

Kallistos Ware/ Emmanuel Jungklausen, Hinführung zum Herzensgebet, 9. Aufl., Freiburg i. Br.: Herder 2004, 127 S., ISBN 3-451-28389-1

Das kleine Büchlein von Kallistos Ware mit dem eigenartigen Umschlagbild der Hl. Hesychia gehört zur Literatur zum Herzensgebet. Die Monographie ist in zwei Hauptteile gegliedert. Nach dem Vorwort (S. 7-8) folgt der erste Teil von Kallistos Ware betitelt mit: „*Die Macht des Namens. Das Jesusgebet in der Orthodoxen Spiritualität*“ (S. 12-81) und schließt mit den Anmerkungen (S. 75-81) ab. Der zweite Teil des Büchleins ist von Emmanuel Jungklausen und trägt den Titel: „*Das Jesusgebet in der geistigen Situation unserer Zeit*“ (S. 83-119) und schließt gleichermaßen mit den Anmerkungen (S. 111-119). Danach folgen Informationen zu Büchern und Kassetten zum Herzensgebet (S. 122-127).

Der erste Teil des vorliegenden Bändchens fußt auf zahlreichen Vorträgen von Kallistos Ware, in England oder den Vereinigten Staaten gehalten, als Antwort auf die Fragen von Orthodoxen und Nicht-Orthodoxen, und erschien unter dem Titel: „*The Power of the Name*“. In den neun kleineren Kapiteln kommt Kallistos Ware zu Anfang einleitend (S. 13-30), danach tief theologisierend (S. 31-74) zum Thema des Buches, nämlich dem Jesusgebet.

Angefangen von der Definition von „*Hesychia*“ und „*Hesychast*“ (S. 13-19) werden diese theologischen Termini technici als ein innerer Zustand mit dem Beten an sich verbunden. Es folgt die Definition von Gebet in sich steigernden Stufen bzw. ein äußeres Beten um eine Gunst (S. 13 f.) und ein fortwährender Zustand (S. 14 f.) bis zum inneren Gebet und das Wiederentdecken und Offenbarwerden der Taufgnade (S. 18 f.) als das Ziel des christlichen Lebens.

Der V. hält im nächsten Kapitel an der Beziehung des Menschen zu Gott fest, welche durch Freiheit gestaltet wird und vergleicht diese mit dem inneren Gebet. Der Hauptweg zu dieser Beziehung ist das orthodoxe Jesusgebet (S. 21 f.).

Im vierten Kapitel wird die orthodoxe mystische Erfahrung systematisch vorgestellt, da sie durch die Anrufung des Jesusnamens zu einer tiefsten Kontemplation führen kann. Die *geistigen Übungen* in Verbindung mit den Hinweisen eines Starez, der Atemkontrolle, den *mehrmaligen Wiederholungen* und verschiedenen formellen Übungen, wie richtige Körperhaltung, Dunkelheit, Stille etc., die „formelle Gebetsweise“ also, können dem V. nach, zu einem fortwährenden Zustand umgewandelt werden und ein „freies“, d.h. ein Gebet ohne Unterlass für jede Gelegenheit und jeden Ort, zu jeder Zeit, sowohl für Anfänger wie auch für Fortgeschrittene, bilden (S. 22-30).

Gleichzeitig werden o.g. geistige Übungen anhaltender Wiederholung, *die Vollständigkeit* und *Einfachheit* des Gebets an sich, wie auch das folgende Kapitel „Fülle des Glaubens“, nämlich die *Macht des Namens Jesu*, als die wesentlichen Merkmale des Jesusgebets dargestellt.

Das vierte Kapitel, betitelt mit „Fülle des Glaubens“, befasst sich hauptsächlich mit dem Jesusgebet: „*Herr Jesus Christus, Sohn Gottes, erbarme dich (über mich Sünder)*“; dieser kleine Satz ist theologisch und soteriologisch vollkommen, da er die ganze Wahrheit des Evangeliums mit beeindruckender Einfachheit ausdrückt. Das Gebet

richtet sich an Jesus, die Inkarnation und Menschwerdung Gottes in Christi. Es richtet sich an den Herrn und Sohn Gottes, die zweite Person der hl. Dreieinigkeit im Hl. Geist und zwar in einem Ruf der Reue und Zerknirschung der menschlichen gefallen Natur. Es wird vollendet durch die Hoffnung aber auch Zusicherung der Gerechtigkeit Gottes, der Vergebung und Erlösung des hilflosen Menschen (S. 30-34). Zentralpunkt dieses Kapitels ist die Anrufung des Namens Jesu und die spirituellen und theologischen Reichtümer, die mitkommen. Dem V. nach existieren diese „nicht allein in abstrakter Form, sondern sind auf belebende und kraftvolle Weise wirksam“ (S. 33).

Das fünfte Kapitel „Die Macht des Namens“ (S. 34-40) ist der o.g. Wirkung des Namens Christi gewidmet. Ein historischer Rückblick auf die Bedeutung des Namens Gottes – angefangen vom Hirten des Hermas, übergegangen über die alttestamentliche Majestät und Macht der Anrufung des Namens Gottes bis zum neutestamentlichen Verständnis der heilenden Wirkung des Namens Christi – lässt die Beeinflussung des Jesusgebetes durch diese biblische Erfurcht vor dem Namen Gottes erkennen.

Das nächste Kapitel trägt den Titel „Sammlung“ (S. 40-47) und legt als Hauptinteresse den „Kairos“ im Jesusgebet fest, und zwar in positiver wie in negativer Weise. Die Antwort auf die Hauptfrage: Wie kann ein Gläubiger während der Kontemplation seine Gedanken am Kairos, am hiesigen und jetzigen Dasein festhalten, ohne dass der Geist in Raum und Zeit schweift und sich in Ideen, Bildern und Fantasien verliert, wird beantwortet durch die Konzentration auf die Anrufung des Namens Jesu Christi. Diese Tatsache wird mit einem bestimmten Lebenswandel verbunden, nämlich der bewussten Überzeugung, dass Gott im betenden Gläubigen gegenwärtig ist.

Das siebte Kapitel (S. 48-56) widmet sich dem Kernpunkt dieses Büchleins, dem Herzensgebet, und rundet die vorherigen Kapitel ab. Kallistos Ware führt den Leser zu den drei Stufen des orthodoxen Gebets: a) Man betet zu Anfang mit den Lippen durch das Aussprechen des Namens Jesu Christi (mündliches Gebet) (S. 49, vgl. auch Kapitel 3 und 4). b) Mit der Zeit wächst dieses Gebet zu einem geistigen Gebet heran und geschieht unwillkürlich von selbst (S. 50, vgl. auch Kapitel 6). Die fortwährende Anrufung hört nicht auf, sondern steigert sich zu einem inneren Zustand ohne Unterlass. c) Da der Mensch nicht nur Logik bzw. Gehirn hat, sondern auch Gefühle und Affekte, ein ästhetisches Empfinden in der Tiefe seiner Person, kann er zur nächsten Stufe des Jesusgebets, dem Gebet des Herzens, kommen (S. 50).

Auf den nächsten Seiten des Kapitels theologisiert der Vf. über die Definition vom Terminus „Herz“. Das Herz ist die Mitte des gottähnlich geschaffenen menschlichen Daseins (S. 52) und wird auch der eigentliche Ort der Begegnung von Gott, ein Tempel der Dreifaltigkeit Gottes, ein Abbild des Urbildes (S. 53). Diese letzte Stufe des Jesusgebets ist ein eigentümlicher Zustand, da das Gebet der inneren Route folgt und ins Herz heruntersteigt, damit die gefallene menschliche Natur wiederhergestellt werden kann, der Sündenfall umkehrt, das Paradies wiedererscheint (S. 52 f.). „Das Gebet an Jesus wird zum Gebet von Jesus selbst“ (S. 54) im Betenden. Am Ende des Kapitels betont der Vf. die Tatsache, dass dieser Zustand wenig mit Übungen zu tun hat, noch Gott gezwungen werden kann, sich zu offenbaren. Es handelt sich um die göttliche Gnade, welche selten so reich einem Menschen geschenkt worden ist (S. 55), jedoch keinen entmutigen sollte, das innere Königreich Gottes zu erfahren (S. 56).

Das nächste Kapitel „Leibhaftes Beten“ (S. 56-68) widmet sich der Rolle des Leibes im Jesusgebet. Da nach biblischem Verständnis der Mensch eine psychosomatische

Einheit ist (S. 57), da die menschliche Psyche auf den Körper und umgekehrt wirkt (S. 58), und Christus Fleisch geworden ist (S. 57f), kann der Leib während des Jesusgebets nicht außer Acht gelassen werden. Die verschiedenen Übungen zur äußeren Körperhaltung (S. 59), die unaufhörlichen Wiederholungen, die Atemkontrolle (S. 60 ff.) und das innere Suchen des Gläubigen (S. 60) werden in den nächsten Seiten, nach den Weisungen der hesychastischen Mönche, dargestellt. So werden einerseits eventuelle Missverständnisse über die Einstellung des orthodoxen Mönchtums zum Leib geklärt und andererseits der Unterschied zum westlichen Verständnis vom Leib betont.

Im Abschluss dieses Kapitels kommt ein Vergleich der orthodoxen mystischen Erfahrungen mit ähnlichen Erfahrungen des Hinduyoga und des Sufismus (S. 63-65). Auf die Frage hin, ob das ein Zufall oder etwas anderes ist, hält sich der Vf. strikt an die orthodoxe Lehre. Er besteht zu Recht auf zwei Faktoren; einerseits den Faktor Glaube und andererseits den Faktor Kontext. Der Gläubige kann das Jesusgebet beten, wenn er wenigstens einen Funken Glauben und Liebe an Jesus in seinem Herzen trägt. Wird das Jesusgebet (ähnlich auch andere Formen von mystischer Erfahrung) aus seinem Kontext gerissen, verliert es an sich auch seinen Sinn, da ohne Teilnahme am Leben des Corpus Christi, der Kirche, wenig von Jesus erlebt werden kann.

Der erste Teil des Buches endet mit dem Kapitel „Die Vollendung des Weges“ (S. 68-74) und befasst sich mit den Begriffen „Theosis – Vergöttlichung – Vergottung“. Durch das Schauen und Erleuchten im göttlichen Licht werden die Beziehungen des Menschen mit den Dingen, die ihn umfassen, den Mitmenschen und Gott, der biblischen und patristischen Tradition nach, erleuchtender, veränderter, liebender, durchlässiger, entzückender und gütiger wahrgenommen.

Der zweite Teil der quantitativ kleinen, jedoch theologisch sehr tiefen Studie folgt als Anhang von Emmanuel Jungklausen mit dem Titel: „Das Jesusgebet in der geistigen Situation unserer Zeit“ (S. 83-119).

Nach einer kurzen Biographie des Verfassers, Kallistos Ware, versucht Emmanuel Jungklausen durch J. D. Salingers Dialoge zwischen den Geschwistern „Fanny und Zooey“, ähnlich wie in einem Theaterstück, zu beschreiben, wie der abendländische Mensch durch wirre Wege doch die orthodoxe Spiritualität erlangt (S. 88-99). Fanny verkörpert den westlichen Menschen, der in einer modernen Gesellschaft und deren mit sich bringenden Lebenswandel nach einem Sinn im Leben sucht (S. 88-89). Ihr Bruder Zooey wiederum erscheint als ein Mensch, der festgestellt hat, dass das Leben doch nicht sinnentleert ist. Er versucht die Wege seiner Schwester Fanny durch mystische Erfahrungen Indiens und Japans zurück in die ursprüngliche Spiritualität, nämlich das Jesusgebet, zu führen.

Ähnlich wie Kallistos Ware versucht auch Emmanuel Jungklausen, durch eine verspielte Weise, die spirituellen Erfahrungen verschiedener Religionen strikt von einander zu unterscheiden und mit ihrem Kontext zu verbinden, um sehr optimistisch doch zu der ursprünglichen mystischen Spiritualität des orthodoxen Christentums zurückzukehren.

Im dritten Kapitel (S. 100-111) beschreibt der Vf. „Das Jesusgebet durch die Jahrhunderte“ und erleichtert so das Verständnis der Quellen, die Kallistos Ware in einem theologisch tiefsinnigen Teil benutzt. Er bietet einen historischen Rückblick auf die Quellen des Jesusgebets im A.T. und N.T., sowie Evagrios Pontikos und den Homilien von Makarios. Danach teilt er die Geschichte des Jesusgebets in vier Phasen.

Die erste Phase wird in der Literatur von den geographischen Gebieten Ägypten, Syrien und Palästina geprägt. Die zweite Phase konzentriert sich kontextuell auf den Berg Athos und die Literatur der hesychastischen Periode des orthodoxen Mönchtums. Die dritte Phase kommt durch die Blütezeit des Jesusgebets in der russischen Literatur und deren Verbreitung im Westen. Als vierte Phase erhofft sich der Vf. die Gegenwart und die Bekanntmachung der orthodoxen Spiritualität im Abendland, da sie vom richtigen Verlangen abhängig ist, „nämlich Christus zu gehorchen, um durch die innere Umwandlung mittels dieses Gebets ihm ganz zu gehören, und nicht etwa, um etwas für sich haben und geistig ‚genießen‘ zu können, mit dem geheimen Wunsch, dadurch den Problemen des Alltags enthoben zu sein“ (S. 111).

Das letzte Kapitel (S. 111-119) dieses Teiles erscheint dem Leser leicht autobiographisch, da sehr oft die erste Person Singular benutzt wird, um die Auswirkungen des Jesusgebets im Leben des Gläubigen zu beschreiben. Er beschreibt mystische Wege für mystische Menschen – welche nach Kallistos Ware nicht unbedingt am kirchlichen Leben teilnehmen (S. 67) –, die in einer modernen Gesellschaft leben und versuchen, ihre tiefste und innerste Persönlichkeit zu ergründen, einen inneren Blick zu ihrem Herzen auf ihr Herz zu werfen, und nach der Quelle des Lebens suchen.

Vorliegendes kleines Buch zum orthodoxen Gebet kann den Leser durch seinen geringen Umfang vielleicht verwirren, da der Inhalt theologisch tief geprägt, systematisch gut gegliedert und trotz des einführenden Charakters wertvolle Aspekte zum Nachdenken und Fühlen darstellen kann. Es ist an Menschen gerichtet, die in der heutigen Lage der modernen Gesellschaft einen Ausweg aus dem Sinnlosen suchen und sich an spirituellen Erfahrungen versuchen. Das orthodoxe mystische Jesusgebet ist jedoch von der westlichen Meditation oder anderen spirituellen Erfahrungen zu unterscheiden, was im vorliegenden Bändchen sehr gelungen dargestellt wird (so auf S. 63-65 und S. 83-119). Auch wird die Einstellung des orthodoxen Mönchtums zum Leib verdeutlicht, um eventuelle Missverständnisse in der Vorstellung des westlichen Menschen dazu zu klären (S. 56-68).

Emmanuel Jungklausen beobachtet sehr zutreffend das Vorhaben von Kallistos Ware „in diesem knappen und sehr klaren Text ... sich auf der einen Seite streng an die orthodoxe Tradition zu halten, diese jedoch so darzustellen, dass sie den heutigen Christen im Westen wie auch im Osten verständlich und zugänglich ist“. Ein Erlangen jedoch des Herzensgebets und der Schau Gottes könnte dem Leser etwas zu einfach erscheinen (so z.B. auf S. 32f.), was später dann korrigiert wird. Wie kann jedoch die Wirkung des Namens Christi nicht auf magische Weise verstanden werden, wenn dem heutigen Laien der Versuch, sich lebenslang einem asketischen Bemühen durch Glauben und Liebe an Jesus zu widmen, in einer modernen westlichen Gesellschaft zu sehr erschwert, ja fast unmöglich erscheint?

*Maria Mastorogianni, Larissa*

*Heinrich Michael Knechten*, Freude bringende Trauer, Väter-Rezeption bei Ignatij Brjančaninov, Waltrop: Hartmut Spinner Verlag 2003, 228 S., 18 EUR (ISBN 3-89991-011-7)