

INHALT

<i>Vorwort</i>	9
<i>Die Bedeutung der Philokalie für das russische Frömmigkeitsleben, von Igor Smolitsch</i>	11
<i>Makarius der Große von Ägypten (4. Jahrhundert)</i>	
Aus den geistlichen Ansprachen	23
Aus der altägyptischen Spruchsammlung	28
<i>Evagrius Ponticus (4. Jahrhundert)</i>	
Spruchlehre über das Gebet	33
<i>Diadochus von Photike (5. Jahrhundert)</i>	
Aus der Hundertspruchlehre über die geistliche Vollkommenheit	47
<i>Markus der Einsiedler (5. Jahrhundert)</i>	
Über die, welche glauben, durch Werke gerechtfertigt zu werden	65
<i>Barsanuphius und sein Schüler Johannes (6. Jahrhundert)</i>	
Geistliche Belehrungen	69
<i>Isaak von Ninive (7. Jahrhundert)</i>	
Die Stufen der Reinigung	75
Übung in der Gegenwart Gottes	77
Der bessere Teil	79
Über das Gebet	80
Stufen des Gebetes	82
Sichere Führung durch das Gebet	86
<i>Johannes von der Leiter (7. Jahrhundert)</i>	
Das Gebet des Gottversenkten	87

<i>Hesychius vom Batos-Kloster (7.–8. Jahrhundert)</i>	
Über die geistige Nüchternheit und das Gebet	95
<i>Nicetas Stethatos (11. Jahrhundert)</i>	
Aus der zweiten Hundertsprachlehre . . .	115
<i>Nicephorus der Einsiedler (13. Jahrhundert)</i>	
Über die geistige Nüchternheit und die Bewachung des Gemütes	121
Aus dem Leben unseres hl. Vaters Antonius	124
Aus dem Leben des Wüstenvaters Agathon	125
Spruch des Simeon, des neuen Theologen .	126
Eine weitere geistliche Belehrung des Nicephorus	127
<i>Simeon, der irrtümlich der neue Theologe genannt wird (13. Jahrhundert)</i>	
Über die drei Arten zu beten	135
Die erste Art zu beten	136
Die zweite Art zu beten	137
Die dritte Art zu beten	139
<i>Gregor der Sinait (13.–14. Jahrhundert)</i>	
Über die Gottversenkung und das Gebet . .	147
Wie soll man beten	147
Über die Beherrschung des Atmens . . .	149
Gottversenkung und Psalmengebet . . .	150
Unterschiede in der Übung des Psalmengebetes	151
Über die Täuschungen	156
Belehrungen für die Gottversenkten	159
Beharrlichkeit in der Gottversenkung . .	159

Wie soll man beten	159
Wie man seinen Geist beherrschen lernt	160
Wie verjagt man die bösen Gedanken	162
Wie sollen wir die Psalmen singen	162
Warnung vor Irrwegen	165
<i>Theolept von Philadelphia (14. Jahrhundert)</i>	
Neun Sprüche über das Gebet und über das geistliche Leben	169
<i>Gregor von Thessalonich, bekannt unter seinem Namen Palamas (14. Jahrhundert)</i>	
Zur Verteidigung der Gottversenkung	175
<i>Anmerkungen</i>	187