



Aussprüche des Hl. Ambrosius von Optina

Ratschläge und Unterweisungen, die der Starez Amvrossi denen gab, die im Glauben zu ihm kamen, erteilte er bald im persönlichen Gespräch, bald mitten unter den Versammelten, zumeist in schlichter Form als einfache Sentenz, oft mit einem Scherz gepaart. Grundsätzlich gilt für diesen Starzen von Optina, dass er seine erbaulichen Reden mit einem humorvollen Unterton würzte.

"Wie soll man leben?" hörte der Starez von allen Seiten. Nach seiner Gewohnheit antwortete er aphoristisch:

"Leben heißt:

**das Nichtige lassen,
niemanden verurteilen,
niemanden verärgern
und allen Ehrerbietung erweisen."**

Der Ton seiner Rede entlockte leichtfertigen Zuhörern oft ein Lächeln. Sobald sie aber ernsthaft darüber nachdachten, erkannten sie bald den tief verborgenen Sinn.

"Das Nichtigte lassen" will sagen, dass sich das Herz nicht den vermeidbaren Schmerzen und Misserfolgen aussetzen, sondern vielmehr der einzigen Quelle ewiger Seligkeit zuwenden soll; dadurch wird der Mensch trotz den zahllosen und unterschiedlichen Unbilden zur Ruhe kommen, sich mit ihnen aussöhnen oder abfinden. "Nicht verurteilen", "nicht verärgern": Was ist unter den Menschen so weit verbreitet wie Verurteilung und Ärger, diese Abkömmlinge verderblichen Hochmuts. Sie allein genügen schon, um die Seele eines Menschen in den Abgrund der Hölle zu stoßen. Dies umso mehr, als sie zumeist nicht als Sünde erkannt werden.

"Allen Ehrerbietung erweisen". Dies verweist auf den Rat des Apostels: Einer achte den anderen höher als sich selbst (Röm. 12,10). Wenn wir alle diese Gedanken zusammenfassen, erkennen wir, wie der Starz durch solche Belehrungen im Grunde genommen zur Demut rät, ist sie doch die Grundlage des geistlichen Lebens, die Quelle aller Tugenden, ohne die man nach der Lehre des hl. Johannes Chrysostomos nicht gerettet werden kann.

Auf die dem Starzen vorgelegte Frage "Wie soll man leben?" hat er zuweilen auch anders geantwortet: „Lebe, ohne zu heucheln, beispielhaft, dann ist es schon recht, sonst aber schlecht“.

Oder auch so: "Leben kann man auch in der Welt, nur nicht närrisch, sondern still und gesammelt". In solchen Worten legte der Starz nahe, wie sehr man Demut erwerben müsse.

"Wir sollten auf der Erde so leben, wie sich ein Rad dreht. Es berührt immer nur in einem Punkt die Erde und der übrige Teil des Rades strebt wieder nach oben. Wir aber legen uns auf die Erde und haben Mühe aufzustehen".

Und noch einmal die Demut betreffend: "Um im Kloster zu leben, braucht man nicht nur eine Fuhre Geduld, sondern einen ganzen Tross". Andermal sagte er: "Um Nonne zu werden, muss man entweder aus Eisen oder aus Gold sein". Väterchen erklärte dann: "Aus Eisen meint große Geduld haben, aus Gold - große Demut".

"Wenn dich jemand beleidigt, lass es niemanden außer den Starzen wissen, und du wirst still werden. Grüßen solltest du alle, ohne dir Rechenschaft darüber abzulegen, ob man deinen Gruß beantwortet oder nicht. Demütigen soll man sich vor allen und sich schlechter halten als sie. Wenn wir Verfehlungen der anderen nicht getan haben, kann das daran liegen, dafür keine Gelegenheit gehabt zu haben, Situation und Umstände waren andere. In jedem Menschen gibt es etwas Gutes und Schönes; gewöhnlich sehen wir aber in den Menschen nur das Lasterhafte und nichts Gutes".

Einmal sagte der Starz: "Gott sucht mit seinem Erbarmen nur die Demütigen heim". Nach kurzem Schweigen fügte er plötzlich hinzu: "Seit bereit, denn ihr wisst weder Stunde noch Tag". Wenige Minuten später erfuhr er vom Tod eines Novizen im Skit (Alexej von Kronstadt).

Quelle: http://orthodoxe-bibliothek.de/index.php?option=com_mtree&task=viewlink&link_id=29&Itemid=0

In Christus bleiben, im Leben bleiben – Die Heiligen Väter und die Heilige Schrift:

Wie bleibt man in Christus?

1. Indem man die heilige Kommunion kommuniziert:

Da sprach Jesus zu ihnen: Wahrlich, wahrlich, ich sage euch: Wenn ihr nicht das Fleisch des Sohnes des Menschen esst und sein Blut trinkt, so habt ihr kein Leben in euch selbst. Wer mein Fleisch isst und mein Blut trinkt, hat ewiges Leben, und ich werde ihn auferwecken am letzten Tag; denn mein Fleisch ist wahre Speise, und mein Blut ist wahrer Trank. Wer mein Fleisch isst und mein Blut trinkt, bleibt in mir und ich in ihm. Wie der lebendige Vater mich gesandt hat, und ich lebe um des Vaters willen, so auch, wer mich isst, der wird auch leben um meinetwillen. Dies ist das Brot, das aus dem Himmel herab gekommen ist. Nicht wie die Väter aßen und starben; wer dieses Brot isst, wird leben in Ewigkeit. Dies sprach er, als er in der Synagoge zu Kapernaum lehrte.

(Joh 6, 53-59)

Durch die Tugenden bekämpfen wir unsere Feinde mit der Kraft Christi, doch mit der heiligen Kommunion kämpfen wir zusammen mit Christus und Christus kämpft zusammen mit uns.

(Hl. Nikodemus vom Berg Athos)

Wir essen das Fleisch Christi und trinken sein Blut, bei der Heiligen Eucharistie und auch beim Studium der Schriften.

(Hl. Hieronymus)

Unsere Seele ist die heilige Braut des ewigen Bräutigams. Die Hochzeit aber, ist die heilige Kommunion, wenn wir sie essen und trinken.

(Hl. Ephräm, der Syrer)

2. Indem man in der Lehre Jesu Christi bleibt:

Denn viele Verführer sind in die Welt hinausgegangen, die nicht Jesus Christus, im

Fleisch gekommen, bekennen; dies ist der Verführer und der Antichrist. Seht auf euch selbst, damit ihr nicht verliert, was wir erarbeitet haben, sondern vollen Lohn empfangt. Jeder, der weitergeht und nicht in der Lehre des Christus bleibt, hat Gott nicht; wer in der Lehre bleibt, der hat sowohl den Vater als auch den Sohn. Wenn jemand zu euch kommt und diese Lehre nicht bringt, so nehmt ihn nicht ins Haus auf und grüßt ihn nicht, denn wer ihn grüßt, nimmt teil an seinen bösen Werken.

(2 Joh 7-11)

Jesus sprach nun zu den Juden, die ihm geglaubt hatten: Wenn ihr in meinem Wort bleibt, so seid ihr wahrhaft meine Jünger; und ihr werdet die Wahrheit erkennen, und die Wahrheit wird euch frei machen. Sie antworteten ihm: Wir sind Abrahams Nachkommenschaft und sind nie jemandes Sklaven gewesen. Wie sagst du: Ihr sollt frei werden? Jesus antwortete ihnen: Wahrlich, wahrlich, ich sage euch: Jeder, der die Sünde tut, ist der Sünde Sklave. Der Sklave aber bleibt nicht für immer im Haus; der Sohn bleibt für immer. Wenn nun der Sohn euch frei machen wird, so werdet ihr wirklich frei sein.

(Joh 8, 31-36)

Kämpfe bis zum Tod für die Wahrheit und der Herr wird für dich kämpfen. Es genügt nur ein Mensch, angetrieben von der Flamme des heiligen Eifers, um ein ganzes Volk zu bessern.

(Hl. Johannes Chrysostomus)

Was ist die Lehre Christi? Die Wahrheit, das Evangelium.

Und nachdem Johannes überliefert war, kam Jesus nach Galiläa und predigte das Evangelium Gottes und sprach: Die Zeit ist erfüllt, und das Reich Gottes ist nahe gekommen. Tut Buße und glaubt an das Evangelium.

(Mk 1, 14-15)

Und niemand ist hinaufgestiegen in den Himmel als nur der, der aus dem Himmel herabgestiegen ist, der Sohn des Menschen. Und wie Mose in der Wüste die Schlange erhöhte, so muss der Sohn des Menschen erhöht werden, damit jeder, der an ihn glaubt, ewiges Leben habe. Denn so hat Gott die Welt geliebt, dass er seinen eingeborenen Sohn gab, damit jeder, der an ihn glaubt, nicht verloren geht, sondern ewiges Leben hat. Denn Gott hat seinen Sohn nicht in die Welt gesandt, dass er die Welt richte, sondern dass die Welt durch ihn gerettet werde. Wer an ihn glaubt, wird nicht gerichtet; wer aber nicht glaubt, ist schon gerichtet, weil er nicht geglaubt hat an den Namen des eingeborenen Sohnes Gottes.

(Joh 3, 13-18)

Denn die Gnade Gottes ist erschienen, heilbringend allen Menschen, und unterweist uns, damit wir die Gottlosigkeit und die weltlichen Begierden verleugnen und besonnen und gerecht und gottesfürchtig leben in dem jetzigen Zeitlauf, indem wir die glückselige Hoffnung und Erscheinung der Herrlichkeit unseres großen Gottes und Retters Jesus Christus erwarten. Der hat sich selbst für uns gegeben, damit er uns loskaufte von aller Gesetzlosigkeit und sich selbst ein Eigentumsvolk reinigte, das eifrig sei in guten Werken. Dies rede und ermahne und überführe mit allem Nachdruck. Niemand soll dich verachten.

(Tit 2, 11-15)

Gesegnet sei der Gott und Vater unseres Herrn Jesus Christus! Er hat uns gesegnet mit jeder geistlichen Segnung in der Himmelswelt in Christus, wie er uns in ihm auserwählt hat vor Grundlegung der Welt, dass wir heilig und tadellos vor ihm seien in Liebe, und uns vorherbestimmt hat zur Sohnschaft durch Jesus Christus für sich selbst nach dem Wohlgefallen seines Willens, zum Preise der Herrlichkeit seiner Gnade, mit der er uns begnadigt hat in dem Geliebten. In ihm haben wir die Erlösung durch sein Blut, die Vergebung der Vergehungen, nach dem Reichtum seiner Gnade, die er uns reichlich gegeben hat in aller Weisheit und Einsicht. Er hat uns ja das Geheimnis seines Willens zu erkennen gegeben nach seinem Wohlgefallen, das er sich vorgenommen hat in ihm für die Verwaltung bei der Erfüllung der Zeiten; alles zusammenzufassen in dem Christus, das, was in den Himmeln, und das, was auf der Erde ist, in ihm. Und in ihm haben wir auch ein Erbteil erlangt, die wir vorherbestimmt waren nach dem Vorsatz dessen, der alles nach dem Rat seines Willens wirkt, damit wir zum Preise seiner Herrlichkeit seien, die wir vorher schon auf den Christus gehofft haben. In ihm seid auch ihr, als ihr das Wort der Wahrheit, das Evangelium eurer Errettung gehört habt und gläubig geworden seid, versiegelt worden mit dem Heiligen Geist der Verheißung. Der ist die Anzahlung auf unser Erbe auf die Erlösung seines Eigentums zum Preise seiner Herrlichkeit.

(Eph 1, 1-14)

3. Indem man die Sünde meidet. Was ist Sünde?

Jeder, der in ihm bleibt, sündigt nicht; jeder, der sündigt, hat ihn nicht gesehen noch ihn erkannt. Kinder, niemand verführe euch. Wer die Gerechtigkeit tut, ist gerecht, wie er gerecht ist. Wer die Sünde tut, ist aus dem Teufel, denn der Teufel sündigt von Anfang an. Hierzu ist der Sohn Gottes offenbart worden, damit er die Werke des Teufels vernichte. Jeder, der aus Gott geboren ist, tut nicht Sünde, denn sein Same bleibt in ihm; und er kann nicht sündigen, weil er aus Gott geboren ist. Hieran sind offenbar die Kinder Gottes und die Kinder des Teufels: Jeder, der nicht Gerechtigkeit tut, ist nicht aus Gott, und wer nicht seinen Bruder liebt.

(1 Joh 3, 6-10)

Zerstöre nicht einer Speise wegen das Werk Gottes! Alles zwar ist rein, aber es ist böse für den Menschen, der mit Anstoß isst. Es ist gut, kein Fleisch zu essen noch Wein zu trinken noch etwas zu tun, woran dein Bruder sich stößt. Hast du Glauben? Habe ihn für dich selbst vor Gott! Glückselig, wer sich selbst nicht richtet in dem, was er gutheißt! Wer aber zweifelt, wenn er isst, der ist verurteilt, weil er es nicht aus Glauben tut. Alles aber, was nicht aus Glauben ist, ist Sünde.

(Röm 14, 20-23)

Wenn aber dieses Vergängliche Unvergänglichkeit anziehen und dieses Sterbliche Unsterblichkeit anziehen wird, dann wird das Wort erfüllt werden, das geschrieben steht: "Verschlungen ist der Tod in Sieg." "Wo ist, Tod, dein Sieg? Wo ist, Tod, dein Stachel?" Der Stachel des Todes aber ist die Sünde, die Kraft der Sünde aber das Gesetz. Gott aber sei Dank, der uns den Sieg gibt durch unseren Herrn Jesus Christus! Daher, meine geliebten Brüder, seid fest, unerschütterlich, allezeit überreich in dem Werk des Herrn, da ihr wisst, dass eure Mühe im Herrn nicht vergeblich ist!

(1 Kor 15, 54-58)

Seht, welche Liebe uns der Vater gegeben hat, dass wir Kinder Gottes heißen sollen! Und wir sind es. Deswegen erkennt uns die Welt nicht, weil sie ihn nicht erkannt hat. Geliebte, jetzt sind wir Kinder Gottes, und es ist noch nicht offenbar geworden, was wir sein werden; wir wissen, dass wir, wenn es offenbar werden wird, ihm gleich sein werden, denn wir werden ihn sehen, wie er ist. Und jeder, der diese Hoffnung auf ihn hat, reinigt sich selbst, wie auch jener rein ist. Jeder, der die Sünde tut, tut auch die Gesetzlosigkeit, und die Sünde ist die Gesetzlosigkeit. Und ihr wisst, dass er offenbart worden ist, damit er die Sünden wegnehme; und Sünde ist nicht in ihm. Jeder, der in ihm bleibt, sündigt nicht; jeder, der sündigt, hat ihn nicht gesehen noch ihn erkannt. Kinder, niemand verführe euch! Wer die Gerechtigkeit tut, ist gerecht, wie er gerecht ist.

(1 Joh 3, 1-7)

Die Sünde ist die Krankheit der Seele.

(6. Ökumenisches Konzil)

4. Indem man die Gebote Jesu Christi hält:

Geliebte, wenn das Herz uns nicht verurteilt, haben wir Freimütigkeit zu Gott, und was immer wir bitten, empfangen wir von ihm, weil wir seine Gebote halten und das vor ihm Wohlgefällige tun. Und dies ist sein Gebot: dass wir an den Namen seines Sohnes Jesus Christus glauben und einander lieben, wie er es uns als Gebot gegeben hat. Und wer seine Gebote hält, bleibt in ihm und er in ihm; und hieran erkennen wir,

dass er in uns bleibt; durch den Geist, den er uns gegeben hat.

(1 Joh 3, 21-24)

5. Indem wir bekennen, dass Jesus Christus der Sohn Gottes ist:

Niemand hat Gott jemals gesehen. Wenn wir einander lieben, bleibt Gott in uns, und seine Liebe ist in uns vollendet. Hieran erkennen wir, dass wir in ihm bleiben und er in uns, dass er uns von seinem Geist gegeben hat. Und wir haben gesehen und bezeugen, dass der Vater den Sohn gesandt hat als Retter der Welt. Wer bekennt, dass Jesus der Sohn Gottes ist, in dem bleibt Gott und er in Gott.

(1 Joh 4, 12-15)

Jeder, der den Sohn leugnet, hat auch den Vater nicht; wer den Sohn bekennt, hat auch den Vater.

(1 Joh 2, 23)

6. Indem wir in der mildtätigen Liebe bleiben:

Und wir haben erkannt und geglaubt die Liebe, die Gott zu uns hat. Gott ist Liebe, und wer in der Liebe bleibt, bleibt in Gott und Gott bleibt in ihm. Hierin ist die Liebe bei uns vollendet worden, dass wir Freimütigkeit haben am Tag des Gerichts, denn wie er ist, sind auch wir in dieser Welt. Furcht ist nicht in der Liebe, sondern die vollkommene Liebe treibt die Furcht aus, denn die Furcht hat es mit Strafe zu tun. Wer sich aber fürchtet, ist nicht vollendet in der Liebe...

Wir wissen, dass wir aus dem Tod in das Leben hinüber gegangen sind, weil wir die Brüder lieben; wer nicht liebt, bleibt im Tod. Jeder, der seinen Bruder hasst, ist ein Menschenmörder, und ihr wisst, dass kein Menschenmörder ewiges Leben bleibend in sich hat. Hieran haben wir die Liebe erkannt, dass er für uns sein Leben hingegeben hat; auch wir sind schuldig, für die Brüder das Leben hinzugeben. Wer aber irdischen Besitz hat und sieht seinen Bruder Mangel leiden und verschließt sein Herz vor ihm, wie bleibt die Liebe Gottes in ihm? Kinder, lasst uns nicht lieben mit Worten noch mit der Zunge, sondern in Tat und Wahrheit.

(1 Joh 4, 16-18; 3, 14-18)

Das Hören (*des Gotteswortes*) ist gefährlich, wenn den Worten keine Taten hinzu gefügt werden.

(Hl. Johannes Chrysostomus)



Jesus Christus:

**„Ich bin der Weg und die
Wahrheit und das Leben.
Niemand kommt zum Vater als nur
durch mich!“**