

# Inhoudsopgave

<u>Inleiding</u>	3-5
<u>Hoofdstuk 1: Vasten in de late oudheid</u>	6-13
1.1 Voedsel en religie	7-10
1.2 Ascetisme in de late oudheid	10-11
1.3 Het gevolg en het doel van het vasten	11-13
<u>Hoofdstuk 2: Mannen</u>	14-22
2.1 De eerste woestijnvaders	15-16
2.2 Kloosters en eetgewoonten	16-17
2.3 Water bij de wijn	17-19
2.4 Gevolgen van het vasten op lichaam en geest	19-22
<u>Hoofdstuk 3: Vrouwen</u>	23-36
3.1 Geloof voor vrouwen	24-26
3.2 Vrouwelijkheid	27-28
3.3 Maagdelijkheid	28-31
3.4 Mannen en vrouwen	31-32
3.5 Hallucinatie als gevolg van het vasten	32-36
<u>Hoofdstuk 4: Gek?</u>	37-45
4.1 Holy Anorexia	38-39

4.2 Lichamelijke overeenkomsten Holy Anorexia en anorexia nervosa	39-41
4.3 Sociale en culturele systemen	41-43
4.4 'Pray your weight away'	43-45
<u>Conclusie</u>	<u>46-51</u>
<u>Bibliografie</u>	<u>52-54</u>

# Inleiding

'At least, if I am mad, I am not alone in my madness'<sup>1</sup>

Rudolph Bell verklaart zichzelf met zijn boek 'Holy Anorexia'<sup>2</sup> voor gek, maar hij is niet de enige die een parallel ziet tussen het vasten van de vrouwen uit de late middeleeuwen en de moderne ziekte anorexia nervosa. Caroline Bynum, Marina Warner, Marcello Craveri en John Demos hebben zich ook met de eetgewoonten van vrouwen uit de late middeleeuwen bezig gehouden. Er is echter in de loop van de jaren ontdekt dat anorexia nervosa niet alleen een ziekte is die bij vrouwen voorkomt, maar ook bij mannen.

De theorie van Rudolph Bell over de zogeheten Holy Anorexia heeft betrekking op vrouwelijke asceten uit de late middeleeuwen. Volgens Caroline Bynum baseerden deze vrouwen hun dieet op de leer van de eerste woestijnvaders. Deze woestijnvaders, zoals Sint Antonius, trokken zich vanaf de tweede eeuw n. Chr. terug in de woestijn, om aldaar een leven te leiden in dienst van God. Hoewel het maar de vraag is in hoeverre het dieet van deze woestijnmonniken als vasten beschouwd kon worden, aangezien schaarste een algemeen bekend begrip was in de late oudheid, waren de levens van deze monniken van grote invloed op de eetgewoonten van vrouwelijke geestelijken. De parallel die Rudolph Bell trekt tussen Holy Anorexia en anorexia nervosa geeft daarom niet alleen aan dat er voor vrouwelijke geestelijken nog een ander doel moet zijn geweest voor het vasten, maar verbindt daarmee ook indirect de leer van de woestijnvaders aan huidige eetgewoonten. Religieuze opvattingen over eetgewoonten zouden dan ook, gezien de parallel die Bell trekt tussen de late middeleeuwen en moderne ziekten, door de tijd heen bepaalde overeenkomsten kunnen vertonen. De vraag die daarom centraal zal staan in dit onderzoek is: wat

---

<sup>1</sup> Rudolph M. Bell, *Holy Anorexia* (Chicago 1985), IX.

<sup>2</sup> Bell, *Holy Anorexia*.

was het doel van het vasten van de eerste vrouwelijke en mannelijke asceten in de late oudheid en wat was de boodschap die men ermee wilde uitdragen naar de Christenen?

Om deze vraag te kunnen beantwoorden is het van belang ten eerste te kijken naar wat het vasten precies inhield bij de eerste monniken, welke gedachte hier achter schuil ging en welke invloed het vasten had op het lichaam en de geest, alvorens dieper in te gaan op de bedoelingen van de monniken met hun ascetische leven en de boodschap die ze daarmee wenste over te brengen.

Ten tweede zal er ingegaan worden op de vraag in hoeverre de levensstijl van de monniken aansluit op het in de literatuur genoemde ascetische leven, aangezien de archeologische bronnen de literaire bronnen behoorlijk tegenspreken en omdat dit het doel van het vasten op verschillende manieren kan hebben beïnvloed.

Ten derde zal het vrouwelijk ascetisme aan bod komen, om vast te stellen of het verschil in religiositeit van invloed was op het doel van het vasten, en om te kijken of er meer redenen waren voor vrouwen om te kiezen voor een ascetisch leven vanwege het doel van het vasten. Tot slot zal er uitgebreid aandacht besteed worden aan de invloed van het vasten van de vrouwelijke en mannelijke asceten uit de late oudheid op de eetgewoonten van de christelijke samenleving door de tijd heen, om te analyseren in hoeverre er een parallel bestaat tussen het vasten van de asceten uit de late oudheid en moderne ziekten zoals anorexia nervosa.

Door de keuze voor deze opzet voor dit onderzoek, is het mogelijk te bepalen in hoeverre het doel van het vasten tussen mannen vrouwen verschilde. Het is niet alleen belangrijk om hiernaar te kijken aangezien Bynum van mening is dat het vrouwelijke ascetisme uit de late middeleeuwen is gebaseerd op de leer en levens van de eerste woestijnvaders, maar ook omdat mannelijke asceten zich op deze woestijnvaders baseerden. De uitgangspositie voor vrouwen en mannen was dus vermoedelijk hetzelfde.

Daarnaast is het van belang dieper in te gaan op het verschil tussen mannen en vrouwen met betrekking tot het gegeven dat Holy Anorexia, volgens Bell, een puur vrouwelijke fenomeen is en

dus suggereert dat er voor vrouwen een ander doel kon zijn voor het vasten. Het is dan ook noodzakelijk te onderzoeken wat het doel van het vasten precies inhield, aangezien men dan gemakkelijker vast kan stellen of er sprake is van parallellen tussen verschillende religieuze opvattingen over eetgewoonten door de tijd heen. Daarnaast biedt het de mogelijkheid te verklaren in hoeverre de 'madness', die Rudolph Bell meent te hebben, terecht is.

## Hoofdstuk 1: Vasten in de late oudheid

“In the straitened Mediterranean [world], the kingdom of heaven had to have something to do with food and drink,”<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> Caroline Walker Bynum, *Holy feast and Holy fast* (Berkeley 1987) 2; Peter Brown, “Response” to Robert M. Grant, “the Problem of Miraculous Feedings in the Greaco-Roman World,” *Center for Hermeneutical Studies: protocol of the forty second colloguy* (Berkely: Graduate Theological Union and University of California, 1982) 23.

## 1.1: Voedsel en religie

Voedsel en religie zijn van oudsher aan elkaar verbonden. Rituelen speelden daarbij een grote rol, zoals het offeren van dieren. Recent onderzoek van Gunnel Ekroth naar dieroffers wijst uit dat vlees in de oudheid vrijwel alleen in religieuze context werd genuttigd en geslacht, aangezien dit prestigevoedsel was dat niet of nauwelijks onderdeel uitmaakte van de alledaagse maaltijd.<sup>4</sup> Graan was echter van oudsher een belangrijk exportproduct, dat veelal uit Egypte afkomstig was. De standaardmaaltijd bestond dan ook uit graan en gedroogde groenten.

De handel in graan was voor de voedselvoorziening erg belangrijk, het was immers het basisbestanddeel van iedere maaltijd. Naast de handel was men voor een groot deel afhankelijk van wat de omgeving kon bieden aan producten. Uit recent onderzoek van Leonard Rutgers is gebleken dat naast de handel, de Romeinen voor een groot deel afhankelijk waren van hun omgeving voor voedsel. Dit blijkt uit onderzoek naar isotopen dat is verricht in de Callixtus catacombe in Rome. Uit het onderzoek van de catacombengraven bleek dat het dieet van deze personen voornamelijk bestond uit vis, die mogelijk afkomstig was uit de Tiber.<sup>5</sup>

Ondanks lokale voedsel voorzieningen, zoals de Tiber, waren de meeste bewoners van het Romeinse rijk niet verzekerd van een goede en vooral voedzame maaltijd in de late oudheid. Het mislukken van oogsten, ziekten van gewassen en vervuiling van water waren problemen die regelmatig voorkwamen. Honger was dan ook een algemeen bekend fenomeen, waarmee iedereen in de samenleving te maken kreeg, zo niet direct dan wel indirect. Wanneer er sprake was van langdurig voedseltekort, waren deze gemeenschappen erg kwetsbaar voor ziekten en virussen.

Aangezien het ontstaan van de plagen en ziekten van gewassen niet altijd verklaard kon worden, werd het veelal verklaard als een religieus fenomeen. Zo werden problemen met voedsel binnen het Christendom gezien als een straf van God. De kerkvaders Basilius en Gregorius van

---

<sup>4</sup> Gunnel Ekroth, *The sacrificial rituals of Greek hero-cults in the archaic to the early Hellenistic periods* (Stockholm 1999).

<sup>5</sup> L.V. Rutgers, M. van Strydonck, M. Boudin en C. van der Linde, 'Stable isotope data from the early Christian catacombs of ancient Rome: new insights into the dietary habits of Rome's early Christians', *Journal of Archeological science* (2009).

Nyssa waren er stellig van overtuigd dat een slechte oogst en hongersnood het gevolg was van het zondigen van de mens.<sup>6</sup>

Binnen het christendom is de eucharistie een goed voorbeeld van een religieuze traditie rondom voedsel. Bij de eucharistie nemen de gelovigen een hostie en een slok wijn uit de kelk als verwijzing naar het lichaam van Christus. Het (ver)delen van voedsel in een rituele context was een manier om de positie tussen mensen onderling en de relatie met God in de samenleving te versterken en onderscheiden. Voedsel was in religieuze context namelijk bovenal een sociale aangelegenheid. Het delen van het voedsel en het gezamenlijk uitvoeren van het ritueel stimuleerde de onderlinge band. Volgens Cyprianus, een kerkvader uit de vierde eeuw, symboliseerde het brood de kerk. De gelovigen zouden als graan in het brood met elkaar verbonden zijn.<sup>7</sup>

Religieuze tradities rondom voedsel hadden veel invloed op eetgewoonten, zoals bijvoorbeeld het danken voor de maaltijd door middel van het gebed. Het danken voor de maaltijd geeft niet alleen aan dat er een verband bestond tussen voedsel en religie ook geeft het aan dat schaarste een belangrijke rol speelde in de betekenis van voedsel. Vasten was wellicht een manier om zich bewust te worden van de kwetsbaarheid van de natuur en dus het bestaan van schaarste en honger. Daaruit volgde dat men dankbaar moest zijn voor het eten dat men had en het leven dat God de aarde had geschonken.

Voedsel was dan ook volgens Peter Garnsey een manier van communiceren die invloed had op menselijke relaties op elk niveau in de samenleving. In zijn boek *Food and society in classical antiquity* spreekt hij over voedsel als een bio-cultureel fenomeen.<sup>8</sup> Voedsel was ten eerste een primaire behoefte van het menselijk lichaam en ten tweede een cultureel fenomeen, invulling gegeven door regels over voedsel. De regels omtrent voedsel stimuleerden de onderlinge band en zorgden tegelijkertijd voor uitsluiting. Zo zouden de Christenen vlees overgebleven van pagane offers weigeren en de Eucharistie, waarbij het lichaam van Christus werd genuttigd, als centraal

---

<sup>6</sup> Susan R. Holman, *The hungry are dying, beggars and bishops in Roman Cappadocia* (2001) 84-85.

<sup>7</sup> Bynum, *Holy feast and holy fast*, 33.

<sup>8</sup> Peter Garnsey, *Food and society in classical antiquity* (Cambridge 1999).



ritueel beschouwen.<sup>9</sup>

Volgens Grimm blijkt ook uit regels omtrent voedsel binnen het Jodendom, dat religieuze tradities omtrent voedsel zorgden voor een verhoogde cohesie binnen de geloofsgemeenschap. Voor de Joden was vasten een manier van boetedoening en ging dan ook gepaard met een allesziende God, het God gegeven recht en het concept van zonde als transgressie van dit recht. Volgens Grimm was vasten voor de Joden een manier om te rouwen om bepaalde gebeurtenissen zoals hongersnoden, die effect hadden op de hele gemeenschap. Vasten was een manier om de nationale cohesie te stimuleren. De religieuze rituelen hadden niet alleen invloed op de onderlingen communicatie tussen gelovigen, ook waren zij een manier om te communiceren met God. Door het vasten als vorm van rouwen kon men laten zien dat men God als macht accepteerde. Voedsel symboliseerde, net als het brood bij de Christenen de geloofsgemeenschap. Om bij het Joodse geloof te horen en blijven moest je aan de regels omtrent voedsel houden. Voedsel en vasten speelde dan ook voor de Joden een grote rol in het definiëren van hun identiteit.<sup>10</sup>

Het delen van voedsel en het gezamenlijk zorgen voor voedsel en voedselvoorraden was belangrijk voor de samenhang, aangezien voedsel een noodzakelijk goed was om te overleven. Regels waren een manier om het voedsel te beschermen, daarom dienden de regels ook streng omlijnd te zijn en door iedereen binnen de gemeenschap te worden gerespecteerd. Door het beschermen van het eigen voedsel beschermden men immers letterlijk de gemeenschap.

Duidelijk is dat de invloed van schaarste en religie op de eetgewoonten van een samenleving groot was. Toch was het niet het enige dat invloed uitoefende op de omgang met eten. Garnsey benadrukt dat economische en politieke aspecten evengoed een rol speelden naast raciale, religieuze en filosofische aspecten.<sup>11</sup> Het is dan ook van belang om te kijken wat het vasten als onderdeel van het christelijke ascetisme inhield, om zodoende te kunnen bepalen wat de invloed was van het

---

<sup>9</sup> Garnsey, *Food and society in classical antiquity*, XI.

<sup>10</sup> Veronica E. Grimm, *From feasting to fasting: attitudes towards food in late antiquity* (London and New York 1996) 32.

<sup>11</sup> Garnsey, *Food and society in classical antiquity*, 139-143.

ascetisme op de eetgewoonten van de christelijke gemeenschap.

## 1.2 Ascetisme in de Late Oudheid

Ascetisme was geen onbekend fenomeen in de oudheid: onder andere de Joden, maar ook filosofen pasten praktijken toe die met het ascetisme gemoeid zijn, zoals het vasten.<sup>12</sup> Ascetisme gold in de oudheid als middel tot geestelijke verruiming en vasten was slechts een onderdeel van het ascetisme.

Hoewel het bereiken van de geestelijke verruiming als gevolg van het vasten voor iedereen hetzelfde was, kon het doel waarvoor men deze geestelijke verruiming nodig had verschillen. Ascetisme staat immers voor onthouding van alle zingenot uit religieuze overwegingen. Het is een vorm van training en discipline, waarbij training van het lichaam leidt tot geestelijke verruiming.

Vasten is een van de onderdelen van het christelijke ascetisme, naast andere vormen van onthouding zoals seksuele onthouding, onderbreken van slaappatronen, het zich onttrekken aan de samenleving, het afstand doen van bezit en het beperken van sociale contacten.<sup>13</sup> Vasten maakte een groot onderdeel uit van de ascetische levensstijl van de monniken in de Egyptische woestijn. Het doel van de levensstijl van deze monniken was het onderdrukken van alle lichamelijke noden en verlangens, om de geest te bevrijden en het Goddelijke te dienen. Om dichter bij God te komen en een spiritueel leven te leiden in dienst van God moesten de monniken zowel letterlijk als figuurlijk afstand nemen van het wereldlijke leven. Het leven in armoede, slechte kleding, honger, slechte persoonlijk hygiëne en extreme leefomstandigheden was dan ook voor de asceten een manier om zich af te zetten tegen een sociale identiteit die werd gedefinieerd door bezit en macht in het politieke leven. Door het ontdoen van de sociale identiteit ontweek men ook de financiële plicht, het niet betalen van belasting, waardoor men geen deel meer nam aan het geldende wereldlijke systeem.

---

<sup>12</sup> Grimm, *From feasting to fasting*, 32.

<sup>13</sup> Richard Valantasis, *Religions of late antiquity in practice* (Princeton 2000) 8.

Dit systeem wilde men kostte wat kost vermijden, omdat dit de mens zou verleiden tot zonden.<sup>14</sup>

Het ontwijken van de wereldlijke plichten betekende echter niet automatisch dat men verzekerd was van een leven zonder verleidingen en zonden. Het vasten van de asceet speelde ook een belangrijke rol bij het disciplineren van de geneugten op het moment dat een asceet zich allang in de woestijn had teruggetrokken. Het vasten was dus niet simpelweg een van de onderdelen van het ascetisme; het zorgde ervoor dat de asceet zich bewust was van zijn geloof en zijn identiteit als Christen.

Overigens zijn er wel verschillen vast te stellen in het dieet van de christelijke asceten. De een at iedere dag een klein beetje, de ander hield zich aan een regime van twee of drie dagen vasten gevolgd door een dag waarop gegeten mocht worden. Hierdoor is het erg lastig om te analyseren wat de specifieke gevolgen waren van het vasten en om hier generaliserend over te kunnen spreken. De gevolgen op het lichaam kunnen niet voor iedereen hetzelfde zijn geweest wanneer het dieet verschilde, maar toch kan men wel een aantal overeenkomsten waarnemen, aangezien alle asceten een dieet volgden waarbij beperkte voedselinname een grote rol speelde. Daarnaast is het maar de vraag of het van belang was wat voor dieet men precies volgde als men simpelweg door middel van vasten het doel kon bereiken.

### 1.3 Het gevolg en het doel van het vasten

Een van de gevolgen van het vasten was een verminderde libido, dit was algemeen bekend in de oudheid.<sup>15</sup> Verschillende soorten voedsel, zoals rood vlees en wijn, zouden lustopwekkend zijn en moesten worden gemeden om tot religieuze bezinning te kunnen komen. Geleerden, zoals Athenaeus van Naucratis<sup>16</sup> en Galenus van Pergamum,<sup>17</sup> schreven over welk voedsel men wel of

---

<sup>14</sup> Gillian Clark, 'Women and asceticism in late antiquity: the refusal of status and gender', in: Vincent L. Wimbush and Richard Valantasis, *Asceticism* (1998) 33.

<sup>15</sup> Aline Rouselle, *Porneia, on desire and the body in antiquity* (Oxford 1998) 76.

<sup>16</sup> *Athenaeus van Naucratis*: leefde ongeveer rond 200 n. Chr. en was een Griekse retoricus en grammaticus. Belangrijkste werk: *Deipnosophista*; 'Geleerden aan tafel'.

<sup>17</sup> *Galenus van Pergamum*: volledige naam: Aelius Galenus/Claudius Galenus. Leefde van 129-200/217 n. Chr. En was

niet zou moeten eten om de lusten van het lichaam te onderdrukken. Zowel Galenus als Athenaeus waren van mening dat seksuele activiteit niet alleen het risico van ziektes, vermoeidheid en verlies van levendigheid van de geest met zich meebracht, maar eerder dat de seksuele lust de werking van het verstand belemmerde.<sup>18</sup>

Vasten had dus indirect, door invloed op het libido, invloed op het verstand. Het was een middel om tot bezinning, wat nodig was om dichterbij God te komen en het leven van een vroomchristen te leiden. De boodschap die de monniken wilden uitdragen met het vasten was dus niet alleen wat men wel of niet moest eten om een vroom christelijk leven te leiden, maar hing samen met het stimuleren van het verstand. Dit leidde tot bewustwording van het eigen lichaam, door geneugten des levens te disciplineren en daarmee het verstand of bewustzijn te voeden van de eigen identiteit, namelijk die van een vroom Christen.

Bij het vasten lag de nadruk op het versterken van de spiritualiteit en het geloof van de gelovige. Een Griekse verhandeling in vertaling genaamd 'On virginity or on asceticism', geeft duidelijk weer dat het bereiken van spiritualiteit een belangrijk doel was van het vasten.<sup>19</sup> Het vasten zou ziekten genezen, de lichamelijke sappen drogen, demonen verjagen, slechte gedachten doen verdwijnen, de geest verscherpen, het hart puur maken, het lichaam heilig maken en de persoon in kwestie voor de troon van God plaatsen.<sup>20</sup>

Teksten zoals 'On virginity or on asceticism' werden met de opkomst van de kloosters vanaf ongeveer de 4e eeuw n. Chr. steeds meer vervaardigd. De nadruk van deze teksten ligt op het verstand, het geestelijke aspect van het leven en niet het lichamelijke. Het spirituele aspect van het leven was waar men op zinspeelde en het geloof was het belangrijkste dat men als christen kon bezitten. Het vasten was slechts een middel om deze spiritualiteit te bereiken, zoals het volgende citaat bevestigt: 'Fasting is a mighty force and mighty are the virtuous actions accomplished through

---

arts en filosoof.

<sup>18</sup> Roussele, *Porneia*, 76.

<sup>19</sup> Theresa M. Shaw, 'Pseudo Athanasius, discourse on salvation to a virgin', in: Richard Valantasis, *Religions of late antiquity in practice* (Princeton 2000) 82-99.

<sup>20</sup> Shaw, 'Pseudo Athanasius', 88.

it.<sup>21</sup> Het vasten bood de mogelijkheid om vrome daden te begaan en fungeerde dus als een middel om een gelovig en spiritueel leven te leiden.

Vasten ging niet zozeer om wat men at, maar was puur een middel om te komen tot spiritualiteit. Dit wordt bevestigd door recent archeologisch onderzoek, waaruit blijkt dat het dieet van de monniken veel gevarieerder moet zijn geweest dan de antieke literaire bronnen deden suggereren. De primaire literatuur waarin het leven van de monniken uit de late oudheid wordt beschreven, zoals bijvoorbeeld de *Vita Antonii* van Athanasius, is een enorm christelijk gekleurde bron. Het respect voor het vrome christelijke ascetische leven van de monniken wordt zeer duidelijk benadrukt en door dit soort gekleurde bronnen lijkt het vaak alsof de monniken niets anders dan droog brood en water nuttigden, zoals het volgende citaat uit de *Vita Antonii* van Athanasius bevestigt:

'whole night without sleep; and this not once but often, to the marvel of other. He ate once a day, after sunset, sometimes once in two days, and often even in four. His food was bread and salt, his drink, water only. Of flesh and wine it is superfluous even to speak, since no such thing was found with the other earnest men. A rush mat served him to sleep upon, but for the most part he lay upon the bare ground.'<sup>22</sup>

De antieke literatuur geeft dus een totaal ander beeld over de eetgewoonten van de monniken dan recent archeologisch onderzoek heeft uitgewezen. Daarnaast heeft men men lang gedacht dat de afgelegen kloosters niet in contact stonden met de buitenwereld en volledig autarkisch waren. Recent archeologisch onderzoek heeft echter ook dit beeld totaal doen veranderen.

---

<sup>21</sup> Ibidem, 89.

<sup>22</sup> Athanasius, *Vita Antonii* 198 (vert. Schaff and Wace).

## Hoofdstuk 2: Mannen

‘Het is goed geen vlees te eten, noch wijn te drinken, noch iets, waaraan uw broeder zich stoot, of geërgerd wordt, of waarin hij zwak is.’<sup>23</sup>

---

<sup>23</sup> Romeinen 14:21 (Statenvertaling).

## 2.1: De eerste woestijnvaders

In de plaatsen Kom el Nana, Epiphanius en Phoebammon in Egypte, waar verschillende kloosters waren gevestigd, heeft recent archeologisch-botanisch onderzoek uitgewezen dat het dieet van de woestijnmonniken gevarieerder was dan de antieke teksten deden suggereren.<sup>24</sup> Deze teksten gaan veelal over wat men moet eten en wat niet en hoe men zou moeten eten, maar niet over het dagelijks dieet. Het beeld dat men daarom uit de literatuur afleidt over het voedselpatroon van de monniken is erg eenzijdig.

Het onderzoek in deze verschillende Egyptische plaatsen wees uit dat er ongeveer 49 verschillende eetbare plantensoorten (noten, fruit, groente, kruiden) werden gekweekt in de kloosters. Daarnaast heeft men potten gevonden met resten van gepekeld vis.<sup>25</sup> Deze archeologische vondsten geven niet alleen aan dat het dieet van de monniken gevarieerd moet zijn geweest, ook suggereert het dat de kloosters veel handel dreven.

Interdisciplinair onderzoek heeft daarnaast bewezen dat er inderdaad wel degelijk sprake was van een wisselwerking tussen de kloosters en de buitenwereld. Monniken bleken veel vaker dan vroeger werd aangenomen in of nabij steden gewoond te hebben. Daarbij waren met name kloosters in afgelegen gebieden zoals de woestijn in Egypte voor bepaalde producten afhankelijk van de handel. Kloosters waren dan ook erg gastvrij en boden vaak tijdelijk onderdak aan verschillende mensen, zoals armen en rondtrekkende handelaren.<sup>26</sup>

Het resultaat van het archeologisch-botanisch onderzoek ondersteunt het idee dat bij het vasten het niet zozeer ging om wat er werd gegeten. Hierbij moet men echter wel rekening houden met de context van deze archeologische bronnen. De botanische vondsten uit onder andere Kom el Nana, zoals de 49 verschillende eetbare plantensoorten, zijn afkomstig uit de periode waarin het klooster daar op zijn grootst was. Archeologisch-botanisch onderzoek geeft hierbij dus een beperkt

---

<sup>24</sup> Mary Harlow and Wendy Smith, 'Between fasting and feasting: the literary and archeobotanical evidence of monastic diet in Late Antiquity Egypt', *Antiquity* 75 (2001) 758-68.

<sup>25</sup> Harlow and Smith, 'Between fasting and feasting', 758-68.

<sup>26</sup> Averil Cameron, *The mediteranean world in late antiquity AD 395-600* (London and New York 1993) 71-75.

beeld van de context. De eerste woestijnvaders en monniken die zich in de woestijn terugtrokken, hadden uiteraard wel volgelingen, maar sprake van grote kloosters was er nog niet, die moesten nog worden opgebouwd. Daarnaast moet rekening gehouden worden met het feit dat het tijd kost en mankracht om zulke hoeveelheden aan planten te onderhouden en ook dat de handel een groter deel uitmaakte van het kloosterleven dan men in eerste instantie dacht. Men moet ook niet vergeten dat deze planten de tijd nodig hadden om te kunnen groeien. Wellicht kwamen de kloosters via de handel aan deze verschillende plantensoorten.

Monniken die de kloostertuinen onderhouden, moesten om deze inspanningen te doen wel regelmatig hebben gegeten. De vraag is dan ook, indien deze eerste woestijnvaders de middelen noch de mogelijkheden hadden om er zo'n diverse moestuin op na te houden, de kerkvaders die hun leven beschreven niet gewoon naar waarheid spraken, toen ze schreven dat deze monniken alleen brood en water nuttigden.

## 2.2. Kloosters en eetgewoonten

Zoals is gebleken uit de botanische vondsten in Kom el Nana, was de variëteit aan planten groter in de kloostertuinen dan gedacht. In hoeverre deze monniken door hun strenge ascetische dieet de kloostertuinen konden onderhouden is onduidelijk. Volgens archeologisch onderzoek beschikten de monniken echter wel over verschillende werktuigen om het land te bewerken, zoals bijlen, hamers en schoffels.<sup>27</sup> Dat de monniken gereedschap hadden geeft een indicatie dat zij ondanks hun strenge dieet in de tuinen werkten. Toch lijkt het door de enorme afmetingen en hoeveelheden aan producten die er werden gekweekt haast onmogelijk dat de monniken het land zelf bewerkten. Het klooster in Khirbet ed-Deir bezat 33,000 m<sup>2</sup> aan gecultiveerde grond en het klooster in Wadi el-Ghar 26,000 m<sup>2</sup>. Gekeken naar de afmetingen van het klooster in Khirbet ed-Deir betekende dat

---

<sup>27</sup> Yizhar Hirschfeld, *The Judean Desert Monasteries in the Byzantine Period* (New Haven 1992) 96.



voor de ongeveer 40 á 50 monniken in het klooster, dat er per monnik ongeveer 660 m<sup>2</sup> aan gecultiveerd land was.<sup>28</sup> De afmetingen van het klooster indiceren dan ook de grote rol die het land had voor de kloosters.

Een verklaring voor het feit dat de monniken zelf de tuinen bewerkten zou kunnen zijn dat zij een soort van tijdsbesteding nodig hadden. Niet alleen zorgden de verschillende soorten fruit en groente voor afwisseling in het dieet van de monniken, de tuinen gaven de monniken wat om handen. De handel zorgde dus zowel direct als indirect voor tijdsbesteding.

Toch werd er door de monniken niet alleen handel gedreven als vorm van tijdsbesteding, ze waren voor bepaalde producten ook afhankelijk van de handel. Vis was voor de monniken in Egypte bijvoorbeeld een product dat zo via de handel werd verkregen. Resten van gepekeld vis die zijn gevonden in de kloosters, waren afkomstig uit wateren buiten Egypte en moesten wel zijn verhandeld.<sup>29</sup> Waarschijnlijk werden producten uit de kloostertuinen dan ook gebruikt als ruilmiddel.

Hirschfeld is van mening dat er veel handel werd gedreven met de kloosters. In de kloosters in Palestina zijn olie en wijnpersen gevonden. Volgens Hirschfeld was de productie van wijn en olijfolie te groot voor het klooster alleen. Hij trekt daaruit de conclusie dat de kloosters met de olie en wijn zouden hebben gehandeld.<sup>30</sup> Hoewel het enerzijds logisch is dat de kloosters producten gebruikten uit eigen tuin om handel mee te drijven, noemt Hirschfeld wel twee producten die relatief lang houdbaar zijn. Daarnaast is het tegenstrijdig dat de productie van wijn zo groot was, terwijl men predikte wijn als drank enkel te nuttigen bij de eucharistie.

### 2.3 Water bij de wijn:

Het drinken van wijn was nauw verbonden met ideeën over seksualiteit. Wijn zou volgens Clementus van Alexandrië en de Joodse filosoof Philo een 'drug of madness' zijn. Jongens en

---

<sup>28</sup> Hirschfeld, *The Judean Desert Monasteries*, 202-203.

<sup>29</sup> Harlow and Smith, 'Between fasting and feasting', 758-68.

<sup>30</sup> Hirschfeld, *The Judean desert monasteries*, 106-107.

meisjes zouden dan ook niet in contact gebracht moeten worden met deze drank, want dit zou lust opwekkend zijn. De geslachtsdelen zouden door het nuttigen van wijn eerder volwassen worden. Volwassenen zouden voor de avond ook geen wijn moeten nuttigen, omdat het lichaam dan warm en vochtig zou worden. Warmte en vocht werd in de oudheid geassocieerd met lust. Alle middelen die dit zouden stimuleren moest men dan ook mijden.<sup>31</sup>

Als men als ascetische monnik wijn niet mocht drinken, moet men dus wel water hebben gedronken. Gekeken naar de plaats en de voorzieningen van de kloosters, blijkt dat monniken over genoeg mogelijkheden beschikten zich te kunnen onderhouden. De kloosters waren bijna allemaal gevestigd in gebieden waar water was, zoals bij de Jordaan of de Nijl. Volgens Athanasius vestigde woestijnvader Antonius zich in een oud fort in een bergachtig gebied, waar een waterbron was, die zich zelfs in de kamer van Antonius bevond.<sup>32</sup> Het gegeven dat monniken niets tot weinig aan bronnen hadden voor water en voedsel is dus absoluut achterhaald. Niet alleen door onderzoek naar handel en contact van kloosters met de rest van de samenleving, maar ook naar aanleiding van archeologisch-botanisch onderzoek.

Hoewel water wellicht als drank van de monniken meer voor de hand liggend was dan wijn, was wijn wel een hygiënischer drank dan water in de oudheid. Athanasius vermeldt in de *Vita Antonii* al dat drinkwater, als het er al was, niet altijd drinkbaar was.<sup>33</sup> Hoewel men enerzijds dus beter water kon drinken vanwege het feit dat wijn lusten zou opwekken, liep men anderzijds sneller de kans om ziek te worden van water dan van wijn.

Water was in tegenstelling tot wijn de 'nourishment of sobriety' volgens de joodse filosoof Philo. Men kon beter water drinken dan wijn, omdat wijn de lusten zou opwekken en water niet. Christelijke auteurs gingen echter nog een stapje verder. Clementus van Alexandrië was zelfs van mening dat water ook gevaarlijk is. Het drinken van te veel vloeistof, zelfs water, zou oneconomisch zijn. Het voedsel zou door het water of drinken worden weggespoeld, wat zonde zou

---

<sup>31</sup> Grimm, *From feasting to fasting*, 107-109.

<sup>32</sup> Athanasius, *Vita Antonii*, 50 (Vert, Schaff and Wace)

<sup>33</sup> *Ibidem*, 54.

zijn van het voedsel.<sup>34</sup> Ook Evagrius en John Cassianus geboden hun monniken zo min mogelijk water te drinken.<sup>35</sup> De theorie hierachter is gebaseerd op het idee dat de vier lichaamssappen, ook wel *humores*<sup>36</sup> genoemd, deze dienden met elkaar in evenwicht te zijn. Wanneer men een te veel aan vocht had, kon men in verleiding komen. Men dacht dan ook dat het zaad van de man een gevolg was van een overdaad aan *humores*. Het probleem van te veel vocht zat hem in het feit dat 's nachts het water de blaas zou vullen, waardoor men opgewonden kon raken. Vocht moest men daarom als monnik mijden. Slapen zou het lichaam ook vochtig maken, dus slaap moest ook worden gemedan.<sup>37</sup>

Vocht had dus een negatieve invloed op de geest, omdat het de geneugten van het lichaam stimuleerde. Een dieet van enkel droge producten was dan ook wat men als ascet zou moeten nuttigen om het vochtig worden van het lichaam tegen te gaan. Deze droge producten waren onder andere linzen, gezouten olijven, vijgen, druiven en pruimen. Gepekeld vis en azijn waren waarschijnlijk ook onderdeel van het dieet van een monnik, omdat men dacht dat zout het lichaam zou doen zweten en uitdrogen. De enige groente die werd aangeraden door John Cassius waren kikkererwten, deze werden geroosterd en gegeten samen met brood.<sup>38</sup>

Het vasten was dus een middel om het lichaam uit te drogen, met als gevolg het onderdrukken van de lichamelijke geneugten en het stimuleren van de geest. Een verhoogd bewustzijn van de aanwezige *humores*, was dan ook noodzakelijk om het ascetische leven te leiden en het uiteindelijke doel van spiritualiteit te behalen.

---

<sup>34</sup> Grimm, *From feasting to fasting*, 107-109.

<sup>35</sup> Rouselle, *Porneia*, 172.

<sup>36</sup> De vier *humores* waren: bloed, zwarte gal, gele gal en slijm. De *humores* representeerden vier verschillende gemoedstoestanden. Bloed symboliseerde een sanguinisch karakter. Mensen die sanguinisch waren vurige en energieke mensen. Gele gal symboliseerde een choleric karakter. Personen die hier te veel van hadden waren snel geïrriteerd en kwaad. Zwarte gal symboliseerde melancholie, neerslachtigheid, introversie en depressies. Mensen met een grote hoeveelheid aan slijm waren flegmatici. Flegmatici waren kalm en weinig emotioneel. Deze vier *humores* moesten met elkaar in harmonie zijn. Het idee van de *humores* is afkomstig uit de Griekse filosofie en heeft tot aan de 19e eeuw invloed gehad.

<sup>37</sup> Rouselle, *Porneia*, 172-173.

<sup>38</sup> *Ibidem*, 172-173.

## 2.4 Gevolgen van het vasten op lichaam en geest

Vasten had tot doel het onderdrukken van alle lichamelijke noden en verlangens, om de geest te bevrijden en het Goddelijke te dienen. De nadruk lag binnen het ascetisme op het stimuleren van de geest. Volgens Jo Nash heeft vasten effect op de grens tussen het lichaam en de geest. De grens tussen lichaam en geest zou door het vasten vervagen, waardoor men zich meer bewust wordt van het hier en nu. Het zou gaan om het 'zijn in het nu', dat alleen was weggelegd voor zeer begaafde mensen. Dit zou dan ook een reden zijn voor religies om meditatie en bidden te promoten, zodat men zich meer bewust zou worden van het hier en nu, wat volgens Nash onvermijdelijk is als men leeft met honger.<sup>39</sup> In de *Vita Antonii* wordt dit element bewustzijn van het 'hier en nu' ook genoemd samen met het vasten:

'...' when I am weak, then am I strong.' 'For,' said he, 'the fibre of the soul is then sound when the pleasures of the body are diminished.' And he had come to this truly wonderful conclusion, 'that progress in virtue, and retirement from the world for the sake of it, ought not to be measured by time, but by desire and fixity of purpos. He at least gave no thought to the past, but day by day, as if he were at the beginning of his discipline...'<sup>40</sup>

Het bewustzijn van het hier en nu is nodig om zich te kunnen concentreren op het eigen geloof in God en om bewust te worden van het feit dat het geloof het belangrijkste is dat men bezit en men ook niets anders dan geloof nodig heeft in het leven. Door het vasten stond men dicht bij God en wanneer men dicht bij God stond maakte het verleden of het heden niet meer uit, maar ging het om het hier en nu: Het bewustzijn van het eigen geloof op het bewuste moment.

Spiritualiteit is een erg belangrijk gegeven als het gaat om de gevolgen van het vasten. Deze bevordering van de spiritualiteit kon echter ook doorslaan. Wanneer het dieet zo streng was dat lichaamsfuncties in ernstige mate afnamen, ontstond de mogelijkheid dat hallucinaties optraden. Stress, slaapgebrek, langdurige meditatie en andere fysieke uitputting kunnen hallucinaties veroorzaken. Hallucinaties zijn dan ook bij een streng ascetisch dieet niet uitgesloten. Isolatie was immers onderdeel van het ascetische leven en speelt daarnaast een grote rol bij het ontstaan van

---

<sup>39</sup> Jo Nash, Mutant spiritualities in a secular age: the fasting body and the hunger for pure immanence, *Journal for religion and health* 45-3 (2006) 311.

<sup>40</sup> Athanasius, *Vita Antonii* 198-2 (vert. Schaff and Wace).

hallucinaties. Het deprivatiesyndroom<sup>41</sup> dat veel voorkomt bij ouderen en astronauten of mensen die langere tijd in isolement hebben geleefd, is daar een goed voorbeeld van. Door een ernstig tekort aan menselijk contact en invloeden van de buitenwereld, ontstaan klachten zoals angst, schuwheid, hallucinaties en verwardheid.

Isolatie had dus een grote invloed op de geest en kon hallucinaties veroorzaken. In hoeverre isolement mogelijk was en onderdeel uitmaakte van het dagelijkse leven van de monniken uit de kloosters van de 5e en 6e eeuw in Egypte of Judea is onduidelijk. De eerste woestijnvaders leefden in waarschijnlijk meer geïsoleerd dan de monniken in de kloosters. Hoewel deze monniken leefden in geïsoleerde cellen, waren ze niet volledig ontvreemd van de mensheid, doordat men gezamenlijk zorg droeg voor het behoud van het klooster en de kloostertuinen. Het is dan ook logisch dat bij de eerste monniken die in de woestijn leefden, isolement een grotere invloed kan hebben gehad op de gemoedstoestand, dan bij de monniken die in de kloosters leefden. Hierbij moet echter wel genuanceerd worden dat de eerste woestijnvaders ook contact hadden met mensen. Dit blijkt uit de volgende passage uit de *Vita Antonii*:

‘But when Antony saw that the bread was the cause of trouble and hardships to some of them, to spare the monks this, he resolved to ask some of those who came to bring him a spade, an axe, and a little corn. And when these were brought, he went over the land round the mountain, and having found a small plot of suitable ground, tilled it; and having a plentiful supply of water for watering, he sowed. This doing year by year, he got his bread from thence, rejoicing that thus he would be troublesome to no one, and because he kept himself from being a burden to anybody. But after this, seeing again that people came, he cultivated a few pot-herbs, that he who came to him might have some slight solace after the labour.’<sup>42</sup>

Antonius zocht een stuk land om graan te verbouwen, zodat hij anderen niet tot last zou zijn; distantie van het gewone leven komt hierin weer duidelijk naar voren. Echter blijkt deze distantie, die hij wil door zijn eigen brood te maken, onmogelijk, omdat hij merkt dat zijn volgelingen of bezoekers hier niet tevreden mee waren. Hij ging als gevolg hiervan kruiden verbouwen.

---

<sup>41</sup> *Deprivatie*: beroving; beroofd zijn van; gemis; n.t.v.m. depravatie; ~*syndroom*, (psych.) Angst, schuwheid en andere verschijnselen, zoals depersonalisatie, extase, hallucinaties, desoriëntatie, bewustzijnsdaling e.a., die het gevolg zijn van een permanent tekort aan \*affectie (bet. 2) of van sensorische en sensibele indrukken (contactarmoede) uit de buitenwereld, bijv. bij astronauten of bij bejaarden.

<sup>42</sup> Athanasius, *Vita Antonii* 209-50-18 (vert. Schaff and Wace).

Hallucinaties als gevolg van extreme voedseldeprivatie in combinatie met sociaal isolement, kon in dit opzicht dus moeilijk onderdeel hebben uitgemaakt van het leven van de monniken. Toch is het hiermee niet uitgesloten dat er een mogelijkheid bestond dat hallucinaties regelmatig voorkwamen als een gevolg van de ascetische levensstijl. Onderzoekers zoals Rudolph M. Bell en Donald Weinstein hebben gezocht naar verbanden tussen het ascetische leven en bovennatuurlijke ervaringen. Uit hun werk kan men concluderen dat vrouwen vaker werden geassocieerd met dit soort ervaringen. Het is dan ook interessant te kijken naar het verschil tussen mannelijk en vrouwelijk ascetisme.

## Hoofdstuk 3: Vrouwen

'In all the stories of temptations of young men, the agency is not a plate of delicious food, a soft bed, or a bribe of money, always the devil's tool is a beautiful and lavisious woman.'<sup>43</sup>

---

<sup>43</sup> Donald Weinstein and Rudolph M. Bell, *Saints and society: the two worlds of Western Christendom, 1000-1700* (Chicago, 1982) 154.

### 3.1: Geloof voor vrouwen

Met de opkomst van het Christendom werd de spirituele triomf een grote concurrent van de politieke en militaire triomf. Dit had voor mannen maar vooral ook voor vrouwen een aantal voordelen. Door de opkomst van het Christendom en het ontstaan van kloosters, kregen vrouwen de mogelijkheid om een leven te leiden in dienst van God: de vrouw kon zich ontdoen van haar aardse taken en zich richten op het geloof. Niet alleen bood het Christendom een leven buiten dat van trouwen en kinderen krijgen, ook gaf het vrouwen de mogelijkheid om te klimmen op de maatschappelijke ladder. Het Christendom was dus ideaal voor vrouwen die zochten naar een alternatief voor het standaard vrouwelijk leven.<sup>44</sup>

Hierbij moet echter wel meteen worden gezegd dat dit alternatieve vrouwelijke leven niet wegneemt dat traditionele ideeën over vrouwen beklifden. Volgens de kerkvaders bleven de vrouwen verantwoordelijk voor de aantrekkingskracht die ze hadden op mannen. Voor mannelijke asceten was de aanwezigheid van vrouwen of het contact met vrouwen op welke manier ook verleidelijk. Zelfs de mannen die hun leven wijdden aan ascese konden vrouwen niet zien als “gewone medemensen”. Dit werd versterkt door het feit dat vrouwen naast seksuele lusten ook familiebanden en menselijk contact symboliseerden, datgene waar de ascetische monniken zich juist van wilden ontdoen.<sup>45</sup>

Hoewel het geloof vrouwen de mogelijkheid bood om zich te ontwikkelen door te studeren en te reizen, was het ten eerste voor vrouwen een manier om zich te ontdoen van de vrouwelijke verantwoordelijkheden, zoals trouwen en kinderen krijgen. Volgens Hieronymus waren er echter veel vrouwen, die niet bekend waren met de mogelijkheid tot een monarchaal leven. Hieronymus zegt zelfs dat vrouwen niet durfden om deze stap te nemen.<sup>46</sup> Wellicht geeft dit een verklaring voor het feit dat er zo weinig geschriften zijn van vrouwelijke asceten uit de late oudheid.

Veelal zijn bronnen over vrouwelijke asceten afkomstig uit bronnen die mannen hebben

---

<sup>44</sup> Weinstein and Bell, *Saints and society*, 228.

<sup>45</sup> Clark, 'Women and Asceticism in Late Antiquity', 37-38.

<sup>46</sup> Hieronymus, *Brieven* 127.4,5 (vert. Tazelaar).



geschreven. De enige verwijzing naar vrouwelijke geestelijken in de *Vita Antonii* gaat over de zus van Antonius, die als maagd oud geworden was en leider was van een vrouwengemeenschap.<sup>47</sup> Ondanks de schaarste aan bronnen over vrouwelijke asceten uit de late oudheid, kan men dankzij de overgeleverde brieven van Hieronymus redelijk gedetailleerde beschrijvingen vinden van het leven van een aantal vrouwelijke asceten.

Zo was Hieronymus goed bevriend met een vrouwelijke asceet genaamd Marcella. Hij vertelt in een brief aan de maagd Principia over het leven van Marcella. Marcella en Principia hadden zich rond 393 n. Chr. terug getrokken op een landgoed op de Aventijn in Rome en waren daar een vrouwengemeenschap begonnen, waarover Marcella de leiding had. Met de tijd kregen zij steeds meer volgelingen.<sup>48</sup> Vrouwen zouden naar aanleiding van de verschillende regels voor maagden en weduwen een ascetisch leven zijn gaan leiden. Hieronymus vertelt dat steeds meer vrouwen het voorbeeld van Marcella gingen volgen, waaronder Principia en Paula.<sup>49</sup>

De ascetische praktijk van vrouwelijke asceten, die wordt beschreven door Hieronymus, vertoont veel overeenkomsten met het leven van de monniken in de woestijn. In zijn beschrijving over het leven van een vrouwelijke asceet genaamd Asella, komt duidelijk naar voren dat haar levensstijl dezelfde kenmerken had als dat van de ascetische monniken, zoals het ontdoen van bezit, slapen op de grond, het eten van brood en water en het verwaarlozen van het uiterlijk. In de volgende brief die Hieronymus schrijft aan Marcella beschrijft hij het ascetische leven van Asella.

'Omsloten door de engte van een cel genoot ze van de weidsheid van het paradijs. Hetzelfde plekje grond was haar plaats om te bidden en te rusten. Vasten beschouwde ze als ontspanning, honger als verfrissing. Wanneer niet zozeer trek in eten als wel fysieke uitputting haar tot het nuttigen van voedsel noopte, maakte ze met brood, zout en koud water haar honger eerder erger dan dat ze hem stilde. Bijna vergat ik te melden wat ik al eerder had moeten zeggen: zodra ze dit voornemen had omarmd, verkocht ze buiten medeweten van haar ouders het gouden collier (...) kleepte ze zich in een grauwe mantel, die haar moeder haar niet had willen geven en die ze dankzij die vrome ruil had verkregen, en wijdde ze zich zonder bedenking toe aan de Heer. (...) Het hele jaar door voedde ze zich met voortdurend vasten, dat ze steeds gedurende twee of drie dagen in acht nam; in de grote vastentijd ontplooidde ze de zeilen van haar scheepje geheel door het vasten bijna hele weken met een stralend gezicht onafgebroken te praktiseren.' (...)<sup>50</sup>

<sup>47</sup> Athanasius, *Vita Antonii* 54 (vert. Schaff and Wace).

<sup>48</sup> Hieronymus, *Brieven* 127 (vert. Tazelaar).

<sup>49</sup> Hieronymus, *Brieven* 127 (vert. Tazelaar).

<sup>50</sup> Hieronymus, *Brieven* 24 (vert. Tazelaar).

De vrouwelijke ascetische praktijk komt dus duidelijk overeen met dat van de mannelijke asceten. Wellicht had dit te maken met het feit dat het vrouwelijk ascetisme gevormd is door het leven en de leer van de verschillende woestijnvaders, zoals Antonius en Pachomius.<sup>51</sup>

Het leven van de eerste woestijnvaders zoals Antonius en Pachomius, trok niet alleen mannelijke, maar ook vrouwelijke volgelingen vanaf het begin van het christelijk ascetisme. Het volgende citaat geeft duidelijk aan dat ook de vrouwelijke asceten de woestijnvaders als voorbeeld beschouwden. 'Lichamelijk gezond en geestelijk nog gezonder ervoer ze de eenzaamheid als een verrukking en vond ze in de drukke stad de woestijn der monniken.'<sup>52</sup>

Naast het feit dat vrouwen de leer en het leven van de kerkvaders als voorbeeld namen voor hun leven in dienst van God, werd door de opkomst van het Christendom het beeld over vrouwen ook positiever. Volgens Hieronymus werden sommige vrouwen in bepaalde mate, door hun ascetische levensstijl zelfs gelijk aan de man. In een brief aan Lucinus, die zich samen met zijn vrouw tot een christelijke ascetisch leven had bekeerd, vermeldt Hieronymus het volgende:

'U hebt bij u iemand die eerst uw gezellin was in het vlees en nu in de geest, die van echtgenote zuster is geworden, van vrouw man, van onderdaan gelijke, iemand die zich onder hetzelfde juk tegelijk met u haast naar het hemels koninkrijk.'<sup>53</sup>

Man en vrouw zijn zoals Hieronymus hier aangeeft ongelijk, de vrouw is onderdaan van de man. Door het ascetische leven werden man en vrouw echter elkaars gelijken.

Ascetisme gaf vrouwen dus de kans om zich van de negatieve vrouwelijke kenmerken, zoals lichtzinnig, ijdelheid, onnozelheid en gebrek aan intelligentie te ontdoen. Door het ascetisme konden vrouwen bewijzen dat deze kenmerken niet langer golden voor alle vrouwen in de samenleving. Het ascetisme bracht in deze dus een positievere kijk op vrouwen en vrouwelijkheid teweeg.<sup>54</sup>

---

<sup>51</sup> Hieronymus, *Brieven* 127 (vert. Tazelaar).

<sup>52</sup> Hieronymus, *Brieven* 24, 153-155 (vert. Tazelaar).

<sup>53</sup> Hieronymus, *Brieven* 71.3 (vert. Tazelaar).

<sup>54</sup> Elizabeth A. Clark, 'Devil's Gateway and Bride of Christ: women in the early christian world', in: *Ascetic piety and women's faith: essays on late ancient christianity* (1986) 43.

### 3.2 Vrouwelijkheid

Uit de levensbeschrijvingen van Asella en Lea blijkt dat het uiterlijk van vrouwen een grote rol speelde bij hun identiteit. Vrouwelijke asceten wilden niet langer geassocieerd worden met de vrouwelijke identiteit en ontdeden zich daarom van hun vrouwelijke uiterlijk. Het ontdoen van vrouwelijkheid had in eerste instantie te maken met het ontdoen van de wereldlijke status als vrouw. Ten tweede wilden vrouwen zich distantiëren van het beeld van de vrouw als verleider. Ze bedekten hun lichaam, verborgen hun haar en droegen vaak een sluier.<sup>55</sup> Kleding speelde een grote rol wat betreft identiteit, omdat het een onderdeel was van status en daardoor een middel van identificatie.<sup>56</sup> Het volgende citaat geeft dit duidelijk weer: 'heel haar familie begreep dat er van haar niets meer geëist kon worden, omdat ze de wereld door de keuze van haar kleren al had afgewezen.'<sup>57</sup>

Het ontdoen van de vrouwelijke identiteit had voor vrouwen niet alleen betrekking op hun verleidelijkheid, het had ook andere voordelen om er minder vrouwelijk en meer mannelijk uit te zien. Volgens David Brakke was het aannemen van een mannelijke identiteit voor vrouwen een voordeel. Hierdoor zouden ze eerder worden geaccepteerd als asceet. Daarnaast waren vrouwen eerder slachtoffer van overvallen en seksuele intimidatie. De identiteit als man zou dan ook voor vrouwen een bepaalde mate aan veiligheid gebracht moeten hebben.<sup>58</sup>

Man worden werd echter door sommige vrouwelijke asceten wel heel letterlijk genomen en er ontstond zelfs in sommige gevallen verwarring over de identiteit van deze vrouwelijke of juist mannelijke asceten. Zo is er het verhaal van Abba Bessarion, die als mannelijk asceet door het leven ging. Pas tijdens zijn begrafenis kwam men er achter dat zij een vrouw was. Ook het verhaal van Pelagia geeft aan in hoeverre de sekse van een asceet kon verdwijnen. Pelagia had zich na een leven als dame van lichte zeden bekeerd tot het christelijke ascetisme en zich ontdaan van haar

---

<sup>55</sup> Clark, 'Women and asceticism in late antiquity', 35-36.

<sup>56</sup> Ibidem, 36.

<sup>57</sup> Hieronymus, *Brieven* 24. 3, 154 (vert. Tazelaar).

<sup>58</sup> David Brakke, 'The lady appears: Materializations of 'women' in early monastic literature', in: Dale B. Martin and Patricia Cox Miller, *The Cultural turn in late ancient studies, Gender, Asceticism and Historiography*, (Durham 2005) 26-27.

vrouwelijkheid. De rest van haar leven bracht ze door als mannelijke asceet en pas na haar dood kwam men achter haar ware identiteit.<sup>59</sup>

Niet alleen bevestigden vrouwen met hun uiterlijk hun status binnen de maatschappij, ook was het een manier om zich te binden aan het doel dat ze voor ogen hadden. Door het ontdoen van hun vrouwelijkheid werden ze meer geaccepteerd binnen de religie en konden ze hun beroep als geestelijke makkelijker beoefenen. Het ascetisme had voor vrouwen echter ook nog een ander gevolg dat het ontdoen van vrouwelijkheid stimuleerde. Door het vasten verminderde het libido en werden vrouwen onvruchtbaar. Deze bijkomstigheid van het vasten was gunstig voor de ascetische vrouwen, omdat daarmee het fysiek onmogelijk werd te voldoen aan het traditionele beeld van de vrouw. De vrouwelijke asceet raakte hierdoor ook minder verbonden met het aardse bestaan en kon zich makkelijker richten op het spirituele leven in dienst van God. Daarnaast was het een voordeel met betrekking tot hun maagdelijkheid, gezien deze door vermindering van het libido werd beschermd.

### 3.3 Maagdelijkheid

Maagdelijkheid was heel belangrijk voor vrouwen die hun leven wijdden aan God. De maagdelijkheid moest ten koste van alles behouden worden en mocht op geen enkele manier in gevaar of verleiding gebracht worden. Bepaald voedsel moest men daarom ook mijden, aangezien dit lustopwekkend zou zijn. 'Fasting is a great protection'<sup>60</sup> wordt er letterlijk gezegd in een verhandeling over maagdelijkheid en ascetisme. Het was dan ook niet alleen belangrijk om te vasten voor het behoud van de maagdelijkheid, maar vooral een voorwaarde om in de hemel te kunnen komen. Een voorbeeld dat hierbij gegeven wordt in de verhandeling, is het verhaal van Adam die het paradijs uitgezet wordt door ongehoorzaam gedrag omdat hij van de verboden appel had gegeten. De les die men hiervan moet leren is dat door gehoorzaamheid en vasten men in het

---

<sup>59</sup> Brakke, 'The lady appears', 25-26.

<sup>60</sup> Shaw, 'Pseudo Athanasius', 84.

paradijs verwelkomd zal worden.<sup>61</sup>

De maagdelijkheid was dus een zeer belangrijk gegeven in het leven de vrouwelijke geestelijke, maar niet iedere vrouw was maagd toen ze haar leven aan God wilde gaan wijden. Een voorbeeld hiervan is Umiliana. Umiliana voelde berouw over het feit dat ze haar maagdelijkheid en wereldlijke bezittingen niet aan God had kunnen geven. Het enige dat ze kon geven was zichzelf. Toen ze een keer naar de kerk liep en naar de grond keek omdat ze verleiding wilde weerstaan, werd ze bijna overreden door een ruiter. Het aangezicht van de man maakte dat zij haar kuisheid tegenover God had geschaad. Ze raakte hierdoor zo depressief dat ze bad tot God om haar permanent blind te maken.<sup>62</sup>

Hoewel Umiliana overdreven lijkt te reageren, geeft dit voorbeeld nadrukkelijke weer dat maagdelijkheid een belangrijk onderdeel was van het vrouwelijke ascetisme. De aanblik van het andere geslacht kon de kuisheid van de asceet aantasten. Opvallend is ook dat uit dit voorbeeld blijkt dat bij zowel mannen als vrouwen het contact met het andere geslacht de asceet in verleiding kan brengen en daarom gemeden moest worden. Vrouwen zagen dan ook, net als de mannen, het andere geslacht niet als “gewone medemens”, maar als lustobject.

Verleidingen speelden dus ook voor de maagdelijke asceet een grote rol. Door middel van het vasten kon men echter met deze verleidingen leren omgaan. Zo schreef Hieronymus aan een maagdelijke weduwe genaamd Furia een brief, waarin hij tot in detail uitlegde wat ze wel en niet zou moeten nuttigen om haar maagdelijkheid te behouden en beschermen. Geen warm eten, geen vlees, geen wijn, maar ook vooral niet te veel groente. Een dieet van enkel kruiden zou voor een maagd het beste zijn. Ze mocht zich niet voldaan voelen na een maaltijd en kon beter iedere dag een onvoldaan gevoel hebben dan drie dagen vasten.<sup>63</sup>

Uit de brief aan Furia blijkt duidelijk dat vrouwen wel degelijk iets mochten eten, maar niet aan hun verlangens tegemoet mochten komen. Wanneer men toe zou geven aan verlangen zou het

---

<sup>61</sup> Ibidem, 84-86.

<sup>62</sup> Bell, *Holy Anorexia*, 91.

<sup>63</sup> Hieronymus, *Brieven* 54 (vert. Tazelaar).

lichaam zich warmen en lijden tot seksualiteit. Hieronymus geeft ook in twee brieven advies over de educatie van kinderen. Deze brieven betreffen twee meisjes uit hetzelfde gezin, die door de ouders gedwongen werden van jongs af aan tot een leven van maagdelijkheid.

Hieronymus vertelt de ouders van de twee meisjes dat ze niet hun eten mochten nuttigen in het bijzijn van anderen en dus ook niet samen met de ouders zouden mogen eten, omdat het eten op de borden van de ouders de kinderen zou kunnen verleiden. De kinderen mochten groenten, wat brood en af en toe wat vis eten, als de maaltijd maar geen voldoening zou geven. De meisjes mochten niet in bad, omdat ze hun eigen naaktheid niet zouden mogen zien.<sup>64</sup>

Deze bronnen geven duidelijk aan dat de invloed van kerkvaders op het dagelijks leven van de Christenen een sterke invloed kon hebben. Wellicht was het gezin beschreven in de brieven een uitzondering, maar hoe dan ook kan men stellen dat kerkvaders zoals Hieronymus gezien werden als autoriteiten op het gebied van kuisheid en ascetisme.

Hoewel door het ascetisch leven van vrouwen de negatieve ideeën over het vrouwelijke karakter deels ontkracht werden, blijkt toch duidelijk uit de literatuur dat vrouwen niet gelijk waren aan mannen. Regels omtrent maagdelijkheid werden nog altijd door mannen beschreven en bedacht. Daarnaast moesten vrouwelijke asceten zich van hun vrouwelijke identiteit ontdoen om een ascetisch leven te leiden. In tegenstelling tot mannen, had het ascetisme voor vrouwen dus ook extreme uiterlijke gevolgen.

Het doel van het vasten was voor vrouwen en mannen hetzelfde. Beide streefde naar een spiritueel leven in dienst van God, waarbij vasten een middel was om dit te bereiken. Het verschil tussen mannen en vrouwen zit dan ook in het traditionele beeld dat men had over de rollen van mannen en vrouwen binnen de maatschappij. Binnen het Christendom bleven de mannen de leefregels bepalen en pasten vrouwen zich aan. Een goed voorbeeld hiervan is dat vrouwelijke asceten zich gedwongen voelden zich te ontdoen van hun vrouwelijke identiteit. Hierdoor bleef er

---

<sup>64</sup> Hieronymus, *Brieven* 107 (vert. Tazelaar).

naast de wereldlijke samenleving, ook binnen de religie een duidelijke scheiding bestaan tussen mannen en vrouwen.

### 3.4 Mannen en vrouwen

Voor vrouwen was het vasten een middel om van hun aardse bestaan als vrouw los te komen en hun spirituele leven te stimuleren. Door het vasten was het niet langer nodig zich te bekommeren om de vrouwelijke identiteit, waardoor het leven in dienst van God het enige belangrijke element in hun leven was en ze zich hier volledig op konden richten. Net als de mannelijke asceten ontteden de vrouwelijke asceten zich van hun wereldlijke plichten, privileges, maar bovenal identiteit. Hoewel voor vrouwen het ontdoen van de uiterlijke kenmerken mogelijk een grotere rol speelde dan bij mannen, was verwaarlozing van het uiterlijk bij beiden aan de orde. Beiden trokken zich terug van het wereldlijke leven om hun leven te beperken tot het geloof.

Zowel mannen als vrouwen ontteden zich van hun wereldlijke status. Het verschil is echter dat status bij mannen een grote rol bleef spelen. Mannelijke asceten ontteden zich van hun wereldlijke status als man, oftewel hun politieke status, maar bleven zich beroepen op hun biologische status. Ze legitimeerden dit met de bijbel waarin staat dat de man eerder geschapen werd dan de vrouw.<sup>65</sup> Zo hadden kerkvaders naast hun bewondering voor vrouwelijke asceten, ook veel kritiek op vrouwen.<sup>66</sup> Ook moet worden opgemerkt dat er een grote afwezigheid is van geschriften van vrouwelijke geestelijken en het feit dat de meeste bronnen over vrouwen zijn geschreven door mannen.

Weinstein en Bell, die zich welliswaar richten op het leven van heiligen uit de late middeleeuwen, zijn ook van mening dat het onderscheid tussen mannen en vrouwen binnen de kerk blijft bestaan: 'In the world of the spirit as in the world of the flesh, men and women were different and unequal.'<sup>67</sup> Met de tijd zou het onderscheid tussen mannelijke en vrouwelijke geestelijken zelfs steeds strenger omljnt worden. De oorzaak hiervoor was dat het Christendom een steeds meer

---

<sup>65</sup> Elizabeth, A. Clark, *Acetic Piety and women's faith: essays on late antiquity christianity* (Lewiston 1986) 31.

<sup>66</sup> Clark, 'Devil's gateway and bride of christ'; Brakke, 'The lady appears', 25-39.

<sup>67</sup> Weinstein and Bell, *Saints and society*, 236.

georganiseerde religie werd, waarbij regels en hiërarchie duidelijker werden omljnd. Met name tijdens de Reformatie werd met de hervormingen van de hiërarchische structuur in de kerk, de positie van de vrouwelijke geestelijken steeds meer beperkt. Zij mochten bijvoorbeeld niet langer deelnemen aan het priesterschap en ook missionair werk werd hen ontzegd.<sup>68</sup>

Het verschil tussen mannelijk en vrouwelijke geestelijke had onder andere te maken met de zonde, volgens Weinstein en Bell. De zonde in het leven van vrouwelijke heiligen was een fenomeen dat voortkwam uit de diepte van de ziel van de vrouw zelf. Terwijl mannelijke heiligen over de macht beschikten om de zonden van anderen te doen verdwijnen, moesten vrouwen het zelf innerlijk oplossen. Mogelijk was er dan ook een verschil in de morele natuur van mannen en vrouwen.<sup>69</sup> Een goed voorbeeld van de innerlijke strijd van een ascetische vrouw met de duivel is het verhaal van Sarah. Zij zou al meer dan 13 jaar lang in strijd zijn met de duivel en zijn verleidingen, echter bad ze niet tot God, zodat de strijd tot een einde zou komen, maar om kracht te krijgen de strijd vol te houden. Uiteindelijk versloeg ze door middel van bidden en ascetisme de duivel en zijn verleidingen.<sup>70</sup>

Dat vrouwen op innerlijke wijze het gevecht met de zonde aan moesten gaan suggereert dat het voor vrouwen moeilijker was om met verleidingen te leven. Een strenger ascetisch bestaan was dan wellicht een manier om met deze innerlijke strijd met de duivel om te gaan en geeft wellicht een verklaring voor het feit dat vrouwen eerder met bovennatuurlijke ervaringen worden geassocieerd dan mannen.

### 3.5 Hallucinatie als gevolg van het vasten

Volgens Rudolph Bell en Donald Weinstein waren 'super natural powers' niet alleen verbonden aan het ascetisme. Ook zijn zij van mening dat het meer een vrouwelijk dan een mannelijk fenomeen

---

<sup>68</sup> Weinstein and Bell, *Saints and society*, 236.

<sup>69</sup> Ibidem.

<sup>70</sup> The sayings of the desert fathers, *Sarah 1* (vert. Ward.).



was.<sup>71</sup> Ten eerste had dit te maken met het feit dat 'super natural powers' in verschillende verschijningsvormen bij vrouwen vaker voorkwamen dan bij mannen. Ten tweede zou men wellicht kunnen concluderen dat het ascetische leven van vrouwen strenger was dan dat van mannen. Wat van invloed kan zijn geweest op het feit dat vrouwen meer bovenaardse ervaringen hadden, aangezien hallucinaties worden veroorzaakt door extreme isolatie, voedseltekort, oververmoeidheid en langdurig mediteren en bidden.

In hoeverre isolatie als oorzaak van hallucinaties bij de asceten een rol speelde is moeilijk te beantwoorden. Niet alleen omdat bronnen over de plaatsen van de kloosters en vrouwen gemeenschappen schaars zijn, maar ook omdat het net als bij de mannelijke asceten lastig is om vast te stellen in hoeverre er sprake was van daadwerkelijke isolatie.

Toch is het mogelijk enige verschillen op te merken tussen mannen en vrouwen wat betreft het leven in isolement. Vrouwen werden om te beginnen geassocieerd met het familiale leven en sociale contacten. Daarnaast geven de bronnen die we hebben over vrouwen veelal informatie over vrouwengemeenschappen of kloosters, maar niet over individuele vrouwelijke asceten die naar een afgezonderde plaats vertrokken, zoals de woestijn. Hieronymus vermeldt wel dat Marcella een huisje op het platteland had vanwege de verlatenheid, maar zegt daarbij dat ze daar samen met anderen heen ging.<sup>72</sup> De bronnen bevestigen dat vrouwen in de buurt van steden bleven wonen. Marcella en Principia woonden op de Aventijn in Rome en Syncletica woonde in Alexandrië.<sup>73</sup> Het is vanuit de literatuur moeilijk te achterhalen of er ook vrouwen waren die zich afzonderden in de woestijn. De bronnen laten ons weten dat deze vrouwen wel een zelfde soort leven als de monniken in de woestijn nastreefden, maar geven ook aan dat de plaats waar zijn hun geloof belijden allesbehalve een sociaal geïsoleerde plek was.

Volgens Syncletica echter zou de woestijn niet veel anders zijn dan een stad, het ging erom

---

<sup>71</sup> Weinstein and Bell, *Saints and society*, 228.

<sup>72</sup> Hieronymus, *Brieven* 127.8 (vert. Tazelaar).

<sup>73</sup> Hieronymus, *Brieven* 127 (vert. Tazelaar); Elizabeth A. Castelli, 'Pseudo Athanasius, the life and activity of the Holy and blessed teacher syncletica', in: Wimbush, *Ascetic behaviour in Greco-Roman antiquity* (1990) 265.

dat men de geest isoleerde. Syncletica meent dat het mogelijk is om een afgezonderd leven te lijden in gedachten, terwijl men is omringd door mensen.<sup>74</sup> Het is mogelijk dat vrouwelijke asceten in een stedelijke omgeving geïsoleerd konden leven. Opvallend is dat ondanks het feit dat vrouwelijke asceten wellicht in een meer sociale omgeving bleven wonen, het vanuit de antieke bronnen lijkt alsof het isolement waarin zij leefden strenger was en meer invloed had op hun geestesgesteldheid dan bij mannen. Dit komt niet alleen doordat de verhalen over de vrouwelijke asceten gedetailleerder zijn beschreven, ook zijn de gevolgen van het ascetisch leven gruwelijker beschreven.

Het levensverhaal van Syncletica geeft aan hoe gruwelijk de gevolgen konden zijn van een ascetisch bestaan. Het leven van Syncletica draaide voor een groot deel om het omgaan met ziekten. Voor Syncletica was vasten naast het bereiken van spiritualiteit, ook een remedie tegen haar ziekten en dus een soort van medisch vasten.<sup>75</sup>

'Therefore the enemy made this excuse for this blow against her: for having caused pain in one tooth, he made her gums putrid in like manner. And the bone fell out; the spreading passed into the whole jaw, and became decay of the body pressing on the neighboring parts; and in forty days the bone was worm-eaten. And within the space of two months' time, there was a hole. The surrounding spaces were all becoming black. And the bone itself was corrupted, and little by little wasted away; putrefaction and the heaviest stench governed her whole body so that the ones who served her suffered more than she did. Most of them withdrew, not bearing the inhuman odor; but when need called, the multitude approached, kindling incense, and again withdrew because of the inhuman stench.'<sup>76</sup>

Syncletica was heel kwetsbaar voor ziekten en infecties, doordat ze weinig at en leefde in extreem slecht hygiëne. De extreme omstandigheden waarin Syncletica leefde zorgde er ook voor dat ze de laatste dagen van haar leven zelfs in extase doorbracht.

'When the end of victory and the crown were near her, and she saw visions and the power of angels, and exhortations of Holy virgins to the ascension, and being illuminated by ineffable light, and the land of paradise. And with the vision of these, she became as if one herself, proclaimed to those with her to bear nobly, and not to esteem the present lightly. She said to them, "in three days I will depart from the body." Not only this, but she revealed even the hour of her departure from there.'<sup>77</sup>

---

<sup>74</sup> The sayings of the desert fathers, *Syncletica* 19 (vert. Ward).

<sup>75</sup> Elizabeth A. Castelli, 'Pseudo Athanasius, the life and activity of the Holy and blessed teacher syncletica', in: *Ascetic behaviour in Greco-Roman antiquity* (Minneapolis 1990) 265-311.

<sup>76</sup> Pseudo Athanasius, The life and activity of the holy and blessed teacher Syncletica 111 (vert. Castelli).

<sup>77</sup> Pseudo Athanasius, The life and activity of the holy and blessed teacher Syncletica 113 (vert. Castelli).

De extase die Syncletica op haar sterfbed ervoer was duidelijk een gevolg van de lichamelijke toestand waarin ze zich op dat moment bevond. Extases, psychoses en hallucinaties uiteten zich vaak op momenten waarin het lichaam op het randje van de dood verkeerd. Extase kan onder andere veroorzaakt worden door extreem voedseltekort, stress, ziekten en isolatie, maar ook door langdurig mediteren of bidden. In de Vita Umiliana wordt extase beschreven als gevolg van langdurig vasten. Umiliana, een vrouwelijke geestelijke, was als gevolg van haar vasten vaak depressief, huilde dagen aaneen en sliep weinig. Naast deze depressies had ze ook last van kwaadaardige kwellingen, die als volgt door Bell worden beschreven:

'Hers were not only the usual array of serpents letting off foul odors, noisy wild beasts, and nude cadavers but the very desires closest to her heart. She was tempted to break her vow of silence by visions of her daughters dead in their crib, her good sister-in-law Ravenna calling to her, a Holy abbot begging bread, the madonna and child reaching out toward her.'<sup>78</sup>

Umiliana leed aan zulke hevige pijnen in haar nieren en schouders, dat ze haar tanden niet meer van elkaar zou kunnen halen en haar broers deze met een mes probeerden te forceren. Daarnaast leed ze aan maagpijn en hoestte ze bloed. Deze gruwelijk gevolgen van haar dieet zorgde dan ook dat ze vaak een aantal dagen in extase verkeerde. Ze stierf dan ook aan de gevolgen van haar strenge dieet.<sup>79</sup>

Opvallend is dat beide vrouwen veel contact hadden met hun omgeving: er waren mensen die hen ondersteunden wanneer ze ziek waren en in extase verkeerden aan het einde van hun leven. Ondanks dit menselijk contact verkeerden ze in een sociaal isolement, waarbij zij door hun geloofsovertuiging en daarbij horende levenswijze in zodanige extreme leefomstandigheden verkeerden dat ze als gevolg in extase raakten en zelfs gingen hallucineren. Dat bovenaardse ervaringen als gevolg van het vasten van vrouwen vaker zouden voorkomen, zegt nog niet dat visioenen onderdeel zijn van momenten van hallucinaties, maar het is daarmee ook niet uitgesloten als gevolg van het vasten. De verhalen van Syncletica en Umiliana bevestigen de mogelijkheden.

---

<sup>78</sup> Bell, *Holy Anorexia*, 91-92.

<sup>79</sup> *Ibidem*, 92.

Extreem vasten kon grote invloed uitoefenen op de geestesgesteldheid. Uit een onderzoek in Minnesota, dat plaatsvond vlak na de Tweede Wereldoorlog voor het hervoeden van de Europese bevolking, blijkt dat ondervoeding en dus extreem vasten enorme invloed heeft op de geest:

'On tests that measured mental health, the scores that concerned hypochondria, depression, and hysteria rose significantly. There were also increases in scores having to do with delusions and schizophrenia. The researchers regarded these changes as a "diffuse psychoneurosis." Their subjects had clearly become neurotic, a phenomenon that would reverse during refeeding. The symptoms of starvation neurosis were irritability, asociability, depression, nervousness, and emotional instability.'<sup>80</sup>

Dit geeft duidelijk aan dat het niet is uitgesloten dat illusies, als gevolg van extase en dus ook hallucinaties en visioenen een gevolg kunnen zijn extreem vasten. Sociaal isolement had invloed op hallucinaties, maar was ook een gevolg van het vasten. Door extreme voedseldeprivatie heeft men ook minder behoefte aan sociaal contact. Dit blijkt ook uit de conclusies van het onderzoek in Minnesota. Het volgende citaat geeft duidelijk aan dat men geen behoefte meer had aan gezelschap.

'The lively, friendly group that had bonded together for the first months was now dull and apathetic, unwilling to plan activities or make decisions. They were rude to visitors and spent most of their time alone. It was "too much trouble" and too tiring to be with other people.'<sup>81</sup>

Hallucinaties waren dus eerder een gevolg dan een doel van het vasten. Niet alleen is het moeilijk om vast te stellen in hoeverre asceten daadwerkelijk hallucineerden, ook zijn hallucinaties medisch gezien alleen mogelijk onder extreme omstandigheden, wat aangeeft dat niet vaak konden voorkomen. Zeker ook omdat de meeste asceten een streng dieet hadden, maar toch regelmatig eten nuttigden. Daarbij komt nog eens dat hallucinatie gestimuleerd wordt door extreme isolatie van menselijk contact en in het geval van de asceten blijkt isolatie een ruim geïnterpreteerd begrip te zijn.

Het doel van het ascetisme van vrouwelijke asceten verschilde niet met dat van mannelijke asceten. Verschil kan men eerder vinden in de praktijk. Het feit dat hallucinaties een gevolg waren van het ascetisme geeft aan dat het ascetisme wellicht bij vrouwen strenger was, maar er is geen indicatie dat hallucinatie een doel was van het ascetisme. De vraag waarom vrouwen eerder met het

---

<sup>80</sup> Sharman Apt Russell, 'The hunger experiment', *Wilson Quarterly* 29-3 (2005) 69.

<sup>81</sup> Russell, 'The hunger experiment', 68.

bovenaardse worden geassocieerd blijft daarmee onbeantwoord. Hoewel het doel van het ascetisme bij mannen en vrouwen hetzelfde lijkt, suggereert het boek 'Holy Anorexia' van Rudolph M. Bell dat er voor vrouwelijke asceten nog een ander doel kon zijn voor het vasten. Bell is van mening dat de huidige ziekte anorexia nervosa een religieuze variant kent, namelijk Holy Anorexia, die met name in de late middeleeuwen bij vrouwelijke geestelijken voor zou komen.

## Hoofdstuk 4: Gek?

'At least, if I am mad, I am not alone in my madness.'<sup>82</sup>

---

<sup>82</sup> Bell, *Holy Anorexia*, IX.

#### 4.1 Holy Anorexia

Het onderzoek van Rudolph Bell suggereert dat er voor vrouwen meer redenen waren om te gaan vasten dan voor mannen. Volgens Bell is Holy Anorexia datgene waaraan vrouwelijke asceten in de middeleeuwen leden. Onder Holy Anorexia verstaat hij een levensstijl met een hoog gewaardeerd sociaal en religieus doel, waarbij deprivatie van voedsel een uiting is van de controle die vrouwen willen over hun eigen leven. Het woord Holy duidt op het religieuze doel van de vrouwen, Anorexia op de overeenkomst van deze moderne ziekte met de levensstijl van ascetische vrouwen uit de middeleeuwen.<sup>83</sup>

Of het gaat om Holy Anorexia of anorexia nervosa is afhankelijk van de cultuur waarin de vrouw streeft naar controle over haar eigen leven. De gemene deler tussen deze twee vormen van anorexia is dat anorexia begint met een streven naar een hoog gewaardeerd sociaal doel. Het doel van anorexia nervosa patiënten is volgens Bell lichamelijke gezondheid, dun zijn en zelfcontrole. Het doel van Holy Anorexia patiënten is spirituele gezondheid, vasten en ontkenning van het lichaam.<sup>84</sup> Duidelijk is dat deze doelen die Bell noemt niet direct overeenkomen, maar toch plaatst hij ze naast elkaar en ziet verbanden tussen deze doelen door de gemene deler, het opgelegde sociale beeld waaraan zij verwacht worden te voldoen. Het gaat dus volgens Bell om een externe factor die de vrouw stimuleert een bepaald doel na te streven.

Hieruit kan men concluderen dat het eetpatroon voor vrouwen een manier was om een bepaald doel te bereiken en dat het doel voor Holy Anorexia-patiënten van dat van anorexia nervosa-patiënten verschilde. Het enige dat deze vrouwen met elkaar gemeen zouden hebben is het feit dat hun sociale omgeving hen zou hebben gestimuleerd tot een bepaald doel, waardoor ze een vorm van anorexia hebben gekregen.

Het feit dat de sociale omgeving bij anorexia nervosa patiënten een grote rol speelt, is algemeen bekend. Veel patiënten willen voldoen aan een lichamenlijk ideaalbeeld, dat door externe

---

<sup>83</sup> Bell, *Holy Anorexia*, 19-21.

<sup>84</sup> *Ibidem*, 20-21.

invloeden wordt gestimuleerd.<sup>85</sup> Vrouwelijke asceten zouden willen voldoen aan het ideaalbeeld van de geestelijke, waarbij ascetisme een middel was om dit doel te bereiken. In de late middeleeuwen was het voor ascetische vrouwen in het bijzonder van belang om te laten zien dat ze voldeden aan het ideaalbeeld van een geestelijke. Vrouwen liepen namelijk de kans om beschuldigd te worden van hekserij en moesten kunnen bewijzen dat de duivel zich van hen geen meester had gemaakt.<sup>86</sup>

De heksenjacht in de middeleeuwen maakt het echter voor Bell gemakkelijk om vast te stellen dat vrouwelijke asceten wilden voldoen aan dat ideaalbeeld. Het streven naar dit ideaalbeeld was echter niet per definitie het doel van het ascetisme van de vrouwen. Het feit dat Holy Anorexia een sociaal gestuurd fenomeen is, is puur een gevolg van de context waarin deze vrouwen leefden. Anorexia nervosa heeft als doel het voldoen aan sociale druk, terwijl bij Holy Anorexia deze sociale druk een contextuele bijkomstigheid is en geen doel. Ondanks het feit dat Holy Anorexia in grote mate verschilt van anorexia nervosa, is het mogelijk overeenkomsten te vinden tussen beide wat betreft de lichamelijke gevolgen van voedseldeprivatie.

#### 4.2 Lichamelijke overeenkomsten Holy Anorexia en anorexia nervosa

Een van de lichamelijke gevolgen van voedseldeprivatie is hyperactiviteit. Bell beschrijft in zijn tweede hoofdstuk het leven van Catherine Benincasa, die als vrouwelijke asceet leefde in en rond het jaar 1373 in Florence. Bij Catherine Benincasa was hyperactiviteit een duidelijk gevolg van haar vasten.

'She drank only a little cold water and chewed on bitter herbs while spitting out he substance. To Raymond and others she seemed about to die at any moment, yet, until the very end, at the opportunity to honor God or do an act of charity, and without medicine, she became robust, vigorously outwalked her companions, and never grew tired- in short, she became

---

<sup>85</sup> J. Griffin and E.M. Berry, 'Original communication, a modern day Holy Anorexia? Religious language in advertising and Anorexia nervosa in the west', in: *European Journal of Clinical Nutrition* 57 (2003) 43–51.

<sup>86</sup> Bell, *Holy Anorexia*, 21, 27.



hyperactive.<sup>87</sup>

Als gevolg van het vasten was haar lichaam uitgeput, maar toch bleef ze zich energiek voelen. Uit bevindingen van het onderzoek dat in Minnesota werd gehouden, blijkt ook dat voedseldeprivatie en uitputting kunnen leiden tot een gevoel van levendigheid, dat zelfs voor een aantal dagen stand kon houden.

'...We were losing weight, of course, but we still had a fair amount of energy.'<sup>88</sup>

'They were frequently depressed, although spells of elation could also come upon them suddenly, lasting a few hours to a few days. There was a "high" associated with the "quickenig" effect of starvation and with the pride of successfully adapting to the diet. These high periods were followed by low ones, black moods, and feelings of discouragement.'<sup>89</sup>

Ondanks het dieet bleven de mannen zich op bepaalde momenten levendig en energiek voelen.

Hyperactiviteit is een gevolg van een verminderde voedselinname, dit blijkt ook uit recent onderzoek. Het proefschrift van Linda Verhagen getiteld: 'Neural circuits underlying hyperactivity in an animal model for anorexia nervosa', geeft een verklaring voor de hyperactiviteit bij anorexia patiënten.<sup>90</sup> De interactie tussen perifere signalen en de hypothalamus speelt bij hyperactiviteit een grote rol, naast de neurotransmitter dopamine, die hyperactiviteit stimuleert.<sup>91</sup>

Naast hyperactiviteit zijn er ook andere lichamelijke gevolgen van voedseldeprivatie. Een vergelijking tussen het door Bell beschreven leven van Umiliana en de lichamelijke gevolgen die worden genoemd in het onderzoek uit Minnesota, laat zien dat de lichamelijke gevolgen voor ieder mens gelijk zijn.

Uit het onderzoek in Minnesota bleek dat veel van de mannen die aan het 'verhongeringsexperiment' deelnamen continue bezig waren met eten, last hadden van maagpijn, motorisch achteruitgingen en zich geestelijk niet gestimuleerd voelden om na te denken over andere

---

<sup>87</sup> Ibidem, 26.

<sup>88</sup> Russell, 'The hunger experiment', 65.

<sup>89</sup> Ibidem, 68-9.

<sup>90</sup> Linda Verhagen, 'Hyperactiviteit bij anorexia nervosa' in: redactie, *Universiteit van Utrecht*, 2009, <http://www.uu.nl/NL/faculteiten/geneeskunde/Actueel/agenda/Pages/Hyperactiviteitbijanorexianervosa.aspx> (28 juni 2010).

<sup>91</sup> Linda Verhagen, 'Hyperactiviteit bij anorexia nervosa' in: Redactie, *Universiteit van Utrecht*, 2009, <http://www.uu.nl/NL/faculteiten/geneeskunde/Actueel/agenda/Pages/Hyperactiviteitbijanorexianervosa.aspx> (28 juni 2010).

dingen dan eten. Het verlangen naar voedsel maakte velen depressief en sloeg bij velen om in vormen van agressie en leugens en in zeldzame gevallen in een vorm van zelfkastijding.<sup>92</sup>

Met name de buikklasten en depressiviteit zijn gevolgen die ook in het verhaal van Umiliana worden genoemd. Uit deze vergelijking kan men dan ook concluderen dat depressie de grootste gemene deler is, samen met een sterke afname van de kracht van het lichaam en langdurige pijnen in de maag. Hoewel generaliseren op het gebied van de geestelijke gevolgen van vasten echter gevaarlijk is door het enorme contextuele verschil, kan men toch vaststellen dat beiden last hadden van een vorm van geestelijke kwelling.

Deze overeenkomstige lichamelijke klachten bevestigen dat de lichamelijke gevolgen van het vasten hetzelfde zijn als de gevolgen van voedseldeprivatie bij anorexia-patiënten. Dat Bell daarom overeenkomsten ziet tussen deze moderne ziekte en het vasten van vrouwen uit de late middeleeuwen is dan ook terecht. Hoe dan ook is het onmogelijk om vanwege de verschillende context waarin de ziekten voorkomen een vergelijking te vinden in de oorzaak, waardoor patiënten met hun ziekten een bepaald doel wilden bereiken. Het punt dat sociale druk de aanzet gaf voor vrouwen om controle te willen uitoefenen op hun voedselinname is op geen enkele manier vergelijkbaar, aangezien deze sociale druk gebonden is aan een bepaald tijdsbeeld.

#### 4.3 De invloed van sociale en culturele systemen

De oorzaak voor anorexia nervosa tegenwoordig heeft voor een deel te maken met een verkeerd zelfbeeld. Meisjes die aan anorexia nervosa lijden vinden zichzelf te dik, ook al zijn ze graatmager. Dit element heeft te maken met een van de door Bell genoemde doelen van anorexia nervosa in de twintigste eeuw, namelijk dun zijn. Volgens Griffin vloeit dit verkeerde zelfbeeld bij anorexia nervosa-patiënten, voort uit bepaalde sociale en culturele systemen die zijn beïnvloed door het consumentisme en religieus fundamentalisme.<sup>93</sup>

---

<sup>92</sup> Russell, 'The hunger experiment', 66-83.

<sup>93</sup> Griffin and Berry, 'Original communication, a modern day Holy Anorexia?', 43-51.

Het consumentisme heeft net als de media voor een grote sociale verandering gezorgd. Griffin is dan ook van mening dat de 'social ills of today'<sup>94</sup> voortkomen uit de sociale structuren van de huidige kapitalistische samenleving. De moderne mens identificeert zich met de samenleving door zijn levensstijl en eetgewoonten.<sup>95</sup>

Het idee van Griffin dat sociale en culturele systemen veel invloed uitoefenen op de omgang met eten binnen een samenleving, komt nauw overeen met het idee van Garnsey dat vasten een bio-cultureel fenomeen is. Beide zijn van mening dat eten een sociaal gestuurd fenomeen is. Regels omtrent voedsel bepalen of je er wel of niet bij hoort en zijn dus van invloed op je identiteit. Men is dus wat men eet. Voedsel heeft dan ook in elke periode en elke gemeenschap een bepaalde sociale en culturele waarde.

In de late oudheid was het sociale en culturele systeem afgestemd op de schaarste waarmee men regelmatig te maken kreeg. Door de geestelijkheid werd het vasten gepromoot als antwoord op de honger die er heerste. Het ascetisme bood in die zin een manier om met het voedseltekort om te gaan. Amma Syncletica zegt letterlijk dat men zuinig om moet gaan met voedsel en een voorraad moet aanleggen voor de dagen waarop men het dringender nodig had.<sup>96</sup>

In tegenstelling tot de late oudheid is in de huidige westerse samenleving voedsel in overvloed. Voedsel is makkelijk, snel en in veel verschillende vormen verkrijgbaar. Mensen hoeven niet veel meer te doen, noch veel te betalen voor een maaltijd. De oorzaak hiervan ligt bij het ontstaan van bepaalde sociale en culturele systemen, zoals het consumentisme, dat aangestuurd wordt door de media. Als gevolg hiervan zijn er dan ook verschillende moderne ziekten ontstaan. Een goed voorbeeld zijn anorexia-nervosa, boulimia en obesitas. Door het ontstaan van deze ziekten en de invloed van de media, zijn mensen echter ook steeds meer gaan letten op hun dieet. Mensen bekommeren zich steeds meer om wat ze eten. Veel mensen zijn dan ook zoekende naar een passend dieet, wat tot gevolg heeft dat het consumentisme steeds verder wordt uitgebreid en

---

<sup>94</sup> Griffin and Berry, 'Original communication, a modern day Holy Anorexia?', 45.

<sup>95</sup> Ibidem.

<sup>96</sup> The sayings of the desert fathers, *Syncletica* 1 (vert. Ward.).

aangepast. Een voorbeeld hiervan is het vermelden van de hoeveelheid calorieën op de verpakking van producten en het fenomeen 'Sonja-bakkeren' dat is opgenomen in het Nederlandse woordenboek.

Het consumentisme, als een gevolg van het kapitalisme, heeft niet alleen bijgedragen aan het ontstaan van moderne ziekten, maar heeft ook invloed gehad op het kapitaliseren van alle sociale en culturele elementen in de samenleving. Zelfs het geloof is zich aan gaan passen aan de kapitalistische wereld. In de jaren '70 werd er een boek gepubliceerd waarin het geloof werd aangewezen als middel om af te vallen. Inmiddels is dit fenomeen een ware hype geworden en worden er zelfs in meer dan 70 landen workshops gehouden voor mensen die door middel van het geloof willen afvallen.<sup>97</sup>

Duidelijk is dat er meerdere elementen binnen een maatschappij van invloed zijn op gedrag en levensstijlen. Het is dan ook erg lastig om Holy Anorexia te verbinden aan een moderne ziekte zoals anorexia nervosa. Lichamelijke kenmerken zijn in zekere mate hetzelfde, maar door contextuele verschillen is het onmogelijk een parallel te zien tussen de verschillende doelen en oorzaken. Toch is het wel terecht dat Bell probeert te bewijzen dat er mogelijke parallellen zijn tussen de verschillende vormen van voedseldeprivatie door de tijd heen, aangezien deze link absoluut bestaat. Bell heeft de link alleen gevonden op de verkeerde plek.

#### 4.4 'Pray your weight away'

Tegenwoordig zijn er priesters die verkondigen dat geloof het middel is tot het bereiken van een ideaal uiterlijk. Ze promoten het 'christelijke dieet', als oplossing voor gewichtsproblemen. Charlie W. Shedd schreef in 1957 een boek getiteld 'Pray your weight away'. Recent is het idee van Shedd om via geloof mensen te helpen met hun ideaalbeeld, nieuw leven ingeblazen. In korte tijd werden er meerdere boeken van verschillende auteurs over dit onderwerp uitgebracht, waaronder: *What*

---

<sup>97</sup> Griffin and Berry, 'Original communication, a modern day Holy Anorexia?', 46.

*Would Jesus Eat?* in 1982, *The Bible Cure for Weight Loss and Muscle Gain* in 2000, *First Place: The Original Bible-Based Weight Loss Plan* in 2001, *The Divine Diet: The Secret to Permanent Weight Loss* in 2001, *Spiritual Secrets to Weight Loss* in 2002, *Daily Word For Weight Loss* in 2002, *Love Hunger Weight-Loss Workbook A 12-Week Life Plan for the Body, Mind, and Spirit* in 2004. Men kan tegenwoordig zelfs workshops volgen en er zijn via internet talloze religieuze websites te vinden waar men terecht kan voor vragen en informatie over het 'heilige' dieet.<sup>98</sup>

Opvallend is dat het doel dat deze priesters met het 'christelijke dieet' willen bereiken overeenkomstig is met het doel van het ascetisme van de christelijke monniken uit de late oudheid. Op de website van priester Charles P. Henderson, staat letterlijk vermeld wat het doel is van het 'christelijke dieet':

'Founded by Gwen Shamblin, a dietician, Weigh Down's premise is that fatness is a symptom of a faith crisis: overweight people have mistaken a spiritual emptiness for a hunger for food.' (...) 'As Shamblin writes in "The Weigh Down Diet," the aim of her Christ-centered plan is to "learn how to replace head hunger with the will of God so that you transfer this urge for a pan of brownies to that of hungering and thirsting after righteousness".'<sup>99</sup>

De wereldlijke honger moet worden gestild en worden vervangen door honger naar God. Dit doel komt nauw overeen met het doel van het vasten van de ascetische monniken: het onderdrukken van wereldlijke en dus lichamelijke verlangens moeten worden vervangen door spiritualiteit. Zowel het 'christelijke dieet' als het vasten is een manier om verlangens te onderdrukken en om verlangen te disciplineren. Het gaat erom dat men leert omgaan met deze verlangens, zodat ze onderdeel worden van het bestaan. Het onderdrukken van verlangens en daarmee conditioneren van het wereldlijke leven is van belang bij het bereiken van spiritualiteit. Het bereiken van spiritualiteit is daarentegen ook noodzakelijk om zich van het wereldlijke te onderscheiden en zodoende dichterbij God te komen. Wanneer verleiding geen obstakel meer is in het leven, hebben asceten het perfecte ascetisme bereikt en de volgers van het 'christelijke dieet' een ideaal christelijk lichaam en vrome geest.

---

<sup>98</sup> Charles Henderson, 'What Would Jesus Eat? Do Christian Weight Loss Programs Really Work?' in: C. Henderson, *Godweb*, 2010, <http://www.Godweb.org/weightloss.htm> (28 juni 2010).

<sup>99</sup> Ibidem.

Het ascetisme van de woestijnvaders heeft dus nog altijd, in aangepaste vorm, grote invloed op het dagelijkse leven van de gelovigen. Het vasten van de monniken wordt nog altijd als voorbeeld gebruikt voor het leven van een vroom Christen. Het voeden van de geest en stimuleren van de spiritualiteit is nog altijd een belangrijk element binnen het Christendom, zoals blijkt uit het doel van het 'christelijke dieet'. De daadwerkelijke honger kan men stillen door het om te zetten in honger naar God. Het geloof zorgt ervoor dat ze zich voldaan zullen voelen en zal dus de letterlijke honger naar God stillen.

## Conclusie

Honger was een algemeen bekend fenomeen in de late oudheid dat invloed had op de gehele gemeenschap. Het was dan ook noodzakelijk voor de gemeenschap om bepaalde regels op te stellen voor het beschermen van voedselvoorraden en het nuttigen van voedsel. Regels waren veelal verbonden aan de heersende religie en het voedsel werd meestal in rituele context genuttigd.

Voedsel en rituelen waren een manier van communiceren, met elkaar en met God. Binnen het Christendom vertaalde zich dit in het vieren van de eucharistie en het bidden voor de maaltijd. Strengere regels binnen het ascetisme, zoals vasten, was dan ook een manier om bewustzijn te kweken over de kwetsbaarheid van voedsel en het dankbaar zijn voor de maaltijd die God had geschonken. God had immers grote invloed op schaarste. Zo dacht men dat slechte oogst en honger een straf was van God vanwege het zondigen van de mens. Regels omtrent voedsel bepaalden dan ook wie er wel en niet bij hoorden. Een goed voorbeeld van uitsluiting is het feit dat de Christenen weigerden offervlees te eten en dat men alleen mocht deelnemen aan de eucharistie wanneer men gedoopt was. Voedsel en religie waren dus nauw aan elkaar verbonden.

Het vasten was een van de onderdelen van het christelijke ascetisme. Het ascetisme was van oudsher een manier om te komen tot bezinning. Ascetisme werd al door de Joden en filosofen toegepast. Dit betekende echter niet dat het ascetisme maar een enkel doel had. Het ging erom wat men met het ascetisme deed en hoe men het ascetisme toepaste om het doel dat men voor ogen had te bereiken. Onthouding aan de geneugten des levens was dan ook de sleutel tot een meer spiritueel leven. Het onthouden aan voedsel was een manier om de geneugten te onderdrukken en afstand te doen van het wereldlijke en had dus tot gevolg dat de geest werd gestimuleerd. Vasten bood daarom ook de mogelijkheid tot grensvervaging tussen de geest en het lichaam, die nodig was tot het bereiken van een leven in dienst van het geloof. Ook bereikte men door het vasten een hogere staat

van bewustzijn, die ervoor zorgde dat de gelovige zich meer bewust werd van zijn eigen identiteit als christen en door de bewustwording van het eigen geloof op het bewuste moment voelde men zich meer verbonden met God.

Hoe dan ook blijft het de vraag in hoeverre de monniken de geneugten des levens konden disciplineren door het nuttigen van een gevarieerd dieet. Zo is namelijk gebleken dat het spirituele doel van het vasten bereikt kon worden door een vermindering van voedselinname, waarbij datgene dat men at niet zozeer van belang was. Het ging erom dat men niet verzadigd raakte en zodoende leerde omgaan met verlangens. Men kan dan ook concluderen dat naast de antieke teksten ook de archeologische bronnen een eenzijdig en beperkt beeld geven van de eetgewoonten.

Wanneer men de archeologische vondsten naast de antieke teksten legt kan opgemerkt worden dat het dieet van de eerste woestijn monniken, niet zo gevarieerd was in tegenstelling tot dat van de monniken in de kloosters. Het in de literatuur beschreven strenge dieet van brood en water blijkt plausibel, wanneer men wil weten wat de eerste woestijnvaders nuttigden. De kloosters moesten immers nog worden opgebouwd en kloostertuinen aangelegd. Planten hadden daarnaast ook tijd nodig om te groeien en men was voor verschillende gewassen afhankelijk van de handel. Daarbij komt nog eens dat men afhankelijk was van seizoenen en niet iedere plant even snel groeide.

Gekeken naar de kloostertuinen kan men concluderen dat het dieet van de monniken inderdaad veel gevarieerder was. Naast de handel zorgden deze kloostertuinen voor een groot deel voor de voedselvoorziening. Wijn was wellicht een van de producten waarin het meeste werd gehandeld. De monniken mochten dit immers zelf niet nuttigen, behalve tijdens de eucharistie. De tegenstrijdigheid van de productie van wijn zit niet alleen in het feit dat wijn lusten zou opwekken, ook was wijn in de late oudheid een van meest hygiënische dranken. Water was niet overal verkrijgbaar, als het al drinkbaar was. Toch blijkt dat de kloosters goede water voorzieningen hadden en dat water, ondanks allerlei filosofische ideeën, toch over het algemeen het meest werd



gedronken in de kloosters.

De afmetingen van de kloosters en de verschillende plantensoorten die er in de kloosters werden gekweekt geven niet alleen aan dat er een mogelijkheid bestaat dat het dieet van de monniken gevarieerd was, maar ook dat de monniken om het land te kunnen bewerken wel regelmatig iets moesten nuttigen. Met name extreem vasten heeft naast geestelijke verruiming tot gevolg dat men motorisch en lichamelijk zwak wordt. Daarnaast is het moeilijk, vanwege het feit dat de monniken regelmatig iets aan voedsel moesten nuttigen, om bij deze monniken vast te stellen in hoeverre hallucinatie een gevolg was van het vasten. Het feit dat isolatie een breed geïnterpreteerd begrip was, ondergraaft daarnaast ook het idee dat hallucinatie vaak voorkwam. Hallucinatie is gekeken naar het deprivatie syndroom een van de gevolgen van extreme onthouding aan sociaal contact. Bij de monniken maar ook bij de vrouwelijke asceten is het echter lastig om vast te stellen in hoeverre isolatie ook daadwerkelijke distantie van menselijk contact betekende. De monniken leefden immers met 40 á 50 andere monniken in een klooster en vrouwen bleven veelal in en rond steden wonen.

Het uitgangspunt van het leven van mannelijke en vrouwelijke asceten was hetzelfde. De eerste woestijn vaders diende als voorbeeld voor zowel mannen als vrouwen. Daarbij stelden mannen veelal de leefregels samen waarnaar de vrouwelijke asceten leefden. De vrouwelijke geestelijken leidden dan ook een ascetisch leven dat over het algemeen in de praktijk overeen kwam met dat van de mannelijke asceten. Enkel op een aantal elementen van het ascetische leven kan men verschillen opmerken. Zowel mannen als vrouwen verwaarloosden hun uiterlijk om zich aan het wereldlijke te onttrekken, maar voor vrouwen had het betekenis door de associatie met hun vrouwelijkheid en de negatieve kenmerken die met het vrouw zijn gepaard gingen. Vrouwelijke geestelijken zorgden dan ook voor een positiever beeld van vrouwelijkheid, doordat ze door de keuze van hun levensstijl meer respect kregen van mannen. Niet vrouwelijk zijn had veel voordelen voor de vrouwelijke asceten. Zo konden ze makkelijker reizen, hadden ze meer mogelijkheden om

zich op intellectueel niveau te ontwikkelen en werden ze dus ook sneller geaccepteerd door andere geestelijken, waardoor het makkelijker was voor de vrouwen om een geestelijk bestaan te leiden.

Het fysieke uiterlijk had voor vrouwen daarnaast ook nog een andere bijkomstigheid.

Vrouwen werden door het vasten onvruchtbaar. Deze onvruchtbaarheid had invloed op het libido van de vrouwen, maar maakte de vrouwen ook minder aantrekkelijk voor het andere geslacht.

Hierdoor bleef de maagdelijkheid beschermd, wat belangrijk was voor de vrouwelijke asceten en hun dienstbaarheid tegenover God.

Men kan dus concluderen dat het biologische verschil tussen man en vrouw zorgde voor een verschil in de praktijk tussen mannelijk en vrouwelijk ascetisme. Het doel dat vrouwelijke en mannelijke asceten hadden met het vasten was hetzelfde, slechts de manier waarop men dit doel kon bereiken verschilde. Het biologische verschil had echter niet alleen betrekking op het fysiek anders zijn van man en vrouw, maar had ook te maken met de superioriteit van de man over de vrouw.

Voor mannen bleef de biologische status binnen het Christendom erg belangrijk. De man was immers eerder geschapen dan de vrouw. Dit geeft dan ook wellicht een verklaring voor het feit dat er meer bronnen zijn van mannelijke geestelijken dan van vrouwelijke geestelijken en dat de regels voor vrouwelijke asceten door mannen werden bedacht, van mannelijke voorbeelden werden overgenomen en door mannen werden beschreven. De enige vrouw met aanzien in het Christendom was Maria, de rest van de dienaren, zoals de apostelen, waren mannen. Duidelijk is dan ook de invloed van de biologische status van de mens op de religiositeit.

Het verschil tussen man en vrouw wordt daarnaast ook benadrukt door het feit dat de zonde bij vrouwen intern moest worden opgelost, waardoor vrouwen meer moeite moesten doen om verleidingen te weerstaan dan mannen. Dat vrouwen een strenger ascetisch leven leiden is dan ook voor de hand liggend en geeft een mogelijke verklaring voor het feit dat de gruwelijke verhalen over vrouwen op zeer gedetailleerde wijze werden beschreven. Ook het gegeven dat 'super natural powers' meer een vrouwelijke fenomeen was, geeft aan dat vrouwelijk ascetisme gekenmerkt werd

door extremen. Hallucinaties en visioenen waren immers een gevolg van extreme isolatie en voedseldeprivatie.

Toch is het ook bij vrouwelijke asceten lastig vast te stellen in hoeverre er sprake was van extreme isolatie. Vrouwen bleven in en rond steden wonen. Daarnaast werden ze, zoals blijkt uit de literatuur ondersteund door de mensen om hen heen. Volledige deprivatie van sociaal contact was dus niet aan de orde. Het enige dat men wel vast kan stellen is dat voedseldeprivatie zorgde dat men minder behoefte had aan sociaal contact en dat de strenge ascetische levensstijl van vrouwen eerder dan bij mannen kan hebben geleid tot hallucinaties, extases, visioenen en 'super natural powers'.

Omdat isolatie een ruim geïnterpreteerd begrip is, maar ook vanwege het feit dat hallucinaties alleen in extreme situaties voorkomen, kan men het fenomeen hallucinatie enkel zien als een gevolg van het vasten en niet als een doel. Het doel van het ascetisme is dan ook voor mannen en vrouwen hetzelfde, namelijk het versterken van de spiritualiteit. Holy Anorexia suggereert dat er voor vrouwen ook nog een ander doel was voor het vasten, maar aangezien de parallel tussen Holy Anorexia en anorexia nervosa niet gemaakt kan worden vanwege het enorme contextuele verschil waarin beide ziekten voorkomen, is het onmogelijk om een dergelijke conclusie te trekken.

Holy Anorexia staat simpelweg symbool voor het vasten van vrouwelijke geestelijken in de late middeleeuwen en het verband tussen de eetgewoonten van deze vrouwen met dat van anorexia nervosa patiënten. Zowel Holy Anorexia patiënten en anorexia nervosa patiënten zouden door sociaal gestuurde idealen hun eetgewoonten zijn gaan aanpassen volgens Bell, maar deze sociale druk bij Holy Anorexia patiënten is enkel een gevolg van de context en niet gebonden aan het doel dat men wilden bereiken, zoals bij anorexia nervosa patiënten wel het geval was. Het is dus erg lastig een link te vinden tussen Holy Anorexia en anorexia nervosa door de context waarin deze ziekten voorkomen.

Bell heeft terecht gezocht naar overeenkomsten tussen verschillende vormen van

voedseldeprivatie bij vrouwen door de tijd heen, maar de link niet op de juiste plaats gevonden.

Holy Anorexia kan men eerder vergelijken met de moderne hype van het 'christelijke diëten', die door religieuze fundamentalisten wordt gepromoot als antwoord op eetproblemen. Het doel van vasten in de late oudheid vertoont dan ook overeenkomsten met het doel van het 'christelijke dieet'.

In de late oudheid diende het vasten ter bevordering van het geloof en was het een manier om met de heersende schaarste aan voedsel om te gaan. Het moderne 'christelijke dieet' is daarentegen een antwoord op het moderne probleem van het consumentisme. De boodschap dat geloof het belangrijkste bezit is en dat geloof alleen de mens staande kan houden, is de boodschap die met het vasten in de late oudheid en met het moderne 'christelijke dieet' wil uitdragen. In de late oudheid was voor de gelovige het vasten van de asceten een voorbeeld voor het disciplineren van de geneugten van het lichaam, om bewustzijn te creëren van de eigen identiteit als vroom Christen en zodoende het geloof te versterken. Voor de asceten zelf was het vasten een manier om de honger naar God te stillen. Tegenwoordig is voor de gelovige het vasten van de asceten een voorbeeld voor de honger die men als vroom Christen zou moeten hebben, namelijk de honger naar God.

# Bibliografie

## Primaire bronnen:

- Bijbel, Statenvertaling (2001).
- Schaff, Philip and Henry Wace, 'Athanasius, Select Works and Letters, Nicene and post-Nicene fathers' 41-2 *Medieval Sourcebook*, 198-2.
- Tazelaar, Chris , *Hieronymus. Brieven*, (vert.; Budel 2008).
- Ward, Benedicta, *The sayings of the desert fathers* (vert.; London and Oxford 1983).

## Secundaire bronnen:

- Bell, Rudolph M., *Holy Anorexia* (Chicago 1985).
- Brakke, David, 'The lady appears: Materializations of 'women' in early monastic literature', in: Dale B. Martin and Patricia Cox Miller, *The Cultural turn in late ancient studies, Gender, Asceticism and Historiography*, (Durham 2005) 24-40.
- Bynum, Caroline Walker, *Holy feast and Holy fast* (Berkeley 1987).
- Cameron, Averil, *The mediteranean world in late antiquity AD 395-600* (London and New York 1993).
- Castelli, Elizabeth A., 'Pseudo Athanasius, the life and activity of the Holy and blessed teacher syncretica', in: Wimbush, *Ascetic behaviour in Greco-Roman antiquity* (1990) 265-311.
- Clark, Elizabeth A., *Acetic Piety and women's faith: essays on late antiquity christianity* (Lewiston 1986).
- Clark, Elizabeth A., 'Devil's Gateway and Bride of Christ: women in the early christian

- world', in: Elizabeth A. Clark, *Ascetic piety and women's faith: essays on late ancient Christianity* (1986) 23-61.
- Clark, Gillian, 'Women and asceticism in late antiquity: the refusal of status and gender', in: Vincent L. Wimbush and Richard Valantasis, *Asceticism* (1998) 33-49.
  - Ekroth, Gunnel, *The sacrificial rituals of Greek hero-cults in the archaic to the early Hellenistic periods* (Stockholm 1999).
  - Garnsey, Peter, *Food and society in classical antiquity* (Cambridge 1999).
  - Griffin, J. and E.M. Berry, 'Original communication, a modern day Holy Anorexia? Religious language in advertising and anorexia nervosa in the west', in: *European Journal of Clinical Nutrition* 57 (2003) 43–51.
  - Grimm, Veronica E., *From feasting to fasting: attitudes towards food in late antiquity* (London and New York 1996).
  - Harlow, Mary and Wendy Smith, 'Between fasting and feasting: the literary and archeobotanical evidence of monastic diet in Late Antiquity Egypt', *Antiquity* 75 (2001) 758-68.
  - Hirschfeld, Yizhar, *The Judean Desert Monasteries in the Byzantine Period* (New Haven 1992)
  - Holman, Susan R., *The hungry are dying, beggars and bishops in Roman Cappadocia* (2001).
  - Jo Nash, 'Mutant spiritualities in a secular age: the fasting body and the hunger for pure immanence', *Journal for religion and health* 45-3 (2006).
  - Rouselle, Aline, *Porneia, on desire and the body in antiquity* (Oxford 1998).
  - Russell, Sharman Apt, 'The hunger experiment', *Wilson Quarterly* 29-3 (2005) 66-83.
  - Rutgers, L.V., M. van Strydonck, M. Boudin en C. van der Linde, 'Stable isotope data from the early Christian catacombs of ancient Rome: new insights into the dietary habits of

Rome's early Christians', *Journal of Archeological science* (2009).

- Shaw, Theresa M., 'Pseudo Athanasius, discourse on salvation to a virgin', in: Richard Valantasis, *Religions of late antiquity in practice* (Princeton 2000) 82-100.
- Valentasis, Richard, *Religions of late antiquity in practice* (Princeton 2000).
- Ward, Benedicta, 'Diet for a large soul', *Christian History* 18 (1999) 24 (2).
- Weinstein, Donald and Rudolph M. Bell, *Saints and society: the two worlds of Western Christendom, 1000-1700* (Chicago, 1982).

#### Websites:

- Charles Henderson, 'What Would Jesus Eat? Do Christian Weight Loss Programs Really Work?' in: C. Henderson, *Godweb*, 2010, <http://www.Godweb.org/weightloss.htm> (28 juni 2010).
- Linda Verhagen, 'Hyperactiviteit bij anorexia nervosa' in: Redactie, *Universiteit van Utrecht*, 2009, <http://www.uu.nl/NL/faculiteiten/geneeskunde/Actueel/agenda/Pages/Hyperactiviteitbijanorexianervosa.aspx> (28 juni 2010).