

Die rol van voedsel en eetgewoontes in die asketiese spiritualiteit van Basilius van Sesarea, Evagrius van Pontus en Johannes Chrysostomus

Artemisa C. Rodrigues

Artemisa C. Rodrigues, Departement Bybelse en Antieke Studie, Universiteit van Suid-Afrika

Opsomming

Die oogmerk van hierdie artikel is om 'n vergelyking te tref tussen die sienings oor eetgewoontes, vas en die rol van voedsel van die kerkvaders Basilius van Sesarea (330–79 n.C.), Evagrius van Pontus (345–99 n.C.) en Johannes Chrysostomus (347–407 n.C.) en die rol wat dit in hul spiritualiteit gespeel het. Die studie handel dus oor die verband tussen voedsel, askese en spiritualiteit by hierdie antieke skrywers, en hoe hulle hul sienswyses, veral oor vraatsug, toegepas het in hul eie daaglikse omstandighede en die omstandighede van die mense aan wie hulle skryf. Daar word ook gevra of hedendaagse Christene steeds van hierdie antieke beginsels kan toepas in die uitlewing van hul spiritualiteit. Die studie toon dat al die skrywers vas, en ook vraatsug, aan die verhaal van Adam en Eva gekoppel het: om te vas was God se eerste geestelike bevel, en vraatsug een van die eerste oortredinge van die mens. Vraatsug word dus as 'n oersonde deur hierdie skrywers beskou. Verder word daar gewys dat vas, veral vir Basilius en Chrysostomus, nie verwys het na die algemene en algehele onthouding van voedsel en drank nie, maar meer na die beoefening van gematigdheid – selfs die monnike kon brood en sout eet. Al drie die Christelike skrywers se beginsels oor voedsel en eetgewoontes is gegrond op hul Grieks-Romeinse agtergrond en opvoeding, en hulle gebruik dikwels mediese en morele beginsels van die Grieks-Romeinse filosofie om hulle eie denke aan te vul, veral ten opsigte van die verhouding tussen voedsel en die gevare van seksuele drange en sedeloosheid.

Trefwoorde: asketisme; Basilius van Sesarea; Christelike spiritualiteit; Evagrius van Pontus; Johannes Chrysostomus; Patristiek; vas; voedsel; vraatsug

Abstract**The role of food and eating habits in the ascetical spirituality of Basil of Caesarea, Evagrius of Pontus and John Chrysostom**

The purpose of this article is to compare the views of Basil of Caesarea (330–79 AD), Evagrius of Pontus (345–99 AD) and John Chrysostom (347–407 AD) regarding food and eating habits and how these contributed to their understanding of spirituality. The study is interested in the relationship between food, asceticism and spirituality in the thought of these three authors, and the role of food and fasting (and by implication, gluttony) in the daily lives of their audiences. It also asks whether the views of these ancient authors are still applicable to modern-day Christian spirituality. Because of the breadth of the early Christian literary corpus, these authors are chosen based on the fact that they all wrote in Greek, and thus represent some section of the Eastern church, and, more importantly, because each one of them had to address an audience with a unique background. Basil's audience found themselves in the middle of a terrible famine that ravaged the region, while Evagrius's audience consisted mainly of monks. John Chrysostom addresses an audience somewhat similar to that of Basil, but one that is not suffering under famine. The article therefore explores the strategies of these authors to address the specific challenges of their audience and society at large.

This article's point of departure is that Christian spirituality is concerned with the "lived experience" of the Christian faith and believers. Food and eating (or not eating) are some of the fundamentals of human daily life. We structure our day around meals, and we are constantly concerned about how food impacts our health and social relationships. This means that the study of food and eating habits presents a fruitful opportunity for analysis within the scheme of Christian spirituality.

Norman Wirzba, in his book *Food and faith: A theology of eating* (2011:2), understands eating as a mystical experience: "Food is a holy and humbling mystery. Every time a creature eats it participates in God's life-giving yet costly ways, ways that simultaneously affirm creation as a delectable gift, and as a divinely ordered membership of interdependent need and suffering and help. Whenever people come to the table they demonstrate with the unmistakable evidence of their stomachs that they are not self-subsisting gods." Wirzba's remark on the link between spiritual experience, food and eating is foundational to the approach followed in this article.

The analysis examines early Christian spirituality more closely, particularly the type of spirituality that exemplified the respective contexts of Basil, Evagrius and Chrysostom. The type of spirituality that characterised Patristic thought is called ascetical spirituality. In other words, the experience of faith and the relationship with God are expressed in acts of self-renunciation and self-mortification – known in Greek as *askêsis* ("discipline"). The passions of the body must be controlled and brought under subjection of the soul and the will. The care and well-being of the body should not receive priority over the care of the soul, and the body should be in service of the soul and not vice versa. Food and eating habits played an important part in this regard, since the consumption of food – its quantity but also its quality (food types) – directly impacted the humours of the body, which in turn influenced the bodily temperaments and emotions. Self-control started, in essence, on the plate of food set before

the individual. Gluttony, in ancient medical thought, was consistently associated with excessive and shameful sexual lust and sexual immorality.

When looking at the role of food and eating habits in the ascetical spirituality of Basil, who writes in the context of famine, it becomes evident that the act of fasting was a service to society. By sharing one's food, one may save another from famine. Gluttony is determined by the relationship between the person eating and the person starving. Simply eating more than what is necessary to survive, in this context, was considered gluttony. According to Basil, if someone eats more than their share, while someone else is starving, it is not only gluttony, but akin to murder. In such severe famine, Basil proposed a very radical ascetical spirituality. Asceticism is not simply a spiritual exercise, but a saving measure for those in need, since food is shared among people of all classes. Fasting is therefore beneficial not only to the individual body, but also to the social body.

Evagrius is writing to monks who required practical advice for success in the monastic lifestyle. The analysis shows that food and eating habits were central to Evagrius's ascetical spirituality. Eating the right types of foods in the right quantities assisted the monk in ascending to spiritual heights and conquering the passions of the body. Fasting was also considered a form of protection against demons.

The majority of John Chrysostom's audience were not suffering under famine (despite the high levels of poverty in Antioch and Constantinople), nor were they monks who had renounced all family and social bonds. His audience had many wealthy individuals, and gluttony here was perhaps closer to modern ideas of the concept – some in his audience fit the image of the Roman symposiast who ate and wasted so much that it was shameful. Chrysostom was realistic about his expectations for his audience. He encouraged moderation – he knew that if he prescribed a strict and rigorous monastic diet, his audience would not follow it. But he also wanted to change their habits by introducing fasting as an important spiritual practice that should be performed regularly with moderation.

In conclusion, the article shows that each author constructed his views about food and eating habits (fasting and gluttony) contextually. The value of the views of these ancient authors, however, is seen in one overarching principle: when one eats one must think of the hungry. In a dynamic and practical spirituality, fasting must also have a social dimension. When one does not eat, one should share the food that would have been eaten. Fasting and responsible eating habits are then no longer self-centred spiritual practices, but a form of outreach that is based on empathy with the hungry and the needy.

Keywords: asceticism; Basil of Caesarea; Christian spirituality; Evagrius of Pontus; fasting; food; gluttony; John Chrysostom; Patristics

1. Inleiding

Die ontleding van die antieke Christelike spiritualiteit stel ons in staat om meer sinvol met hedendaagse praktyke van spiritualiteit om te gaan en hulle te verstaan (Waaïjman 2002:406–10).¹ Die doel van hierdie artikel is om 'n vergelykende blik te werp op hoe eetgewoontes, vas en die rol van voedsel verstaan is deur die kerkvaders Basilius van Sesarea (330–379

n.C.), Evagrius van Pontus (345–399 n.C.) en Johannes Chrysostomus (347–407 n.C.), en hoe dit tot hul spiritualiteit bygedra het. Ek stel dus belang in die verband tussen voedsel, askese en spiritualiteit by hierdie skrywers, en hoe hulle hul sienswyses toegepas het in hul eie daaglikse omstandighede en die omstandighede van die gehore aan wie hulle skryf of vir wie hulle preek, en of die moderne kerk steeds van hierdie antieke beginsels kan toepas in die uitlewing van Christelike spiritualiteit.

As gevolg van die breedvoerige aard van die korpus oor vroeg-Christelike literatuur en kulturele gebruike, is dit baie belangrik om bronne af te grens ten einde 'n sinvolle bespreking oor die saak te voer. Daarom fokus hierdie artikel slegs op skrywers wat in Grieks geskryf het en aan die Oosterse kerk behoort het. 'n Verdere punt wat beredeneer word, is dat voedsel, vas en die polemieë teen vraatsug onontbeerlik in die skep van vroeg-Christelike spiritualiteit was. Debatte oor deug en ondeug was dikwels toegespits op vraatsug – 'n ondeug wat byvoorbeeld deur Chrysostomus as 'n oersonde beskou is, aangesien Adam en Eva se eerste sonde die eet van die verbode vrug was (*Hom. Gen. 2.10*; in Hill 1999:128). Dit sal egter uit hierdie artikel blyk dat die dissipline van vas die hart van die vroeg-Christelike spiritualiteit laat klop het.

Die redes waarom hierdie drie skrywers gekies is, spruit voort uit die uniekheid van die kontekste waarbinne hulle kommunikeer. Evagrius van Pontus skryf in die besonder aan monnike wat die asketiese leefwyse aangeneem het (Shaw 1998:139–41), wat hom duidelik onderskei van Basilius en Chrysostomus. Hoewel Basilius en Chrysostomus se denke redelik ooreenstem, sien ons ook belangrike kontekstuele verskille by hulle. Die belangrikste verwysings vir Basilius kom uit sy preke wat hy gedurende tye van erge hongersnood gepreek het (Holman 2013). Chrysostomus preek nie binne hierdie agtergrond nie, maar preek eerder vir 'n gemengde gehoor (Mayer 2000:73–87) wat nie ten volle die monastiese leefwyse volg of in hongersnood verkeer nie. Chrysostomus wou 'n soort populêre vroomheid in Siriëse Antiogië skep en dit het riglyne oor voedsel en vas ingesluit (Brown 1988:309). Al die skrywers leef in die 4de eeu, wat dus ook die tydperk van die studie afgrens.

Die artikel is dus vergelykend in die sin dat dit konteks-sensitief is, aangesien konteks ook 'n uiters belangrike aspek is vir die konseptualisering van praktyke van spiritualiteit (Waaïjman 2002:41–2, 625–33). Hierdie benadering sal tot 'n beter insig bydra oor hoe voedsel en vaspraktyke die betrokke skrywers se spiritualiteit beïnvloed het. Die metodologie wat hier gevolg word, is 'n gekombineerde geskiedkundige en literêre ontleding – 'n benadering wat Hall (2011:102–7) sterk aanbeveel in die studie van antieke Christelike spiritualiteit. Die enigste studie wat tot 'n mate aansluit by die huidige ondersoek, is dié van Shaw (1998), hoewel laasgenoemde hoofsaaklik op die verband tussen vaspraktyke en seksualiteit fokus, sonder om indringende aandag aan spiritualiteit te skenk. Hoewel Shaw se werk baie tot die huidige ondersoek sal bydra, is daar dus 'n duidelike fokusverskil tussen die twee studies.

In hierdie artikel word die relevante primêre bronne van bogenoemde skrywers in hul literêre en kultuurgeskiedkundige kontekste ontleed en dan in verband gebring met die beskouing van die skrywers oor spiritualiteit en die beoefening daarvan. Eers ondersoek ek die tipe spiritualiteit wat ons by hierdie skrywers vind, met die vraag: “Wat is die aard, kenmerke en voorwaardes van spiritualiteit binne hierdie historiese omstandighede?” Die fokus hier sal in die besonder op asketiese spiritualiteit val. Dit word gevolg deur 'n ondersoek na die antieke sienswyses oor voedsel en vas, en die rol wat dit in die verhouding tussen liggaam en siel

vervul. Hierdie ondersoek skep die kultuurhistoriese agtergrond vir die volgende afdeling van die artikel, wat die denke oor voedsel, vas en spiritualiteit by Basilius, Evagrius en Chrysostomus ondersoek. Laastens skep hierdie artikel die ruimte vir 'n gesprek tussen die antieke sienswyses oor die rol van voedsel en vas in Christelike spiritualiteit, en hedendaagse insigte.

2. Voedsel, eetgewoontes en die liggaam in die asketiese spiritualiteit van die vroeë Christendom

Die praktyk en ervaring van eet (of nie eet nie, d.w.s. vas) is een van die algemeenste belewenisse van die menslike wese. My denke is in hierdie opsig hoofsaaklik beïnvloed deur Norman Wirzba, *Food and faith: A theology of eating* (2011). Wirzba sien die handeling van eet as 'n mistieke ervaring (as een wat oop is vir die studie van spiritualiteit) en ook as 'n ervaring wat ons as mense sosiaal en ekologies in die skepping inbed. Dit maak ons bewus van beide lewe en sterwe. Om te eet, kom altyd met 'n prys, soos Wirzba (2011:2) aandui:

Food is a holy and humbling mystery. Every time a creature eats it participates in God's life-giving yet costly ways, ways that simultaneously affirm creation as a delectable gift, and as a divinely ordered membership of interdependent need and suffering and help. Whenever people come to the table they demonstrate with the unmistakable evidence of their stomachs that they are not self-subsisting gods. They are finite and mortal creatures dependent on God's many good gifts: sunlight, photosynthesis, decomposition, soil fertility, water, bees and butterflies, chickens, sheep, cows, gardeners, farmers, cooks, strangers, and friends (the list goes on and on). Eating reminds us that we participate in a grace-saturated world, a blessed creation worthy of attention, care, and celebration. Despite what food marketers may say, there really is no such thing as "cheap" or "convenient" food. Real food, the food that is the source of creaturely health and delight, is precious because it is a fundamental means through which God's nurture and love for the whole creation are expressed.

Hierdie insiggewende en belangrike waarneming van Wirzba lê as 't ware die grondslag vir hierdie studie en vestig voedsel en vas as die kern van spiritualiteit. Dit gee dan ook sin aan die feit dat voedsel en vas ontsaglik belangrik was vir die vroeg-Christelike askete, en waarom die aard van voedsel en die daad van eet soms so belangrik was in die ontwikkeling van vroeg-Christelike teologie en etiek. Gepaard hiermee is die algemene fokus van vroeg-Christelike studies op die liggaam en beliggaming, wat aanleiding gee tot 'n spiritualiteit van "liggaamspraktyke" (sien byvoorbeeld Rousselle 1996; Shaw 1998; Brown 1988; hierdie studies fokus ook op voedsel, eet en vas met betrekking tot die liggaam). Die huidige stand van hierdie twee nouverwante dissiplines van Christelike spiritualiteit en vroeg-Christelike studies skep dus baie ruimte vir die ontleding van voedsel, eet en vaspraktyke, en hierdie studie beoog om die twee dissiplines nog nader aan mekaar te bring.

Noudat die geldigheid van die tema vir beide Christelike spiritualiteit en vroeg-Christelike studies bepaal is, kan ons die vroeg-Christelike spiritualiteit van nader beskou. Hoewel vroeg-Christelike spiritualiteit uiters uiteenlopend was, word dit hoofsaaklik as asketies beskou (Hall 2011:102–7).

Die antieke riglyne oor voedsel en vas kan volledig verstaan word slegs wanneer ons duidelikheid het oor waarna *askese* en *asketiese spiritualiteit* verwys. Die term *asketisme* word van die Griekse term *askêsis* afgelei, wat as “oefening, opleiding of afrigting” vertaal kan word. In die vroeg-Christelike konteks kan *askêsis* na die studie van die Skrif of liggaamlike dissipline verwys. Dit is ook as ’n tegniese term vir die kloosterlewe gebruik (Peters 2011:276). Christene wat hul liggame streng gedissiplineer het, het as askete bekend gestaan.

Die verhouding tussen asketisme en die kloosterwese (of monastisisme) is ingewikkeld (Harmless 2008:509–10) en vereis navorsing wat buite die bestek van hierdie artikel val. Dit is duidelik dat asketisme en die kloosterwese direk met mekaar verband hou. Hoewel alle monnike askete was, was alle askete nie noodwendig monnike nie. ’n Askeet kon steeds in die stad gewoon het en selfs getroud gewees het en ’n gesin gehad het. Dit was die geval met baie askete na wie Chrysostomus verwys (Brown 1988:305–22). Die term *monnik* is meer tegnies en kan na ’n persoon verwys wat aktief die rug op ’n gesinslewe gedraai het en dikwels selfs die samelewing verlaat het, op soek na ’n lewe van innerlike vrede en eenvoud. Die Griekse term vir *monnik*, naamlik *monachos*, verwys na iemand wat afgesonderd geleef het of selfs ’n kluisenaar was – in Siries word dit beskryf met die terme *ihidaya* (“afgesonderde een”) of *aksnaya* (“wandelaar” of “vreemdeling”) (Vööbus 1958:95–101). Monnike kon alleenlopers wees of saam in ’n klooster gewoon het.

Waaijman (2002:338) verduidelik dat *askêsis* in die Hellenistiese kultuur na die opleiding van atlete en soldate verwys; vir die filosowe was dit die sistematiese afrigting van die wil en die rede om by te dra tot die praktyk van vroomheid en selfbeheersing. Dieselfde begrippe word dikwels gebruik wanneer Christelike skrywers na die askete verwys – hulle was God se atlete en Christus se soldate (Mayer 2006:11–9). Hierdie Hellenistiese konsep het geredelik neerslag onder die vroeë Christene gevind. By die opleiding van atlete en soldate was die belangrik – hulle moes weet wat om te eet en wat om te vermy, terwyl veral atlete aangemoedig is om te vas (Shaw 1998:80). Waaijman (2002:338) noem verder dat *askêsis* die studie van spiritualiteit toelig, aangesien spiritualiteit, volgens hom, doelbewuste menslike inspanning vereis.

Askese het aan baie Christene besondere sin vir die lewe gegee. In die 4de eeu, die tydperk onder beskouing in hierdie studie, was martelaarskap vir vele nie meer ’n opsie nie (hoewel ketters steeds gemartel is). Brown (1988:xxi–xxix) toon dat asketisme en veral die kloosterwese eintlik vanuit martelaarskap ontwikkel het. Toe baie Christene nie meer martelare kon word nie, het hulle steeds ’n behoefte gehad om vir hul geloof te ly. Lyding was ’n grondliggende element van identiteit vir die eerste Christene (Perkins 1995:9–21). Toe die martelaarsarena egter nie meer as ’n opsie aan hulle gebied is nie, het hulle ander weë gesoek om hierdie lydingspiritualiteit uit te leef – dit is waar asketisme en die kloosterwese na vore kom. Toe Christene nie meer fisies in die arena kon sterf nie, het baie van hulle streng praktyke van selfverloëning begin beoefen. Hulle het as ’t ware daaglik hul liggame gekruisig om sodoende meer soos Christus te word. Te midde van baie ander praktyke, soos aanhoudende gebed, nagwake en die afswering van seksuele omgang, was vas een van die algemeenste praktyke van selfverloëning en die kruisiging van die vlees. Die ruimte van martelaarskap het nou geskuif vanaf die arena na die bord waarin voedsel voorgesit word, waar die Christene altyd met die gedagte van *imitatio Christi* moes eet en drink. Soos Wirzba, hier bo aangehaal, genoem het: voedsel en eet word kwessies van lewe en dood.

Maar waarom was voedsel en eetgewoontes so belangrik in die vroeg-Christelike asketisme? Om dit te verstaan, moet ons die verhouding tussen die liggaam en die siel in die antieke wêreld van naderby beskou. Dit is belangrik om kennis te neem dat die meeste antieke denkers, insluitende die meeste van die vroeë Christene, die siel as stoflik beskou het: hulle het geglo dat die siel van 'n ligter materie as die liggaam saamgestel is (Smith 2008:479–512). Martin (1999:11–2) tref 'n belangrike onderskeid tussen stoflikheid (of materialiteit) en liggaamlikheid: die siel is nie liggaamlik nie, maar stoflik, en slegs God is onstoflik en onliggaamlik. Omdat die siel stoflik is en saam met die liggaam geweef is, het die gesondheid van die siel 'n direkte impak op die gesondheid van die liggaam (Shaw 1998:27–78).

Basilius, Evagrius en Chrysostomus het geglo dat die siel stoflik is en dat die beheersing van die liggaam en sy drange, deur die siel, 'n mens se fisieke gesondheid kan beïnvloed (Mayer 2015:337–40). Die antieke mediese denkers was onder die indruk dat die liggaamlike vloeistowwe (of die humores), die elemente en die temperamentte van die siel mekaar direk beïnvloed het. Daarteenoor is die liggaam se vloeistowwe direk beïnvloed deur 'n mens se dieet (Jouanna 2012:335–60). Die wisselwerking tussen dieet, liggaam en siel is opmerklik en verklaar ook waarom voedsel en eetgewoontes direk verband gehou het met asketisme en spiritualiteit.

Dit was nie slegs die geval by die vroeë Christene nie, want Grieks-Romeinse filosofe was oor die algemeen baie besorg oor watter kosse hulle kon eet en wat hulle moes vermy. Om 'n filosoof te wees, het beteken dat 'n mens soos 'n goeie filosoof moes eet (Parry 2005:171–88). Die neo-Pythagoriaanse filosoof Iamblichus vertel die volgende oor Pythagoras, wat blykbaar 'n streng vegetariese dieet gevolg het: “'n Goed-geordende dieet dra grootliks by tot die beste opvoeding, so laat ons sy [Pythagoras se] reëls hieroor ondersoek ... Hy het alle winderige en steurende kosse verban en slegs die gebruik van kosse wat die liggaam laat rus en voed, aanbeveel en voorgeskryf.” Hierdie dieet het, volgens Iamblichus, “baie doelwitte, wat heilig, natuurlik en besorg oor die siel is”. Die doel van Pythagoras se aanwysings oor eetgewoontes was “om mense op die weg van deugsamheid te lei deur te begin met hul eetgewoontes” (*De vit. Pyth.* 24.106, 109; in Clark 1989:47–8).² 'n Filosoof is dus dikwels beoordeel (en veroordeel) op grond van die voedsel in sy bord. Die beheer van mense se dieet en eetgewoontes is geformaliseer deur die amptelike instelling van vasdae deur die kerk (in nabootsing van Joodse en Grieks-Romeinse gebruike; Holmes 2009:198).

Vraatsug is deur beide die Christene en sommige Grieks-Romeinse filosofiese skole veroordeel (sien veral die bespreking in Garnsey 1999:12–21). Die gevare van vraatsug was veelvoudig. Een van die grootste probleme was dat vraatsug, soos Shaw (1998) se navorsing toon, gelei het tot oormatige seksuele begeertes. Die rede hiervoor was, volgens antieke mediese kennis (sien Rousselle 1996:160–78), dat voedsel in die maag verwerk word en na die lewer gestuur word. Die lewer omskep dan die voedsel in bloed, wat in die liggaam ingevoer word. Die element wat gekoppel word aan bloed is hitte, en hoe meer bloed die liggaam het, hoe warmer word die liggaam en hoe meer saad (en dus seksuele lus) word geskep. Hierdie saad moet afgeskei word deur seksuele omgang (of masturbasie). Volgens geneeshere soos Galenus kon die probleem van liggaamlike hitte en lustigheid oorkom word deur koel en droë kosse te eet (elke voedselsoort het eienskappe wat verband hou met die verskillende elemente, soos ook blyk uit die bespreking van Pythagoras; sien ook Grant 2002:23–6). Rousselle (1996) en Shaw (1998) se studies wys op die noue band tussen eetgewoontes en seksualiteit in die antieke tyd, terwyl beide bewys dat Christelike askete net so besorg was oor dieet, voedselsoorte en eetgewoontes as 'n manier om seksuele lus te

bekamp. Vaspraktyke moet dus ook in hierdie konteks verstaan word. Dit was 'n dissipline wat die gees beïnvloed het deur die bemiddeling van die liggaam.

Die dinamiek tussen asketisme en eetgewoontes word sodoende gekenmerk deur 'n stryd met die liggaamlike begeertes van die mens, wat hierdie vorm van spiritualiteit dus baie dissiplinêr maak. Die struweling met die sondige liggaam het nie noodwendig beteken dat dit in sigself boos is nie. Dit was die sondige begeertes van die liggaam wat die probleem was.

Daar was wel enkele groepe onder die eerste Christene wat geglo het dat die liggaam wesenlik sleg en boos is. Een van dié groepe was die Manicheërs, wat aangevoer het dat die liggaam die skepping van 'n bose demiurg was en so min voeding as moontlik gegee moet word – en dit het in sommige gevalle aanleiding gegee tot uitermatige en selfs dodelike vaspraktyke (BeDuhn 2000:51–2). Vööbus (1958:31–6) lig ook die sogenaamde enkratiete (die selfbeheerstes) uit. Hulle filosofie was dat 'n mens se dieet so eenvoudig moet wees dat dit geen plesier vir die liggaam inhou nie. Hierdie groep was so teen die drink van wyn dat hulle water, en nie wyn nie, saam met die nagmaal gebruik het. Vööbus verwys verder na die werke van Tatianus as 'n voorbeeld van die streng riglyne van die enkratiete. Tatianus was bekend vir sy harmonie van die evangelies, genoem die *Diatessaron*; hierdie teks was baie invloedryk in die Oosterse kerk. Interessant genoeg: in die Ons Vader-gebed in die *Diatessaron*, waar die teks in Matt. 6:11 lees: “Gee ons vandag ons daaglikse brood”, lees die *Diatessaron*: “Gee ons vandag *U* daaglikse brood” (Vööbus 1958:34–6). Voedsel was dus as so onopbouend beskou dat die enkratiete nie kon glo dat 'n mens God vir fisiese brood moet vra nie – brood verwys, in hierdie konteks, eerder na die Skrif. Dit is 'n uitstekende voorbeeld van hoe 'n mens se ideologie oor voedsel en die liggaam sy of haar verstaan van die Skrif en uiteindelik asketisme kan beïnvloed.

Hierdie uiterste beskouinge was egter nie die norm nie. Soos ons binnekort sal sien, was gematigdheid belangrik wanneer dit gehandel het oor voedsel en eetgewoontes en selfs vaspraktyke. Hoewel die bogenoemde as algemene raamwerk gedien het vir die meeste antieke Christelike dieetriglyne, was die sosiale, kulturele en ekonomiese konteks waarbinne die raamwerk gefunksioneer het, baie belangrik. Hier onder volg nou 'n uiteensetting van hoe drie skrywers wat hierdie basiese raamwerk gedeel het, riglyne oor voedsel en eetgewoontes op 'n unieke manier voorgeskryf het.

3. Basilius van Sesarea se verband tussen voedsel en eetgewoontes, en armoede en hongersnood

Basilius was 'n invloedryke biskop in die stad Sesarea, tans in sentraal-Turkye, en ook (saam met Gregorius van Nyssa en Gregorius van Nazianzus) een van die drie bekende Kappadosiëse Vaders. Hy het ervaring in die kloosterlewe gehad en het later as 'n teoloog opgetree en was aktief betrokke in die Drie-eenheidsdebatte van die 4de eeu (Rousseau 1994:1–76). Die meeste van sy homilieë is geskryf binne die konteks van armesorg in 'n tyd van hongersnood, wat beteken dat hierdie homilieë tot 'n beter verstaan van die sosiale rol van voedsel, eetgewoontes en vas as geestelike praktyke kan bydra. Die konteks waarbinne die homilieë figureer, is die moeilike ekonomiese omstandighede van sy tyd. Basilius het natuurlik ook raad aan monnike gegee binne die konteks van die kloosterlewe. Hy was meer krities oor monnike wat alleen gewoon het en het voorgestel dat hulle saam in gemeenskappe

moet leef en altyd betrokke moet wees in intellektuele ontwikkeling en by die sorg van die armes (Comby 2004:82). Hieruit blyk duidelik dat Basilius se toegespitste monastiese diskoerse verband hou met die sorg van die armes.

Basilius se agste homilie, “Aangaande hongersnood en droogte” is ’n sorgwekkende uitspraak oor die verwoesting en swaarkry van hongersnood. Basilius verduidelik (*Fam. Sicc.* 8.1; in Comby 2004:109):

Van alle menslike swaarkry is hongersnood die grootste, en van sterwes is dít die pynlikste ... Honger is ’n stadige marteling, ’n uitgerekte pyn, ’n boosheid wat altyd teenwoordig is, ’n dood wat altyd daar is en altyd uitgestel is ... Die liggaam word loodkleurig as gevolg van die bleekheid en swartheid wat met hierdie lyding gepaard gaan ... Die oë trek terug in die kop, los in hul kaste soos droë neutte in hul doppe. Die maag is leeg, ingekrimp, vormloos, sonder inhoud. Die derms toon nie meer hul normale spanning nie, en die bene druk uit op die rug.

Dit blyk duidelik dat Basilius hier uit sy eie ervaring van hongersnood praat. Hy het mense daarvan gesien sterf en verwys waarskynlik na die hongersnood van 368 n.C. (Holman 2001:76–9). Hy spreek hom uit teen die opgaar van graan en ander kosse gedurende hierdie tyd – dit lyk asof die rykes dit gedoen het sodat hulle beter pryse vir hul produkte kon kry. Basilius verduidelik dat wanneer sulke mense wat voedsel het, eet terwyl die armes om hulle van die honger vergaan, hulle hulle skuldig maak aan vraatsug, al eet hulle slegs ’n handjievol. Vraatsug word dus hier nie deur die oormatige hoeveelheid voedsel wat ’n mens eet, bepaal nie, maar deur die hoeveelheid voedsel wat die mens eet in verhouding tot ander wat nie voedsel het nie. Basilius moedig sy mense aan (*Fam. Sicc.* 8.1; in Comby 2004:109): “Is jy arm? Daar is ander wat armer is as jy. Het jy net twee dae se voedsel? Hulle het net genoeg vir een dag. Wees goed en barmhartig, en deel wat jy het met die behoeftiges.”

Om onder sulke moeilike omstandighede te eet sonder om te deel, is nie gelyk net aan vraatsug nie, maar ook aan moord, soos Holman (2001:88) dit beskryf: “The starving body in Basil’s *Homily* 8 has religious and social value as a body and particularly as one suffering an injustice comparable to homicide.” Basilius bring vraatsug onder hierdie spesifieke omstandighede in direkte verband met moord. Hongersnood het dus nie net die individuele liggaam vernietig nie, maar ook die sosiale – en dieselfde geld vir vraatsug. Vraatsug breek die bande van menslikheid wat die samelewing bymekaar behoort te hou, af. Wanneer Basilius sy mense aanspoor om voedsel uit te deel en te vas, gaan dit oor die gesondheid van die individuele liggaam, asook oor die gesondheid van die sosiale liggaam. Dit blyk dus duidelik dat vraatsug by Basilius nie net die handeling van ooreet bevat nie (dit is dus nie net ’n eetgewoonte nie), maar dat dit in die eerste plek ’n gemoedsingesteldheid is.

Basilius het geglo dat vraatsug die allerverskriklikste ondeug is. Dit is te verstane in die lig daarvan dat hy mense gesien feesvier het terwyl ander besig was om van die honger te sterf. In sy *Asketikon* (in Garnsey 1999:96) gebruik hy besproeiing as ’n metafoor om die gevolge van vraatsug uit te lig: “Soos die aard van water wat deur baie vore vloei die hele gebied rondom die vore benat, so ook is die sonde van vraatsug. As dit uit die hart vloei, benat dit die hele verstand en laat ’n woud van boosheid in jou groei en maak jou siel ’n hool vir ongediertes.” Vraatsug is die water wat sonde in die siel laat groei. Basilius sê verder dat God se eerste bevel aan Adam en Eva was om te vas en hulself te weerhou van voedsel. Basilius verduidelik: “As Eva van die boom gevas het, was dit nie nou nodig vir ons om te vas nie”

(*Ieiun. hom.* 1.3; in Holman 2013:59). Vas is dus reeds in die tuin voorgeskryf en daarom is vas ook nodig vir belydenis: “Ons het uit die paradys geval omrede ons nie gevas het nie, so laat ons nou vas sodat ons daarheen mag terugkeer” (*Ieiun. hom.* 1.3–4; in Holman 2013:60–1). Hy het verder geglo dat “die begeerte na voedsel ongehoorsaamheid veroorsaak het, en die genot van smaak ons uit die paradys gewerp het” (*Oct. spir. mal.* 1; in Holman 2013:129).

Om te vas het dus sosiale en ook godsdienstige voordele ingehou. Die doel van die lewe van askese was om na die oorspronklike toestand van menswees, soos in Eden voor die sondeval, terug te keer. Veral vir Basilius het dit beteken dat ’n mens die gepaste gedrag in sy tyd, naamlik om te vas, moes naboots. Volgens hom was dit ironies dat die wêreld juis as gevolg van vraatsug van honger gesterf het. Hy het geglo dat wyn, diereoffers en die eet van vleis nie deel was van die lewe voor die sonde nie – hierdie gebruike is veral eers na die sondvloed ingestel (Shaw 1998:177). Die gebruike was nie in sigself boos nie, aangesien God dit aan die mens geskenk het (anders as wat die Manicheërs, byvoorbeeld, geglo het), maar die gebruike was ook nie ideaal nie. Vas word daarom beskou as utopies, maar vraatsug as distopies. God het vleis na die sondeval by die mens se dieet gevoeg en daarom dwing Basilius nie sy gehoor om vegetariërs te wees nie (soos sommiges wel gedoen het – Shaw 1998:167–71), maar as mense nader aan die ideale lewe wil kom, moet hulle verkieslik slegs vrugte en graankosse te eet (*Hom. struct.* 2.6–7; in Shaw 1998:178).

Basilius veroordeel nie enige spesifieke tipe voedsel nie, maar hy vergelyk wel die dieet van die paradys met die begeerte om lekkernye te eet: “Aangesien ons nie meer die boom van die lewe sien nie, of ons verheerlik in daardie skoonheid van Eden nie, is daar van toe af slagters en bakkers en ’n verskeidenheid van pasteie en geurige kosse aan ons gegee vir ons genot, en sommige van dié kosse troos ons vir ons val uit daardie plek” (*Hom. struct.* 2.7; in Shaw 1998:178). Dit is interessant dat Basilius hier, vir alle praktiese doeleindes, verwys na ’n *emosionele etery*: “Ons eet om te vergeet van die sondeval.” Tog is hy nie positief oor hierdie tipe eetgewoonte nie. Hy sê dat “as jy jou maag beheer, sal jy in die paradys leef, maar indien nie, sal jy ’n slagoffer van die dood wees” (*Renun.* 7; in Holman 2013:45). Basilius waarsku Christene dat hulle nie “slawe” van vleis en wyn moet word nie en net genoeg moet eet om gesond te bly – maar hy is nie soos die enkratiete wat voedsel by verstek afwys nie, maar het wel, volgens Grimm (1996:188), “a denial of the pleasant things, ordained, out of motive of piety, towards the purification of the tendencies of the flesh” (’n ontsegging van die aangename dinge, wat bevestig is, vanuit die beweegrede van vroomheid, na die loutering van die drange van die sondige liggaam) aangespoor.

In die asketiese spiritualiteit van Basilius was vas dus ’n gemeenskapsdiens – deur te vas en ’n mens se voedsel te deel, kan ’n mens ander van hongersnood red (Holman 2013:10–5). Vraatsug word bepaal deur die verhouding van die persoon wat eet met die persoon wat honger ly. Wirzba (2011:2–3) se “koste” van eet is hier duidelik: Basilius sê dat as ’n mens meer eet as wat nodig is, as iemand eet terwyl ander sterf van die honger, is dit so goed soos moord. Basilius se spiritualiteit van eet is baie radikaal. Vas word ’n geestelike plig wat beoefen word met volle kennisname van ander mense se pyn en swaarkry. Vas mag nooit in diens van die individu wees nie; dit mag nie selfsugtig wees nie. ’n Mens moet nie vas slegs ter wille van die vas self nie, maar vas moet gebruik word as ’n manier om na die armes uit te reik. Vas bring ook gesondheid vir die individu se liggaam en siel en herstel dus die sosiale liggaam. In hierdie verband, en veral in die huidige konteks van armoede in Suid-Afrika, is Basilius se woorde steeds baie relevant: wanneer ons onself voed, is daar ook die verpligting op ons om ander te voed.

4. Evagrius van Pontus aangaande voedsel en eetgewoontes in die monastiese konteks

Evagrius van Pontus was een van die leerlinge van Basilius van Sesarea. Na 'n aantal persoonlike probleme het Evagrius as 'n monnik in Egipte gaan bly, waar hy as geestelike leier vir ander monnike opgetree het (Drobner 2007:372). Onder die werke van Evagrius, wat Bybelkommentare en monastiese redevoerings insluit, staan die *Antirrhetikos* (hoe om demoniese aanslagte te hanteer), die *Praktikos* (praktiese riglyne vir spiritualiteit), *Eulogios* (aangaande deug en ondeug), en die *Logismos* (hoe om 'n mense se denke te beheer) uit as meesterwerke. O'Laughlin (1992:528–9) het opgemerk dat een van die uitdagings van die studie van Evagrius is dat “he was both a theologian and a teacher of monasticism; as such, he produced a varied corpus of literature, ranging from simple ascetic observations to esoteric theological speculation.” Die monastiese lewe het vir Evagrius vryheid van drange en 'n groei in kennis beteken. Hierin is hy uniek vir hierdie studie, juis omdat hy spesifiek aan monnike raad gee. Evagrius gee ons dus die geleentheid om raad aangaande voedsel en eetgewoontes tussen monnike en gewone gelowiges, soos in die geval van Basilius en Chrysostomus, te vergelyk. Hy is besorg oor sy monastiese gehoor se daaglikse stryd teen bose gedagtes en demone en die beoefening van suiwer gebed. Evagrius is dus van groot hulp by 'n beter verstaan van die rol wat voedsel en eetgewoontes in die monastiese konteks vervul het.

In sy lering oor deugzaamheid verwys Evagrius na agt gevaarlike ondeugde wat gekoppel is aan die denke, wat tot versoeking lei (hierdie agt was ook die voorgangers vir die latere formuleringe van Johannes Cassianus en Gregorius die Grote se bekende sewe dodelike sondes; Demacopoulos 2015:13–52). Hierdie ondeugde was vraatsug, sedeloosheid, hebsug, ongelukkigheid, woede, rusteloosheid, ydelheid en hoogmoed. Elke ondeug het ook 'n teenoorgestelde deug gehad en deur die beoefening van hierdie deug is die ondeug oorwin. Evagrius se deugde was geloof, eerbied aan God, weerhouding, standvastigheid, hoop, lusteloosheid, liefde, kennis, teologie en geluk (Drobner 2007:367). Evagrius het na hierdie agt beginsels van asketiese etiek verwys as denke of gedagtes (*logismoi*).

Onder die ondeugde het vraatsug egter weer eens as die allerverskriklikste ondeug uitgestaan. Vraatsug word deur Evagrius beskou as 'n siekte van die siel wat baie gevolge vir die liggaam dra. Hierdie ondeug kan ook deur fisiese metodes en dissiplines oorkom word (Shaw 1998:130). Evagrius (*Vit. opp. virt.* 2; in Shaw 1998:129) skryf: “Vraatsug is die allerverskriklikste lus, die voedsel vir bose gedagtes, laksheid gedurende vastye, 'n hindernis vir askese, vreeslik vir die morele lewe.” Een van die uitdagings wat Evagrius moet aansny, is seksuele lus, en hier word dit duidelik dat hy, soos by die Grieks-Romeinse mediese raamwerk, vraatsug aan seksuele lus gebind het (Shaw 1998:131). Dit was 'n baie groot probleem vir monnike, aangesien die beheer van seksuele denke, en veral drome, aan die orde van die dag was (Rousselle 1996:141–78). By Evagrius is vraatsug baie anders as wat dit by Basilius is. 'n Paar ekstra stukkies groente by 'n monnik se maaltyd van brood, sout en water kon beskou word as vraatsug. Vir Basilius was vraatsug om te eet terwyl ander honger was, terwyl Chrysostomus (soos dit nog gestel sal word) vraatsug beskryf het met mense wat hulself amper dood geëet het – só dat hulle moes braak om verder te kan eet (Shaw 1998:131–3). Sinkewicz (2003:xxvi) stel: “For monks, who ate only one meal a day, which frequently consisted of no more than dry bread with water and, occasionally, a little olive oil, the thought of gluttony was not a temptation to bulimic excess, but rather a stirring of anxiety over the body's health and well-being or, more simply, a feeling of boredom with an unvaried diet.” Evagrius skryf (*Prakt.* 1.7; in Sinkewicz 2003:98): “Die gedagte aan vraatsug toon vir

die monnik die spoedige verval van sy askese. Dit beskryf vir hom sy maag, sy lewer en milt, watersug en uitgerekte siekte, die skaarsheid van wat benodig word en die afwesigheid van geneeshere. Dit herinner hom gereeld aan ander broers wat onder hierdie lyding gesterf het.”

Evagrius verstaan vraatsug as ’n houding wat behep is met die welstand van die liggaam, en in sy gnostiese denkraamwerk (Konstantinovsky 2009:14–21) was so ’n selfsugtige besorgdheid oor die gesondheid van die liggaam onaanvaarbaar. Daar is raakpunte met Basilius – Basilius het ook gevoel dat die individuele liggaam nie te hoog geag moes word nie. Basilius was egter meer besorg oor die gesondheid van die liggaam, veral die sosiale liggaam. Dit is hier waar die verskil tussen die twee na vore kom. Die monnik moes, volgens Evagrius, alle kommer oor die liggaam opsy sit en fokus op die vernuwing van die denke en die gees. Hier moet ook in gedagte gehou word dat sommige kluisenaars nie altyd toegang tot direkte mediese sorg gehad het nie – veral nie diegene wat buite die kloosters geleef het nie. Gesondheidsprobleme as gevolg van wanvoeding kon die monnik depressief maak, wat dit vir hom broodnodig gemaak het om al agt deugde in harmonie te beoefen – dit vorm die leitmotiv van veral die *Praktikos* en *Eulogios*. Verveeldheid was ook ’n gevaar vir die askeet. Om dieselfde voedsel elke dag te eet, het beteken dat die monnik ander tegnieke moes inspan om gelukkig te wees en teen die vervelige monastiese dieet te waak.

Evagrius noem ook dat monnike versigtig moet wees om nie hoogmoedig te raak wanneer hulle daarin slaag om volgens streng askese te leef nie. Die monnik moes hierdie moeilike geestelike balans behou. Evagrius het gedagtes oor voedsel en eet direk ook aan die teenwoordigheid en invloed van demone gekoppel. Terwyl hy oor gebed onderrig gee, skryf hy (*Orat.* 50; in Sinkewicz 2003:198): “Waarom wil die demone ons tot vraatsug, sedeloosheid, hebsug, woede, verwyd en ander drange dryf? Sodat die verstand daardeur afgestomp (‘dik’) word en ons dus nie kan bid nie. Want wanneer irrasionele drange na vore kom, laat dié nie die verstand toe om deur die rasonale beweeg te word en die Woord van God te soek nie.”

Denke oor vraatsug en voedsel word dus demoniese tegnieke om die monnik se verhouding met God te versteur. Dit “verdik” die rede (net soos vraatsug die liggaam vet maak) en word ’n struikelblok vir effektiewe gebed. Dit stimuleer ook die irrasionele deel van die mens, die dierlike deel – die sondige liggaam en sondige natuur. Voedsel en eetgewoontes is dus hoegenaamd nie randstandig in die spiritualiteit en asketiese dissipline van die monnik nie – eintlik vorm dit die kern van ’n suksesvolle monastiese en asketiese leefwyse. As die monnik die regte kosse eet, sal hy beter bid en sal sy siel hoër styg, na die hoogtes van God. Vir Evagrius het vas en die korrekte eetgewoontes die sukses van ’n mens se spiritualiteit bepaal en terselfdertyd as beskerming teen demone gedien.

Dit is daarom duidelik dat binne die denkraamwerk van Evagrius, voedsel en eetgewoontes in geen sin randstandig tot die spiritualiteit van die monnik was nie. In wese het die kennis om die versoeking van voedsel te weerstaan en om te kies watter voedsel om te eet en wat om te vermy, die grondslag gevorm van monastiese spiritualiteit, waarsonder die siel van die monnik nooit in staat sou wees om geestelik op te styg na die hoogtes van God en met die Logos te verenig nie. Vir Evagrius was dit tot ’n groot mate voedsel wat die groei en sukses van ’n mens se spiritualiteit bepaal het en wat as beskerming teen die demone gedien het.

6. Johannes Chrysostomus se raad aangaande voedsel en eetgewoontes binne die elite stedelike konteks

Chrysostomus was nie net 'n vurige aanhanger van askese nie, maar ook 'n baie gewilde prediker en apologet in Antiogië en het later die biskop van die groot en belangrike stad Konstantinopel geword. Die Westerse kerk het Chrysostomus, Athanasius, Basilius en Gregorius van Nazianzus aangewys as die vier groot leermeesters (*doctores*) van die Ooste (Drobner 2007:249). Na sy dood het Johannes die noemnaam *Chrysostomus* gekry, wat met *goue mond* vertaal kan word – die rede daarvoor was natuurlik sy merkwaardige vaardighede as 'n spreker. Die meeste van sy werk is preke oor die boeke van die Bybel. Sy gehoor het verskil van dié van Basilius – hulle was nie in die midde van 'n hongersnood nie (alhoewel daar baie armoede in die stad was). Hy preek ook nie, soos Evagrius, aan 'n uitsluitlik monastiese gehoor nie. Sy gehoor is gemeng, maar het meestal bestaan uit welvarende mense wat in elite huise grootgeword en gewoon het (Mayer en Allen 2000:1–9).

Chrysostomus was nie 'n professionele geneesheer nie, maar hy toon wel gevorderde insig in die mediese wetenskap en gebruik, op 'n eklektiese wyse, die sienswyses van verskeie antieke mediese skole. Hy is veral beïnvloed deur Galenus se denke (De Wet 2015:261–2; Mayer 2015:337–41). Die onderwerp van gesondheid is baie algemeen in Chrysostomus se werke en hy spoor dikwels maagde en gewone gelowiges aan om luukshede en vraatsug te vermy deur op die risiko vir 'n mens se gesondheid te wys. Volgens hom het vraatsug hoofpyn, jig, ongebalanseerde liggaamsvloeistowwe, spanning, maagkwale, lighoofdigheid en selfs blindheid (*Hom. Gen. 10.5*; in Hill 1999:130–31) tot gevolg.

Bowenal het vraatsug geestelike gevare ingehou. Soos Basilius en Evagrius, het ook Chrysostomus vraatsug beskou as die eerste sonde wat Adam en Eva gepleeg het. Die eerste bevel wat God aan Adam gegee het, was om hom te onthou van die vrug van die boom van die kennis van goed en kwaad (*Hom. Gen. 1.6*; Hill 1999:23): “Onthou dat toe God in die begin die mense geskape het, het hy geweet dat hulle 'n besondere behoefte vir hierdie geneesmiddel van die siel [d.i. vas] vir hul saligheid gehad het en dus het hy reg aan die begin vir die mens die bevel gegee om nie van die boom te eet nie [sien *Gen. 2:16–7*].” Chrysostomus glo ook verder dat om te vas, nie slegs beteken om te vas van voedsel nie, maar ook om weg te bly van sonde (*Hom. Gen. 1.2* en *1.4*; in Hill 1999:22–3, 180–1). Vas was dus 'n leefwyse – die begin van die ontseggings van die slegte gewoontes en die drange van die sondige natuur (McKnight 2009:108). Chrysostomus redeneer soos volg (*Hom. Stat. 3.11*; in Stephens 1889, geen bl.nr.): “Moet nie net jou mond laat vas nie, maar ook die oog en die oor en die voete en die hande en al die dele van ons liggame. Laat die hande vas deur rein van hebsug en diefstal te wees. Laat die voete vas deur op te hou om na onaanvaarbare vertonings te hardloop ... Laat die mond ook van skandelige gesprekke en geskreue vas.” Chrysostomus stel die praktyk van vas hier as die kern van die deugsame lewe. Wanneer 'n mens leer om te vas, leer 'n mens ook om al die ander deugde te beoefen. Chrysostomus se raad is dus eties en allesomvattend wat betref vas en die vermyding van vraatsug. Die implikasie is dat mense wat nie hul eetgewoontes kan beheer nie en vrate is, hulself ook maklik in ander drange uitermatig sal geniet tot die vernietiging van die individuele en sosiale liggaam.

Soos Basilius sien ook Chrysostomus die praktyk van vas en die ondeug van vraatsug as sosiale probleme. Vas moet nooit beoefen word as 'n hoogmoedige en selfsugtige praktyk nie. Vas beteken om jou te onthou van voedsel sodat ander genoeg sal hê om te eet. Vas is

dus nie net 'n inwendige geestelike oefening nie, maar ook 'n sosiale plig en 'n manier om uit te reik na dié wat in nood is. Dit is 'n belangrike waarneming, aangesien dit beteken dat hierdie “sosiale vas” nie net 'n noodmaatreeël was in tye van hongersnood nie, soos ons by Basilius gesien het, maar dat dit eintlik die algemene beginsel van die deugsame lewe, ten spyte van die beskikbaarheid van voedsel, was. Vas word by Chrysostomus 'n pedagogiese strategie vir die aanleer van deugsamheid.

Vas het die kern van Chrysostomus se spiritualiteitsleer gevorm. Saam met vas het hy ook sy gehoor aangemoedig om nagwake te hou en nie te veel te slaap nie (*Hom. Act.* 36.1; in Walker e.a. 1889, geen bl.nr.; sien ook Farré-i-Barril 2012:217–25). Hy het sy gehoor, veral die maagde, aangemoedig om hulle nie te verlustig in seksuele begeertes en onrein denke nie – 'n aansluitingspunt met Evagrius – aangesien hy geglo het dat seksuele omgang nie in die tuin van Eden plaasgevind het nie. Weer eens is die verband tussen eetgewoontes en seksualiteit duidelik. Omrede daar onthouding van voedsel in die tuin was, was daar ook seksuele onthouding (sien byvoorbeeld die gesprek in *Virg.* 40.1–4; in Shore 1983:59–61; hier praat Chrysostomus spesifiek met die maagde in sy gemeente). Chrysostomus was van mening dat as 'n mens iemand kan leer vas, jy 'n persoon ook kan leer om haar maagdelikheid te behou.

Chrysostomus was egter ook realisties ten opsigte van sy verwagtinge van sy gehoor. Hy het besef dat hulle nie monnike is nie en wou hulle ook nie afskrik van die praktyke van askese nie. In hierdie opsig het Chrysostomus sy gehoor geleer om matigheid voor oë te hou. Hy sê: “Geniet jul baddens, die voedsel op jul tafels, jul vleis en wyn in matigheid – julle kan eintlik alles geniet, maar bly weg van die sonde. En wanneer is iets sonde? Wanneer daar geen matigheid en geen selfbeheersing is nie” (*Hom. Eph.* 13.3; in Alexander 1889, geen bl.nr.; sien ook Grimm 1996:190). Hy moedig mense aan om te vas sonder om voedsel en drank te vermy, maar om op so 'n wyse te eet dat hulle vraatsug en dronkenskap vermy. Dit is dus uiters belangrik om te verstaan dat vas vir vroeë Christene soos Chrysostomus nie beteken het dat 'n mens geheel en al moes wegbly van voedsel nie. Slegs sekere kosse is vermy en vas het meer gegaan oor die genoegsaamheid en mededeelsaamheid van die maaltyd. Dit was nie 'n wedywing om te kyk hoe lank iemand volledig kon wegbly van voedsel af nie. Chrysostomus was slim deur gematigde askese aan te beveel – dalk het hy hierdie standpunt uit persoonlike ervaring aangeleer. Volgens oorlewering het hy, nadat hy teruggekeer het van die monastiese lewe buite Antiogië, vreeslik met maagkwale gesukkel, juis omdat hy so uitermatig gevas het (Kelly 1998:97).

7. Gevolgtrekking: Die waarde van antieke beginsels oor voedsel en eetgewoontes vir hedendaagse spiritualiteit

In hierdie artikel het ek getoon dat al drie die skrywers – Basilius, Evagrius en Chrysostomus – voedsel, vas en eetgewoontes as sentraal vir 'n deugsame lewe beskou het. Vas was nie net nog 'n geestelike dissipline nie – dit was *die* geestelike dissipline wat 'n mens geleer het hoe om al die ander deugde te beoefen. Al die skrywers het vas, en ook vraatsug, aan die verhaal van Adam en Eva gekoppel: om te vas, was die eerste geestelike bevel van God, en vraatsug een van die eerste oortredinge van die mens. Vraatsug funksioneer dus as 'n oersonde vir hierdie skrywers. Vas het, veral vir Basilius en Chrysostomus, nie verwys na die algemene en totale onthouding van voedsel en drank nie, maar meer die beoefening van gematigheid –

sels die monnike kon brood en sout eet. Al drie die Christelike skrywers se denke oor voedsel en eetgewoontes is gebaseer op hul Grieks-Romeinse agtergrond, en hulle gebruik dikwels mediese en morele beginsels van die filosofie om hulle eie denke aan te vul, veral in terme van die verhouding tussen voedsel en die gevare van seksuele drange en sedeloosheid.

Ten spyte van die belangrikheid van vas en die vermyding van vraatsug het elke skrywer sy eie unieke sienswyse hieroor getoon. Vir Basilius en Chrysostomus, wat in die stedelike gebiede gepreek het, het vas en vraatsug besondere sosiale kwaliteite gehad. In 'n tyd van hongersnood was vas 'n manier om iemand se lewe te red, en is vraatsug basies gelykgestel aan moord. Sienswyses oor voedsel en eetgewoontes is dus kontekstueel bepaal, maar matigheid was 'n algemene riglyn. Evagrius se monastiese riglyne was die strengste en het monastiese besorgdheid oor die liggaam geïntegreer.

Het hierdie antieke Christelike sienswyses steeds waarde vir die Christelike spiritualiteit van vandag? Hoewel ons die tekste wat in behandeling geneem is, altyd in konteks moet lees, moet ons verstaan dat daar ook, soos met die Bybel, hermeneutiese prosesse is waardeur 'n mens hierdie tekste toepaslik kan maak. Tog meen ek, met hierdie waarskuwing in gedagte, dat daar beginsels is wat vandag nog toepaslik kan wees vir die spiritualiteit. Die praktyk van vas moet nie net verstaan word as 'n inwendige geestelike dissipline of 'n wedywering teen drange nie. Vas is 'n vorm van uitreik. Inderwaarheid is dit nie moontlik om te vas, in die antieke sin van die woord, sonder om uit te reik na dié wat honger is nie. Vas kan dus dien as 'n algemene beginsel vir sosiale uitreiking – 'n spiritualiteit waar ons leer om met ander te deel, nie net voedsel nie, maar empatie, want wanneer daar gevas word, beleef die individu dieselfde honger wat die armes beleef. So 'n lewensgerigtheid is uiters belangrik, veral in 'n Suid-Afrikaanse samelewing waar die skeiding tussen ryk en arm so groot is. Eetgewoontes kan ons baie van onself en ander leer. In ons moderne samelewing word daar tereg sterk klem gelê op die verband tussen eetgewoontes en persoonlike gesondheid (byvoorbeeld die Banting-dieet, die “punte” wat die mediese skemas gee wanneer jy gesonde kosse koop, ens.). Die sosiale plig van elkeen om te eet met ander mense in gedagte en in die hart ontvang egter nie naastenby genoegsame reliëf nie. Dit bring ons weer eens terug na Wirzba se stelling: om te eet kos iets en die praktyk van eet, die smaak van voedsel, is 'n mistieke en goddelike ervaring – een wat van binne na buite moet beweeg. Vas en verantwoordelike eetgewoontes word dan nie 'n esoteriese praktyk vir mense wat hulself wegsluit in kloosters of kerke nie, maar 'n sosiale aksie wat die nood, swaarkry en behoeftes van ander op 'n eg empatiese wyse in ag neem.

Bibliografie

Alexander, G. 1889. St. John Chrysostom: Homilies on Ephesians. In Schaff (red.) 1889.

BeDuhn, J. 2000. *The Manichaean body: In discipline and ritual*. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press.

Brown, P. 1988. *The body and society: Men, women, and sexual renunciation in early Christianity*. New York: Columbia University Press.

Cave, D. en R. Sachs Norris (reds.). 2012. *Religion and the body: Modern science and the construction of religious meaning*. Leiden: Brill

Clark, G. (red.). 1989. *Iamblichus: On the Pythagorean life*. Liverpool: Liverpool University Press.

Comby, J. 2004. *How to read church history: From the beginnings to the fifteenth century*. New York: Crossroad.

Demacopoulos, G.E. 2015. *Gregory the Great: Ascetic, pastor, and first man of Rome*. Notre Dame, IN: University of Notre Dame Press.

De Wet, C.L. 2015. *Preaching bondage: John Chrysostom and the discourse of slavery in early Christianity*. Oakland: University of California Press.

Drobner, H.R. 2007. *The fathers of the church: A comprehensive introduction*. Peabody, MA: Hendrickson.

Farré-i-Barril, N.M. 2012. Sleep deprivation: Asceticism, religious experience and neurological quandaries. In Cave en Sachs Norris (reds.) 2012.

Garnsey, P. 1999. *Food and society in classical antiquity*. Cambridge: Cambridge University Press.

Grimm, V.E. 1996. *From feasting to fasting, the evolution of a sin: Attitudes to food in late antiquity*. Londen: Routledge.

Hall, C. 2011. Ancient Christian spirituality (AD 100–600). In Scorgie (red.) 2011.

Harmless, J.W. 2008. Monasticism. In Harvey en Hunter (reds.) 2008.

Harvey, S.A. en D. Hunter (reds.). 2008. *The Oxford handbook of early Christian studies*. Oxford: Oxford University Press.

Hill, R.E. (red.). 1999. *St. John Chrysostom: Homilies on Genesis 1–17*. Washington, DC: Catholic University of America Press.

Holder, A. (red.). 2011. *The Blackwell companion to Christian spirituality*. Malden, MA: Blackwell.

Holman, S.R. (red.). 2013. *Saint Basil the Great: On fasting and feasts*. Yonkers, NY: St. Vladimir's Seminary Press.

Holmes, P.R. 2009. *The fasting journey: Sacrifice, clarity, purpose, joy*. Colorado Springs, CO: Authentic Publishing.

Jouanna, J. 2012. *Greek medicine from Hippocrates to Galen: Selected papers*. Leiden: Brill.

- Kelly, J.N.D. 1998. *Golden mouth: The story of John Chrysostom – ascetic – preacher – bishop*. Ithaca, NY: Cornell University Press.
- Konstantinovsky, J. 2009. *Evagrius Ponticus: The making of a gnostic*. Farnham: Ashgate.
- Martin, D.B. 1995. *The Corinthian body*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Mayer, W. 2000. Who came to hear John Chrysostom preach? *Ephemerides Theologicae Lovanienses*, 76(1):73–87.
- . 2006. *The cult of the saints*. Crestwood, NY: St. Vladimir's Seminary Press.
- . 2015. The persistence in late antiquity of medico-philosophical psychic therapy. *Journal of Late Antiquity*, 8(2):337–50.
- Mayer, W. en P. Allen. 2000. *John Chrysostom*. Londen: Routledge.
- Mayer, W. en S. Trzcionka (reds.). 2005. *Feast, fast or famine: Food and drink in Byzantium*. Virginia, QLD: Australian Association for Byzantine Studies.
- McKnight, S. 2009. *Fasting*. Nashville, TN: Thomas Nelson.
- O'Laughlin, M. 1992. New questions concerning the Origenism of Evagrius. *Origeniana Quinta*, 528–34.
- Parry, K. 2005. Vegetarianism in late antiquity and Byzantium: The transmission of a regimen. In Mayer en Trzcionka (reds.) 2005.
- Perkins, J. 1995. *The suffering self: Pain and narrative representation in the early Christian era*. New York: Routledge.
- Peters, G. 2011. Asceticism. In Scorgie (red.) 2011.
- Rousseau, P. 1994. *Basil of Caesarea*. Berkeley: University of California Press.
- Rousselle, A. 1996. *Porneia: On desire and the body in antiquity*. New York: Barnes & Noble.
- Schaff, P. (red.). 1889. *Nicene and post-Nicene fathers*. Buffalo, NY: Christian Literature Publishing Co.
- Scorgie, G.G. (red.). 2011. *Dictionary of Christian spirituality*. Grand Rapids, MI: Zondervan.
- Shaw, T.M. 1998. *The burden of the flesh: Fasting and sexuality in early Christianity*. Minneapolis, MN: Fortress.
- Shore, S. (red.). 1983. *John Chrysostom: On virginity; against remarriage*. Lewiston, NY: Edwin Mellen.
-

- Sinkewicz, R.E. 2003. *Evagrius of Pontus: The Greek ascetic corpus*. Oxford: Oxford University Press.
- Smith, G.A. 2008. How thin is a demon? *Journal of Early Christian Studies*, 16(4):479–512.
- Stephens, W.R.W. 1889. St. John Chrysostom: Homilies on the statues. In Schaff (red.) 1889.
- Vööbus, A. 1958. *A history of asceticism in the Syrian orient I: The origin of asceticism, early monasticism in Persia*. Louvain: Secrétariat du CorpusSCO.
- Waaijman, K. 2002. *Spirituality: Forms, foundations, methods*. Dudley, MA: Peeters.
- Walker, J. e.a. 1889. St. John Chrysostom: Homilies on the Acts of the Apostles. In Schaff (red.) 1889.
- Wirzba, N. 2011. *Food and faith: A theology of eating*. New York: Cambridge University Press.

Eindnotas

¹ Hiermee betuig ek graag dank aan Chris de Wet (Unisa) vir sy insette gedurende die skryf van hierdie artikel.

² Alle vertalings uit antieke bronne is my eie.