch im Abendland mittlerweile einiger Verbreitung erfreut. Voll ausgebildet erscheint sie erstmals wohl bei Nikephoros dem Hesychasten, der im 13. Jahrhundert das mönchische Leben auf dem Heiligen Berg pflegte. Aus seinem Werk *“Über die geistige Nüchternheit und die Bewachung des Gemütes”*¹⁷ soll deswegen zunächst die ausführliche Beschreibung dieser Methode vorgestellt werden, ehe wir zum Leitfaden unserer Darstellung, der Differenz von Wort- und Schweigegebet, zurückkehren:

“Du sollst wissen, daß unser Atem nichts anderes ist als die Luft selbst, und daß wir sie nur wegen des Herzens einatmen. Denn das Herz ist die Quelle des Lebens und der leiblichen Wärme. Es zieht die Atemluft ein, um durch Ausatmung die eigene Wärme hinauszustoßen, um sich so Kühlung zu verschaffen. Urheber, oder vielmehr Werkzeug, dieser Ordnung ist die Lunge. Vom Schöpfer durchlässig geschaffen, läßt sie wie ein Blasebalg unaufhörlich Luft eindringen und austreten. Das Herz, das durch die Atemluft Kühle anzieht und Wärme abstößt, erfüllt unveränderlich so die Aufgabe, die ihm zur Lebenserhaltung zugewiesen ist. (Nach dieser anatomischen Grundlegung folgt nun unvermittelt die Anweisung zur Praxis des geistlichen Lebens:) Du aber setze dich in

einen ruhigen Winkel deiner Zelle, sammle dich innerlich, und führe den Geist durch die Nase, auf dem Weg des Atems, zum Herzen hin. Dränge ihn gewaltsam, zusammen mit der eingeatmeten Luft ins Herz hinabzusteigen. Ist er dort eingedrungen, so erfährst du Freude und das, was darauffolgt. Wie jemand, der nach langer Abwesenheit nach Hause zurückkehrt, beim Wiedersehen mit Frau und Kindern seine Freude nicht zurückhält, so wird der Geist mit unaussprechlicher Wonne und Seligkeit erfüllt, wenn er sich mit der Seele vereinigt.”

Die letzten Bemerkungen haben deutlich werden lassen, wozu die detailliert beschriebene Atemübung dienen soll: Der Rückkehr des Geistes zu seinem Ursprung, die Einkehr des Menschen bei sich selbst, wo er mit unaussprechlicher Wonne und Seligkeit erfüllt wird. Nur im Bild des Wiedersehens von Frau und Kindern wird dabei der Grund jener Freude angedeutet: Der Geist kehrt zum Ursprung selbst zurück. Denn, so Nikephoros, *“das Reich Gottes ist ja in uns”* (Lk 17, 21).

Über den Gebetszustand, in dem sich der Geist während dieser Übung befindet, sagt Nikephoros: *“Du magst auch wissen, daß du innerlich nicht stumm oder untätig sein sollst, wenn dein Geist dort verweilt. Einziges Werk und ständige Übung sei dir das Gebet: ‘Herr Jesus Christus, Sohn Gottes, erbarme dich meiner.’ Und du sollst nie von ihm lassen. Denn es bewahrt den Geist vor jeder Verwirrung, macht ihn unüberwindlich, unangreifbar für die Anschläge des*

bösen Feindes, und führt ihn täglich zum liebenden Verlangen nach Gott.“ Wieder kommt dem Jesusgebet die Funktion zu, den Geist vor der Zerstreuung zu bewahren. Nur so findet der Beter Eingang in die Höhle des Herzens, den Ort der unmittelbaren Gottesbegegnung. Aufschlußreich ist dabei allerdings, daß Nikephoros wenig später gar nicht mehr den Geist, sondern den Verstand als Träger dieses Jesusgebetes nennt: Wenn man den Verstand gezwungen habe, alle Gedanken zu unterdrücken, solle man ihm die Anrufung Jesu zur Beschäftigung geben, die er innerlich sprechen soll: *„Wenn du dies allmählich beherrschst, dann findest du sicher den Eingang zum Herzen; denn das habe ich selbst erfahren.“*

JESUSGEBET ALS

SCHWEIGEBET Spätestens hier wird deutlich, daß das Jesusgebet nicht als bewußtes Gedenken oder bildliche Vorstellung Jesu Christi mißverstanden werden darf. An keiner Stelle lassen die hesychastischen Väter erkennen, daß die gottmenschliche Person Jesu in der Weise in den Mittelpunkt ihrer Gebetspraxis rückt, daß damit ein kognitives Erfassen heilsgeschichtlicher Ereignisse verbunden wäre. Wer den Weg des Jesusgebetes geht, stellt sich gerade nicht Jesus als Kind in der Krippe, als Wundertäter oder als den Gekreuzigten vor; er rätsonniert auch nicht über dogmatische Fragen zu Jesu Person und Werk. All das wären ja Gedanken, die den Geist von seinem Ziel, der

Gottesschau, abbringen würden. Das Jesusgebet erscheint in den Texten durchgängig als Mittel auf diesem Weg. Es ist die Kraft des Jesusnamens, auf die der Beter im Kampf gegen die Gedanken vertraut. Nirgendwo findet sich dementsprechend auch ein Hinweis darauf, daß die Übung des Jesusgebets schon an sich als Ziel des geistlichen Weges zu verstehen wäre.

Für die Systematik des Gebets bedeutet dies, daß die Praxis des Jesusgebets letztlich auch als eine Form des Schweigebetes anzusprechen ist. Es geht ja weder um Bitten um dies oder jenes, noch um einen fest umrissenen gedanklichen Gehalt. Die wieder und wieder im Innern gesprochenen Worte sollen sich dagegen auf der Ebene des Unbewußten festsetzen und so ihre heilsame Wirkung entfalten.

STUFEN

DES GEBETS Nun wußten natürlich auch die Väter vom Athos, daß diese Form des Betens nicht die einzige sein könne. Auch sie betonten den Wert der Psalmodie und der Teilnahme am Gottesdienst mit seinen langen und umfassenden Fürbittgebeten. Doch wie Evagrius galt auch ihnen das Schweigebet als höchste Stufe christlicher Spiritualität.

Sehr schön läßt sich das am Traktat *„Über die drei Arten zu beten“* bei Pseudo-Symeon (13. Jh.)¹⁸ demonstrieren. Darin wird betont, daß die rechte Reihenfolge des geistlichen Gebetsweges einzuhalten ist. Im Bild der vier Lebensalter führt er

darin aus: *„Der erste Grad mönchischen Wachstums besteht also in der Dämpfung der Leidenschaften, der Aufgabe für Anfänger. Die zweite Altersstufe, die aus dem jugendlichen Geistwesen einen jungen Mann macht, wird von der Hingabe ans Psalmodieren gekennzeichnet. Sind die Leidenschaften erst einmal gedämpft und beruhigt, dann ist der Zunge das Psalmensingen lieblich, und es wird Gott wohlgefällig. Man kann dem Herrn ja nicht auf fremder Erde singen, mit leidenschaftsereifertem Herzen. Daran erkennen wir also den Voranschreitenden. Der dritte Wachstumsgrad, der einen Jüngling zum geistlichen Mannestum führt, ist die Hinwendung zum Gebet, das Merkmal der Fortgeschrittenen (unter dem lapidaren ‘Gebet’ ist hier, wie aus dem Zusammenhang hervorgeht, bezeichnenderweise das Jesusgebet in der Hesychia zu verstehen). Entsprechend unserer Stufe unterscheidet sich das Gebet vom Psalmengesang wie der Erwachsene vom Jüngling und Jugendlichen. Darauf folgt die vierte Stufe geistlichen Alters, die des Greises, eines Weißhaarigen, die unverwandte, unbeirrte Ausrichtung auf die Beschauung, das Erbeil der Vollkommenen. Damit ist der ganze Weg durchlaufen, die letzte Höhe der Leiter erreicht.“*

Es wird deutlich, daß es auch hier um den Überschritt vom Gebet, das aus Worten und Vorstellungen besteht (den Psalmen), zum wortlosen Gebet geht. Als Ziel wird schließlich die Schau (*theoria*) Gottes genannt.

AUSBLICK In dem uns vorgegebenen Rahmen haben nun auch wir *„den ganzen Weg“* durchlaufen und *„die letzte Höhe der Leiter“* erreicht. In der byzantinischen Orthodoxie erfuhren die hier dargestellte Frömmigkeitspraxis durch Gregor Palamas (14. Jh.) ihr dogmatisches Fundament. Ihre weite Verbreitung verdankt sie schließlich der sogenannten *„Philokalie“*, einer griechischen Sammlung geistlicher Autoren, die erstmals in Venedig 1782 erschien. Der schon erwähnte Paisij Velitschkowskij übersetzte das Werk nur wenige Jahre später ins Altslawische. Auch im Westen blieb die Übung des Herzensgebetes nicht unbekannt. Hierbei spielten nicht zuletzt die *„Aufrichtigen Erzählungen eines russischen Pilgers“*¹⁹ eine große Rolle.

Es wird darauf ankommen, diesen Weg des Gebetes gerade in seiner Eigenart verstehen zu lernen. Es ist der Reichtum des östlichen Christentums, der sich uns im Zeitalter der Ökumene darbietet. Wir werden uns bewußt, daß orthodoxe Frömmigkeit nicht aufgeht in langen Gebetstexten und kunstvollen Ikonen. Weit greift sie darüber hinaus ins Schweigen jenseits von Wort und Bild. Wie nur wenige andere hat sich Georg Günter Blum in den vergangenen Jahren darum bemüht, dem westlichen Christen unserer Zeit diesen Reichtum der Orthodoxie aufzuschließen.²⁰ Ihm sind die voranstehenden Zeilen deshalb gewidmet.

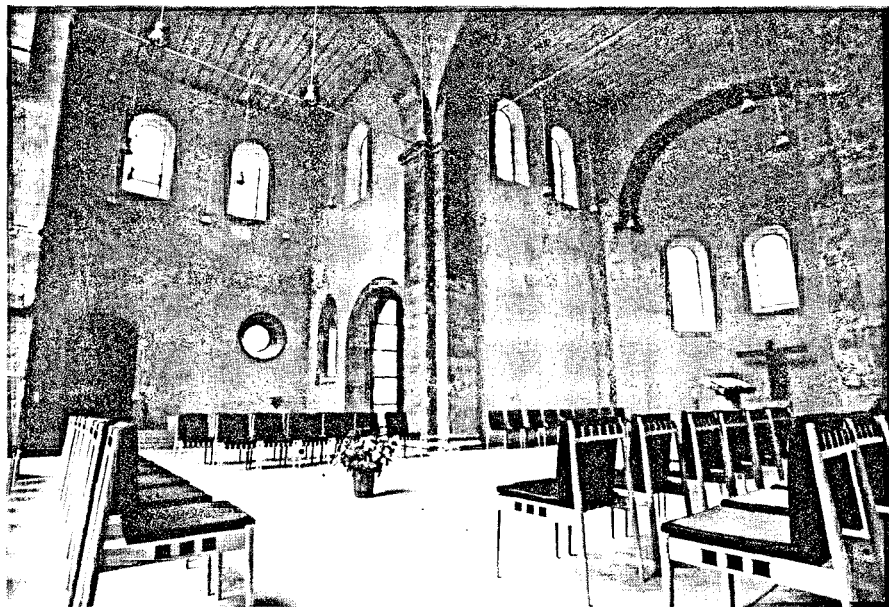
KARL PINGGÉRA

(*1967), Pfarrer z. A. der Ev.-Luth. Kirche in Bayern, z. Z. beurlaubt für eine Promotion im Fach Kirchengeschichte bei Prof. Dr. Georg Günter Blum, lebt in Marburg/Lahn.

ANMERKUNGEN

- 1 P. Deseille, *La spiritualité orthodoxe et la Philocalie*, Paris 1997, S. 6.
- 2 Als erste (allerdings nicht auf den christlichen Osten eingehende) Einführung in diese Thematik s. K. Johné, *Wortgebet und Schweigegebet*. Einige persönliche Gedanken und Erfahrungen, Münsterschwarzacher Kleinschriften 98, Münsterschwarzach 1996.
- 3 Den Zusammenhang des evagrianischen Denkens mit der unter den Wüstenvätern schon vorhandenen (origenistischen) Theologie wurde neuerdings besonders herausgestellt von S. Rubenson, *Evagrius Pontikos und die Theologie der Wüste*, in: H. Chr. Brennecke, E. L. Grasmück, Chr. Marksches (Hg.), *Logos* (FS L. Abramowski), BZNW 67, Berlin-New York 1993, S. 384-401, ähnlich schon G. Runge, *Evagre le Pontique et les deux Macaire*, *Irénikon* 56 (1983) S. 215-227, S. 322-360.
- 4 S. für den folgenden Abschnitt besonders A. und C. Guillaumont, "Evagre le Pontique", *DSp* 4 (1960), S. 1731-1744 und A. Guillaumont, "Evagrius", *TRE* 10 (1982), S. 565-570; eine Textauswahl mit besonders gelungener wissenschaftlicher Einleitung und Kommentierung hat die *Comunità di Bose* herausgegeben: *Evagrius Pontico, Per conoscere lui. Esortazione a una vergine. Ai monaci. Ragioni delle osservanze monastiche. Lettera ad Anatolio. Pratico. Gnostico*. Introduzione, traduzione e note a cura di P. Bettiolo, Magnano 1996.
- 5 Dazu *Evagrius Pontikos, Über die acht Gedanken*. Eingeleitet und übersetzt von G. Bunge, Würzburg 1992.
- 6 G. Bunge, *Akedie. Die geistliche Lehre des Evagrius Pontikos vom Überdruß*, Würzburg 1995.
- 7 S. I. Hausherr, *Les Leçons d'un Contemplatif. Le Traité de l'Oraison d'Evagre le Pontique*, Paris 1960; *Evagrius Ponticus, Praktikos/Über das Gebet*, Übersetzung und Einleitung von J. E. Bamberger, übers. Von G. Joos, Münster schwarzach 1986; G. Bunge, *Das Geistgebet. Studium zum Traktat De Oratione des Evagrius Pontikos*, Köln 1987.
- 8 In diesem Sinne des göttlichen Urlichtes hatte bereits Philon von Alexandrien *Psalm 36*, 10 gedeutet: "In deinem Lichte sehen wir das Licht."
- 9 W. Frankenberg, *Euagrius Ponticus, Abhandlungen der Königlichen Gesellschaft der Wissenschaften zu Göttingen, Phil.-Hist. Klasse N. F. XIII/2*, Berlin 1912, S. 452-455. Ich folge bei der Übersetzung dem syrischen Text (s. 454 Z. 8 ist statt *mdyft>qdyft>* zu lesen!), nicht der Retroversion Frankenburgs.
- 10 S. dazu und zu den nächsten beiden Abschnitten folgende Arbeiten Georg Günter Blums: *Vereinigung und Vermischung. Zwei Grundmotive christlich-orientalischer Mystik*, *OC* 63 (1979), S. 41-61; ders., *Nestorianismus und Mystik. Zur Entwicklung christlich-orientalischer Spiritualität in der ostsyrischen Kirche*; *ZKG* 93 (1982), S. 273-294; ders., *Mysticism in the Syriac Tradition*, *SEERI Correspondence Course on Syrian Christian Heritage* 7, Kottayam (Kerala/India) o. J. (1990).
- 11 S. den Überblick bei E. Khalif-Hachem, "Isaac de Ninive", *DSp* 7 (1971), S. 2041-2054. Das folgende Zitat wurde übersetzt aus P. Bedjan, *Mar-Isaacus Ninivita de perfectione religiosa*, Paris 1909; engl. Pbersetzung: A. J. Wensinck, *Mystic Treatises by Isaac of Nineveh. Translated from Bedjan's Syriac Text with an Introduction and Registers*, Amsterdam 1923 (Nachdr. Wiesbaden 1969).
- 12 S. das Standardwerk R. Beulay, *L'Enseignement spirituel de Jean de Dalyatha. Mystique syro-oriental du V^e et VI^e siècle. Avant-propos de A. Guillaumont, Théologie Historique* 83, Paris 1990, sowie G. G. Blum, *Die enstatischen Konfessionen des Johannes von Daljata, Zur Hermeneutik von Zeugnissen mystischer Erfahrung*, in: M. Tamcke, W. Schwaigert, E. Schlarb (Hg.), *Syrisches Christentum weltweit* (FS W. Hage), *Studien zur orientalischen Kirchengeschichte* Bd. 1, Münster 1995, S. 202-219. Die Zitate im folgenden wurden übersetzt aus R. Beulay (ed.), *La collection des lettres de Jean de Dalyatha*, *PO* 39/3, Turnhout 1978 (syr. Text mit franz. Übersetzung).
- 13 S. zu diesem Abschnitt E. Behr-Sigel, *Le heu du coer. Initiation à la spiritualité de l'église orthodoxe*, Paris 1989; G. G. Blum, *Mystische Erfah-*

- rung und Theologie im östlichen Christentum, *Us43* (1988) S. 2-17.50; I. Hausherr, *Noms du Christ et voies d'oraison*, *OCA* 157, Rom 1960; F. v. Lilienfeld, "Hesychnasmus", *IRE* 15 (1986), S. 282-289; O. Raquez u.a. (Hrsg.), *Amore del bello*. Studi sulla Filocalia (Atti del "Simposio Internazionale sulla Filocalia", Roma 1989), Magnano 1991; A. Rigo, *L'Amore della quiete*. L'escicismo bizantino tra il XIII e il XV secolo, Magnano 1993; K. Ware/E. Jungclaussen, *Hinführung zum Herzensgebet*, Freiburg i. Br. 1997.
- 14 Diadochus von Photike, *Gespür für Gott*. Hundert Kapitel über die christliche Vollkommenheit, eingeleitet und übersetzt von K. S. Frank, *Christliche Meister* 19, Einsiedeln 1982, S. 80f.
- 15 Die klassische Darstellung stammt von H. Dörries, *Die Theologie des Makarios/Symeon*, *Abhandlungen der Akademie der Wissenschaften in Göttingen, Phil.-Hist. Klasse* 111/103, Göttingen 1978 (zum Gebet bei Makarios/Symeon s. S. 125ff.).
- 16 *Philokalia tón hierón neptikón*, Bd. 4, Athen 1957, S. 141ff.; deutsch (i.A.): *Kleine Philokalie*. Belehrungen der Mönchsväter der Ostkirche über das Gebet. Ausgewählt und eingeleitet von Matthias Dietz, eingeleitet von Igor Smolitsch, Zürich 1989, S. 95-114.
- 17 *Philokalia tón hierón neptikón*, Bd. 4, Athen 1961, S. 18ff.; deutsch (i.A.): *Byzantinische Mystik*. Ein Textbuch aus der "Philokalia", Bd. 2: *Die Lehre von der geistlichen Stille*. Ausgewählt und übersetzt von Klaus Dahme. Salzburg 1995, S. 73-77.
- 18 *Philokalia tón hierón neptikón*, Bd. 5, Athen 1963, S. 81ff.; deutsch (i.A.): *Byzantinische Mystik*, Bd. 2 (wie Anm. 18), S. 79-86.
- 19 E. Jungclaussen (Hrsg.), *Aufrichtige Erzählungen eines russischen Pilgers*, Freiburg i. Br. 1990. Zur Entstehungs- und Überlieferungsgeschichte des Buches s. K. Chr. Felmy, *Herkunft und Anliegen der Aufrichtigen Erzählungen eines russischen Pilgers*, *Die beiden Türme (Niederaltaicher Rundbrief Nr. 69)* 1996 S. 35-46;
- 20 s. zuletzt in dieser Zeitschrift: "Das Jesusgebet. Die Antwort auf eine akute Herausforderung", *QUATEMBER* 63, 1999, S. 68-77.



RAUM FÜR ERNST ODER RAUM FÜR SPIEL? KLOSTERKIRCHE VOLKENRODA