

Sieh! – und verfare mit mir nach Deiner Barmherzigkeit. Besiege und heile mich, erniedrige und erhöhe mich. In Ehrfurcht verstumme ich vor Deinem heiligen Willen und Deinen für mich unerforschlichen Ratschlüssen.

Ich bringe mich Dir selbst zum Opfer dar. Dir allein ergebe ich mich ganz und gar. Ich habe keinen anderen Wunsch, als Deinen Willen zu erfüllen.

Lehre Du mich beten – bete selbst in mir. Amen.

## Eine spirituelle Blütenlese aus dem Orthodoxen Kloster der Herrin von Antiochien - Dollendorf - Deutschland

+ Als der heilige Antonius der Große in der Wüste lebte, wurde er von Langeweile, Müdigkeit und düsteren Gedanken heimgesucht. Da betete er zu Gott und sprach: „Herr, ich möchte gerettet werden, aber diese Gedanken lassen mich nicht los. Was soll ich in meiner Bedrängnis tun? Wie kann ich gerettet werden?“ Nach einiger Zeit stand er auf, um hinauszugehen, und sah einen Mann, der ihm gleich: Er saß da und flocht Seile, stand dann auf, um zu beten, setzte sich wieder an seine Arbeit und kehrte erneut zum Gebet zurück. Dies war ein Engel des Herrn, den Gott gesandt hatte, um ihn zu unterweisen und zu bewahren. Da hörte Antonius den Engel sagen: „Handle so, und du wirst gerettet werden.“ Als er diese Worte hörte, freute er sich sehr und wurde neuen Mutes. Er tat, was er gehört hatte, und wurde gerettet.

Heiliger Antonius der Große

## باقة روحية من دير العذراء الأنطاكية الأرثوذكسي

- دولندورف - ألمانيا

+ فيما كان القديس أنطونيوس الكبير ساكناً في البرية، انتابه الملل والضجر والأفكار القاتمة، فصلّى للربّ قائلاً: «يا رب أريد أن أخلص، ولكنّ الأفكار لا تتركني، فما العمل في ضيقي؟ كيف أخلص؟».

وبعد قليل قام ليخرج، فرأى رجلاً مثله، جالساً يعمل في ضفر الحبال، ثم ينهض من عمله ليصلّي ثم يعود ويضفر من جديد، ثم يعود للصلاة. وكان هذا ملك الربّ أرسله لإرشاده ووقايته.

ثم سمع أنطونيوس الملك يقول: «اعمل هكذا فتخلص». فلما سمع هذا الكلام فرح جداً وتبسّج، وعمل بما سمع، فخلص.

القديس أنطونيوس الكبير



## AL-BUSCHRA Die frohe Botschaft

Die Antiochenisch-Orthodoxe Metropolie  
von Deutschland und Mitteleuropa

18.01.2026

### 12. Sonntag von Lukas Gedächtnistag: Athanasios u. Kirillos von Alexandria 7. Ton - E. 10

#### Das Auferstehungstroparion:

Zerstört hast du durch dein Kreuz den Tod, aufgetan hast du dem Schächer das Paradies; den Myronträgerinnen hast du das Jammern verwandelt und den Apostel zu predigen geboten: Dass du auferstanden bist, o Christe Gott, schenkend der Welt das große Erbarmen.

#### Das Troparion des Schutzpatrons der jeweiligen Gemeinde ...

#### Das Troparion der Heiligen

(3. Ton):

Strahlend durch Werke der Rechtgläubigkeit, und auslöschend alle Schlechtigkeit, seid Ihr zu ruhmvollen Siegern geworden; durch Frömmigkeit das All bereichernd, die Kirche großartig schmückend, habt Ihr nach Würde gefunden Christum, den Gott Der da schenkt durch Eure Gebete allen große Gnade!

#### Das Kondakion zur Darstellung unseres Herrn, Gottes und erlösers Jesus Christus im Tempel (1. Ton):

Durch deine Geburt hast du den jungfräulichen Mutterschoß geheiligt, die Hände Simeons, wie es recht war, gesegnet und uns jetzt durch dein Zuvorkommen gerettet, Christus Gott. Gib Frieden der kriegsbedrohten Gemeinde und stärke die Regierenden, die du liebst, denn du bist der einzig Menschenliebende.

## Die Epistel zum 29. Sonntag nach Pfingsten:

**Prokimenon:** Wie zahlreich sind doch deine Werke, Herr! Sie alle schufst du mit Weisheit! Preise, meine Seele, den Herrn!

Lesung aus dem Brief des Apostel Paulus an die Kolosser (Kol. 3: 4-11)

**B**rüder, wenn aber Christus, euer Leben, sich offenbaren wird, dann werdet ihr auch offenbar werden mit ihm in der Herrlichkeit. So tötet nun eure Glieder, die auf Erden sind, Hurerei, Unreinigkeit, schändliche Brunst, böse Lust und den Geiz, welcher ist

Abgötterei, um welcher willen kommt der Zorn Gottes über die Kinder des Unglaubens; in welchem auch ihr weiland gewandelt habt, da ihr darin lebtet. Nun aber leget alles ab von euch: den Zorn, Grimm, Bosheit, Lästerung, schandbare Worte aus eurem Munde. Lüget nicht untereinander; zieht den alten Menschen mit seinen Werken aus und ziehet den neuen an, der da erneuert wird zur Erkenntnis nach dem Ebenbilde des, der ihn geschaffen hat; da nicht ist Grieche, Jude, Beschnittener, Unbeschnittener, Ungrieche, Scythe, Knecht, Freier, sondern alles und in allen Christus.

## Das Evangelium zum 12. So. der Lukas Reihe (LK 17: 12-19):

**I**n jener Zeit, als Jesus in ein Dorf hineingehen wollte, kamen ihm zehn Aussätzige entgegen. Sie blieben in der Ferne stehen und riefen: Jesus, Meister, hab Erbarmen mit uns! Als er sie sah, sagte er zu ihnen: Geht, zeigt euch den Priestern! Und während sie zu den Priestern gingen, wurden sie rein.

Einer von ihnen aber kehrte um, als er sah, daß er geheilt war; und er lobte Gott mit lauter Stimme. Er warf sich vor den Füßen Jesu zu Boden und dankte ihm. Dieser Mann war aus Samarien. Da sagte Jesus: Es sind doch alle zehn rein geworden. Wo sind die übrigen neun? Ist denn keiner umgekehrt, um Gott zu ehren, außer diesem Fremden? Und er sagte zu ihm: Steh auf und geh! Dein Glaube hat dir geholfen.

## + Gedächtnis unserer hl. Väter Athanasios und Kyrillos, Patriarchen von Alexandria

**Der hl. Athanasios der Große, Erzbischof von Alexandria** wurde im Jahr 296 in Alexandria geboren und hatte von früher Kindheit an eine Neigung zum geistigen Leben. Er war Diakon unter Erzbischof Alexander und begleitete ihn zum ersten Ökumenischen Konzil. Auf diesem Konzil wurde Athanasios für seine Gelehrtheit, seine Frömmigkeit und seinen Eifer für die Orthodoxie bekannt. Er trug viel dazu bei, die Häresie des Arius zu zerstören und die Orthodoxie zu stärken. Er schrieb das Glaubensbekenntnis, das vom Konzil angenommen wurde. Nach Alexanders Tod wurde Athanasios zum Erzbischof von Alexandria gewählt. In dieser Würde blieb er vierzig Jahre, obgleich nicht die ganze Zeit auf dem erzbischöflichen Thron der Erzdiözese. Abgesehen von geringen Zeitspannen wurde er sein ganzes Leben lang von Häretikern verfolgt. Unter den Kaisern verfolgten ihn am meisten Konstantius, Julian und Valens; unter den Bischöfen Eusebios von Nikomedia und viele andere; von den Häretikern Arius und seine Anhänger. Athanasios musste sich vor seinen Verfolgern verstecken, sogar in einem Brunnen, in einem Grab,

in privaten Häusern und in der Wüste. Zweimal war er gezwungen, nach Rom zu fliehen. Erst kurz vor seinem Tod lebte er eine zeitlang in Frieden als guter Hirte inmitten seiner Herde, die ihn wahrhaft liebte. Es gab nur wenige Heilige, die so erbarmungslos verleumdet und verbrecherisch verfolgt wurden wie der hl. Athanasios. Seine große Seele ertrug alles aus Liebe zu Christus, und am Ende ging er siegreich aus diesem ganzen schrecklichen und langwierigen Kampf hervor. Um sich Rat, Trost und moralische Unterstützung zu holen, besuchte der hl. Athanasios oft den hl. Antonios, den er als seinen geistlichen Vater achtete. Als Mann, der die größte Wahrheit formulierte, hatte der hl. Athanasios für diese Wahrheit viel zu leiden, bis der Herr seinen treuen Knecht im Jahr 373 Ruhe schenkte in Seinem Reich.

*(aus: Hl. Nikolaj Velimirović; der Prolog von Ochrid)*

## + Am selben Tag, Gedächtnis der hl. Märtyrerin Theodouli sowie ihrer Gefährten Helladios, Boethios, Evagrius und Makarios

Diese litten zu Beginn der Verfolgung durch die römischen Kaiser Diokletian und Maximian (um 303) in Anazarb in Kilikien. Zuerst wurde Theodouli („Magd Gottes“) festgenommen und nach furchtlosem Bekenntnis zu Christus grausamen Folterungen unterworfen. Als man ihr fünf Nägel in die Ohren, die Stirn und die Brust schlug und sie, ins Gebet verunken, keinerlei Schmerz davon zu empfinden schien, bekehrte sich der Gerichtsschreiber Helladios zusammen mit seinem Gehilfen Boethios. Diese wurden enthauptet, während man Theodouli in einen Glutofen warf, wo sie zusammen mit zwei anderen tapferen Märtyrern, Evagrius und Makarios, die Seele an Gott übergab.

## + Gedächtnis der hl. Märtyrerin Xenia, die ebenfalls verbrannt wurde.

## + Gedächtnis des hl. Maxim, Metropolit der Wallachei.

Sohn des hl. Stefan des Blinden, Fürst von Serbien (10. 12.) und der hl. Angelina (30. 7.), entsagte der hl. Maxim allen seinen prinzlichen Vorrechten und wurde Mönch im Kloster Manassia in Mittelserbien. Von Türken vertrieben, floh er nach Rumänien, wo er später zum Erzbischof der Wallachei gewählt wurde und die Herde Christi manches Jahr in Weisheit weidete. Im Alter kehrte er nach Serbien zurück und verbrachte seine letzten Jahre im Kloster Krusedol, wo er nach geduldig ertragener Krankheit 1546 in Frieden entschlief.

*(aus: Synaxarion, Kloster des Hl. Johannes des Vorläufers, Chania, Kreta, 2006)*

## Gebet des Metropoliten Filaret von Moskau

*Herr, ich weiß nicht, worum ich Dich bitten soll! Du allein weißt, was ich nötig habe. Du liebst mich mehr, als ich mich selber zu lieben vermag.*

*Vater! Gib mir, deinem Knecht, worum ich selbst nicht bitten kann. Ich habe den Freimut, weder das Kreuz zu begehren noch den Trost. Ich stehe allein vor Dir mit offenem Herzen. Du siehst, was mir Not tut, wovon ich selbst nichts weiß.*