

DER GIPFEL DER VOLLKOMMENHEIT

von Dr. Gabriele Ziegler

*mit bestem Dank an den Vier-Türme-Verlag,
Münsterschwarzach für die Abdruckgenehmigung der Quellentexte.*

Zwei junge Mönche, Johannes Cassian (360-435) und sein Gefährte Germanus, suchen den ehrwürdigen Abbas Pinufios, Presbyter eines großen Klosters bei Panephysis in Unterägypten auf. Sie kennen ihn schon, denn um dem Ruhm seines Namens und seiner Askese zu entfliehen, kam dieser damals inkognito in das Kloster in Bethlehem, dem auch Cassian und Germanus angehörten (inst. 4,30) und noch immer angehören. Um das Jahr 385 brachen die beiden ihrerseits nach Ägypten auf. Sie wollten Vollkommenheit in der Praxis eines asketischen Lebens bei den bewährten Mönchsvätern finden (coll.1,1). Im Kloster des Pinufios nun wurden sie Zeugen der Unterweisung eines Novizen. Das Ergebnis: Sie waren geschockt, desillusioniert und nahe daran, ihr Mönchsein aufzugeben. Cassian schreibt:

„Die Gipfel der echten Absage an die Welt kamen uns so unbegreiflich und wundersam vor, dass wir meinten, unsere Wenigkeit könne sie nie und nimmer erklimmen.“ Sie fühlen sich wie jemand, der sich „von Abgrund zu Abgrund wälzt“ (coll. 20,2.3). Aber sie befolgen die Weisung, Gedanken, und seien es auch schlechte, offenzulegen.

Pinufios hatte dem Novizen unter anderem gesagt: „Hüte dich, dass du deine Hand nicht ausstreckst, um zurückzuholen, was du in der Absage an die Welt weggeworfen hast. Hüte dich, dass du nicht wieder in dein Herz lässt die Eltern oder eine Leidenschaft von früher, und, auf diese Weise zurückgerufen zur unruhigen Sorge um diese Welt, ungeeignet bist für das Reich der Himmel“ (inst. 4,36). Das traf Cassian und Germanus ziemlich, denn sie waren gerade dabei, genau das zu überlegen: Unter dem Vorwand, dass dort das Klima besser wäre, sie besser beten könnten und gut versorgt wären, zu Verwandten – wohl im Raum Marseille – zurückzukehren (coll. 24,1). Damit hatten sie eine andere Weisung der Anachoreten vergessen: Von den drei Absagen, die der Mönch zu vollziehen hat – Zurücklassen materieller Güter, der Gewohnheiten und Verhaltensmuster, der Orientierung an Sichtbarem (coll. 3,6) – hatten sie die schwerste, sich abzuwenden vom früheren Lebensstil und den Prägungen, vergessen. Pinufios hat sie von einer abgehobenen Vorstellung von Vollkommenheit heruntergeholt. Ganz so, wie es ein Apophthegma lehrt: „Wenn du einen jungen Mann siehst, der kraft seines eigenen Willens zum Himmel emporsteigt, dann packe seinen Fuß und zerre ihn auf die Erde. Etwas anderes nützt ihm nichts.“ (PL 73,932) Zu Beginn ihrer Begeisterung für die ägyptischen Wüstenväter hatten Cassian und Germanus noch gedacht, bei vollkomme-

nen Mönchen vollkommen zu werden. Und sie meinten, je mehr Mönche sie befragen, desto besser würden sie selber.

Später, als Cassian selbst Abt des Klosters in Marseille ist und auf Bitten gallischer Bischöfe seine Bücher *Collationes Patrum*, *Unterredungen mit den Vätern*, und die zweiteiligen *De Institutis Coenobiorum*, *Die Ägyptischen Klostergründungen* und *Die Heilmittel der Acht Hauptlaster*, verfasst (ab ca. 419), kann er gar nicht genug vom „Gipfel der Vollkommenheit“ sprechen. Wofür dieses Schlagwort steht, klärt er bereits im Prolog der *Unterredungen*: Es geht um die „unsichtbare Verfassung des inneren Menschen“, um die Beständigkeit im ununterbrochenen Gebet und die stete Wachsamkeit, sich nicht von Lastern und Leidenschaften niederdrücken zu lassen. Zu dieser Höhe gelangten vorbildhaft die ägyptischen Anachoreten, die in der Nachfolge der Propheten, der Apostel und damit des Herrn in die ödste Einsamkeit zogen und sich der Auseinandersetzung mit sich selbst stellten.

Anachorese und Koinobion

Ein Anachoretenleben im völligen Rückzug von der Welt und aus der klösterlichen Gemeinschaft sollte nur jemand wagen, der in einer Gemeinschaft bewährt und bestärkt war. Zwar hatten einzelne wie Antonios aus Koma in Mittelägypten (251-356), genannt „Vater der Mönche“ oder Pachomios (292-346), der Gründer der Gemeinschaft von Tabennesi, radikal den Schnitt mit ihrem alten Leben vollzogen und in der Einsamkeit gehaust, doch hatten beide einen älteren Eremiten als Vorbild und Supervisor. Und später schlossen sich ihnen Männer an, deren Lehrer und geistlicher Vater sie nun selbst wurden. So entstanden gemeinschaftliche Lebensformen. Wir wissen auch von Anachoretinnen wie Synkletika (um 400) oder der Schwester des Antonios, um die sich andere Frauen sammelten. Die Quellen warnen vor falschen Anachoreten, die „die Vollkommenheit des Evangeliums lieber heucheln als in Wahrheit annehmen wollen“ (coll. 18,7), sich ihrer Armut rühmen, aber auf Kosten anderer leben. Benedikt von Nursia bezeichnet diese Gyrovagen als „Sklaven der Launen ihres Eigenwillens“ (RB 1,10).

Im Jahr 338 gründeten Antonios und Amun mit der Aufrichtung des Kreuzes (*Stavropigia*) die Mönchssiedlung Kellia westlich des Nildeltas. Sie war eine Ansiedlung von Eremiten, die in ihrem Kellion beteten und arbeiteten und am Sabbat oder Sonntag zusammenkamen. Athanasios (295-373), der Biograf des Antonios, beschreibt die Siedlungen: Die Wüste wurde zur „Stadt der Einsiedler, die alles verlassen und sich für die Bürgerschaft im Himmel eingeschrieben haben“ (VA 14). Es gibt dort „Einsiedeleien wie heilige Zelte, (gr. *skenaí*) ein ganz eigenes Land der Frömmigkeit und Gerechtigkeit“

(VA 44). Merkmal der Eremiten war ihre Liebe zur Askese und die gegenseitige Unterstützung (VA 15.22).

Mit der Gründung der Kellia sah es so aus, als würde Antonios mit seinem Ideal, als *monachós*, als Vereinzelter, zu leben brechen. Seine Berufung hatte ihn ja blitzartig getroffen, als er in der Kirche das Evangelium Mt 19,21 hörte: „Wenn du vollkommen sein willst, geh, verkaufe alles, was du hast, gib den Erlös den Armen und folge mir, und du wirst einen Schatz im Himmel haben.“ Doch ebenso dachte er nach über Apg 4,34, wie die ersten Christen alles verkauften und den Erlös den Aposteln zur Versorgung der Armen übergaben. Diese Botschaft lässt ihn nicht mehr los (VA 2). Als er dann das Evangelium Mt 6,34 hört: „Sorgt euch nicht um das morgen“, verschenkt er auch den Rest, den er aus dem Erbe für sich und seine Schwester noch zurückbehalten hatte. Die Schwester gibt er in die Obhut vertrauenswürdiger Jungfrauen. Er lebt jetzt als Asket vor seinem Haus, denn weder gab es Eremitensiedlungen, gr. *monastéria*, noch wusste er von der weiten Wüste (VA 3). Antonios wird sich erst noch einem anderen Asketen anschließen, bevor er das Dorf verlässt und in einem verlassenen Grab oder in einer Burg haust. An diesen Berichten ist von Bedeutung, dass Antonios vom Beginn seines Weges an nicht einfach allein, eigenmächtig und stark zum Vorbild einer vollkommenen Askese wird. Er kümmert sich um die Armen sowie um seine Schwester. Er lernt. Dass schließlich andere an ihm das Leben als Mönch ablesen können, ist nur folgerichtig.

Antonios und der Rückzug auf den Berg

Zur Typologie des vollkommenen Asketen gehört der Rückzug auf den Berg. Die Antoniosvita kennt zwei Berge, Qolzim und Pispir, die Antonios aufsuchte. Zunächst zieht er zum Berg Pispir auf der rechten Nilseite, dann weiter zum Berg Qolzim nahe des Roten Meeres. Diese beiden Orte, der „äußere“, das heißt näher an bewohnter Gegend, und der „innere“, das heißt tiefer in der Wüste gelegene Berg, dienen ihm einerseits zum Kontakt mit Besuchern (Berg Pispir), andererseits zum Rückzug in die Abgeschiedenheit, wo ihn nur Vertraute besuchen dürfen (Gemeinhardt 49f). So wird auch hier das Bild des selbstgenügsamen, nur in der Einsamkeit verharrenden Asketen durchbrochen. Die Menschen kommen mit ihren Anliegen und Kranken zu ihm. Gaffer wehrt er ab. Er wird von allen geliebt, kann sich aber auch unterordnen (VA 4). Er ist ein Arzt für Ägypten, der aber nicht mit Vorschriften heilt, sondern mit Gebet und der Anrufung des Christus (VA 87.83). Auch äußerlich ist er gesund. Seine Zähne fallen ihm nicht aus. Er ist widerstandsfähiger als alle, die sich um ihren Körper mühten (VA 93). Er bleibt sich immer gleich (VA 14), ist unaufgeregt (VA 67), hat keine Angst vor Versuchung (VA 42), beobachtet sich in dem Wissen, sich nie ganz zu verstehen (VA 55). Vielleicht war solcher Realitätssinn auch dadurch bedingt, dass er als Kuriale gelernt hatte, nüchtern zu rechnen, und dann beim Aufbruch in sein Eremitenleben die Kosten für sich und

andere genau überschlug und dementsprechend handelte (VA 2), ganz so, wie es das Evangelium vom Turmbau rät (Lk 14,28).

Wiederholt heißt es: Antonios geht auf den Berg, „sitzt“ auf dem Berg, steigt vom Berg hinab (VA 91.59.66.69). Er zieht sich zurück, er „hält aus“ auf dem Berg, wo der Herr ihm zeigt, was weit entfernt ist (VA 57.59), er geht hinunter zu den Brüdern oder weil er zu Notsituationen gerufen wird. Er flieht weder vor der Gottesnähe, noch lässt er die Menschen im Stich. Die Metapher „Berg“ transportiert somit zwei Botschaften: Antonios gleicht Propheten wie Elija (vgl. 2Kön 1,9), er spiegelt aber auch das Leben Jesu, der sich zwar in die Wüste und auf den Berg zurückzog, aber die Gebrechen der Menschen heilte.

„Wie die Fische zum Meer, so müssen wir unbedingt zum Berg streben, damit wir nicht träge werden und das Innen vergessen“ (VA 85, Übersetzung G. Ziegler). Mit diesen Worten verabschiedet sich Antonios von einem Heerführer, der ihn länger befragen möchte. Fische sterben, wenn sie im Trockenen liegen. Antonios und die Mönche brauchen den Rückzug zur Konzentration auf das Wesentliche.

Gipfel der Vollkommenheit ist die Diskretio (coll. 2,2)

Abbas Moyses berichtet von einer Runde der Weisen unter Vorsitz des Antonios, an der er selbst als noch junger Mönch teilnahm (coll. 2,2). Die erfahrenen Brüder sind beisammen, um sich über Vollkommenheit auszutauschen und das Gespräch dauert die ganze Nacht. Die Frage ist: Welche Tugenden und Pflichten bewahren den Mönch vor den Fallstricken und Verirrungen auf seinem Weg und bringen ihn sicher zum Gipfel der Vollkommenheit? Zunächst tragen Brüder die unterschiedlichsten Mönchspflichten vor: Fasten, Nachtwachen, Besitzlosigkeit, Anachorese, Menschenliebe, Armenfürsorge. Dann spricht Antonios:

Die zahllosen Abstürze und die Erfahrung vieler erlauben uns keineswegs, an eine der genannten Tugenden den ersten Platz zu vergeben. Denn wir haben oft beobachtet, dass diejenigen, die sich äußerst streng den Nachtwachen und dem Fasten verschrieben und sich wundersam in der Wüste verbargen, auch das Weggeben aller Mittel so befolgten, dass sie nicht einmal den Lebensunterhalt für einen Tag oder einen einzigen Denar übrig lassen wollten, sogar die Pflichten der Menschenliebe mit ganzer Hingabe erfüllten, so getäuscht wurden, dass sie das Werk, das sie begonnen hatten, nicht zu einem entsprechenden Ende bringen konnten, ja sogar den glühendsten Eifer und einen lobenswerten Wandel mit einem schrecklichen Ende beschlossen.

Was also vorrangig zu Gott führen kann, können wir deutlich erkennen, wenn wir die Ursache ihres Sturzes und ihrer Täuschung genauer untersuchen. Allein mangelnde Diskretio nämlich ließ die Werke der vorgenannten Tugenden, die sie im Überfluss

besaßen, in ihnen nicht bis zum Ende fort dauern. Man kann sich nämlich keine andere Ursache ihres Falles vorstellen, als dass sie – zu wenig von den älteren Brüdern unterwiesen – nicht fähig waren, die Methode der Unterscheidung in der bestimmten Weise anzuwenden, welche den Mönch, indem sie jede Übertreibung nach einer Seite unterlässt, lehrt, allezeit auf dem königlichen Weg zu wandeln, und ihm weder erlaubt, sich rechts von den Tugenden zu rühmen, das heißt in übertriebenem Eifer das Maß der rechten Enthaltbarkeit in untauglicher trügerischer Hoffnung zu überschreiten, noch ihm erlaubt, sich den Lasten der linken Seite durch das Zulassen von allerlei Zeitvertreib zuzuwenden, das heißt unter dem Vorwand, für den Körper sorgen zu müssen, im Gegenteil durch die Verzärtelung des Geistes zu verweichlichen.

Es ist nämlich die Diskretio, welche im Evangelium Auge und Leuchte des Körpers genannt wird, entsprechend jenem Wort des Erlösers: „Die Leuchte deines Körpers ist dein Auge. Wenn dein Auge ohne Falsch ist, wird dein ganzer Körper licht sein; wenn aber dein Auge ein Schelm ist, wird dein ganzer Körper finster sein.“ (Mt 6,22) Dies deshalb, weil die Diskretio alle Gedanken und Taten des Menschen unterscheidet und alle Absichten durchschaut und durchleuchtet. Wenn sie im Menschen zu einem Schelm wird, das heißt nicht durch wahrhaftiges Urteil und Wissen gefestigt, sondern durch beliebigen Irrtum und trügerische Hoffnung irregeleitet wird, verfinstert sie unseren ganzen Körper, das heißt, sie verdunkelt jedwede Geistesschärfe und unsere Taten, fest umgarnt von der Blindheit der Laster und der Finsternis der Verwirrung. Wenn nämlich, wie der Herr sagt, „das Licht in dir Finsternis ist, wie groß wird dann die Finsternis selbst sein“ (Mt 6,23), hat keiner Anlass zu bezweifeln: Wenn das Urteil unseres Herzens irrt und von der Nacht der Unwissenheit in Besitz genommen wurde, werden auch unsere Gedanken und Werke, die dem Abwägen durch die Diskretio entspringen, von großer Sündenfinsternis umschlungen.

Die Diskretio ist diejenige Tugend, die nicht nur Leuchte des Körpers, sondern vom Apostel sogar „Sonne“ genannt wird laut jenem Schriftwort: „Die Sonne soll nicht untergehen über eurem Zorn.“ (Eph 4,26) Sie wird auch Lenkerin unseres Lebens genannt mit jenem Wort: „Die keine Lenkung haben, sinken wie Blätter [im Wind zu Boden].“ (Prov 11,14LXX) Sehr zutreffend wird die Diskretio „Rat zum Maßhalten“ genannt, ohne den wir auf Geheiß der Schrift gar nichts tun dürfen, sodass wir nicht den geistlichen „Wein, der das Herz des Menschen erfreut“ (Ps 103,15) ohne ihre Mäßigung aufnehmen dürfen laut jenem Wort: „Tu alles mit Maß, trinke Wein in Maßen“ (Prov 31,3).

Außerdem heißt es: „Wie eine Stadt, deren Mauern geschleift sind und die nicht befestigt ist, so ist der Mann, der ohne Maß und Rat handelt“ (Prov 25,28). Das Beispiel und die bildhafte Darstellung dieses Schriftwortes, das den Mönch mit einer geschleiften Stadt ohne Mauern vergleicht, erläutern, welchen Schaden der Mangel an Diskretio einbringt.

Diskretio beinhaltet Weisheit, Einsicht und Verstand. Ohne sie kann weder unser inneres Haus erbaut werden, noch können wir geistliche Schätze sammeln in Entsprechung zu jenem Wort: „Durch Weisheit wird das Haus erbaut, durch Einsicht aufgebaut; durch Verstand werden die Kammern gefüllt mit allen wertvollen und guten Schätzen“ (Prov 24,3f). Diese Tugend, sagte ich, ist die feste Speise, die nur von den Vollkommenen und Widerstandsfähigen aufgenommen werden kann entsprechend jenem Schriftwort: „Zeichen der Vollkommenen aber ist die feste Speise. Sie ist Zeichen derjenigen, die ihre Urteilskraft durch ihre Gewohnheiten eingeübt haben zur Unterscheidung von Gut und Böse“ (Hebr 5,14).

So sehr wird diese Tugend als für uns nützlich und notwendig erachtet, dass sie sogar mit dem Wort Gottes und seinen Tugendkräften gleichgesetzt wird: „Lebendig nämlich ist Gottes Wort und wirksam und durchdringender als jedes zweischneidige Schwert; es dringt hindurch bis zur Trennung von Seele und Geist, von Gelenken und Mark, ist strenger Richter der Gedanken und Absichten des Herzens“ (Hebr 4,12). Dadurch wird sehr deutlich darauf hingewiesen, dass keine Tugend ohne die Gnadengabe der Diskretio vollkommen vollendet werden kann noch Bestand haben kann.

Und so wurde sowohl durch die Entscheidung des seligen Antonios wie aller festgelegt: Es ist die Diskretio, welche den unerschrockenen Mönch festen Schrittes zu Gott führt und die vorgenannten Tugendkräfte beständig unverletzt bewahrt. Mit ihr kann man zur erhabenen Höhe der Vollendung mit weniger Ermüdung emporsteigen; ohne sie aber vermochten viele es durchaus nicht, den Gipfel der Vollkommenheit zu erreichen, auch wenn sie sich noch so bereitwillig mühten. Die Diskretio ist Mutter, Wächterin und Lenkerin aller Tugenden. (coll. 2,2.4) (aus: Unterredungen mit den Vätern Teil 1, Münsterschwarzach, 2. Aufl. 2018).

Diesem Lob der Diskretio ist nichts hinzuzufügen. Interessant ist, dass mit dem Stichwort „Fallstricke“ (coll. 2,2) die Antoniosvita und der krasse Gegensatz zu „Gipfel“ in den Blick kommen. Denn von Antonios heißt es. „Er sah die Fallstricke, die der Feind über die Erde spannte“ (PL 73,785C). All die Tugenden, die die Brüder vorbringen, hat Antonios gelebt. Doch er versteht unter Vollkommenheit und deren Vollendung nicht einen äußeren Habitus. Diskretio, gr. *diákrisis*, meint den „Durchblick“, sich nicht täuschen zu lassen, zu wissen, wie in Krisen und Anfechtungen ein Durch- und Weiterkommen möglich ist. Der Begriff beschreibt aber auch einen Zwischenraum zwischen zwei Möglichkeiten und enthält die Aufforderung, sich zu trennen von Nicht-Gutem, Schädlichem, Verführerischem. Der Asket soll sein Leben „wie in einem Spiegel“ betrachten (VA7) und sich trennen von der Gottesferne. Man kann nicht dauerhaft auf dem einmal erreichten Gipfel der Vollkommenheit sitzen bleiben, man muss hinab- und weitergehen.

Gipfel sind Fallgruben (coll. 2,16)

Mit dieser Sentenz wird sowohl dem Konkurrenzkampf in der Erfüllung äußerer Tugenden die Spitze genommen als auch dem überheblichen Urteil über den Fortschritt des Bruders das Recht. Ebenso wenig braucht ein Mönch sich nicht selbst zu beurteilen in seiner Vollkommenheit oder seinem Zurückbleiben hinter seinem Ziel. Innere Kämpfe, Anfechtungen, Unzufriedenheit oder Nachlässigkeit haben ihre Ursache nicht beim Bruder, sondern im eigenen Herzen. Sehr offen berichten die Quellen, dass ein Leben im *Koinobion* nicht einfach war. Nicht nur wegen der Arbeit, um den nötigsten Lebensunterhalt durch Korbflechten oder Gemüseanbau zu erwirtschaften, sondern auch wegen der Konflikte mit sich selbst und den Brüdern unterschiedlichster Herkunft, schien Vollkommenheit weit entfernt, und mancher dachte, die völlige Abgeschlossenheit einer Eremitage in der Wüste würde ihm sein Leben erleichtern.

Ein Bruder, der in einem Koinobion lebte, wurde oft zornig. Da sagte er zu sich selbst: „Ich will in die Einsamkeit gehen. Wenn ich niemanden habe, mit dem ich streiten kann, wird mich diese Leidenschaft vielleicht in Ruhe lassen.“ Er ging also weg und lebte allein in einer Höhle. Eines Tages nun hatte er ein Gefäß mit Wasser gefüllt und auf den Boden gestellt, als es plötzlich umfiel. Er füllte das Gefäß wieder, doch wieder fiel es um. Als er es ein drittes Mal gefüllt hatte, und dasselbe wieder geschah: Er packte das Gefäß und zerschlug es voller Zorn. Als er wieder zu sich gekommen war, erkannte er, dass er vom Geist des Jähzorns besiegt wurde. Da sagte er zu sich: „Nun bin ich zwar Eremit, aber der Geist des Jähzorns hat mich auch hier verblendet. Ich will in das Koinobion zurückkehren, denn überall ist es nötig zu kämpfen und geduldig zu sein. Vor allem aber braucht man Gottes Hilfe“. Er machte sich also auf und kehrte in sein Koinobion zurück. (PL 73,778D. Übersetzung G. Ziegler.)

Amma Theodora (um 400) erzählt ein tiefsinniges Beispiel:

Ein Mönch, der unter unzähligen Anfechtungen zu leiden hatte, sagte sich. „Ich gehe von hier weg.“ Er wollte gerade seine Sandalen anziehen, da sah er einen anderen, der ebenfalls die Sandalen anziehen wollte. Er sagte zu Ihm: „Du gehst doch nicht meinetwegen fort?“ Antwort: „Sieh, ich gehe dir voran, wohin immer du gehst.“ (PG 65,203B Übersetzung G. Ziegler)

Auffallend ist an diesen Worten, dass nicht moralisiert wird, sondern ein innerer Prozess von Weggehen und Rückkehr in die Gemeinschaft und darin zu sich selbst narrativ vor Augen gestellt wird. Wer mit sich selbst im Unreinen ist, hält es weder allein noch unter anderen aus. Von der Vollkommenheit der Anachorese ist er weit entfernt: *Einen Berg kann nicht besteigen, wer über die Ebene nicht hinauskommt* (coll. 14,3).

Andererseits steht gerade der, der es weit gebracht hat und hochgeachtet ist, in der Gefahr eines Absturzes, wenn er sich der Korrektur durch die Gemeinschaft entzieht.

Illusionen, nur äußerlich gefestigte Vollkommenheit oder Leugnung der animalischen Triebe machen einen selbstkonstruierten Gipfel zur Gefahr. Die zitierte Antoniosrede spricht sogar von zahllosen Abstürzen.

Unser Weg führt nicht über Orte, sondern über Leidenschaften

In diesen Satz aus seiner Unterweisung über den christlichen Glauben (doctr.chr.1,16) fasst Augustinus das Missverständnis, allein schon äußere Veränderung oder weite Pilgerwege garantierten echte Gotteserfahrung. Ihn selbst traf die Nachricht von der Anachorese des Antonios vehement, als sein Freund Ponticianus ihm berichtete, was in Ägypten geschah. Augustinus bekennt: „Herr, du drehtest mich während des Berichts des Ponticianus zu mir selbst herum. Du holtest mich hinter meinem Rücken hervor, wo ich mich hingestellt hatte, weil ich mich nicht ansehen wollte.“ (conf. 8,7,16)

Auch wenn ein Anachoret in langen Jahren der Erfahrung zum Gipfel der Diskretio hindurchgedrungen ist, das rechte Maß einhält und sich der Korrektur und Verge-wisserung durch die Brüder stellt: Es bleibt die Aufgabe der steten Selbsterkenntnis. Immer wieder hat er die Mahnung zu hören. „Achte auf dich.“ „Bleibe in deinem Kellion.“ „Urteile nicht.“

„Warum urteile ich so oft über andere?“ fragt ein Bruder. Antwort: „Weil du dich selbst noch nicht kennst.“ (M 1011).

Unter Leidenschaften oder Lastern verstehen die Wüstenväter die ungeordneten Neigungen, die unsere innere Freiheit zum Guten einschränken oder sogar gefangen nehmen und uns hindern, anderen ohne Voreingenommenheit zu begegnen. Dazu gehören nicht nur offensichtliche Laster wie Groll und Nachtragen, Gier nach Besitz oder Anerkennung, sondern auch zur Schau gestellte Demut, das Hängen an Kleinigkeiten oder die *Akedia*, die dauernde Unzufriedenheit und Nörgelei. Wird ein Fehler, zum Beispiel ein Zornesausbruch, zu einer dauernden Charaktereigenschaft, hat er sich zur Leidenschaft und Gewohnheit verfestigt. Bevor jedoch eine Leidenschaft nach außen durchkommt, war sie in den Gedanken und Emotionen am Wirken. Kein Mensch kann ohne Gedanken sein, denn unser Geist und Herz sind ständig aktiv im Aufnehmen und Verwerten von Eindrücken. Doch soll der Eremit seine Gedanken erforschen, vor allem die wiederkehrenden, die Einreden, um die sein Denken ständig kreist. Einen Affekt, ein Gefühl oder einen Gedanken, soll er nicht zum Effekt, zu einem Wort oder zu einer Tat werden lassen. Cassian sagt, Gedanken sind ein wie ein Rumoren im Bauch, sie sind mit uns verwachsen wie Blutsverwandte und unsere Hausgenossen, sind eine Art Naturgesetz. Wir können nicht behaupten, dass andere an unseren Lastern schuld sind (coll. 3,6; 9,5.6; 20,2; 18,16).

Die Aufgabe des Anachoreten ist es, nicht auf jeden Gedanken einzugehen. Denn beginnt er erst einmal ein Zwiegespräch mit einem Gedanken, wird dieser Gedanke ihn leicht fesseln und dann zur Leidenschaft mutieren.

Nicht Eigenwille, aber Eigenverantwortung

Anschauliche Gleichnisse wie die beiden folgenden von einer Mühle und dem Fischfang verdeutlichen die Verantwortung des Gottsuchenden für seine Seelenhygiene:

Wie ein Müller, der verantwortlich ist für die Qualität des Mehls, muss der Asket darauf bedacht sein, nichts aufzunehmen, was sein inneres Auge erblinden lässt.

Die Unruhe unseres Herzens wird nicht unpassend mit einem Mühlrad verglichen. Die Strömung des einschießenden Wassers treibt es mit Druck vorwärts. Unmöglich kann das Mühlrad still stehen von der Arbeit, wenn es von dem Antrieb des Wassers, das es umtost, vorangetrieben wird. Es steht aber in der Macht des Müllers, ob Weizen oder Gerste oder ein schädliches Getreide, das zur Erblindung führt, gemahlen wird. Ohne Zweifel soll nur diejenige Getreidesorte gemahlen werden, die von demjenigen eingeschüttet wurde, dem die Aufsicht über diese Arbeit anvertraut ist. Auch unser Geist wird also, durch den Ansturm des gegenwärtigen Lebens und die von überall herandrängenden Wogen der Versuchungen umgeben, nicht ohne Abschweifen der Gedanken sein können; welche er aber wegschicken und welche er zulassen soll, wird die Beharrlichkeit seines Fleißes und seiner Sorgfalt erkennen. Wenn wir jedoch, durch träges Herumsitzen oder Nachlässigkeit außer Gefecht gesetzt, von Lastern und müßigem Geschwätz in Beschlag genommen oder von Sorgen nach Art der Welt und unnötiger Unruhe umgetrieben werden, wird sozusagen das Unkraut, das infolgedessen erzeugt wurde, ein für unser Herz schädliches Handwerk betreiben, entsprechend dem Wort unseres Erlösers, das besagt, dass da, wo der Schatz unserer Mühen oder unseres beabsichtigten Ertrages ist, notwendigerweise auch unser Herz sein wird. (coll. 1, 18, aus: Unterredungen mit den Vätern Teil 1).

Das Fischergleichnis ist eine Aufforderung, die Reinheit des inneren Menschen nicht zu vernachlässigen. Dies geschieht aber nicht in der Ausnahmesituation weit weg von Arbeit und Pflicht, sondern ist geradezu eine Handwerkskunst und sogar ein Kampf. Wobei der Gegner das eigene Herz ist, aus dem die schlechten Gedanken kommen.

Wie ein ausgezeichnete Fischer, während er sich um seinen Lebensunterhalt mit handwerklicher Arbeit wie die Apostel kümmert, ist derjenige, der hellwach Sorge trägt um die Reinheit des inneren Menschen und die in der völlig ruhigen Tiefe seines Herzens schwimmenden Schwärme von Gedanken fangsicher und völlig ruhig abfischt. Wie von einem Felsvorsprung aus beobachtet er aufmerksam die Tiefe und entscheidet mit

gesund urteilendem Blick, welche Fische er am Angelhaken zu sich heranziehen soll, mit scharfem Blick jedoch, welche er als schlecht und verdorben verschmähen und ins Wasser zurückwerfen soll. Jeder, der beständig auf diese Weise auf der Hut ist, erfüllt nachhaltig, was durch den Propheten Habakuk hinreichend deutlich ausgesprochen wird: „Auf meiner Wacht will ich stehen und auf den Felsen steigen. Ausschau will ich halten und sehen, was in mir geredet wird und was ich dem antworte, der gegen mich ficht“ (Hab 2,1 LXX; coll. 24,3.4, aus: Unterredungen mit den Vätern Teil 1).

Hat einer keine Herausforderung durch den Bruder oder eine Situation der Diskretio, kann er sich in seinem Fortschritt sehr täuschen. Mit reichlich Selbstkritik und Humor schreibt Cassian folgende Selbstanrede eines Eremiten:

So bist du also, du guter Mann! Solange du auf dem Sandplatz deiner Einsamkeit übst, bildest du dir ein, alle Übel aufs Standhafteste überwinden zu können. Nicht nur wenn du dir die schlimmsten und bittersten Schmähungen vorstellst, sondern auch unerträgliche Folter, glaubst du fest, du seiest ziemlich stark und unerschütterlich in allen Stürmen.

Warum nun ist diese deine unbesiegbare Geduld durch ein harmloses Wörtchen, das man dir zuwarf, erschüttert worden? Warum hat ein sanftes Lüftchen dein Haus erbeben lassen, da es doch, wie dir schien, auf dem härtesten Felsen festverankert erbaut war? Wo ist nun, was du voll eitlen Selbstvertrauen, mitten im Frieden auf Krieg aus, gerufen hast: „Ich bin bereit und unbesiegtbar“? (Ps 119,60LXX; coll. 19,16, aus: Unterredungen mit den Vätern Teil 3, Münsterschwarzach 2015).

Abbas Pinufios gibt konkrete Hinweise, wie es gelingt, die Gedanken zu reinigen: Nicht mehr die alten Sünden tun. Nicht in das Gejammere der anderen einstimmen. Nicht ständig über alte Sünden nachdenken oder reden. Vergessen, was vergangen ist. Bilder des Bösen nicht ansehen. Ohne Scham die Gedanken vor einem erfahrenen geistlichen Begleiter offenlegen und Gewohnheiten ablegen (coll. 20,7). Das Ziel des Anachoreten ist nicht, moralisch besser sein zu wollen als andere, das wäre Hochmut und außerdem sehr triste, sondern: Reinheit des Herzens, ein „Liebhaber der Demut“ zu werden in „entschiedener Demut“ (coll. 20,8), „mit restlos aufgebrochenem Herzen“ (coll. 16,11; 20,7). Und vor allem: „Weil die Freude an Unvergänglichem uns Flügel verleiht, (coll. 20,8), und – wie Abbas Isaak sagt – „wir leicht wie eine Feder zu Gott hin streben“ (coll. 9,4.6).

Das reine Herz und die Stachel der Anfechtung

Das reine Herz ist das Ziel und die Vollkommenheit des Anachoreten für dieses irdische Leben (coll. 1,5). Wobei dieses Ziel nie endgültig erreicht ist, vielmehr in einem nie

abgeschlossenen Prozess das Herz geweitet werden soll, die göttlichen Weisungen aufzunehmen. Der Mensch ist auf eine Grenze zwischen Geist und Fleisch gesetzt, er ist wie ein Seiltänzer, der stets über dem Abgrund schwebt (coll. 4,12; 23,9). Er ist fragil und schwankt zwischen Extremen, steht sogar noch im Kampf. Aber er ist Tempel des heiligen Geistes. Wenn der Blick auf Christus gerichtet bleibt und immer wieder neu auf den Herrn ausgerichtet wird, können Wandlung des Wollens und Reinigung des Herzens mehr und mehr Wirklichkeit werden (coll. 1,5.7.8 zu Mt 5,8). Für diese zentrale Botschaft der Anachoreten ist – wie könnte es anders sein – Antonios Zeuge und Gewährsmann. In Cassians achter Unterredung erzählt Abbas Serenus von dem Versuch zweier Philosophen, Antonios als einen in geistlichen Dingen unerfahrenen Mann mithilfe von Dämonen aus seinem Kellion zu verjagen. In drei Anläufen, jedes Mal schlimmer, versuchen diese, Antonios von seinem Bekenntnis zu Christus abzubringen. Antonios jedoch „siegelte mit Zeichen des Kreuzes Brust und Stirn“ (coll. 8,18) und ist unangreifbar. Die Philosophen wollen daraufhin Christen werden und befragen Antonios wegen der Anfechtung.

Antonios „offenbarte ihnen, dass er damals von äußerst schmerzlichen Gedankenstacheln umgetrieben wurde“ (coll. 8,19). Dies ist ein wichtiger Hinweis. Antonios ist in seinem Kellion wie alle Anachoreten in unablässigem Gebet. Weder ist er dadurch aller Wahrnehmungen entrückt noch unternimmt er etwas Besonderes, um der Anfechtung zu entkommen. Er kämpft nicht eigenmächtig gegen die Anfechtung. Er schaut im Geist und spürt doch die „Stachel“. Es genügt die Siegelung mit dem Kreuzeszeichen, um bei Christus zu bleiben. Laut VA 35 rät er genau dies seinen Mönchen: Sich und ihr Haus, das ist ihr Körper und ihr Leben, zu siegeln und zu beten. Auch als er einmal beim Korbflechten einen solchen Angriff der Versuchung bemerkt, siegelt er sich und sagt: „Ich bin ein Knecht Christi.“ Daraufhin ist der Spuk vorbei (VA 53).

Gott schauen

Diesen knappen Szenen stellen den Gipfel der Vollkommenheit vor Augen. Antonios ist Urbild, lat. *figura*, gr. *typos*, Modell des Beters, der im Kellion vor Christus steht und stehen bleibt. Magische Gaukeleien und dämonische Trugbilder beeindrucken ihn nicht. Er gleicht dem biblischen Jakob, der nach Gen 32 mit neuem Namen „Israel“, das heißt nach den Wüstenvätern „der Gott schaut“ (Prolog; coll 5,23), genannt wurde. Kontemplation meint genau dies: Konzentration auf nur Eines, in einem heiligen umgrenzten Bezirk (lat. *templum*) bleiben, nicht ausweichen.

Ikonographie und Bau eines Vestibüls der Kellia belegen, dass für den Mönch „beten“ gleichbedeutend war mit „im Zeichen des Kreuzes stehen“ und mit „Gott schauen“. Geschaut wird Jesus Christus, der menschengewordene Gottessohn, der Retter und

Sieger. Im Vestibül stand der Beter vor einer Wandnische, der *skene*, (lat. *tabernaculum*). Im Umkreis der *skene* sind Parusiekreuze mit der Umschrift „Jesus Christus Sieger“ erkennbar. Der Mönch stellte sich zum Gebet auf eine steinerne Bodenplatte. In der Abbildung kennzeichnet die helle Stelle auf dem Boden deren ursprüngliche Lage. Sie symbolisiert einen Felsen in mehrfacher biblischer Bedeutung: Zum einen wird so der Sinai, der Berg, auf dem Mose Gott im brennenden Dornbusch schaute, in das Kellion geholt. Zum anderen der Stein, auf dem Jakob schlief, als er die Himmelsleiter schaute, und mit dem er Bet-El, das Gotteshaus, baute (Gen 28,10-22). In den Psalmen steht der Fels für die Zuflucht bei Gott. Christus ist nach 1 Kor 10,4 der Fels, der durch die Wüste mitzog.

Die Schau des Antonios wird damit zweifach umrissen: Er schaut Jesus Christus, den Sieger am Kreuz und er schaut nach durchbeteter Nacht ein Licht, das von der geschaffenen Sonne nur verstellt wird. Die Brüder hören, wie er „in der Glut des Geistes“ der aufgehenden Sonne zuzuruft: „Was hinderst du mich, Sonne, die du nur aufgehst, um mich von der Klarheit des wahren Lichtes wegzuziehen?“ (coll. 9,31)

Beten gleich „vor dem Herrn stehen“ gilt auch von der Gemeinschaft der Beter: „Sie feiern Gottes Namen und singen sein Lob. Ihm bringen sie auch die Erstlingsopfer ihrer Hände und Schritte dar, wenn sie sich vom Nachtlager erheben und dann beim Gebet stehen“ (coll. 21,26).

Cassian weitet die Szene des in der Versuchung stehenden Antonios auf alle Anachoreten aus, wenn in coll. 10,10 Abbas Isaak, selbst Schüler des Antonios, das immerwährende Gebet „Gott komm mir zu Hilfe. Herr, eile mir zu helfen“ (Ps 70,2) lehrt. Er sagt in coll. 10,10: Früher galt nur von Wenigen, dass sie Gott schauten. Jetzt aber jedem, der mit diesem Psalmvers unablässig Gott als seinen Helfer anruft:

Unaufhörlich sollen wir das Gebet dieses kleinen Verses strömen lassen; im Unglück, damit wir ihm entrinnen; im Glück, damit wir nicht überheblich werden. Unablässig lasse in deinem Herzen das Nachsinnen über diesen Vers hin und her wogen. Höre nicht auf, ihn bei jeder Arbeit, in jeder Aufgabe, auch wenn du unterwegs bist, vor dich hinzusingen. Sogar wenn du schläfst, beim Essen, oder wenn dein Körper sein Recht einfordert, zu verdauen und auszuscheiden, pflege diesen kleinen Vers. Wenn du diesen Vers unablässig in deinem Herzen sich bewegen lässt, wird er dir zu einem Rettungsanker, der dich nicht nur unverletzt vor jedem Ansturm der Dämonen bewahrt, sondern dich auch von allen Lastern, mit denen du dich in der Welt angesteckt hast, reinigt. So wird er dich hindurchgeleiten zu jener himmlischen Schau, die mit leiblichen Augen nicht gesehen werden kann. Er wird dich hinreißen zu jener unaussprechlichen Glut des Gebetes, die nur von sehr wenigen erfahren wurde. (aus: Unterredungen mit den Vätern Teil 1)

Der Gipfel der Vollkommenheit ist allen erreichbar, die den Weg solchen Betens beschreiten. Dieser Gipfel wird in coll. 24,6 in der Bildsprache der Architektur eines Gewölbes und des höchsten Punktes der Laufbahn eines Gestirns *apex perfectionis* genannt. „Jegliche Zielorientierung des Mönchs ist immer auf das Eine auszurichten, den Ausgang und Umlauf seiner Gedanken auf das Eine, den Gedanken an Gottes Wort zurückzurufen.“

Trotz der Absage an die Welt, trotz aller Erforschung der eigenen Gedanken, trotz der Einübung der Diskretio und des immerwährenden Gebetes kann keiner behaupten, das Ziel der Vollkommenheit erreicht zu haben. Es gilt, sich in das Paradox hineinzustellen: Im Herzen schon Christus zu sehen, und doch dahin noch unterwegs zu sein. Der Anachoret bleibt sich selbst letztlich verborgen (VA 55). Antonios sagt: „Das Gebet ist nicht vollkommen, solange der Beter noch sich oder sein Gebet versteht“ (coll. 9,31)

Siehst du den Bruder, siehst du den Herrn

Das letzte Antonioszitat könnte verleiten, den Anachoreten nun doch wieder auf erhabener Höhe zu sehen. Doch der Bruder wird der Spiegel der Vollkommenheit des Beters sein. Ihm soll er zu Füßen fallen, wie es im orientalischen Begrüßungsritual üblich ist.

Abbas Apollon sagte über die Aufnahme von Brüdern: „Wir müssen den Brüdern zu Füßen fallen, wenn sie kommen. Aber nicht ihnen, sondern Gott fallen wir damit zu Füßen. Denn“; so sagte er, „siehst du deinen Bruder, siehst du den Herrn, deinen Gott“. Weiter sagte er: „Das haben wir von Abraham übernommen (vgl. Gen 18,2). Und wenn ihr sie aufnehmt, dann drängt sie zur Ruhe. Das haben wir von Lot gelernt, als er die Engel aufnahm“ (Gen 19,2f; vgl. Heb 13,2; PG 65,1368. Übersetzung G. Ziegler).

Antonios will noch mehr: Der Bruder soll gewonnen werden, nicht nur gesehen. Der Blick auf den Bruder darf nicht einschätzend oder gar überlegen sein. Er sucht das Miteinander, aber fordert nicht. So erinnert das Antonioswort an Mk 10,21: Jesus sieht den jungen Mann an und liebt ihn (*egápesen autón*). Er ermuntert ihn zur Nachfolge.

Vom Nächsten her kommen uns Leben und Tod. Gewinnen wir den Bruder, gewinnen wir Gott. Geben wir jedoch dem Bruder Ärger, sündigen wir gegen Christus. (PG 65,77B. Übersetzung G. Ziegler)

Den Bruder zu gewinnen, kann lange dauern. Doch gehört für Antonios auch die Leichtigkeit dazu, wie ein Apophthegma erzählt:

Ein Jäger ist in der Wüste unterwegs. Er sieht, wie Antonios mit den Brüdern scherzt und entrüstet sich darüber. Antonios will ihm erklären, dass man das manchmal braucht und sagt zu ihm: „Lege einen Pfeil auf deinen Bogen und spanne!“ Der Jäger macht es.

Antonios sagt: Spanne noch mehr! Der Jäger tut es. Antonios sagt noch einmal: „Spanne noch mehr!“ Da antwortet der Jäger: „Wenn ich übermäßig spanne, dann bricht der Bogen.“ Da belehrte ihn Antonios: „So ist es auch mit der Arbeit für Gott. Wenn wir die Brüder übermäßig anspannen, werden sie bald brechen. (Antonios 13. Paraphrase/Übersetzung G. Ziegler)

So ist der Anachoret doch wieder in der Ebene angekommen, von der aus er erneut zum Gipfel emporsteigen muss.

Quellenzitate aus:

- Athanasius, Vita Antonii, Leben des Antonius, gr.-dt., eingeleitet, übersetzt und kommentiert von Peter Gemeinhardt, Fontes Christiani 69, Freiburg 2018.
- Johannes Cassian, Unterredungen mit den Vätern Bd. 1-3 © Vier Türme GmbH, Verlag, Münsterschwarzach ab 2011.
- Johannes Cassian, Die Heilmittel der acht Hauptlaster © Vier-Türme GmbH, Verlag, Münsterschwarzach 2019.
- Weisung der Väter, Apophthegmata Patrum, übersetzt von Bonifaz Miller, 10. Aufl. Trier 2018.