

Die Kontemplation der Väter

– Aus der zehnten Unterredung über das Gebet

In den „Unterredungen mit den Vätern“ des Johannes Cassian (360-435) wird beschrieben, wie er und sein Freund Germanus nach Ägypten reisten, um von den Mönchsvätern zu lernen. Sie trafen dort auf den Abt Isaak und baten ihn, sie im Gebet zu unterweisen. Als Cassian und Germanus merkten, dass sie ihren Lehrer gefunden hatten, lauschten sie den Worten des heiligen Mannes mit wachsender Ergriffenheit, und als er zu ihnen über das immerwährende Gebet sprach, begannen ihre Herzen zu brennen und in ihnen reifte eine feste Entschlossenheit. Doch auf dem Rückweg zu ihren Zellen hielten sie inne. Sie hatten keine Zweifel mehr im Hinblick auf die Notwendigkeit und Bedeutsamkeit des Gebets, nur eins hatte der heilige Abt ihnen nicht gesagt: Wie sie es tun sollten. So kehrten sie zu Isaak zurück, der, wohl die Ernsthaftigkeit der jungen Mönche prüfend, sie daraufhin über die Gebetsform belehrte, die heute als Ruhegebet bekannt ist und als Vorform des Jesusgebets gesehen wird.

Nach Lektüre dieser klaren Unterweisung ist es sehr verwunderlich, dass obwohl es bereits im 4. Jahrhundert nach Christus kontemplative Strömungen gab, diese bisher nicht in das traditionelle Christentum integriert wurden.

Frage nach einem Unterricht in der Vollkommenheit, durch den wir zu einem beständigen Andenken an Gott gelangen könnten

Germanus: Da ist nun unsere Bewunderung über die vorige Unterredung, die uns hieher zurückführte, noch zu größerer Ergriffenheit gewachsen. Denn so sehr wir, angereicht von dieser Lehre, zu der Begierde nach vollkommener Gottseligkeit entflammt werden, in um so größerer Bestürzung liegen wir darnieder, weil wir nicht wissen, wie wir eine Kunst von solcher Erhabenheit suchen oder erlangen können. (...)

Ich zweifle also nicht, daß es für diese so hohe Wissenschaft von der beständigen Vereinigung mit Gott gewisse Grundlagen des Unterrichts gebe, die zuerst ganz festgestellt sein müssen, damit sich darauf die hohen Gipfel der Vollkommenheit erheben können. Wir vermuthen nun so obenhin, es seien derartige Grundlinien die, daß zuerst erkannt werde, in welcher Betrachtung Gott vor Augen gehalten oder gedacht werden solle; dann, wie wir diesen wie immer beschaffenen Betrachtungsstoff unverändert zu bewahren vermögen, was, wie wir nicht zweifeln, der Gipfel der

ganzen Vollkommenheit ist. Deßhalb wünschen wir, daß unserm Gedächtniß irgend ein Stoff gezeigt werde, mittelst dessen Gott im Geiste erfaßt und immer festgehalten werden könne, daß wir an diesem Augenpunkte, wenn wir merken zerstreut worden zu sein, Etwas haben, worauf wir zurückblicken und dann schnell zurückkehren können, um unsere Sammlung ohne allen Zeitverlust des Umherschweifens und ohne schwieriges Suchen wieder zu erlangen. Denn es kommt vor, daß, wenn wir von der geistigen Beschauung abgewichen endlich wieder aus der Zerstreuung wie aus einem tödtlichen Schlafe zu uns selbst kommen und wie Erwachte nach dem Stoffe suchen, der uns entfiel, und durch den wir das geistige Andenken wieder auffrischen könnten, – wir, hingehalten durch den Zeitverlust des Suchens, von unserem Streben wieder abgezogen werden, ehe wir jenen finden. So verfliegt die schon erfaßte Herzensstimmung, ehe irgendein geistiger Blick gewonnen wird. Es ist nun hinlänglich sicher, daß diese Verwirrung uns deßhalb begegnet, weil wir nicht etwas Besonderes, wie eine gewisse Formel beständig vor Augen haben, zu der das unstete Gemüth nach vielen Umschweifens und verschiedenen Verwirrungen wie-

der zurückgerufen werden könnte, um so nach langem Schiffbruch gleichsam in den Hafen der Ruhe einzugehen. So geschieht es, daß der durch diese Unwissenheit und Schwierigkeit immer gehinderte Geist stets im Irrthum und wie im Rausche bald da bald dort hin- und hergeworfen wird und nicht einmal jenes Geistige, das ihm mehr durch Zufall als durch seine Thätigkeit entgegenkommt, lange und fest halten kann, da er immer Eines um das Andere aufnehmend weder den Eintritt und Anfang dieser (zerstreuenden Bilder) noch ihr Ende und Weggehen merkt.

Antwort über die Kraft des durch Erfahrung gebildeten Verstandes

Isaak: Eure so eingehende und genaue Forschung ist ein Zeichen, wie nahe ihr der Reinheit seid. Denn es wird Niemand über diese Dinge auch nur zu fragen vermögen, geschweige, daß er klare Einsicht und Urtheil hätte, – ausser wen eine fleissige und kräftige Thätigkeit des Geistes und eine wachsame Sorge zur Erforschung der Tiefe dieser Fragen geführt hat, und wen die beständige Anstrengung eines zuchtvollen Lebens durch thatenreiche Erfahrung dahin gebracht hat, die Schwellen dieser Reinheit zu betreten und an ihre Thüren zu klopfen. Und weil ich also sehe, daß ihr nicht etwa vor den Thüren dieses wahren Gebetes, von dem wir handeln, stehet, sondern gleichsam mit erfahrenen Händen schon das Tieferliegende und Innere desselben berührt und einige Theile schon mehr und mehr erfasset, so glaube ich keine Mühe zu haben, die gewissermaßen schon im Vorhofe Umherirrenden auch in das Innerste einzuführen, soweit uns Gott leitet, und glaube auch nicht, daß euch im Verständniß dessen, was zu zeigen ist, irgend eine hinderliche Schwierigkeit aufhalten werde. Denn der ist ganz nahe der Erkenntniß, der da klar erkennt, was er denn eigentlich untersuchen solle, und der ist nicht ferne vom Wissen, der einzusehen beginnt, was seinem Wissen noch fehle. So fürchte ich also nicht, dem Vorwurf des Verrathes oder des Leichtsinnes zu verfallen, wenn ich Das, was ich in der vorigen Abhandlung über das vollkommene Gebet noch aus der Unterredung ferne ließ, jetzt kund thue;¹ denn ich glaube, daß der Kern des-

¹ *Anm.:* In der vorherigen neunten Unterredung wurde auf das Fundament der Tugend eingegangen, und auch anfängliche Gebete wie das Bitt- oder Dankgebet

selben euch, die ihr so voll Eifer und Thätigkeit seid, auch ohne die Hilfe meiner Rede durch die Gnade Gottes aufgeschlossen worden wäre.

DIE LEHRE VON DEM BESTÄNDIGEN GEBETE

Ihr habt nun die nöthige Lehrweise ganz richtig mit dem Unterrichte der Kleinen verglichen, die ja auch die erste Belehrung über die Anfangsgründe nicht fassen können noch deren Umrisse zu erkennen oder mit sicherer Hand die Buchstaben zu schreiben vermögen, wenn sie sich nicht alsbald durch beständige Betrachtung und tägliche Nachahmung gewöhnen, die Abbildung derselben durch genaue Eingrabung gewisser Typen und Formeln in Wachs auszudrücken. Demgemäß muß man auch euch eine Formel dieser geistigen Beschauung lehren, auf die immer mit aller Beharrlichkeit den Blick richtend ihr lernen möget, sie entweder mit ununterbrochener Beständigkeit in heilsame Erwägung zu ziehen oder unter ihrer Anwendung und Betrachtung euch zu höherem Schauen zu erbeben. 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, weil er sie anders durchaus nicht wird bewahren können, als wenn er von allen leiblichen Sorgen und Kümernissen befreit sein wird. Wie diese uns von Wenigen, die aus den ältesten Vätern übrig waren, überliefert wurde, so wird sie auch von uns nur den Wenigsten und den wahrhaft darnach Schmachttenden anvertraut. Es wird euch also, um das ewige Andenken an Gott zu bewahren, diese Gebetsformel unaufhörlich vor Augen sein: „Gott, merke auf deine Hilfe! Herr, eile, mir zu helfen!“² Denn dieser Vers wurde nicht mit Unrecht aus dem ganzen Schatze der hl. 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 Demuth des frommen Bekenntnisses, die Wachsamkeit der Sorge und beständigen Furcht, die Betrachtung der eigenen

besprochen, die in der Aufstiegserfahrung des Suchenden ebenso ihren Platz haben.

² Psalm 70,2

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. Ferner enthält dieser Vers die Glut der Zuneigung und Liebe, die Erwägung der Nachstellungen, die Furcht vor den Feinden, von denen er sich Tag und Nacht umgeben sieht und nun eingesteht, daß er sich ohne die Hilfe seines Vertheidigers nicht befreien könne. So ist der Vers Allen, die unter den Anfechtungen der bösen Feinde zu leiden haben, eine unüberwindliche Mauer, ein undurchdringlicher Panzer, ein gar fester Schild. Er duldet nicht, daß die in Dürre und Angst des Gemüthes Lebenden oder die von Traurigkeit und was immer für Gedanken Niedergedrückten an den Heilmitteln verzweifeln, indem er zeigt, daß Jener, welchen er anruft, beständig unsere Kämpfe sieht und nicht fern sei von seinen flehenden Kindern. Dieser Vers mahnt uns aber auch, daß wir in geistigen Erfolgen und in der freudigen Stimmung des Herzens uns ja nicht überheben dürfen und nicht aufgeblasen werden sollen von dem glücklichen Zustande, den wir ja, wie er bezeugt, ohne Gottes Hilfe nicht festhalten können, weshalb er ihn nicht nur immer, sondern auch schnell um Hilfe anruft. So also sage ich, daß sich derselbe einem Jeden von uns, in jeder Lage nothwendig und nützlich erweise. Denn wer immer und in Allem unterstützt zu werden verlangt, der offenbart dadurch, daß er nicht nur in harten und traurigen Verhältnissen, sondern auch in günstigen und freudigen gleicher Weise des Schutzes Gottes bedürfe, damit ihn derselbe sowohl aus jenen herausziehe als in diesen bewahre, da ja die menschliche Schwachheit, wie er wohl weiß, in keinem von beiden allein stehen kann. Werde ich von der Leidenschaft der Eßgier getroffen und suche Speisen, welche die Wüste nicht kennt; kommen mir in der rauhen Einöde die Wohlgerüche königlicher Tafeln, und fühle ich mich ganz gegen meinen Willen zu der Begierde darnach hingezogen: sogleich muß ich sagen: „Herr, merke auf meine Hilfe! Herr, eile, mir zu helfen!“ Fühle ich mich versucht, die festgesetzte Stunde der Mahlzeit nicht abzuwarten, oder kämpfe ich mit großem innerlichem Weh, das rechte und gewohnte Maß der Entsagung beizubehalten, da muß ich mit Seufzen rufen: „Herr, merke auf meine Hilfe! Herr, eile etc.“ Wenn ich wegen fleischlicher Anfechtung eines strengern Fastens bedarf, und die Schwäche des Magens

hält mich ab, oder der dürre eingeschrumpfte Leib schreckt mich zurück, so muß ich, damit meinem Verlangen Erfolg werde, oder daß doch wenigstens die Glut des fleischlichen Begehrens ohne die Dämpfung eines strengern Fastens sich lege, wieder beten: „Herr, merke auf meine Hilfe etc.“ Wenn ich zum Essen gehe, da es die gesetzmäßige Stunde mir nahe legt, und nun den Genuß des Brodes scheue und mich von allem der Natur nothwendigen Essen fern halte, da muß ich mit Klagen rufen: „Herr, merke auf meine Hilfe etc.“ Wenn ich, um die Beständigkeit des Herzens zu wahren, eifrig bei der Lesung bleiben will, aber der Kopfschmerz mich unterbricht und abhält oder schon um die dritte Stunde der Schlaf mein Haupt auf das hl. Buch herabzieht; wenn ich mich verlockt fühle, die für die Ruhe bestimmte Zeit zu überschreiten oder zu frühe zu beginnen; oder wenn mich der schwere Druck des Schlafes sogar zwingen will, die kanonischen Weisen des Gottesdienstes und der Psalmen zu unterbrechen: da muß ich gleichfalls rufen: „Herr, merke auf meine Hilfe: etc.“ Wenn dagegen der Schlaf meinen Augen genommen ist und ich mich in vielen Nächten durch teuflische Beunruhigung abgemattet sehe und alle Erquickung der nächtlichen Ruhe von meinen Liedern fern ist, so habe ich mit Seufzen zu beten: „Herr, merke auf meine Hilfe etc.“ Bin ich noch im Kampfe mit den Lastern befangen, und es stachelt mich plötzlich der Kitzel des Fleisches oder versucht, den Schläfrigen mit schmeichelnder Lust zur Einwilligung zu ziehen, so muß ich, damit nicht ein wildes, aufloderndes Feuer die süß duftenden Blüten der Keuschheit vernichte, rufen: „Herr, merke auf meine Hilfe“ etc. Merke ich aber, daß die Glut der Begierde erloschen und die geschlechtliche Hitze in meinen Gliedern erkaltet ist, so ist es nöthig, damit diese erworbene Tugend oder vielmehr die Gnade Gottes in mir länger, ja beständig bleibe, mit Eifer zu sagen: „Herr, merke auf meine Hilfe“ etc. Wieder, wenn ich von dem Reize des Zornes, der Geldgier, der Traurigkeit beunruhigt werde und mich gedrängt fühle, die vorgenommene und mir liebe Sanftmuth aufzugeben, da muß ich, um nicht zu galliger Bitterkeit durch die Aufregung des Zornes verführt zu werden, mit vielem Seufzen rufen: „Herr, merke auf meine Hilfe“ etc. Werde ich von Mißmuth, Ruhmsucht oder Hochmuth getrieben, und schmeichelt sich mein Geist in heimlichen Gedanken wegen der Nachlässigkeit oder Lauheit Anderer, so habe ich, damit diese

verderbliche Eingebung des Feindes in mir nicht stark werde, mit aller Zerknirschung des Herzens zu beten: „Herr, merke auf meine Hilfe“ etc. Habe ich aber die Gnade der Demuth und Einfaht nach Ablegung des Hochmuthsschulstes durch beständige Zerknirschung des Geistes erlangt, so muß ich, damit mir nicht wieder der stolze Schritt komme und die Hand des Sünders mich verführe, so daß ich nur zu sehr von Aufgeblasenheit über meinen Sieg verwundet werde, aus allen Kräften rufen: „Herr, merke auf meine Hilfe“ etc. Kämpfe ich heiß mit unzähligen und verschiedenen Ausschweifungen des Geistes und der Unbeständigkeit des Herzens und kann die Zerstreuung der Gedanken nicht im Zaume halten, ja selbst mein Gebet nicht ohne Unterbrechung ausschütten und ohne die Vorstellung eitler Bilder oder die Erinnerung in Reden und Handlungen; fühle ich mich so in der Dürre dieser Unfruchtbarkeit befangen, daß ich überhaupt kein geistiges Verständniß gewinnen kann: so werde ich, um mich von dieser Befleckung der Seele, von der ich mich durch vieles Seufzen und Stöhnen nicht losmachen kann, zu befreien, nothgedrungen rufen: „Herr, merke auf meine Hilfe“ etc. Merke ich aber, daß ich die Richtung der Seele, die Beständigkeit des Geistes, die Heiterkeit des Herzens mit unaussprechlicher Freude und Verzückung durch die Heimsuchung des hl. Geistes wieder erlangt habe, daß ferner wieder eine Fülle geistigen Sinnes mir zuströmt; oder habe ich die Offenbarung der heiligsten, mir vorher gänzlich verborgenen Wahrheiten durch plötzliche Erleuchtung des Herrn erhalten: so muß ich, um hierin länger verweilen zu dürfen, eifrig und häufig rufen: „Herr, merke auf meine Hilfe“ etc. Werde ich von den nächtlichen Schrecken der Teufel umringt und gequält oder beunruhigt von den Vorspiegelungen unreiner Geister; wird selbst die Hoffnung auf Heil und Leben in Schrecken und Zittern mir benommen: so fliehe ich zu dem schützenden Hafen dieses Verses und rufe aus allen Kräften: „Herr, merke auf meine Hilfe“ etc. Bin ich dann wieder durch die Tröstung des Herrn gestärkt und fühle mich durch seine Heimsuchung ermuthigt und wie von unzähligen Tausenden der Engel umgeben, so daß ich es mit einem Male wage, das Zusammentreffen mit Jenen, die ich vorher mehr fürchtete als den Tod, und deren Nähe und Berührung ich mit Schauer des Geistes und Leibes wahrnahm, zu suchen und den Kampf mit ihnen zu fordern: so muß ich, damit die Kraft dieser Stand-

haftigkeit durch Gottes Gnade in mir länger bleibe, mit aller Kraft rufen: „Herr, merke auf meine Hilfe“ etc. Das Gebet dieses Verses ist also mit unaufhörlicher Beständigkeit zu verrichten, im Unglück zu unserer Befreiung, im Glücke, damit es bleibe und wir nicht übermüthig werden. Die Betrachtung dieses Verses, sage ich, soll in deinem Herzen ununterbrochen geschehen. Ihn sollst du bei jeder Arbeit oder Verrichtung und sogar auf der Reise unaufhörlich sprechen, ihn beim Schlafen und Essen und in der letzten Noth des Leibes bedenken. Diese Beschäftigung deines Herzens wird dir eine heilsame Formel an die Hand geben und dich nicht nur unverletzt vor jedem teuflischen Angriffe bewahren, sondern dich auch reinigen von allen Fehlern irdischer Ansteckung und zu den unsichtbaren und himmlischen Beschauungen führen, zu jener unaussprechlichen und Wenigen bekannten Glut des Gebetes. Im Andenken an diesen Vers treffe dich der Schlaf, bis du durch eine ausserordentliche Übung desselben gelehrt und gewöhnt bist, ihn auch im Schlafe zu sprechen. Er soll dir beim Erwachen zuerst einfallen, er allen andern Gedanken zuvorkommen, er soll bei der Erhebung von deinem Lager dich zur Kniebeugung führen und von da hernach zu allem Wirken und Thun, so daß er dich jederzeit begleite. An ihn magst du denken nach dem Gebote des Gesetzgebers, ob du im Hause sitztest oder wandelst auf dem Wege, ob du schlafest oder aufstehst; ihn schreibe auf die Schwelle und die Thüre deines Mundes; zeichne ihn auf die Wände deines Hauses wie in das Innere deines Herzens³, so daß, wenn du zum Gebete dich niederwirfst, er dein Sang sei, der sich zur Höhe hebt, und, wenn du dann aufstehst und dich zu den nöthigen Übungen des Lebens begibst, er dein beständiges himmelanstrebendes Gebet werde.

Über die Vollkommenheit des Gebetes, zu der man durch die besagte Lehre der Alten gelangt

Diese Formel soll der Geist unaufhörlich festhalten, bis er gestärkt durch ihren immerwährenden Gebrauch und die beständige Erinnerung allen Gedankenreichthum und vielen geistigen Besitz zurückweise und wegwerfe und so in der strengen

³ Angelehnt an Dtn. 6,5-9

Armuth dieses Verses zu jener Seligkeit des Evangeliums, welche unter allen die erste ist, mit großer Leichtigkeit gelange. Denn „selig“, heißt es, „sind die Armen im Geiste, weil ihrer ist das Himmelreich.“ Wer nun durch solche Armuth ein trefflicher Armer geworden ist, der erfüllt das prophetische Wort: „Der Arme und Dürftige loben deinen Namen.“ (...)

Denn die hl. Schriften eröffnen sich uns viel klarer und breiten gleichsam ihre Adern und ihr Mark vor uns aus, wenn unsere Erfahrung ihre Bedeutung nicht nur erfaßt, sondern der Kenntniß auch vorausgeht und uns der Sinn der Worte nicht durch Auslegung, sondern durch beweisende Thatsachen aufgeschlossen wird. Wenn wir nemlich dieselbe Herzensstimmung empfangen, in welcher ein Psalm gesungen oder geschrieben wurde, so werden wir gleichsam seine Verfasser und nehmen das Verständniß mehr voraus, als nach der Lesung, d. h. so, daß wir früher die Wirkung der Worte erlangen als ihre Kenntniß und uns dann bei der Betrachtung derselben gleichsam nur erinnern, was in uns geschehen sei und bei den täglichen Vorkommnissen geschehe. (...)

So werden wir, durch Thatsachen belehrt, Alles nicht wie Gehörtes erkennen, sondern wie vollendet Wirkliches mit Händen greifen und es nicht wie etwas bloß dem Gedächtnisse Anvertrautes, sondern wie naturwahre Lebendigkeit aus dem innersten Drange des Herzens hervorbringen, da wir den Sinn der Psalmen nicht durch den gelesenen Text, sondern durch die vorausgegangene Erfahrung erkennen und so in unserm Geiste zu jener Reinheit des Gebetes gelangen, zu welcher in der vorigen Abhandlung mit Hilfe Gottes die Unterredung der Reihe nach aufstieg.⁴ Diese ist nicht nur mit dem Anblick keines Bildes beschäftigt, sondern wird auch durch keine Abfolge der Laute und Worte abgezogen; vielmehr wird dieß Gebet in feuriger Inbrunst des Geistes mit unaussprechlicher Entzückung des Herzens und unverwüstlicher Geistesfreude dargebracht und von dem über alle Sinne und sichtbaren Gegenstände erhobenen Geiste mit unaussprechlichen Seufzern und Anmuthungen vor Gott ausgegossen.

⁴ *Anm.*: Dementsprechend schreibt Evagrius Pontikos: „Bist du ein Theologe, dann weißt du auch richtig zu beten. Wenn du wirklich zu beten verstehst, so bist du ein Theologe.“ (Über das Gebet, 53)

Frage, wie die geistlichen Gedanken unbeweglich festgehalten werden konnten

Germanus: Wir glauben, daß uns nun nicht nur die verlangte geistliche Lehre, sondern auch die Vollkommenheit selbst offen und klar genug dargelegt worden sei. Denn was kann vollkommener oder höher sein, als die Erinnerung an Gott in einer so kurzen Betrachtung zu besitzen, in der Erwägung eines einzigen Verschens über alle Grenzen des Sichtbaren zu schreiten und gleichsam die Gemüthsbewegungen aller Gebete in kurzem Worte zusammenzufassen? So bitten wir also, uns nur das Eine, was noch übrig ist, auseinanderzusetzen, wie wir eben dieses Verschens, das du uns als Formel an die Hand gegeben hast, beständig festhalten können, so daß, wie wir durch Gottes Gnade von der Thorheit weltlicher Gedanken befreit sind, wir auch alle geistlichen ohne Aufhören bewahren mögen.

Über die Veränderlichkeit der Gedanken

Denn wenn unser Geist den Anfang irgend eines Psalmes hergenommen hat, so wird er unvermerkt abgezogen und zu dem Texte irgend eines andern Schrifttheiles ohne sein Wissen und zu seinem Staunen hingeleitet. (...)

Zum Beispiel: Während er bittet, denkt er über einen Psalm oder eine Lektion nach; während er singt, betrachtet er etwas Anderes, als der Text des Psalmes enthält; wenn er die Lektion liest, erwägt er Etwas, was er thun soll, oder erinnert sich an Das, was er gethan hat. Auf diese Art wird Nichts nach Ordnung und Schicklichkeit aufgenommen oder ausgeschlagen, gleich als wenn er durch zufälligen Drang getrieben würde, da er nicht die Macht hat. Das zu behalten oder bei dem zu verweilen, was ihm gefällt. Es ist uns also vor Allem nöthig, zu wissen, wie wir diese Gebetspflichten würdig erfüllen oder doch eben diesen Vers, den du uns als Formel gelehrt hast, immer in Erinnerung haben können, damit die entstehenden und schwindenden Gedanken nicht nach ihrer eigenen Veränderlichkeit hin und herströmen, sondern in unserer Gewalt bleiben.

Antwort, wie die beständige Sammlung des Herzens oder der Gedanken erlangt werden könne

Isaak: Obgleich neulich, als wir über den Gebetsstand redeten, über diesen Gegenstand, wie ich glaube, genug gesagt worden ist, so will ich doch, da ihr verlangt, daß euch Ebendieß wiederholt werde, in Kürze Etwas über die Beständigkeit des Herzens euch nahe legen. Drei Dinge sind es, welche den umherschweifenden Geist zum Stehen bringen: Wachen, Betrachten und Beten. Der fortgesetzte und beharrliche Eifer hierin verschafft der Seele eine feste Beständigkeit. Sie können jedoch auf keine andere Weise erlangt werden, als wenn zuerst durch die unermüdete Ausdauer in einer Arbeit, die nicht der Habsucht, sondern dem heiligen Bedürfnisse des Klosters geweiht ist, durchaus alle Sorgen und Kümernisse für das gegenwärtige Leben abgethan sind, so daß wir jenes apostolische Gebot erfüllen können: „Betet ohne Unterlaß!“ Denn sehr wenig betet Der, der nur gewohnt ist, in der Zeit zu beten, in welcher die Kniee gebogen sind. Niemals aber betet, wer auch mit gebogenen Knieen durch Zerstreung des Herzens sich vom Gebete abziehen läßt. Wie wir also beim Beten erfunden werden wollen, so müssen wir auch vor der Gebetszeit sein. Denn nothwendig muß das Verhalten des Geistes zur Zeit seines Gebetes dem vorausgehenden Zustande entsprechen und er von jenen Gedanken, bei welchen er vor dem Gebete verweilte, entweder zum Himmlischen erhoben oder zum Irdischen herabgedrückt werden.

– So weit führte unter unserm Staunen der Abt Isaak die zweite Unterredung über die Beschaffenheit des Gebetes. Die Lehre von dem beständigen Andenken an jenes besagte Verschen, in der er uns Anfänger unterrichtet hatte, bewunder-

ten wir sehr und wünschten sie beharrlich zu üben, da wir sie für kurzgefaßt und leicht hielten; aber wir erfuhren zur Genüge, daß sie schwerer zu beobachten sei als unser früheres Streben, das uns in verschiedener Betrachtung in dem ganzen Bereiche der hl. Schriften herumtreiben ließ, ohne daß uns Etwas beharrlich fesselte. Es ist also sicher, daß Niemand durch Unkenntnis der Wissenschaft von der Vollkommenheit des Herzens ganz ausgeschlossen sei, und daß Ungebildetheit kein Hinderniß sei, die Reinheit des Herzens und der Seele zu erlangen, die in ihrem kurzen Hauptinhalte Allen nahe liegt, wenn sie nur eine echte und volle Richtung des Geistes auf Gott durch das beständige Andenken an diesen Vers bewahren.

JOHANNES CASSIAN

Aus: COLLATIONES PATRUM
10. UNTERREDUNG MIT DEN VÄTERN
BIBLIOTHEK DER KIRCHENVÄTER
(GREGOR EMMENEGGER)



Das ganze Abzielen des Mönches und die ganze Vollkommenheit des Herzens geht auf die beständige und ununterbrochene Beharrlichkeit im Gebete und strebt, soweit das der menschlichen Gebrechlichkeit möglich ist, nach einer unbeweglichen Ruhe des Geistes und immerwährenden Reinheit. (Coll. IX)