

ARTICLES AND TREATISES
ARTYKUŁY I ROZPRAWY

**Veränderung zur Praxtike. Kleine Bemerkungen
zur Lebensphilosophie des Evagrius Pontikos**

Małgorzata BOGACZYK-VORMAYR
Salzburg

ABSTRACT

The paper elucidates the evolution of understanding a life phenomenon in the writings of the early Christian writers who referred to the heritage of the ancient philosophy and tried to define their own position in relation to it. In this line of thoughts the present author refers to Evagius Ponticus who builds upon some streams of thoughts typical of Socrates' concept of life, known from Plato's dialogues. As Bogaczyk argues, among the common points for both philosophical traditions, the ancient Greek and early Christian, there are, first of all, the understanding of life as change and as the exercise in accepting this change and mortality it inevitably implies. Only the dialectics of life and death, or hope and pessimism, makes the phenomenon of life accessible to us, and its concept possible to be grasped. Thus, these dialectics can be applied in contemporary currents of philosophy of life, as well as in psychological and medical approach towards the problem of depression.

EINLEITUNG

Es gibt keine Denkrichtung in der Philosophie und es gab nie eine philosophische Schule, in der das Thema des Lebens und im Besonderen das menschliche Leben nicht abgehandelt worden wäre. Die Lebewesen und ihre Stellung in der Natur, das Dasein und seine Modi, die verschiedenen Existenzarten, Freiheit und Schicksal — diese waren immer die „lebendigsten“ philosophischen Themen. Schon in den ersten kulturellen Äußerungen des Menschen und danach auch in allen philosophischen Erörterungen wurde die Frage nach dem Sinn des menschlichen Lebens gestellt: Wie soll man leben? Was ist das sog. Leben selbst? In diesem Artikel beschränke ich mich auf jene Bedeutungsrichtungen, denen in den westlichen Denktraditionen

nachgegangen wurde: Der Begriff „Leben“ steht in der antiken Ethik und Handlungstheorie im Mittelpunkt, Erläuterungen zu diesem Begriff lesen wir bei den Pythagoreern, in den platonischen Dialogen, bei den Stoikern sowie bei den Kynikern. Auf die antiken Lebenskonzepte, beispielsweise auf den Begriff der *entelechia* im Sinne von Lebenskraft oder auf die Begriffe *hy-parxis* und *essentia* im Sinne von Existenz, haben im 19. und 20. Jahrhundert die Vertreter der Lebensphilosophie und der Existenzphilosophie zurückgegriffen.

Allerdings finden wir in den zeitgenössischen Auffassungen zur Lebenskunst als Zentralbegriff den Terminus „Tod“ — dieser ist noch stärker präsent als der Begriff „Leben“. Im Vergleich zur antiken Reflexion, die als Thema die gegenseitige Bedingung von Leben und Tod entwirft, könnte man die zeitgenössische humanwissenschaftliche Lebens-Reflexion eher als eine *meditatio mortis* bezeichnen. Ich möchte mich hier der Lebensphilosophie von Evagios Pontikos (345–399) widmen. Mein Verständnis von „Lebensphilosophie“ ist weit entfernt von den später sich durchsetzenden, institutionalisierten Auslegungen. Die altchristliche Auffassung von Leben ist in ihrem Bedeutungsradius von den griechischen Lebensschulen gleich weit entfernt wie von den frühmittelalterlichen Klosterregeln. Es ist hier also mein Ziel darzulegen, wie die altchristliche Lebensphilosophie aus der antiken Tradition herauswächst und wie sie die nachfolgenden Darstellungen von Lebensentwürfen beeinflusst. Dieser Wandel vom Griechischen zum Christlichen, die einzelnen Phasen der Assimilation und Negation werden im Zentrum meiner kurzen Betrachtungen stehen.

VERÄNDERUNG

In der zeitgenössischen Reflexion über die Veränderlichkeit des Lebens kehrt man oft zu einer antiken Aussage zurück, dass nämlich das Leben eine Vorbereitung zum Tode sei. So belehrt Sokrates seine Schüler und Freunde im Dialog *Phaidon*:

[...] diejenigen, die sich auf rechte Art mit der Philosophie befassen, mögen wohl, ohne daß es freilich die andern merken, nach gar nichts anderm streben, als nur zu sterben und tot zu sein. Ist nun dieses wahr, so wäre es ja wohl wunderlich, wenn sie ihr ganzes Leben hindurch zwar sich um nichts anderes bemühen als um dieses, wenn es nur aber selbst käme, hernach wollten unwillig sein über das, wonach sie lange gestrebt und sich bemüht haben (*Phaidon* 64a)¹.

¹ Hier ist von der „Lebensphilosophie des Sokrates“ (nicht von Sokrates-Platon bzw. Platon) die Rede. Das Thema der historischen Figur des Sokrates sowie der strikten sokratischen bzw. platonischen Inhalte der platonischen Dialoge muss man in einem solch

Wenn also die Rede ist vom Leben als einer Vorbereitung zum Tode hin, so bezeichnen die Griechen tatsächlich eine bestimmte Qualität des Lebens, nämlich das bewusste Leben, die Selbsterkenntnis, das Streben nach Wissen, ein Leben im Gleichgewicht, schließlich die Glückseligkeit. Diese Vorbereitung auf den Tod hat als Vorbedingung die Mühe um ein gutes Leben. Das menschliche Leben zu verstehen sei eines der großen Ziele des Philosophierens, meinten also die ersten Philosophen, und so wird doch der Begriff „Leben“, nicht „Tod“, zum Zentralthema erhoben. Die Denker der Antike waren davon überzeugt, dass Glück und Unglück sich immer gegenseitig bedingen. Diese Überzeugung gewinnt Gestalt in der Figur der Tyche, Zeus' Tochter, Göttin des Schicksals, die die guten wie auch bösen Fügungen verursacht. Der Begriff der *tyche* steht, vor allem bei Homer und Hesiod, synonym für beides: für Glück und Unglück². Dem entspricht auch die Aussage eines der Altväter des Christentums, Abba Poimen: „Doppelt ist die Trauer: Sie wirkt und behütet“ (Miller 1986: 218). Die Wirkung der Trauer kann in einer Niederlage, oder aber auch in einer Selbstfindung bestehen, sie kann sich in einem Ausbruch von Zweifel, Hass und Gewalt, oder dementsprechend in Selbstbeherrschung, in Ruhe und Vertrauen äußern. Die wichtigste Wirkung einer Krise liegt in der Erfahrung selbst: sie ist eine wachsame Behüterin für das weitere Leben. Das Motiv des glücklichen Lebens finden wir in allen Schriften der klassischen philosophischen Schulen. Das Glück, so scheint es, hat in allen diesen Auffassungen die Bedeutung einer inneren und äußeren Ruhe. Vom Glück wird als von einer Ruhe gesprochen, die man gewinnen und sodann auch behüten muss. Davon redet Sokrates in der *Politeia*:

Das Gesetz sagt doch, es sei am schönsten, in den Wechselfällen des Schicksals möglichst ruhig zu bleiben und sich nicht aufzuregen (μη ἀγανακτεῖν). Man könnte ja gar nicht wissen, was daran gut und was schlimm sei (τοῦ ἀγαθοῦ τε καὶ κακοῦ), auch bringe es uns für die Zukunft nicht weiter, wenn wir die Sache allzu schwer nehmen (προβαῖνον τῷ χαλεπῶς φέροντι). Überhaupt dürfe man das, was uns Menschen trifft, nicht zu ernst nehmen, und schließlich sei dieses Traurigsein gerade dem Vorgang hinderlich, der möglichst schnell in uns eintreten sollte.
Was meinst du damit? — fragte er [Glaukon].

bescheidenen Essay selbstverständlich beiseitelassen. Wir betrachten hier Sokrates und Evagrius, weil bei beiden Denkern (trotz der Ontologie Platons, welche Sokrates vorträgt, und trotz der spekulativen Lehre des Evagrius) die praktische Philosophie im Vordergrund steht — hier darf man also von der praktischen Philosophie und von der Lebensphilosophie sprechen.

² In späterer Verwendung wird *tyche* öfter als Schicksal und Zufall verstanden, was aber mehr der römischen Version von Tyche, nämlich der Fortuna entspricht.

Daß wir über das Geschehene zu Rate gehen, sagte ich, und daß wir wie beim Würfelspiel unsere Sache dem gefallenen Wurf gemäß so einstellen, wie die Vernunft empfiehlt, daß es am besten sei. Und daß wir es nicht machen wie die Kinder, die sich gestoßen haben und nun die schmerzende Stelle halten und fortwährend schreien. Sondern wir müssen die Seele allezeit daran gewöhnen, das Gefallene so schnell als möglich wieder aufzurichten und das Erkrankte (νοσήσαν) zu heilen und so durch die Heilkunst (ιατρικῆ) die Klaglieder zum Verstummen zu bringen (*Politeia* 604c–605b).

Iatrike, genauer: *iatrike techne*, auch *iatoria techne*, gilt hier als Heilkunst und bezeichnet die medizinische Behandlung. Diese Heilkunst dient einem Kranken, d.h. sie hilft ihm die Krankheit zu bekämpfen, und gleichzeitig ist sie eine Befreiung nicht nur von den Schmerzen der Krankheit, sondern ganz allgemein vom Leid, von Verzweiflung und Selbstunterschätzung, die stets mit einer Krise einhergehen. Sowohl die Symptome einer medizinisch definierten Krankheit als auch deren Nachwirkungen, welche im Gegensatz zur Krankheit selbst nicht so einfach erkennbar und definierbar sind, gehören zu dem Zustand, welchen man mittels der Heilkunst behandeln will. Von den Griechen der Antike erhalten wir also einen Krankheitsbegriff, der unmissverständlich das Befinden des Körpers wie der Seele gleichermaßen im Blickfeld hat. Genau darauf bezieht sich der Ausdruck „das Erkrankte“ in der zitierten Stelle Platons: *nosein*, „krank sein“, bedeutet für die antiken Griechen vor allem unglücklich sein, leiden, sich in einer widrigen Situation befinden. Mehr noch: In diesem Verständnis von Krankheit finden wir neben den medizinisch eingegrenzten (körperlichen wie geistigen) Ursachen eine Verknüpfung zu den sozialen, gesellschaftlichen und ethischen Ursachen und Folgen eines Krankheitsausbruchs. Der Mensch als Leidender ist in seiner sozialen Rolle, in seiner gesellschaftlichen Positionierung, mit seinen Lebensaufgaben zu sehen, und seine Ausgrenzung aus diesen Bezügen, die Veränderung in vielen Bereichen seines privaten und sozialen Lebens gehören zum Gesamtbild seiner Krise.

„Ruhig bleiben“ gegenüber einem Problem entspricht dabei keineswegs unserem heutigen Verständnis von Passivität oder Resignation; die antike Vorstellung von innerer Ruhe ist von einer derartigen Auffassung weit entfernt. Ruhig bleibt man nicht, um sich von einem bestehenden Problem innerlich zu entfernen, sondern um dieses verstehen zu können und eine Handlung zu planen. Das Schicksal bedingt die Wechselfälle des Lebens, bedeutet Veränderung. Der Mensch, wenn er vor einer Veränderung steht, kann noch nicht wissen, „was daran gut und was schlimm sei“. Ein ängstliches Leben führen also Menschen, die jede Veränderung vermeiden möchten; ein mutiges Leben

bewahrt sich dagegen eine Offenheit für Veränderungen, d.h. für Vergänglichkeit und Ankommen, für die Zeitlichkeit alles Menschlichen. Zwei weitere wichtige Schritte empfiehlt uns hier Sokrates: die Suche nach Rat und Vernunft im Handeln, d.h. das Auffinden von Lösungen, die innerhalb, aber auch außerhalb der eigenen Reichweite liegen. Heute baut jeder Therapeut und jede Beraterin ihre Behandlung darauf auf, das Vertrauen eines Menschen zu den anderen und zu sich selbst zu stärken und daraus Nutzen zu ziehen. Einen Ausweg aus einer Krise zu finden bedeutet demnach, aus all diesen Ratschlägen, Empfehlungen und Diagnosen dasjenige herauszunehmen, das die eigene Vernunft für einen selbst als bedeutsam erkennt.

Sokrates gibt dabei die Empfehlung ab, diesen Prozess der Aufrichtung in angemessener Schnelligkeit einzuleiten. Man glaubt oft an den Sinn einer langen Latenzzeit nach einem Schock, am Beginn einer Krise. Die Gewöhnung an die Traurigkeit scheint aber für Sokrates die gefährlichste Folge eines Schicksalsschlags zu sein. Das Verb *probainein* an der zitierten Stelle hat die Bedeutung sich überwinden, sich ein Ziel setzen, etwas bezwecken, das Verb *pherein* steht u.a. für etwas schaffen und das Wort *chalepos* für etwas schwer zu Ertragendes, etwas Widerliches, Grausames, Gefährliches (davon abgeleitet: *chalepos pherein* = schwer zu ertragen). Dieses „Traurigsein“, wie es Sokrates hier versteht, ist eine Ursache bzw. eine Bezeichnung jenes Zustands, den man heute mit „Depression“ umschreiben könnte.

Die antike Tradition wendet sich dem Gefühl der Traurigkeit, diesem Phänomen des menschlichen Daseins, gleichermaßen in der Dichtung, in der darstellenden und bildenden Kunst wie auch in der Philosophie zu. Wir finden Beschreibungen dieses Zustands in den Tragödien des Sophokles genauso wie in den Gedichten Ovids oder Catulls. Wir stoßen darauf, wenn Aristoteles, in Anlehnung an Hippokrates' Lehre über die vier Temperamente, die Melancholie als Grenzgefühl versteht, oder wenn Seneca vom *taedium vitae*, von der Ekelhaftigkeit des Lebens und vom Ekel des Menschen gegenüber dem eigenen Leben spricht. Diese durch Erschöpfung und Passivität ausgelöste Traurigkeit wird allerdings nicht nur als Melancholie, als bestimmter Charakterzug verstanden, sondern viel mehr noch als eine komplexe Befindlichkeit, welche innere (medizinische, psychische) und äußere (soziale) Gründe hat. Wovor Sokrates uns warnen will, ist jener Zustand, den die spätantiken und mittelalterlichen Autoren (Evagrius, Cassianus, Bonaventura, Thomas von Aquin u.a.) dann „Akedia“ (ἀκηδία, *acedia*) genannt haben, und den wir heute mit dem Begriff „Depression“ umschreiben.

AKEDIA

Für das Phänomen der existenziellen Traurigkeit als Folge einer Lebenskrise, welches das moderne Wort „Depression“ bezeichnet, nehmen wir also den griechischen Begriff der Akedia, wie er vom Wüstenautor Evagrius Pontikos im 4. Jahrhundert verwendet wurde. Akedia beschreibt die Übermüdung des Menschen. Griechische wie lateinische Lexika führen folgende Bedeutungen an: Überdruß (üblicherweise in den Evagrius-Übersetzungen), Erschöpfung, Gleichgültigkeit, Apathie und Passivität. Die Übersetzungen dieses Begriffes haben immer den Verlust von Vitalität, von Lebenskraft und Lebenslust zum Inhalt. Dieses Bild eines lebendigen Toten beeinflusst die Erläuterung des Begriffes *akedeutos* als „unbestatteten Leichnam“. Der Bedeutungsreichtum des griechischen Wortes „Akedia“ liefert den Grund dafür, dass man es heute in seinem griechischen Original verwendet. Vor allem die patristische Literatur (u.a. die Bekenntnisse und Briefe der Mönche) gibt uns zahlreiche und mannigfaltige Beispiele des Erlebens und Überwindens der Akedia. Wichtige Texte zur Akedia-Erfahrung stammen auch aus den Dialogen (*collationes*) und Briefen der Wüstenväter.

Evagrius Pontikos versteht unter Akedia „die Erschlaffung der Seele“. Die Metapher „Schlaf der Seele“ bezeichnet einen Zustand, in dem die Wahrnehmungs- und Konzentrationsfähigkeiten sinken, in dem schließlich Müdigkeit und Schläfrigkeit bis hin zur Ohnmacht eintreten. Der Psychiater Daniel Hell, der den Akedia-Begriff von Evagrius für die Bezeichnung einer bestimmten Depressionsart heranzog, umschreibt in seiner Definition die Akedia als Erschlaffung der Seele und weist darauf hin, welche Relevanz dieser Begriff für die heutige psychiatrische und psychologische Betrachtungsweise der Depression haben kann:

Evagrius definiert die Akedia an verschiedenen Stellen seiner Schriften als „Erschlaffung der Seele“. So schreibt er: „Bei einem überdrüssigen Mönch... sind die Spannkraften der Seele erschlaft“. Oder auch: „Der Überdruß ist eine Erschlaffung der Seele, d.h. eine Erschlaffung der Seele, die nicht im Besitz dessen ist, was naturgemäß ist, und die nicht mutig den Versuchungen widersteht“. Damit fasste er das Grundelement der Akedia ganz ähnlich, wie heutzutage in der Psychiatrie das Grundphänomen der Depression gesehen wird: als allgemeinen Spannungsverlust oder als Atonie. Charakteristisch für die *Akedia* wie für die moderne Depression ist der Verlust an Erlebnisreichtum und Vitalität [...]. Auch unsere Zeit kennt eine besondere Ausprägungsweise der *Akedia*. Ich nenne sie: Müdigkeit und Erschöpfung oder „chronic fatigue“ und Burnout. Mit diesen Begriffen wird heutzutage betont, dass der Leistungsdruck einer individualisierten und säkularisierten Gesellschaft zu chronischer Müdigkeit und zum Eindruck des Ausgebranntseins führt (Hell 2002: 116–117).

Dieses „Brennen“, dieses „Ausgebranntsein“, wie es Daniel Hell nennt, trifft in besonderer Weise zu. Im deutschen Ausdruck „ausgebrannt sein“ für Erschöpfung und Verlust der Lebenskraft spiegelt sich die Symbolik der Mittagsstunde: Stunde der brennenden, ermüdenden Hitze. Schon in der Antike wurde die Mittagsstunde als „Wechselzeit“ verstanden, in der die Sonne stehenzubleiben scheint und die kürzesten Schatten erzeugt. Die Hitze, die blendende Sonne, das Flimmern der Luft, die Anspannung, die einen langsam überfallende Müdigkeit charakterisieren diese Mittagsstunde, diese Zeit des Überdrusses, der Akedia. Evagrius spricht in diesem Sinne vom „Dämon der Mittagsstunde“. Im 12. Kapitel seiner Schrift *Der Praktikos* (Praktikos — Mönch) lesen wir:

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 seine Seele bis zur achten Stunde. Zuerst bewirkt er, dass die Sonne anzusehen ist, als ob sie sich nur schwer oder überhaupt nicht bewegte, 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 [...]. Ferner flößt er ihm Hass auf seinen Wohnort ein, auf sein Leben (als Mönch) 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. Er bringt ihn auch dazu, nach anderen Orten zu verlangen, an denen das (zum Leben) Notwendige leicht zu finden sei, und zu einem leichteren und einträglicheren Beruf überzuwechseln (Bunge 2008: 95).

Evagrius thematisiert hier u.a. das Zeiterleben in der spezifischen Situation des Zweifels und der Erschöpfung. „Fünfzig Stunden“ — diese Belastung ist zu groß, die damit einhergehende Probe nicht zu bestehen. Man wird erinnert an eine typische Aussage von Menschen in einer depressiven Phase, dass sie nämlich diese Zeit einer Krise verschlafen möchten. Dieser Zustand, dieses „Nein“ als ein Verweilen in der Passivität, diese Ausgrenzung meiner selbst aus der Zeit, die doch mein Jetzt ausmacht, manifestiert sich in der Folge in Nachlässigkeit und Gleichgültigkeit, zwei Zustandweisen, welche sich schon im Bedeutungsbereich der griechischen Akedia finden. (Für Gleichgültigkeit und Nachlässigkeit wird auch die Form *akedeia* — ἀκήδεια herangezogen.) Wie der Mönch in der Erzählung von Evagrius seine Zelle verlassen will, d.h. seine soziale Rolle, seine Arbeit, das Leben und die Beziehungen, die hier, an diesem Ort entstanden sind, so sieht auch ein depressiver Mensch keinen Sinn mehr in seiner Arbeit oder seiner Familienrolle. Wie der Mönch, so stellen wir uns weiter vor, das Morgengebet vergessen wird, zu lesen und zu lernen aufhören wird, nicht mehr mit den Mitbrüdern Wasser

holen wird, sich nicht mehr um seine Zelle und seine Kleidung kümmern wird, so verliert auch der Mensch in der Depression seinen Lebensrhythmus, sein Interesse an den alltäglichen Belangen. Der Wunsch, das Hier und Jetzt zu verlassen, kann symptomatisch sein für das Aufkeimen einer Depression, für dieses gefährliche Traurigsein, von dem Sokrates in der *Politeia* erzählt. Allerdings kann nichts für eine Erfüllung dieses Wunsches beigebracht werden, da ja die geringste innere Arbeit im Zustand einer Depression, in der Mittagsdämon-Zeit geradezu unüberwindbar schwierig ist für den erschöpften, leidenden Menschen.

Weiter lesen wir in dieser Stelle, wie ein Mensch in einer Krise sich mit den ihn überfallenden Gedanken und Vorstellungen quält, die nicht nur Verzweiflung, sondern auch Entfremdung, Hass und Ekel gegenüber dem eigenem Leben mit sich bringen. Der Mittagsdämon ist die innere Stimme der Resignation, die zur größten Schwäche, zum entscheidenden Loslassen führt. Dieses Phänomen der Lustlosigkeit auf der einen Seite und des Wunsches nach Veränderung auf der anderen Seite ist typisch für die Akeia-Erfahrung, für den Überdruß.

„Mittagszeit“ ist bei weiterer Betrachtung auch symbolisch zu verstehen: als Mitte des Lebens, als schwierige Zeit der Entscheidung, des Wachbleibens, der Reifung. Sie symbolisiert dabei den unbedingten Wunsch nach Flucht — flüchten vor einer Aufgabe, vor einer Veränderung. Es ist dieses Traurigsein, in das einen der eigene „Wille“ geführt hat. Dieser Wille, genauer der „freie Wille“ erfährt aber in der Depression eine Hemmung, eine empfindliche Einschränkung. Fraglich ist, inwieweit hier unser philosophischer, klar umrissener Begriff des Willens noch relevant ist: Philosophie spricht eher von der Potentialität des Willens, vom menschlichen Willen, wie er sein könnte, d. h. von der Erwartung gegenüber einem Menschen, wie dieser sein/handeln soll.

Bezüglich eines solchen Begriffsverständnisses von „Mittagszeit“ ist eine Stelle aus dem Psalm 91 interessant, in dem die Rede von „Gottes Schutz“ ist: Wer auf Gott vertraut, muss keine Angst haben „vor dem Grauen der Nacht, vor den Pfeilen, die des Tages fliegen, vor der Pest, die im Finstern schleicht, vor der Seuche, die am Mittag Verderben bringt“. Die „Seuche am Mittag“ ist eine Zeit des Überdrußes, der Akeia. Mit dem „Vertrauen“ — auf die Gerechtigkeit, auf die geliebten Menschen, auf die anderen, auf die eigenen Kräfte etc. — ist eine Krisenphase zu überwinden. Das Wort „Seuche“ verweist darauf, dass sich niemand vor der Gefahr eines solchen Zustands in Sicherheit wägen darf, und das enthält ein gewisses Verständnis und Mitgefühl für jene, die in eine solche Lage geraten. Mittels dieser Empathie verstummt auch der Vorwurf

an die Leidenden, dass diese sich nicht überwinden könnten und keinen sog. starken Willen hätten.

Mit der Metapher des Mittagsdämons aus Evagrius' Erzählung wollen wir den Versuch so gut wie aller christlicher Autoren illustrieren, den Überdruß, die Gleichgültigkeit, also die Akeidia als schweres Laster, als Sünde darzustellen. Warum wird die Akeidia von den christlichen Autoren auf diese Weise bewertet? Warum führt der Wunsch eines jungen Mönches, der auf seine Kräfte nicht mehr vertraut und aus seiner Zelle in die Welt fliehen will, zu dieser Geschichte über einen Dämon? Weshalb wurde das Gefühl des Zweifels und der Müdigkeit schließlich mit diesem starken Begriff der Akeidia gleichgesetzt? Dies alles ist nur deswegen möglich, weil die Depression eine Art des Nicht-Glaubens darstellt. Diese oben beschriebenen Gefühle, die stets mit einer Depression einhergehen, verursachen einen gewissen „Atheismus“. Wenn wir diesen Umstand nicht im Lichte einer Religion, sondern nur aus der Perspektive der klassischen Ethik oder der modernen Psychologie betrachten, ist dieser „Atheismus“ gegenüber dem Leben selbst genauso notwendig zu bekämpfen. Die eigenen Ziele und Wünsche, ja selbst den Anspruch auf Sinnhaftigkeit kann man ändern, um das Leben neu zu gestalten. Mit dem Leben selbst jedoch muss man wieder vertraut werden, weil das einzelne Leben ein Kontinuum ist. Um diese Gegebenheit zu verstehen, dieses Kontinuum mit einem Anfang und einem Ende, welche beide gleichermaßen unbegreifbar erscheinen, entwickelt der Mensch seine Glaubensweisen und Philosophien.

PESSIMISMUS UND HOFFNUNG

Das Nicht-Glauben als autodestruktiver Zustand bezeichnet einen Verlust des Gleichgewichts, ein Abhandenkommen der Unterscheidungsfähigkeit zwischen Skeptizismus/Pessimismus/Vorsicht einerseits und Überzeugung/Hoffnung/Begeisterung andererseits — genauso wie das „Glauben trotz allem bzw. gegen alles“ einen Mangel an Realitätsgefühl zur Grundlage hat. Die Fähigkeit zur Hoffnung wie zum Skeptizismus, jedoch auch die Fähigkeit, das eigene Hoffen und Zweifeln zu reflektieren, gehören zur gesunden Verfassung eines Menschen.

In der Schrift *Christliche Metaphysik und Neoplatonismus* widmet sich Albert Camus dem Gedanken, dass es „zwei seelische Zustände im Urchristen: Pessimismus und Hoffnung“ gibt (Camus 1978: 31). In dieser stark dualistischen Auffassung steckt eine vorerst schwer verständliche Vereinfachung. Jedoch wendet hier Camus eine Dialektik an, die bereits

das Urchristentum entwickelte und die zu der christlichen Lehre von Erbsünde und Auferstehung führte. Fraglich ist allerdings, ob sich die (lebens)philosophische Lehre des Urchristentums wirklich derart in dieser Dialektik abgeriegelt hat, wie dies Camus meint. Er zitiert dabei eine berühmte Stelle aus dem 7. Römerbrief:

Was ich tue, das weiß ich nicht, denn nicht das Gute, das ich will, tue ich, sondern ich vollbringe das Schlechte, das ich nicht will. Wenn ich nun nicht das tue, was ich will, so bin ich es nicht mehr, der handelt, sondern die in mir wohnende Sünde. So finde ich das Gesetz, daß das Schlechte sich mir nahelegt, während ich das Gute will. Denn meinem inneren Menschen nach habe ich am Gesetze Gottes Freude. Aber ich sehe ein anderes Gesetz in meinen Gliedern, das dem Gesetz meiner Vernunft widerstreitet und mich gefangen gibt an das Gesetz der Sünde, das in meinen Gliedern ist (Röm. 7, 15.19–23).

Der erste Satz dieses Textes verweist auf die menschliche Erfahrung eines inneren Widerspruchs. Von dieser Erfahrung berichten die Texte aller Kulturen und Epochen³. Christlich geprägte Texte werden dabei von „guter Tat“ und „Sünde“ reden, buddhistische Texte beispielsweise von „gutem und schlechtem Karma“. Die spätere, neuzeitliche und zeitgenössische Ethik führt uns zahlreiche Beispiele menschlicher Dilemmata vor, die zu einem inneren Zwiespalt führen. Immer geht es dabei um die innere Unruhe, die in eine Selbstentfremdung mündet. Ich möchte die Worte des Paulus jedoch anders lesen, als das Camus tat, und damit über ihren psychologischen Inhalt reflektieren: Was aus diesen Worten hervorgeht, ist eine existentielle, ja universelle Gegebenheit — einen Riss in sich zu verspüren, der das ganze Leben durchdringt. Und ein solcher Riss könnte zwischen Hoffnung und Pessimismus verlaufen.

Widmen wir uns zuerst der Betrachtung des Pessimismus. Die Welt für die ersten Christen ist vor allem eine Welt voller Sünde: Die Hiob-Erzählung gilt als eine paradigmatische Geschichte des Leidens und Aufdie-Probe-gestellt-Werdens, in welcher der Sinn des Lebens seine Bestätigung bekommt; die von der Gnosis stammende Verachtung der Materie entwickelt eine starke Körperfeindlichkeit und verwirft jede Leidenschaft; durch die Schuld der Menschheit am Tode Jesu wird die Parusie Christi eher als Strafe denn als Befreiung erwartet. Haben wir es hier wirklich mit einem ausgeprägten „christlichen Pessimismus“ zu tun? Ich will nicht bestreiten, dass die christliche Ethik und Lebensphilosophie, ganz im Sinne der christlichen Religion, ein gewisses Prinzip der Trauer (Christus wurde gekreuzigt) und ein Strafprinzip (die Erwartung des jüngsten Gerichts) entwickelte. Sicher, nach dieser Tradition hat die

³ Wir denken sofort an eine Stelle aus dem *Faust*, an die Worte Mephistos: „[Ich bin] ein Teil von jener Kraft, die stets das Böse will und stets das Gute schafft“.

Trauer einen Einfluss auf das menschliche Leben. So kommen wir zu dem Argument, mit dem ich das Prinzip der Trauer als Prinzip des Lebens, also der Hoffnung, und nicht als Prinzip des Todes, also des Pessimismus, darstellen möchte: Die Trauer gehört zu unserem menschlichen Erleben, sie bleibt den Lebenden gewissermaßen als jener Sinn erhalten, mit dem man die entstandene Leere ausfüllen kann, um das eigene Leben zu stärken. Das Prinzip des Lebens wird also als das höchste Prinzip verteidigt.

Die christliche Trauer kommt dem Gefühl eines Verlustes nahe. Eine solche Trauer, sofern sie sich in keine manifeste Pathologie entwickelt, erinnert tatsächlich an den Besuch eines Grabes: Sie ist eine Sorge, eine Erinnerung und in ihrer Bedeutung noch immer präsent, doch sie ist kein Alltag mehr, es sind nicht mehr diese Sorgen, von denen das tägliche Leben voll ist, die das Leben ausmachen. Die chronische Trauer dagegen, die Trauer als genereller Sinn des Lebens ist gleichbedeutend mit Depression. Es gibt einen Existenz-Modus, in dem ein Mensch sein weltanschauliches bzw. religiöses Leben mit Trauer ausfüllen muss, sodass dieses Gefühl mit seinen Folgen wie Einsamkeit, Angst und Sehnsucht zum roten Faden seiner persönlichen Geschichte wird. Das gleiche Phänomen zeigt sich aber auch, wenn aufgrund von lebensphilosophischen bzw. religiösen Interessen die Freude (das Glück, der Optimismus, die Harmonie) zum Leitmotiv des Lebens erhoben wird. Was das menschliche Leben authentisch macht, ist das Faktum, dass man sich um diesen Frieden, um die Harmonie und innere Ruhe, mit Übung, Sorge und Erfahrung bemühen muss, und die Einsicht, dass diese erlangten Werte nichts Statisches sind. Der Mensch ist genauso bei sich in seinen Grenzsituationen, obwohl man diese oft als Episode des Außer-Sich-Seins begreift.

An diesem Punkt möchte ich auf Camus zurückkommen. Seine Kritik stammt vor allem aus seinem Widerwillen gegenüber der Verbindung von Stolz und Elend, welche das Christentum neben den zwei weiteren Hauptzuständen der Hoffnung und des Pessimismus seiner Auffassung nach charakterisieren soll⁴. Der Stolz des auserwählten Volkes, die Hybris der Wahrheitskenner, die laut Selbstzuschreibung das richtige Leben führen etc. verschaffe ihnen das Monopol der Hoffnung, das gegenüber allen Ungläubigen ausgrenzend und stigmatisierend wirke. Das Elend dagegen ist das Elend jedes Lebens — auch des christlichen — weil es in der Sünde, in der Trennung von Gott verläuft. Das Elend als Trennung von Gott stellt also für die Christen selbst eine Erniedrigung und Verachtung dar, das Elend selbst ist der Pessimismus.

⁴ Vgl. Camus (1978: 35).

So viel lese ich vorerst aus dieser Gegenüberstellung von Stolz und Elend, von Hoffnung und Pessimismus (die Camus nur anführte, aber nicht weiter analysierte) heraus, wenn ich in diesem engen Kontext bleibe. Man könnte aber noch tiefer schürfen und einen weiteren Gedanken herausarbeiten: das Elend der Sterblichkeit. Die universelle Erfahrung des Todes, die eigene, dem subjektiven Erleben gegebene Sterblichkeit wird gerade wegen seiner Unabänderlichkeit als Elend empfunden. Nichts beeinflusst die sog. *conditio humana* mehr als die in der Wahrnehmung der Sterblichkeit liegende Selbsterkenntnis. Deswegen bildet das Streben nach Selbsterlösung ein zentrales Moment vieler Religionen. Der Traum von der Erlösung des Menschen vom Elend des kalten und so befremdlichen Faktums der Sterblichkeit scheint darin erfüllt zu werden. Der Glaube an eine Selbsterlösung, Reinkarnation, Auferstehung o.Ä. konstruiert als höchstes Ziel die Befreiung von diesem Elend und soll überdies den irdischen Bemühungen einen Sinn abringen. Ein solcher Pessimismus und die daraus erwachsende Hoffnung, auch wenn diese in jeweils verschiedenen weltanschaulichen Kontexten platziert wird, sind also generelle Aspekte der menschlichen Erfahrung. Wir sind hier bei der griechischen Darstellung vom „sinnvollen Maß“. Dieser aristotelische Gedanke wurde öfter für eine Lokalisierung der Mitte zwischen Pessimismus/Traurigkeit/Akedia und Optimismus/Hochmut/Selbstbewusstsein herangezogen. So nannte Thomas von Aquin die Hoffnung (*spes*) eine Tugend der rechten Mitte zwischen Hochmut (*excellencia*) und Resignation (*acedia*). In der neuzeitlichen Auseinandersetzung mit dem Phänomen der Hoffnung als einer Grundlage der menschlichen Existenz scheint diese klassische Lehre sehr präsent zu bleiben. Hoffnung kann eine Erwartung aus der Gegenwart in die Zukunft projizieren, sie ermöglicht eine Verbindung von der gegebenen Wirklichkeit zu dem für spätere Zeiten Erwünschten (so die griechische Tradition). Sie kann jedoch auch eine Rückbesinnung bedeuten, d.h. aufgrund einer in Aussicht gestellten Zukunft erwacht die Hoffnung und bildet die Basis für eine aktuelle Lebensgestaltung (so die alttestamentarische Lehre). Hoffnung ist ein Modus, in dem das Dasein die Erfüllung oder auch die Enttäuschung aufgrund der eigenen Zeitlichkeit kennenlernt. Auf diesen Aspekt stoßen wir auch im Erhoffen-Begriff von Heidegger:

Daß nicht nur Furcht und Angst in einer Gewesenheit existenzial fundiert sind, sondern auch andere Stimmungen, wird deutlich, wenn wir Phänomene wie Überdruß, Traurigkeit, Schwermut, Verzweiflung nur nennen. Allerdings ist ihre Interpretation auf die breitere Basis einer ausgearbeiteten existenzialen Analytik des Daseins zu stellen. Aber auch ein Phänomen wie die Hoffnung, das ganz in der Zukunft fundiert zu sein scheint, muß in entsprechender Weise wie die Furcht analysiert werden. Man hat die

Hoffnung im Unterschied von der Furcht, die sich auf ein *malum futurum* bezieht, als Erwartung eines *bonum futurum* charakterisiert. Entscheidend für die Struktur des Phänomens ist aber nicht so sehr der „zukünftige“ Charakter dessen, *worauf* sich die Hoffnung bezieht, als vielmehr der existenzielle Sinn des *Hoffens selbst*. Der Stimmungsscha rakter liegt auch hier primär im Hoffen als einem *Für-sich-erhoffen*. Der Hoffende nimmt sich gleichsam *mit* in die Hoffnung hinein und bringt sich dem Erhofften entgegen. Daß die Hoffnung gegenüber der niederdrückenden Bangigkeit *erleichtert*, sagt nur, daß auch diese Befindlichkeit im Modus des Gewesen-*seins* auf die Last bezogen bleibt (Heidegger 2001: 345).

Der altchristliche Pessimismus, für dessen Ausprägung wir u.a. das Akedia-Beispiel anführen können, ist seinen griechischen und lateinischen Vorläufern viel ähnlicher als den mittelalterlichen Vorstellungen, die ich als *pessima vita* bezeichnen würde. Das uns aus der Philosophiegeschichte viel eher bekannte Pessimismus-Bild als „Weltschmerz“ (Jean Paul), „Absage an das Leben“ (Klingemann) etc. ist in seiner romantisierenden Sichtweise mehr eine bürgerliche Salon-Mode und hat mit den klassischen Pessimismus-Auffassungen wenig Gemeinsames. Die altchristliche Hoffnung, die man in der Mitte zwischen Stolz und Akedia ansiedeln könnte, soll mehr an die klassische Lehre vom rechten Maß erinnern und nicht als ein Vorbild für Weltverachtungs-Konzepte oder für die gewöhnlich ironisch betrachtete Leichtsinnigkeit des Optimismus gelten.

STIMMIGKEIT UND PRAKTIKE

Der Entwurf der spätantiken Lebenslehre als Weg zwischen Hoffnung und Pessimismus, als vernünftige Bearbeitung der eigenen Wünsche, als eine Stärkung der Hoffnung und Vermeidung der Traurigkeit, bildet eine gute Überleitung zu den beiden nachfolgenden Begriffen: Stimmigkeit und Praxi ke.

Wir beginnen mit einer Szene aus den *Apophthegmata patrum* — aus der Sammlung von Aussprüchen der Altväter, die in späterer Tradition als „Weisungen“ bezeichnet wurden. In solchen Texten kann man eine große Praxisrelevanz erkennen und die Klarheit ihrer einfachen Parabeln spüren:

Ein Bruder kam zu Altvater Pomen und sagte: „Vater, ich habe vielerlei Gedanken und komme durch sie in Gefahr“. Der Altvater führte ihn ins Freie und sagte zu ihm: „Breite dein Obergewand aus und halte die Winde auf!“. Er antwortete: „Das kann ich nicht!“. Da sagte der Greis zu ihm: „Wenn du das nicht kannst, dann kannst du auch deine Gedanken nicht hindern, zu dir zu kommen. Aber es ist deine Aufgabe, ihnen zu widerstehen!“ (Miller 1986: 216).

Dieser Text klingt gleichermaßen seriös wie humoristisch. Mit dem Humor, der in dieser Szene zum Ausdruck kommt, ist allerdings keine Art von Beschämung oder Ironie verbunden: Der alte Weise begegnet dem jungen Mönch — anstatt mit Herablassung — mit ein wenig Nachsicht und noch mehr mit Verständnis. Die Besuche und die Ratsuche bei den ersten Vätern, bei den Einsiedlern in der Wüste, haben zur Entwicklung eines jungen Mönches wesentlich beigetragen. Wenn wir in den *Apophthegmata* lesen, dann befinden wir uns in einer Beziehungswelt, die man gut aus den Briefen Epikurs oder Senecas kennt. Die Gesprächsatmosphäre ist eine andere als beispielweise in den sokratischen Dialogen (die *Apophthegmata* stellen keinen spekulativen philosophischen Text dar), die Fragen aber, mit denen die Altväter ihre Besucher konfrontieren, verfolgen das gleiche Ziel wie die sokratische Mäeutik: sie sollen die Adressaten verunsichern, zum Nachdenken und Revidieren der eigenen Meinung anhalten. Und in dieser Szene finden wir neben ihrer praktischen Seite — man bittet um einen Rat und wird belehrt — auch einen Verweis auf die Bedeutung des theoretischen Wissens. Die aus diesem Wissen erwachsende Weisheit führt zu einer philosophischen Haltung: zur Bereitschaft, jeden Sachverhalt aus jeweils verschiedenen Perspektiven zu betrachten, jedes Thema stets aufs Neue zu formulieren, zu hinterfragen. Das Ziel jeder Begegnung zwischen einem Meister (Vater) und seinem Schüler (Mönch) ist, nach altchristlicher Tradition, diesen auf das Neue hin zu öffnen und ihn dadurch zu einer Veränderung, einer Bestärkung in seiner Entscheidung hinzulenken.

„Vielerlei Gedanken“ sind selbstverständlich eine große Sorge eines solchen jungen Mannes, der sich in Tapferkeit, aber auch in Demut, Keuschheit und Geduld üben möchte. Unter einem tugendhaften Leben versteht Pöimien die Übung (*askesis*) in Widerstand, die Resistenz also gegen Schicksal, Leid und Verzweiflung. In unserer heutigen Sprache steht Askese für die Praktiken des philosophischen und mehr noch religiösen Lebens, für Fasten, Schlaflosigkeit, Einsamkeit etc. Tatsächlich aber findet der spätantike, dabei auch der altchristliche Begriff der Askese seine moderne Entsprechung in der „Übung“ und im „Training“, die heute in verschiedenen Lebensbereichen eine je eigene Bedeutung haben. Der Asket im ursprünglichen Sinne ist kein Mensch, dessen Aufgaben sich auf Fasten und Beten beschränken, dem die ganze Welt fremd und abweisend erscheint, sondern er ist ein lebensbejahender Mensch, der durch verschiedene Praktiken seinen Willen stärkt und seine Talente und sein Wissen vermehrt. Deswegen gilt als das antike Vorbild eines guten Lebens die Einheit der geistigen und physischen Übungen und Strebungen. Wahres Philosophieren ist dabei eine sittliche Beschäftigung. Askese ist

gleichbedeutend mit der Entwicklungsfähigkeit des Menschen, sie ist eine Form der Lebensbefähigung. Pierre Hadot schreibt:

Die wahre Philosophie ist also in der Antike geistige Übung. Die philosophischen Theorien werden entweder ausdrücklich in den Dienst der Praktik der geistigen Übungen gestellt, wie es im Stoizismus und Epikureismus der Fall ist, oder aber sie werden zu Gegenständen intellektueller Übungen, zu einer Betätigung des kontemplativen Lebens, die selbst schließlich nichts anderes ist als eine geistige Übung. Es ist daher nicht möglich, die philosophischen Theorien der Antike zu verstehen, ohne diesem konkreten Aspekt Rechnung zu tragen, der ihnen ihre wahre Bedeutung verleiht. Wir sind somit dazu angehalten, die Werke der antiken Philosophen mit gesteigerter Aufmerksamkeit für die existentielle Haltung zu lesen, welche die einzelnen Lehrgebäude begründet. Ob es sich dabei wie bei Platon um Dialoge handelt, um Vorlesungsmanuskripte wie bei Aristoteles, um Abhandlungen wie bei Plotin, um Kommentare wie bei Proklos, die philosophischen Werke dürfen nur unter Berücksichtigung der konkreten Situation, in der sie entstanden sind, interpretiert werden: Sie sind Produkte einer philosophischen Schule, die im wahrsten Sinne des Wortes eine Schule ist, in welcher der Lehrer seine Schüler formt und sich bemüht, sie zu einer Wandlung und Verwirklichung ihrer selbst hinzuführen. Das geschriebene Werk spiegelt folglich pädagogische, seelenheilende und methodologische Zielsetzungen wider. Im Grunde genommen ist das philosophische Werk, obwohl alles Geschriebene einen Monolog darstellt, stets implizit ein Dialog, der Bezug auf einen möglichen Gesprächspartner ist immer vorhanden (Hadot 2002: 41–42).

Das Gespräch als Basis für Beziehungen, die Dialogfähigkeit als eine Entwicklungsfähigkeit sind Motive der antiken wie der altchristlichen Lebensphilosophien. Die Kultur des Dialogs und des Briefwechsels prägt das Philosophieren von Platon bis zur Gegenwart. Für die Philosophen dieser Epochen stellt auch ein geschriebenes Werk eine Grundlage zur Begegnung dar, zum Lernen in der Gemeinschaft. Die in den Augen der altchristlichen Lehrer richtige Lebensart ist jene, die auf einem Gleichgewichtszustand aufgebaut ist, in welchem man für das Eigene und für das Gemeinsame mit der gleichen Anteilnahme sorgt. Die altchristliche Lebenskunst baut also auf einer *Praktike*-Methode auf, die der Stimmigkeit der Seele dienen soll.

Praktike ist nach der Auffassung des Wüstenautors Evagrius Pontikos eine „geistliche Methode“ der Reinigung und Heilung, welche dem ganzen Menschen, seinem Körper und seiner Seele dienen soll: „Die *Praktike* ist eine geistliche Methode, die den leidenschaftlichen Teil der Seele gänzlich reinigt“ (Bunge 2008: 259). Es heißt, dass die in fortschreitender Abhängigkeit aufgebauten Übungen den Charakter eines Menschen formen, seinen Willen stärken sowie ihm seine Freiheit zu Bewusstsein bringen. *Praktike* dient allgemein der Selbsterkenntnis, aus welcher Selbstkontrolle und Selbstwirksamkeit zu gewinnen sind. *Praktike* als Me-

tode, als Weg bezeichnet eine Vorgehensweise, die an der Praxis, an den Lebenserfahrungen erwächst. Sie ist demnach kein Modus Operandi, der in jeder Schwierigen Lage sich „einzuschalten“ bereit ist, sondern ein Bündel von Fragen, Aktivitäten und Fähigkeiten, die man in einer Krisensituation neu aktivieren kann. In der Schrift *Praktikos* wie auch in seinen Gedanken *Über das Gebet* beschreibt Evagrius die Praktike-Methode sowohl als „Versuchung“ als auch „lebenslange Übung“ eines Mönches. Praktike ist also ein Weg, das Ziel dieses Praktike-Weges ist die Apatheia — die Leidenschaftslosigkeit. Apatheia bedeutet die Beherrschung von Müdigkeit, Faulheit, Jähzorn, Wut, Irrationalität, Angst, Verzweiflung etc. Apatheia ist also nach Evagrius ein Prozess der Seelenstärkung, in welchem die menschliche Fähigkeit zu Konzentration, Verantwortung und Planung, aber auch Hoffnung, Ruhe und Frieden gestärkt werden. Die Idee der Selbstbeeinflussung als Ziel der geistlichen Übung war in der antiken Tradition weit verbreitet:

Als sittliches Exerzitium (sittliche Übung) bezeichnen wir eine einzelne Vornahme, einen bestimmten Akt der Selbstbeeinflussung, der mit der bewußten Absicht eines bestimmten sittlichen Effekts ausgeübt wird; er weist insofern stets über sich hinaus, als er entweder selbst wiederholt oder mit anderen, gleichgerichteten Akten zu einem planvollen Ganzen verbunden wird (Rabbow 1954: 18)⁵.

Sich auf den Weg des praktischen Lebens, der Praktike, zu begeben, bedeutet die eigenen Schwächen zu bezwingen und die überantworteten Talente zur Geltung zu bringen. Auf diesem Weg sei es möglich, meint Evagrius, die Apatheia zu erreichen, und so den Weg hin zur Mystik, zur Erfahrung der Transzendenz, zu öffnen. In meiner Interpretation der Praktike-Methode will ich jedoch betonen, dass diese, wenn sie einem Menschen schon nicht unbedingt zur Leidenschaftslosigkeit zu verhelfen vermag, doch etwas vielleicht noch viel Wichtigeres zu geben imstande ist, nämlich die *Leidenschaftsfähigkeit*. Praktike als Methode der Selbsterkennung und Seelenstärkung fördert die Fähigkeit und Bereitschaft eines Menschen, das ihm auferlegte Leid zu ertragen.

Die Seele ist nach Evagrius Pontikos „logosbegabt“ — *psyche logike* — was dem klassischen Begriff der vernünftigen Seele entspricht. Diese Seele wird dreiteilig verstanden, sie gliedert sich in einen rationalen Teil — *logistikon*/Verstand — und in zwei irrationale Teile — *thymikon*/Jähzorn

⁵ Geistlichen wie sittlichen Übungen ist ein gemeinsames Ziel eingeschrieben: P. Rabbow vergleicht die frühchristliche Askese mit den Konzentrations- und Kontemplationsübungen, welche Ignatius von Loyola in seinen *Exercitia spiritualia* empfiehlt. Die *vita spiritualis* soll nach Ansicht Rabbows für das von der Antike beeinflusste Urchristentum und für die rein religiösen, sog. Ignatianischen Exerzitien ein gemeinsames Ziel beinhalten.

und *epithymetikon*/Begehren⁶. In der Praxi erhebt sich der vernünftige Teil der Seele durch die Arbeit an sich selbst, durch Kontemplation, Selbstbeobachtung, Schlaf und Erholung über die anderen Teile. Pontikos ist in seiner Lehre kein strenger Dogmatiker, er zeigt Verständnis gegenüber den menschlichen Schwächen: die Seele vereint in sich die Schwächen wie auch Stärken des Menschen. Die Schwäche allerdings stellt eine Belastung dar, da sie nach Bearbeitung bzw. Heilung verlangt. Als Lebensberater bleibt Evagrius ein Christ — ein guter Weg gelingt also nur mit geeigneter Lenkung:

An Hochmut leidet, wer sich selbst von Gott entfernt und eigener Kraft die eigenen Leistungen zuschreibt. Wie aber der, welcher auf Spinnweben tritt, hindurchfällt und in die Tiefe stürzt, so kommt zu Fall, wer auf eigene Kraft vertraut (Bunge 2007: 78–79).

Nochmals wird hier das christliche Prinzip der Hoffnung betont, mehr noch: die Dialektik zwischen Hoffnung und Pessimismus, im engeren Sinne zwischen der Macht Gottes und der menschlichen Abhängigkeit. Diese Aussage bezieht sich auch auf eine ausgrenzende Gegenüberstellung von Seele und Vernunft — eine grundfalsche, dogmatische Annahme — und vermittelt außerdem einen Einblick in die altchristliche Soziallehre vom Miteinander- und Füreinandersein. Die „stolze Vernunft“, die sich gewissermaßen aus sich selbst erhält, die die Betrachtung ihrer selbst ins Zentrum stellt und die Welt als eine Spiegelung ihrer selbst auffassen möchte, ist weitgehend kongruent mit manchen modernen Vernunft-Konzepten, mit den heutigen übersteigerten und falsch angesetzten Interpretationen der Aufklärung. Mit dem antiken Konzept der Vernunft hat diese „stolze Vernunft“ jedoch nichts gemein. Eine Gegenüberstellung Vernunft — Geist ist für die altchristliche Lehre der ersten fünf nachchristlichen Jahrhunderte genauso unzutreffend wie für die griechische Antike. Wer das Geistige praktiziere, der übe im selben Maße seine Vernunft, wer vernünftig handle, der beherrsche die vernunftfernen Anteile der Seele, so die Altväter. Das Füreinandersein charakterisiert die altchristliche Lebensphilosophie, die wie frühere Lebenskonzepte in der Praxis der Gemeinschaft erlernt und geübt werden sollte. Die Gruppe von jungen Menschen (u.a. Mönchen), die sich als Evagrius Schüler verstanden haben, nannte man *hetajreja*. Dieser Kreis entspricht in seiner Rolle dem allgemeinen altchristlichen Verständnis von „Synode“ als Versammlung, Gemeinschaft. Das griechische Ursprungswort *synodos* (σύνδοδος) bezeichnet Menschen, die einen gemeinsamen Weg wählen — *syn-hodos*, das Wort *synoikismos* (συνοικισμός) bezeichnet u.a. das „Zusammensiedeln“ der Wüstenmönche.

⁶ Vgl. Bunge (2008: 19).

Die Lehre von der Praktike und von der Einstimmigkeit der menschlichen Seele als einer Tugend war in der Antike in jeder Philosophieschule präsent, ganz zentral in der stoischen Lebenslehre, die die Tugend als „einstimmige, einhellige Einstellung“ verstanden hat. Bei diesem Prozess der körperlichen, geistlichen und intellektuellen Übungen, welche die Altväter empfehlen, geht es um das „Stimmen“ der Seele. Ziel dieses Prozesses ist eine Ordnung der Proportionen — zwischen Stille und Lärm, zwischen Leere und Überfülle, zwischen Schwere und Leichtigkeit, muss das Gleichgewicht stimmen. Hier ist die altchristliche Lebensphilosophie in ihrer Ausformung bis in ihre Tiefen von der spätantiken Metaphysik beeinflusst: vom Verhältnis zwischen dem Sein und dem Seienden. Das Sein (das höchste Sein, das Göttliche, etc., wie wir dieses Prinzip zu umschreiben versuchen) ist still, bewahrt *per se* seine Unbeweglichkeit und Fülle; das Seiende, das zum Werden hin geöffnet ist, ist in Bewegung, ist der Einwirkung durch die Welt ausgesetzt, der Veränderung und Vergänglichkeit. Eine Stimmigkeit zwischen dem Element dieser Ewigkeit, dieses Unbeweglichen, Stillen, welches in den akzidentellen menschlichen Existenzen doch spürbar ist, und dem Wesen der Existenz, also dem Werden und der Veränderung, ist nach Meinung der Altväter das Ziel des Philosophierens und Lebens.

ZUSAMMENFASSUNG

1. Am Beispiel der Lehre von Evagrius Pontikos wurde gezeigt, wie die altchristliche Lebensphilosophie an der antiken — beispielsweise sokratischen — Darstellung vom Leben als Veränderung und Übung anknüpft. Dies veranschaulicht die Relevanz der spätantiken Seelenkonzepte (Tugend-, Charakter-, Vernunftlehre) für die Begriffsanalyse und Auseinandersetzung mit den griechischen wie auch christlichen Texten.

2. Die spätantike Tradition überliefert also an die altchristliche Lebensphilosophie das griechische Verständnis vom Leben als Einübung in die Akzeptanz von Veränderung und Sterblichkeit. In dieser Tradition werden die klassischen Konzepte der praktischen Arbeit an sich selbst (z.B. Apatheia) in das Christliche übernommen (z.B. Askese). Diese Entwicklung ist im Titel des Aufsatzes vorskizziert: von der Veränderung zur Praktike.

3. Die altchristliche Dialektik von Leben und Tod (Hoffnung — Pessimismus etc.) behält trotz ihrer religiösen Färbung und ihrer starken Affinität zum Prinzip der Trauer als zentralen Ausgangspunkt das Phänomen/den Begriff des Lebens.

4. Die philosophisch-asketischen Lebensschulen der ersten Jahrhunderte der Christenheit (Altväter, Wüstenväter) verweisen auf die Ideale der Stimmigkeit, des Maßhaltens und der inneren Ruhe und vertreten so das antike Konzept des Seelenlebens.

5. Die sokratische Lehre vom Leben als Veränderung und die altchristlichen Konzepte der Akeidia und Hoffnung könnten den Grundstein bilden für die modernen lebensphilosophischen, aber auch psychologisch-medizinischen Konzepte des Umgangs mit Lebenskrisen.

LITERATUR

- BUNGE, Gabriel (2008): *Evagrius Pontikos: Der Praktikos*, Beuron: Beuroner Kunstverlag.
- BUNGE, Gabriel (2007): *Evagrius Pontikos: Über die acht Gedanken*, übers. u. hrsg. v. G. Bunge, Beuron: Beuroner Kunstverlag.
- CAMUS, Albert (1978): *Christliche Metaphysik und Neoplatonismus*, übers. v. M. Laube, Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- HADOT, Pierre (2002): *Philosophie als Lebensform. Antike und moderne Exerzitien der Weisheit*, übers. v. I. Hadot u. Ch. Marsch, Frankfurt a.M.: Fischer.
- HEIDEGGER, Martin (2001): *Sein und Zeit*, Tübingen: Max Niemeyer.
- HELL, Daniel (2002): *Die Sprache der Seele verstehen. Die Wüstenväter als Therapeuten*, Freiburg/Basel/Wien: Herder.
- MILLER, Bonifaz (1986): *Weisung der Väter. Apophthegmata Patrum, auch Gerontikon oder Alphabetikum genannt*, Trier: Paulinus.
- RABBOW, Paul (1954): *Seelenführung. Methodik der Exerzitien in der Antike*, München: Kösel.
- RUFENER, Rudolf (2000): *Platon: Der Staat*, Griechisch-Deutsch, übers. v. R. Rufener, Düsseldorf/Zürich: Artemis & Winkler.
- SCHLEIERMACHER, Friedrich (2001): *Platon: Sämtliche Werke*, Bd. 1, übers. v. F. Schleiermacher, Heidelberg: Lambert Schneider.

