

RUHR-UNIVERSITÄT BOCHUM

# WEISHEIT AUS DER WÜSTE

## DER BEGRIFF »APATHEIA« BEI EVAGRIUS PONTICUS

Daniel Tibi OSB

# WEISHEIT AUS DER WÜSTE

DER BEGRIFF »APATHEIA« BEI EVAGRIUS PONTICUS

Daniel Tibi OSB

Vortrag beim 4. Nachwuchskolloquium  
der Fachschaften der Fakultät für Geschichtswissenschaft  
der Ruhr-Universität Bochum am 08.12.2012

## IMPRESSUM

Daniel Tibi OSB | [daniel.tibi@rub.de](mailto:daniel.tibi@rub.de)

*Titelbild:*

„Wüste Sina – Trockenwüste“ von Fast | [Wikimedia Commons](#)

(CreativeCommons-Lizenz BY-SA 3.0 <[creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/deed.en](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/deed.en)>)

## 1 | EVAGRIUS PONTICUS – MANN VON WELT, EINSIEDLER, SCHRIFTSTELLER

Mit Evagrius Ponticus begegnen wir einem der frühesten christlichen Mönchsschriftsteller. Geboren wurde er 345 in Ibora in der Provinz Pontus in der heutigen Türkei. Von seiner Jugend ist nichts überliefert, doch dürfen wir ihn uns als gebildeten, redebegabten und weltgewandten jungen Mann vorstellen. Basilius der Große (um 330–379) nahm ihn als Lektor in seinen Klerus auf. Nach dessen Tod zog Evagrius nach Konstantinopel. Dort wurde er von Gregor von Nazianz (um 329–390) zum Diakon geweiht. Evagrius unterstützte seinen Bischof in seinem Wirken gegen den Arianismus. Wegen einer Affäre mit der Frau eines hohen kaiserlichen Beamten floh Evagrius nach Jerusalem. Dort fand er Aufnahme bei Melania der Älteren († um 400). Ostern 383 wurde Evagrius von Rufinus von Aquileia (um 345–411) als Mönch eingekleidet und zog in die ägyptische Wüste. Zwei Jahre blieb er in der nitrischen Wüste, danach ließ er sich in der Kellia nieder. Dort wurde Evagrius Schüler Makarios' von Alexandria († um 394) und Makarios' des Ägypters (ca. 300–390). Bis zu seinem Tod im Jahre 399 verfasste Evagrius zahlreiche Schriften, von denen nur wenige im Original überliefert sind. Posthum wurde Evagrius kurz nach seinem Tod aufgrund seiner Schriften in den sogenannten ersten origenistischen Streit verwickelt, der damals unter den Wüsteneremiten ausbrach. Streitpunkt war die Frage, ob Gott einen materiellen Körper in menschlicher Gestalt hat, was die Anthropomorphisten behaupteten, indem sie sich auf Gen 1,26 beriefen. Die Origenisten, zu denen auch Evagrius zählte, vertraten die gegenteilige Position und beriefen sich auf die Lehre des Origenes (185–254), der diesen Bibelvers bildlich auslegte. Theophilus († 412), der Patriarch von Alexandria, stand zunächst auf der Seite der Origenisten und verurteilte 399 die Lehre der Anthropomorphisten, schwenkte kurz darauf aber um. Er verbot die Lektüre der Schriften des Origenes und verurteilte die Anhänger seiner Lehre. Mehrere Hundert Mönche mussten fliehen. Zwar konnten die Mönche einige Jahre später wieder in ihre Einsiedeleien zurückkehren, doch lag durch die Verurteilung der Origenisten ein Schatten auf Evagrius' Namen. Schlimmer wirkten sich die sogenannten origenistischen Wirren auf Evagrius' Schriften aus. Kaiser Justinian verurteilte im Jahr 543 Origenes und seine Lehre. Daher gingen Evagrius' Schriften zum Teil im Original verloren, andere wurde unter fremdem Namen tradiert. Trotzdem hatten sie so großen Einfluss auf die abendländische Spiritualität, dass Evagrius als „Vater unserer geistlichen Literatur“ bezeichnet wird.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup>Palladius von Helenopolis (um 364–430), ein Schüler des Evagrius, widmet seinem Lehrer in seiner Schrift *Historia Lausiaca* ein Kapitel. Deutsche Ausgabe: Übers. v. St. Krottenthaler. (Bibliothek der

## 2 | DER BEGRIFF »APATHEIA«

Mit dem Begriff ἀπάθεια nimmt Evagrius einen Terminus der antiken Philosophie auf.<sup>2</sup> Das Substantiv πάθος bezeichnet alles, was einem Menschen von außen widerfährt, begegnet oder zustößt. Der Gegenbegriff ist ἀπάθεια, der die Eigenschaft einer Person meint, sich von äußeren Widerfahrnissen nicht beeinflussen zu lassen. Schwierig ist es, den Begriff ἀπάθεια ins Deutsche zu übersetzen. Das deutsche Wort »Apathie« ist ein medizinischer Fachbegriff für ein psychopathologisches Symptom. Vielfach begegnet die Übersetzung »Leidenschaftslosigkeit«, ein Begriff der missverständlich sein kann. Wir werden noch sehen, dass Evagrius keine vollständige Leidenschaftslosigkeit anstrebt, sondern die Seele von den negativen Leidenschaften befreien will. Positive Leidenschaften lässt er zu, insbesondere die Liebe. Möglich sind Umschreibungen wie „Reinheit der Seele“. Da dies alles keine zufriedenstellende Wiedergabe des griechischen Begriffs ist, scheint es mir sinnvoll, den griechischen Begriff im Deutschen beizubehalten.

## 3 | DIE »PRAKTIKE« – DER WEG ZUR APATHEIA

Der Weg zur Apatheia ist ein Weg der praktischen Einübung der Tugenden und des Kampfes gegen die „Dämonen“, die in der Seele die Leidenschaften wecken. Evagrius zeichnet diesen Weg in seinem Werk „Praktike“.<sup>3</sup>

Der Mensch ist eine leib-seelische Einheit. Die Seele ist Ort der Gotteserkenntnis und Gottesbegegnung. Evagrius unterteilt die Seele in einen logisch-verstehenden Teil (λογιστικόν) und einen leidenschaftlichen Teil (παθήτικόν), den er wiederum in die Teile Begehren (θυμικόν) und Jähzorn (ἐπιθυμέτικόν) unterteilt. Der logisch-verstehende Teil ist dem geistlichen Bereich zugeordnet und daher von Natur aus nicht den Leidenschaften unterworfen, denn „was keinen Teil hat an der Sinneswahrnehmung, das ist frei von Leidenschaft“<sup>4</sup>. Der leidenschaftliche Teil der Seele ist der Sinnenwelt zugeordnet und

---

Kirchenväter 1/5.) München 1912, Nr. 38 (S. 399–402). Eine ausführliche Lebensbeschreibung bietet: EVAGRIUS PONTIKUS: *Briefe aus der Wüste*. Hrsg. v. Gabriel Bunge. (Spohia 24.) Trier 1986, 17–111.

<sup>2</sup> Einen guten Überblick über die Bedeutung der Apatheia in der antiken Philosophie bieten: PIERRE DE LABRIOLLE: *Apatheia*. In: *Reallexikon für Antike und Christentum* 1 (1950), 484–487; HANS REINER, MAX-PAUL ENGELMEIER: *Apathie*. In: *Historisches Wörterbuch der Philosophie* 1 (1971), 429–433.

<sup>3</sup> Deutsche Ausgaben: EVAGRIUS PONTICUS: *Praktikos. Über das Gebet*. Übers. v. Guido Joos. (Schriften zur Kontemplation 2.) Münsterschwarzach 1986; EVAGRIUS PONTICUS: *Der Praktikos. Hundert Kapitel über das geistliche Leben*. Hrsg. v. Gabriel Bunge. (Weisungen der Väter 6.) Beuron 2008.

<sup>4</sup> *Praktikos*, 4. In: EVAGRIUS PONTICUS: *Der Praktikos. Hundert Kapitel über das geistliche Leben*. Hrsg. v. Gabriel Bunge. (Weisungen der Väter 6.) Beuron 2008, 74.

daher anfällig für die Leidenschaften, denn durch „die Sinne pflegen die Leidenschaften angeregt zu werden“.<sup>5</sup>

Ziel dieses Weges ist es, die Seele von den Leidenschaften zu reinigen, um sie für das reine Gebet zu bereiten, das zur die Theoretike, zur Anschauung Gottes, führen will:

„Die Praktike ist eine geistliche Methode, die den leidenschaftlichen Teil der Seele gänzlich reinigt.“<sup>6</sup>

Wenn Evagrius von einer geistlichen Methode spricht, meint er kein festes Schema, das abgearbeitet werden könnte und an dessen Ende die Apatheia wartet. Vielmehr meint er »Methode« im eigentlichen Sinne des Wortes. Das griechische Wort μέθοδος bedeutet „nachgehen“. Es ein geistlicher Weg zur Apatheia, bei dem die Seele von den negativen Leidenschaften gereinigt wird. Apatheia ist die „Gesundheit der Seele“, die „allein uns mit den heiligen Mächten in Verbindung zu bringen pflegt, insofern die Verbindung mit den Körperlosen aus der gleichen Verfassung zu entstehen pflegt“.<sup>7</sup> Denn nur eine Seele, die von den Leidenschaften befreit ist, kann sich zum reinen Gebet und zur Anschauung Gottes erheben.

Davon wollen die „Dämonen“ den Menschen abhalten, indem sie den leidenschaftlichen Teil der Seele bedrängen. Für Menschen unserer Zeit und unseres Kulturkreises klingt die Vorstellung von Dämonen fremd. Doch sollten wir von der mythischen Sprache, der sich Evagrius bedient, nicht die Weisheit seiner Lehre verdunkeln lassen. Er beschreibt seine persönlichen Erfahrungen im Umgang mit seinen Gedanken und seinen Leidenschaften in der mythischen Sprach- und Denkweise seiner Zeit. Wie würden uns heute einer anderen Sprache bedienen und die Phänomene in wissenschaftlich-psychologische Begriffe kleiden. Wir sollten uns dennoch auf die für uns fremde mythische Vorstellungswelt des Evagrius einlassen. Dann können auch wir heute von ihm lernen.

#### 4 | DIE ACHT LOGISMOI – ÜBER DEN UMGANG MIT NEGATIVEN GEDANKEN

Nach Evagrius unterscheidet acht verschiedene Arten von Dämonen, die den Menschen negative und zerstörerische Gedanken (gr. λογίσμοι) eingeben. Diese Gedanken wecken acht verschiedene Leidenschaften:

---

<sup>5</sup>Ebd. 38 (S. 166).

<sup>6</sup>Ebd. 78 (S. 256).

<sup>7</sup>Ebd. 56 (S. 209).

„Acht sind die Gattungsgedanken, in denen jeglicher Gedanke enthalten ist.  
Der erste ist die Fresslust,  
darnach kommt der der Unzucht.  
Der Dritte ist der der Habsucht,  
der vierte der des Kummers,  
der fünfte der der Wut,  
der sechste der des Überdrusses,  
der siebte der des eitlen Ruhmes  
und der achte der des Hochmutes.“<sup>8</sup>

Johannes Cassian (um 360–435) übernahm diesen Lasterkatalog und brachte ihn in die westliche Tradition ein, stellte jedoch die Wut an die vierte und den Kummer an die fünfte Stelle.<sup>9</sup> Gregor der Große (um 540–604) reduzierte die Anzahl der Laster auf sieben. Er sah den Kummer als Eigenschaft des Überdrusses an, fasste Ruhmsucht und Hochmut zusammen und ergänzte das Laster des Neides. Auf dieser Grundlage unterscheidet der „Katechismus der Katholischen Kirche“ sieben Hauptsünden: Stolz, Habsucht, Neid, Zorn, Unkeuschheit, Unmäßigkeit, Trägheit und Überdruß (vgl. Nr. 1866).

Die Praxisein Weg des geistlichen Kampfes gegen die Laster durch Einübung der Tugenden. „Die Tugenden hemmen die Anstürme der Dämonen nicht“, schreibt Evagrius, „aber sie bewahren uns unversehrt.“<sup>10</sup> Von den Dämonen oder negativen Gedanken oder Leidenschaften angegriffen zu werden, ist an sich nichts Verwerfliches. Entscheidend ist, wie man damit umgeht.

Am Anfang des Kampfes gegen die Dämonen steht die Introspektion. Wenn jemand

„die wilden Dämonen durch Erfahrung kennen lernen und eine Fertigkeit (im Umgang mit) ihren Tücken erwerben will, dann achte er auf die Gedanken, mache sich ihr Zunehmen und ihr Nachlassen, ihre Verflechtungen und ihre Zeitpunkte deutlich und welche jene Dämonen sind, die dieses (oder jenes) tun, und welcher Dämon auf welchen folgt und welcher welchem nicht folgt. Und er suche bei Christus die Gründe dafür.“<sup>11</sup>

Wer die Dämonen bekämpfen will, muss sie genau beobachten, er muss wissen, mit wem er es zu tun hat und daraus eine Strategie für den Kampf entwickeln: Wann tritt welcher Dämon auf? Welcher Dämon folgt auf welchen? Welche Dämonen schließen sich gegen-

---

<sup>8</sup>Ebd. 6 (S. 79).

<sup>9</sup>Vgl. *De institutis coenobiorum*, V,1. In: *Sämtliche Schriften des ehrwürdigen Johannes Cassianus*. Bd. 1. Übers. v. Antonius Abt. (Bibliothek der Kirchenväter 1/59), Kempten 1879, 96.

<sup>10</sup>*Praktikos* (Anm. 4), 77 (S. 257).

<sup>11</sup>Ebd. 50 (S. 194).

seitig aus? Was bewirkt der Dämon in mir? Von welchem Dämon werde ich besonders stark angegriffen? Wann verlässt mich welcher Dämon wieder? Welche Heilmittel kann ich daraus entwickeln? Wir würde heute sagen: Der erste Schritt auf dem Weg zur Gotteserkenntnis ist die Selbsterkenntnis.

Wir wollen nun die acht λογίσμοι im Einzelnen betrachten und auf die jeweiligen Heilmittel eingehen, die Evagrius vorschlägt.

Als erstes nennt Evagrius die Fresslust oder Völlerei. Wörtlich übersetzt bedeutet das griechische Wort γαστριμαργία „tobender Magen“:

„Der Gedanke der Fresslust redet dem Mönch einen baldigen Zusammenbruch seiner Askese ein, malt ihm Magen, Leber und Milz aus, dazu Wassersucht, ein langes Siechtum, die Spärlichkeit der lebensnotwendigen Dinge, den Mangel an Ärzten“.<sup>12</sup>

Die Wüsteneremiten legten sich ein strenges Fasten auf. In der Regel aßen sie nur einmal am Tag zur neunten Stunden (gegen 15:00 Uhr) und dann nur karge Kost. Da ist es verständlich, dass sich Angst vor Krankheit wegen übermäßiger Askese einschleichen und den Mönch zum Fastenbrechen verleiten kann. Der Dämon der Fresslust will den Mönch nicht direkt zur Völlerei anstacheln, das wäre zu offensichtlich. Er versucht, rationale Gründe einzugeben, die ein Fastenbrechen rechtfertigen.

Anders als die Mönche jener Zeit sind wir heute kaum in Gefahr, wegen übermäßiger Askese krank zu werden. Im Gegenteil wir sind eher in Gefahr, krank zu werden, weil wir zu viel essen. Der Dämon der Fresslust schleicht sich bei uns auf andere Weise ein, doch die Taktik ist die gleiche. Er versucht, rationale Gründe für Unmäßigkeit anzuführen. So ist die Fresslust letztlich eine Ausprägung der Unmäßigkeit.

Die entgegengesetzte Tugend ist das Maßhalten. Als Gegenmittel schlägt Evagrius Einschränkung im Essen und Trinken vor:

„Wenn unsere Seele nach abwechslungsreichen Mahlzeiten verlangt, dann soll sie sich an Brot und Wasser einschränken, um selbst für einen Bissen dankbar zu werden. Denn die Satttheit begehrt mannigfaltige Speisen, der Hunger aber hält selbst die Sättigung an Brot für eine Seligkeit.“<sup>13</sup>

Die Fresslust ist Unmäßigkeit in einem der elementarsten Lebensvollzüge: dem Essen. Fasten kann eine Hilfe sein, das rechte Maß im Essen zu finden und für eine angemessene Sättigung dankbar zu sein. Aber auch beim Fasten gilt Maßhalten. Das Dämon der

---

<sup>12</sup>Ebd. 7 (S. 83).

<sup>13</sup>Ebd. 16 (S. 111).



Fresslust stachelt nämlich auch zu übertriebenem Fasten an, nur um übermäßigen Hunger zu wecken und dann umso schlimmer zuzuschlagen. Das Heilmittel heißt: Finde das für dich passende Maß an Speise und dann bleibe dabei und lass dich weder zu übermäßigem Essen noch zu übermäßigem Fasten verleiten.

Als zweites nennt Evagrius die Unzucht oder Unkeuschheit (πορνεία):

„Der Dämon der Unzucht zwingt einen, nach wohlgestalteten Körpern zu verlangen. Er befällt aufs heftigste die enthaltsam Lebenden, damit sie aufgeben, weil die ja angeblich doch nichts ausrichten würden. Und indem er die Seele befleckt, biegt er sie zu jenen Handlungen nieder, macht die gewisse Worte sagen und andere als Antwort hören, als sei die Angelegenheit sichtbar und gegenwärtig.“<sup>14</sup>

Während der Dämon der Fresslust rationalisiert, arbeitet der Dämon der Unzucht mit Phantasie und spricht das Gefühl und die Leidenschaften an. Genau wie der Dämon der Fresslust lässt der Dämon der Unzucht das rechte Maß vergessen. Evagrius möchte nicht die Sexualität als grundlegenden Lebensvollzug dämonisieren. Die der Unzucht entgegengesetzte Tugend ist die Keuschheit, ein bewusster und integrativer Umgang mit der Sexualität, die weder in exzessivem Ausleben noch in Prüderie ausarten darf.

Als drittes nennt Evagrius die Habsucht. Wörtlich übersetzt bedeutet das griechische Wort φιλαργυρία „Liebe zum Geld“:

„Die Habsucht redet uns ein langes Alter ein und die Unfähigkeit zur Handarbeit, zukünftige Hungersnöte und allfällige Krankheit, die Bitterkeit der Armut und wie beschämend es sei, das Notwendige von anderen zu empfangen.“<sup>15</sup>

Jeder Wüsteneremit musste selbst für seinen Unterhalt sorgen. Handarbeit war für die Mönche jener Zeit asketische Übung, aber auch Mittel, ihren bescheidenen Lebensunterhalt selbst bestreiten und den Armen Almosen geben zu können. Selbst bescheidene Rücklagen für schlechte Zeiten galten als verpönt. Da verwundert es nicht, wenn sich Gedanken an Krankheit und Alter und damit verbundener Arbeitsunfähigkeit und materieller Not einschleichen, die den Mönch dazu verleiten wollen, über seinen Bedarf hinaus Geld zu erwirtschaften oder das Geld, das er eigentlich als Almosen geben wollte, für sich selbst als Rücklage für schlechte Zeiten zu behalten.

---

<sup>14</sup>Ebd. 8 (S. 85).

<sup>15</sup>Ebd. 9 (S. 87).

Evagrius nennt die Habsucht die „Wurzel aller Übel“ (vgl. *1 Tim 6,10*), da sie einen Kreislauf unersättlichen egoistischen Besitzstrebens in Gang setzt, das den Menschen nur auf sich selbst schauen und Gott und die Mitmenschen vergessen lässt:

„Das Meer wird nicht voll, wenn es die Menge der Ströme aufnimmt, und die Begierde des Geldgierigen wird durch Besitztümer nicht gestillt. Er verdoppelt den vorhandenen Besitz und verlangt, ihn dann noch einmal zu verdoppeln. Und nie hört er auf mit dem Verdoppeln bis dass der Tod diesem fruchtlosen Eifer ein Ende setzt.“<sup>16</sup>

Heilmittel gegen die Habsucht ist nicht Armut, sondern Freiheit von Besitzstreben. Besitz an sich ist nichts Schlechtes. Wichtig ist es, das rechte Maß im Umgang mit materiellen Gütern zu finden, und sie so zu nutzen, dass sie auf dem Weg zu Gott dienen und nicht hindern. Die Wüsteneremiten haben sich in Wüste zurückgezogen, um frei zu sein für Gott. Besitzstreben nimmt ihnen diese Freiheit wieder, da sie sich vom Besitz fesseln lassen. Die Arbeit verliert dann ihren der Gottsuche untergeordneten Stellenwert als asketische Übung und Mittel für einen bescheidenen Lebensunterhalt. Das Besitzstreben hält dann die Gedanken gefangen und wird selbst zum Ziel.

Wir heutigen Menschen können uns fragen: Welchen Stellenwert hat meine Arbeit und mein Besitz für mich? Sind sie Mittel, um einen angemessenen Lebensunterhalt zu sichern und Unterstützung auf dem Weg zu Gott, oder sind sie Selbstzweck und Ziel unseres Lebens?

Als viertes nennt Evagrius den Kummer oder die Traurigkeit (λύπη):

„Kummer entsteht bisweilen infolge einer Entziehung von Begierden, bisweilen aber folgt er auch der Wut.“<sup>17</sup>

Evagrius nennt zwei Quellen, aus denen Kummer entstehen kann. Wenn jemand von den Dämonen der Fresslust, Unzucht oder Habgier bedrängt wird und sich entschließt, diesen Begierden nachzugehen, sie aber nicht erfüllen kann, folgt der Dämon des Kummers:

„Der Kummer ist machtlos, sind nicht die anderen Leidenschaften vorhanden [...]. Wer vom Kummer gebunden wurde, ist zuerst von den anderen Leidenschaften besiegt worden [...]. Denn der Kummer entsteht beim Misslingen eines fleischlichen Verlangens.“<sup>18</sup>

---

<sup>16</sup>EVAGRIUS PONTICUS: *Über die acht Gedanken*, 3,8. Hrsg. v. Gabriel Bunge. (Weisungen der Väter 3.) Beuron 2007, 46.

<sup>17</sup>*Praktikos* (Anm. 4), 10 (S. 89).

<sup>18</sup>EVAGRIUS PONTICUS: *Über die acht Gedanken* (Anm. 16), 5,9f (S. 54f).

Ebenso folgt der Dämon des Kummers, wenn jemand sich vom Dämon der Wut angestachelt zur Rache gegen jemanden entschließt, diese Rache aber nicht ausführen kann:

„Der Kummer ist eine Niedergeschlagenheit der Seele, und diese selbst entsteht aus Gedanken der Wut. Denn ein Verlangen nach Rache ist der Zorn, ein Misslingen der Rache aber erzeugt Kummer.“<sup>19</sup>

Der Dämon des Kummers bewirkt, dass die Seele beschwert wird und daher keine geistliche Kraft für das Gebet aufbringen kann:

„Keine geistliche Lust kennt ein betrübter Mönch [...]. Ein betrübter Mönch regt seinen Intellekt nicht zur Kontemplation an, noch bringt er je ein reines Gebet dar.“<sup>20</sup>

Der Kampf gegen den Dämon des Kummers vollzieht sich im Kampf gegen die Dämonen der Fresslust, der Unzucht, der Habsucht und der Wut. Sind diese Dämonen besiegt, ist auch der Dämon der Traurigkeit besiegt.

Als fünftes nennt Evagrius die Wut oder den Zorn (ὄργη):

„Die Wut ist eine äußerst jähre Leidenschaft. Man sagt in der Tat, sie sei ein Kochen des Jähzorns und eine Regung gegen den, der einem Unrecht getan oder vermeintlich getan hat. Sie macht die Seele den ganzen Tag über wild, vor allem aber reißt sie den Intellekt während der Gebete hin, indem sie ihm das Antlitz dessen, der ihn gekränkt hat, vorspiegelt.“<sup>21</sup>

Der Dämon der Wut ist derjenige Dämon, der den jähzornigen Teil der Seele am heftigsten befällt. Er tritt auf infolge eines tatsächlich oder vermeintlich erlittenen Unrechts. Dadurch wird der jähzornige Teil der Seele so sehr erregt, dass er den logisch-verstehenden Teil ausschaltet und die Kontrolle über die Gedanken und Handlungen übernimmt. Ähnlich wie der Dämon der Unzucht spricht der Dämon der Wut die Phantasie an. Im Geiste beginnt eine Auseinandersetzung mit den Personen, von denen man sich ungerecht behandelt fühlt, und Gedanken an Rache steigen auf. Die Streitgespräche in der Phantasie und die Gedanken der Rache belagern den Geist und verhindert so ein reines Gebet und den Aufstieg der Seele zu Gott:

---

<sup>19</sup>Ebd. 5,1 (S. 53).

<sup>20</sup>Ebd. 5,5f (S. 54).

<sup>21</sup>*Praktikos* (Anm. 4), 11 (S. 92).

„Solltest du dich auf irgendeine Weise an einem Menschen, der dir Unrecht getan hat, rächen wollen, so wisse, daß dir das bei deinem Gebet zum Hindernis werden wird.“<sup>22</sup>

Evagrius rät, sich Phantasien, seien sie durch den Dämon der Unzucht oder den Dämon des Zorns hervorgerufen, nicht hinzugeben, da sie den Geist fesseln:

„Gib dich nicht dem Gedanken der Wut hin, indem du im Geist mit dem, der dich gekränkt hat, streitest, noch auch dem der Unzucht, indem du dir ununterbrochen die Lust vorstellst. Ersteres nämlich verfinstert die Seele, letzteres lädt zum Feuer der Leidenschaft ein, beides aber macht den Intellekt besudelt.“<sup>23</sup>

Die der Wut entgegengesetzte Tugend ist die Sanftmut als rechte Mitte zwischen übermäßiger Erregbarkeit des jähzornigen Teils der Seele und völliger Gleichgültigkeit:

„Wut und Hass vermehren den Jähzorn, Barmherzigkeit und Sanftmut vermindern selbst den vorhandenen.“<sup>24</sup>

Die Sanftmut bekämpft die Wut und die Barmherzigkeit lässt erlittenes Unrecht verzeihen. Beide befreien die Seele von negativen Gedanken und führen hin zur Liebe.

Als sechstes nennt Evagrius den Überdruß oder die Acedia (ἀκηδία). Darin steckt das griechische Wort κῆδος – Sorge. Acedia ist Sorglosigkeit im negativen Sinne: für nichts sorgen wollen, nichts machen wollen, Gleichgültigkeit, Lustlosigkeit und Überdruß. Ein solcher Zustand geht tiefer als Faulheit. Gemeint ist eine innere Trägheit und Lustlosigkeit, die die Seele ohne greifbaren Grund befällt. Evagrius spricht auch vom „Mittagsdämon“, da sich der Dämon der Acedia bei den Wüsteneremiten vor allem um die Mittagszeit eingeschlichen hat:

„Der Dämon des Überdrusses, der auch ‚Mittagsdämon‘ genannt wird, ist von allen Dämonen der drückendste. Er befällt den Mönch um die vierte Stunde und umkreist ihn seine Seele bis zur achten Stunde. Zuerst bewirkt er, dass die Sonne anzusehen ist, als ob sie sich nur schwer oder überhaupt nicht bewege, und den Eindruck macht, als habe der Tag fünfzig Stunden. Dann nötigt er ihn, ununterbrochen auf die Fenster zu starren und aus seiner Zelle herauszuspringen, um die Sonne zu beobachten, wie weit sie noch von

---

<sup>22</sup>EVAGRIUS PONTICUS: *Über das Gebet. Tractatus de oratione*, 13. Übertr. von Guido Joos. (Quellen der Spiritualität 4.) Münsterschwarzach 2011, 90.

<sup>23</sup>*Praktikos* (Anm. 4), 23 (S. 129).

<sup>24</sup>Ebd. 20 (S. 120).

der neunten Stunde entfernt ist, und hierhin und dorthin umherzuschauen, ob nicht einer der Brüder ... Ferner flößt er ihm Hass auf seinen Wohnort ein, auf sein Leben und auf seine Handarbeit, und dass die Liebe unter den Brüdern verschwunden sei und sich niemand finde, um ihn zu trösten. Und falls jemand den Mönch in diesen Tagen gekränkt hat, bedient sich der Dämon auch dessen, um seinen Hass zu vermehren.“<sup>25</sup>

Die Wüsteneremiten lebten allein in einfachen Hütten. Sie aßen nur einmal am Tag zur neunten Stunde. Den Rest des Tages verbrachten sie mit Psalmengebet, Bibellesung und Handarbeit. Um die Mittagszeit konnte einen Mönch schon mal Unlust überkommen. Dann sehnte er sich nach Abwechslung durch den Besuch eines Bruders. Dann erwartete er sehnsüchtig die neunte Stunde, zu der er seine Handarbeit einstellen und ein einfaches Mahl zu sich nehmen konnte. Dann überkam ihn eine Abneigung gegen den Ort, an dem er wohnte, und die Mitbrüder, die in seiner Nähe ihre Einsiedeleien hatten. Dann dachte er, anderswo sei alles besser. Dann kamen alte Kränkungen wieder hoch und vermehren die Unlust noch. Auch wir kennen, dass jemand „mit der Gesamtsituation unzufrieden“ ist, zu nichts so recht Lust hat und ihm die nötige Antriebskraft für alltägliche Dinge fehlt.

Die Acedia nimmt der Seele ihre Spannkraft und treibt einen Menschen in Antriebslosigkeit und Schläfrigkeit. Einem Mönch, der Acedia überfallen worden ist, fehlt die Freude am geistlichen Leben:

„Der Überdruß ist eine Erschlaffung der Seele; eine Erschlaffung nämlich der Seele, die nicht besitzt, was ihrer Natur gemäß ist, noch den Versuchungen edel widersteht. [...] Liest der Überdrüssige, dann gähnt er viel, und leicht versinkt er in Schlaf. Er reibt sich die Augen und streckt die Hände aus, und indem er die Augen von dem Buch abwendet, starrt er die Wand an. Dann wendet er sie wieder ab und liest ein wenig, und indem er das Buch durchblättert forscht er nach dem Schluss der Ausführungen. Er zählt die Blätter und bestimmt die Zahl der Hefte, bemäkelt die Schrift und die Ausstattung, und zuletzt klappt er das Buch zu und legt den Kopf darauf und verfällt in einen nicht allzu tiefen Schlaf, denn der Hunger weckt schließlich seine Seele auf, und die geht dann erneut ihren eigenen Sorgen nach.“<sup>26</sup>

Als Heilmittel nennt Evagrius die Standfestigkeit und Gewissenhaftigkeit in alltäglichen Dingen:

---

<sup>25</sup>Ebd. 12 (S. 95).

<sup>26</sup>EVAGRIUS PONTICUS: *Über die acht Gedanken* (Anm. 16), 6,1.15 (S. 60–62).

„Den Überdruß heilen Standfestigkeit und dass man alles mit großer Sorgfalt, Gottesfurcht und Ausdauer tut. Verordne dir selbst ein Maß in jedem Werk und steh nicht eher davon ab, als bis du es vollendet hast. Und bete ununterbrochen und kurzgefasst, und der Geist des Überdrusses wird von dir fliehen.“<sup>27</sup>

Die Wüsteneremiten sollen treu bei ihrem Tagesablauf bleiben, ihre Einsiedelei nicht unnötigerweise verlassen und den Geist nicht umherwandern lassen, sondern auf Gott ausgerichtet halten. Übertragen für uns heutige Menschen heißt das: Wir sollen treu und gewissenhaft unseren Alltagsgeschäften nachgehen, bei unserem persönlichen Pensum an Bibellesung und Gebet bleiben und nicht im Kreislauf negativer Gedanken untergehen.

Der Kampf gegen den Dämon der Unlust ist erfahrungsgemäß von den bisher genannten der schwierigste. Doch ist der Dämon erst besiegt, stellt sich eine tiefe innere Freude ein, und eine gewisse Zeit der Ruhe vor Angriffen der Dämonen folgt:

„Diesem Dämon folgt unmittelbar kein anderer Dämon. Vielmehr werden der Seele nach dem Kampf ein gewisser friedvoller Zustand und eine unaussprechliche Freude zuteil.“<sup>28</sup>

Als siebtes nennt Evagrius die Ruhmsucht. Das griechische Wort κενοδοξία bedeutet wörtlich „eitler/leerer Ruhm“:

„Der Gedanke des eitlen Ruhmes ist äußerst subtil und stellt sich leicht bei den Tugendhaften ein mit der Absicht, ihre Kämpfe an die Öffentlichkeit zu bringen. Und stets auf der Jagd nach Ruhm bei den Menschen, ersinnt er kreischende Dämonen, geheilte Weibsbilder und gar eine Volksmenge, die seine Gewänder berührt ... Er prophezeit ihm hernach auch das Priestertum und bestellt die ihn Suchenden an die Tür. Und falls er etwa nicht wolle, werde man ihn gebunden wegführen! Und nachdem er ihn auf diese Weise mit eitlen Hoffnungen in die Höhe gehoben hat, fliegt er davon und überlässt ihn entweder dem Dämon des Hochmutes zur Versuchung oder dem des Kummers, der ihm seinen Hoffnungen entgegengesetzte Gedanken zuführt.“<sup>29</sup>

Der Dämon der Ruhmsucht geht subtil vor, denn er nutzt den Erfolg auf dem Weg der Praxi, um den Mönch von diesem Weg abzubringen. Ein Mönch, der die sechs voran-

---

<sup>27</sup>Ebd. 6,17f (S. 62).

<sup>28</sup>Praktikos (Anm. 4), 12 (S. 96).

<sup>29</sup>Ebd. 13 (S. 99).

gegangenen Dämonen besiegt hat und eine Zeit lang nicht mehr von Dämonen bedrängt worden ist, steht in der Gefahr, dem Dämon der Ruhmsucht anheimzufallen. Er läuft Gefahr, seinen geistlichen Kampf öffentlich zu machen und sich von den Menschen wegen seines Sieges über die Dämonen loben und bewundern lassen zu wollen. In seiner Phantasie malt er sich Menschenmassen aus, die ihn als heiligmäßigen Asketen verehren und zu seiner Einsiedelei pilgern, um von ihm von ihren Dämonen geheilt zu werden. Außerdem stellt er sich vor, wie die Einsiedler in seiner Umgebung zu ihm kommen und ihn zum Priester für die Einsiedlerkolonie machen wollen, notfalls gegen seinen Willen.

Außer ihren Erfolgen auf dem monastischen Weg hatten die Wüsteneremiten nichts dessen sie sich rühmen konnten, und die Priesterweihe war eine der wenigen Möglichkeiten, auf der Karriereleiter aufzusteigen. Bei uns heute sieht das anders aus. Der Dämon der Ruhmsucht kann uns auf mannigfaltige Weise versuchen, seine Methoden bleiben aber die gleichen.

Bleibt der Mönch in diesen Phantasien gefangen, folgt der Dämon des Hochmutes. Merkt der Mönch aber, dass sich seine Phantasien nicht erfüllen, verfällt der dem Dämon der Wut, der ihn dem Dämon des Kummers ausliefert.

Evagrius nennt zwei Methoden, um den Dämon der Ruhmsucht zu bekämpfen:

„Der Dämon des eitlen Ruhms ist dem Dämon der Unzucht entgegengesetzt, und es ist nicht anzunehmen, dass diese beiden gleichzeitig die Seele befallen, insofern der eine Ehrungen verheißt, der andere aber Schaden verschafft. Wenn sich dir nun einer der beiden naht und dich bedrängt, dann bilde in dir zum Schein Gedanken des ihm entgegengesetzten Dämons. Und wenn du es fertig bringst, einen Nagel durch einen anderen herauszuschlagen, wie man sagt, dann wisse, dass du den Grenzen der Leidenschaftslosigkeit nahe bist. Denn dein Intellekt hat mit Hilfe eines menschlichen Gedankens einen dämonischen Gedanken zu vernichten vermocht.“<sup>30</sup>

Der Dämon der Ruhmsucht tritt auf, wenn der Mönch die vorherigen Dämonen besiegt hat. Erliegt der Mönch doch wieder der Begierde, fehlt der Ruhmsucht die Grundlage. Merkt der Mönch, dass ihn der Dämon der Ruhmsucht überfällt, kann er sich zum Schein Gedanken einbilden, die der Dämon der Unzucht eingeben würde, um damit dem Dämon der Ruhmsucht zu vertreiben. Hier wird wie Evagrius es ausdrückt ein Nagel mit einem anderen ausgeschlagen. Das funktioniert auch umgekehrt: Der Dämon der Unzucht lässt sich durch Gedanken an bevorstehenden Ruhm austreiben. Diese Methode funktioniert,

---

<sup>30</sup>Ebd. 58 (S. 214).

doch bleibt die Gefahr, dass der Mönch von dem Dämon bedrängt wird, mit dem er eben noch einen anderen ausgetrieben hat.

Evagrius kennt noch eine zweite, besser geeignete Methode, um den Dämon der Ruhmsucht zu vertreiben:

„Durch die Demut den Gedanken des eitlen Ruhmes zurückzustoßen [...] wäre indessen ein Merkmal einer sehr tiefen Leidenschaftslosigkeit.“<sup>31</sup>

Statt einen Dämon durch einen anderen auszutreiben, ist es besser dem Dämon die Tugend der Demut entgegenzusetzen. Die Demut schenkt einen realistischen Blick auf sich selbst und bewahrt vor dem letzten Dämon, den es zu bekämpfen gilt: dem Hochmut.

Als achtens nennt Evagrius den Dämon des Hochmuts (ὕπερηφανία):

„Der Dämon des Hochmutes wird der Seele zum Urheber des schlimmsten Falles. Er verleitet nämlich dazu, Gott nicht als Helfer anzuerkennen, sondern zu meinen, sie selbst sei die Ursache ihrer guten Taten, und sich wider die angeblich unverständigen Brüder aufzublasen, weil sie alle dies über sie nicht wissen. Dem folgen Wut und Kummer“.<sup>32</sup>

Der letzte Dämon, den es auf dem Weg zur Apatheia zu bekämpfen gilt und gleichzeitig das „Erzübel“<sup>33</sup>, ist der Dämon des Hochmutes. Dieser Dämon folgt auf den Dämon der Ruhmsucht. Wer den Gedanken glaubt, die der Dämon der Ruhmsucht eingibt und in diesen Phantasien verharrt, verfällt dem Hochmut. Er schreibt den Sieg über die vorgegangenen Dämonen einzig sich selbst zu und vergisst, dass er dazu der Hilfe Gottes bedarf. Wer etwas anderes behauptet, den verachtet er.

Der Hochmut lässt den Menschen seine eigenen Grenzen vergessen. Er möchte aus eigener Kraft zur Anschauung Gottes gelangen und vergisst, dass dies nur als Gnadengeschenk Gottes möglich ist und nicht selbst gemacht werden kann. Damit versperrt er sich selbst den Weg zur Apatheia. Er bleibt den Leidenschaften ausgeliefert. Wut und Kummer werden ihn bedrängen, weil der das erstrebte Ziel nicht erreicht.

Ebenso wie den Dämon der Ruhmsucht vertreibt die Demut den Dämon des Hochmutes oder lässt ihn erst gar nicht auftreten:

„Erinnere dich an dein früheres Leben und an deine alten Übertretungen und wie du, obwohl den Leidenschaften unterworfen, durch Christi Erbarmen zur Leidenschaftslosigkeit übergegangen bist [...]. Derartige Gedanken

---

<sup>31</sup>Ebd.

<sup>32</sup>Ebd. 14 (S. 103).

<sup>33</sup>Ebd. Prol 2 (S. 49).



flößen nämlich Demut ein und lassen den Dämon des Hochmutes nicht herein.“<sup>34</sup>

In der Antike war Demut negativ konnotiert und galt als Eigenschaft der Sklaven. Im christlichen Kontext bekommt Demut eine positive Konnotation: Einen realistischen Blick auf sich selbst zu haben und seine eigenen Grenzen und seine eigene Hilfsbedürftigkeit anerkennen. So ist das Heilmittel gegen den Dämon des Hochmutes nicht destruktive Selbsterniedrigung, sondern sich selbst im rechten Verhältnis Gott gegenüber zu sehen. Sich selbst als begrenztes Geschöpf anzuerkennen und der Hilfe Gottes bedarf, sich aber auch der menschlichen Würde bewusst zu sein, als Ebenbild Gottes geschaffen zu sein und zur Gotteserkenntnis und Gottesbegegnung aus Gnade berufen zu sein.

## 5 | DER ÜBERGANG ZUR »THEORETIKE« – EIN WEG ZUM REINEN GEBET

Die Praktike, die praktische Einübung der Tugenden im Kampf gegen die Leidenschaften, und deren Ziel, die Apatheia, ist kein Selbstzweck. Sie will hinführen zur Theoretike, zu wahrer Erkenntnis, die ihren Höhepunkt in der Theologike, der Erkenntnis Gottes, findet:

„Jene Seele, die durch die Fülle der Tugenden gereinigt ist, macht den Menschen unerschütterlich gleichmütig und hilft ihm so, in jenen Zustand zu kommen, den er ersehnt.“<sup>35</sup>

Der Weg dorthin führt über das reine Gebet, das nur eine von allen Leidenschaften gereinigte Seele darbringen kann:

„Das Gebet ist ein andauernder inniger Umgang des Menschen mit Gott. [...] Das Gebet ist der Aufstieg des Geistes zu Gott. [...] Der Gebetszustand ist ein habitueller Zustand unerschütterlicher Ruhe (Apatheia). Er führt den Menschen, der die Weisheit liebt und der durch eine tiefe Liebe wahrhaftig vergeistigt ist, zu den höchsten Höhen der Wirklichkeit.“<sup>36</sup>

Klassische monastische Gebetsweise ist die *Lectio divina*, die betende und meditierende Lesung der Bibel, bei der ein Bibelvers beständig wiederholt und meditiert wird, woraus

---

<sup>34</sup>Ebd. 33 (S. 153).

<sup>35</sup>*De Oratione*, (Anm. 22), 2 (S. 87).

<sup>36</sup>Ebd. 3.35.52 (S. 88.95.99).

Gebet entspringt.<sup>37</sup> Aus dieser Gebetsform hat Evagrius die antirrhetische Methode entwickelt. Dabei werden die negativen Gedanken, die die Dämonen eingeben, mit einem passenden Bibelvers erwidert. Evagrius beschreibt diese Methode in seinem Werk „Antirrhetikos“<sup>38</sup>, in dem er eine Sammlung von biblischen Gegenworten zu verschiedenen negativen Einreden der Dämonen vorlegt.

Cassian überliefert den Brauch der Wüsteneremiten, den Psalmvers: „O Gott, komm mir zu Hilfe! Herr, eile mir zu helfen!“ (Ps 70,2) in beständiger Wiederholung zu rezitieren:

„Es wird euch also als Formel der von euch gesuchten Gebetskunde die vorgelegt, welche ein jeder nach dem beständigen Andenken an Gott strebende Mönch nach Austreibung all der verschiedenen Gedanken mit unaufhörlicher Erwägung des Herzens betrachten muß [...]: „O Gott komm mir zu Hilfe! Herr, eile mir zu helfen!“<sup>39</sup>

Damit reduziert Cassian die antirrhetische Methode auf die Verwendung eines einzigen Bibelvers, der die beständige Hilfe Gottes gegen die Angriffe der Dämonen erbittet und den Geist beständig auf Gott ausgerichtet hält:

„Denn dieser Vers wurde nicht mit Unrecht aus dem ganzen Schatz der Heiligen Schriften ausgewählt. Denn er enthält alle Affekte, die in der menschlichen Natur entstehen können, und schmiegt sich allen Zuständen und Vorkommnissen ganz entsprechend und passend an. Er enthält gegen alle Gefahren eine Anrufung Gottes, enthält die Demut des frommen Bekenntnisses, die Wachsamkeit der Sorge und beständigen Furcht, die Betrachtung der eigenen Schwäche, das Vertrauen auf Erhörung, die Zuversicht auf einen gegenwärtigen, immer bereiten Schutz. Denn wer beständig seinen Beschützer anruft, der ist überzeugt, daß ihm derselbe immer gegenwärtig sei.“<sup>40</sup>

Die von den Leidenschaften gereinigte Seele kann mit dieser Gebetsformel ein reines Gebet üben und ist gerüstet für den weiteren Weg der Theoretike, die durch Gottes Gnade in der Theologike, der Erkenntnis Gottes, gipfeln kann.

<sup>37</sup>Eine Einführung in die Lectio divina bietet: DANIEL TIBI: *Lectio divina. Gott begegnen in seinem Wort*. In: Geist und Leben 83 (2010), 222–234.

<sup>38</sup>Deutsche Ausgabe: EVAGRIUS PONTICUS: *Die große Widerrede. Antirrhetikos*. Übers. v. Leo Trunk. Münsterschwarzach 2010.

<sup>39</sup>*Collationes Patrum*, X,10. In: Sämtliche Schriften des ehrwürdigen Johannes Cassianus. Bd. 1. Übers. v. Antonius Abt. (Bibliothek der Kirchenväter 1/59), Kempten 1879, 590. Diese Gebetsweise wird als »Ruhegebet« bezeichnet. Eine Einführung gibt: PETER DYCKHOFF: *Einübung in das Ruhegebet. Eine christliche Praxis nach Johannes Cassian*. München 2006.

<sup>40</sup>*Collationes Patrum* (Anm. 39), X,10 (S. 590f).

## WEITERFÜHRENDE LITERATUR

### Quellen

EVAGRIUS PONTIKUS: *Briefe aus der Wüste*. Hrsg. v. Gabriel Bunge. (Spohia 24.) Trier 1986.

—: *Der Praktikos. Hundert Kapitel über das geistliche Leben*. Hrsg. v. Gabriel Bunge. (Weisungen der Väter 6.) Beuron 2008.

—: *Über das Gebet. Tractatus de oratione*. Übertr. von Guido Joos. (Quellen der Spiritualität 4.) Münsterschwarzach 2011.

### Sekundärliteratur

GUSTAVE BARDY: *Apatheia* In: *Dictionnaire de spiritualité* 1 (1957), 727–746.

PIERRE DE LABRIOLLE: *Apatheia*. In: *Reallexikon für Antike und Christentum* 1 (1950), 484–487.

HANS REINER, MAX-PAUL ENGELMEIER: *Apathie*. In: *Historisches Wörterbuch der Philosophie* 1 (1971), 429–433.