



Aus den Gesprächen des ehrwürdigen Seraphim von Sarov

1. DAS ZIEL DES ORTHODOXEN LEBENS

Das Fasten, die Gebete, die Wachsamkeit *und alle die anderen orthodoxen Taten* sind an und für sich sehr gut, aber nicht nur in dessen Geschehen ist das Ziel unseres orthodoxen Lebens. Sie dienen als Mittel für die Erreichung dieses Zieles. Das wirkliche Ziel des orthodoxen Lebens ist die Erwerbung des Heiligen Geistes.

2. ÜBER DIE LIEBE ZU GOTT

Wer sich eine vollkommene Liebe zu Gott erworben hat, der scheint in diesem Leben gar nicht zu existieren. Denn er hält sich für einen Ankömmling auf dieser Erde, steht dem Sichtbaren fremd gegenüber und harrt geduldig des Unsichtbaren. In seiner Liebe zu Gott hat er sich völlig gewandelt und allen anderen Neigungen entsagt...

3. ÜBER DIE HOFFNUNG

Alle die fest auf Gott hoffen, werden zu Ihm emporsteigen und in ewigem Licht erstrahlen. Sorgt ein Mensch nicht allzu sehr um sich aus Liebe zu Gott, weil er weiß, dass Gott für ihn sorgt, so ist eine solche Hoffnung durchaus berechtigt und weise. Kümmert sich ein Mensch aber immer nur um seine Dinge und betet nur dann zu Gott, wenn ihn ein unvorhergesehenes Unglück getroffen hat und

er es aus eigenen Kräften nicht abwenden konnte und dann auf Gottes Hilfe zu hoffen beginnt, - so ist eine solche Hoffnung eitel und nichtig.

Denn die wahre Hoffnung sucht die alleinige Herrschaft Gottes und weiß, alles Irdische, was für das zeitweilige Leben vonnöten ist, wird sich ganz gewiss einstellen. Ohne eine solche Hoffnung kann in das Herz kein Frieden einziehen. Diese Hoffnung besänftigt das Herz und erfüllt es mit Freude. Über diese Hoffnung hat der hochheilige Mund des Erlösers gesagt: "Kommet her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid, ich will euch erquicken" (Mt 11, 28), d. h. hoffe auf mich, und du wirst in Mühsal und Angst getröstet werden.

4. ÜBER DEN VERZICHT AUF DIE WELT

Um völligen Gleichmut zu erlangen, muss man viele geistliche Betrachtungen anstellen und oft beten. Wie aber kann man Gott anschauen, sich Seine Gesetze zueigen machen und mit ganzer Seele in inbrünstigem Gebet zu Ihm emporsteigen, wenn doch rings um einen in der Welt unaufhörlich die Leidenschaften brodeln? Die Welt liegt im Argen. Entspricht man nicht der Welt, kann auch die Seele Gott nicht aufrichtig lieben...

5. ÜBER DIE INNERE EINKEHR

Der Mensch darf nicht nur allein seinem Herzen glauben. Er muss seine seelischen Empfindungen und sein Leben selbst an den Göttlichen Gesetzen und an dem tätigen Wirken der Verfechter der Frömmigkeit ermessen... Die heiligen Väter lehren, dass ein jeder Mensch zwei Engel hat: der eine ist gut und der andere -schlecht. Der gute Engel ist still und sanft. Tritt er in des Menschen Herz ein, so spricht er mit ihm über die Wahrheit, Reinheit, Ehrlichkeit, und Ruhe kurzum von wohlgefälligen Dingen und Tugenden. Füllst du das in deinem Herzen, so ist gewiss der Wahrheitsengel in dir. Der böse Geist aber ist jähzornig grausam und unbesonnen. Du musst ihn an seinen Taten erkennen. Merke dir, mein Lieber, was sagt Isaak der Syrer, habe bei allem deinem Tun auch stets die Kümernisse und Versuchungen vor Augen, denen du ausgesetzt sein wirst, höre auf die Regungen deiner Seele und denke daran, was am Ende sein wird... Halte fortwährend innere Einkehr und sieh, welche Leidenschaften von dir gewichen sind, weil deine Seele endlich gesundet...

6. ÜBER DEN SEELISCHEN FRIEDEN

Der Weg in den Himmel führt über Trübsal und Leiden. Die Heilige Schrift besagt: "wir sind in Feuer und Wasser geraten, aber Du hast uns herausgeführt und uns erquickt" (Ps. 66, 12). Wer Gott gefällig sein will, muss vieles erdulden... Der Mensch muss sich in sich selbst versenken und aufrichtig in seinem Herzen sein. Ist der Mensch friedlich gestimmt, dann vermag er auch andere mit seinem geläuterten Verstand zu erleuchten. Vor allem muss er diese Worte des Herrn wiederholen: "du Heuchler, zieh zuerst den Balken aus deinem Auge, danach sieh zu, wie du den Splitter aus deines Bruders Auge ziehest" (Mt. 7, 5).

7. ÜBER DAS LICHT CHRISTI

Um in seinem Herzen das Licht Christi zu empfangen und zu spüren, muss man sich möglichst von den sichtbaren Gegenständen ablenken. Hat man seine Seele durch Buße und gute Werke geläutert, muss man in aufrichtigem Glauben an den Gekreuzigten seine Augen schließen, den Geist mitten in das Herz eintauchen und unseren Herrn Jesus Christus unaufhörlich um Seine Gnade anflehen, nur so findet man wahre Wonne und Erleuchtung...

8. ÜBER DIE BUSSE

Wer sich retten will, muss stets ein reumütiges Herz haben: die Opfer, die Gott gefallen, sind ein geängsteter Geist, ein geängstetes, zerschlagenes Herz wirst du, Gott, nicht verachten (Ps. 51, 19). So wird sich der Mensch der tückischen Ränke des Bösen unbeschadet erwehren... Die Reue kommt auf durch die Furcht vor Gott und durch Selbstkonzentration, denn wie sagte doch gleich der hl. Märtyrer Bonifacius: die Furcht vor Gott sei der Vater der Aufmerksamkeit und diese - die Mutter der inneren Ruhe... Tue also Buße, und sie wird dir eine Fürsprecherin sein vor Gott... Was Bestes in deinem Herzen ist, das decke ohne Bedarf nicht auf, denn nur so bleibt es sicher vor den sichtbaren und unsichtbaren Feinden. Es muss also wie ein Schatz tief in deinem Herzen ruhen. Nicht allen darfst du deine Herzensgeheimnisse offenbaren.

...Wer diesen Weg beschritten hat, darf nicht auf fremde Gerüchte hören, die den Kopf nur mit müßigen und eitlen Gedanken und Erinnerungen füllen können, sondern er muss sich selbst zugekehrt sein. Die fremden Dinge dürfen ihn nicht kümmern, er soll auch nicht von ihnen sprechen, denn "im Treiben der Menschen bewahre mich vor gewaltsamen Wegen durch das Wort Deiner Lippe" (Ps. 17, 4), sondern bitte den Herrn: "verzeihe mir die verborgenen Sünden, bewahre mich Deinen Knecht vor den Stolzen, dass sie nicht über mich herrschen" (Ps. 19, 13, 14). Um aufmerksam zu bleiben, muss man in sich gehen und darf niemanden unterwegs begrüßen (Lk. 10, 4), d. h. man soll nicht unnütz reden, es sei denn, jemand läuft dir hinterher, um etwas Vernünftiges zu hören...

9. ÜBER DIE REDSELIGKEIT

Allein schon die Redseligkeit von Leuten, deren Sitten sich von den unsrigen unterscheiden, reicht aus, um einen Menschen innerlich zu verstimmen. Aber am bedauerlichsten ist es, dass das Feuer, das unser Herr Jesus Christus auf die Erde gebracht hat, um die menschlichen Herzen zu erwärmen, dadurch erlöschen kann. Um also den inneren Menschen zu bewahren, muss man seine Zunge im Zaum halten...

10. ÜBER KRANKHEITEN

Der Leib ist der Sklave der Seele, diese aber ist die Königin. Daher kommt es durch Gottes Barmherzigkeit oftmals vor, dass der Leib von Krankheiten zermürbt wird: dadurch flauen die Leidenschaften ab, und der Mensch kommt zu sich. Ja, auch ein körperliches Gebrechen ist auf Leidenschaften zurückzuführen. Tilge also die Sünde, und es wird keine Krankheiten mehr geben, denn sie kommen von der Sünde, wie das der hl. Basilius der Große behauptet: "Woher kommen die Gebrechen? Woher die Körperverletzungen? Gott der Herr hat den Leib, nicht aber die Krankheit, die Seele und nicht die Sünde erschaffen. Was ist nun am notwendigsten und nützlichsten? Die Vereinigung mit Gott und die Zuwendung zu Ihm durch Liebe. Verlieren wir diese Liebe, so fallen wir von Ihm ab, und wenn wir das tun, so werden wir allerlei Leiden und Gebrechen ausgesetzt." Wer eine Krankheit geduldig und dankbar erträgt, so wird ihm das als eine Großtat angerechnet...

12. ÜBER GEDULD UND DEMUT

Wie sich in kaltes und starres Wachs kein Siegel eindrücken lässt, so kann auch die menschliche Seele, ist sie nicht durch Mühsal und Leiden geprüft, nicht das Siegel der Göttlichen Tugend empfangen. Als der Teufel den Herrn verließ, "da traten die Engel zu Ihm und dienten Ihm" (Mt. 4, 11). Wenn also während der Versuchung sich die Engel Gottes von uns entfernen, so nicht weit, bald werden sie wieder zu uns kommen und uns Rührung, Erquickung und Geduld bringen.

13. ÜBER EIN TÄTIGES UND BESCHAULICHES LEBEN

Ein tätiges Leben besteht aus Fasten, Enthaltbarkeit, Wachen, kniendem Beten und anderen Taten -

sie sind der schmale Weg, der, nach dem Worte des Herrn, zum ewigen Leben führt (Mt. 7, 14). Beschaulich ist das Leben, wenn man seinen Geist zu Gott dem Herrn erhebt, inbrünstige und weise Gebete verrichtet. Ein jeder, der ein geistvolles Leben durchlaufen möchte, muss mit einem tätigen Leben beginnen. Ein tätiges Leben hilft uns, uns von sündigen Leidenschaften zu befreien und lässt uns zu tätiger Vollkommenheit hingelangen - damit aber wird uns ein Weg zu einem beschaulichen Leben gebahnt. Nur wer sich seiner Leidenschaften entledigt hat, wird ein solches Leben beginnen können, denn wie die Heilige Schrift besagt: "Selig sind, die reinen Herzens sind, denn sie werden Gott schauen" (Mt. 5, 8). Wer ein beschauliches Leben führen will, braucht einen erfahrenen Wegweiser. Findet er diesen nicht, muss er sich von der Heiligen Schrift leiten lassen, denn der Herr selbst hat uns geboten, von der Heiligen Schrift zu lernen: "ihr suchet in der Schrift, denn ihr meinet, ihr habt das ewige Leben darin" (Jh. 5, 39). Auch die Schriften der heiligen Väter müssen sorgfältig studiert werden: Man muss sich möglichst an ihre Lehren halten, so wird man nach und nach von einem tätigen zu einem hochvollkommenen Leben hingelangen...

