

Yoga und Meditation



[Orthodoxie](#)

[Artikel - Ankündigungen - Aktuelles](#)

[Atheismus](#)

[New Age](#)

[Ikone - Ikonologie](#)

[Heilige Staetten im Heiligen Land](#)

[Videos](#)



Search



VIDEO



MP3

[Nikephoros der Leprakranke \(1890-1964\), leuchtender Kämpfer der Ausdauer](#)

Vater Nikephoros wurde in dem kleinen Bergdorf Sirikari im Landkreis von Chania ... (10/6/2012)

[More entries](#)

[Weitere interessante Themen](#)



Mönch Arsenios Vliangoftis: Yoga und Meditation*

grad. in Theologie (Dr.) und Philosophie

„... Sie stehen im Gegensatz zur orthodoxen christlichen Askese, besonders zum Gebet, und sind damit nicht zu vereinbaren...“

Unsere Zeiten sind Zeiten außerordentlicher spiritueller Verwirrung und Apostasie vom Willen Gottes. Der Vater dieses Zustandes ist der Teufel, der die Menschen, die er in die Verwirrung führt, benutzt, um seinen menschenmörderischen Plan durchzuführen. Diese Verwirrung wird vor allem von Gruppierungen gefördert, die dem sogenannten „Neuen Zeitalter des Wassermanns“ („New Age of Aquarius“) angehören. Ihr grundlegendes Dogma lautet: „Alle Religionen sind gleich, sie alle sind Wege, die zu demselben Ziel führen“ – so sagen sie. Unser Herr Jesus Christus widerlegt sie jedoch, wenn Er im Evangelium sagt: „Ich bin der Weg und die Wahrheit und das Leben“ (Jh 14,6). Folglich sind die Wege zur Rettung nicht viele, sondern nur einer allein: Christus und Seine Kirche.

Die Boten der Verwirrung identifizieren das christliche Gebet mit Yoga und Meditation. Dies sind Techniken der östlichen Religionen und des Okkultismus.

Mit dem folgenden, glaube ich, wird diese Verwirrung geklärt werden.

Askese wurde von unserem Herrn Jesus Christus Selbst im heiligen Evangelium gesetzmäßig niedergelegt. Askese ist das Mittel, das Ziel des christlichen Lebens zu erlangen, das darin besteht, sich von Leidenschaften zu befreien und mit Gott vereint zu werden (Vergöttlichung – Theosis – durch Gnade). Zu den Arten von Askese gehören Fasten, Nachtwachen, Gebet, aufrichtige Reue und Beichte, Demut; das Abschneiden des eigenen Willens gegenüber dem Willen Gottes; indem man nicht den eigenen (nichtvorhandenen) Kräften vertraut, sondern nur Gottes Macht; indem man Gott alle guten Dinge und jeglichen Fortschritt, den man auf dem Pfad der Tugend macht, zuschreibt, während man sich selbst die Schuld für seine Sünden gibt. Wir sollten dem noch das Studium des Wortes Gottes hinzufügen und die bewusste Teilnahme an den Mysterien (Sakramenten) der Kirche – besonders am Mysterium der Reue und Beichte und am Mysterium der Göttlichen Eucharistie. Askese ist nicht nur für Mönche und Kleriker, sondern für jeden Christen, wie es klar im heiligen Evangelium und in den Leben der Heiligen unserer Kirche zu sehen ist. Dieser Weg der Askese ist der Pfad, dem die Millionen der Heiligen unseres Glaubens gefolgt sind und folgen. Im wesentlichen bedeutet Askese, daß der Mensch das „Ich will“ von sich aus zur Verfügung stellt; während das „Ich kann“ vom Allmächtigen Gott von Seiner Seite aus zur Verfügung gestellt wird.

Auf diese Weise wird der kranke Mensch von der Sünde geheilt. Diese Art von Heilung wird nur innerhalb des spirituellen Krankenhauses erlangt, das „die Kirche“ genannt wird. Um die Heilung zu erlangen, ist Askese unbedingt notwendig.

Innerhalb der orthodoxen Tradition der Therapie wird Askese nicht als Technik betrachtet. Sie ist auch nicht eine Summe von Praktiken.

Im Gegenteil, sie ist unsere aufrichtige Antwort auf Gottes Liebe. Mit anderen Worten, das, was menschlich möglich ist, um sein Inneres zu reinigen, damit die Gnade Gottes kommen kann, um in uns zu wohnen. Überhaupt ist es Gott, Der den ersten Schritt unternimmt, um dem Menschen zu begegnen, und nicht der Mensch, der danach trachtet, Gott zu finden. Und so kommen wir nun zu einem kritischen Punkt.

Es gibt gewisse Ähnlichkeiten zwischen orthodoxer Askese und der im nichtorthodoxen Bereich praktizierten Askese, die einen Menschen verwirren können, der bei der scheinbaren Ähnlichkeit zwischen Bäumen in bezug auf ihr Blattwerk stehenbleibt, doch nicht die Unterschiede sehen kann, die zwischen ihren Ästen, ihren Wurzeln und besonders ihren Früchten bestehen.

Gebet ist das Gespräch der Seele mit Gott. Ein Gebet, das der Mönchstradition sehr vertraut ist, ist das Jesus-Gebet („Herr Jesus Christus, erbarme Dich meiner“); es wurde stets und wird nach wie vor von allen gottliebenden Seelen gepflegt, nicht nur von Mönchen.

Die äußeren Ähnlichkeiten der sogenannten psychosomatischen Methode des mentalen Gebets mit den Techniken der Meditation haben dazu geführt, daß über dieses Thema, vor allem in den letzten Jahren, viel geschrieben wurde. Wir sollten hier nicht vergessen, daß es stets die Fälschung ist, die etwas Ursprüngliches (Original) nachahmt. Der Teufel kann sich sogar in einen Engel des Lichts verwandeln, um zu betrügen...

Worin besteht also im allgemeinen die sogenannte „psychosomatische Methode“? Grundsätzlich in folgendem: Der Mensch setzt sich auf einen niedrigen Schemel mit gebeugtem Kopf, so daß er einen Punkt auf der Brust fixieren kann, ein wenig unterhalb des Herzens, und dann versucht er, seinen Atem mit dem Jesus-Gebet zu koordinieren. Er versucht dabei, seinen Geist auf die Worte und Inhalte des Gebets zu fokussieren und sein Herz damit zu erwärmen. Dies wird jedoch nicht wie ein Rezept vorgeschlagen – weder von allen Lehrern des mentalen Gebets noch von jenen, die es studieren möchten.

(Wir dürfen auch nicht vergessen, daß das Gebet, obgleich hilfreich, nicht das Ziel an sich ist. Doch auf dieses Detail werden wir später noch eingehen.)

Auf der anderen Seite wird Meditation vom Hindu-Guru Sathya Sai Baba definiert als „die Methode, durch die sich der Geist zu konzentrieren lernt“ (Sri Sathya Sai Baba, „Meditation“, Sri Sathya Sai Publications, Athen 1984, S. 8, zitiert nach Vr. Antonios Alevizopoulos in seinem Buch „Meditation oder Gebet?“, S. 56).

In diesem in-bezug-Setzen des mentalen Gebets zur Meditation kann man einen unehrlichen Ansatzpunkt beobachten. Es ist der Versuch, den Anschein zu erwecken, als hätten wir zwei Pfade – wenn auch verschieden, doch tief unten eng verbunden –, die zu demselben Ziel führen würden; daß wir also angeblich zwei verschiedene Traditionen haben, die im wesentlichen dieselbe Erfahrung beschreiben würden. Leider halten sogar Professoren orthodoxer theologischer Fakultäten diese Sicht aufrecht – wie zum Beispiel Prof. Savvas Agourides (siehe den Artikel betitelt „The experience of divine light by Orthodox Hesychasts and enlightenment in Zen Buddhism“ – eine Einführung zur Konferenz über Gott und Gottes Entsprechungen, organisiert vom Rat der Weltreligionen in Assisi, Italien, am 16. Mai 1990). Die Erklärung besteht darin, daß Herr Agourides leider ein Mitglied der „Vereinigungskirche“ des koreanischen Pseudomessias Sun Myung Moon ist.

Natürlich liegt dieser Versuch, Verwirrung zu stiften, innerhalb des synkretistischen Rahmens, in dem das sogenannte „Neue Zeitalter des Wassermanns“ die Dinge sieht. Wie zuvor erwähnt, verkünden sie, daß „alles dasselbe“ sei, um jene in die Irre zu führen und zu Anhängern zu machen, die anderswo keine Stütze finden. Tief unten jedoch glauben sie selbst nicht wirklich an diese ihre Aussage, da sie davon überzeugt sind, daß ihr Glaube zum Neuen Zeitalter dazugehöre und sie sich folglich auf einer höheren, weiter entwickelten Stufe befänden als wir Christen. (Ihren Annahmen gemäß sind wir im Alten Zeitalter steckengeblieben, das heißt, im „Fische-Zeitalter“, das ihrer Meinung nach das „Zeitalter des Christentums“ gewesen sei!)

Wir könnten sehr viel mehr Dinge über die Wahrnehmung Gottes, der Menschheit und der Welt sagen, auf der das christlich orthodoxe Gebet basiert. Auf der anderen Seite könnten wir ähnlich viele Dinge sagen bezüglich der Wahrnehmung Gottes, der Menschheit und der Welt, die Yoga und Meditation voraussetzt. Diese beiden Wahrnehmungen sind völlig gegensätzlich zueinander und gänzlich unvereinbar. Für uns Christen ist Gott eine Person; Er hat den Menschen aus Liebe geschaffen, wobei der Mensch ebenfalls Person ist. Gott hat auch die Welt aus Liebe geschaffen und sorgt sich um sie, wie Er sich auch umso mehr um den Menschen sorgt. Im Gegensatz dazu ist Gott den Religionen des Ostens und des „Neuen Zeitalters“ gemäß ein unpersönliches Überbewußtsein, das mit dem Universum identifiziert wird. Mit anderen Worten haben wir hier einen „Pantheismus“. Weiterhin ist der Mensch – ihnen zufolge – wie ein Tropfen, der aufgelöst werden muß im Ozean jenes unpersönlichen Gott-Universums. Freiheit und Verantwortung existieren nicht gemäß der anti-christlichen Wahrnehmung dieses „Neuen Zeitalters“. Sie versichern, alles sei festgelegt auf der Grundlage des blinden Karma-Gesetzes und der Reinkarnation (was natürlich kein Gesetz ist, sondern ein religiöser Glaube der östlichen Religionen und des Okkultismus). Gemäß diesem Irrglauben tritt die Seele nach unserem physischen Tod angeblich in einen anderen Körper ein – ungeachtet dessen, ob es sich dabei um einen Tier- oder Menschenkörper handelt. Sie kann angeblich sogar in eine Pflanze oder in einen Stein eintreten, da ja im Wesen alles dasselbe ist, ihrer Theorie gemäß.

Damit erachten wir diese wichtige Zwischenbemerkung als abgeschlossen.

Der orthodoxe Standpunkt zu jener irrigen Annahme, daß Meditation und Gebet angeblich dasselbe seien, ist der folgende (wieder-gegeben im Buch „The Power of the Name“ von S. E. Bischof von Diokleia Vater Kallistos Ware, Professor an der Universität Oxford):

„Neben Ähnlichkeiten gibt es auch Unterschiede. Alle Bilder haben Rahmen, und alle Bilderrahmen haben gewisse gemeinsame Merkmale. Worauf es aber ankommt, ist das Bild, nicht der Rahmen. Im Fall des Jesus-Gebets sind die physischen Techniken wie der Rahmen, während die innere Anrufung Christi das Bild im Rahmen ist. Der 'Rahmen' des Jesus-Gebets ähnelt sicherlich verschiedenen nicht-christlichen 'Rahmen', doch das sollte uns nicht unempfindlich gegenüber der Einzigartigkeit des Bildes darin machen, gegenüber dem unverwechselbar christlichen Inhalt des Gebets. Der wesentliche Punkt ist im Jesus-Gebet nicht die Wiederholung an sich, auch nicht, wie wir sitzen und atmen, sondern zu wem wir sprechen; und in diesem Fall sind die Worte eindeutig an den Menschgewordenen Erlöser Jesus Christus, den Sohn Gottes und Sohn der Maria, gerichtet.“

Und er fährt fort: „Das Jesus-Gebet ist nicht einfach ein Mittel, das uns hilft, uns zu entspannen oder zu konzentrieren. Es ist nicht einfach ein Stück vom 'christlichem Yoga', eine Art von 'Transzendentaler Meditation' oder ein 'christliches Mantra', auch wenn einige es so zu deuten versucht haben. Es ist im Gegenteil eine Anrufung, die sich auf besondere Weise an eine andere Person richtet – an den Menschgewordenen Gott, Jesus Christus, unseren persönlichen Retter und Erlöser. Das Jesus-Gebet ist daher weitaus mehr als eine isolierte Methode oder Technik. Es existiert in einem bestimmten Zusammenhang, und wenn es aus diesem Zusammenhang herausgelöst wird, verliert es seine angemessene Bedeutung.“

„ Und er fährt fort: „Der Zusammenhang des Jesus-Gebets ist an erster Stelle einer des Glaubens. Die Anrufung des Namens setzt voraus, daß derjenige, der das Gebet spricht, an Jesus Christus als Sohn Gottes und Erlöser glaubt. Hinter der Wiederholung einer Form von Worten muß ein lebendiger Glaube an den Herrn Jesus existieren – an Denjenigen, Der Er wirklich ist und an das, was Er für mich persönlich getan hat.“

Vielleicht ist der Glaube in vielen von uns sehr unsicher und schwankend; vielleicht besteht er zusammen mit Zweifeln; vielleicht finden wir uns oft gezwungen, zusammen mit dem Vater des mondsüchtigen Kindes auszurufen: 'Herr, ich glaube: Hilf meinem Unglauben' (Mk 9,24). Doch es sollte zumindest ein gewisser Wunsch bestehen, zu glauben; zumindest sollte inmitten aller Ungewißheit ein Funken der Liebe zu Jesus vorhanden sein, Den wir noch so unvollkommen

kennen. Zweitens ist der Zusammenhang des Jesus-Gebets einer der Gemeinschaft. Wir rufen den Namen nicht als getrennte Individuen an, die sich nur auf ihre eigenen inneren Ressourcen verlassen, sondern als Mitglieder der Gemeinschaft der Kirche. Schriftsteller wie der hl. Barsanuphios, der hl. Gregor von Sinai oder Bischof Theophan sahen es als selbstverständlich an, daß diejenigen, denen sie das Jesus-Gebet nahelegten, getaufte Christen waren, die regelmäßig am sakramentalen Leben der Kirche durch Beichte und Heilige Kommunion teilnahmen. Keinen Augenblick betrachteten sie die Anrufung des Namens als Ersatz für die Sakramente, sondern sie gingen davon aus, daß jeder, der es verwendet, ein praktizierendes und kommunizierendes Mitglied der Kirche ist.“ (S. 66-68)

Und als Ergänzung zu diesen Gedanken: Unser Ziel beim Beten ist, mit der Person unseres Herrn Jesus Christus zu kommunizieren, und diese Kommunikation kann gewiß nicht in Gußformen gepreßt werden, um mit Ihm vereint zu sein (ohne daß diese Vereinigung unsere persönliche Andersheit abschafft), während es das Ziel der Meditation ist, das individuelle Selbst aufzulösen, wie sich ein Wassertropfen im Ozean des „universalen Überbewußtseins“, das keine Person ist, auflöst.

In der Meditation wendet man sich nicht an eine besondere Person, mit der man in Liebe verbunden ist; stattdessen wendet man sich an „das Selbst“, im Glauben, daß man selbst im Wesen Gott ist. Dies ist natürlich eine dämonische Täuschung und Verirrung. Sie haben im Verlangen, sie durchzusetzen, sogar die Worte Christi selbst falsch interpretiert und verdreht: Das Reich Gottes ist in euch (Lk 17,21), ungeachtet dessen, daß dieses Zitat nicht beinhaltet, daß der Mensch von Natur aus Gott sei – wie die irregeleiteten „New Agers“ fälschlich glauben und verkünden. Es beinhaltet, daß, wenn jemand getauft ist, die ungeschaffene göttliche Gnade (die Energie des Heiligen Geistes) in ihm wohnt, und daß derjenige, der die Göttliche Gnade in sich hat, von nun an einen Vorgeschmack auf das Reich Gottes hat.

Meditation ist daher nicht eine Bewegung, das Selbst zu verlassen, oder eine Bewegung, sich von seinem Egoismus zu befreien – also, mit anderen Worten, eine Bewegung der Liebe –, sondern sie ist eine selbstzentrierte, kurzschlußhafte Tätigkeit.

In der Meditation konzentriert man sich auf ein sogenanntes Meditationsobjekt. Gemäß den Anhängern der Meditation könnte dies die Form des Buddha sein, eine Kerzenflamme oder jedes andere Objekt (und wir könnten hinzufügen, warum nicht die Form des Luzifer, wenn dies hilft, die eigene Meditation zu „inspirieren“ und zu „fördern“).

Wenn sich jene, die Meditation praktizieren, Christen nähern, um diese zu Jüngern zu machen, dann sagen sie ihnen, daß sie genauso gut ihre Aufmerksamkeit auf Jesus Christus konzentrieren können. Und auf diese Weise schaffen sie Verwirrung; sie geben dem Begriff „Christus“ eine andere Bedeutung. Für sie ist Jesus Christus nicht der vollkommene Gott und vollkommene Mensch, wie wir dies glauben. Sie beziehen sich auf Ihn, als sei Er einfach nur einer unter vielen anderen „großen Lehrern“, doch vor allem behaupten sie, Er sei ein „Zustand“ in uns! Sie sagen, wir alle seien „Christus von Natur aus“. Doch wir Orthodoxen glauben nicht an die dämonische Lüge, daß wir angeblich Götter von Natur aus seien; wir glauben, daß wir mit Gottes Hilfe darum kämpfen, Christus ähnlich zu werden, und daß wir folglich durch Gottes Gnade gottähnlich werden, so wie es die Heiligen sind. Der Unterschied ist gewaltig. Im Fall der Meditation fördern sie die diabolische Lüge der Selbsterlösung, die im Gegensatz zu dem steht, was im Gebet der Fall ist, wo der Mensch durch die Kommunion der Liebe und der Unterordnung unter den einen und einzigen, den Heiligen und Dreieinen Gott geheiligt wird.

Diejenigen, die Meditation propagieren, sprechen auch von einem „Überschreiten des Meditationsobjekts“. Doch dieses angebliche „Überschreiten des Meditationsobjekts“ ist dem orthodoxen Gebet völlig fremd und nicht damit vereinbar. Für uns ist Jesus Christus nicht ein Meditationsobjekt, noch besteht unser Ziel darin, Ihn zu überschreiten, um einen „Zustand des reinen Bewußtseins“ zu erreichen oder eine „tiefere Bewußtheit des Selbst“ (siehe auch im Buch von Vr. Antonios Alevizopoulos „Meditation oder Gebet?“)

Ein weiterer Punkt, den wir betonen müssen, besteht darin, daß man mit den Techniken der Meditation das Selbst zu extremen Höhen des Stolzes erhebt, während man mit Gebet das Selbst erniedrigt. Man stößt andere nicht vor den Kopf und, wenn man sein eigenes Selbst gründlich kennengelernt und die Gegenwart der Göttlichen Gnade erfahren hat, hält man sich in der Tat für den schlechtesten Menschen, den es gibt – niedriger als die vernunftlosen Tiere. „Niedriger als alle Schöpfung“, wie wir im Buch der Altväter („Gerontikon“) lesen.

Während der Mensch, der meditiert, glaubt, daß er im Wesen Gott sei, ist er nicht in einem Zustand, der ihm gestatten würde, die Worte zu äußern: „Erbarme Dich meiner“ – die Schlüsselworte des mentalen Gebets. Mit anderen Worten ist der Anhänger des Dogmas „Ich will und ich kann“ des „positiven Denkens“ des New Age nicht in der Lage, das Selbst demütig werden zu lassen.

Überdies führt Meditation den Meditierenden in einen Zustand der Selbsthypnose. Seine Beharrlichkeit darin, mit dem Objekt seiner Meditation verbunden zu werden (dies ist das Hauptziel der Meditation) ist nichts anderes als ein Fall von Phantasie; eine Phantasie, die – gemäß der orthodoxen therapeutischen Behandlungsweise – aufgelöst werden muß. Diese Bewegung im Bereich der Phantasie (oder eher, im Bereich, wo das Reale und das Phantasierte vermengt werden) kann den Punkt erreichen, an dem Situationen erzeugt werden, die in den Raum der Psychiatrie gehören. Ein Beispiel ist der Fall eines [Meditations]-Jüngers, der versuchte (mit der „Kraft des Geistes“, wie er glaubte), einen Zug anzuhalten. Das Ergebnis war natürlich der Verlust seines Lebens. Es gibt eine Vielzahl ähnlicher herausragender Fälle. Für eine in die Tiefe gehende Untersuchung der Bewegung des „positiven Denkens“ würde ich das Buch von Vr. Antonios Alevizopoulos empfehlen: „Selbstbewußtsein, Selbstverwirklichung, Rettung“ [in gr.].

Askese ist keine Technik. Dies wurde offensichtlich durch den Vergleich zwischen dem mentalen Gebet und der Meditation. Sie ist nicht ein Mittel, durch die wir auf Gottes Freiheit Erpressung ausüben können. Askese ist in der orthodoxen Tradition kein Selbstzweck. Sie ist ein Mittel, wobei unser Bestreben darin besteht, mittels der Askese unsere Leidenschaften abzutöten, nicht aber, dem Körper Schaden zuzufügen. Abba Poimen hatte im „Gerontikon“ gesagt: „Wir sind nicht unterwiesen worden, Körperzerstörer zu sein, wohl aber Leidenschaftszerstörer“ („Asteras“ Publikationen, S. 101).

Auf der Grundlage dessen, daß Askese nicht Selbstzweck ist – wie zuvor betont –, strebt der Orthodoxe nicht danach, Lichter oder Visionen zu sehen oder „Erfahrungen“ zu haben oder

Wunder zu vollbringen. Wo und wann immer Fälle von „Visionenanbetung“ oder „Wunderanbetung“ auftauchen, sollten wir wissen, daß diese definitiv Abweichungen vom orthodoxen Phronema (Gewissen) und Ethos sind. Ein Orthodoxer wird die „Erfahrungen“ ablehnen, die der Teufel bereit hält, um sie „hier und jetzt“ und ungebeten (und erst recht, wenn man ihn darum bittet) anzubieten. Es gibt einen weiten, klaffenden Abgrund zwischen einem wahren Propheten (das heißt, einem orthodoxen Heiligen) und einem okkultistischen Zauberer, Fakir, Beschwörer oder einem Übersinnlichen/„Medium“. Um hier einen kleinen Einschub einzufügen, möchte ich kurz die grundlegenden Punkte dieser Unterschiede zitieren, wie sie von Vater Antonios Alevizopoulos in seinem Buch „Okkultismus, Guruismus, New Age“ (S. 282-286) analysiert werden:

1. Ein Prophet, ein Heiliger, ernannt sich nicht selbst, sondern wird von Gott ernannt.
2. Ein wahrer Prophet ist sich seiner Bedeutungslosigkeit bewußt, während ein Zauberer, ein Beschwörer voller dämonischer Selbsterhebung ist.
3. Ein wahrer Prophet öffnet kein „Geschäft für Dienstleistungen“, noch wird er von Menschen eingeladen; er geht zu ihnen.
4. Das wahre prophetische Wort ist normalerweise nicht willkommen bei denen, an die es gerichtet ist, und es provoziert sie – es schmeichelt ihnen nicht, und
5. Der Inhalt der Botschaft des wahren Propheten ist nicht neu; sie ist alt, und sie ist vergessen worden.

Um nun also zu dem Thema der Visionen und „Erfahrungen“ zurückzukehren, können wir hinzufügen, daß: Natürlich kann die Gnade Gottes die Geläuterten und Würdigen aufsuchen, wo und wann immer es ihr wünschenswert erscheint, entweder für sie oder für die Erbauung des Leibes Christi, das heißt, der Kirche. Doch können diese Erfahrungen nicht erpreßt werden, noch sind sie Selbstzweck.

Die Heiligen raten uns, nach Reue zu streben – die ebenfalls eine Gabe Gottes ist – und die nach dem hl. Isaak dem Syrer erhabener ist als alle anderen Tugenden: „...denn ihr Werk kann niemals zu Ende gebracht werden; es ist nutzbringend für jeden, sowohl für die Sünder als auch für die Gerechten, die die Rettung zu erlangen wünschen (Homilie 55 „Über Leidenschaften“, hg. Priestermonch Joachim Spetsieris, S. 220). Es sollte also die Reue sein, nach der wir trachten, und nicht die Fähigkeit, Wunder zu vollbringen – die, wenn es uns an Demut mangelt, uns ernsthaft schaden oder sogar zerstören kann.

Die Art und Weise, mit der die Heiligen die Versuchung vermeiden, „Erfahrungen“ zu begehren, besteht darin, ein demütiges Gewissen zu bewahren.

Im Leben des Altvaters Paisios vom Heiligen Berg – der 1994 entschlief – wird folgendes Geschehnis erwähnt: Eines Abends, als er wach und betend in seiner Hütte lag, dachte er, das Dach der Hütte wäre dabei, sich weit zu öffnen, und Christus würde dort erscheinen und ihn segnen. „Mein Gott, wer bin ich, daß ich so würdig wäre, Dich zu sehen?“, war der demütige Gedanke, der ihm sofort in den Sinn kam. Daraufhin verschwand die Vision, die der Teufel ihm zu zeigen vorbereitete, wie ein Blitz.

Das Kriterium für die Wahrhaftigkeit der orthodoxen Askese besteht darin, daß sie mit Gewissenhaftigkeit vollbracht werden sollte (ein Detail, das Altvater Paisios besonders betonte) und mit Liebe, mit Demut und Unterscheidungsvermögen, und natürlich ohne unserem persönlichen Willen zu folgen – mit anderen Worten, daß es mit Gehorsam geschieht, und, in der Tat, mit einem „freudigen Gehorsam“, um sich an die Worte eines anderen großen Altvaters unserer Zeit zu erinnern, der nun entschlafen ist: Vater Porphyrios.

Man kann möglicherweise leicht fünfhundert Metanien vollbringen, während man seinen eigenen Willen bewahrt, seine eigene Meinung, sein eigenes Urteilsvermögen und sich selbst vertraut. Doch nur einhundert Metanien mit Gehorsam zu vollbringen, ist viel schwerer, denn in diesem Fall richtet der Teufel Hindernisse auf und führt Krieg gegen denjenigen, während der Teufel im ersten Fall ihn in Wahrheit noch stärkt und kräftigt.

Den Unterschied zwischen der orthodoxen Askese auf der einen Seite und der dämonischen „Askese“ auf der anderen kann man aus folgender Erzählung aus dem „Gerontikon“ sehen, die Abba Makarios dem Ägypter zugeschrieben wird:

Einmal, als Abba Makarios von den Sümpfen zu seiner Zelle zurückging, beladen mit Palmwedeln, wurde er auf dem Weg vom Teufel angesprochen, der eine Sichel hielt. Und obwohl dieser versuchte, den Altvater damit zu schlagen, konnte er ihm keinen Schaden zufügen. So bemerkte er: „Ich finde viel Widerstand in dir, Makarios. Das macht mich unfähig, dir zu schaden. Und doch, was immer du tust, kann ich auch. Du fastest? Ich esse gar nichts. Du hältst Nachwachen? Ich schlafe überhaupt nicht. Doch du hast etwas, das ich nicht habe.“ „Und was ist das?“, fragte ihn Abba Makarios. Und der Teufel antwortete: „Deine Demut. Das ist es, was mich entmachtet.“ („Gerontikon“, hg. in modernem Griechisch von Vas. Pentzas, ASTERAS Publikationen, S. 152)

Nach allem bislang Erwähnten glaube ich, daß die orthodoxe Askese und besonders das Gebet keine Ähnlichkeit oder Wesensverwandtschaft mit Yoga und Meditation haben, die von den östlichen Religionen und den Gruppierungen des sogenannten „Neuen Zeitalters des Wassermanns“ gepflegt werden. Jene, die anderes behaupten, verführen entweder die Menschen, indem sie die New-Age Verwirrung durch Häresien fördern oder selbst Opfer dieser Verwirrung werden. Der einzig sichere Weg, nicht durch Häresien betrogen zu werden, besteht darin, bewußt und organisch zur Orthodoxen Kirche zu gehören, die die einzige Arche der Rettung für die Menschheit ist, da sie unverändert das Evangelium und die Tradition bewahrt hat, die uns der Heilige Geist durch die heiligen Apostel und ihre Nachfolger vermacht hat. Nur dann wird der Mensch durch die Göttliche Gnade geschützt sein, erleuchtet vom Heiligen Geist und sicher geleitet zur Rettung.

* Vr. Arsenios Vliangoftis (Vliangoftis, Βλιαγκόφτης) grad. in Theologie (Dr.) und Philosophie, ist Bevollmächtigter der hl. Metropole von Kassandra für Fragen der Häresie und Beauftragter der Griech. Orth. Kirche für die Problematik der Sekten; Herausgeber der Zeitschrift Parakatathiki („Vermächtnis“) und bekannter Verfasser zahlreicher Bücher und Beiträge zu gegenwärtigen Themen der Orthodoxie. Der vorliegende Artikel erschien in: „DIALOGOS“ magazine, issue No.22 (2000) Quelle: http://www.oodegr.com/english/anatolikes/boudismos/yoga_meditation.htm Diese

deutsche Übersetzung von Johannes A. Wolf ist erschienen in DER SCHMALE PFAD, Band 38, Dezember 2011, Hg. Johannes A. Wolf, Apelern, Deutschland. www.orthlit.de

Quelle: <http://www.orthlit.de/>

Text (Original Griechisch): <http://www.impantokratoros.gr/E3BA0C74.e.aspx>



Unsere Besucher lesen auch Folgendes:



New Age

Die „New-Age-Bewegung“ ist eine Synthese östlicher Religionen und alter Geheimlehren, verbunden mit Gnostizismus... (16/9/2010)



E-Mail:

[Heiliges Kloster Pantokratoros beitreten](mailto:Heiliges_Kloster_Pantokratoros@beiraten.de)



Dienstag, 17 Juli 2012
Μαρίνης μεγαλομάρτυρος.

Heilige
Staetten
im
Heiligen
Land



The views and opinions expressed in the signed articles are those of the respective author(s). The material on this website may be used, distributed and/or reproduced for non-commercial reasons, provided that the original meaning is preserved - not using excerpts that may alter meaning - with the basic condition that the source www.impantokratoros.gr is referenced.

:: Das Kloster allg. information :: Bilder :: Orthodoxie :: Artikel - Ankündigungen - Aktuelles :: Atheismus :: New Age :: Ikone - Ikonologie :: Heilige Staetten im Heiligen Land :: Videos :: Kontakt :: Orthodoxe Websites ::

[Login](#) [Forgotten password](#) [RSS](#)

active3 4.9 · © 2000 - 2012 IPS Ltd · Disclaimer