

## Spirituelle / Geistliche Begleitung bei den Wüstenvätern

### 1. Kontexte - Entstehung

- A) Die Bewegung der Wüstenväter entsteht in der spätantiken Mittelmeerwelt; die Blütezeit ist 300 bis 450 n.Chr.. Zeitweise waren wohl 3000 bis 4000 Eremiten in der Wüste unterwegs, lebten dort - in den Wüstengebieten südlich Alexandrias (Nitria, Kellia, Sketis), südlich von Jerusalem (alte und neue Lavra) und in Syrien, östlich von Antiochien /Chalkis). - Ab Anfang des 5. Jahrhundert wurden sie dann von Wüstenstämmen angegriffen, die Kellions zerstört - es blieben nur die dann immer mehr befestigten Klöster übrig. Die Kirche der damaligen Zeit erreichte nach dem Toleranzedikt von 313 (Mailand, Kaiser Konstatin) und der Anerkennung als Staatsreligion 391 einen ersten Höhepunkt ihrer Machtentfaltung. Bischofsein war eine bedeutende Stellung; Gemeinden hatten z.T. große Ländereien. Zugleich stellte sich die Frage: Büßt ein Christentum mit diesen einflussreichen Positionen nicht seine moralische Kraft und Unabhängigkeit ein? Militärdienst ja oder nein? Asketische Einzelne und Bewegungen in den Gemeinden gab es seit dem 1. Jahrhundert; durch die entstehende Amtskirche wurden sie aus den „Normal-Gemeinden“ nach außen gedrängt, da diese eben die „Normal-Christen“ beheimaten sollten. Im spätrömischen Ägypten, der Wiege des Wüstenmönchtums, erlebten die Dörfer des Nildeltas ganz unmittelbar eine Krise des Zusammenlebens (wie sie immer wieder in Clans, Sippen, Großfamilien auftreten) sowie die ständige Angst vor dem Verhungern (zu viel oder zu wenig Wasser aus dem Nil?) und eine wachsende Last der Steuern. Die Reaktion einzelner in dieser Situation: Auszug, Distanzierung (= anachoreisis; Aussteiger) - in ein anderes Dorf, in die Stadt, in die Wüste. Die ersten Wüstenväter sind ägyptische Bauern aus dem Nildelta; dann später kommen die (religiösen) Abenteurer, Pilger, wohlhabende Neugierige aus dem ganzen römischen Reich.

Stellen Sie sich einmal Folgendes vor: Sie sitzen einen Tag alleine in einem leeren Raum. Sie essen nichts, trinken nichts und sprechen mit niemandem. Sie haben nur eine Aufgabe: Beobachten Sie sich selbst. Welche Gedanken gehen Ihnen durch den Kopf? Stinkt Ihre Seele wie ein alter Fisch? Oder duftet sie wie eine Rose? Was ist mit Ihnen los? Halten Sie das aus, mit sich allein zu sein? Haben Sie den Mut, Ihrem wahren Selbst in die Augen zu schauen?

Entstehen der Individualität: weg von Großfamilie, nur für sich allein; heute selbstverständlich in unserer westlichen Kultur (und fast nur dort!...): „eigenes Zimmer“.

### B) Bevorzugter Ort des Weggehens ist die Wüste.

+ Wüste ist biblisch der Ort der Erwählung (Ex. 19ff), des Bundes und der Prüfung (1.Kön 19,3ff/Mt 3,1-12).

+ Wüste galt im zeitgenössischen Hellenismus als idealer Ort eines gesunden (‚verschmutzte Städte‘) und zurückgezogenen Lebens (Philon – Klemens von Alexandrien....)

+ Wüste gilt in der religiös-mythischen Deutung als Bereich des Todes, der Gefahr, der Dämonen. Dies ist wichtig für die Wüstenväter: Wie Christus kämpft der Wv. mit dem Bösen – den Dämonen (in sich und um sich). Dies ist auch ein Weg der Selbsterkenntnis. –

Die Wüste gilt als Gegenwelt um Gott zu finden, sich auf Wesentliches zu konzentrieren. *„Wer in der Wüste sitzt und die Herzensruhe pflegt, wird 3 Kämpfen entrissen: dem Hören, dem Reden, dem Sehen. Er hat nur noch einen Kampf zu führen: den mit dem Herzen“* (Antonios).

Er lebt in seiner Zelle (Kellion):

*„Ein Bruder kam zum Altvater Moses und bat ihn um ein Wort. Der Altvater sagte zu ihm: ‚Geh, setz dich in dein Kellion, und das Kellion wird dich alles lehren.‘* (Abbas Moses)

Und er suchte sich Hilfe. Der Wv. sucht den Bruder (die Schwester) auf. Diese/r wird ihm dann zum Abbas (Vater) oder zur Amma (Mutter). Dabei ist nicht die höhere Bildung wichtig, sondern die Reife, die sie im Umgang mit den Dämonen und Leidenschaften und in der Erkenntnis des Herzens errungen haben.

Diese Abbas/Ammas hören zu und geben ein Wort, eine Übung mit, nicht mehr. Dabei gibt es keine Unterscheidung von Geistigem und Physischem: jede geistige Realität ist mit einer physischen Realität verbunden! – Daraus entstehen dann die Sammlungen der „Aussprüche der Väter/Mütter“.

### C) Eine beispielhafte Figur:

+ Evagrius Pontikos – 345 – 399 n.Chr. Grieche, gebildeter Theologe; eine Beziehungsgeschichte treibt ihn aus Konstantinopel nach Ägypten in die Wüste; er wird zum gesuchten geistlichen Vater; er ist ‚Fachmann‘ für den Umgang mit Gedanken und Gefühlen, im Kampf mit den Dämonen und Leidenschaften. Er ist einer der Wenigen, die schriftliche Werke hinterlassen, die systematisiert aufzeichnen (Praktikos). Er entwickelt als erster eine ‚Theorie der akedia, der depressiven Verstimmung und hat therapeutische / heilsame Wege im Umgang mit den Gedanken aufgeschrieben‘ – so D.Hell, Psychiater aus Zürich.

## 2. Geistliche / spirituelle Begleitung

### A) Haltung:

*„Ein Anachoret, der in seiner Gegend großes Ansehen genoss, besuchte den Altvater Poimen. Der Greis empfing ihn mit Freude, und nachdem sie sich umarmt hatten, begann der Besucher viel über die heilige Schrift und von himmlischen Dingen zu sprechen. Da wandte Abbas Poimen sein Haupt ab und gab ihm keinerlei Antwort. Als der Einsiedler sah, dass er nicht mit ihm sprach, ging er betrübt davon und sagte zu dem Bruder, der ihn hergebracht hatte: ‚Ich habe diese ganze Wanderung umsonst gemacht. Denn ich kam zu dem Greis, aber siehe, er will nicht mit mir reden!‘ Da ging der Bruder zum Altvater Poimen hinein und sagte: ‚Vater, deinetwegen kam dieser große Mann, der in seiner Gegend ein so großes Ansehen besitzt. Warum hast du denn nicht mit ihm gesprochen?‘ Der Greis gab zu Antwort: ‚Er wohnt in den Höhen und spricht Himmlisches, ich aber gehöre zu denen drunten und rede Irdisches. Wenn er von den Leidenschaften der Seele gesprochen hätte, dann hätte ich ihm wohl Antwort gegeben. Wenn er aber über Geistliches spricht, so verstehe ich das nicht.‘ Der Bruder ging nun hinaus und sagte zu dem Einsiedler: ‚Der Greis redet nicht leicht von der Schrift, aber wenn jemand mit ihm von den Leidenschaften der Seele spricht, dann gibt er ihm Antwort.‘ Er besann sich und ging zu ihm hinein und sprach zu ihm:*

*‚Was soll ich tun, wenn die Leidenschaften der Seele über mich Macht gewinnen?‘ Da achtete der Greis freudig auf ihn und sagte: ‚Jetzt bist du richtig gekommen, nun öffne einen Mund für diese Dinge, und ich werde ihn mit Gütern füllen.‘“<sup>2</sup>*

Die Wv. haben keine Lehre – weder in der Theologie noch für die geistliche Begleitung. Für die Begleitung gilt nach Abbas Poimen: *„Den Nächsten belehren ist das gleiche wie ihn anklagen.“*

Anselm Grün arbeitet Unterschiede in den Formen der Geistlichen Begleitung bei Ignatius und bei den Wüstenvätern heraus:

Ignatius	Wüstenväter
- Es geht darum, den Willen Gottes für mich zu erkennen;	- es ist wenig/nicht vom Willen Gottes die Rede, auch wenig von der Tat oder der Verantwortung für diese Welt

<p>- die innere Bewegung der Seele achten und das Wirken der Gnade erkennen – um gehorsam Gottes Willen zu tun</p> <p>- Die Berufung des Menschen in dieser Welt ist eine Berufung zur Tat</p> <p>- Es werden Szenen aus dem Leben Jesu vor Augen gestellt: sich hinein versetzen; durch diese ins Gespräch mit Jesus kommen.</p>	<p>- Es geht um die Frage: Wie kann ich das Heil erlangen, gerettet werden? – Es geht um Menschwerdung: Wie kann ich der werden, als der ich von Gott her gedacht bin? – Es geht um direkte Gottbegegnung in der Kontemplation!</p> <p>- Das Leben Jesu spielt auf den ersten Blick keine Rolle in den Gesprächen; die Bibel ist im Hintergrund gegenwärtig – der Abba kann sie auswendig.</p> <p>- Vätersprüche beziehen die Bibel kaum mit ein – stattdessen: Übungen, die den Prozeß der Selbstwerdung in Bewegung bringen sollen, die den Fragenden konfrontieren und mit seinen Gedanken/Gefühlen vor Gott stellen; es gibt den Spruch, die Frage, die Beispielgeschichte, das ‚Koan‘, ...</p> <p>- dabei geht es nicht um „geistliche Begleitung“, sondern um „geistliche Vaterschaft / Mutterschaft“; letztlich ist Christus der Vater / Hirte / Lehrer – so Clemens v. Alexandrien.</p>
---	---

### B) der / die geistliche Begleiter/in

+ ist pneumatikos – vom Heiligen Geist erfüllt – alles durchdrungen und durchdringen lassen (Leib / Seele / Bewusstes / Unbewusstes / Verstand / Gefühl / Wille / Triebe ...) = die Geheimnisse Gottes kennen

+ braucht die Gabe der kardiognosie, der Herzenskenntnis

+ braucht die Gabe der Unterscheidung und des rechten Maßes (diakrisis) im Bereich der Gefühle, Gedanken, usw. Um diese Gabe zu erhalten braucht es ein (jahrelanges) ehrliches Ringen mit sich selbst, einen Kampf um die Reinheit des Herzens, um die Leidenschaftslosigkeit (apatheia);

+ psychologische Kenntnisse sind kein Selbstzweck, sondern dazu da, den Kampf um die Reinheit des Herzens bestehen und so Leib und Seele für Gott öffnen zu können.

+ apatheia = Leidenschaftslosigkeit, Klarheit des Herzens beim Wv. – d.h. Anschauen und Verstehen der Gefühle und Gedanken um so unabhängiger von ihrer Herrschaft zu werden. Und Sanftmut – hier nicht als moralische Tugend verstanden, als Handlungsmaxime, sondern als innere Haltung und Reife, als Glaubens- und Lebenshaltung. Der Altvater ist sanftmütig geworden, weil er seinen eigenen Schatten, seiner Ohnmacht begegnet ist und darin Gottes Barmherzigkeit erfahren hat.

### C) verschiedene Methoden / Wege der GeBe:

a) konkrete Weisung: Vätersprüche sind Antworten auf konkrete Fragen; eine einzige Übung genügt – konsequent angewandt über längere Zeit – um zu verwandeln. (Beispiele: Schweigen und sich nicht mit anderen vergleichen; „Geh in Dein Kellion – es wird Dich alles lehren“ usw...)

b) trösten und ermutigen – nicht urteilen oder in Trauer stürzen; nicht überfordern; von seinen eigenen Schwierigkeiten mit dem gleichen Thema als Anleitung erzählen; Bilder, Vergleiche, Geschichten...

c) Fürbitte und Stellvertretung: beten für den anderen und sich solidarisch zeigen; auch zumuten: beten ersetzt nicht den Kampf; Gebet als sensibles Gewahrwerden des anderen vor Gott; Gott meine Ohnmacht hinhalten; den anderen im Herzen tragen.

d) Antwort durch Symbolhandlung: oft nicht Worte, sondern Tun des Altvaters oder durch Symbolhandlung, die der Frager tun soll – Beispiele

e) die Entscheidung nicht abnehmen: – aber den anderen in eine Erfahrung führen, die ihm hilft eine Entscheidung zu fällen. BEISPIELE

f) Verweigerung des Wortes: Schweigen zwingt von der Ebene der Theorie auf die Ebene der Erfahrung zu wechseln; GeBe ist kein interessantes theologisches Gespräch, sondern Gespräch über die Regungen der Seele, die Wahrheit des Herzens („existentielles Gespräch“) – von da aus den wahren Gott zu erkennen suchen.

g) behutsam zur Wahrheit führen: die Fragenden selbst ihre Antwort finden lassen – ihn so „führen“, dass er selbst erkennt, was gut für ihn ist. Wiederholen der Worte des anderen und so Selbsterkenntnis auslösen; Widerspiegeln des Verhaltens um den anderen mit seiner Wahrheit zu konfrontieren.

h) diakrisis – Gabe der Unterscheidung

i) Gefühle und Bedürfnisse zulassen: BEISPIELE – nur was angeschaut wird, kann verwandelt werden; monastische Askese ist eine Übung der Verwandlung, nicht der Veränderung (diese ist gewaltsam, jene friedfertig)

j) Antwort mit einem ‚Koan‘: ein Wort, das auf den ersten Blick nicht logisch verständlich ist; es zwingt, die Ebene des Verstandes zu überschreiten und so das Wesen des Religiösen zu entdecken, das letztlich paradox ist. Es zwingt dazu, sich selber zu bewegen ...

k) Begleitung auch durch Umwege: Mönche und Wüstenväter waren vorher z.T. Räuber usw. – sie kennen ‚Umwege‘. Es gilt das Vertrauen, dass Gott auch durch Sünde Menschen öffnen kann für sich: die Erfahrung der Sünde ist für manchen wichtig, um das Geheimnis der Liebe Gottes zu verstehen. Beispiele

### D) Themen der Geistlichen Begleitung u.a.:

a) Heilung von Lebenswunden: Wunden: von anderen zugefügt; Wunde: Sehnsucht nach Liebe – Wunde: Schuld und Schuldgefühle – hierfür Worte der Altväter...BEISPIEL

b) Umgang mit den Leidenschaften: Besonders Evagrius Pontikos hat die 8 – Laster – Lehre systematisiert und „Gegenmittel“ entwickelt / überliefert (Buch: Praktikos). Die 8 (+1) Leidenschaften sind: Dämon der Völlerei, der Unzucht, der

Habsucht, der Traurigkeit, des Zornes, der acedia (= Mittagsdämon oder auch depressive Verstimmung), der Ruhmsucht, des Stolzes. WICHTIG: hier sind nicht die später daraus entwickelten Todsünden gemeint; es gibt keinerlei moralische Verurteilung dieser Dämonen – sie hindern mich nur auf meinem Weg der Gottesbegegnung. (vgl. Enneagramm)

Was ist das „Haupt“ meiner Leidenschaften? Beobachten, wohin meine Energie fließt, was mich bindet und blockiert. Dort, wo die größte Gefährdung liegt, da ist auch die größte Chance – bei entsprechender Verwandlung. Durch die Leidenschaft zur Begabung! (ähnlich der dynamischen Psychoanalyse heute)

Evagrius entwickelt 3 Wege, mit Gedanken, Gefühlen, Leidenschaften, Dämonen umzugehen:

- 1) die antirrhethische Methode: Die Gedanken erforschen – und dann ein „Gegen – Wort“ (der Bibel) laut dagegen setzen. Dieses Wiederkäuen, zum neuen ‚Lebensskript‘ werden lassen.
- 2) Dialog mit den Gedanken: Mit den eigenen Gedanken sprechen, sie untersuchen, analysieren; sich fragen, was die Gedanken / Gefühle mir sagen wollen – offen und geheim; sie machen oft darauf aufmerksam, dass wir einen inneren Impuls übersehen haben. Wichtig: wir sind nicht verantwortlich für unsere Gedanken und Gefühle – „schlechte“ gibt es nicht – sondern nur für den Umgang mit ihnen. Also z.B.: Gedanken weiter- / zu Ende denken; Gedanken und Gefühle mir erlauben, anschauen, wahrnehmen.
- 3) Kämpfen mit den Leidenschaften: Leidenschaften / Dämonen erkennen – und dann die passende Askese / Übung dazu aufnehmen, tun, üben, durchhalten. BEISPIEL

### 3. Schluss und Ausblick

✚ Ziel der GeBe ist die Kontemplation – den Suchenden auf den Raum der Stille zu verweisen, zu dem nur und allein er Zutritt hat bei sich / in ihm – um dort Gott zu begegnen, seiner von Gott geschenkten Würde, die letztlich unverletzlich ist (so Anselm Grün).

✚ Mich berühren gerade die Wüstenväter und ihre Form der spirituellen Begleitung, weil sie alt (=ursprünglicher?) sind; weil wir heute – wie sie damals – in Zeiten leben, die sehr viel Veränderung mit sich bringen; weil hier christlich und therapeutisch (heilsam) zusammen kommt; weil hier beim Innen- / Seelenleben, nicht bei vorgegebenen Schriften/Bekenntnissen usw. angesetzt wird; weil es hier auch erstmal um den Einzelnen geht, um seine Menschwerdung; weil ich hier meine Sehnsucht nach Stille, Rückzug und Angenommensein wieder erkenne – ohne vorschnell wieder auf Gemeinschaft verpflichtet zu werden.

✚ Ich entdecke in vielem bei den Wüstenvätern eine Aktualität für unsere heutige Zeit. Nicht umsonst spricht die Kultur der Klöster und des mönchischen Lebens heute viele Menschen an, ohne dass sie gleich ins Kloster eintreten (siehe Buchveröffentlichungen).

**Literatur:**

Anselm Grün, aus dem Vier-Türme-Verlag Münsterschwarzach:

Geistliche Begleitung bei den Wüstenvätern, Nr. 67

Einreden, Nr. 19

Der Umgang mit dem Bösen, Nr. 6

Spiritualität von unten, Nr. 82

Anselm Grün, Der Himmel beginnt in dir – das Wissen der Wüstenväter für heute  
Herder 1994 (auch neuer)

Daniel Hell, Die Sprache der Seele verstehen – Die Wüstenväter als Therapeuten,  
Herder Spektrum 2006

Daniel Hell, Leben als Geschenk und Antwort – Weisheiten der Wüstenväter  
Herder Spektrum 2005

Freddy Derwahl, Die Lebenskunst der Wüstenväter, Pattloch 2005

Lebenshilfe aus der Wüste – die alten Mönchsväter als Therapeuten, ausgewählt  
von G. und Th. Sartory, Herder 2002

Michael Cornelius, Die Weisheit der Wüstenmönche – Von der Kunst, das Leben  
zu meistern, Heyne 2005

Hans Conrad Zander, Als Religion noch nicht langweilig war – Die Geschichte der  
Wüstenväter, Kiepenheuer & Witsch 2001