



*Hl. Johannes von Kronstadt*

*Aus dem Tagebuch  
„Mein Leben in Christus“<sup>1</sup>*

*Wie das Reich Gottes suchen*

**S**ucht zuerst das Reich Gottes und Seine Gerechtigkeit, und alles übrige wird euch dazugegeben werden“ (Mt 6,33). Wie bringt man das zustand, zuerst das Reich Gottes zu suchen? Nun, zum Beispiel auf folgende Art.

Nehmen wir an, du willst irgendwohin gehen, zu Fuß, im Wagen, per Schiff, um irgendeine Angelegenheit zu erledigen. Bevor zu aufbrichst, bitte den Herrn, die Wege deines Herzens zu läutern und ebenso jenen Weg, den du zu nehmen dich anschickst, deinen Lebensweg Seinen Geboten gemäß auszurichten. Begehre dies aus ganzem Herzen und erneuere dein Gebet viele Male. Und indem der Herr die Aufrichtigkeit deines Begehrens sieht, dein fortgesetztes Bemühen, Seinen Geboten gemäß zu wandeln, wird Er nach und nach alle deine Wege begradigen.

Oder wenn du zum Beispiel dein Zimmer lüften oder draußen Luft schnappen willst, erwäge die Reinheit oder Unreinheit deines Herzens. Viele lieben es, ihr Zimmer zu lüften oder in der reinen Luft zu wandern (und dies ist eine vorzügliche Gewohnheit), doch sie kommen gar nicht auf den Gedanken, dass es auch notwendig ist, ihren Geist und ihr Herz zu reinigen. Sie wandern in der reinen Luft und geben sich unreinen Gedanken hin, unreinen Regungen des Herzens, unreinen Worten, unreinen fleischlichen Taten.

Oder wiederum, wenn du das natürliche Licht suchst, erinnere dich an das geistige Licht, das unentbehrlich ist für die Seele, ohne welches die Seele in der Finsternis der Leidenschaften bleibt, in der Finsternis des geistigen Todes. „Ich bin in die Welt gekommen als Licht“, sagt der Herr, „damit keiner, der an Mich glaubt, in der Finsternis bleibe“ (Joh 12,46).

Wenn du das Toben des Sturmes siehst und sein Tosen hörst, wenn du von einem Schiffbruch liest, denk an den hohen Wellengang, den der Sturm der Leidenschaften tagtäglich in den Herzen der Menschen entfesselt und das geistige Schiff der Seele zum Kentern bringt, den Schiffbruch der Gesellschaft herbeiführt. Bitte den Herrn mit innigem Gebet, den Sturm der Sünden zu besänftigen, so wie Er einst durch Sein Wort den Sturm des Meeres besänftigte (s. Mt 8,26ff), und die Leidenschaften zu entwurzeln aus unseren Herzen und ihnen stattdessen fortwährenden Frieden einzupflanzen.

Wenn du Hunger oder Durst empfindest, wenn du essen oder trinken willst, denk an den

<sup>1</sup> Die russische Originalausgabe des Tagebuchs des hl. Johannes von Kronstadt (1829-1908, s. *Das Synaxarion* am 20. Dezember) erschien 1891 in 3 Bänden unter dem Titel *Moja schisn wo Christe* („Mein Leben in Christus“) bei A. D. Stoupa in Moskau. Engl. Übersetzung *My life in Christ* London 1897, re-print vom Holy Trinity Monastery in Jordanville N.Y. 1911 (vergriffen, on-line lesbar auf [www.ccel.org/kronstadt/christlife](http://www.ccel.org/kronstadt/christlife)) Dt. Teilübersetzung *Mein Leben in Christo*, München 2008. Die hier wiedergegebenen Auszüge wurden übersetzt vom Kloster des Hl. Johannes des Vorläufers, Chania 2011, aus dem französischen Auswahl-Band Jean de Cronstadt, *Ma Vie en Christ*, Abbaye de Bellefontaine, SO 27, 1979.

Hunger und den Durst deiner Seele, denn sie hungert nach Gerechtigkeit, Wahrheit und Rettung, sie dürstet nach Christus, nach Heiligkeit. Speist du sie nicht, besteht die Gefahr, dass sie stirbt vor Hunger, dass sie, geschwächt und erschöpft, von den Leidenschaften erdrückt wird. Wenn du den Hunger deines Körpers stillst, vergiß nicht, auch und vor allem deinen geistigen Hunger zu stillen durch den häufigen Umgang mit Gott, durch aufrichtige Metanie, durch das Lesen des Evangeliums und der Lehren des Herrn, und vor allem durch den Empfang der Mysterien des Leibes und des Blutes Jesu Christi.

Wenn du es liebst, dich elegant zu kleiden, wenn du dich anziehst, denk an das Gewand der Gerechtigkeit, mit dem unsere Seelen bekleidet sein sollen, an Jesus Christus, Der unser geistiges Gewand ist, wie geschrieben steht: *Ihr alle, die ihr in Christus getauft worden seid, habt Christus angezogen* (Gal 3,27). Die Leidenschaft der schönen Kleider vertreibt nur zu oft jeden Gedanken an das unvergängliche Gewand der Seele aus dem Herzen und macht das ganze Leben zu einem frivolen Streben nach Eleganz.

### *Die höchste Wissenschaft ist, ein wahrer Christ zu sein*

**O**b du Student seist an irgendeiner Hochschule, Staatsbeamter, Offizier in einem Armeekorps, Ingenieur, Künstler, Bildhauer, Industrieller oder Fabrikarbeiter – halte dir stets vor Augen, dass die höchste Wissenschaft darin besteht, ein wahrer Christ zu sein, aus ganzem Herzen an die Heilige Dreiheit zu glauben, jeden Tag Zwiesprache zu halten mit Gott im Gebet, an den liturgischen Diensten teilzunehmen, die Gesetze und Gebote der Kirche einzuhalten und in deinem Herzen allezeit, vor der Arbeit, während der Arbeit und nach der Arbeit, den Namen Jesu zu tragen, denn Er ist unser Licht, unsere Kraft, unsere Heiligung und unser Helfer.

Ach! Wir haben alle Wissenschaften studiert, doch wir haben nicht gelernt, die Sünde zu meiden. In dieser Wissenschaft erweisen wir uns oftmals als völlig unbewandert. Daraus folgt, dass die einzigen wirklich Weisen, die einzigen wirklichen Wissenschaftler die Heiligen sind, die wahren Schüler des wahren Lehrers, Christus. Wir aber, die man uns gebildet nennt, wir sind alle unwissend, und je gebildeter wir sind, desto größer ist unsere Unwissenheit, denn wir wissen nicht und tun nicht das einzige Notwendige (s. Lk 10,42).

Es überrascht zu sehen, wie sehr wir Menschen uns sorgen um unsere Gesundheit, wie sorgfältig wir bedacht sind, gesunde und bekömmliche Nahrung zu uns zu nehmen, gesunde Getränke zu trinken, frische Luft zu atmen, und letzten Endes dennoch der Krankheit und der Verwesung anheimfallen. Während die Heiligen, die ihr Fleisch verachteten und es unablässig aufrieben durch Fasten und Enthaltbarkeit, Schlafen auf dem harten Boden, Nachtwachen, Arbeit und ununterbrochenes Gebet, sowohl ihre Seele als auch ihren Körper unsterblich machen.

Unsere wohlgenährten Körper verfaulen und stinken nach dem Tod, während die ihrigen duften und prangen, sowohl in diesem Leben als auch nach dem Tod. Welch erstaunliche Sache! Indem wir unsere Gesundheit zu fördern suchen, verderben wir sie. Und die Heiligen, die sich nur um den Wohlgeruch ihrer Seele vor Gott kümmern, empfangen außerdem den Wohlgeruch ihres Körpers!

Meine Brüder, begreift das Problem und den Zweck eures Daseins! Wir sind gerufen, den Körper mit allen seinen fleischlichen Leidenschaften zu bezähmen durch Enthaltbarkeit, Arbeit und Gebet, und nicht, ihn und seine Leidenschaften zu reizen durch Raffinesse, Satttheit und Trägheit.

Christ! Erwinnere dich, dass Christus, der Meister deines Glaubens, gekreuzigt worden ist und dir das Kreuz hinterlassen hat. Warum also lebst du in Luxus, Erleichterung, Weichlichkeit und Nachlässigkeit? Er hat die Schmach erduldet und dir geboten, nicht zurückzuschauen davor, geschmäht zu werden um Seines Namens willen. Doch du strebst nach menschlichen Ehren. Schau häufiger hin zum Gekreuzigten und lerne deine Pflicht.

*Diejenigen, die Christus angehören, haben ihr Fleisch gekreuzigt mitsamt den Leidenschaften und den Begierden* (Gal 5,24).

Wer sich eine Wohnstatt gebaut hat, der hat auch jedes Recht, darin zu wohnen. Wir sind die Wohnstatt unseres Schöpfers. Er hat uns erschaffen für Sich, denn alle Dinge hat Er zu Seinem Ruhm erschaffen. Deshalb ist Er es, Der in uns wohnen soll und nicht der Dämon, jener Mörder, Dieb und Lügner. „Komm und nimm Wohnung in uns.“<sup>2</sup> „Wir werden zu ihm kommen und Wohnung nehmen in ihm“ (Joh 16,23). *Wißt ihr nicht, dass ihr Tempel Gottes seid und dass der Geist Gottes in euch wohnt?* (1 Kor 3,16).

### *Was es heißt, Christ genannt zu werden*

**W**ie nennt man dich gemäß dem Glauben? Man nennt mich „Christ“. Was bedeutet das? Es bedeutet, dass ich Glied des Leibes Christi bin, der Kirche Christi, dass ich ein Diener Christi bin. Zu was verpflichtet dich der Name des Christen? Er verpflichtet mich, Christus allezeit gegenwärtig zu haben in meinen Gedanken und in meinem Herzen, in Seinem Geist zu leben in jedem Augenblick meines Lebens, so zu leben, wie Er gelebt hat hienieden, und Seine heiligen Gebote zu halten. Es verpflichtet mich, *zu streben nach dem, was oben ist, dort wo Christus zur Rechten Gottes sitzt* (Kol 3,1).

Christ, erinnere dich, bewahre in deinem Denken und in deinem Herzen die erhabenen Worte des Gebets des Herrn:

„Vater unser, Der du bist in den Himmeln...“ *Erinnere dich: Wer ist unser Vater? Gott ist unser Vater, unsere Liebe. Wer sind wir? Wir sind die Kinder Gottes, Brüder alle. Wie müssen die Kinder eines solchen Vaters leben? „Wäret ihr Kinder Abrahams, würdet ihr die Werke Abrahams tun“* (Joh 8,39). Welche Werke also müssen wir tun?

„Geheiligt sei Dein Name, Dein Reich komme, Dein Wille geschehe... *Gib uns heute unser täglich Brot*“ - unser Brot, das allen gemeinsam ist, nicht jeder für sich! Der Egoismus muss vertrieben werden aus dem Herzen der Kinder Gottes, denn wir sind eins.

„Vergib uns unsere Schulden, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.“ Wenn du willst, dass Gott dir deine Sünden vergebe, dann gewöhne dich daran, auch selbst die Sünden jener zu vergeben, die sich vergehen gegen dich, im Bewusstsein, dass die Liebe nachsichtig und barmherzig ist.

„Und laß uns nicht in Versuchung fallen...“ Auch du selbst, laß nicht die Versuchung eintreten in dein Inneres, steht doch geschrieben: *Er wird nicht erlauben, dass dein Fuß stolpert. Siehe, Er schläft nicht, Jener Der wacht über dich. Der Herr ist dein Schutz zu deiner Rechten* (Ps 120,3-5).

„Sondern erlöse uns von dem Bösen“ - überlaß dich nicht freiwillig dem Bösen, dann wird auch der Herr dich nicht verlassen.

„Denn Dein ist das Reich“ – anerkenne den einzigen König, Gott, diene nur Ihm allein,  
„und die Macht“ – verlasse dich auf diese souveräne Macht,  
„und die Herrlichkeit“ – stell dich bereitwilligst in den Dienst dieser Herrlichkeit, mit allen deinen Kräften, dein ganzes Leben lang

„in Ewigkeit“ – Er ist König auf immer, während das Reich Satans, des Diebs und Lügners, bald vergehen wird.

„Amen.“

Dies ist die Wahrheit. Behalte dieses Gebet immerzu in deinem Gedächtnis, wiederhole es innerlich, indem du achtest auf den Sinn jedes Wortes, jedes Begriffs, jeder Bitte.

### *Nicht von dieser Welt*

**S**ie sind nicht von der Welt, so wie auch Ich nicht von der Welt bin“ (Joh 17,16). Das ist, was Jesus von Seinen Aposteln sagt. Es ist ein großes Lob. Worin besteht es? In der Tatsache, dass die Apostel, obwohl sie in der Welt lebten, derselben fremd waren, fremd ihren Verführungen, und in ihr weder Ruhm, noch Reichtum, Glück oder Ruhe suchten. Sie waren wie von einer anderen Welt, der Welt des Himmels. Sie beschäftigten sich nur mit den Dingen des Himmels und sorgten sich allein um sie. Sie suchten den unvergänglichen Ruhm des Himmels und die Ruhe in Gott, die Vereinigung mit Gott.

<sup>2</sup> Aus dem Gebet an den Heiligen Geist.

Wir Sünder jedoch, wir sind von dieser Welt, denn wir suchen den Ruhm dieser Welt, materiellen Reichtum, Gesundheit, ein langes Leben, den Genuss der Güter dieser Welt, Ruhe auf Erden, Freuden der Erde. All unser Unglück, alle unsere Leidenschaften, Versuchungen und Misserfolge im christlichen Leben kommen von dieser Fesselung an die Welt und ihre Güter.

Warum müssen wir beten, in die Kirche gehen, an den Gottesdiensten teilnehmen? Frage ebenso: Warum müssen wir jeden Tag essen und trinken, frische Luft einatmen, arbeiten? Um das Leben des Körpers zu unterhalten und zu stärken. So auch müssen wir unbedingt beten, um das Leben der Seele zu unterhalten und zu entwickeln, die kranke Seele zu stärken, sie zu reinigen, so wie man mit Hilfe gewisser Nahrungsmittel oder Getränke den Körper entschlackt von seinen schädlichen Säften und Unreinheiten.

Wenn du mithin nicht betest, verhältst du dich unbesonnen und unvernünftig, denn während du zwar deinen Körper in jeder Hinsicht pflegst, ihn ernährst und stärkst, läßt du deine Seele ohne jede Pflege. Doch der Mensch ist von zweifacher Natur: er setzt sich zusammen aus Leib und Seele.

Da wir Fremdlinge sind hienieden, Pilger und Wanderer auf dem Weg zum Reich der Himmel, dürfen wir uns nicht belasten mit den Sorgen dieser Welt, uns nicht fesseln lassen von den Vorzügen dieser Welt, ihren Reichtümern, ihren Vergnügungen, ihren Ehren. Möchten wir nicht zur Stunde des Auszugs aus diesem irdischen Dasein gehindert und beschämt werden von solchen Sorgen und Fesseln.

Der Christ muss sich von hienieden, von der Erde an daran gewöhnen, das Leben des Himmels zu leben, in Fasten, Entsagung, Gebet, in Liebe, Demut, Sanftmut, Geduld, Tapferkeit und Barmherzigkeit.

Wie hart wird der Tod sein für einen Menschen, der sein Leben lang den Götzen des Geldes, des Essens und Trinkens, der Ehren dieser Welt angebetet hat! Zu jener Stunde wird ihm nichts von alledem von Nutzen sein, und sein Herz wird entblößt sein vom wahren Schatz, der zum Leben verhilft, das heißt von der Tugend.

Deshalb, wenn wir es leichter haben wollen beim Sterben – und wir werden alle sterben –, dann laßt uns nichts lieben von dieser Welt. *Haben wir Nahrung und Bekleidung, laßt uns mit diesen zufrieden sein* (1 Tim 6,8).

Der wahre Christ führt sein Leben hienieden so, dass es eine Vorbereitung ist für das künftige Leben und nicht bloß ein irdisches Dasein. In allem, was er tut, denkt er nicht daran, was man hienieden über ihn sagen wird, sondern daran, was man über ihn sagen wird im Himmel. Er hält sich vor Augen, dass er immerzu vor Gott, den Engeln und allen Heiligen steht, und vergißt nicht, dass sie dereinst Zeugnis ablegen werden über seine Worte, seine Gedanken und seine Taten.

### *Gott lieben bedeutet, sich an nichts Irdisches zu binden*

**G**ott aus ganzem Herzen lieben (s. Lk 10,27/Deut 6,5) bedeutet, sich an nichts Irdisches zu binden und sein Herz zur Gänze Gott dem Herrn zu geben, in allem *Seinen* Willen zu tun und nicht den unsrigen.

*Gott aus ganzer Seele lieben* (ebenda) bedeutet, den Geist in Gott zu bewahren, das Herz in Ihm zu verankern, den eigenen Willen unter jedwelchen Umständen, seien sie glücklich oder schmerzlich, Seinem Willen unterzuordnen.

*Gott mit allen Kräften lieben* (ebenda) bedeutet, Ihn so zu lieben, dass keine gegnerische Macht, keine Lebensumstände, weder Bedrängnis noch Bangigkeit, Verfolgung, Gefahr, das Schwert, weder Höhe noch Tiefe uns zu trennen vermögen von Gott (s. Röm 8,35-39).

*Gott mit dem ganzen Denken lieben* (ebenda) bedeutet, nachzusinnen über Gott, über Seine Barmherzigkeit, Seine Langmut, Seine Heiligkeit, Seine Weisheit, Seine Macht, Seine Werke, und sich mit allen Mitteln abzuwenden von nichtigen Gedanken und bösen Erinnerungen.

Gott lieben heißt, die Gerechtigkeit lieben mit ganzer Seele und das Unrecht hassen, wie geschrieben steht: *Du hast die Gerechtigkeit geliebt und das Unrecht gehaßt* (Ps 44,8). Gott

lieben heißt, sich selbst hassen, das heißt unseren fleischlichen alten Menschen. „*Wenn einer zu Mir kommt und nicht seine eigene Seele haßt, kann er nicht Mein Jünger sein*“ (Lk 14,26).

In uns, in unseren Gedanken, ist eine außergewöhnlich lebendige und aktive böse Macht, die sich ohne Unterlaß, jeden Tag, jeden Augenblick bemüht, uns von Gott zu entfernen, indem sie uns nichtige Gedanken, Begehren, Sorgen, Absichten, Unterfangen, Worte und Taten suggeriert und die Leidenschaften aufreizt und uns gleichsam gegen unseren Willen dazu treibt, nämlich zu Bosheit, Neid, Habsucht, Hochmut, Ehrgeiz, Eitelkeit, Faulheit, Widersetzlichkeit, Eigensinn, Hinterlist und Ausschweifung.

Gott lieben heißt, Seine Gebote erfüllen. „*Wenn einer Mich liebt, wird er Mein Wort bewahren. Wer Mich nicht liebt, bewahrt nicht Meine Worte*“ (Joh 14,23-24).

### *Die Frage des Besitzes – alles gehört Gott. Was der Mensch wirklich nötig hat.*

**W**arum habe ich Recht auf Besitz? Um meine eigenen Bedürfnisse zu decken, jene meiner Familie und der mir Nahestehenden, und um den Armen zu helfen. Jedoch gewiß nicht, um anzuhäufen. Gib reichlich, damit auch Gott dir reichlich gebe, mit demselben Maß, mit dem du selbst gegeben hast. Mehr noch, all unser Besitz, alles, was wir haben, um zu überleben, gehört Gott und nicht uns. Gott ist Herr über das Leben. Er sorgt für unsere Bedürfnisse, sei es durch uns selbst, sei es durch andere, sei es direkt. „Übergeben wir uns selbst und einer den anderen und unser ganzes Leben Christus unserem Gott.“<sup>3</sup>

Wir sind gerufen zum Leben, und unser Leben ist Gott. Deshalb gibt uns Gott die Mittel zum Leben und wird sie uns immerdar geben.

Was habe ich nötig? Auf Erden habe ich nichts weiter nötig als das Lebensnotwendige.

Was habe ich nötig? Den Herrn habe ich nötig, Seine Gnade, Seine Königsherrschaft in mir. Auf Erden, an diesem zeitweiligen und vorläufigen Ort meines Lernens, besitze ich nichts. Alles gehört Gott, und alles ist vergänglich, bestimmt zu meinem einstweiligen Gebrauch. Mein Überfluß ist der Mangel meiner ärmeren Brüder.

Was habe ich nötig? Wahre Liebe habe ich nötig, christliche, lebendige, tätige Liebe. Ein liebendes Herz habe ich nötig, erfüllt von Erbarmen gegenüber meinen Brüdern. Ich habe nötig, mich zu freuen über ihr Wohlbefinden und Wohlergehen und mitzuleiden an ihrem Leid, ihren Krankheiten, ihren Sünden, ihren Schwächen, ihren Mängeln, ihrem Unglück, ihrer Armut. Glühendes und aufrichtiges Mitgefühl für sie unter jedwelchen Umständen ihres Lebens habe ich nötig, um mich zu freuen mit den Frohen und zu weinen mit den Weinenden (s. Röm 12,15).

### *Wir haben nicht zu leben, sondern zu sterben*

**E**s ist an der Zeit, dass wir keinen Raum mehr lassen in uns für die Selbstliebe, den Egoismus. Es ist an der Zeit, dass wir nicht länger ausschließlich für uns selbst leben, nicht länger Reichtümer, Genüsse und weltliche Ehren zusammenraffen für uns selbst. Wir haben nicht zu leben, sondern zu sterben. Wir haben uns nicht zu freuen, sondern zu weinen – wir, die wir in uns das Gift der Selbstliebe tragen, denn die Selbstliebe ist ein Gift, das der Teufel unablässig in unsere Herzen träufelt.

Oh, könnte ich doch mit dem Psalmisten ausrufen: *Was gibt es für mich im Himmel außer Dir? Und auf Erden, was hätte ich anderes begehrt als Dich? Mein Herz und mein Fleisch verzehrten sich nach Dir, o Gott meines Herzens. Gott ist mein Anteil auf immer* (Ps 72,25-26). Herr, Du kennst mein Herz und alle seine Regungen. Gewähre mir, was ich von Dir erbitte! Mir ist es unmöglich, doch Dir ist alles möglich. Schenke mir das wahre Leben, vertreib die Finsternis der Leidenschaften, vernichte ihre Macht durch Deine Macht!

Wo einen Christen finden, der durch *seine Werke* die anderen lehrt, das Fleisch zu verachten, das bald vergeht, und sich um die unsterbliche Seele zu kümmern? Wo einen Menschen so erhabenen Geistes finden? Es ist schwer, einen solchen zu finden auf Erden,

<sup>3</sup> Schlußgebet der Litanie (Ektenie) im Orthodoxen Gottesdienst.

obwohl es gewiss einige davon gibt, doch in *der Kirche der Erstgeborenen, die eingeschrieben sind in den Himmeln* (Hebr 12,23), sind sie so zahlreich wie die Sterne am Firmament.

Sich selbst entsagend, jenem verderbten, verlorenen alten Menschen, jenem zerbrochenen Krug, der nicht imstand ist, das Wasser zu halten, nahmen sie ihr Kreuz auf sich und folgten Christus. Sie übergaben Ihm ihr ganzes Leben, nicht achtend des Fleisches und der Welt, die nur da sind, um zu verschwinden. Sie hörten auf die Stimme, Die sagt: „*Was nützt es dem Menschen, wenn er die ganze Welt gewinnt, aber Schaden nimmt an seiner Seele?*“ (Mt 16,26).

Sie wußten, dass das Fleisch und die Welt vergehen und bald nicht mehr sein werden, unsere Seele hingegen unschätzbaren Wert hat, weil sie nach dem Bilde Gottes erschaffen und unsterblich ist. Dass die Welt daher im Vergleich zur Seele weniger ist als nichts, denn sie vergeht, nach dem Wort des Erlösers Selbst: „*Himmel und Erde werden vergehen...*“ (Mt 24,35).

Wo auf Erden wahre Christen finden, die alles Irdische verachten, weil es vergänglich ist, und sich von ganzem Herzen bemühen, Gott zu gefallen, ihrem ewigen Vater, und ihre Seele zu retten? Wo einen Geist finden, der so erhaben ist, dass er auf königliche, auf göttliche Weise jedes irdische Ding beiseite schiebt um der Liebe Gottes willen und mannhaft alle Leidenschaften und Lockungen der Welt seiner Vernunft und dem Gesetz Gottes unterwirft? Der brennt vom Eifer Gottes Selbst für das Heil seiner Brüder und sich darum bemüht, sie zu erleuchten, zu läutern, zu stärken im Glauben und in der Tugend?

O Herr, entzünde solche Lichter auf dem Leuchter Deiner Kirche, damit sie Deine Herrlichkeit verkünden, voller Glut für Deine Majestät und für die Rettung Deines Volkes! Herr, für Dich ist alles möglich! Wie lange noch, Herr, wird die Eitelkeit das Zepter führen in der Welt? Wie lange noch werden wir uns abwenden von Dir, unserem Schöpfer und Erlöser? O Herr, möge uns alles geschehen nach Deinem Willen!

Die Prüfungen sind ein großer Lehrmeister. Sie enthüllen uns unsere Schwächen, unsere Leidenschaften, die Notwendigkeit der Metanie. Die Prüfungen reinigen die Seele, ernüchtern sie, entreißen sie dem Rausch. Sie verhelfen ihr zur Gnade Gottes. Sie besänftigen das Herz, pflanzen uns Ekel ein vor der Sünde, stärken in uns den Glauben, die Hoffnung und die Tugend.

### *Der Mensch – eine wunderbare Schöpfung*

**D**er Mensch ist eine wunderbare, herrliche, überaus geniale Schöpfung Gottes, des Perfekten Künstlers. Ursprünglich war er nicht besudelt, sondern unverweslich und rein. Doch die Sünde, jene ungeheuerliche Ausgeburt des Geistes der Finsternis, jener abscheulichen, absurden und bösen Macht, hat ihn besudelt und unrein gemacht, krank und verweslich, sowohl in seinem Geist als auch in seinem Leib, entsprechend seiner zweifachen Natur.

Doch der Göttliche Künstler, der Allweise, Allmächtige und Allerbarmende, hat unserem Feind nicht erlaubt, Sein wunderbares und herrliches Geschöpf zur Gänze zu zerstören. Er machte Sich einen Leib wie der unsrige und eine Seele im Schoß der Allreinen Jungfrau. Durch Seine Inkarnation, Seine Lehre, Seine Wunder, Seine Passion, Seinen Tod und Seine Auferstehung, durch Seinen ganzen wunderbaren und höchst weisen Plan, stellte Er das Werk Seiner Hände in seiner ursprünglichen Herrlichkeit und Schönheit wieder her, ja sogar noch wunderbarer, als es war. Er gab ihm die Unverweslichkeit, die Heiligkeit, die unvergleichliche göttliche Schönheit zurück und erhob es zur höchsten Seligkeit. Er vergöttlichte die menschliche Natur und setzte sie neben Sich auf den Thron der Gottheit. Verherrlicht seist Du, o Allmächtiger Schöpfer, du Allerbarmender und Allweiser!

Verwechselt nicht den Menschen, das Abbild Gottes, mit dem Bösen, das in ihm ist, denn das Böse ist etwas, das ihm zugefallen ist, ein Unglück, eine Krankheit, ein Betrug des Teufels. Doch sein wahres Wesen, das Gottesbild, bleibt immerdar in ihm.

Wenn du in deinem Nächsten Fehler und Leidenschaften siehst, bete für ihn. Bete für alle, selbst für die Feinde. Siehst du,

dass dein Bruder stolz und starrsinnig ist, dass er sich gegen dich oder andere arrogant benimmt, bete für ihn, damit Gott seinen Geist erleuchte und sein Herz erwärme am Feuer Seiner Gnade. Sag: „Herr, lehre Deinen Diener, der in den Hochmut des Satans gefallen ist, Sanftmut und Demut. Nimm die Finsternis von seinem Herzen und befreie ihn von der Bürde dieses bösen Stolzes.“

Siehst du einen jähzornigen Bruder bete so: „Herr, durch Deine Gnade mach, dass dein Diener gütig wird!“ Oder bei einem, der käuflich und habgierig ist, sag: „Herr, Du der unverderbliche Schatz und unerschöpfliche Reichtum bist, mach, dass Dein Diener, der nach Deinem Bild erschaffen ist, den Trug des materiellen Reichtums erkennt und sieht, dass dieser wie alle irdischen Dinge nichtig, unbeständig und trügerisch ist. Denn *wie Gras sind die Tage des Menschen* (Ps 102,15), *wie Spinnengewebe* (Ps 89,9). Du allein bist unser Reichtum, unser Friede und unsere Freude.“

Siehst du einen neidischen Menschen, bete so: „Herr, erleuchte den Geist und das Herz deines Dieners, damit er die unzähligen und reichen Gaben erkennt, die er von Deiner unerschöpflichen Großmut empfangen hat. Blind gemacht durch seine Leidenschaft, hat er Dich und Deine kostbaren Gaben vergessen, und obwohl er reich ist an Deinen Wohltaten, glaubt er arm zu sein und schaut mit Mißgunst auf die Güter, die Du jedem Deiner Diener gewährst, und dies, o unvergleichlicher Wohltäter, oftmals wider ihren Willen, doch stets gemäß Deinem Heilsplan. Reiß weg, o allerbarmender Meister, die Binde, mit welcher der Dämon die Augen seines Herzens verbunden hat, gewähre ihm Zerknirschung, Tränen der Reue und der Dankbarkeit, damit der Feind, der ihn lebendig in seinen Netzen gefangen hat, sich nicht brüsten kann, ihn Deinen Händen entrissen zu haben.“

Siehst du einen Betrunkenen, sag in deinem Herzen: „Herr, wirf einen gütigen Blick auf deinen Diener, der verführt wurde durch die Begierde des Bauches und die fleischlichen Genüsse. Laß ihn die Wohltat der Enthaltbarkeit und des Fastens erkennen, die Süße der geistigen Frucht, die sie hervorbringen.“

Siehst du einen Menschen, der mit Leidenschaft der Feinschmeckerei ergeben ist und darin sein ganzes Glück findet, sag: „Herr, Du bist unsere Speise, Jene, *Die nicht vergeht, sondern bleibt zum ewigen Leben* (s. Joh 6,27). Reinige Deinen Diener vom Unrat der Eßlust, die dermaßen fleischlich ist, dermaßen fern von Deinem Heiligen Geist. Gewähre ihm, die Süße Deiner geistigen und lebenspendenden Speise zu kosten, das heißt Deines Leibes und Deines Blutes und Deines heiligen, lebendigmachenden und wirksamen Worts.“

Auf diese oder ähnliche Weise bete für alle Sünder und erlaube dir nicht, irgendwen zu verachten seiner Sünde wegen oder ihn auf harte Art berichtigen zu wollen. Dies würde seine Wunden nur vertiefen. Berichtige ihn vielmehr durch Ratschläge, Warnungen oder Maßnahmen, die dazu angetan sind, das Übel zu bremsen oder es in den Grenzen der Mäßigung zu halten.

### *Vom Nutzen des Fastens*

**D**as Fasten ist unerlässlich für den Christen, um seinen Geist zu läutern, seine geistige Empfindung zu wecken und zu entwickeln, seinen Willen zu stimulieren. Diese Fähigkeiten des Menschen verfinstern und ersticken wir hauptsächlich durch das Übermaß an Essen und Trinken sowie durch die Alltagsorgen.

So lösen wir uns von Gott, der Quelle des Lebens, und fallen in Verderben und Nichtigkeit, womit wir das Gottesbild in uns entstellen und beflecken. Zügellosigkeit und Sinnlichkeit nageln uns an den Erdboden und schneiden unserer Seele gewissermaßen die Flügel ab.

Sieh, wie hoch oben sie flogen, die Faster und Asketen! Wie Adler schwebten sie in großen Höhen. Obwohl erdgeboren, lebten sie mit dem Geist und mit dem Herzen in den Himmeln. Sie vernahmen unaussprechliche Worte und erlernten die göttliche Weisheit.

Wie häßlich macht sich der Mensch durch Gefräßigkeit und Trunkenheit! Er pervertiert seine Natur, die nach dem Bilde Gottes erschaffen ist, und wird den Tieren gleich oder noch

schlimmer. Wehe uns mit unseren Leidenschaften, unseren lasterhaften Gewohnheiten! Sie hindern uns, Gott zu lieben und unseren Nächsten, die Gebote Gottes zu erfüllen. Sie pflanzen uns einen verbrecherischen Egoismus ein, dessen Endergebnis die ewige Verdammnis sein wird.

So scheut der Trinker vor keiner Ausgabe zurück, wenn es um das Vergnügen seines Fleisches geht, um seine eigene Verdummung. Doch er tut sich schwer, einem Armen ein paar Kopeken zu geben. Der Spieler wirft Dutzende, Hunderte von Rubel in den Wind, doch er weigert sich, einige Kopeken zu schenken, die seine Seele hätten retten können. Diejenigen, die es lieben, sich mit Luxus zu kleiden, Stilmöbel oder kostbares Porzellan zu sammeln, geben enorme Summen aus für ihr Steckenpferd, doch an den Bettlern gehen sie mit Kälte und Verachtung vorüber. Und was die Feinschmecker angeht, so reut es sie nicht, Hunderte von Rubel auszugeben für Bankette, doch wenn es um die Armen geht, reut sie sogar noch eine Kupfermünze!

Das Fasten ist notwendig für den Christen auch deshalb, weil wir jetzt, nachdem die menschliche Natur durch die Inkarnation des Sohnes Gottes vergeistigt und vergöttlicht worden ist, unterwegs sind zum Gottesreich, das *nicht Essen und Trinken ist, sondern Gerechtigkeit, Friede und Freude im Heiligen Geist* (Röm 14,17). *Die Speisen sind da für den Bauch und der Bauch für die Speisen, doch Gott wird den einen wie die anderen abschaffen* (1 Kor 6,13).

Essen und Trinken, das heißt das Streben nach fleischlichen Genüssen, taugt für die Ungläubigen, die, weil sie die himmlischen, geistigen Freuden nicht kennen, ihr ganzes Leben auf die Genüsse des Fleisches gründen. Deshalb verurteilt der Herr im Evangelium diese zerstörerische Leidenschaft so oft.

Das Fasten ist ein hervorragender Pädagoge. Zuallererst lehrt es jeden, der fastet, über kurz oder lang, dass der Mensch nur sehr wenig Speise und Trank benötigt und dass wir im allgemeinen Vielfraße sind und weit mehr essen und trinken, als nötig ist, das heißt mehr, als die Natur erfordert.

Sodann offenbart das Fasten sämtliche Gebrechen der Seele, alle ihre Schwächen und Mängel, ihre Sünden und Leidenschaften. Geradeso wie bei der Reinigung eines Teichs die Reptilien und der ganze Schmutz zutage gefördert wird, die darin waren.

Ferner zeigt es uns die Notwendigkeit, aus ganzem Herzen zu Gott zurückzukehren, Sein Erbarmen zu suchen, Seine Hilfe und Sein Heil.

Schließlich offenbart das Fasten die ganze Hinterlist, Verschlagenheit und Bosheit der körperlosen Geister, denen wir bisher untertan waren, ohne es zu merken. Denn jetzt, wo wir erleuchtet sind vom Licht der Gnade Gottes, wird ihre List offenkundig, und nun verfolgen sie uns wütend, weil wir ihre Wege verlassen haben.

### *Die Notwendigkeit der Stärkung durch den Hl. Geist*

**L**ange Zeit war mir nicht recht bewusst, wie sehr unsere Seele nötig hat, gestärkt zu werden vom Heiligen Geist. Doch jetzt hat mir der Allerbarmende Herr gewährt, zu erkennen, wie sehr sie dies nötig hat. Ja, es ist nötig in jedem Augenblick unseres Lebens, ebenso nötig wie das Atmen. Es ist nötig sowohl im Gebet als auch in allem anderen, was wir tun.

Wenn nicht der Heilige Geist unsere Seele stärkt, wird sie ständig zu allerlei Sünden hingerissen, das heißt zum geistigen Tod. Des Bösen wegen, das in das Herz eindringt, wird sie schwach, verliert ihre Kraft und wird unfähig zum Tun des Guten. Ohne die Kraft des Heiligen Geistes spürt man, wie das Herz untergraben wird von Übeln aller Art, dass es jederzeit in den Abgrund zu stürzen droht. Deshalb ist es höchst notwendig, dass wir unser Herz fest gründen auf den Fels. Dieser Fels ist der Heilige Geist.

Der Heilige Geist stärkt alle unsere Fähigkeiten. Wenn der Mensch betet, stärkt der Heilige Geist sein Herz mit Glauben und Hoffnung auf den Empfang dessen, worum er bittet. Er läßt die Seele in Liebe entbrennen zu Gott. Er erfüllt sie mit lichten und guten Gedanken. Er festigt den Geist des Menschen und sein Herz. Wenn ein Mensch ein Werk zu tun gerufen ist,

überzeugt Er sein Herz von der Wichtigkeit und Notwendigkeit, es zu tun, und stärkt ihn mit unumstößlicher Geduld, die ihn alle Schwierigkeiten überwinden läßt.

Der Paraklet, der alle Dinge erfüllt, tritt ein in die Seele aller gläubigen, demütigen, sanften, einfachen und gütigen Menschen. Er bleibt in ihnen, gibt ihnen das Leben und stützt sie. Er wird ein Geist mit ihnen und wird für sie zu allem – Kraft, Frieden, Freude, Erfolg in allem, was sie unternehmen, vor allem in ihrem geistigen Leben, kurz gesagt jede Art des Guten. Alle gottesfürchtigen Menschen sind getränkt mit dem Geist Gottes wie ein Schwamm mit Wasser.

### *Was es heißt, arm zu sein im Geiste*

**A**rm sein im Geiste (s. Mt 5,3) heißt, sich selbst als nicht-existent und Gott als den Einzig Existierenden zu betrachten. Es bedeutet, Gottes Worte höher zu stellen als alles in der Welt und nichts zu schonen, um sie zu vollstrecken, nicht einmal das eigene Leben. Es bedeutet, in allem auf den Willen Gottes zu achten betreffend die eigene Person und die anderen und dem eigenen Willen zur Gänze zu entsagen.

Der Mensch, der arm ist im Geiste, begehrt und sagt aus ganzem Herzen: „*Geheiligt sei Dein Name, Dein Reich komme, Dein Wille geschehe, wie im Himmel, so auf Erden*“ (Mt 6,9-10). Er selbst verschwindet sozusagen. Überall und in allem will er Gott sehen, in sich selbst und ebenso in den anderen. „Alles gehöre Dir, o Herr, und nichts mir selbst.“

Ein solcher Mensch sehnt sich danach, in sich selbst und in den anderen die Heiligkeit Gottes zu sehen, Sein Reich, Seinen Willen. Er sehnt sich danach, zu sehen, dass Gott das Herz des Menschen zur Gänze erfüllt, wie es sich gehört, denn Er allein ist die absolute Barmherzigkeit und die absolute Vollkommenheit, der Spender des Lebens. Der Feind im Gegenteil, der Teufel und seine Handlanger, sind Diebe im Reiche Gottes und Widersacher Gottes.

Für denjenigen, der arm ist im Geiste, ist die ganze Welt nichts. Überall sieht er nur Gott allein, Der allem Leben gibt und über alles herrscht. Für ihn gibt es keinen Ort, wo Gott nicht wäre, noch auch einen Augenblick ohne Gott. Überall und immer ist er bei Gott, allein mit Gott allein.

Wer arm ist im Geiste, erkühnt sich nicht, den Anspruch zu erheben, er versuche das Unbegreifliche zu begreifen, in die Mysterien Gottes einzudringen, zu philosophieren über die Anfänge. Er glaubt an das lebenspendende Wort des Herrn, im Wissen, dass dieses Wort Wahrheit ist, Geist und ewiges Leben. Er glaubt den Lehren der Kirche, die selbst immerdar belehrt wird in aller Wahrheit vom Heiligen Geist. Er glaubt so, wie ein Kind seinem Vater oder seiner Mutter glaubt, ohne Beweise zu verlangen, in gänzlichem Vertrauen in sie.

Derjenige, der arm ist im Geiste, betrachtet sich selbst als den letzten und sündigsten von allen, und er ist überzeugt, dass er verdient, von allen Menschen mit Füßen getreten zu werden.

