

# WENIGER IST MEHR

ASKESE UND RELIGION VON DER ANTIKE BIS ZUR GEGENWART

Herausgegeben von Andrea Bieler, Christine Gerber,  
Silke Petersen und Angela Standhartinger



fc 32169

A-6386481



EVANGELISCHE VERLAGSANSTALT  
Leipzig

**Bibliographische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliographie; detaillierte bibliographische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

© 2015 by Evangelische Verlagsanstalt GmbH · Leipzig  
Printed in Germany · H 7942

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Das Buch wurde auf alterungsbeständigem Papier gedruckt.

Cover: Zacharias Bähring, Leipzig  
Coverfoto: © Silke Petersen, Hamburg  
Satz: Dorothee Schönau, Wuppertal  
Druck und Binden: Hubert & Co., Göttingen

ISBN 978-3-374-04169-5  
[www.eva-leipzig.de](http://www.eva-leipzig.de)

# EINLEITUNG

»Überdruss am Überfluss«, so lautete die Überschrift des Leitartikels im SPIEGEL zu Beginn der Fastenzeit 2014. Markus Brauck und Dietmar Hawranek stellten dort eine Reihe von Lebensentwürfen vor, die »Mäßigung [...] als Ausweis eines irgendwie klügeren Lebensstiles« preisen.<sup>1</sup> Sie berichten von Menschen, die ihren Besitz auf hundert Dinge reduzieren oder freiwillig vom »Container-Diving«, d.h. von den in Supermärkten weggeworfenen Produkten leben, oder die sich ein Jahr lang auf reine Tauschökonomie verlassen – und sich dabei unendlich reich fühlen. Und natürlich werden auch ökonomische Theorien eines gerechteren Wirtschaftens angesichts weltweiter Armut und begrenzter Ressourcen diskutiert.

Das geflügelte Wort »Weniger ist mehr« begegnet derzeit geradezu inflationär in Buchtiteln der Managementtheorie, der didaktischen Methodenlehre, im Kontext von Kunstwerken oder auch der philosophischen Ethik, der Nachhaltigkeitsforschung sowie der kritischen Volkswirtschafts- und Gesellschaftslehre. Aber wovon »weniger« ist in welcher Weise »mehr«? Wie kann das »Weniger« erreicht werden, aus dem das »Mehr« entsteht? Wer sind Subjekte und Objekte des »Weniger« und des »Mehr«?

Mit der Frage, ob, und wenn ja, in welcher Weise, »weniger« »mehr« bedeuten kann, beschäftigen sich traditionell auch die asketischen Praktiken der Religionen. Die Fülle des Lebens im Angesicht begrenzter Ressourcen ist dabei ein grundlegendes Thema; gefragt wird nach einer Lebensqualität, die jenseits von Konsum und materiellem Wachstum entstehen kann. Wo Askese nur im negativen Sinne als selbstgewählter Verzicht, gar als Körperfeindschaft verstanden wird, ist das jedoch nicht sichtbar.

Nahrungsaufnahme und allgemein die Konsumption bestimmter Dinge, der Umgang mit Zeit und Arbeit sowie die Gestaltung des sexuellen Begehrens sind Themen, die theologische und philosophische Diskurse seit der Antike und bis in die Gegenwart bewegen. Dabei kann es das Ziel sein, Schmerz zu vermeiden, oder sich auf das nahende Ende der Welt vorzubereiten. Ebenso kann hinter religiösen asketischen Praktiken der Wunsch nach Autonomie und Freiheitsgewinn stehen oder der Versuch einer Angleichung an das Göttliche und die himmlische Welt bereits im Hier und Jetzt. Immer aber geht es bei religiöser Askese um die produktive Unterscheidung zwischen einem

---

<sup>1</sup> MICHAEL BRAUCK und DIETMAR HAWRANEK, Überdruss am Überfluss, in: DER SPIEGEL 14 (2014), 34–41; hier: 35.

Begehren, das die Fülle des Lebens sucht, und der Begierde, die die Beziehung zur Welt verdinglicht und sie zu einem Objekt grenzenloser Konsumtion macht. Das »Weniger ist mehr« der religiös gelebten asketischen Traditionen berührt also gleichermaßen die Suche nach dem guten Leben wie auch die Gottesbeziehung.

Allerdings sind christliche asketische Traditionen vielfach mit Körperfeindschaft in Verbindung gebracht worden. Sie wurden gleichgesetzt mit Sexualitätsfeindlichkeit und Versuchen, sich des Körpers als Gefäß des sexuellen Begehrens, der Unreinheit, der Sünde oder böser Geister zu entledigen. Davon war, wie auch in den folgenden Beiträgen sichtbar werden wird, häufig vor allem der weibliche Körper und waren damit insbesondere Frauen betroffen. Insofern muss der Blick, den die folgenden Beiträge auf historische und gegenwärtige Phänomene religiöser Askese werfen, immer auch ein kritischer sein.

Das griechische Wort *askesis* heißt eigentlich »Übung«. Was wir heute unter Askese verstehen, benannten antike Griechinnen und Griechen mit dem Wort *enkrateia*, »Selbstbeherrschung«. Die Frage nach den komplexen Beziehungen zwischen »Übung« und »Selbstbeherrschung« soll im Folgenden konstruktive und kritische Potentiale ganz verschiedener asketischer Praktiken wiederentdecken lassen.

Die Beiträge dieses Bandes dokumentieren die Vorträge und Diskussionen einer gleichnamigen Tagung der Universität Hamburg, die von Christine Gerber und Silke Petersen im August 2014 auf der Ratzeburger Dominsel veranstaltet wurde. Es ging darum, die Vielfalt asketischer Praktiken seit der Antike wiederzuentdecken und einer konstruktiv-kritischen Prüfung hinsichtlich ihrer Gegenwartstauglichkeit zu unterziehen. Die Herausforderung bestand auch darin, unter dem modernen Stichwort »Nachhaltigkeit« traditionelle religiöse Themen in neuer Perspektive nach ihrer Aktualität zu befragen.

Die ersten drei Beiträge des vorliegenden Bandes widmen sich biblischen Texten und Themen. Zunächst beleuchtet Gerlinde Baumann das Phänomen der »Arbeit« aus alttestamentlicher Perspektive. Unter dem Titel: »Kein Leben ohne Arbeit – keine Arbeit ohne Ruhe. Die Sicht des Alten Testaments auf Arbeit und Nicht-Arbeit« wendet sie sich dem kulturkritischen Potential des alttestamentlichen Arbeitsverständnisses zu. Gerade im Hinblick auf Konsumismus oder Burn-Out gilt: Arbeit darf nicht zur rücksichtslosen Ausbeutung der Ressourcen von Mensch und Schöpfung führen, sondern muss um das Element der Askese von der Arbeit, also der Ruhe, erweitert werden.

Angelika Strotmann stellt sodann die Frage, inwiefern sich »Jesus als Asket« betrachten lässt. Im Zentrum der spezifisch jesuanischen »Askese« steht nicht die Sorge um das eigene Selbst, sondern die Ankündigung der endgültig sich durchsetzenden *basileia* Gottes, die in Jesu eigenem Handeln und in dem seiner Jüngerinnen und Jünger erfahrbar ist. Die jesuanische »Askese« steht daher im Dienst eines umfassenden Heils für alle und gegen jede Aufblähung

des eigenen Selbst auf Kosten anderer. Sie ist eminent politisch und widerständig gegenüber einer Gesellschaft, die fortwährend Außenseiter und Randständige, Arme und Unterdrückte produziert und die Kluft zwischen denen drinnen und denen draußen vergrößert. Kennzeichen dieser eher untypischen »Askese« sind Besitz- und Statusverzicht, Heimat- und Familienverzicht (kaum Sexualaskese), Aggressionsverzicht, Nächsten- und Feindesliebe.

Unter dem Titel »Ehelos, ehfrei oder haben als hätte man nicht? Enthaltsamkeit als Lebenskonzept nach dem 1. Korintherbrief« untersucht Christine Gerber, aus welchen Gründen Paulus im siebten Kapitel des ersten Korintherbriefes die Ehelosigkeit favorisiert: Ihn leitet nicht Sexualitätsfeindlichkeit, sondern die Vorstellung, dass eine Ehe als Bindung an den Partner oder die Partnerin und an die Dinge der Welt den Menschen unfrei macht für das Wesentliche, die »Dinge des Kyrios/des Herrn«. Die Ehefreiheit zielt also nicht auf Selbstsorge, wie es für die Askese im stoischen Umfeld des Paulus gilt, sondern eröffnet eine kritische Haltung zur Welt und ihren Maßstäben. Hier liegen, auch wenn man die Einschätzung des Paulus zur ehelichen Bindung und Sexualität nicht teilt, Anknüpfungspunkte für einen modernen Diskurs.

Susanne Luther beschäftigt sich anschließend mit den asketischen Tendenzen in den apokryphen Apostelakten. Mit dem titelgebenden Zitat »Mit den Augen deiner Seele wirst du die Herrlichkeit Gottes erkennen ...« widmet sie sich den Formen radikaler Askese insbesondere in den Petrusakten. Der asketisch transformierte Körper dient dort als Medium der Erkenntnis der Herrlichkeit Gottes: Besitzverzicht, Nahrungs- und vor allem Sexualaskese werden als positive Instrumente zur Förderung des Glaubens und des Seelenheils betrachtet und das damit verbundene Leiden als Umkehrung der Wertmaßstäbe des antiken Kontextes narrativ inszeniert. Das führt auch zu erzählerischen Umsetzungen, die uns heute befremdlich erscheinen: So heilt der Apostel Petrus seine verkrüppelte Tochter zunächst, versetzt sie dann aber wieder in den Krankheitszustand zurück, um sie vor »Befleckung und Schändung« zu bewahren.

Auch die nächsten beiden Beiträge beschäftigen sich mit frühchristlichen Texten und den hinter ihnen stehenden Gruppierungen. Judith Hartenstein untersucht unter dem Titel »Erlösung und die Folgen: Askese in randständigen frühchristlichen Gruppen« einige apokryph gewordene Texte, die gemeinhin als »gnostisch« bezeichnet werden. In ihnen lässt sich eine spezifische Sicht von Askese erkennen: Ohne Askese ausführlich zu behandeln, ist diese doch Folge von bestimmten theologischen Vorstellungen. Erlösung wird hier als eine anthropologische Veränderung gedacht, als eine Rückkehr in einen ursprünglichen Schöpfungszustand ohne geschlechtliche Differenzierung. Dieser Zustand ist im Jetzt und Hier weitgehend erreicht, die Geschlechterdifferenz ist aufgehoben. Konsequenz ist ein asketischer Lebensstil (der nicht ausdrücklich gefordert wird, sich aber logisch ergibt), ein radikaler Bruch mit gesellschaftlichen Konventionen und eine starke und gleichberechtigte Beteiligung von Frauen. Diese Vorstellungen setzen kein »gnostisches« Weltbild

voraus, nur eine Hochschätzung des Geistigen und eine gewisse Abwertung des Körpers und der materiellen Welt/Schöpfung. In sozialer Hinsicht handelt es sich um radikale, gesellschaftlich nicht integrierte Gruppen.

Anschließend widmet sich Silke Petersen jenem Begriff, der in der Forschung als weitestgehender Gegenbegriff zu »Askese« fungiert. Ihr Beitrag mit dem Titel: »Libertinismus? – Auf der Suche nach der Alternative« geht zunächst auf stereotype »Libertinismus«-Vorwürfe im Kontext der altkirchlichen Polemik ein, deren Glaubwürdigkeit zumeist zweifelhaft ist. Vor diesem Hintergrund erfolgt eine genauere Bestimmung von »Libertinismus« als häufig verwendetem Gegenbegriff zu »Askese« sowie eine Analyse jener zwei Kirchenväterpassagen, die – nach Etablierung bestimmter Kriterien – wohl tatsächlich eine sogenannte »libertinistische« Praxis und Theorie frühchristlicher Gruppierungen spiegeln. Dabei lässt sich zeigen, dass der »Libertinismus« ebenso wie die »Askese« als Protest im Gegenüber zu defizitären weltlichen Ordnungen begreifbar ist.

Ausgehend von Michel Foucaults Beobachtung, dass die von der antiken stoischen Philosophie praktizierte Askese als »Selbstsorge« eine »politische Praxis« darstellt, nimmt Angela Standhartinger sodann ein in Foucaults *Geschichte der Sexualität* übersehenes Phänomen in den Blick: die jüdische Askese. Das wichtigste Beispiel ist dabei die Beschreibung einer jüdischen asketisch lebenden Gruppe von Frauen und Männern, die der jüdische Religionsphilosoph Philo von Alexandrien in seiner Schrift über die Therapeutinnen und Therapeuten beschreibt. Standhartinger untersucht zunächst die Frage, was wir über die historischen Therapeutinnen rekonstruieren können. Sie zeigt, dass die Existenz der historischen Therapeutinnen plausibel ist, ihr eigenes Erleben und ihre Programmatik aber durch die starken Idealisierungen Philosophen verstellt bleiben. Im zweiten Schritt fragt sie daher, warum Philo von Alexandrien diese Gruppe überhaupt beschreibt. Sie arbeitet heraus, dass die Therapeutinnen und Therapeuten mit ihren einfachen Häusern, Kleidung, Kost und ihrem asketischen Symposium eine asketische Praxis verkörpern, die mit weniger Aufwand mehr an philosophischer Wahrheit und religiösem Erleben erreichen kann als andere Formen der antiken Kultur. Damit werbe Philo für das Judentum als die beste aller politischen Praktiken.

Den ersten Teil schließt Christiane Krause mit einem Blick auf Epikur ab, der in der Antike eigentlich für sein uneingeschränktes Luststreben bekannt ist. Krause zeigt, wie Epikur »Askese als philosophische Übung« versteht, die auf *ataraxia*, den Zustand der heiteren, gelassenen Seelenruhe zielt. Lust stellt sich für Epikur ein, wenn der Schmerz ganz abwesend ist. Daher ist es vernünftig, auf solche Lüste zu verzichten, die mehr Schmerzen als Lustgewinn zur Folge haben. Das irdische Glück [besteht] gerade nicht im höchstmöglichen, sondern eben im bestmöglichen Gebrauch der materiellen, körperhaften Güter und Genüsse und vor allem der seelischen/geistigen Freuden.« Askese bedeutet für Epikur nicht generell Entsagung, sondern die Klugheit, auf das

»Ausagieren von Begierden, die überhaupt erst aufgrund von falschen Urteilen entstehen können«, zu verzichten.

Die nächsten beiden Beiträge beschäftigen sich mit monastischen Themen.

Ulrike Eichler diskutiert die Bedeutung der Askese im Leben und in der Regel der Klara von Assisi. Anhand biographischer Notizen und historischer Rekonstruktionen analysiert der Beitrag Klaras Verständnis radikaler Armut. Ein Leben ohne materiellen Besitz steht bei Klara, ebenso wie bei Franz von Assisi, im Zeichen der Nachfolge Jesu. Hiermit befindet sie sich im Widerspruch zu ihrer Zeit mit Päpsten wie Innozenz III. und dem größer werdenden Einfluss der Geldwirtschaft. Klara widersetzt sich auf vielfältige Weise päpstlichen Auflagen und dem damit verbundenen Einfluss von Geld und Macht in ihrem Leben. Durch Abstinenzpraktiken wie der radikalen Einschränkung von Nahrung erlangt sie eine innere Freiheit und Selbstbestimmung, die der Logik des Besitzes widerspricht und alleinig den Leben schaffenden Gott als Macht über die Person akzeptiert. Ihr asketisches Leben wird jedoch erst durch die selbstgewählte Gemeinschaft mit anderen Frauen möglich; es umfasst die Klausur als selbstgewählte Einschränkung der eigenen Bewegungsfreiheit. Dieser Verzicht ermöglicht paradoxerweise ein hohes Maß an sozialer und religiöser Wirksamkeit.

Barbara Müller und Mireille Kameni fragen nach »Monastischer Askese im digitalen Zeitalter«: Im Rahmen einer repräsentativen Untersuchung in benediktinischen Klöstern des deutschen Sprachraums wurde in vertiefenden Interviews das Verhältnis von Askese und Medienkonsum untersucht. Unter »Askese« wird von heutigen Benediktinerinnen und Benediktinern vor allem Übung und Mäßigung verstanden, erst in zweiter Linie Verzicht. In diesem Sinne bezeichnet Askese im heutigen benediktinischen Verständnis einen Prozess des Abwägens. Bezogen auf den Mediengebrauch ist es vor allem der Faktor der Zeit, der zu einer bewussten Selbstlimitierung im Umgang mit Medien führt.

Nina Heinsohns Beitrag »Verzicht als Nachahmung göttlichen (Schöpfungs-)Handelns? Zur religionsphilosophischen Brisanz von Simone Weils Konzept der *dé-crétation*« reflektiert das Thema des Verzichtes in Simone Weils religionsphilosophischem Werk. Ausgehend von einer kurzen Betrachtung von Simone Weils von Verzicht geprägtem Lebensstil erörtert der Beitrag das Konzept der *dé-crétation*. Im Schöpfungshandeln Gottes entdeckt die Philosophin einen Verzicht Gottes auf göttliche Allmacht. Der Mensch nimmt dabei Anteil an der *dé-crétation* durch die Imitation des göttlichen Verzichts in der Schöpfung: »Gott verzichtet – in einem Sinne – darauf, alles zu sein. [...] Wir müssen darauf verzichten, etwas zu sein. Und noch eine weitere gravierende Konsequenz zeitigt jener göttliche Verzicht: Es ist ein Verzicht auf Macht«. Durch den Verzicht »etwas zu sein« macht der Mensch Raum für sein Gegenüber. *Dé-crétation* als ein deutlich schöpferischer und den Nächsten zugewandter Akt nimmt auch die Erfahrung des Leidens, der Destruktion und der Passion in

sich auf. Heinsohn arbeitet dabei sowohl den Zusammenhang von *dé-crétation* und Kreuzestheologie als auch die Vermittlung hin zu einem Verständnis von *co-crétation* heraus. Ein asketischer Lebensstil wird als symbolische Repräsentation von *dé-crétation* verstanden, der das Paradox von Schöpfungsfreude und Leid reflektiert.

Pearly Usha Walters Beitrag »Christliche Askese in Indien« geht der Bedeutung asketischer Traditionen in Indien und ihrem Einfluss auf die christliche Religion sowie auf die Strukturierung der Gesellschaft nach. Nach einer Einführung in die Bedeutung christlicher Askese und christlicher Sadhus in Indien werden die aus dem Hinduismus stammenden asketischen Körperpraxen vorgestellt. Die asketische Praxis begründet sich in der Reinhaltung des mit vielfachen kulturellen Bedeutungen belegten Körpers durch Einhaltung bestimmter Essens- und Körperpflegeregeln sowie Kleidungs Vorschriften. Sie dient im Hinduismus dem Aufstieg in je weitere Stufen des spirituellen Weges, der in einem Rückzug aus allem Weltlichen gipfelt. Walter arbeitet die Zusammenhänge zwischen einer auf Abwertung des Körpers beruhenden Askesepraxis und dem Kastensystem Indiens heraus. Sie begründet, wie die asketischen Reinheitsregeln zu einer Reproduktion des Kastensystems beitragen und auch die christlichen Sadhus nicht von diesem System abweichen. Abschließend geht der Beitrag den Möglichkeiten einer an Gerechtigkeit ausgerichteten Praxis der Enthaltensamkeit und den konsumkritischen Potentialen asketischer Praxis nach.

Andrea Bieler betrachtet in ihrem Beitrag asketische Praktiken der Gegenwart. Mit Hilfe des Begriffs der »Körpertechniken« nähert sie sich dem Fasten als einem Phänomen, das sich nicht nur in religiösen Kreisen wieder zunehmender Beliebtheit erfreut. Dabei unterscheidet sie zuerst einmal zwischen Körpertechniken *coram Deo*, die auf eine Gottesbeziehung zielen, und solchen, die vorrangig individuelle Interessen wie z.B. eine gesunde Lebensweise, und solchen, die vorrangig ökonomiekritische Intentionen verfolgen. Sie zeigt auf, dass asketische Praxen der Moderne vermehrt multidimensionale Motivationen aufweisen, die in Variationen miteinander verknüpft werden. Nach einer Einführung in religionswissenschaftliche Theorien zu asketischen Alltagspraxen und ihren sozialen und religiösen Implikationen fragt der Beitrag nach den Dimensionen gegenwärtiger ritualisierter Praktiken des Verzichts. Dies erfolgt mittels einer Analyse der evangelischen Kampagne »7 Wochen Ohne«.

Elisabeth Hartlieb greift in ihrer abschließenden Reflexion noch einmal verschiedene Fragestellungen und Perspektiven auf, die die Autorinnen in ihren Beiträgen vorstellen, und vertieft diese in systematisch-theologischer und theoretischer Hinsicht. Sie diskutiert das Phänomen der Askese sowohl im Zusammenhang von individuellen Selbstoptimierungsbemühungen, als auch im globalen Kontext einer ökologisch begründeten Verzichtskultur. Hartlieb plädiert für ein evangelisches Verständnis von Askese als »unterbrechende Körperpraxis *coram Deo* (vor Gott)«. Diese könne als zeitgemäße Gestalt christlicher Glaubenspraxis verstanden werden, durch die zentrale Themen

des christlichen Glaubens nicht nur in ihrer kognitiven, sondern auch in ihrer affektiven und somatischen Dimension ausgedrückt werden können.

Die in diesem Band versammelten Beiträge decken die Vielfalt religiösen Nachdenkens über Verlust und Gewinn des Verzichts auf. Die Mannigfaltigkeit der Kontroversen zeigt, dass sich (religiöse) Askese niemals einfach nur auf Genuss- und Weltverzicht reduzieren ließ und lässt. Bei aller notwendigen und berechtigten Kritik an konkreten Formen und Praktiken fordert religiös verstandene Askese zur kritischen Reflexion der Frage auf, wovon und für wen »Weniger« eigentlich ein »Mehr« ist. Diese kritische und selbstkritische Haltung ist vielleicht der größte Beitrag, den religiöse asketische Traditionen für die Diskurse der Gegenwart beizutragen haben.

Wir danken allen Trägerinnen dieses Bandes und allen, die die Tagung durch die Diskussion bereichert haben. Für die Übersetzung des Aufsatzes von Pearly Usha Walter danken wir Gerlinde Baumann. Für die Unterstützung beim Korrekturlesen sei Florence I. Häneke und Birte Bernhardt gedankt, für die Textgestaltung Dorothee Schönau.

Ein herzlicher Dank gilt auch dem Förderverein »Theologie am Tor zur Welt« des Fachbereichs Evangelische Theologie in Hamburg, der die Durchführung der Tagung durch eine großzügige Unterstützung ermöglicht hat, sowie schließlich der Evangelischen Verlagsanstalt Leipzig für die gute Zusammenarbeit.

Amorgos, Berkeley, Hamburg und Marburg im Juni 2015

Andrea Bieler, Christine Gerber, Silke Petersen und Angela Standhartinger