

## Das Jesusgebet des russischen Pilgers im Rahmen der ostkirchlichen Spiritualität\*

VON KARL CHRISTIAN FELMY

Daß auf die „Welle“ einer einseitigen sozialetischen Ausrichtung, wie sie uns um die Wende von den sechziger zu den siebziger Jahren überflutete, eine religiöse Rückflut folgen mußte, konnte eigentlich nicht überraschen. Dennoch waren die abendländischen Kirchen in ihrer Gesamtheit nur ungenügend auf den erneuten Wandel der theologischen Situation gerüstet, wie er sich in der vielfach zu beobachtenden Rückkehr zur Frömmigkeit und der Suche nach Besinnung und Meditation zeigt. U. a. von daher erklärt sich, daß viele der von den abendländischen Großkirchen religiös Vernachlässigten Ausflüge zur Weisheit des Fernen Ostens unternommen haben. Freilich erhebt sich hier die Frage, ob nicht auch die christliche Tradition über Elemente verfügt, denen befriedigende Antworten auf die neu aufgetauchten Fragen entnommen werden könnten. Wie weit dies von den abendländischen Kirchen gilt, bedürfte dabei einer eigenen Untersuchung, die gewiß lohnende Ergebnisse bringen würde. Insbesondere aber die Tradition des christlichen Ostens wird auf der Suche nach einer neuen Spiritualität von denen, die sich der Weisheit des Fernen Ostens zuwenden, zu Unrecht übersprungen. Vor allem ist hier an die Praxis des Jesusgebetes zu denken, d. h. an die ständige meditative Wiederholung des Gebetsrufs „Herr Jesus Christus, erbarme Dich über mich Sünder“ oder „Herr Jesus Christus, Sohn Gottes, erbarme Dich über mich Sünder“, die den fernöstlichen Praktiken weithin entspricht, aber ohne die Gefahren, die vom theologischen, aber auch vom psychologischen Standpunkt aus mit diesen verbunden sind.<sup>1</sup> Zu der Beschäftigung mit der östlichen Spiritualität und dem Jesusgebet als einer ihrer wesentlichsten Ausprägungen führt aber auch die ekklesiologische Voraussetzung, daß der Geist *einer* ist auch über die kanonischen Grenzen der Kirchen hinweg und daß spezifische spirituelle Erfahrungen über den abgegrenzten Raum einer Konfessionskirche hinaus Bereicherung schenken.<sup>2</sup>

Die Spiritualität einer Kirche umfaßt alle Bereiche, in denen sich geistliches Leben vollzieht. Will man darum über östliche Spiritualität sprechen, müßte man vom Gottesdienst, von Gebet, Predigt, Seelsorge, gewiß auch vom Mönchtum und speziellen Zügen der Heiligkeit reden. Das Jesusgebet ist nur eine und nicht einmal die zentralste Ausdrucksform östlicher Spiritualität, und es gibt fromme orthodoxe Christen, ja vielleicht auch Heilige, die es nie geübt haben.

Darum sollte auch der theologische und spirituelle Rahmen bei einer Betrachtung des Jesusgebetes nicht unbeachtet bleiben. Denn diese vielleicht innigste Ausdrucksform der Spiritualität der östlichen Kirche hat sich niemals verselbständigt und isoliert, ist im Rahmen nicht nur der orthodoxen Theologie, sondern auch der ganz spezifischen orthodoxen Frömmigkeit geblieben, die ihre Mitte in der Eucharistie, den Mysterien (= Sakramenten) und dem liturgischen Reichtum der östlichen Kirche findet.

Eines der schönsten Beispiele für diese Vereinigung einer im sakramentalen Leben der Kirche verwurzelten kirchlichen mit persönlicher Herzensfrömmigkeit bieten die 1884 in Kazan' erstmals anonym veröffentlichten „Aufrichtigen Erzählungen eines russischen Pilgers“.<sup>3</sup> Sein Pilgern ist zwar eine typische Erscheinung nur für das späte zaristische Rußland.<sup>4</sup> Aber in der Weise, wie sehr in diesen Erzählungen – zumindest für unser Gefühl – unterschiedliche, zuweilen als gegensätzlich empfundene Weisen der Glaubensverwirklichung gelebt werden, ist die Erzählung vom Pilger doch insgesamt typisch für die Spiritualität, wie sie sich in der orthodoxen Kirche entwickelt hat.

Der Pilger, ein Mann, der nichts mehr zu verlieren hat, weil er, von Kindheit an ein Krüppel, Weib und Kind und alle Habe verloren hat, hört im Gottesdienst die Worte des Apostels „Betet ohne Unterlaß!“ (1Thess5,17). Er nimmt diese Worte nun in einer für den westlichen Menschen unserer Tage ganz überraschenden Weise wörtlich, und sie lassen ihn nicht mehr los. Er wandert von Ort zu Ort und von Kirche zu Kirche und hört die berühmtesten Prediger seiner Zeit, um von ihnen zu lernen, wie die Weisung, ohne Unterlaß zu beten, erfüllt werden kann. Aber die Predigten, die er hört, bleiben im Vorfeld verhaftet.<sup>5</sup> Es wird da geredet von der Notwendigkeit und Nützlichkeit des Gebets. „Darüber aber, wie man im Gebet fortschreiten könnte, redete niemand“. Schließlich hört er auf, „die öffentlichen Predigten zu besuchen“,<sup>6</sup> – übrigens der einzige Punkt, an dem er mit der Kirche und ihrem institutionellen gottesdienstlichen Leben bricht: Sonst aber bleibt er, und das ist sehr bezeichnend, mit dem gottesdienstlichen Leben seiner Kirche verbunden, nicht zuletzt auch, weil der orthodoxe Gottesdienst mit seinem ständigen, oft bis zu 40mal hintereinander gesprochenen „Kyrie eleison!“ wesentliche Elemente der mit dem Jesusgebet verbundenen Frömmigkeit enthält. Der Pilger besucht darum weiter und mit größerem Eifer und Ausdauer die Göttliche Liturgie und den Vorabendgottesdienst, beichtet, bereitet sich auf die übliche Weise vor auf den Abendmahlempfang, empfängt das Sakrament, sehnt sich nach ihm; aber neben und über all dem sucht er, das unaufhörliche Gebet zu erlernen, bis er schließlich einen Starec, d. h. einen im monastischen Leben fortgeschrittenen Mönchsvater, findet, der ihn dazu anleitet.

Daß der Pilger eine persönliche Anleitung erhält, ist dabei wiederum ein wesentlicher Zug ostkirchlicher Spiritualität. Nach dem baldigen Tod des Starec zwar hilft ein Buch ihm weiter, die sogenannte *Philokalie*,<sup>7</sup> eine Sammlung von Aussagen der Mönchsväter über die Übung des Jesusgebetes, die vor allem gegen Ende des 19. Jahrhunderts in Rußland und heute noch in Rumänien sehr verbreitet und beliebt ist; aber die persönliche Anleitung, der anspornende und zugleich auch mäßigende<sup>8</sup> Einfluß eines geistlichen Vaters sind unaufgebbarer Bestandteil dieser Frömmigkeit. Für den Pilger wird der geistliche Vater in der Zeit, in der er ihn in seine Schule nimmt, zur alles beherrschenden Gestalt, und seinen Weisungen leistet er zwar absolut freiwilligen, aber zugleich auch unbedingten Gehorsam.

So durchläuft der Pilger nach den Weisungen seines Starec eine Schule des Gebetes. Er *lernt* zu beten und lernt, sich dazu ganz bestimmter Methoden zu bedienen: einer bestimmten Atemtechnik, einer vorgeschriebenen Körperhaltung und vor allem jener knappen Formel: „Herr Jesus Christus, erbarme Dich meiner“, die er zunächst 3 000-, dann 6 000-, dann 12 000-mal am Tag und schließlich unentwegt spricht, bis er dann entdeckt, daß das Gebet gewissermaßen selbsttätig in ihm wirkt; daß nicht mehr er das Gebet spricht; daß es sich vielmehr ganz von selbst in ihm vollzieht; daß bestimmte Worte so fest mit dem Ein- und andere mit dem Ausatmen verbunden sind, daß jeder Atemzug und jeder Herzschlag ein Gebet wird und ihn dieses Gebet den ganzen Tag hindurch begleitet und des Morgens aus dem Schlaf weckt.

## I. NÄHE UND ABSTAND

Das Gebet des Herzens ist so Ausdruck und Mittel einer einzigartigen Gottesbeziehung. Die ständige Wiederholung des Jesusnamens soll den Beter immer fester mit Christus verbinden, ihn gewissermaßen anketteten an ihn,<sup>9</sup> mit ihm mystisch einen und mit seiner Kraft ausrüsten. Das ständige „Herr, erbarme Dich!“ dieses Gebetes ist dagegen auf der anderen Seite Ausdruck eines niemals überbrückbaren Abstands und einer bleibenden Unterschiedenheit zwischen Christus und dem Beter.

Tremendum und Faszinans ist die Spannung, in der sich jede religiöse Erfahrung vollzieht. Diese Spannung ist im Christentum nicht einfach aufgelöst, sondern vielmehr ins Unendliche gesteigert.<sup>10</sup> Ohne daß eine Form dieser Spannung nun ausschließlich in einer Konfession erlebt würde, so gibt es doch konfessionsspezifische Ausprägungen. Im lutherischen Raum wird diese Spannung von Nähe und Abstand vornehmlich darin erfahren, daß derselbe Gott, der im Gesetz als unnahbar Ferner, als *Deus absconditus*, fordernd gegenüber-

tritt, sich im Evangelium als der Gnädige zeigt, der allein aus Gnaden rechtfertigt. Im orthodoxen Raum wird diese Spannung vornehmlich in der Paradoxie der Inkarnation und des leidenden Logos erfahren – die byzantinische Hymnik schwelgt geradezu in der immer wieder erneuten Herausstreichung dieser wunderbaren Paradoxie in allen ihren Aspekten.

Besonders im Zusammenhang mit dem Eucharistieempfang wird diese Spannung ins Unermeßliche gesteigert. In den Vorbereitungsgebeten äußert sich immer wieder das Glück über die hier geschenkte wunderbare Nähe und zugleich das Erschrecken vor der Furchtbarkeit der Gabe, bis schließlich die Gebete von einem Warnsignal unterbrochen werden: „Erschrick, Mensch, wenn du siehst das vergottende Blut. Denn es ist ein Feuer, das die Unwürdigen verzehrt. Der göttliche Leib vergottet mich auch und nährt mich. Er vergottet den Geist und nährt wundersam den Verstand“.<sup>11</sup>

Diesen selben Geist der Furcht und des beglückten Staunens atmet auch das Gebet des Metaphrastes, das nach dem Kommunionempfang gesprochen wird und in dem die Bitte, Christus möge den Sünder nicht mit seinem Feuer verzehren, begleitet ist von der anderen: „... vielmehr in alle meine Glieder dringe ein, in alle Gelenke, in meine Nieren, in mein Herz...“<sup>12</sup> Es ist dieselbe Spannung von Nähe und Abstand, die der Beter erfährt, wenn er sich im Jesusgebet gleichsam an den Namen Jesu anbindet und zugleich um Erbarmen ruft. Es ist von daher nicht überraschend, daß die Frömmigkeit, die sich an das Jesusgebet knüpft, in der Regel sakramental blieb und sich etwa der hl. Serafim von Sarov, als er sich für Jahre gänzlich von der Welt trennte, wöchentlich die Eucharistie in seine Klausur bringen ließ.<sup>13</sup>

## II. DER SYNERGISMUS DES GEBETS

### 1. Gnade und „synergeia“

Ebenso kennzeichnend für die orthodoxe Spiritualität wie jene Spannung von Abstand und Nähe ist auch die andere zwischen einem für lutherische Ohren zunächst nahezu peinlichen Synergismus und einem starken Gefühl der Angewiesenheit auf die Gnade Gottes, die im lutherischen Raum theologisch tiefer erkannt ist, aber dennoch oft nicht in gleicher Weise stark empfunden wird. Wir werden noch darauf zurückkommen, daß das Gebet nach orthodoxer Auffassung Mühe bedeutet, und dieser Anteil menschlicher Mühe kann so hoch eingeschätzt werden, daß ein russischer Prediger äußern kann „... ohne uns bewirkt auch der Hl. Geist nichts in uns“<sup>14</sup> und ein anderer es sogar als beschämend empfindet, „ein geschenktes, nicht verdientes Brot zu essen“.<sup>15</sup> Aber daneben sind es oft dieselben Theologen, die zwar einerseits davon sprechen, daß

ohne den Beitrag des Menschen Heil unmöglich ist, und die es dann auf der anderen Seite als „gotteslästerlich“ empfinden, wenn Menschen sich ihrer Tugenden rühmen und sich damit eine Ehre zuschreiben, die Gott allein gebührt.<sup>16</sup> Der gelegentlich unbefangene Gebrauch des Wortes „Verdienst“ darf nicht darüber hinwegtäuschen, daß in dieser Spiritualität der Verdienstgedanke im eigentlichen Sinne keinen Raum hat. Der ständig wiederholte Ruf des „Herr, erbarme Dich!“ und die Bitte „Herr Jesus Christus, Sohn Gottes, erbarme Dich über mich Sünder!“ vermitteln ein anderes Verständnis und allemal ein anderes Empfinden: „Der Sklave fordert seine Freiheit nicht als eine Belohnung. Wenn man sie ihm schenkt, dann wird er ein dankbarer Schuldner. Wenn er sie aber nicht erhält, dann erwartet er sie als Beweis der Barmherzigkeit“.<sup>17</sup> Das ist die Grundhaltung orthodoxer Spiritualität.

In der Erzählung vom Pilger tritt dieser Zug besonders eindrücklich bei der Schilderung der Begegnung des Pilgers mit einem Mann hervor, der sich aus Furcht vor dem Jüngsten Gericht in die Einsamkeit zurückgezogen, sein ganzes Leben in Ketten und Buße verbracht hatte, und dem nun im Alter die Zweifel kommen, ob denn nicht alles vielleicht eitler Wahn wäre, Hölle und Teufel vielleicht nur eine Erfindung der Popen seien und er umsonst auf die Freuden des Lebens verzichtet hätte. – Es ist bezeichnend, daß der Pilger ihm keinen apologetischen Vortrag mit Nachweisen über die Stichhaltigkeit der Lehre vom Jüngsten Gericht und die Notwendigkeit eines Lebens in Buße hält, sondern ihn vielmehr auf die falsche Grundvoraussetzung seines Einsiedlerlebens verweist: „. . . auch wenn jemand aus Verlangen nach dem Himmelreich anfängt, Werke zu tun, die die Seele retten,<sup>18</sup> nennen die heiligen Väter das ein Mietlingswerk“, sagt er, „weil das Vermeiden von Sünden aus Furcht vor den Qualen weder gedeihlich noch fruchtbar“ ist.<sup>19</sup>

## 2. Das gelernte Gebet und das Gebet des Herzens

Mit dem orthodoxen Synergismus hängt es zusammen, daß so großer Nachdruck auf das Tun des Menschen beim Gebet, auf die Mühe, die es ihm bereitet, auf die grundsätzliche Erlernbarkeit des Gebets und die Methoden dazu gelegt wird. Weil das Gebet erlernbar ist, gibt sich der Pilger, der das Gebot des Apostels erfüllen will, nicht zufrieden mit der Auskunft: „Es ist sehr schwierig, es sei denn daß es einem Gott selber gibt“, die ihm ein Abt auf die Bitte erteilt, ihm zu erklären, „auf welche Weise der Geist immer wieder auf Gott gerichtet sein kann, nicht abgelenkt wird und unablässig betet“.<sup>20</sup> Das Gebet ist erlernbar, und darum kann auch die orthodoxe gottesdienstliche Verkündigung grundsätzlich mehr leisten, als nur allgemein über den Nutzen und die Notwendigkeit des Gebetes zu reden, wie der Pilger es erleben mußte. Sie kann tatsächlich ins

einzelne gehende Anleitung geben, wie sich der Beter auf das Gebet vorbereitet, wie er jedes Wort zum Herzen führen soll, um das auch im Herzen zu fühlen, was er sagt, wie er sein Gebet regeln und wie er sich auf es konzentrieren soll und schließlich, was zu tun ist, wenn solche Konzentration nicht recht gelingen will.<sup>21</sup>

Es wird auch aus solchen Anweisungen deutlich, wie sehr es letztlich um *Herzensgebet* und nicht um Methode geht. Und doch: Methode gehört dazu und fördert das Gebet. Das beginnt bei der Körperhaltung; „denn bei den Unvollkommenen paßt sich der Geist dem Körper an“.<sup>22</sup> Die Gebethaltung also ist eine entscheidende Hilfe für das Gebet, gleichviel, ob die orthodoxe Praxis üblicherweise dem aufrechten Stehen bzw. der Proskynese oder dem versunkenen Sitzen den Vorzug gibt, wie bei der Praxis des Herzensgebetes, wo der Beter die Augen schließen und in das eigene Herz blicken soll.<sup>23</sup>

So wie jedes Gebet ist auch die innigste Form des Gebetes, bei der am Ende nicht mehr der Mund oder der Geist spricht, sondern das Gebet sich gewissermaßen selbsttätig vollzieht und zum Herzensgebet wird, erlernbar. Unter Anleitung eines Starec wiederholt der Beter das Gebet sooft, bis es gewissermaßen automatisch geschieht – „so wie eine Maschine, deren Hauptrad man in Schwung bringt oder antreibt, noch lange hierauf selbsttätig weiterläuft“.<sup>24</sup> Diese Selbsttätigkeit des Gebetes wird dadurch gefördert und angeregt, daß das Gebet mit lebensnotwendigen Körperfunktionen, dem Atmen oder dem Herzschlag gekoppelt wird, bis jeder Atemzug oder jeder Herzschlag selbst ein Gebetsruf wird.<sup>25</sup>

Weil das Gebet erlernbar ist, kann die Methode des Gebets und die Art seiner Aneignung auch weiter vermittelt und darüber berichtet werden. Der Pilger z. B. teilt seine Erfahrungen in folgenden Worten mit: „Ich schloß die Augen, blickte mit dem Geist, d. h. mit der Einbildung ins Herz und wünschte mir, es mir vorzustellen, wie es da in der linken Brust eingebettet liegt, und horchte aufmerksam auf sein Schlagen. Hiermit befaßte ich mich erst je eine halbe Stunde etliche Male im Verlauf des Tages; anfangs merkte ich nichts als Dunkelheit; alsdann stellte sich mir das Herz sehr bald dar und desgleichen die Bewegungen, die darin vorgingen; des weiteren begann ich, das Jesusgebet zusammen mit dem Atem ins Herz ein- und wieder herauszuführen (. . .), d. h. geistig ins Herz blickend und die Luft einziehend, stellte ich mir vor und sprach: Herr Jesus Christus – und dann die Luft wieder herausstoßend: erbarme Dich meiner. Anfangs beschäftigte ich mich damit eine Stunde, vielleicht auch zwei, dann, je weiter ich fortschritt, setzte ich die Übung häufiger fort, und endlich war es so, daß ich fast den ganzen Tag mit dieser Beschäftigung verbrachte (. . .). Von dieser Zeit an spürte ich bisweilen mannigfaltige Empfindungen in Herz

und Geist. Mitunter war es so, daß ich ein beseligendes Beben im Herzen fühlte, es war so voller Leichtigkeit, Freiheit und Trost, daß ich ganz verwandelt war und in Ekstase geriet. Mitunter fühlte ich flammende Liebe zu Jesus Christus und zu der ganzen Schöpfung Gottes. Mitunter entströmten meinen Augen ganz von selbst süße Tränen des Dankes an Gott, der mir verruchten Sünder solche Gnade widerfahren ließ. Mitunter lichtete sich mein sonst so törichtes Verstehen, so daß ich mit Leichtigkeit Dinge erfaßte und überlegte, an die ich früher nicht einmal zu denken vermocht hätte. Mitunter überstömte die süße Herzenswärme mich ganz und gar, und voller Rührung verspürte ich in mir überall die Gegenwart Gottes. Mitunter empfand ich in mir die allergrößte Freude von der Anrufung des Namens Jesu Christi und erkannte, was das Wort bedeutet, welches er gesagt hat: „Das Reich Gottes ist in euch“ (Lk 17,21).<sup>26</sup>

„Es ist dies eine natürliche Sache“, hatte der Starec dem Pilger gesagt.<sup>27</sup> Und tatsächlich handelt es sich ja um einen gewissermaßen mechanischen Vorgang, und orthodoxe Spiritualität findet daran gar nichts Anstößiges. Darin besteht vielmehr der typisch orthodoxe Synergismus, daß der Hl. Geist sich nach orthodoxer Auffassung der natürlichen Gaben und Kräfte des Menschen bedient, um sie bis aufs äußerste, übermenschlich anzustrengen, aber eben doch in der naturgegebenen menschlichen Vielfalt und Mannigfaltigkeit. „Eine einzige Quelle trinkt das Paradies“, schreibt Kyrill von Jerusalem, „sie wird weiß in der Lilie, rot in der Rose (. . .) sie paßt sich der Natur derer an, die sie empfangen. So auch der Hl. Geist: einer, einfach, unteilbar, teilt er jedem seine Gabe mit, wie es ihm gefällt.“<sup>28</sup>

Um nur einige systematische Konsequenzen dieser Sicht zu nennen: Darum stellt sich der Orthodoxen Kirche das Problem der Inspiration der Schrift und der je verschiedenen Eigenart der neutestamentlichen Zeugen da, wo es einmal durchdacht und nicht wie meist angstvoll umgangen wird, so viel einfacher dar als dem Abendland.<sup>29</sup> Darum ist auch das „Wunder“ in orthodoxer Sicht ein so „natürlicher“ Vorgang. Wunderkraft ist kein *donum superadditum*, sondern Teil der Rückkehr des Menschen zu seiner ursprünglichen Schönheit. Und dabei kommt die Gnade nicht zu kurz, einmal, weil „außerhalb der Gnade“ nach orthodoxer Auffassung „die Natur selbst nicht denkbar ist“,<sup>30</sup> zum anderen, weil in all dem überhaupt nicht die Rede von dem ist, was wir in unserer Terminologie mit Rechtfertigung bezeichnen, sondern von der Heiligung, die immer wieder ihren Ausgang nimmt bei dem Mittler allen Heils: „Herr Jesus Christus, Sohn Gottes, erbarme Dich über mich Sünder!“

Dieser Synergismus im Werk der Heiligung bedeutet Arbeit und Mühe. Das zu betonen werden orthodoxe Väter nicht müde. Neben aller unbekümmerten Heiterkeit, die der Pilger ausstrahlt und die auch in den Lebensbeschreibungen

der großen russischen Starzen immer wieder durchschlägt,<sup>31</sup> muß auch dieser Zug erwähnt werden. Das Ringen um das Gebet des Herzens ist Kampf und Mühe. Das Gebet selbst ist Arbeit und muß notfalls auch widerwillig getan werden, und zwar in völliger geistiger Anspannung, die sich auch durch das Brennen der Füße, das Jucken der Kleidung und den Biß eines Flohs nicht stören lassen soll. All das ist menschliche Mühe, Kampf, menschliche „synergie“, die freilich nur möglich ist in der Anbindung an Person und Namen Jesu Christi und der ständigen Bitte um sein Erbarmen.

Das Gebet ist erlernbar und wird zum Gebet des Herzens, und nur das erlernte Gebet ist wirkliches Herzensgebet. Das ist nun der Punkt, an dem sich das orthodoxe liturgische Gebet mit dem Jesusgebet berührt. Zwar steht der Wortreichtum des liturgischen Gebetes der Schlichtheit des unentwegt wiederholten Gebetsrufs gegenüber. Aber beide Male handelt es sich um erlernte Formeln, und das ist kein Zufall. Die Philokalie wiederholt immer wieder die Mahnung, „nichts Eigenes“ in das Gebet einfließen zu lassen. Wieviel eitle Selbstbespiegelung eigenes sog. freies Gebet enthalten kann, braucht nicht eigens hervorgehoben zu werden. Dagegen zeigt das Jesusgebet der Orthodoxen Kirche sehr eindrücklich, daß auch erlerntes vorgeschriebenes Gebet zum Gebet des Herzens werden kann. Und auch hierin besteht eine ganz enge Beziehung zwischen dem Jesusgebet und dem liturgischen Gebet der Orthodoxen Kirche. Der Sinn beider erschöpft sich nicht in ihrem Inhalt, sondern erstreckt sich vor allem auf ihre Wirkung auf das menschliche Herz.<sup>32</sup> Wenn das Gebet das Herz erwärmt und erweicht und so empfänglich macht für Christus, hat es einen wesentlichen Sinn erfüllt, auch wenn kein Wort verstanden würde.

### III. DAS MONASTISCHE PRINZIP

Die Philokalie, jenes Grundlehrbuch des Herzensgebets, ist von Mönchen für Mönche geschrieben. Doch es ist ein wesentliches Merkmal der orthodoxen Spiritualität, daß monastische Prinzipien nicht auf den klösterlichen Zellenraum eingeengt bleiben, sondern auch das Leben außerhalb der Klostermauern prägen. So ist der orthodoxe Tagzeitengottesdienst vor allem mit seinen Psalmkathismen weithin von klösterlichen Bedürfnissen<sup>33</sup> geprägt, und die Fastengebote sind am Mönchsleben orientiert. Das Mönchtum ist gewissermaßen Grundform christlicher Existenz in der Welt.

Dieser Tendenz, das ganze Leben in der Welt dem Mönchtum anzugleichen und von ihm her zu gestalten, verdankte in Rußland der „Domostroj“,<sup>34</sup> jene seltsame patriarchalische christliche Hausordnung des 16. Jahrhunderts, seine Entstehung. Dieser selben Tendenz verdanken auch die „Aufrichtigen Erzählungen“ ihre Entstehung. Nicht umsonst hat man ihren anonymen Verfasser

darum in den Kreisen des russischen Starzentums gesucht, das sich dadurch von dem älteren orthodoxen Asketentum unterscheidet, daß die Starzen ihre Zellen für Besucher aus allen Volksschichten öffneten oder wie der Einsiedler-Bischof Feofan in brieflichen Kontakt mit der Außenwelt traten, um so ihre Erfahrungen für das Leben in der Welt fruchtbar zu machen. Spuren dieser spezifisch mönchischen Frömmigkeit finden sich in der Geschichte des russischen Pilgers denn auch reichlich. Das bereits während seiner Ehe gebrochene Verhältnis des Pilgers zur Sexualität – mit Gebet und Verneigungen wehrt er sich mit seiner Frau gemeinsam gegen die „Versuchungen“ (aber all das mindert ihre zärtliche Liebe zueinander nicht) – der absolute Gehorsam gegenüber dem Starec, der ihn in das Herzensgebet einführt, der Hang zu Einsamkeit und Zurückgezogenheit – all das sind typisch mönchische Züge im Leben eines Mannes, der bezeichnenderweise gar nicht auf den Gedanken kommt, Mönch zu werden. Bis in die Predigt hinein reicht jene Tendenz, monastische Werte für das Leben im Alltag fruchtbar zu machen, etwa wenn Bischof Feofan (Govorov), der spätere Starec des Mariä-Heimgangsklosters an der Vyša, darin keinen Unterschied zwischen dem Leben in der Welt und dem Leben im Kloster sehen kann, daß Mönche und Laien in gleicher Weise dem Leben in der Welt abzusterben hätten. Rein äußerlich gesehen, werde der Mönch dieser Bestimmung eher gerecht. Aber auch in der Abgeschlossenheit des Klosters könne er noch „selbst in sich, in seinem Herzen für die Welt leben, weiterhin weltlichen Leidenschaften dienen“. Auf der anderen Seite aber tue jeder, der die Sünde verlasse und sich entschlöße, einen hl. Wandel zu führen, „dasselbe wie ein anderer, der die Welt verläßt und ins Kloster eintritt“.<sup>35</sup> Besonders die klösterliche Gehorsamsverpflichtung läßt sich nach den Worten dieses Predigers auf das Leben in der Welt übertragen – auf den Gehorsam gegenüber dem geistlichen Vater, aber auch auf die Erfüllung der einem jeden Stande geltenden Gebote Gottes. „All das ist heilsamer Klosterdienst, wenn man es nicht nach seinem eigenen Willen ausführt, sondern nach dem, wie es vorgeschrieben ist“.<sup>36</sup>

Insbesondere aber die allmähliche Verlagerung des spezifisch Mönchischen auf das Gebet ließ mönchische Praktiken auch in der Welt immer mehr praktikabel erscheinen. „Je mehr sich (. . .) im mystischen Aufstieggsschema des Mönchtums die hesychastische<sup>37</sup> Gebetsrichtung herauschälte, die eben diesem Gebet vor allen nur im mönchischen Leben realisierbaren Bußübungen und liturgischen Praktiken den Vorzug gab, je mehr also das spezifisch Mönchische und nur Mönchische der Lebensform gegenüber dem Gebet allein in den Hintergrund trat, desto leichter wurde es, nun auch den Laien an den Segnungen dieser Gebetsweise teilnehmen zu lassen“.<sup>38</sup> Die Tatsache, daß die für Mönche geschriebene Philokalie zum begehrten Erbauungsbuch für den Laien wurde, und daß

die in dieser Philokalie empfohlene Gebetsform auch außerhalb der Klöster gepflegt wird, ist für diesen Zug östlicher Spiritualität bezeichnend geworden.

#### IV. THEOLOGIE UND ERFAHRUNG

Die Erfahrungen, die zunächst die östlichen Mönchsväter und später auch Laien wie der Pilger der „aufrichtigen Erzählungen“ im Gebet sammeln konnten, haben in einer im Abendland so nicht gekannten Weise das theologische Denken geprägt. Orthodoxe Theologie ist – freilich in einem anderen Sinne als die Theologie der sog. Erlanger Schule „Erfahrungstheologie“. Auch in der Erzählung vom Pilger hat das seinen Niederschlag gefunden. Auf die Frage, ob denn die Philokalie etwa höher zu bewerten sei als die Hl. Schrift, antwortet der Starec, in dessen geistliche Schulung sich der Pilger begeben hat, die Philokalie sei einer geschwärzten Glasscheibe zu vergleichen, durch die die Sonne, deren Licht sonst nicht ertragen werden könne, anschaulich werde.<sup>39</sup> Es geht bei einer solchen Aussage aber nicht um den Filter der Tradition oder eines Bekenntnisses, sondern um das in der Philokalie gelehrt Gebet selbst, um die in diesem Buch ausgedrückte Gebetserfahrung, ohne die die Inhalte der Glaubensüberlieferung verschlossen blieben.

Die Erfahrung des Gebets ist es also nach dieser Auffassung, die erst zum Verständnis der Schrift und der Orthodoxie disponiert. Für orthodoxes Verständnis ist das Herz Organ der Erkenntnis, und die Erfahrung etwa der Atmosphäre des Gottesdienstes, des Kommunionempfangs, des christlichen Elternhauses ist nach diesem Verständnis weit besser dazu angetan, etwas vom Wesen der Orthodoxie zu vermitteln als alle abstrakte Belehrung. Erst ein „durch das Gebet erweichtes Herz“ vermag das Evangelium aufzunehmen, weil dem Verstand die Organe dafür fehlen. „Das hat uns ein alter Asket in der Antwort an einen seiner Schüler erklärt“, heißt es in einer Predigt aus dem 19. Jahrhundert, „sag, Vater, sprach der Schüler, ‚was fühlst du, wenn du betest und weinst und dich entzückst?‘ – ‚Mein Sohn, antwortete der Starec, ‚kann man einem Blinden erklären, was Licht ist, kann man dem den Geschmack von Honig zu begreifen geben, der ihn nicht probiert hat? Versuche (es) und du wirst (es) wissen . . .“<sup>40</sup>

Eine solche „Erfahrungstheologie“, die unmittelbar aus dem Herzensgebet erwachsen ist, ist die Theologie des Gregorios Palamas (1296–1358),<sup>41</sup> die auf den Konstantinopler Synoden von 1341 und 1351 von der Orthodoxen Kirche rezipiert wurde. Im Herzensgebet hat Gregorios Palamas Gott als den ganz Anderen und zugleich als Den, der sich selbst mitteilt,<sup>42</sup> erfahren. Er erfuhr, daß Gott im Sakrament, aber auch in der Schau seiner Doxa, jenes ungeschaffenen Lichtes, das Christus auf dem Berg der Verklärung umstrahlte und das der

Beter des Jesusgebetes in Augenblicken der Verzückung wahrnimmt, Anteil an sich gibt, vergottet, wie die Orthodoxe Kirche die Anteilnahme an den göttlichen Energien nennt, und zugleich in seinem Wesen transzendent und unerkannt bleibt,<sup>43</sup> weil auch die Vergottung niemals substantiell verstanden werden kann. In der Auseinandersetzung mit seinen Gegnern Barlaam von Kalabrien und Akindynos, die die Lichtvisionen für die Schau eines geschaffenen Lichtes hielten und Gnade in Anschluß an die lateinische Theologie als geschaffene Substanz verstanden, wehrt sich Gregorios Palamas gegen den Vorwurf, er habe mit seinen Lehren die der griechischen Philosophie entstammende, von den Vätern übernommene Überzeugung von der „Einfachheit“ Gottes preisgegeben, zwar auch mit rationalen Argumenten. Er erklärt Einfachheit als Gegensatz zum auflösbaren Kompositum; aber im Grunde ist diese logische Argumentation für ihn bereits zweitrangig und der Erfahrung der mystischen Einung mit Gott durch seine Gnadenenergien in Gebet und Sakrament und der mit dieser Erfahrung der Nähe verbundenen Erfahrung der Ferne, Unergründlichkeit und absoluten Transzendenz Gottes, dessen Wesen auf ewig unerkennbar bleibt, nachgeordnet.<sup>44</sup> Durch die Übernahme dieser aus der Erfahrung des betenden Mönchtums erwachsenen Einsichten ist die orthodoxe Theologie mehr als jede andere von der Spiritualität geprägt.

#### ANMERKUNGEN

\* Überarbeitete Fassung eines auf einem Pastorkolleg der VELKD am 15. 9. 1975 auf dem Hesselberg/Mfr. gehaltenen Vortrags.

<sup>1</sup> K. Thomas, *Meditation in Forschung und Erfahrung, in weltweiter Beobachtung und praktischer Anleitung = Seelsorge und Therapie*, Bd. 1, Stuttgart 1973, 217 ff., bes. 220. Im Unterschied zu K. Thomas wird hier aber die Bezeichnung „Jesusgebet“ vor der Bezeichnung „Herzensgebet“ bevorzugt. Denn als Herzensgebet kann das Jesusgebet erst bezeichnet werden, wenn es sich, mit dem Herzschlag verknüpft, selbsttätig vollzieht.

<sup>2</sup> N. v. Arseniew, *Die Spiritualität der Ostkirche (= Handbuch der Ostkirchenkunde*. Hrsg. von E. v. Ivánka, J. Tyciak, P. Wiertz, Düsseldorf 1971, 503–542) 503.

<sup>3</sup> Otkrovennye rasskazy strannika duchovnomu svoemu otcu, Paris 1973<sup>4</sup>; deutsch: *Aufrichtige Erzählungen eines russischen Pilgers*. Erste vollständige deutsche Ausgabe. Hrsg. und eingeleitet von E. Jungclausen, Freiburg – Basel – Wien 1975. Die Zitate werden im folgenden nach beiden hier angeführten Ausgaben nachgewiesen. Die in der deutschen Ausgabe vorgelegte Übersetzung R. v. Walters wurde am russischen Text überprüft und z. T. nach diesem geändert.

<sup>4</sup> Vgl. W. Nigg, *Des Pilgers Wiederkehr. Drei Variationen über ein Thema*, Zürich – Stuttgart 1954, 129–189. Freilich bleibt Nigg gegenüber dem eigentlichen Anliegen des russischen Pilgers, dem Herzensgebet, eigenartig verschlossen, während er das Motiv des Pilgers einseitig in den Vordergrund rückt.

<sup>5</sup> Daß der spätere Klausner Bischof Feofan (Govorov) auch in seinen Predigten solche Anweisungen für die Gebetspraxis gegeben hat, wie sie der Pilger hier sucht, ist wohl eher als Ausnahme denn als Regel anzusehen. Vgl. K. Ch. Felmy, Predigt im orthodoxen Rußland. Untersuchungen zu Inhalt und Eigenart der russischen Predigt in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts, Göttingen 1972, 73–77.

<sup>6</sup> Otkrovennye rasskazy 16; dt.: 24.

<sup>7</sup> Die Philokalie, eine vom Athosmönch Nikodemos (1749–1809) zusammengestellte Sammlung von Zeugnissen der östlichen Mönchsväter erschien 1792 in Venedig. Der Erneuerer des russischen und moldauischen Mönchtums Paisij Veličkovskij, der sie auf dem Athos kennengelernt hatte, übersetzte sie 1793 ins Kirchenslawische. Eine russische Neubearbeitung schuf der Einsiedlerbischof Feofan (Govorov; 1815–1894): Dobrotoljubie v ruskom perevode, dopolnennoe, 1883, ff., Nachdruck: Jordanville N.Y. 1964 ff.; Auszüge in deutscher Sprache: Kleine Philokalie. Belehrungen der Mönchsväter der Ostkirche über das Gebet. Ausgewählt und übersetzt von M. Dietz, eingeleitet von I. Smolitsch, Zürich – Einsiedeln – Köln 1976; vgl. a. Das immerwährende Gebet. Ein Weg geistiger Erfahrung. Russische Originaltexte, zusammengestellt und übersetzt von Alla Selawry, 1970.

<sup>8</sup> Vgl. z. B. Otkrovennye rasskazy 25; dt.: 33.

<sup>9</sup> Kleine Philokalie 30.

<sup>10</sup> R. Otto, Das Heilige. Über das Irrationale in der Idee des Göttlichen und sein Verhältnis zum Rationen, München 1971, 72.

<sup>11</sup> Hieratikon. Hai theiai leitourgiai Ioannou tou Chrysostomou, Basileiou tou Megalou, ton Proegiasmenon, Athen 1968, 142; Pravoslavnyj molitvoslov, Moskau 1970, 93.

<sup>12</sup> Hieratikon 113; A. Maltzew, Die göttlichen Liturgien unserer heiligen Väter Johannes Chrysostomos, Basilios des Großen und Gregorios Dialogos, Berlin 1890, Nachdruck: Darmstadt 1967, 466.

<sup>13</sup> V. Zander, Seraphim von Sarov. Ein Heiliger der orthodoxen Christenheit (1759–1833), Düsseldorf 1965.

<sup>14</sup> Feofan (Govorov), O pokajanii, pričščeniei sv. Christovych tain i ispravleniei žizni, Slova . . ., Moskau 1909<sup>6</sup>, 28.

<sup>15</sup> Ioann Sergiev, Polnoe Sobranie Sočinenij protoiereja Ioanna Il'iča Sergieva, Bd. 1, Kronstadt 1890, 413.

<sup>16</sup> Ebd., Bd. 2, Kronstadt 1891, 5.

<sup>17</sup> Kleine Philokalie 107.

<sup>18</sup> Spasitel'nye podvigi.

<sup>19</sup> Otkrovennye rasskazy 46 f.; dt.: 54.

<sup>20</sup> Otkrovennye rasskazy 18; dt.: 26.

<sup>21</sup> K. Ch. Felmy, Predigt 75 f.

<sup>22</sup> Kleine Philokalie 93.

<sup>23</sup> Otkrovennye rasskazy 23; dt.: 31.

<sup>24</sup> Otkrovennye rasskazy 28; dt.: 36.

<sup>25</sup> Das Spüren des Herzschlags gehört zu den auch mit anderen Meditationsübungen verbundenen Erscheinungen. Der Pilger der „Aufrichtigen Erzählungen“ hat diese Erscheinung, wie das folgende Zitat zeigt, ganz offenbar von Anfang an gesucht, um das „Jesusgebet“ zum „Herzengesebet“ werden zu lassen. Vgl. a. Otkrovennye rasskazy 32 f.; dt.: 40; K. Thomas 219.

<sup>26</sup> Otkrovennye rasskazy 50 ff.; dt.: 58 f.

<sup>27</sup> Otkrovennye rassказы 28; dt.: 36.

<sup>28</sup> Kyryll von Jerusalem, Katechese 16, 12 C = MPG 33, 933.

<sup>29</sup> Für S. Bulgakow, Dialog zwischen Gott und Mensch, Ein Beitrag zum christlichen Offenbarungsbegriff, Marburg 1961, 33, besteht das Wunder der Inspiration darin, daß „das menschliche Wort für das Wort Gottes transparent gemacht wird“. Denn bei der Inspiration ist der „Mensch durchaus nicht passiv. Im Gegenteil: er ist höchst aktiv: er erfährt die stärkste Anspannung sowohl in seinem Menschsein als auch in seiner Individualität und persönlichen Geistigkeit“ (Ebd. 32).

<sup>30</sup> P. Evdokimov, Grundzüge der orthodoxen Lehre (= Die Russische Orthodoxe Kirche in Lehre und Leben. In Verbindung mit dem Studienausschuß der Evangelischen Kirche der Union für Fragen der Orthodoxen Kirche und einer Reihe von Fachgelehrten hrsg. von R. Stupperich, Witten 1966, 62–82) 76.

<sup>31</sup> So begrüßt z. B. der hl. Serafim von Sarov (1759–1833), einer der größten russischen Heiligen und Beter des Herzensgebetes, die Besucher in seiner Zelle mit dem Ostergruß und nennt sie „Du meine Freude“. Hierzu und zu ähnlichen Erscheinungen dieses Wesenszuges bei anderen Starzen vgl. I. Smolitsch, Leben und Lehre der Starzen, Köln – Olten 1952<sup>2</sup>; I. Kologriwow, Das andere Rußland. Versuch einer Darstellung des Wesens und der Eigenart russischer Heiligkeit, München 1958.

<sup>32</sup> Vgl. Kleine Philokalie 74. So auch in dem allabendlichen Gebetsruf: „Herr, verleihe mir Tränen und den Gedanken an den Tod und Herzensrührung“ (Molitoslov 23).

<sup>33</sup> A. Schmemmann, Vvedenie v liturgičeskoe bogoslovie, Paris 1961, 150 ff.; englisch: Introduction to Liturgical Theology, London 1966, 101 ff.

<sup>34</sup> H. P. Nieß, Der „Domostroј“ oder „Wie man als rechtgläubiger Christ leben soll“ = Kirche im Osten. Studien zur osteuropäischen Kirchengeschichte und Kirchenkunde. In Verbindung mit dem Ostkircheninstitut hrsg. von R. Stupperich, Göttingen 14/1971, 26–67.

<sup>35</sup> Feofan (Govorov) 171, 205.

<sup>36</sup> Ebd. 205 f.

<sup>37</sup> Vgl. G. Wunderle, Zur Psychologie des hesychastischen Gebets, Würzburg 1949; H.-G. Beck, Kirche und theologische Literatur im Byzantinischen Reich, München 1959, 322–332 u. ö.

<sup>38</sup> H.-G. Beck 91.

<sup>39</sup> Otkrovennye rassказы 23; dt.: 31. – Tatsächlich führt das Herzensgebet den Pilger zu eifrigerer Lektüre der Hl. Schrift: Otkrovennye rassказы 42; dt.: 50.

<sup>40</sup> Amvrosij (Ključarev), Polnoe Sobranie Propovedej, Bd. 3, Char'kov 1903, 407.

<sup>41</sup> J. Meyendorff, Introduction à l'Étude de Grégoire Palamas, Paris 1959.

<sup>42</sup> H.-G. Beck 366.

<sup>43</sup> Ansätze für eine Überwindung der westlichen Aporien in der Frage der Gotteserkenntnis und der aus ihnen erwachsenen Gott-ist-tot-Theologie beleuchtet Ch. Yannaras, De l'absence et de l'inconnaissance de Dieu d'après les écrits aréopagites et Martin Heidegger, Paris 1971.

<sup>44</sup> Vgl. H.-G. Beck 327.