



*Ratschläge und Gebete*  
*für den*  
*geistlichen Krieg*

*Russisch-orthodoxe Kirchengemeinde „Hl. Prophet Elias“*

*Neue Str. 176 - Stuttgart - [www.prophet-elias.com](http://www.prophet-elias.com)*

## Über den geistlichen Krieg

**„Denn unser Kampf ist nicht gegen Fleisch und Blut, sondern gegen die Gewalten, gegen die Mächte, gegen die Weltbeherrscher dieser Finsternis, gegen die geistigen Mächte der Bosheit in der Himmelswelt.“**

**(Eph  
6, 11-12)**

*Der hl. Nikodemus vom Berg Athos erwähnt folgende Gründe für den geistlichen Krieg der gläubigen Menschen gegen die Mächte der gefallenen Engel:*

Gott hat nicht alle Nationen im Land der Verheißung ausgelöscht und fünf Gebiete der anderen Völker übrig gelassen, auch die Sidonier und die Hebräer, damit er einerseits die Hebräer prüft, ob sie seine Gebote halten und am Glauben festhalten, und damit er sie andererseits immerdar in der Kriegskunst übt, so wie geschrieben steht:

„Und diese Nationen ließ der Herr übrig, damit durch sie Israel versucht würde... Damit sie hörend seine Gebote erkennen... Um sie den Krieg zu lehren.“  
(Richter 3, 1-3)

Genau so nimmt er uns nicht alle unsere Leidenschaften weg, sondern lässt zu, dass sie uns bis zu unserem Tode bekämpfen, und zwar nicht weil er schwach wäre oder aus anderen Gründen seinerseits, sondern weil wir ihn dazu veranlassen, aus folgenden Gründen:

- a) Damit wir nicht nachlässig werden, sondern damit wir wachsam, fleißig und vorsichtig sind.
- b) Damit wir die Kriegskunst nicht vernachlässigen und uns die Leidenschaften und Feinde überraschend angreifen und besiegen.
- c) Damit wir immerdar bei Gott unsere Zuflucht suchen und ihn warmherziger um Hilfe bitten.
- d) Damit wir uns nicht stolz überheben, sondern demütig gesinnt sind.

- e) Damit wir von Herzen die Leidenschaften und Laster hassen, die uns unermüdlich bekriegen.
- f) Damit wir geprüft werden, ob wir die Unbescholtenheit, Liebe und Treue in Bezug auf Gott bis zum Ende bewahren.
- g) Damit wir dazu bewegt werden alle Gebote zu bewahren und sie nicht im Geringsten zu übertreten.
- h) Damit wir praktisch erfahren wie kostbar die Tugend ist und sie nicht aufgeben und uns in Sünden hineinstürzen.
- i) Damit der immerwährende Krieg uns zur Erlangung größerer (himmlischer) Siegeskränze dient.
- j) Damit wir durch unsere Geduld bis zum Tode Gott verherrlichen, und durch sie den Teufel und die Sünde zu Schanden machen.
- k) Damit wir wahrhaftig in der (geistlichen) Kriegskunst geübt sind und uns in der Stunde unseres Todes nicht fürchten, denn dann wird der schlimmste Krieg wider uns losbrechen.

## Einige Gebete und Ratschläge für den geistlichen Krieg

*Der hl. Nikodemus empfiehlt folgende Dinge für den geistlichen Krieg:*

### Gebete in Versuchung:

„Sie spähen mir nach, jetzt haben sie mich umringt, sie richten ihre Augen darauf mich zu Boden zu strecken. Du bist mein Zufluchtsort vor der Trübsal die mich umgibt; erlöse mich, du meine Freude, vor denen, die mich eingekreist haben.“

*(Ps 16, 11 und 31, 7)*

„Der Herr ist meine Erleuchtung und mein Erretter, vor was sollte ich mich fürchten? Der Herr ist der Förderer meines Lebens, vor wem sollte

ich mich fürchten? In seinem Namen werde ich euch, meine Angreifer, vernichten. Und wenn ihr auch jetzt erstarkt, so werdet ihr doch wieder besiegt werden, wie geschrieben steht: Wenn ihr wieder zu Kräften kommt; überwunden werdet ihr von neuem.“

*(Ps 26, 1; 43. 6; Jes 8, 9)*

„Herr, hilf mir! Mein Gott, hilf mir! Mein Jesus, hilf mir! Bekämpfe meine Angreifer! Ergreife Waffe und Schild und stehe auf, mir zu helfen!“

*(Ps 34, 1)*

„Gottesgebäerin Jungfrau, hilf mir auf dass ich meinen Feind nicht gewinnen lasse!“

„(Herr), übergib mich nicht den Seelen derjenigen, die mich betrüben!“

*(Ps 26, 12)*

### **Gegen das Laster der Wut:**

*Der hl. Nikodemus empfiehlt gegen das Laster der Wut Folgendes:*

... Nötige deinen Sinn, sich zu Gott zu erheben; denke über seine unermessliche Liebe die er für dich empfindet nach, die ihn bewegte dir diese unerhoffte Versuchung und Qual zu schicken, damit du gereinigt und enger mit ihm vereint wirst. Dies alles bedenkend sollst dann zu dir selbst zurückkehren, dich selbst anklagen und innerlich sagen:

„O du Armselige(r) und Elende(r)! Warum willst du dieses Kreuz und diese Trübsal, die dir kein geringerer als dein himmlischer Vater selbst geschickt hat, nicht umarmend annehmen?“

Wende dich danach zum Kreuz und sprich sehr freudig zu ihm:

„O du Kreuz, dass von der Vorsehung Gottes (schon) vor meiner Erschaffung bereitgestellt wurde! O du Kreuz, dass durch die süße Liebe des Gekreuzigten lieblich gemacht wurde, nagle und fixiere mich auf dich hin, damit ich, in vollendeter Art und Weise, mit demjenigen vereint werden kann, der auf dir starb, um mich zu befreien.“

Auch wenn das Laster der Wut dir zuvorkommen sollte und in dir wirken sollte, so dass du deinen Sinn anfänglich nicht zu Gott erheben vermagst, mögest du dich dennoch bemühen ihn so schnell wie möglich (zu Gott) zu erhöhen ... denn so wirst du Beistand finden.

### Gegen das Laster der Hurerei:

*Der hl. Nikodemus empfiehlt im Kampf gegen den Geist der Hurerei dies:*

Wenn diese Gedanken der Hurerei anfangen dich zu belästigen, sollst du deinen Sinn sogleich zum Gekreuzigten erheben und aus der Tiefe deiner Seele sagen:

„O mein Jesus, mein lieblicher Jesus, hilf mir eilends, damit mich dieser Feind nicht gefangen nimmt!“

Danach mögest du (im Geiste oder, falls du ein materielles Kreuz bei dir hast, mit der Hand ergreifend) das Kreuz an dem dein Herr hängt, umarmen, und die Wunden des Herrn oft küssend liebevoll sagen:

„Ihr schönsten Wunden, ihr heiligsten Wunden, ihr reinsten Wunden, verwundet dies mein elendes und unreines Herz und hindert mich daran wider euch zu sündigen.“

...Dein Nachsinnen (gegen diesen bösen Geist) soll folgendermaßen sein: Sinne über das Leben und das Leiden unseres gekreuzigten Jesus nach. Denke über die furchtbare Stunde deines Todes nach. Gedenke des furchtbaren Tage des Gerichtes und der verschiedenen Höllenstrafen...

Falls diese Gedanken der Fleischeslust dich stark bedrängen... gibt es keinen besseren Weg ihnen entgegenzutreten, auch wenn sie dir stark zusetzen, als sie total zu verachten und ihrer nicht mehr gedenken zu wollen. Beende daraufhin dein Nachsinnen mit folgendem oder einem ähnlichen Gebet:

„O befreie mich, Du mein Schöpfer und Erlöser, von meinen Feinden, zur Ehre deines Leidens und deiner unaussprechlichen Güte.“

Und wende (daraufhin) dein Denken nicht mehr zu dieser fleischlichen Bosheit.

**Rat des hl. Nikodemus bezüglich der Ehrsucht; Das richtige Demutsverhalten:**

Erkenne, dass du keiner Wohltat würdig bist, denn du hast nichts anderes als Sünden vollbracht und hast Undankbarkeit erwiesen. Darum bete mit tiefster Demut zu Gott:

„Warum, mein Herr, gewährst du mir toten und verwesenden Hund so viel Gutes? Dein Name sei Gesegnet in die Ewigkeiten der Ewigkeiten!“

... Falls es geschehen sollte, dass jemand dich liebevoll lobt wegen dem Guten, dass dir Gott gab, sollst du dich gefasst in deinem Innern sammeln und nicht von der vorher erwähnten wahren Erkenntnis deines nichtigen Selbst abweichen; sondern du sollst dich zuallererst an Gott wenden, und mit ganzem Herzen zu ihm sagen:

„Niemals möge ich der Dieb deiner Ehre und Güte werden, mein Herr. Dir gebührt Lob, Ehre und Herrlichkeit; mir gebührt Schande.“

„Herr, dir gebührt die Gerechtigkeit, und uns die Beschämung des Antlitzes.“ (Dan 9, 7)

„Nicht uns, Herr, nicht uns, sondern deinem Namen gib Ehre!“ (Ps 113, 9)

„Dir gebührt die Ehre und ich bin dein Knecht.“ (1 Esra 4, 59)

Danach wende dich zu dem, der dich lobt, und sage in Gedanken: Warum lobt mich dieser, da ich weiß, dass niemand gut und gütig ist, als mein Gott allein? „Niemand ist gütig, außer Gott allein.“ (Math 19, 17)

Denn wenn du so handelst und Gott das Seinige gibst, wirst du von Gott größerer Gnadengaben und Wohltaten gewürdigt. Doch auch wenn die Erinnerung der guten Werke und Tugenden die du tust dich stolz machen sollten, sollst du bedenken, dass diese Werke Gottes sind und nicht die Deinigen. Sage sogleich (zu diesen Werken):

„Ich weiß nicht, wie ihr aufgetaucht und mir in den Sinn gekommen seid. Denn nicht ich bewirke euch, sondern der gütige Gott mit seiner Gnade. Er hat euch erschaffen, genährt und bewahrt. Deshalb werde ich nur ihn als wahrhaftigen Vater des Anfangs und als Bewirker anerkennen. Ihm danke ich, und ihm gebe ich jedes Lob.“

### Rosenkranzgebet gegen die Laster (Stolz, Eitelkeit, Hurerei, Habgier, Wut, Zorn usw.):

*Wenn, zum Beispiel, das Laster des Stolzes bekämpft werden soll:*

„O mein Herr Jesus! Ich komme aus eigener Kraft gegen Das Laster **des Stolzes** nicht an; hilf mir, dem Sünder (der Sünderin)!“

*In dieser Art und Weise kann man auch gegen die anderen Laster beten.*

### Versöhnungsgebet Nr.1:

„Wir danken dir, du menschenfreundlicher Gebieter, du König der Ewigkeiten, du Spender der Güter, der du die Trennwand der Sünde niedergerissen und das Geschlecht der Menschen mit Liebe ausgezeichnet hast. Schenke auch du nun deinen Dienern (und Dienerinnen) .... Frieden. Lass deine Furcht in ihnen wurzeln und bestimme ihnen gegenseitige Liebe. Bringe alle Feindschaft und jeden Zorn zum Erlöschen. Lass die Ärgernisse der Spaltung zunichte werden.

Denn du bist unser Frieden und dir senden wir die Verherrlichung empor, dem Vater und dem Sohne und dem Heiligen Geiste, jetzt und immerdar und in die Ewigkeiten der Ewigkeiten. Amen.“

(Großes Euhologion)

### Versöhnungsgebet Nr 2:

*Ein anonymer, heiliger Mönch vom Kloster von Optina empfiehlt folgendes Versöhnungsgebet, falls es zwischen dir und jemand anders Feindschaft gibt:*

„Herr, errette deinen Knecht (deine Magd) .... und auf seine (ihre) heiligen Gebete hin mache meine Seele friedlich. Amen.“

### **Rat des hl. Nikodemus bei einem Sündenfall, dem seelische Gebundenheit folgt:**

Wenn nun jemand in dieser unerfreuliche Situation ist und seine Heilung liebt, soll er sogleich jenen Gedanken annehmen und jener Eingebung folgen, die ihn aus der Finsternis in das Licht und aus der Sünde zur Buße herausruft und dabei von ganzem Herzen seinem Schöpfer zurufen:

„Hilf mir, mein Herr, hilf mir eilends und überlasse mich nicht mehr dieser Sündenfinsternis!“

Er (Sie) soll nicht aufhören so zu beten und auf diese oder ähnliche Weise zu Gott zu rufen. Und sogleich soll er (sie), wenn möglich, um Hilfe und Rat bitten, damit er (sie) vom Feind Befreiung finde. Sollte man sich nicht sofort unterordnen können, soll man sich schnellstens (betend) zum gekreuzigten Jesus wenden und sich vor seinen heiligen Füßen mit dem Gesicht zur Erde niederwerfen und auch die Gottesgebälerin Maria anrufen, um Erbarmen und Hilfe zu erleben.; der Sieg ist von der Schnelligkeit (der betenden Person) abhängig.

### **Gebet des hl. Nikodemus bei gedanklichem Unfrieden:**

„Mein Herr, blicke auf deinen Knecht herab! Dein Wille geschehe in meinem Leben! Ich weiß und bekenne, dass die Wahrheit deiner Worte ewiglich ist und dass deine Verheißungen ohne Trug sind; ich hoffe auf sie. Nur durch dich vermag ich stehen zu bleiben.“

### **Über das Gebet:**

„Betet ohne Unterlass.“

(1 Thess 5, 17)



„Zieht das Gedenken an Gott dem Atmen Vor.“

*(Hl. Gregorius, der Theologe)*

„Ruft von morgens bis abends und, wenn möglich, auch die ganze Nacht hindurch: „HERR JESUS CHRISTUS, ERBARME DICH MEINER“, o Brüder, und nötigt euren Sinn zu diesem Werke bis zu eurem Tode.“

*(Hl. Johannes Chrysostomus)*

Mit dem Namen „JESUS“ peitsche die Angreifer! Denn es gibt keine stärkere Waffe im Himmel und auf Erden.

*(Hl. Johannes Klimakos)*

*Die unten erwähnten Gebete sind die Mächtigen Waffen aller Gläubigen:*

„HERR JESUS CHRISTUS, DU SOHN GOTTES, ERBARME DICH ÜBER MICH SÜNDER(IN).“

„ALLHEILIGE GOTTESGEBÄRERIN, ERRETTE UNS!“

Sprecht fortwährend diese errettenden Worte, o meine Geschwister, denn sie erleuchten den Sinn, sie beruhigen das Herz, sie verbrennen die Sünde und peitschen und vertreiben die Dämonen!

### [Rat und Gebet bei Hoffnungslosigkeit \(vom hl. Nikodemus\):](#)

Ja, mein Bruder, du sollst über die Sünden, die du Gott gegenüber begangen hast, betrübt sein und Schmerz ihretwegen empfinden, wenn du dich an sie erinnerst. Aber du sollst auch Vertrauen in seine Leiden haben und um Vergebung bitten. Selbst wenn du glaubst, dass Gott selbst dir sagt, dass du keines seiner Schafe bist, sollst du auf gar keinen Fall deinen Mut und dein Vertrauen ihm gegenüber aufgeben, sondern du mögest demütig so beten:

„Du bist im Recht, mein Gott, wenn du mich meiner Sünden wegen verwirfst; doch ich habe größere Zuversicht in dein Erbarmen, auf dass ich Vergebung finde. Deshalb bitte ich elendes Geschöpf um meine Errettung, der (die) ich wegen meiner Bosheit verurteilt, aber durch den Preis deines heiligen Blutes erlöst worden bin. Ich möchte zu deiner Ehre erlöst werden, mein Erretter, denn ich habe Hoffnung auf dein unermessliches Erbarmen. Deshalb übergebe ich mich jetzt ganz deinen Händen. Verfahre mit mir nach deinem Wohlgefallen, mein alleiniger Gebieter. Selbst wenn du meinen Tod beschließt, werde ich meine Hoffnungen auf dich gesetzt haben.“

### Über die gottgefällige Selbstdarbringung (vom hl. Nikodemus):

Deine Darbringung Gott gegenüber möge ungeheuchelt, ohne Eigenwillen und ohne Beachtung der irdischen und himmlischen Güter sein. Mögest du nur auf den Willen Gottes und seine Vorsehung achten, mein Bruder, da du es schuldig bist, dich Gott vollständig unterzuordnen, als ob du ein unablässiges Brandopfer seist; und, indem du alle geschaffenen Dinge vergisst, sage zu ihm:

„Mein Herr und mein Schöpfer, blicke auf mich, der (die) ich meinen ganzen Willen und meine Wünsche, der Hand deines Willens und deiner ewigen Vorsehung darbringe. Verfahre nun mit mir deinem Willen entsprechend, so wie es dir richtig erscheint, in meinem Leben, Sterben, meinem Dasein nach dem Tod und meinem Aufenthaltsort in der Ewigkeit.“

Wenn du deine Darbringung in dieser Art und Weise in Reinheit hingibst (was du an dem Widerstand der dir entgegengebracht wird erkennen wirst), wirst du aus einem irdischen ein himmlischer Händler und glücklich werden, denn du wirst Gottes und Gott wird dein sein, denn ihm sind jene Menschen wohlgefällig, die sich selbst über die Geschöpfe erheben und sich sogar selbst verleugnen und sich vollkommen hingeben, indem sie sich seiner heiligen Majestät opfern. Du siehst nun hier einen sehr kraftvollen Weg, mein Kind, um alle deine Feinde zu besiegen. Denn wenn die vorher erwähnte Darbringung dich mit Gott vereint, wirst ihm ganz gehören und er wird dir ganz gehören. Welcher Feind und welche Kraft vermag dir deshalb in Zukunft noch Schaden zuzufügen?

### *Die Mittel zur Bannung des Teufels:*

Wenn du weißt, die heiligen Beschwörungen gegen ihn (den Teufel) einzusetzen, wird er sogleich verwundet sein. Denn wir verfügen über geistige Beschwörungen (um ihn zu bannen). Es sind der Name unseres Herrn Jesus Christus und die Kraft des Kreuzes. Diese Beschwörungsmacht holt die Schlange nicht nur aus ihrer Höhle heraus und wirft sie in das Feuer, sondern sie heilt auch die Wunden.

*(Hl. Johannes Chrysostomus)*

