

Gebet bei zeitgenössischen geistlichen Vätern in Griechenland¹

von Andreas Müller, München

Geistliche Väter (= Gerontes, Starzen) und auch Mütter² dienen in den orthodoxen Kirchen nicht nur als Seelsorger in Notsituationen bzw. geistlichen Krisen. Sie wirken vielmehr als geistliche Lebensbegleiter über einen möglichst langen Zeitraum. Sie geben ihren geistlichen Kindern im persönlichen Gespräch, aber auch einem größeren Publikum in Versammlungen und gelegentlich Vorträgen geistliche Ratschläge, verschaffen einen Zugang zu orthodoxer Spiritualität. Dabei rekurren sie stark auf ihre eigenen Erfahrungen, die sie freilich im Blick auf die Lehre der Väter, insbesondere der Sammlungen spiritueller Texte wie der *Apophthegmata Patrum*³, der *Philokalia* des Euergetinos und des Nikodemos Hagiorites reflektieren. Spirituelle Tradition der Ostkirchen, eigene Erfahrung und der zeitgeschichtliche Kontext vermischen sich so in einer für die geistlichen Väter und Mütter eigenen Weise.

Geistliche Väter sind in der Orthodoxie meist Mönche, obwohl parallel auch Gemeindepriester diese geistliche Funktion übernehmen. Ihres Charismas wegen werden insbesondere jene als geistliche Väter anerkannt und finden daher einen starken Zustrom an Pilgern. Besonders häufig sind geistliche Väter dementsprechend auf dem Hl. Berg, der Mönchsrepublik Athos, anzutreffen.

Die Unterweisung geistlicher Väter geschieht hauptsächlich im persönlichen Gespräch. Ihre Aussprüche und Empfehlungen sind dementsprechend an bestimmte Personen in bestimmten Situationen gerichtet, darüber hinaus von ganz bestimmten charismatischen Personen geäußert. Eine systematische Übersicht über die Lehre geistlicher Väter zum Gebet ist daher kaum möglich. Sie wird begrenzt durch die Selektion, welche die Verschriftlichung von Vatersprüchen mit sich bringt. Diese Selektion bedingt nicht nur die zurückhaltende Berücksichtigung von geistlichen Müttern auf dem griechischen Büchermarkt⁴ und selbst in der vorliegenden Untersuchung, sondern auch die unzureichende Beschreibung von Aussagen über Erfahrungen, die lehrhaft

¹ Vortrag gehalten auf der Jahrestagung des Jungen Forums Orthodoxie der EKD in Hildesheim am 29. Mai 1999.

² Zu den Geistlichen Vätern in der ostkirchlichen Orthodoxie vgl. Andreas Müller, Geistliche Väter als Lebensbegleiter. Ein Beitrag zur Seelsorgepraxis in der ostkirchlichen Orthodoxie, *IKZ* 89 (1999) 209-251; zu den geistlichen Müttern vgl. ders., Geistliche Mütter in der Ostkirchlichen Orthodoxie, *US* 54 (1999) 241-255.

³ Die Abhängigkeit geistlicher Väter von „Vätertexten“, z. B. von Euagrius Pontikos, Symeon alias Makarios, Ps.-Dionysios Areopagita, Johannes Sinaites genannt Klimakos, Maximos der Bekenner etc., ließe sich an vielen Stellen verdeutlichen. Dies nachzuweisen kann hier aber nicht geleistet werden. Lediglich die *Apophthegmata Patrum* habe ich an einzelnen Stellen als Vergleichstext angeführt, und zwar nach der deutschen, bei weitem nicht vollständigen Übersetzung von Bonifaz Miller (Übers.), Weisung der Väter. *Apophthegmata Patrum*, auch Gerontikon oder Alphabeticum genannt, (Sophia 6), Trier 1986 (im Folgenden zitiert als *Apophthegmata* und die Nummer bei Miller).

⁴ Dimitrios Tsamis, Μητρώον. Δηγήσεις, ἀποφθέγματα καὶ βίοι τῶν ἁγίων μητέρων τῆς ἐρήμου, ἀσκητριῶν καὶ δασῶν γυναικῶν τῆς ὁρθοδόξου ἐκκλησίας, 5 Bde., Thessaloniki 1990-1995.

kaum mitzuteilen sind. Um zumindest eine Seite der ganz konkreten Vermittlung geistlicher Inhalte genauer erfassen zu können, sollen zunächst der Lebensweg und die Tätigkeit einiger ausgewählter geistlicher Väter dargestellt werden. Dabei geht es nicht darum, alle Väter und Mütter vorzustellen, deren Gebetslehre später behandelt werden soll. Vielmehr geht es um die exemplarische Darstellung charakteristischer Biographien bzw. Personen.

Ein sehr bekannter geistlicher Vater vom Athos ist der 1994 verstorbene **Paisios** (Arsenios Eznepides, 1924-1994)⁵. Er wurde 1924 im kappadokischen Pharasa geboren. Kurz nach seiner Geburt floh die Familie im Rahmen der „kleinasiatischen Katastrophe“ nach Griechenland und ließ sich 1927 endgültig in Konitsa nieder. Nach dem Besuch der Volksschule machte Vater Paisios eine Tischlerlehre. Bereits aus seiner Jugendzeit werden Christusvisionen berichtet.⁶ Nach seinem Militärdienst begab sich Paisios 1950 zum ersten Mal auf den Berg Athos, wo er im Jahr 1953 Novize im Kloster Esphigmenou wurde. 1954 erhielt er den Mönchsmantel und wurde nun Aberkios genannt. Ab 1956 begann ein relativ unruhiges Leben, das ihn u. a. ins Athoskloster Philotheou (dort 1957 Mönchsweihe mit neuer Namensnennung „Paisios“), nach Konitsa und auf den Sinai führte. 1966 erhielt er, bereits seit einigen Jahren auf den Athos zurückgekehrt, das große Schema. 1969 zog er nach dem Tod seines geistlichen Vaters Papa-Tychon in dessen ärmliches Kellion „des verehrungswürdigen Kreuzes“ um, das er zehn Jahre bewohnte. Hier machte Vater Paisios seine intensivsten asketischen Erfahrungen. In dem Kellion verfasste er auch seine ersten Schriften. Bekannt geworden ist Vater Paisios, der nie zum Kleriker geweiht wurde, vor allem während seines Aufenthaltes ab 1979 in dem unterhalb des Athosklosters Koutloumousiou gelegenen Kellion Panagouda. Hier empfing er zahllose Pilger vor allem in dem sogenannten Freiluftempfangssaal, einem Kreis von rohen Baumstammstücken vor seinem Haus.

Unter dem Mönchsamen Joseph leben bzw. lebten zwei bekannte geistliche Väter auf dem Berg Athos. **Joseph der Ältere** (Franziskos Kotes, 1898-1959), genannt der Hesychast, stammte aus Paros. Mit 23 Jahren begann er seine Kirchenväterstudien. Damit wurde der Anfang für seine Liebe zur Hesychia, zur Askese und zum Gebet gelegt. Er lebte als Mönch auf dem Athos, streng seinem geistlichen Programm folgend.⁷ Viele der heute auf dem Hl. Berg lebenden führenden Persönlichkeiten sind seine Schüler. Dies gilt insbesondere für den Ababt **Joseph der Jüngere** Speliotes (Sokrates Pantelas, * um 1918), der u. a. das Vatopedi-Kloster in ein Koinobion umgestaltete, inzwischen zurückgezogen lebt, aber noch heute als geistlicher Vater in das Kloster kommt. Dort hält er abends geistliche Vorträge für die Mönche und die anwesenden Pilger.

Theokletos Dionysiates (Theodoros Voutsinas, *1916) ist als einziger der hier behandelten geistlichen Väter auch im deutschen Sprachraum durch die Dissertation von Klaus Gnoth bekannt geworden.⁸ Nachdem er das Gymnasium und den Militär-

⁵ Zur Biographie des Vaters Paisios vgl. u. a. auch *Dionysios D. Tatses*, 'Ο Γέροντας Παΐσιος. Βιογραφικά στοιχεία - Διδαχές - Ἐπιστολές - Περιστατικά - Κείμενα, Konitsa ⁴1996, S. 11-35. Übersetzungen aus diesem Buch wie aus allen anderen griechischen Titeln stammen vom Verfasser.

⁶ Vgl. *Dionysios D. Tatses*, a.a.O., S. 14.

⁷ Vgl. *Dionysios D. Tatses*, Διδαχές Γερόντων, Asprovalta ²1996, hier S. 157.

⁸ Vgl. *Klaus Gnoth*, Antwort vom Athos. Die Bedeutung des heutigen griechisch-orthodoxen Mönchtums für Kirche und Gesellschaft nach der Schrift des Athosmönches Theoklitos Dionysiatos „Μεταξὺ Οὐρανοῦ

dienst absolviert hatte, arbeitete er in einem Büro. Mit 21 Jahren besuchte er zum ersten Mal den Berg Athos und hegte von da an eine ungebrochene Liebe zum Mönchtum. Sein zweiter Athosbesuch 1941 hat einen literarischen Niederschlag in seinem Buch *Μεταξὺ Οὐρανοῦ καὶ Γῆς* (dt.: Zwischen Himmel und Erde) gefunden, in dem er als einer Art Propagandaschrift wesentliche Züge des orthodoxen Mönchtums in seiner hesychastischen Ausprägung beschreibt. Bei dem zweiten Besuch fiel auch der Entschluss, Mönch zu werden. Noch im gleichen Jahr trat er ins Athos-Kloster Dionysiou ein. Das genannte Buch wurde 1955 zum ersten Mal veröffentlicht. Insbesondere dessen mystische Tendenzen wurden unter griechischen Theologen keineswegs überall begeistert aufgenommen.⁹ Dennoch hatte das Buch wie auch die weiteren Publikationen von Theokletos eine starke Rezeption selbst unter den gebildeten Griechen. Auf dem Athos erfüllte der Geron viermal die Aufgabe des Protepistates, des ‚primus inter pares der höchsten Würdenträger‘ der Mönchsrepublik, worin sich das Vertrauen der Athosmönche ihm gegenüber widerspiegelt. Gnoth würdigt Vater Theokletos als eine Persönlichkeit, ohne die das Athosmönchtum gegenwärtig nicht ausreichend verstanden werden könnte.¹⁰

Vater **Germanos** (Georgios Chatzegeorgiou, 1906-1982)¹¹ ist vor allem bekannt geworden in seiner Zeit als Abt des traditionsreichen zyprischen Klosters Staurobouni. Bereits 1922, also im Alter von 16 Jahren, war er auf sein eigenes Verlangen hin in das Kloster gekommen. 1952 wurde er zu dessen Abt gewählt. Im Kloster übte er demütig selbst als Abt alle Arten von Arbeiten aus. Seine Apophthegmata und anderen geistlichen Texte, wie z. B. Gedichte, richten sich vor allem an die Mönche seines Klosters, aber auch an von ihm betreute Nonnen und „Weltmenschen“. Vater Germanos verunglückte auf tragische Art, als er mit einem Traktor vom steilen Weg hinauf auf den Berg Staurobouni abkam.

I. Gebet bei den geistlichen Vätern

Die Aussagen geistlicher Väter über das Gebet¹², meist in der Form moderner Apophthegmata gehalten, ergänzen sich z. T., sind aber auch widersprüchlich. Sie sind,

καὶ Γῆς“ (Zwischen Himmel und Erde), (KiKonf 30), Göttingen 1990. Zur Biographie des Theokletos vgl. S. 29-33.

⁹ Vgl. zu dessen Ablehnung durch Demetrios Balanos K. Gnoth, a.a.O., S. 30ff.

¹⁰ Vgl. K. Gnoth, a.a.O., S. 33.

¹¹ Zu Vater Germanos vgl. *Archimandrit Athanasios, Ὁ Γέρον Γερμανὸς Σταυροβουνιώτης* (1906-1982). Φῶς ἱλαρὸν καὶ μυστικὸν στὴ σκοτοδίνη τῶν σύγχρονων καιρῶν, Nikosia 1997. Eine von seinem Nachfolger Abt Athanasios verfasste Biographie ist auf den Seiten 11-130 zu finden.

¹² Vgl. allgemein zum Gebet in der Ostkirche in verschiedenen Zeit- und Lebensräumen u. a. *Heinrich Bacht*, Das „Jesus-Gebet“ - seine Geschichte und seine Problematik, *GuL* 24 (1951) 326-338; *Anthony Bloom*, Schule des Gebets, München 1981; *Higoumène Chariton de Valamo*, L'art de la prière, Bégrolles-en-Mauges 1976; *Matthias Dietz*, Kleine Philokalie. Belehrungen der Mönchsväter der Ostkirche über das Gebet, Zürich u. a. 1989; *Antoine Guillaumont*, The Jesus Prayer among the Monks in Egypt, *ECR* 6 (1974) 66-71; *Franz Jalics*, Kontemplative Exerzitien. Eine Einführung in die kontemplative Lebenshaltung und in das Jesusgebet, Würzburg 1994; *Emmanuel Jungclaussen* (Hg.), Das Jesusgebet. Anleitung zur Anrufung des Namens Jesu, von einem Mönch der Ostkirche, Regensburg 1985; *ders.*, Sammlung und Aufstieg: Das Menschenbild des Jesus-Gebetes, *US* 53 (1998) 287-293; *ders.*, Unterweisung im Herzensgebet, (Koin. 46), St. Ottilien 1999; *Schimonach Ilarion*, Auf den Bergen des Kaukasus. Gespräch zweier Einsiedler über das Jesus-Gebet, Salzburg 1991; *Eugenie Kadloubovsky* und *Gerald Eustace Howell Palmer* (Hgg.), Writings

wie bereits angemerkt, stark abhängig von der Situation und dem Rezipientenkreis, in dem sich ein Vater über das Gebet äußert. Von einer einheitlichen Lehre der Väter oder auch der Lehre eines Vaters über das Gebet ist jedenfalls nicht zu sprechen, wenn sich auch bei Vater Theokletos, Vater Joseph d. J. und schon bei dem bekannten Starez Siluan (Semjon Iwanowitsch Antonow, 1866-1938)¹³ längere zusammenhängende Ausführungen zu dem Thema finden. Derartige Ausführungen verstehen sich freilich häufiger als Wiedergabe bzw. Zusammenfassung der Lehre der Kirchenväter¹⁴, insbesondere des Gregor Palamas¹⁵. Wie bereits oben angemerkt, lassen sich auch die meisten Aussagen der Gerontes über das Gebet auf traditionelle Texte zurückführen, die allerdings durch die Erfahrung des jeweiligen Starez und mit Blick auf die Zuhörerschaft einer Umgestaltung unterzogen werden.

Das Gebet ist für die geistlichen Väter eine Grunddimension geistlichen Lebens. Daher legen sie ihren geistlichen Kindern die Gebetspraxis sehr ans Herz. Wie bildreich das geschehen kann, ist beim Vater Porphyrios (Mpairaktares, 1906-1991; geistlicher Vater in Attika)¹⁶ wahrzunehmen: „Es existiert die elektrische Batterie und im Zimmer die Lampe. Wenn wir freilich den Schalter nicht betätigen, bleiben wir im Dunkeln. Damit will ich sagen, dass Christus existiert und dass unsere Seele existiert. Wenn wir freilich den Schalter des Gebets nicht betätigen, wird unsere Seele das Licht Christi nicht sehen und in der Finsternis des Teufels bleiben.“ Und zu einem geistlichen Kind sagte er: „Weißt Du, welch großes Geschenk es ist, dass Gott uns das Recht gegeben hat, zu jeder Stunde und in jedem Augenblick und in jeder Lage, in der wir uns auch immer befinden, mit ihm zu sprechen? Jener hört uns immer. Das ist der größte Wert, den wir haben. Deswegen müssen wir Gott lieben.“¹⁷

Um das göttliche Geschenk des Gebets wirklich kosten zu können, bedarf es zunächst einiger Voraussetzungen und Vorbereitungen sowohl äußerer als auch innerer Art.

from the Philokalia. On Prayer of the heart. Translated from the Russian Text „Dobrotolubiye“, London 1951; François Neyt, La Prière de Jésus, *CollCist* 34 (1972) 202-217; Theodor Nikolaou, Askese, Mönchtum und Mystik in der Orthodoxen Kirche, (VIOTh 3), St. Ottilien 1996; Alla Selawry, Das immerwährende Herzensgebet, Weilheim 1973; Tomás Spidlik, La spiritualité de l'Orient chrétien II. La prière, (OrChrA 230), Rom 1988; Josef Sudbrack (Hg.), Schule des Herzensgebets. Die Weisheit von Starez Theophan, Salzburg 1985; Kari Vogts, The Coptic Practice of the Jesus Prayer: A Tradition Revived, in: Nelly v. Doorn-Harder und Kari Vogts (Hgg.), Between Desert and City: The Coptic Orthodox Church Today, (The Institute for Comparative Research in Human Culture Oslo. Series B: Skrifter 97), Oslo 1997, S. 113-120.

¹³ Zu Siluan vgl. Archimandrit Sophronius, Starez Siluan. Mönch vom Berg Athos. Bd. 1: Sein Leben und seine Lehre, Düsseldorf ²1991 und ders. (Hg.), Starez Siluan. Mönch vom Berg Athos. Bd. 2: Die Schriften, Düsseldorf ³1993.

¹⁴ Vgl. z. B. Geron Joseph (d. J.), Ἡ νοερά προσευχή καὶ οἱ ἐν τῷ κόσμῳ πιστοί, in: ders., Ἀθωνικά Μηνύματα, Hagion Oros 1995, S. 71-77, u. a. S. 71.

¹⁵ Gregor Palamas wird explizit bei Theokletos Dionysiates stark rezipiert. Vgl. dazu einzelne Belege bei den Fußnoten 27, 28 u. 80. Zur Gebetslehre im Hesychasmus vgl. u. a. Albert Maria Ammann, Die Gottesschau im palamitischen Hesychasmus. Ein Handbuch der spätbyzantinischen Mystik, (ÖC NF 6/7), Würzburg ³1986; Georg Günther Blum, Mystische Erfahrung und Theologie im östlichen Christentum, *US* 43 (1988) 2-17.50; Irénée Hausherr, La méthode d'oraison hésychaste, *OrChr* 9 (1927) 101ff.; ders., Hésychasme et prière, (OCA 176), Rom 1966; Georg Wunderle, Zur Psychologie des hesychastischen Gebets, (ÖC NF II), Würzburg ²1947; Endre von Ivánka, Byzantinische Yogis?, *ZDMG.NS* 27 (1952) 234-239 und auch die Literatur unter Anm. 11.

¹⁶ Angaben zu geistlichen Vätern, die nach Dionysios D. Tatses, Διδαχὴς Γερόντων, Asprovalta ²1996, zitiert werden, habe ich aus dem Anhang des Buches (S. 153-158) entnommen.

¹⁷ Porphyrios nach Dionysios D. Tatses, a.a.O., S. 29.

I.1 Äußere Voraussetzungen und Vorbereitungen zum Gebet

Eine gute äußere Voraussetzung für das Erlernen des Gebets kann eine Mangelsituation sein. Vater Paisios betont, dass man in einer solchen Notsituation zu Gott beten solle: „Denn wenn er dann nicht eingreift, wann wird er (sonst) eingreifen?“¹⁸ In Notsituationen führt das Gebet zur inneren Ruhe. Das hat nach Vater Germanos Konsequenzen für die weitere Gebetspraxis: „Weil du also das Gebet ausprobiert hast zur Zeit der Betrübnis und seine Süße wahrgenommen hast, kannst du auch danach, wenn die Betrübnis vorbei ist, mit deinem Vorsatz fortfahren, dauernd zu beten.“¹⁹

Äußerliche Vorbereitungen zum Gebet sind vielfältig und auch nicht ganz unumstritten. Sie sollen alle der Sammlung bzw. der Konzentration auf das Gebet dienen, der Ausschaltung anderer Gedanken. Vater Germanos empfiehlt dazu, erst einmal 10-15 Minuten lang schweigend zu stehen.²⁰ Auch legt er nahe, die Christusikone schweigend zu betrachten. Nach einer Zeit würde Christus dann selber zu reden anfangen und das Gebet erleichtern.²¹ Vater Germanos betont, dass die Konzentration des Geistes und das „Anwärmen des Herzens“ zur Vorbereitung des Gebetes durchzuführen sind, indem man einen Abschnitt aus der Hl. Schrift oder aus dem Gerontikon liest.²² Vater Paisios sieht in solcher Lektüre sogar einen Weg, in geistliche Umgebung zu gelangen.²³ Nach Vater Anthimos von Chios (Bagianos, 1869-1960; geistlicher Vater des Klosters Panagia Boithia) dienen letztlich auch Fasten und Schlafaskese dem Gebet, denn „das Fasten macht die Leidenschaften welk, und die Nachtwache tötet sie.“²⁴ Fasten und Schlafaskese sind freilich nicht Bestandteile des Gebetes selber, denn dies ist kein anstrengendes äußerliches Werk, sondern innere Ergriffenheit der Seele.²⁵

Gebetsleben, gemeint ist insbesondere das des Herzensgebetes, sollte man nach Vater Siluan nicht ohne geistlichen Vater beginnen. Wenn der Mensch in seinem Stolz

¹⁸ Hieromonachos Christodoulos (Angeloglou) Hagioreites, 'Ο Γέρων Παΐσιος (Έξνεπ(δης), Hagion Oros 1994, S. 158. Vgl. ähnlich auch *Apophthegmata* Nr. 1126.

¹⁹ Archimandrit Athanasios, 'Ο Γέρων Γερμανός Σταυροβουνιώτης (1906-1982). Φῶς ἱλαρὸν καὶ μυστικὸν στὴ σκοτοδίνῃ τῶν σύγχρονων καιρῶν, Nikosia 1997, S. 166. Geron Joseph (d. J.) spitzt diese Aussage noch zu: „Wir wollen freilich nicht nur ‚am Tag der Betrübnis‘, sondern dauernd Seinen allheiligen Namen anrufen, damit unser Geist erleuchtet wird, so dass wir nicht in Versuchungen gelangen.“ *Geron Joseph* (d. J.), 'Η νοερά προσευχή καὶ οἱ ἐν τῷ κόσμῳ πιστοί, in: *ders.*, Ἀθωνικά Μηνύματα, Hagion Oros 1995, S. 77.

²⁰ Archimandrit Athanasios, a.a.O., S. 164.

²¹ Archimandrit Athanasios, a.a.O., S. 167. Paisios spricht freilich dagegen, während des Gebetes seinen Geist auf Ikonen oder Schriften auszurichten. Es sei vielmehr nötig, sich auf seine Sündigkeit zu besinnen. Vgl. Dionysios D. Tatses, 'Ο Γέροντας Παΐσιος. Βιογραφικά στοιχεία - Διδαχές - Ἐπιστολές - Περιστατικά - Κείμενα, Konitsa 1996, S. 93. Vgl. ähnlich auch *Geron Joseph* (d. J.), 'Η νοερά προσευχή καὶ οἱ ἐν τῷ κόσμῳ πιστοί, in: *ders.*, Ἀθωνικά Μηνύματα, Hagion Oros 1995, S. 75.

²² Vgl. Archimandrit Athanasios, 'Ο Γέρων Γερμανός Σταυροβουνιώτης (1906-1982). Φῶς ἱλαρὸν καὶ μυστικὸν στὴ σκοτοδίνῃ τῶν σύγχρονων καιρῶν, Nikosia 1997, S. 159. An anderer Stelle betont Germanos, dass man nur beten solle, wenn man auch versteht, was man sagt. Viele Worte zu machen, während der Geist umherschweife, sei unnütz (S. 167).

²³ Vgl. Vater Paisios nach Dionysios D. Tatses, 'Ο Γέροντας Παΐσιος. Βιογραφικά στοιχεία - Διδαχές - Ἐπιστολές - Περιστατικά - Κείμενα, Konitsa 1996, S. 99.

²⁴ Vater Anthimos nach Dionysios D. Tatses, Διδαχές Γερόντων, Asprovalta 1996, S. 25. Paisios betont freilich ebd. auch, dass, wenn man erst einmal zu wahren Gebet gelangt sei, Schriftstudium nicht mehr nötig wäre. Er betont ferner, dass er selber nie lese.

²⁵ Vgl. ebd.

denkt, es auch aus Büchern erlernen zu können, dann unterliegt er einer Versuchung, die wahres Gebet verhindert.²⁶

Das Thema Stolz bzw. Hochmut leitet über zu dem Bereich der inneren Voraussetzungen des Gebets, der fast bei allen geistlichen Vätern auftaucht:

I.2 Innere Voraussetzungen und Vorbereitungen zum Gebet

Der Übergang zwischen inneren und äußeren Voraussetzungen und Vorbereitungen zum Gebet ist fließend. Dies wird z. B. in einer Abhandlung des Theokletos Dionysiates über das Herzensgebet nach Gregor Palamas und Barlaam deutlich. Theokletos betont die Notwendigkeit, asketische Praxis und Gebet zu verbinden. Askese bedeutet für ihn nicht manichäische Körperfeindlichkeit, sondern soll in einem „psychosomatischen Prozess“ zur Vergeistlichung des Körpers beitragen. Aus diesem Prozess geht das Gebet hervor. Bei der Beschreibung des Weges dahin wird deutlich, wie fließend die Übergänge zwischen äußerer Askese und innerer Reinigung sind: „Das wahre Gebet fordert nach Palamas die Neigungslosigkeit und Tötung des sündhaften und leidenschaftlichen Teils des Körpers zur Befreiung von seiner Leidenschaftlichkeit. Es ist nämlich unmöglich, dass wir, sei es auch mit vollkommenen Lippen, das Herzensgebet kosten, wenn die Wirkkräfte der Wollust durch die Gedanken den Geist verdunkeln. Dann ist es unumgänglich, dass wir einen schmerzhaften Kampf ausüben, wie es das Fasten und die Nachtwache ist.“²⁷ Askese trägt also zum Erreichen der Hesychia, der inneren Ruhe mit bei, die die notwendige Umgebung des Gebets ist.²⁸ Um die Hesychia zu erreichen und somit wirklich zum Beten zu gelangen, ist es sehr bald notwendig, die eigene Geschwätzigkeit zu unterbinden und jede Ablenkung zu vermeiden.²⁹ Das Schweigen wiederum darf nicht nur äußerlich, sondern muss auch innerlich sein.³⁰

Wichtigste Voraussetzung für wirksames Beten ist es, einen reinen Geist zu haben.³¹ Einen reinen Geist erlangt man nicht nur durch äußere Übungen, sondern auch durch tiefe Selbsterkenntnis.³² Selbsterkenntnis geschieht immer zugleich in der Er-

²⁶ *Archimandrit Sophronius*, Starez Siluan. Mönch vom Berg Athos. Bd. 2: Die Schriften, Düsseldorf ³1993, S. 27.

²⁷ *Theokletos Dionysiates*, Ἀθωνικά Ἄνθη. Ἀρθρα καὶ Μελετήματα I. Ἐπὶ τῇ χιλιετηρίδι τοῦ Ἁγίου Ὁρους, Athen ²1993, S. 11. Zur notwendigen Abschüttelung von Gedanken auf dem Weg zum Gebet vgl. bereits *Apophthegmata* Nr. 300; 327; 1127; 1129.

²⁸ Vgl. *Theokletos Dionysiates*, a.a.O., S. 84. Vgl. auch Paisios nach *Dionysios D. Tatses*, Ὁ Γέροντας Παΐσιος. Βιογραφικά στοιχεία - Διδαχές - Ἐπιστολές - Περιστατικά - Κείμενα, Konitsa ⁴1996, S. 94: „Die Ruhe (ἡσυχία) und die Sorglosigkeit helfen, dass sich der Mensch auf das Gebet konzentriert. Dagegen helfen die Ablenkungen nicht, weil sie den Geist zerstreuen.“

²⁹ *Archimandrit Athanasios*, Ὁ Γέρων Γερμανὸς Σταυροβουνιώτης (1906-1982). Φῶς ἱλαρὸν καὶ μυστικὸν στὴ σκοτοδίνη τῶν σύγχρονων καιρῶν, Nikosia 1997, S. 163.

³⁰ Vgl. ebd.: „Damit Du in deinem Herzen das Gebet bewahrst, ist es unumgänglich, dass Du ein Schweigen mit Kenntnis aufrechterhältst. Hab Acht vor der Falle des scheinbaren Schweigens, bei dem uns, während wir äußerlich schweigen, der Gedanke gleichwohl innerlich verdrischt, verurteilt und auch meckert.“ Vgl. auch S. 164. Zum Schweigen beim gemeinsamen Gebet vgl. bereits *Apophthegmata* Nr. 1131.

³¹ Vgl. *Archimandrit Athanasios*, Ὁ Γέρων Γερμανὸς Σταυροβουνιώτης (1906-1982). Φῶς ἱλαρὸν καὶ μυστικὸν στὴ σκοτοδίνη τῶν σύγχρονων καιρῶν, Nikosia 1997, S. 166. Vgl. bereits *Apophthegmata* Nr. 1124.

³² Vgl. Vater Paisios nach *Dionysios D. Tatses*, Ὁ Γέροντας Παΐσιος. Βιογραφικά στοιχεία - Διδαχές - Ἐπιστολές - Περιστατικά - Κείμενα, Konitsa ⁴1996, S. 95: „Es reicht nicht, das Gebet nur zu sprechen. Ziel ist, dass der Mensch zunächst sich selbst erkennt und seine Sündhaftigkeit wahrnimmt. ... Überlegen wir

kenntnis Gottes bzw. dessen, was er für uns Menschen tut und getan hat.³³ Sie ist dementsprechend verbunden mit der demütigen Wahrnehmung der eigenen Sündhaftigkeit.

Eine demütige Haltung gegenüber Gott wird von allen geistlichen Vätern als notwendige Voraussetzung für das Gebet gesehen. Vater Germanos vermag sogar zu formulieren: „Gebet ohne Demut, Selbstanklage und Buße bleibt unwirksam.“³⁴ Wird sein Gebet von der Demut unterstützt, so kommt es nach Vater Paisios zur Erleuchtung des Menschen durch die Gnade Gottes.³⁵

Die notwendige Ausrichtung auf die Sündhaftigkeit sollte freilich nicht ohne διάκρισις, ohne Unterscheidung, geschehen. Vater Paisios betont, dass der Gedanke der Sündhaftigkeit auch vom „Teufel“ eingesetzt werden kann, der den Menschen damit in Selbstzweifel und Hoffnungslosigkeit führen will.³⁶

Die demütige Haltung entspricht in etwa der eines Kindes, die von Vater Paisios ebenfalls als notwendig für gelingendes Beten angesehen wird. Das Spüren der Gegenwart Gottes im Gebet entspricht etwa dem Gefühl eines Kleinkindes in den Armen seiner Mutter.³⁷ Auch äußerlich erscheinen die Menschen des Gebets wie Kleinkinder: „Wenn sie jemand hört, während sie beten, wird er sagen, dass sie Kleinkinder sind. Wenn er ferner sieht, wie sie Bewegungen machen, wird er sagen, dass sie verrückt geworden sind. Sie fordern aber von Gott, wie ein Kleinkind von seinem Vater fordert.“³⁸

Demut spielt auch eine zentrale Rolle bei dem Gebet für andere. Vater Paisios macht dies auf anschauliche Weise deutlich:

„Wir müssen für die anderen mit Zerknirschung und Schmerz der Seele beten. Und das kann der Seele nur gelingen, wenn sie sich selber aufgrund von Demut als Grund für das ansieht, was dem Nächsten zustoßt.“

- „Aber Geronta, wie könnt Ihr annehmen, dass Ihr Schuld daran seid, wenn sich z. B. jemand von seiner Frau in Athen trennt.“

Und der Gerontas:

doch, was Gott für uns getan hat und was wir für Gott tun. ... Danach kann man das Erbarmen Gottes spüren. Mit dem ‚Herr Jesus Christus, erbarme Dich meiner‘ muss das Herz des Menschen zur Ruhe kommen. Das Gebet wirkt erholsam, ermüdet nicht. Wenn es freilich nicht auf diese Art fortschreitet, wird es nur zur Gewohnheit, während der alte Mensch darin bestehen bleibt und dem Irrtum folgt.“

³³ Vgl. Vater Paisios nach *Hieromonachos Christodoulos* (Angeloglou) *Hagioreites*, 'Ο Γέρον Παΐσιος (Εξνεπίδης), Hagion Oros 1994, S. 159.

³⁴ *Archimandrit Athanasios*, 'Ο Γέρον Γερμανός Σταυροβουνιώτης (1906-1982). Φῶς ἱλαρὸν καὶ μυστικὸν στῇ σκοτοδίνῃ τῶν σύγχρονων καιρῶν, Nikosia 1997, S. 167.

³⁵ Vgl. Vater Paisios nach *Hieromonachos Christodoulos* (Angeloglou) *Hagioreites*, 'Ο Γέρον Παΐσιος (Εξνεπίδης), Hagion Oros 1994, S. 158. Dort betont Paisios auch: „... Wie er (scil.: der menschliche Geist) andererseits, aufgrund von Stolz emporgehoben und zerstreut, verfinstert wird, weil sich der von Natur aus reine Geist mit unreinen Gedanken füllt und von ihnen verfinstert wird.“

³⁶ Vgl. Vater Paisios nach *Dionysios D. Tatses*, 'Ο Γέροντας Παΐσιος. Βιογραφικά στοιχεία - Διδαχές - Ἐπιστολές - Περιστατικά - Κείμενα, Konitsa 1996, S. 93.

³⁷ Vgl. *Dionysios D. Tatses*, a.a.O., S. 96.

³⁸ *Dionysios D. Tatses*, a.a.O., S. 96f. Speziell zu den Metanoien, d. i. den Kniefällen, äußert sich Vater Porphyrios nach *Dionysios D. Tatses*, *Διδαχές Γερόντων*, Asprovalta 1996, S. 30. Sie sind demnach als Zeichen des bereitwilligen Opfers zu verstehen, das das Gebet vor Gott wohlgefälliger und erfolgreicher mache. Zum Zusammenhang von Gebet und Opfer vgl. auch *Archimandrit Athanasios*, 'Ο Γέρον Γερμανός Σταυροβουνιώτης (1906-1982). Φῶς ἱλαρὸν καὶ μυστικὸν στῇ σκοτοδίνῃ τῶν σύγχρονων καιρῶν, Nikosia 1997, S. 168, der Gebet als Darbringung unseres Herzens vor Gott versteht.

- „Sieh, ich sage zu mir: Wenn ich heilig wäre wie die alten Väter, würde ich Gott um die Gnadengabe bitten, dass sie sich versöhnen und einander lieben. Und Gott, der versprochen hat, dass er die Heiligen hört, würde ihnen helfen. Weil ich also nicht heilig bin, hört mich Gott nicht. Folglich bin ich schuld, dass sich diese Familie trennt und alles andere Schlechte, das geschieht. Und so, auf diese Weise, richte ich niemanden, sondern klage nur mich selbst für alles an - dann wird Gott helfen.“³⁹

Der Weg der inneren Vorbereitung auf das Gebet konzentriert sich also nicht nur auf die Selbsterkenntnis. Er hat auch eine Ausrichtung nach außen. Ein sehr wichtiges Element zum Gelingen des Gebetes ist die Liebe. Vater Germanos betont dementsprechend einmal: „Ohne die Triebfeder der Liebe wird das Gebet nicht zum Himmel geschleudert.“⁴⁰ Mutter Gabriela (Aurelia Papagianne, 1897-1992) konkretisiert im Blick auf das „Fürbittengebet“, dass das Gebet für einen Menschen ohne die Liebe zu ihm nichts nütze.⁴¹ Wahres Gebet ist nach Vater Germanos ohnehin nicht möglich, wenn man nicht zuvor vom Argwohn und Misstrauen gegenüber anderen ablässt.⁴²

Insgesamt lässt sich sagen, dass die Vorbereitung zum Gebet ein Kampf ist.⁴³ Wichtig ist, dass man sich in diesem Kampf nicht auf Gedanken einlässt wie den, im Moment keine Lust zum Gebet zu haben. Germanos ermahnt dementsprechend ein geistliches Kind: „Höre nicht auf deinen Gedanken, der dir sagt: ‚Ich verspüre jetzt keine Lust zum Gebet - ich will es auf später verschieben‘. Das ist ein Trick des Teufels. Vergiss nicht, mein Kind, dass ‚das Himmelreich mit Gewalt erstrebt wird, und Gewaltsame es an sich reißen‘ (Mt 11,12).“⁴⁴

Ist der Zustand des Gebetes erst einmal erreicht, so soll er auch möglichst gehalten werden. Dementsprechend fordern die geistlichen Väter das Erstreben des ununterbrochenen Gebets.

I.3 Ununterbrochenes Gebet

Die Forderung nach ununterbrochenem Gebet basiert auf der Ermahnung des Paulus im 1 Thess 5,17: „Betet ohne Unterlass!“ Insbesondere im Mönchtum⁴⁵ hat diese Forderung immer wieder zur Suche nach verschiedenen Möglichkeiten der konkreten Umsetzung geführt. Eins ist den Vätern dabei jedenfalls grundsätzlich klar: Vollkommen ist das Gebet erst dann, wenn es sich sogar noch im Schlaf fortsetzt.⁴⁶

³⁹ Vater Paisios nach *Hieromonachos Christodoulos* (Angeloglou) *Hagioreites*, 'Ο Γέρων Παΐσιος (Ἐξηνεπίδης), Hagion Oros 1994, S. 159.

⁴⁰ *Archimandrit Athanasios*, 'Ο Γέρων Γερμανὸς Σταυροβουνιώτης (1906-1982). Φῶς ἱλαρὸν καὶ μυστικὸν στὴ σκοτοδίνῃ τῶν σύγχρονων καιρῶν, Nikosia 1997, S. 167.

⁴¹ Vgl. *Monache Gabriela*, 'Η Ἀσκητικὴ τῆς Ἀγάπης, hg. von D. Georgiou, Athen ⁹1998, S. 317f.

⁴² Vgl. *Archimandrit Athanasios*, 'Ο Γέρων Γερμανὸς Σταυροβουνιώτης (1906-1982). Φῶς ἱλαρὸν καὶ μυστικὸν στὴ σκοτοδίνῃ τῶν σύγχρονων καιρῶν, Nikosia 1997, S. 163. Vgl. ähnlich *Apophthegmata* Nr. 546f.

⁴³ Vgl. *Archimandrit Athanasios*, a.a.O., S. 163.

⁴⁴ *Archimandrit Athanasios*, a.a.O., S. 168.

⁴⁵ Vgl. bereits u. a. das Testament des Geron Benjamin *Apophthegmata* Nr. 171. Die Forderung nach ununterbrochenem Gebet findet sich auch an anderen Stellen der *Apophthegmata*, z. B. Nr. 198; in kritischer Weise Nr. 446.

⁴⁶ *Archimandrit Athanasios*, 'Ο Γέρων Γερμανὸς Σταυροβουνιώτης (1906-1982). Φῶς ἱλαρὸν καὶ μυστικὸν στὴ σκοτοδίνῃ τῶν σύγχρονων καιρῶν, Nikosia 1997, S. 168: „Wer die Vollkommenheit des Gebetes erlangt hat, der betet auch noch, wenn er schläft. ‚Ich schlafe, und mein Herz wacht‘ (Hld 5,2), sagt der weise Salomon.“

Die Starzen verkündigen nicht nur die Notwendigkeit eines ununterbrochenen Gebets, sie dienen durch ihre eigene Gebetspraxis auch als Vorbild. So wird z. B. von Vater Paisios berichtet, wie er unentwegt mit seinem Herzen für die ganze Welt betete: „Den Tag widmete er der Begegnung mit leidenden Menschen und die Nacht Gott. Um selber auszuruhen, gönnte er sich nur wenige morgendliche Stunden, die Tagesanbrüche. Er ruhte so von dem Nachtwachen aus und sammelte ein wenig Kraft für den Kampf des Tages mit den leidenden Menschen.“⁴⁷

Inhaltlich wird besonders die dauernde Verherrlichung Gottes und die Danksagung ihm gegenüber hervorgehoben.⁴⁸ Ununterbrochenes Gebet bedeutet also, in einem Klima andauernder Doxologie und Danksagung zu leben.⁴⁹

Letztlich bleibt bei solch einer Anbetung im Geist und Herz des Menschen allein der Name Christi. Sobald der Mensch vom Gebet und somit auch vom Denken an Christus ablässt, die Kommunikation mit Gott abbricht, beginnt nach Paisios der Teufel mit dem Einsatz von Gedanken (λογισμοί), um den Menschen wankelmütig zu machen, sodass er nicht mehr weiß, was er will, was er sagt oder was er tut.⁵⁰

Ununterbrochenes Gebet trägt seine Früchte: In ihm fühlt die Seele durch ihre Verbindung mit Gott Sicherheit, Hoffnung und Freude. Vater Paisios illustriert dies mittels einer Episode aus seinem Leben: „Als ich während des Bürgerkriegs beim Militär war, hatte ich die Aufgabe des Funkers. Ich nahm also wahr, dass wir uns sicher fühlten, wenn wir jede Stunde mit dem Zentrum, mit der Division, Verbindung hatten. Wenn wir alle zwei Stunden Verbindung hatten, nahmen wir eine kleine Unsicherheit wahr. Wenn wir mehrere Male nur am Morgen und am Abend Kontakt hatten, fühlten wir uns schlecht, gleichsam abgehackt und isoliert. Das gleiche geschieht auch mit dem Gebet: je öfter jemand betet, desto mehr geistliche Sicherheit spürt er.“⁵¹

Vater Joseph d. Ä. hebt, wie wir im folgenden Abschnitt noch genauer betrachten werden, hervor, dass das ununterbrochene Gebet dadurch zustande kommt, dass der menschliche Geist das Gebet übernimmt.⁵² Das Gebet wird somit ununterbrochen gesprochen, ohne dass der Mensch bewusst eigene Kraft dazu aufwendet. Vater Paisios spricht davon, dass irgendwann das Gebet selber fortfährt.⁵³ Dabei kommt es zu

⁴⁷ Hieromonachos Christodoulos (Angeloglou) Hagioreites, 'Ο Γέρων Παΐσιος (Έξνεπίδης), Hagion Oros 1994, S. 160. Vgl. als Beispiel für ununterbrochenes Gebet bereits den Starzen Isidor, *Apophthegmata* Nr. 360.

⁴⁸ Von der Danksagung für die göttliche *creatio ex nihilo* spricht auch Archimandrit Athanasios, 'Ο Γέρων Γερμανός Σταυροβουνιώτης (1906-1982). Φως ίλαρόν και μυστικόν στη σκοτοδίνη των σύγχρονων καιρών, Nikosia 1997, S. 164.

⁴⁹ Vgl. Vater Paisios nach Dionysios D. Tatses, 'Ο Γέροντας Παΐσιος. Βιογραφικά στοιχεία - Διδαχές - Έπιστολές - Περιστατικά - Κείμενα, Konitsa ⁴1996, S. 92. Vater Paisios betont dort, dass die größte Sünde Undankbarkeit gegenüber Gott sei; ferner Archimandrit Athanasios, a.a.O., S. 170.

⁵⁰ Vater Paisios nach Hieromonachos Christodoulos (Angeloglou) Hagioreites, 'Ο Γέρων Παΐσιος (Έξνεπίδης), Hagion Oros 1994, S. 157.

⁵¹ Ebd.

⁵² Joseph d. Ä. nach Dionysios D. Tatses, Διδαχές Γερόντων, Asprovalta ²1996, S. 33f. Aus den analysierten Texten geht nicht hervor, dass anstelle des menschlichen Geistes (bei Joseph ist eindeutig von νοῦς, nicht von πνεῦμα die Rede) der göttliche Geist tritt. Diese Dimension, die Karl Christian Felmy, Die Orthodoxe Theologie der Gegenwart. Eine Einführung, Darmstadt 1990, S. 126f., stark für die orthodoxe Theorie über das Gebet betont, schwingt bei den genannten geistlichen Vätern allenfalls mit. Zur Verbindung von Geist Gottes und Gebet vgl. allerdings bereits *Apophthegmata* Nr. 244.

⁵³ Vater Paisios nach Dionysios D. Tatses, 'Ο Γέροντας Παΐσιος. Βιογραφικά στοιχεία - Διδαχές - Έπιστολές - Περιστατικά - Κείμενα, Konitsa ⁴1996, S. 94.

Früchten wie Frieden, Ruhe⁵⁴ und Freude⁵⁵, aber auch noch mehr. Bei andauerndem Gebet vermag der Mensch das Paradies in sich zu spüren, da er frei wird von Leidenschaften.⁵⁶

Häufiger werden den geistlichen Vätern scheinbar Fragen gestellt, wie denn das ununterbrochene Gebet in einer nicht klösterlichen Umgebung zu beten sei.⁵⁷ Vater Paisios rät zum Beispiel Menschen an einer lauten und schwierigen Arbeitsstätte, leise zu psallieren, ohne die anderen zu stören.⁵⁸ Freilich räumt er ein, dass es bei harter körperlicher Arbeit leichter ist, ununterbrochen zu beten, als bei diffizilerer Arbeit, die starke Konzentration verlangt:

„Wenn freilich jemand feinere Arbeit verrichtet, z. B. indem er Auto fährt oder einen Kranken operiert, dann muss er zwar ein Gebet sprechen, damit ihm geholfen und er von Gott erleuchtet wird, er muss es aber mit dem Herzen sprechen. Mit seinem Geist muss er sehr aufmerksam bei der äußerlichen Arbeit sein, damit er nicht irgendeinen Fehler macht.“⁵⁹

Sehr lebensnah ist ebenfalls die Unterhaltung Mutter Gabriellas mit K. Panatso-poulou zum Thema ununterbrochenes Gebet im Lebensalltag. Sie bezieht sich auf die *Erzählungen eines russischen Pilgers*⁶⁰, während sie mit folgendem Einwand konfrontiert wird: „Gleichwohl lassen das tägliche Leben, die Arbeit, die Ehe, die Liebe zum anderen, die Kinder, die Sorgen, alle diese Dinge keine Zeit (scil. zum Gebet). Obwohl du willst, hast du sie nicht ...“

Mutter Gabriela: „Es wird keine Zeit (dazu) benötigt. Weil das Gebet, wie ich euch sagte, ein Zustand der Seele ist. Wenn du das Geschirr wäschst, wie der Pilger in seinen Erzählungen sagt, murmelst du das *Kyrie eleison ... Kyrie eleison ...*, und jedesmal, wenn du den Ofen ansiehst, oder die Betten machst: *Kyrie eleison ... Kyrie eleison ... Kyrie eleison ...* Alle die Dinge, die wir den Tag über tun, können wir tun, und jenseits aller dieser können wir, wie wenn wir eine ferne Musik hören, an Gott denken, an die Existenz Gottes ... Nichts ist unmöglich“

⁵⁴ Vgl. zur wahren Ruhe, zu der man nur durch das Gebet kommt, so Vater Paisios nach *Hieromonachos Christodoulos* (Angeloglou) *Hagioreites*, 'Ο Γέρων Παΐσιος (Εὐνεπίδης), Hagion Oros 1994, S. 159; ferner *Geron Joseph* (d. J.), 'Η νοερά προσευχή καὶ οἱ ἐν τῷ κόσμῳ πιστοί, in: *ders.*, Ἀθωνικά Μηνύματα, Hagion Oros 1995, S. 73.

⁵⁵ Vgl. ähnlich auch Hieronymos (Apostolides 1883-1966) nach *Dionysios D. Tatses*, Διαχέξ Γερόντων, Asprovalta ²1996, S. 26f.: „Lass nicht ab vom Gebet. Fürchte die Nachlässigkeit und die Gleichgültigkeit. Wenn du morgens betest und Ergriffenheit fühlst, wirst du den ganzen Tag vor Freude zittern. Wenn du den Morgen ohne Gebet beginnst, werden dir alle unerfreulichen Dinge zukommen.“

⁵⁶ Vgl. Joseph d. Ä. nach *Dionysios D. Tatses*, a.a.O., S. 33 und ferner *Geron Joseph*, der das Gebet mit Nüchternheit in Verbindung bringt. Vgl. *Geron Joseph* (d. J.), 'Η νοερά προσευχή καὶ οἱ ἐν τῷ κόσμῳ πιστοί, in: *ders.*, Ἀθωνικά Μηνύματα, Hagion Oros 1995, S. 74.

⁵⁷ Vgl. zu den Schwierigkeiten beim Festhalten am ununterbrochen Gebet eher theoretisch abstrakt auch *Theokletos Dionysiates*, Ἀθωνικά Ἀνθ. Ἀρθρα καὶ Μελετήματα III, Athen 1989, S. 191.

⁵⁸ Vgl. Vater Paisios nach *Hieromonachos Christodoulos* (Angeloglou) *Hagioreites*, 'Ο Γέρων Παΐσιος (Εὐνεπίδης), Hagion Oros 1994, S. 159. Vgl. zur Verbindung von Gebet und Arbeit bereits *Apophthegmata* Nr. 1 und ferner unter vielen anderen Arbeiten *Heinrich Holze*, Kōnōbitische Gebetspraxis und individuelle Gebeterfahrungen in den pachomianischen Klöstern, *WuD NF* 21 (1991) 133-147. In den *Apophthegmata* sind auch Beispiele von Gerontes zu finden, die während gemeinsamer Mahlzeiten unbemerkt intensiv zu Gott beten (vgl. Nr. 251).

⁵⁹ Vater Paisios nach *Hieromonachos Christodoulos* (Angeloglou) *Hagioreites*, a.a.O., S. 158.

⁶⁰ Die Erzählungen sind auch auf deutsch zugänglich: *Emmanuel Jungclaussen* (Hg.), *Aufrichtige Erzählungen eines russischen Pilgers*, Freiburg/Brsg. u. a. ¹⁶1987.

Gelingt das ununterbrochene Gebet wirklich, so ist es nach den Worten von Vater Siluan besser als jedes in der Kirche gesprochene Gebet: „Wer Gott wirklich liebt, betet ohne Unterlass. Er hat die Gnade im Gebet erfahren. Wohl sind uns zum Beten Kirchen gegeben und gottesdienstliche Bücher, dein inneres Gebet aber geht immer und überall mit dir. - In den Kirchen hält man Gottesdienst, der Heilige Geist wohnt in ihnen. Aber die beste Kirche Gottes ist die Seele; wer in seiner Seele betet, für den wird die ganze Welt zur Kirche.“⁶¹ Hier wird eine für Mystiker in Ost und West typische Erfahrung geschildert, die von kirchlicher Seite besonders im lateinischen Westen häufig sehr kritisch beäugt wurde.

I.4 Herzensgebet oder das geistige Gebet (νοερά προσευχή)

Das ununterbrochene Gebet ist eine Voraussetzung für das Herzensgebet, das aber darin noch nicht voll erfasst ist. Herzensgebet oder besser „geistiges Gebet“ zielt unbedingt auf die mystische Vereinigung mit Gott.⁶² Im Griechischen wird es νοερά προσευχή genannt, weil es das Gebet ist, das mit dem νοῦς (dt.: Geist) geschieht.⁶³

Nach Theokletos Dionysiates ist diese Gebetsform in diesem Jahrhundert besonders auch im Westen populär geworden, freilich weniger bei den Kirchenleitungen als beim Kirchenvolk, das mit dem westlich-theologischen Aristotelismus insbesondere römisch-katholischer Prägung nicht mehr viel anzufangen wisse. Besonders im Blick auf westliche Christen betont Theokletos: „Das Herzensgebet bildet in der gegenwärtigen Epoche psychischen Stresses den einzigen Zufluchtsort und das hauptsächliche Mittel der Rückkehr zu sich selbst, weil es die zerstörte Existenz (wieder-) entdeckt, das zerstörte Paradies, das in uns existierende Königreich.“⁶⁴ Theokletos bedauerte zur Zeit der Entstehung des Aufsatzes im Jahr 1959, dass die griechischen Orthodoxen ihre eigene Spiritualität in den letzten fünfzig Jahren vergessen hätten und erwartete langsame Besserung.⁶⁵ Von einer solchen ist m. E. inzwischen zumindest in kirchennahen Kreisen auszugehen.

Geistliche Väter ermuntern freilich nicht einfach zum Herzensgebet, sind z. T. sogar gegenüber Mönchen sehr zurückhaltend. Ein gutes Beispiel dafür bietet ein Aphorismus des Geron Germanos, in dem er gegenüber einem Mönch auch sehr deutlich macht, dass Herzensgebet und unaufhörliches Gebet zu differenzieren sind:

⁶¹ Archimandrit Sophronius (Hg.), Starez Siluan. Mönch vom Berg Athos. Bd. 2: Die Schriften, Düsseldorf 1993, S. 28.

⁶² Auf theoretische Erwägungen zum Herzensgebet kann ich hier nicht eingehen. Bei Theokletos Dionysiates, Ἀθωνικά Ἀνθ. Ἄρθρα καὶ Μελετήματα I. Ἐπὶ τῇ χλιετηρίδι τοῦ Ἁγίου Ὁρους, Athen 1993, S. 190-193, werden beispielsweise solche geboten. Dort reflektiert er auch genauer das Herzensgebet im Rahmen der Anthropologie (S. 192). Eher theoretisch sind ferner die Zusammenfassungen bei Andreas Monachos Hagioritis (Charalampos Theophilopoulos), Γεροντικό Ἁγίου Ὁρους, Athen 1994, S. 317. Sehr ausführlich ist die Abhandlung über das Gebet, insbesondere das Herzensgebet, des inzwischen verstorbenen Abtes des Prodromos-Klosters in Maldon/Essex/GB, zugleich Verfasser der Vita sowie Herausgeber der Schriften Siluans, Archimandrit Sophronios (Sacharof bzw. Sakharov), Περὶ Προσευχῆς (Übers. Hieromonachos Zacharias), Essex 1994. Vgl. letztlich Kallistos Ware, Ἡ ἐντός ἡμῶν βασιλεία (Übers. Joseph Roelides), Nea Smyrne 1994, S. 25-49. Vgl. weitere Literatur auch aus nicht-orthodoxer Feder o. Anm. 13.

⁶³ Vgl. Geron Joseph (d. J.), Ἡ νοερά προσευχή καὶ οἱ ἐν τῷ κόσμῳ πιστοί, in: ders., Ἀθωνικά Μηνύματα, Hagion Oros 1995, S. 72.

⁶⁴ Theokletos Dionysiates, Ἀθωνικά Ἀνθ. Ἄρθρα καὶ Μελετήματα I. Ἐπὶ τῇ χλιετηρίδι τοῦ Ἁγίου Ὁρους, Athen 1993, S. 111.

⁶⁵ Vgl. ebd.

„Herzensgebet? Ich tue es nicht! Du solltest zuallererst lernen, an den heiligen Gottesdiensten der Kirche teilzunehmen, und dich zwingen, deinen Kanon mit der Gebetsschnur (komposkini = orthodoxer „Rosenkranz“) durchzuführen, selbst wenn dein Geist zerstreut ist, anstatt vollkommen untätig zu bleiben. Das Herzensgebet mit der mystischen (νηπτική) Dimension zu lernen, ist für niemanden leicht. Jene, die sich damit abgeben, sind zu viel Kampf verpflichtet. Und wenn sie gegen die Hoffnung diesen Kampf aus diesem oder jenem Grunde vernachlässigen, laufen sie Gefahr, später sehr weit nach draußen zu fallen. Sie laufen Gefahr, in die Irre zu gehen, wenn sie nicht Acht geben, und in die Fahrlässigkeit zu fallen, in schlechte Gedanken. Ihr sollt euch bemühen, während ihr arbeitet, unaufhörlich das Gebet zu sprechen. Ja, das ist etwas anderes! Aber das Herzensgebet mit seiner mystischen Dimension ist etwas zu schweres für euch zu diesem Zeitpunkt. Gleichwohl, auch wenn ihr es nicht hinbekommt, dass ihr, während ihr arbeitet, unaufhörlich das Gebet sprecht, bemüht euch wenigstens, dass euer Geist auf eure Arbeit konzentriert ist, und flieht alle sündigenden Überlegungen, die Gedanken der Verurteilung und die Gedanken der Hoffnungslosigkeit. Und wenn euch das gelingt, ist das keineswegs unbedeutend. Auch das ist sehr wichtig! Abbas Dorotheos fragte einmal den hl. Barsanuph: ‚Den ganzen Tag bin ich im Krankenhaus beschäftigt, und den ganzen Tag vermag ich nicht ein Kyrie eleison zu sagen.‘ Und er antwortete ihm: ‚Es gibt viele, die sich in die Stadt begeben wollen, z. B. nach Konstantinopel. Einer besteigt das Boot, erreicht Konstantinopel, geht in die Stadt hinein, aber findet dort keinen, der ihm sagen könnte, dass jene Stadt genau die sei, in die er gehen wollte, d. h. Konstantinopel!‘ So auch du jetzt: Dein einziges Ziel ist es, deinen Gedanken mit Gott vereint zu haben. Weil die Arbeit, die du ausführst, Gottes ist, und dein Geist nur auf diese Arbeit bedacht ist und du so die bösen Gedanken fliehst, bist Du dann wiederum schon mit Gott!“⁶⁶

Nicht immer differenzieren geistliche Väter so klar zwischen Herzensgebet und ununterbrochenem Gebet. Vater Joseph d. J. geht beispielsweise in einer längeren Ansprache über das Herzensgebet hauptsächlich auf das ständige Sprechen der Gebetsformel ein.⁶⁷ Er möchte freilich in seinem Vortrag deutlich machen, dass auch Weltmenschen das ununterbrochene Gebet möglich, notwendig⁶⁸ und für sie nützlich⁶⁹ ist. Als Referenz bezieht er sich wiederum auf die *Erzählungen eines russischen Pilgers*.⁷⁰ Die Möglichkeit mystischer Gottesschau spricht er zwar auch Weltleuten nicht ab, sie spielt aber in seiner Abhandlung keine besondere Rolle.

⁶⁶ Archimandrit Athanasios, Ὁ Γέρων Γερμανὸς Σταυροβουνιώτης (1906-1982). Φῶς ἱλαρὸν καὶ μυστικὸν στὴ σκοτοδίνη τῶν σύγχρονων καιρῶν, Nikosia 1997, S. 164f.

⁶⁷ Geron Joseph (d. J.), Ἡ νοερά προσευχή καὶ οἱ ἐν τῷ κόσμῳ πιστοί, in: ders., Ἀθωνικά Μηνύματα, Hagion Oros 1995, S. 71-77.

⁶⁸ Vgl. Geron Joseph (d. J.), a.a.O., S. 71: „Allgemein gilt: Das Gebet ist die einzig notwendige und unerlässliche Arbeit und Tugend für die ganze vernünftige Natur, die wahrnehmbare und die gedachte, die menschliche und die der Engel, und deswegen ist deren unaufhörliche Umsetzung angeordnet. ... Das Ziel dieser sehr tugendhaften Arbeit ist, den Geist des Menschen zu Gott zu wenden und bei ihm zu halten.“

⁶⁹ Vgl. Geron Joseph (d. J.), a.a.O., S. 75: „Folglich ist das Gebet Pflicht eines jeden Gläubigen, jeden Alters und Geschlechts und Zustands, unabhängig von Land und Zeit und Art. Mit dem Gebet wirkt die göttliche Gnade und gibt Lösungen zu Problemen und Versuchungen, die die Gläubigen beschäftigen, sodass, gemäß der Schrift, ‚jeder, der den Namen des Herrn anruft, gerettet wird.‘“

⁷⁰ Vgl. Geron Joseph (d. J.), Ἡ νοερά προσευχή καὶ οἱ ἐν τῷ κόσμῳ πιστοί, in: ders., Ἀθωνικά Μηνύματα, Hagion Oros 1995, S. 73.

Andere Väter differenzieren deutlicher zwischen Weltmenschen und Mönchen. Vater Amphilochios (Makres, 1889-1970; geistlicher Vater von Patmos) betont beispielsweise, dass das Gebet zwar generell der Reinigung dient, das Rezitieren von Psalmen und kirchlichen Gesängen, wie es in den Kirchen geschieht, aber eher als Zeugnis vor der Welt zu betrachten sei.⁷¹ Die Mönche hingegen würden mit Gott im Verborgenen reden. Gott gefalle es wie einem König, wenn man außerhalb seines Palastes ihm lobsinge. Er beachte aber noch mehr die Mystiker, die im Verborgenen seines Hofes ihm direkt ins Ohr sprächen.⁷² Wenn er auch das mystische Herzensgebet Weltmenschen hier nicht vollkommen abspricht, so sieht er es doch als eigentliche Aufgabe der Mönche an.

Neben der bei Amphilochios erwähnten Reinigung als Frucht des Gebets trägt es noch andere Früchte. Wiederum ist hier der bereits erwähnte Frieden zu nennen. Vater Porphyrios betont, dass es wichtiger sei, bei Krankheiten im Herzensgebet diesen Frieden zu erreichen, als darum zu bitten, dass Gott die Krankheiten von einem nimmt.⁷³

Der friedvolle Zustand, der im Herzensgebet erreicht werden kann, wird von den geistlichen Vätern meist nicht als Eigenerfahrung geschildert. Vielmehr erzählen sie, wie sie ihre eigenen geistlichen Väter in einem solchen Zustand erlebt haben, so z. B. Vater Hieronymos (Apostolides, 1883-1966; geistlicher Vater von Aigina):

„Das Gebet ist Gespräch mit Gott. Wenn wir die Freude des Gebetes wahrnehmen, spüren wir großen Jubel. Das ist der Vorgeschmack des Lebens im Paradies. Ihr müsst viel kämpfen, um diese Freude wahrzunehmen. Und wenn ihr viel kämpft, wird Gott sie euch geben. Das Gebet erhebt auf die Höhe göttlicher Schau. Michael, mein Geron, leuchtete vollkommen, wenn er betete. Und wenn er diesen Punkt erreichte, betete er nicht mit Worten, sondern geistig. Die Worte sind wie ein Feueranzünder, bis die Flamme angeht. Kaum ist die Flamme an, d. h. kaum kommt der Mensch zur Zerknirschung und Ergriffenheit, kann er nicht reden. Er nimmt Gott wahr und hört ihn in sich. Dann kommen auch die Tränen. Der Mensch befindet sich in einem geistlichen Zustand mit Herzensgebet, heiliger Sehnsucht und unaussprechlichen Seufzern“⁷⁴ (vgl. Röm 8,34).

Einen solchen Zustand erzwingt ein Mensch nach Vater Siluan nicht durch eine bestimmte Technik. Die Technik kann gelegentlich mehr schaden als nützen, sie kann ihn sogar letztlich davon abhalten, das Lippengebet zu sprechen. Man kann sich zwar auf das Herzensgebet, die Innigkeit des Gebetes durch Gehorsam und Askese im Essen, Reden und bei Bewegungen vorbereiten. Letztlich handelt es sich aber um eine Gabe Gottes, die man in Demut zu empfangen habe.⁷⁵

⁷¹ Zur geringeren Wertung des Psalmodierens vgl. auch die Erzählung vom Mönch Prokopios bei *Andreas Monachos Hagioritis* (Charalampos Theophilopoulos), *Γεροντικό Αγίου Όρους*, Athen 1994, S. 52f. Der „Satan“ meidet demnach insbesondere die Gebetsschnur und das Jesusgebet. Beim Psalmodieren sieht er eher Möglichkeiten, Menschen anzugreifen, da sie dabei schnell der Selbstgefälligkeit und Überheblichkeit verfallen. Zur Angst des „Satans“ bzw. der „Dämonen“ vor dem Gebet der Mönche vgl. *Apophthegmata* Nr. 91; 294.

⁷² Amphilochios nach *Dionysios D. Tatses*, *Διδαχές Γερόντων*, Asprovalta 1996, S. 27f.

⁷³ Geron Porphyrios nach *Dionysios D. Tatses*, a.a.O., S. 28.

⁷⁴ Geron Hieronymos nach *Dionysios D. Tatses*, a.a.O., S. 34.

⁷⁵ *Archimandrit Sophronius*, Starez Siluan. Mönch vom Berg Athos. Bd. 2: Die Schriften, Düsseldorf 1993, S. 29.

Ein fortwährendes Problem im Bereich der Mystik ist die Beurteilung mystischer Entrückungen. Die geistlichen Väter warnen dementsprechend vor Fehlinterpretationen beispielsweise von Tränen beim Gebet,⁷⁶ die nach der Väterlehre als Zeichen des eintretenden Herzensgebetes gedeutet werden können. Zur Beurteilung der Gebetspraxis ist also *διάκρισις* (dt.: Unterscheidung) nötig. Insbesondere bei Mönchen und Nonnen besteht die Gefahr, durch besondere Erfahrungen beim durch Ergriffenheit geprägten Gebet z. B. von Visionen oder Wohlgeruch vom Dämon des Hochmuts übermannt zu werden.⁷⁷ In solchen Fällen ist die Bitte um Demut notwendig. Vater Paisios warnt insbesondere Frauen, die sich seiner Meinung nach im Gegensatz zu den stärker logisch denkenden Männern durch Gefühl und Liebe leiten lassen und daher leichter zu Ergriffenheit und Tränen während des Gebets kommen, dies nicht vorschnell mit dem Zustand des Herzensgebetes gleichzusetzen. Vielmehr sei dann große Vorsicht angesagt.⁷⁸

I.5 Gebet bedeutet Nähe zum Göttlichen

Insbesondere das Herzensgebet führt in unmittelbare Nähe zu Gott. Dieser Gedanke ist von den geistlichen Vätern in unterschiedlicher Weise ausgeführt worden.

Zunächst wird das Gebet als die Aktion verstanden, in der sich der Geist Gott hingibt.⁷⁹ Im Herzensgebet vermag sich der menschliche Geist nach Theokletos Dionysiates in Anlehnung an Gregor Palamas mit dem göttlichen Geist zu vereinen.⁸⁰ Durch das Gebet kommt das Königreich Gottes mitten in die Menschen hinein, werden sie weggeführt von den irdischen und eiteln Dingen.⁸¹ „Das Gebet gibt dem Menschen Flügel und führt ihn hinauf in die Himmel, indem es ihm himmlische Gnadengaben schenkt.“⁸² Im Gebet vermag der Mensch durch die göttliche Nähe daher auch den „heiligen Willen Gottes“ zu begreifen und in die Tat umzusetzen.⁸³ Nicht nur man selber vermag die Stimme des Herrn im Gebet zu hören. Sie drängt auch nach außen. Va-

⁷⁶ Auch Gebet ohne äußerliche Tränen ist nach Vater Paisios nicht unbedingt ein Zeichen mangelnder Ergriffenheit beim Gebet. Lautlose Tränen im Herzen bei einem Vergehen wären häufig viel sicherer als äußerliche Tränen, die nur scheinbar Gefühle ausdrücken könnten (vgl. *Dionysios D. Tatses*, 'Ο Γέροντας Παΐσιος. Βιογραφικά στοιχεία - Διδαχές - Ἐπιστολές - Περιστατικά - Κείμενα, Konitsa 1996, S. 100).

⁷⁷ Vgl. Daniel (Demetriades) von Katounakia (1846-1929) nach *Dionysios D. Tatses*, a.a.O., S. 33. Vgl. auch *Theokletos Dionysiates*, Ἀθωνικά Ἀνθῆ. Ἀρθρα καὶ Μελετήματα I. Ἐπὶ τῇ χιλιετηρίδι τοῦ Ἁγίου Ὁρους, Athen 1993, S. 193, der betont, dass man durch das Herzensgebet eigentlich nur seine Unreinheit klarer sehen lernt.

⁷⁸ Vgl. Vater Paisios nach *Dionysios D. Tatses*, 'Ο Γέροντας Παΐσιος. Βιογραφικά στοιχεία - Διδαχές - Ἐπιστολές - Περιστατικά - Κείμενα, Konitsa 1996, S. 94f. Geron Joseph d. J. nivelliert die Gefahr des Irrtums beim Gebet, wenn es nur auf einfache und demütige Weise gebetet wird. Freilich geht es bei ihm weniger um die Beurteilung mystischer Entrückungen im Herzensgebet. Vgl. *Geron Joseph* (d. J.), Ἡ νοερά προσευχή καὶ οἱ ἐν τῷ κόσμῳ πιστοί, in: *ders.*, Ἀθωνικά Μηνύματα, Hagion Oros 1995, S. 77.

⁷⁹ Vgl. *Archimandrit Athanasios*, 'Ο Γέρων Γερμανὸς Σταυροβουνιώτης (1906-1982). Φῶς ἱλαρὸν καὶ μυστικὸν στῇ σκοτοδίνῃ τῶν σύγχρονων καιρῶν, Nikosia 1997, S. 163.

⁸⁰ Vgl. *Theokletos Dionysiates*, Ἀθωνικά Ἀνθῆ. Ἀρθρα καὶ Μελετήματα I. Ἐπὶ τῇ χιλιετηρίδι τοῦ Ἁγίου Ὁρους, Athen 1993, S. 84f. Er betont dort, dass die Bewahrung der Tugenden eine solche Vereinigung nicht bewirken könne, sondern lediglich ein Fundament zu einem solchen Prozess legen würde.

⁸¹ Vgl. *Archimandrit Athanasios*, 'Ο Γέρων Γερμανὸς Σταυροβουνιώτης (1906-1982). Φῶς ἱλαρὸν καὶ μυστικὸν στῇ σκοτοδίνῃ τῶν σύγχρονων καιρῶν, Nikosia 1997, S. 169.

⁸² Vater Anthimos nach *Dionysios D. Tatses*, Διδαχές Γερόντων, Asprovalta 1996, S. 25.

⁸³ Vgl. *Archimandrit Athanasios*, 'Ο Γέρων Γερμανὸς Σταυροβουνιώτης (1906-1982). Φῶς ἱλαρὸν καὶ μυστικὸν στῇ σκοτοδίνῃ τῶν σύγχρονων καιρῶν, Nikosia 1997, S. 171.

ter Amphilochios wünscht sich z. B. von seinen Nonnen, dass sie auf den griechischen Inseln „Gebetsstationen“ einrichten, damit auch er durch ihr Gebet die Stimme des Herrn höre. Der Herr solle nämlich von ihrem Herzen her sprechen, und durch ihr Gebet sollen sie Throne des Herrn sein.⁸⁴

Die Nähe Gottes im Gebet kann sich nach einzelnen Vätern sogar in einem dabei ausströmenden Wohlgeruch äußern.⁸⁵

Auch historische Beispiele führen die geistlichen Väter an, um die Nähe Gottes bzw. Christi im Gebet zu illustrieren. So erwähnt z. B. Porphyrios, dass die Märtyrer den Schmerz ihrer Martyrien nur durch das ununterbrochene Gebet, durch das sie mit Christus vereint gewesen wären, hätten aushalten können.⁸⁶

Während die Gottesbegegnung im geistigen Gebet nicht mehr vieler Worte des Beters bedarf, erwähnen die geistlichen Väter für die übrigen Formen von Gebeten, insbesondere das Fürbittengebet, eine ganze Reihe von Inhalten.

I.6 Das Fürbittengebet und seine Inhalte

Geistliche Väter ermuntern ihre geistlichen Kinder häufig weniger zu der vollkommenen Form des geistigen Gebets als vielmehr zum Fürbittengebet für die Welt. Die beiden Formen des Gebetes schließen sich nicht aus, sie ergänzen sich vielmehr auch in der Gebetspraxis der einzelnen Väter.

Die geistlichen Väter betonen immer wieder, dass das Gebet für die ganze Welt notwendig sei. Dafür führen sie verschiedene Argumente an. Vater Paisios betont, dass das Gebet für die Welt den frommen Christen untereinander nützen würde, da sie selbst nicht nur für andere beten, sondern sich auch durch das Gebet anderer, insbesondere in Situationen der Not gehalten wissen dürften.⁸⁷ Vater Porphyrios spitzt den Gedanken der Notwendigkeit des Gebets für andere bzw. für die ganze Welt soteriologisch zu: „Du kannst nicht gerettet werden, wenn nicht auch die anderen gerettet werden.“ Man müsse für die ganze Welt beten, damit niemand verloren gehe.⁸⁸

Vater Paisios hat in Anlehnung an seinen eigenen geistlichen Vater die einzelnen Gebete des Psalters je mit einer Fürbitte verbunden, um für möglichst viele Anliegen zu bitten.⁸⁹ Auch hatte er in den Nächten eine feste Einteilung für bestimmte Gebetsanliegen.⁹⁰ Diese Praxis des Paisios wird in ihrer Vorbildhaftigkeit erwähnt. Von ihm ist sogar bezeugt, dass er sich zur Zeit des Golfkriegs in seine Zelle einschloss, um für den Frieden zu beten.⁹¹

⁸⁴ Vgl. Vater Amphilochios nach *Dionysios D. Tatses*, *Διδαχές Γερόντων*, Asprovalta ²1996, S. 30.

⁸⁵ Vgl. Vater Paisios nach *Dionysios D. Tatses*, a.a.O., S. 103.

⁸⁶ Vgl. Vater Porphyrios nach *Dionysios D. Tatses*, a.a.O., S. 25.

⁸⁷ Vgl. Vater Paisios nach *Hieromonachos Christodoulos* (Angeloglou) *Hagioreites*, 'Ο Γέρων Παΐσιος ('Εξνεπίδης), Hagion Oros 1994, S. 159. Ein konkretes Beispiel bietet *Monache Gabriela*, 'Η Ασκητική τῆς Ἀγάπης, hg. von *D. Georgiou*, Athen ⁹1998, S. 317.

⁸⁸ Vgl. Porphyrios nach *Dionysios D. Tatses*, *Διδαχές Γερόντων*, Asprovalta ²1996, S. 33. Dementsprechend soll der Vater gesagt haben: „Ich fürchte die Hölle nicht und ich denke nicht ans Paradies. Ich erbitte von Gott nur, dass er sich über die Welt und mich erbarmt.“ Vgl. bereits die *Apophthegmata*, nach denen das Gebet für die Feinde der schnellen Gebetserhöhung nützlich ist (Nr. 241).

⁸⁹ *Hieromonachos Christodoulos* (Angeloglou) *Hagioreites*, 'Ο Γέρων Παΐσιος ('Εξνεπίδης), Hagion Oros 1994, S. 161-173.

⁹⁰ Vgl. *Hieromonachos Christodoulos*, a.a.O., S. 161.

⁹¹ Vgl. Vater Paisios nach *Dionysios D. Tatses*, 'Ο Γέροντας Παΐσιος. Βιογραφικά στοιχεία - Διδαχές - Ἐπιστολές - Περιστατικά - Κείμενα, Konitsa ⁴1996, S. 102.

Vater Paisios ermahnt ferner zur Bitte für die Entschlafenen, da sie in der Hölle keine Möglichkeit mehr hätten, sich selbst zu helfen und Gott sogar die fürbittenden Gebete für sie erwarte.⁹²

Das breite Spektrum der Gebetsinhalte, wie es sich z. B. in dem „Psalter“ des Paisios findet, lässt sich hier nicht aufführen. Jedenfalls dürfte deutlich geworden sein, dass - wie bei den Ektenien in der liturgischen Praxis - eine ausgeprägte Vielfalt an Gebetsinhalten auch im persönlichen Gebet berücksichtigt werden soll.

Da die geistlichen Väter stark an den Problemen ihrer geistlichen Kinder orientiert sind, ergibt sich nun die Frage, wann ein Gebet erhört oder warum es nicht erhört wird.

I.7 Über die Gebetserhörung⁹³

Vater Germanos äußert sich zunächst grundsätzlich zu diesem Thema: „Wenn du betest, sollst du sicher sein, dass du das Erbetene empfangen wirst.“⁹⁴ Das darf freilich nicht bedeuten, dass man Gott um alles bitten soll, wie Vater Paisios sehr schön verdeutlicht: „Wir dürfen Gott nicht wie kleine Kinder ununterbrochen um kleine Dinge bitten. Wenn etwas, das wir uns wünschen, mit menschlichen Kräften machbar ist, dann müssen wir es tun, soweit wir können. Wenn aber etwas auf menschliche Weise nicht machbar ist, dann sollten wir uns an Gott wenden.“⁹⁵

Wenn das Gebet nicht erhört wird, mag das verschiedene Gründe haben. Beim Fürbittengebet spielt eine Rolle, ob die Bitte wirklich im Interesse desjenigen ist, für den man betet.⁹⁶ Wenn das Gebet um Heilung bei Sterbenskranken nicht anschlägt, kann das mit der Vermeidung schlimmerer Folgen zusammenhängen, die eintreten würden, wenn der Kranke überleben würde.⁹⁷ Bei der Fürbitte für Kranke muss überhaupt auch auf deren Seite Vertrauen auf Gott vorliegen, damit es zur Heilung kommt.⁹⁸ Letztlich reicht bei Fürbitten nicht das Gebet von einer Seite. Es muss immer auch die andere Seite, für die gebetet wird, in das Gebet miteinstimmen.⁹⁹

Ferner ist zu bedenken, dass eine schwierige Situation auch als göttliche Prüfung dienen kann. In einem solchen Fall schlägt nach Vater Paisios das Gebet nicht an. Handelt es sich allerdings um eine Prüfung, die nicht von Gott her stammt, so hilft Gott sofort. Der Geron schließt diese Überlegung mit dem weisen Satz, der grundsätz-

⁹² Vater Paisios nach *Dionysios D. Tatses*, a.a.O., S. 101.

⁹³ Zu unterschiedlichen Weisen der Gebetserhörung vgl. bereits *Apophthegmata* Nr. 201.

⁹⁴ *Archimandrit Athanasios*, 'Ο Γέρων Γερμανός Σταυροβουνιώτης (1906-1982). Φῶς ἱλαρὸν καὶ μυστικὸν στὴ σκοτοδίνη τῶν σύγχρονων καιρῶν, Nikosia 1997, S. 167.

⁹⁵ Vater Paisios nach *Hieromonachos Christodoulos* (Angeloglou) *Hagioreites*, 'Ο Γέρων Παΐσιος ('Εξνεπίδης), Hagion Oros 1994, S. 158f.

⁹⁶ Vgl. ebd.

⁹⁷ Vgl. Vater Paisios nach *Dionysios D. Tatses*, 'Ο Γέροντας Παΐσιος. Βιογραφικά στοιχεία - Διδαχές - Ἐπιστολές - Περιστατικά - Κείμενα, Konitsa 1996, S. 97.

⁹⁸ Vgl. *Dionysios D. Tatses*, a.a.O., S. 98.

⁹⁹ Vgl. Geron Hieronymos nach *Dionysios D. Tatses*, *Διδαχές Γερόντων*, Asprovalta 1996, S. 32: „Eine Seele sprach zum Geron Hieronymos, dass sie durch sein Gebet großen Nutzen empfangen habe und dankte ihm dafür. Und der Geron sagte ihr: ‚Ich werfe dir von hier aus dauernd Äpfel zu. Wenn du sie auffängst, ist es gut. Andernfalls wirst du hungrig sein, weil die Äpfel verloren gehen. Auch du musst beten. Sonst nützen dir meine Gebete nichts.‘ Und ein andermal betonte er: ‚Ich werde Gott für euch bitten, ich werde beten. Wisst aber, dass eine Hand keinen Lärm macht (scil. gemeint ist wohl: beim Klatschen). Ich bitte für euch, aber auch ihr müsst bitten.‘“ Vgl. hierzu bereits *Apophthegmata* Nr. 16.

lich im Kontext der Frage nach der Gebetserhörung gilt: „Der Wille Gottes ist in vielen Fällen unbekannt.“¹⁰⁰

I.8 Gebet und Wunder

Eine gängige Vorstellung in der Ostkirche ist es, dass geistliche Väter durch das Gebet Wunder bewirken können.¹⁰¹ Dafür gibt es besonders in den Erzählungen über geistliche Väter Beispiele. Einige derartiger Wunder seien hier festgehalten:

Vater Jakob (Tsalikes, 1920-1991) bat Gott erfolgreich um die Gabe, Menschen durch das Gesicht ins Herz schauen zu können.¹⁰² Erkenntnis der eigentlichen Probleme von Menschen wird auch in einer Geschichte über den Geron Joachim (Spetseres, 1860-1934) berichtet: „In der Kirche der hl. Anargyroi in Athen traf den Vater Joachim ein sehr betrübtes Mädchen an, enttäuscht und gänzlich hoffnungslos, die ihm sagte: ‚Geronta, ich habe Pech in meinem Leben und ich kann nicht weiter leben, es besteht keine Hoffnung und ich werde mich umbringen, für mich gibt es nichts mehr.‘

Vater Joachim, ohne irgendetwas anderes über dieses Mädchen zu wissen, nahm sie bei der Hand und ging mit ihr vor die Christus-Ikone, und sie beteten gemeinsam mit Ergriffenheit und viel Glauben, und er brachte das Mädchen auf den Knien liegend vor den Herrn Christus. Nach diesem inständigen Gebet erleuchtete Gott den Vater Joachim, und er sagte zu dem Mädchen: ‚Geh, mein Mädchen, zu der Mutter des Jungen, den du liebst, und sag ihr mit viel Demut: Ich möchte mit der ganzen Kraft meiner Seele Dich zu meiner Mutter machen und deine Tochter werden.‘

Das Mädchen glaubte den Worten des Gerontas, und als sie ging und diese Dinge der Mutter des Jungen sagte, umarmte diese sie sofort, küsste sie und sagte ihr:

‚Ich betrachte es, mein Mädchen, als meine Freude und Ehre, dich zur Braut und meiner Tochter zu machen.‘

Nach zwei Jahren erschien dieses Mädchen beim Vater Joachim und stellte ihm ihren Gatten und ihr Kind vor. Und mit viel Freude verherrlichte sie Gott und dankte Vater Joachim.“¹⁰³

Freilich kann die Gebetserhörung in Form von Wundern auch für westliche protestantische Christen ungewöhnlichere Formen annehmen, wie sie ebenfalls bei Geron Joachim belegt sind. Er ermöglichte es beispielsweise einer Frau, die keine Kinder gebären konnte, durch Auflegen von Reliquien und begleitende Gebete, Erfolg mit ihrem Kinderwunsch zu haben.¹⁰⁴

¹⁰⁰ Vater Paisios nach *Dionysios D. Tatses*, Ὁ Γέροντας Παΐσιος. Βιογραφικά στοιχεία - Διδαχές - Ἐπιστολές - Περιστατικά - Κείμενα, Konitsa 1996, S. 98.

¹⁰¹ Vgl. schon in den *Apophthegmata* u. a. Regenwunder durch Gebet (Nr. 507; 567).

¹⁰² Vgl. den Eigenbericht des Jakob bei *Dionysios D. Tatses*, Διδαχές Γερόντων, Asprovalta 1996, S. 31.

¹⁰³ *Andreas Monachos Hagioritis* (Charalampos Theophilopoulos), Γεροντικό τοῦ Ἁγίου Ὁρους, Athen 1994, S. 29.

¹⁰⁴ Vgl. ebd.

II. Schluss

„Wenn das Gebet nicht den Hauptteil unseres Lebens umfasst, ist unser geistlicher Tod sicher.“¹⁰⁵ Gebet als *die* Säule im geistlichen Leben der Christen, so kann man wohl die verschiedenen genannten Aspekte des Gebets bei den geistlichen Vätern und auch überhaupt in der orthodoxen Ostkirche am besten zusammenfassen. Ob liturgisches Gebet, Fürbitten, unaufhörliches Gebet oder Herzensgebet. Alle diese Formen dienen dem Gespräch, der Begegnung oder sogar der mystischen Vereinigung mit Gott, auf die man gut vorbereitet werden muss.¹⁰⁶ Es ist wohl nicht übertrieben zu formulieren, dass im Gebet nach den geistlichen Vätern alle Formen christlichen Lebens gipfeln, dass es ein, wenn nicht sogar *das* Zentrum ostkirchlicher Spiritualität darstellt.

Gebet, Lobgesang Gottes, der die ganze Schöpfung zusammenhält,¹⁰⁷ ist nach den geistlichen Vätern unerlässlich und von großer Bedeutung, wenn dies auch von vielen sogenannten Weltmenschen selbst in Griechenland bestritten wird. Gebet dient nicht nur der geistlichen Erbauung der eigenen Person, es dient der Existenz dieser Welt, ihrem Leben aus dem Segen Gottes. Dies veranschaulicht ein Gespräch, das Mutter Gabrielia mit T. Menaïpoulou geführt hat:

„Mutter Gabrielia: Wenn es dir unmöglich ist, tatsächlich persönlich etwas zu tun, sende eine Nachricht an Gott, fasse den Menschen, werfe ihn geistlich vor die Füße Christi, bitte Ihn, ihm Seinen Segen zu geben, und dann wirst du in Ordnung sein. Das geschieht langsam, sehr langsam. Das tun auch die Mönche, die sich vollkommen fern von der Welt zurückgezogen haben. Sie flohen nicht, weil sie die Welt nicht liebten. Sie flohen, weil sie sie sehr liebten und nichts anderes tun wollten, als für sie zu beten. Und wenn die Welt heute auf ihren Füßen steht, kommt das daher, dass tausende Mönche für sie beten. Die Menschen, die nichts wissen, sagen: »Ach, was macht der Mönch? Er betet? Wird es dir nicht mühsam?! Werke, Werke, die haben wir nötig.« Sie haben Unrecht. Weil es eine größere Kraft (ἐνέργεια) als die des Gebets nicht gibt. Die Anbetung gilt sehr viel, sagt die Hl. Schrift, und besonders die mit Selbstentäußerung ... Weil sie Stärke bedeutet ... Kraft ist. Du siehst, wie die Schrift sagt: »Auch den Berg kannst Du versetzen mit dem Glauben und mit deinem Gebet ...« Vater Lazaros sagt etwas sehr schönes: »Dass dieser Berg, den wir mit unserem Glauben versetzen, unsere Überheblichkeit ist« ... ein Berg! ... Und den werfen wir ins Meer!“

T: „Sehr schön, aber wie werfen wir ihn?“

Mutter Gabrielia: „Frage nicht! ... Allein mit der Gnade Gottes. Sag Ihm: »Herr, nimm von mir die Überheblichkeit« ... Am anderen Tag beginnt die Arbeit!“¹⁰⁸

¹⁰⁵ Archimandrit Athanasios, Ὁ Γέρον Γερμανὸς Σταυροβουνιώτης (1906-1982). Φῶς ἱλαρὸν καὶ μυστικὸν στὴ σκοτοδίνη τῶν σύγχρονων καιρῶν, Nikosia 1997, S. 170. Anderswo bezeichnet Vater Germanos das Gebet als „Sauerstoff der Seele“ (S. 169).

¹⁰⁶ Vgl. auch Karl Christian Felmy, Die Orthodoxe Theologie der Gegenwart. Eine Einführung, Darmstadt 1990, S. 128: „Eigentliches Ziel des Gebetes ist nach orthodoxem Verständnis nicht der Inhalt der Bitten, sondern vielmehr, daß sich der Mensch in den Raum des Heiligen begibt, in die Gegenwart Gottes, und sich darin einübt, vor Gott zu stehen.“

¹⁰⁷ Vgl. hierzu Vater Joel (Giannakopoulos) von Kalamata (1901-1966) nach Dionysios D. Tatses, Διδαχές Γερόντων, Asprovalta ²1996, S. 27, der weiter zum Lobgesang Gottes bemerkt: „Er ist das letzte Wort, das höchste Ziel des Ganzen, folglich auch das höchste Ziel des Menschen.“

¹⁰⁸ Monache Gabrielia, Ἡ Ἀσκητική τῆς Ἀγάπης, hg. von D. Georgiou, Athen ⁹1998, S. 316f.