

Kellion • Heft 3

# Jesusgebet



JOHANNES-CASSIAN-STIFTUNG  
MÜNSTERSCHWARZACH



### **Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

---

Die Hefte dieser Reihe erscheinen in unregelmäßigen Abständen.  
Über Themen und Beiträge entscheidet das Redaktionsteam:

Dr. Matthias E. Gahr  
Br. Dr. Ansgar Stüfe OSB  
Dr. Gabriele Ziegler

---

I. Auflage 2020

© Vier-Türme GmbH, Verlag, Münsterschwarzach 2020

Alle Rechte vorbehalten

Gestaltung: Dr. Matthias E. Gahr

Covermotiv: Die Frau Hilaritas, das Mädchen Nonnosa und der Mann Theoteknus in der Orantenhaltung, Katakombe St. Gennaro, Neapel (Nachzeichnung), aus: H. Achelis, Die Katakomben von Neapel, Leipzig 1936, Tafel 32.

ISBN 978-3-89680-748-9

[www.vier-tuerme-verlag.de](http://www.vier-tuerme-verlag.de)

# Kellion



Schriftenreihe zu Leben und Erfahrung der  
Wüstenväter und Wüstenmütter

Heft 3

Herausgegeben von Gabriele Ziegler

im Verlag der Mönche von Münsterschwarzach

*Vier-Türme-Verlag*

# Das Jesusgebet

## Geleitwort zum Thema

Das Jesusgebet, immerwährende Gebet oder Herzensgebet, ist einfach. Man kann auf der Stelle anfangen. Was muss man tun? Nichts außer ein Schriftwort innerlich leise oder halblaut murmelnd oder auch laut vor sich hinzusagen. Jeden Vers der Schrift, der einem nahe ist, kann man für dieses Beten auswählen. Jesusgebet ist Meditation, grch. *melete*, lat. *meditatio*, in der einfachsten Form.

Einige der überlieferten Gebetsworte:

*Gott, komm mir zu Hilfe. Herr, eile, mir zu helfen (Psalm 70,2).*

*Sohn Davids, erbarme dich unser (Mt 9,27).*

*Hab Erbarmen mit mir, Herr, du Sohn Davids; Herr, hilf mir (Mt 15,22.25).*

*Gott, sei mir Sünder gnädig (Lk 18,13)*

*Mein Herr, erbarme dich meiner. Zu dir rufe ich den ganzen Tag (Psalm 86,3).*

*Zu dir, mein Herr, erhebe ich meine Seele (Psalm 86,4).*

Die Verbindung mit dem Atem ergab sich ganz natürlich und wollte nichts anderes als zu betonen, dass dieses Gebet so selbstverständlich, immer und – irgendwann – ohne willentliche Anstrengung fließen kann wie der lebensnotwendige und

lebenserhaltende Atem. Eine Art Extrakt aus den »Acht Gedanken« des Evagrius Pontikos beinhaltet die Weisung: »*Ad omnem anhelitum animi vigilantiam et nomen Jesu et mortis meditationem atque humilitatem adjuuge*« (PG 40,1275C): »Verbinde mit jedem Atemzug, des Namens Jesu gewärtig zu sein, und nachzusinnen über den Tod und die Demut.« Hesychios von Jerusalem rät (PG 93,1539/1540D): Strebe danach, mit dem Atem die Mäßigung (lat. *temperantia*, grch. *nepsis*, Nüchternheit) und den Namen Jesu zu verbinden, und den Gedanken an den Tod und die Demut (lat. *humilitas*, grch. *tapeinosis*).

Die Beiträge dieses Heftes wollen und könnten auch nicht eine genaue Anleitung zum »richtigen« Jesusgebet geben. Sie möchten Quellen sprechen lassen, zur Ermutigung für uns, sich auf dieses Gebet einzulassen. Einige Väterworte, etwa von Makarios, kommen in den Beiträgen dieses Kellionbandes wiederholt vor. Das ist Zeichen ihrer großen Bedeutung für die Vätertradition. »Betet ohne Unterlass« (1 Thess 5,17) oder »Lasst nicht nach im Beten« (Kol 4,2) waren Schriftworte, denen die Christen die Aufforderung zum immerwährenden Gebet entnahmen. Der kürzeste Gebetsruf ist: »Jesus!«. »Jesus« heißt übersetzt: »Gott ist Heil.« Das »Hosianna«, »hilf doch!« (Mt 21,9), klingt mit. Vom Alten Testament her ist eindeutig: »Der Name«, das ist Gott (vgl. Ps 113,2; 118,25.26), ist Gegenwart Gottes. Petrus verkündet in Jerusalem: »Es ist uns Menschen kein anderer Name unter dem Himmel gegeben, durch den wir gerettet werden« (Apg 4,12).

In diesem Namen ist die ganze Heilsgeschichte Gegenwart. Das hieß für die ersten Christen: Wer »Jesus« ruft, muss weiter in der Schrift forschen, die Schrift auswendig lernen und ohne Unterlass im Herzen bewegen.

*Iss täglich ein bisschen, hab beständig das Wort des Zöllners (Lk 18,13) in deinem Herzen, und du kannst gerettet werden.*

**Apophthegma des Ammonas, Schüler des Antonios PG 65,120C**

*Ahme den Zöllner nach (Lk 18,13). Und erwähle die Sanftmut des Mose, damit du dein zu einer Felsklippe erstarrtes Herz zu einer Wasserquelle wandelst.*

**Synkletika 11, PG 73,425B; Ps 113 = 114,8**

In der Mönchssiedlung der Kellia wurden Gebetsrufe an die Wände geschrieben:<sup>1</sup>

*Mein Herr Jesus, komm mir zu Hilfe.*

*Jesus Christus, der Name, der rettet.*

Eine koptische Grabinschrift für einen Abbas mit Namen Sanz-näu<sup>2</sup> verkündet und segnet:

*Jesus, dein Christus. Gott mit dir.*

Um vom fernen Ägypten in unseren Alltag zurückzukehren: Unsere unbedachten Rufe »O Gott!«, die wir gedankenlos von uns geben, sind Anrufung des heiligen Namens mit dem Anfang von Psalm 70,<sup>2</sup>! Vielfach versichert die Schrift, dass Gott hört und bereit ist zum Gespräch mit uns, sobald wir zu ihm rufen. Was könnte doch sein, wenn dieser Ruf unser Gebet würde.

.....

- 1 Antoine Guillaumont, *Aux Origines du Monachisme Chrétien, Spiritualité Orientale* 30, Bellefontaine 1979, S. 168–183. Abbildungen von Kreuzen in: Johannes Cassian, *Unterredungen mit den Vätern – Collationes Patrum*, Teil 1 und Teil 3, Münsterschwarzach <sup>2</sup>2018 und 2015.
- 2 Abgebildet in: *Koptische Inschriften im Kaiser-Friedrich-Museum zu Berlin*, hg. von Maria Cramer, Le Caire 1949, Nr. 4480.

## Kellion Heft 3:

Die Autoren und ihre Beiträge . . . . .	12
---	----

### Emmanuel Lanne

Das Jesusgebet in der ägyptischen Überlieferung – Zeugnisse der Psalien und der Inschriften . . . . .	15
Die Psalien »An meinen Herrn Jesus« . . . . .	25
Erklärungen zu den Psalien »An meinen Herrn Jesus« . . . . .	40
Die Inschriften und die Anrufungen . . . . .	61
<b>Die Wandinschriften der Kellia . . . . .</b>	<b>61</b>
<b>Die Inschriften aus den Handschriften . . . . .</b>	<b>68</b>
Quellen . . . . .	75

### Fidelis Ruppert

Hinführung zum Beitrag von Wadid el Makari über die Anrufung des Namens Jesu . . . . .	77
---	----

### Wadid el Makari

Die Lehre des heiligen Makarius über die Anrufung des Namens Jesu . . . . .	82
Apothegmata aus den »Tugenden des heiligen Makarius« . . . . .	83
Apothegmata aus dem »Garten der Mönche« . . . . .	104

Gabriele Ziegler

»... dass jeder Herzschlag zu einem einzigen immerwährenden Gebet wird« (coll. 10,7) – Johannes Cassians	
Unterredungen mit Abbas Isaak . . . . .	119
Freiwilliges Gebet . . . . .	120
Collatio 9: Echtes Gebet . . . . .	124
<b>Die gebrochenen Fechtstäbe der Leidenschaften wegwerfen (coll. 9,2) . . . . .</b>	<b>125</b>
<b>Nicht mehr umgetrieben sein (coll. 9,3) . . . . .</b>	<b>127</b>
<b>Feder oder Felsenhauer (coll. 9,4 und 9,6) . . . . .</b>	<b>129</b>
<b>Gebet wie eine sprudelnde Quelle und überströmendes Licht . . .</b>	<b>132</b>
<b>Zwei Worte des Antonios . . . . .</b>	<b>134</b>
Collatio 10: Mit den Händen der Erfahrung	
die verborgene innere Kammer des Gebetes betasten . . . . .	138
<b>Gottesbild und Gebet . . . . .</b>	<b>139</b>
<b>Sehnen und Streben . . . . .</b>	<b>144</b>
<b>Eine äußere Form für inneren Halt . . . . .</b>	<b>145</b>
<b>Die Seele Gott spüren lassen . . . . .</b>	<b>148</b>
<b>Nicht aufgeben . . . . .</b>	<b>153</b>
<b>Vor Glück beten . . . . .</b>	<b>154</b>
<b>Zurückkommen . . . . .</b>	<b>157</b>
<b>Weiterschwimmen und sich erinnern . . . . .</b>	<b>159</b>
<b>Sich zuvorkommen . . . . .</b>	<b>161</b>
<b>Selbst-Typisierung, sich selbst eine Form geben . . . . .</b>	<b>164</b>
<b>Erfahrung . . . . .</b>	<b>169</b>

Fidelis Ruppert

Meditatio – Ruminatio –

Zu einem Grundbegriff christlicher Meditation . . . . . 171

Die ruminatio bei den Vätern des Ostens . . . . . 172

Die ruminatio im Westen . . . . . 177

Zur Wirkung und Bedeutung der ruminatio . . . . . 188

Teresa Günther

»Ich sage meinen Problemen:

Ich habe einen großen Gott« . . . . . 193

Carola Holzmann

Verborgen in jeder Wirklichkeit . . . . . 196

Peter Wunsch

Persönliches Antirrhethikon . . . . . 201

Peter Wurm

Meditation und Gebet zu Psalm 70,2 . . . . . 207

Gabriele Ziegler

Zwei einfache Gebetshaltungen . . . . . 211

Orantenhaltung . . . . . 211

Kleine Metanie . . . . . 213

## Kellion Heft 3: Die Autoren und ihre Beiträge

### Dom Emmanuel Lanne OSB

1923–2010, Mönch der Abtei Chevetogne, Belgien, war in der Redaktion des Ökumenismusdekretes und der Kirchenkonstitution des Zweiten Vatikanischen Konzils.

*»Alle, die ›Mein Herr Jesus‹ sagen, leben in Gottes Gegenwart.«*

### P. Dr. Fidelis Ruppert OSB

geboren 1938, war von 1979 bis 1982 Prior, und von 1982 bis April 2006 Abt der der Benediktinerabtei Münsterschwarzach. Er stellt in seinem Beitrag den im Westen noch wenig bekannten Wadid el Makari – Mönch des berühmten Makariosklosters im Wadi El Natrun, zwischen Kairo und Alexandria, das im 4. Jahrhundert gegründet wurde – und dessen Auslegung der Makariusworte zur Anrufung des Namens Jesu vor. Der Beitrag zu *meditatio* und *ruminatio* erklärt die Herkunft dieser Begriffe.

*»Die Anrufung des Namens Jesu ist Ausdruck einer gelebten, inneren Beziehung zu diesem innig geliebten Jesus.«*

### Dr. Gabriele Ziegler

geboren 1958, ist Theologin mit dem Schwerpunkt Alte Sprachen, Wüstenväter und Wüstenmütter. Sie erläutert Collatio 9 und 10 des Johannes Cassian: Abbas Isaak lehrt die Beharrlichkeit im Gebet.

*»Es genügt zu sagen: ›Mein Jesus‹. Oder: ›Komm mir zu Hilfe‹. Oder: ›Erbarme dich‹. Alles weitere wird der Geist uns lehren.«*

### Teresa Günther

geboren 1964, arbeitet als Buchhändlerin in der Buch- und Kunsthandlung der Abtei Münsterschwarzach

*»Wir sind bestimmt zum Lob seiner Herrlichkeit.«*

### Carola Holzmann

geboren 1954, ist Geistliche Mentorin für pastorale Dienste in der Erzdiözese München-Freising.

*»Gott sät verborgen in allen Wirklichkeiten.«*

### Peter Wunsch

geboren 1962, lebt in Frankfurt am Main. Er studierte Theologie und arbeitet als examinierter Krankenpfleger in der Elisabeth-Straßenambulanz für wohnungslose Menschen.

*»Heute will ich wach sein für Gottes Stimme.«*

### Peter Wurm

geboren 1951, ist selbstständiger Unternehmer, Malermeister in Scheibbs, Österreich.

*»Wir benötigen ein Wort, ein Gebet, um aus der Gefangenschaft der Welt errettet zu werden.«*



Der Originaltitel des folgenden Beitrags lautet

»La «prière de Jésus» dans la tradition égyptienne. Témoignage des psalies et des inscriptions«, Irénikon, tome L, 1977, 163–203; übersetzt von Matthias Jungmann und Gabriele Ziegler. Verlag und Herausgeberin danken P. Antoine Lambrechts OSB, Chevetogne, für die freundliche Erlaubnis zu Übersetzung und Abdruck.

Der Beitrag erklärt Psalien, hymnische Rufe aus dem koptischen Stundengebet. Die Psalien »An meinen Herrn Jesus« vom Sonntag bis zum Samstag schöpfen ganz aus der biblischen Tradition, deshalb sind die einzelnen Verse mit den Schriftstellen versehen. In allen Beiträgen dieses Heftes werden die Schreibweisen von Namen, Orten und Werken von den Originaltexten übernommen.

# Hinführung

## Zum Beitrag von Wadid el Makari über die Anrufung des Namens Jesu

.....  
Fidelis Ruppert

Der hier folgende Beitrag geht auf einen noch unveröffentlichten Artikel von Wadid el Makari aus dem ägyptischen Makariuskloster zurück: »L'enseignement de saint Macaire sur l'invocation du nom de Jésus.« Abuna Wadid hat persönlich die Zustimmung gegeben, diesen Artikel ins Deutsche zu übersetzen und hier zu veröffentlichen. Der Artikel besteht aus zwei Sammlungen von Apophthegmata. Die erste Sammlung stammt aus den TUGENDEN DES HEILIGEN MAKARIUS, die zweite aus dem GARTEN DER MÖNCHEN. Beeindruckend ist nicht nur die große Zahl von Apophthegmata, die von der Praxis der Anrufung des Namens Jesu sprechen, sondern auch die vielseitige Bilder- und Erfahrungswelt, die in dieser geistlichen Praxis aus der Wüste aufscheinen und Nachahmung provozieren. Die Anrufung des Namens Jesu erscheint hier nicht als irgendeine Methode oder »geistliche Übung«, sondern die Anrufung des Namens ist schon Ausdruck einer gelebten, inneren Beziehung zu diesem innig geliebten Jesus.

Abuna Wadid hat nach einer kurzen allgemeinen Einleitung die Apophthegmata aus diesen beiden Textsammlungen unkommentiert aneinander gereiht und dann am Ende sein Anliegen in einer kurzen Schlussbemerkung zusammengefasst. In dieser deutschen Veröffentlichung habe ich zum besseren Verständnis erläuternde Bemerkungen zu den einzelnen Apophthegmata eingefügt. Von Abuna Wadid stammen jene Fußnoten und Hinweise, die auf Parallelen zu den Psalien, hymnischen, litaneiartigen Gesängen im koptischen Stundengebet hinweisen.<sup>1</sup> Die anderen Fußnoten beziehen sich auf meine Erläuterungen zu den einzelnen Apophthegmata. Um Textverweise innerhalb dieser Erläuterungen zu erleichtern, werden die Apophthegmata im hier folgenden Artikel von Nr. 1–26 durchnummeriert.

Im ersten Teil dieses Beitrags, den Texten aus den TUGENDEN DES HEILIGEN MAKARIUS, werden zur Beschreibung dieser Form des Jesusgebetes verschiedene Bilder verwendet wie das Ein- und Ausatmen, die Aufnahme von Nahrung, die Verwendung als Heilmittel, und immer wieder ist vom *süßen* Namen die Rede oder von der *Süßigkeit*, die dieser Name im Innern des Beters hervorruft. Diese Formulierung ist für uns ungewohnt und wirkt leicht süßlich und kitschig, vor allem im Blick auf eine zu emotionale und süßlich-kitschige Frömmigkeit in der Vergangenheit. Deshalb bedürfen diese Ausdrücke einer kurzen Erläuterung.

Joseph Ziegler, ehemaliger Ordinarius für Alttestamentliche Exegese an der Universität Würzburg, auch »Septuaginta-Papst«

.....

1 Diese Psalien sind im hier vorliegenden Band veröffentlicht unter dem Titel »Emmanuel Lanne, Das Jesusgebet in der ägyptischen Überlieferung. Zeugnisse der Psalien und der Inschriften.«

genannt, hat vor mehr als achtzig Jahren eine Studie über die »Dulcedo Dei« veröffentlicht, die Süße oder Süßigkeit Gottes.<sup>2</sup> Es geht darin um die Verwendung dieses Begriffes in der Heiligen Schrift und bei frühen Kirchenvätern. Formulierungen über die Süße oder Süßigkeit Gottes oder seines Wortes oder des Heiligen Geistes finden sich besonders in den griechischen und frühen lateinischen Bibelübersetzungen, und werden von den Kirchenvätern und geistlichen Schriftstellern gerne aufgegriffen, um das Wesen oder die Beziehung Gottes zum Menschen zu beschreiben. Bemerkenswert ist in diesem Zusammenhang die Tatsache, dass die griechische und frühe lateinische Bibel das hebräische *tob* – *gut* als Eigenschaft Gottes nicht wieder mit »gut« übersetzen, also »*agathós*« bzw. »*bonus*«, sondern mit einem Ausdruck der »süß« bedeutet, im Lateinischen »*dulcis*« oder »*suaavis*«. Damit soll wohl angedeutet werden, dass Gott nicht nur in sich gut ist, also objektive Güte, sondern dass die Güte Gottes dem Menschen guttut, dass sie ihm »schmeckt«, dass sie »süß« ist, angenehm, erfreulich, liebevoll, anrührend, und dass sie von innen her erfüllt und beglückt. Dieses Wort drückt also die subjektive Erfahrung der Güte Gottes aus, oft auch eine geradezu intime, mystische Beziehung Gottes zum Menschen.

Im Gegensatz zum Griechischen und Lateinischen wird im Deutschen »süß« normalerweise nur für Sachen, etwa Speisen

- .....
- 2 Joseph Ziegler, *Dulcedo Dei*. Ein Beitrag zur Theologie der griechischen und lateinischen Bibel. (Alttestamentliche Abhandlungen, XIII. Band, 2. Heft). Münster 1937. Dazu auch Paul Mayberger, Zur »Dulcedo Dei« im Alten Testament. In: *Analecta Cracoviensia XVIII* (1986) 167 – 184. Außerdem Jean Gribomont – André Thibaut, *Methodes et Esprit des Traducteurs du Psautier Grec*, in: *Richesses et Déficiences des Anciens Psautiers Latins*. (Collectanea Biblica Latina XIII) Città del Vaticano 1959, S. 75–77.

verwendet, nicht aber in der zwischenmenschlichen Beziehung. Wohl aber begegnet es bei uns in der Sprache der Liebe, etwa »meine Süße« – »mein Süßer«<sup>3</sup>, oder auch in Beziehung zu Babies, wenn man etwa beim Blick in einen Kinderwagen sagt: »Ach, wie süß!« Wenn das Wort im Deutschen also doch in Beziehung zu Menschen verwendet wird, bezeichnet es vor allem eine innige, intime Beziehung oder ein besonders persönliches Ange-rührt-Sein.

Das Süße war in früheren Jahrhunderten viel seltener und kostbarer, als in unserer Zeit, wo wir von einer Menge Süßigkeiten umgeben sind. Honig etwa, der zum Süßen verwendet wurde, war relativ selten und kostbar. In den folgenden Texten findet sich der Vergleich mit dem süßen Honig, also mit einer Süße, die für die damalige Zeit eine relativ seltene Kostbarkeit war. Deshalb ist es nicht verwunderlich, dass dieser Ausdruck besonders in der Mystik zur Beschreibung intimer Erfahrungen verwendet wird, auch in den Homilien des (Pseudo-)Makarius. Joseph Ziegler geht in seiner Studie zur *Dulcedo Dei* bereits auf diese, unserem Makarius zugeschriebenen Homilien ein.<sup>4</sup> Dort ist allerdings nicht, wie in den hier folgenden Apophthegmata, vom süßen Namen Jesu die Rede, wohl aber von der Süßigkeit Gottes (*dulcedo Dei*) und vom Genießen dieser Süßigkeit (*fruitio Dei*). Häufig wird auch von der Erfahrung der Süße des Heiligen Geistes gesprochen. Außerdem werden in den Homilien Bilder und Vergleiche verwendet, die auch in den unten folgenden Apo-

---

3 Vgl. im Englischen »my honey!«

4 Vgl. Ziegler, *Dulcedo Dei* 85–88. Ebenso: *Les Homélie Spirituelles de Saint Macaire. Traduction Française et Commentaire par Placide Deseille (Spiritualité Orientale 40)* Bellefontaine 1984, 32f.

phthegmata vorkommen, zum Beispiel der Vergleich mit dem Honig oder mit der kostbaren Perle und der Gegensatz von süß und bitter, ein Hinweis auf einen gewissen Zusammenhang zwischen diesen beiden, dem Makarius zugeschriebenen Schriften.<sup>5</sup>

Für die Textgeschichte dieser Schriften und die Autorschaft des Makarius sind noch viele Fragen offen und können hier auch nicht dargelegt werden.<sup>6</sup> Trotzdem lohnt es sich, diese Texte hier zu publizieren und zu lesen, weil sie eindrucksvolle Zeugnisse tiefer Erfahrungen aus der Frühzeit des Mönchtums überliefern, und so auch heute noch als geistliche Lektüre dienen<sup>7</sup> und etwas von jener göttlichen »Süße« in suchenden Menschen wachrufen können, wie das auch im Laufe der Geschichte immer wieder der Fall war.<sup>8</sup>

Hier folgen nun die beiden Sammlungen der Apophthegmata mit den neu hinzugefügten Erläuterungen zu einzelnen Texten.

- .....
- 5 An den jeweiligen Stellen werden entsprechende Parallelen aus den Homilien angegeben.
  - 6 Vgl. dazu u.a. Placide Deseille, *Les Homélie Spirituelles de Saint Macaire*, S. 12–19, bes. 18. Außerdem *Saint Macarius the Spiritbearer. Coptic Texts relating to Saint Macarius the Great. Translated, with Introduction by Tim Vivian*. New York 2004, 23–34.
  - 7 Auch die Textsammlungen aus dem frühen Mönchtum verfolgten nicht ein historisches Interesse, sondern wollten der geistlichen Erbauung der Leser dienen. Vgl. dazu Tim Vivian, *Saint Macarius the Spiritbearer*, S. 31.
  - 8 Auch in der Kirche des Westens ist die Tradition vom süßen Namen Jesu und von der Süße Gottes über die Jahrhunderte hin lebendig geblieben. Vgl. beispielsweise Friedrich Ohly, *Süße Nägel der Passion. Ein Beitrag zur theologischen Semantik*. (Saecula Spiritualia 21) Baden-Baden 1989. Alex Stock, *Poetische Dogmatik. Christologie. I. Namen*. Paderborn 1995, bes. S. 63–90.

# Die Lehre des heiligen Makarius über die Anrufung des Namens Jesu

Wadid el Makari

mit Erläuterungen zu einzelnen Texten von Fidelis Ruppert

Der heilige Makarius empfiehlt oftmals, sich mit Ausdauer an den heiligen Namen Jesu zu binden. Er gibt dieser Praxis eine große Bedeutung und ist der Überzeugung, dass sie »das beste Werk ist, um das Leben zu gewinnen« (vgl. unten Apophthegma Nr. 2 und 3). Warum gibt er dieser Praxis einen so zentralen Platz im geistlichen Leben? Weil sie uns an den Herrn bindet. *»Wer sich an den Herrn bindet, wird ein Geist mit ihm«* (1 Kor 6,17). Sie lässt uns in ihm bleiben und ihn in uns. Dieses gegenseitige Bleiben lässt uns viel Frucht bringen und ohne dieses gegenseitige Bleiben vertrocknen wir wie ein Zweig, der vom Stamm losgelöst ist (vgl. Joh 15,1–10).

Der Name bedeutet die Person. Sich an den Namen Jesus binden, ohne ihn loszulassen, das bedeutet, sich an Christus zu binden, ohne ihn loszulassen, und es bedeutet, das zu leben, was das Hohelied sagt: *»Ich habe den gefunden, den meine Seele liebt, ich habe ihn gepackt und nicht mehr losgelassen«* (Hld 3,4).<sup>1</sup>

1 Dieses Zitat aus dem Hohelied sowie der oben zitierte Text aus 1 Kor 6,17 wird in der hier folgenden Sammlung der Makariustexte mehrmals zitiert; offensichtlich sind es zentrale Texte in der Erfahrung des Makarius.

Das leichte und für alle leicht zugängliche Mittel, um in Christus zu bleiben und dass er in uns bleibt, ist, fortwährend in der Anrufung seines heiligen Namens zu bleiben und sich an ihn zu binden, ohne ihn loszulassen.

## Apophthegmata aus den »Tugenden des heiligen Makarius«<sup>2</sup>

Schon im ersten Text wird vom süßen und gesegneten Namen Jesu gesprochen:

*(Nr. 1) Derselbe Bruder fragt ihn noch: Führe mich zu dem, was süß ist und zu dem, was bitter ist. Abbas Makarios sagte ihm: Man sagt von einem kleinen Kind, dass die Mutter, wenn sie es*

.....

- 2 »Die Tugenden des heiligen Makarius« sind eine alte Sammlung von Apophthegmata, überliefert in bohairisch-koptischer Sprache, herausgegeben von E. Amélineau, (koptisch mit französischer Übersetzung) in *Histoire des monastères de la Basse Égypte* (Annales du Musée Guimet, 1894), S. 118–202. Eine stark überarbeitete französische Übersetzung findet sich bei Lucien Regnault, *Les Sentences des Pères du Désert, troisième recueil*. Solesmes 1976, 139–194.

Da diese Texte aus den »Tugenden des heiligen Makarius« bereits ins Deutsche übertragen sind, übernehme ich sie – mit freundlicher Genehmigung des Beuronner Kunstverlages – aus: *Apophthegmata Patrum* (Teil III). Aus frühen Sammlungen. Hrsg. von Erich Schweitzer (*Weisungen der Väter* 16) Beuron 2013. Zitiert als »Schweitzer III«. Zu Urheberschaft und literarischer Überlieferung dieser Texte vgl. Tim Vivian, *Saint Macarius the Spiritbearer*, S. 26–34. Ebenso Antoine Guillaumont, *The Jesus Prayer among the monks of Egypt*. In: *Eastern Churches Review* 6 (1974) S. 66–71. Beide Autoren datieren das Entstehen dieser Sammlung in das späte 7. Jahrhundert, wobei Teile dieser Texte auf früheste Zeit des Mönchtums zurückgehen, möglicherweise auf Makarius den Großen und sein Umfeld. Aber jene Apophthegmata, die ausdrücklich die beständige Anrufung des Namens Jesu empfehlen, also das sog. Jesus-Gebet, stammten – nach Meinung dieser Autoren – in der vorliegenden Form wohl frühestens aus der 2. Hälfte des 7. Jahrhunderts.

*auf die Erde setzt, ihm eine süße Sache in die Hand gibt, damit es daran sauge und es keinen Schmutz nehme, wodurch es sterben könnte. Man vergleicht den Schmutz mit der Sünde und dem Vergnügen; die Sache, die süß ist, ist unser Herr Jesus Christus, der gesegnete Name, die wahrhafte Perle; denn es ist geschrieben im Evangelium, dass das Himmelreich einem Kaufmann gleicht, der schöne kostbare Steine sucht. Wenn er einen kostbaren Stein von großem Wert gefunden hat, (so) ist das unser Herr Jesus Christus, der König der Könige und der Herr der Herren.*

Schweitzer III, S. 284

Es ist typisch für koptische Apophthegmata, dass sie geistliche Vorgänge häufig durch bildhafte Vergleiche mit alltäglichen Situationen veranschaulichen. Hier wird darauf hingewiesen, wie man Kindern etwas Süßes zum Kauen in den Mund gibt, damit sie nicht nach Schmutz greifen und in den Mund stecken. So ist auch der gesegnete Name Jesu gleichsam etwas Süßes, Beglückendes, das kauend, wiederkäuend meditiert wird<sup>3</sup>, statt Bitteres und Schmutziges in sich aufzunehmen. Der Ausdruck vom »süßen Namen Jesu« findet sich mehrmals in den Psalien, litaney-artigen, hymnischen Gesängen aus dem koptischen Stun-

- .....
- 3 Der Begriff vom Wiederkäuern des Gotteswortes oder des Namens Jesu durchzieht seit der Zeit des frühen Mönchtums die christliche Frömmigkeitsgeschichte. Vgl. dazu den Beitrag von Fidelis Ruppert in diesem Heft: Meditatio – Ruminatio. Zu einem Grundbegriff christlicher Meditation; Lucien Regnault, La prière continue »monologistos« dans la littérature apophthegmatique. In: Irénikon 47 (1974) 467–493. L. Regnault zeigt, dass das monologe, das Ein-Wort-Gebet, bei dem ein kurzer, meist biblischer Gebetsruf unablässig wiederholt wird, bis in die erste Generation der ägyptischen Mönche zurückreicht und meistens an Jesus Christus gerichtet ist.

dengebet.<sup>4</sup> Dort findet sich auch der Hinweis auf die kostbare Perle aus dem Evangelium, in unmittelbarem Zusammenhang mit dem süßen und gesegneten Namen Jesu, genau wie oben in unserem Text:

*Wenn uns die Reichtümer dieser Erde fehlen,  
können wir keine Almosen geben (vgl. Apg 3,6).  
Doch wir haben die kostbare Perle, das Juwel von großem Wert:  
den süßen und ruhmreichen Namen unseres Herrn Jesus Christus.  
Wenn wir ihm anhängen in unserem inneren Menschen  
(vgl. 2 Kor 4,16)  
wird er uns reich machen, damit wir anderen etwas geben.<sup>5</sup>*

Selbst bei äußerer Armut ist die kostbare Perle ein so großer innerer Reichtum, dass er geradezu überfließt auf andere Menschen, sofern wir selbst ihm in unserem Herzen anhängen und mit ihm eng verbunden sind.

Der Gegensatz von süß und bitter, der Gegensatz von Sündigem und Heiligem, der zu Beginn des Textes erwähnt wird, kommt auch mehrmals in den Homilien des Makarius vor.<sup>6</sup> In Exodus 15 wird berichtet, dass das Volk Israel in der Wüste zu einer Wasserquelle kam, die nur bitteres Wasser lieferte, weshalb das Volk wieder einmal murrte. Auf Geheiß von Gott warf Moses ein Holz ins Wasser und da »wurde das Wasser süß«. Mit Bezug auf

---

4 Vgl. z. B. Lanne, Jesusgebet, Psalie vom Mittwoch: Zeile 25–28, außerdem Psalie vom Samstag: Zeile 33.

5 Ebd. Psalie vom Mittwoch: Zeile 25–30.

6 Vgl. dazu Ziegler, Dulcedo Dei 87f.