

## Die acht Krankheiten (Laster) der Seele nach den Wüstenväter

1. **Gefräßigkeit, Völlerei** (Gastrimargia / gula)
2. **Unkeuschheit, Hurerei, Geilheit** (ständige Suche nach Erregung)  
(Porneia / luxuria)
3. **Geldgier, Geiz** (Philargyria / avaritia)
4. **Zorn, Eifer(sucht), Wut** (Orge / ira)
5. **Traurigkeit, Selbstmitleid, Beleidigtsein, Frust** (Lype / tristitia)
6. **Trägheit, Unlust, Gleichgültigkeit, Überdruss** (Acedia)
7. **Eitelkeit, Ruhmsucht, Geltungssucht** (Kendodoxia / inanis gloria)
8. **Überheblichkeit (Urteilen), Arroganz, Stolz** (Hyperephania / superbia)

### zum Beispiel: Völlerei (gastrimargia, gula)

#### **Erscheinungsformen**

Unersättlichkeit, nicht genug bekommen wollen (Fernsehen), Alkohol/ Zigaretten/ Tabletten; Fettmachende Speisen des Geistes: Zerstreuung, Zorn (als Befriedigung für den Moment), Neid, Eifersucht, eitle Ruhmsucht, Neugier

#### **Gedanken:**

„Das brauche ich unbedingt“

„Das muß ich haben. Wozu verzichten?“

krankhafte Angst vor Krankheit und um die Gesundheit, wenn ich verzichte  
Kreisen um leibliches Wohl und Wahrnehmen jedes Zipperleins

#### **Heilmittel:**

- Decke ich etwas zu, eine innere Leere (Frustessen...)?
- äußeres Maß: je individuell festlegen (Lebensgeschichte, Herkunft, Anfälligkeiten berücksichtigen)
- einfache Speisen: „Fleisch und Wein führen einen gebunden(er) weg“
- Meiden von (Über-)Sättigung; auf körperliches Bedürfnis hören
- Keine Exzesse in welcher Richtung auch immer: gleichmäßig (enthaltsam) leben
- Arbeit
- Blick auf Unwandelbares, Kontemplation

## Internetlinks zur weiteren Beschäftigung

Impulse nach Anselm Grün zu den 7 Hauptsünden

<http://www.erzdioezese-wien.at/site/glaubenfeiern/sakramentefeiern/beichteversoehnung/suenden>

Grundsätzliche Einführung und kurze Beschreibung der Laster

<http://jelinetz.com/2007/06/01/angelika-walser-sieben-todsunden-und-acht-laster/>

Ausführlicher Artikel mit Literaturangaben

[http://www.oessh.at/files/umkehr\\_konkret\\_-\\_umgang\\_mit\\_gedanken\\_gefuehle\\_und\\_stimmungen\\_-\\_original.pdf](http://www.oessh.at/files/umkehr_konkret_-_umgang_mit_gedanken_gefuehle_und_stimmungen_-_original.pdf)

Die Laster in der Kunst

<http://www.kunstdirekt.net/Symbole/allegorietugend.htm>

## Empfehlenswerte Bücher als Einführung

- Anselm Grün: Der Himmel beginnt in dir. Herder-Verlag
- Anselm Grün: Der Umgang mit dem Bösen. Vier-Türme-Verlag
- Michael Schneider: Der Lasterkatalog. Edition Cardo 38.
- Michael Schneider: Aus den Quellen der Wüste. Edition Cardo 91.
- Katharina Ceming: Ab in die Wüste! Mut zur Selbsterkenntnis – den Wüstenvätern abgeschaut. Kösel-Verlag
- Daniel Hell: Die Sprache der Seele verstehen (psychol. Zugang). Herder-Verlag
- Hans Conrad Zander: Als die Religion noch nicht langweilig war: Die Geschichte der Wüstenväter. Gütersloher Verlagshaus (Einführung WV)