

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

+ Mache dir die Gesinnung und den Geist der heiligen Väter zu eigen, indem du ihre Schriften liest. Denn die Väter haben das höchste Ziel erreicht: Sie haben das Heil erlangt.

Auch du wirst dieses Ziel gewiss erreichen. Denn in der Vereinigung deines Denkens und deines Herzens mit den heiligen Vätern liegt das Heil.

Heiliger Ignatius Brjantschaninow



## AL-BUSCHRA Die frohe Botschaft

Die Antiochenisch-Orthodoxe Metropole  
von Deutschland und Mitteleuropa

21.06.2026

(3. Sonntag nach Pfingsten)

### Gedächtnistag: Mart. Julianos von Tarsos

2. Ton - E. 3

#### Das Auferstehungstroparion:

Als du hinabgefahren bist zum Tode, du unsterbliches Leben, da hast du die Hölle ertötet durch den blitzenden Glanz deiner Gottheit; als du die Verstorbenen auferweckt hast aus den Tiefen der Erde, da riefen alle himmlischen Kräfte dir zu: Du Lebensspender, Christe unser Gott, Ehre sei dir.

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

#### Das Kondakion (4. Ton):

O Fürbitterin der Christen, du unbeschämte, o Mittlerin beim Schöpfer, du unwandelbare, verschmähe nicht der betenden Sünder Stimmen! Sondern brich auf als Gütige zu unserer Hilfe, die wir gläubig zu dir rufen: eile zur Fürbitte und zum Flehen, o Muttergottes, die du denen immer hilfst, die dich ehren.

#### Die Epistel zum 3. Sonntag nach Pfingsten:

**Prokimenon:** Meine Kraft und mein Lied ist der Herr und er war meine Rettung. Streng hat der Herr mich gezüchtigt, doch dem Tode nicht preisgegeben.

Lesung aus dem Brief des Apostels Paulus an die an die Römer (Röm 5: 1-10)

**B**rüder! Nachdem wir nun aufgrund des Glaubens für gerecht erklärt

wurden, haben wir Frieden mit Gott durch unseren Herrn Jesus Christus. Durch ihn haben wir auch freien Zugang zu der Gnade bekommen, in der wir jetzt leben. Das geschah im Glauben, und wir sind stolz auf die Hoffnung, mit der wir nun der Herrlichkeit Gottes entgegengehen dürfen. Aber nicht nur das: Wir sind auch stolz auf die Bedrückungen, denen wir ausgesetzt sind, denn wir wissen, dass wir durch Leiden Geduld lernen; und wer Geduld gelernt hat, ist bewährt, und das wiederum festigt

### باقة روحية من دير العذراء الأنطاكية الأرثوذكسي - دولندورف - ألمانيا

+ إفتن لنفسك فكر الآباء القديسين وروحهم من خلال قراءة كتاباتهم. فإن الآباء قد وصلوا إلى الغاية الأسمى، إذ نالوا الخلاص.  
وأتم أيضاً سوف تصلون إلى هذه الغاية بطبيعة الحال. ففي اتحاد فكرك وقلبك مع الآباء القديسين هناك الخلاص.

die Hoffnung. Und in dieser Hoffnung werden wir nicht enttäuscht, denn Gott hat uns mit dem Heiligen Geist, den er uns geschenkt hat, auch seine Liebe ins Herz ausgegossen. Christus ist ja schon zu einer Zeit gestorben, als wir noch ohnmächtig der Sünde ausgeliefert waren. Und er starb für gottlose Menschen. Nun wird sich kaum jemand finden, der für einen Gerechten stirbt; eher noch würde sich jemand für einen besonders gütigen Menschen opfern. Aber Gott hat seine

Liebe zu uns dadurch bewiesen, dass Christus für uns starb, als wir noch Sünder waren. Und nachdem wir jetzt durch sein Blut gerechtfertigt sind, werden wir durch ihn erst recht vor dem kommenden Strafgericht gerettet. Denn durch den Tod seines Sohnes hat Gott uns ja schon versöhnt, als wir noch seine Feinde waren. Deshalb werden wir jetzt, nachdem wir versöhnt sind, erst recht durch die Kraft seines Lebens gerettet werden.

### **Das Evangelium zum 3. So. nach Pfingsten:** (Mt 6: 22-33)

In jener Zeit, sagte der Herr: Dein Auge vermittelt dir das Licht. Wenn dein Auge klar ist, kannst du dich im Licht bewegen. Ist es schlecht, dann steht dein Körper im Finstern. Wenn nun das Licht in dir Dunkelheit ist, welch eine Finsternis wird das sein! Niemand kann gleichzeitig zwei Herren unterworfen sein. Entweder wird er den einen bevorzugen und den anderen vernachlässigen, oder dem einen treu sein und den anderen hintergehen. Ihr könnt nicht Gott und dem Mammon gleichzeitig dienen. Deshalb sage ich euch: Sorgt euch nicht um Essen und Trinken zum Leben und um die Kleidung für den Körper. Das Leben ist doch wichtiger als die Nahrung und der Körper wichtiger als die Kleidung. Schaut euch die Vögel an! Sie säen nicht, sie ernten nicht und haben auch keine Vorratsräume, und euer

himmlischer Vater ernährt sie doch. Und ihr? Ihr seid doch viel mehr wert als diese Vögel! Wer von euch kann sich denn durch Sorgen das Leben auch nur um einen Tag verlängern? Und warum macht ihr euch Sorgen um die Kleidung? Seht euch an, wie die Lilien wachsen. Sie strengen sich dabei nicht an und müssen sich auch nichts nähen. Doch ich sage euch: Selbst Salomo war in all seiner Pracht nicht so schön gekleidet wie eine von ihnen. Wenn Gott sogar die Feldblumen, die heute blühen und morgen ins Feuer geworfen werden, so schön kleidet, wie viel mehr wird er sich dann um euch kümmern, ihr Kleingläubigen! Macht euch also keine Sorgen! Fragt nicht: Was sollen wir essen? Was sollen wir trinken? Was sollen wir anziehen? Denn damit plagen sich die Menschen dieser Welt herum. Euer Vater weiß doch, dass ihr das alles braucht! Euch soll es zuerst um Gottes Reich und um seine Gerechtigkeit gehen, dann wird er euch alles Übrige dazugeben.

**Die Heiligen Alban von Mainz** und seine Gefährten Theonestos und Ursus wurden der Überlieferung gemäß zur Zeit von Kaiser Theodosios (379 – 395) vom hl. Ambrosius von Mailand zur Bekämpfung der Arianer nach Gallien entsandt. Ursus errang als erster den Kranz des Martyriums bei Augusta. Alban und Theonestos wurden bei Mainz enthauptet, wahrscheinlich durch die Wandalen. Am Ort von Albans Blutzugnis erbaute man später eine Kirche zu seinen Ehren, und Ende des 8. Jh. entstand hier ein Kloster, wo von da an die Mainzer Bischöfe bestattet wurden.

**Die gottgeweihten Julius und Julian** waren Brüder aus der griechischen Provinz Mirmidonia. Von Kindheit an waren sie dem Christentum ergeben und legten ein Gelübde ab, ihr Leben lang in Keuschheit zu leben und der Kirche zu dienen. Julius war ein Priester und Julian ein Diakon. Sie empfingen ein Dekret von Kaiser Theodosios, im ganzen Reich heidnische Tempel zu zerstören und christliche Kirchen aufzubauen. Wie zwei Apostel bekehrten diese beiden Brüder im ganzen Osten und Westen des Reiches Nichtchristen zum Christentum und bauten Kirchen. Sie errichteten zu Lebzeiten mehr als einhundert Kirchen. Sie entschliefen in Frieden im Herrn in der Nähe von Mailand. Die Einwohner von Mailand erlebten die Hilfe des hl. Julius gegen Wölfe.