

Die Verbeugungen



Als große Verbeugung (sl. „Poklon“, gr. „Metanie“: von *μετάνοια* – Reue, Sinnesänderung, Buße) bezeichnet man eine Niederwerfung der orthodoxen Tradition nach.

Der Mensch verleugnet sich selbst und wirft sich vor Gott und den Heiligen nieder, als Zeichen der Selbstverleugnung, der Verehrung, des Respektes und der Liebe. Unser Herr hat gesagt:

Wenn jemand mir nachkommen will, so verleugne er sich selbst und nehme sein Kreuz auf sich täglich und folge mir nach. Denn wer sein Leben

retten will, der wird es verlieren; wer aber sein Leben verliert um meinetwillen, der wird es retten. Denn was hilft es einem Menschen, wenn er die ganze Welt gewinnt, aber sich selbst verliert oder schädigt?

Lk 9, 23-26

Es gibt zwei Arten von Verbeugungen:

- Bei der **großen Verbeugung** wirft sich der betende Mensch auf den Boden und berührt mit der Stirn die Erde (die Erde ist ein Symbol der Demut): *Der Mensch demütigt sich und sein Denken.*

Danach steht der Mensch wieder auf und bekreuzigt sich und steht aufrecht: *Die Demut, der Respekt, die Selbstverleugnung und die Liebe lassen uns aufrecht stehen (auch geistlich). Danach nehmen wir unser Kreuz auf uns.*

- Bei der **kleinen Verbeugung** vor dem Bischof usw. verneigt sich der Beter und berührt mit der Hand den Boden (kein Kreuzeszeichen): *Der Mensch demütigt sich in seinen Handlungen. Er gehorcht der Kirche.*
- Bei der **kleinen Verbeugung** vor Ikonen, Reliquien, Kreuzen usw. verneigt sich der Beter und berührt mit den Händen den Boden (mit Kreuzeszeichen): *Der Mensch demütigt sich in seinen Handlungen, er gehorcht der Kirche und nimmt danach sein Kreuz auf sich.*

Verehrung von Ikonen, Kreuzen usw.: 2 Verbeugungen mit Kreuzeszeichen, danach küsst man die Ikone oder das Kreuz usw. und danach eine letzte Verbeugung mit Kreuzeszeichen. **Nach der Heiligen Kommunion, nachdem man kommuniziert hat, darf man keine Verbeugungen mehr machen.**

Verbeugungen sind auch Ausdruck der Gottesfurcht und der Gottesehrung. Gottesfurcht und Gottesehrung retten uns:

Und ich sah einen anderen Engel inmitten des Himmels fliegen, der hatte ein ewiges Evangelium zu verkündigen denen, die auf der Erde wohnen, und zwar jeder Nation und jedem Volksstamm und jeder Sprache und jedem Volk. Der sprach mit lauter Stimme: **Fürchtet Gott und gebt ihm die Ehre, denn die Stunde seines Gerichts ist gekommen; und betet den an, der den Himmel und die Erde und das Meer und die Wasserquellen gemacht hat!**

Offb 14, 6-7

Kommt, laßt uns dem Herrn zujubeln und jauchzen Gott, unserem Retter! Laßt uns seinem Antlitz begegnen mit Lobgesang und mit Psalmen ihm zu jauchzen! Denn der Herr ist ein großer Gott und ein großer König über die ganze Erde. In seiner Hand sind die Enden der Erde, und die Gipfel der Berge gehören ihm. Sein ist das Meer, und er hat es gemacht, und seine Hände haben das Festland bereitet. **Kommt, laßt uns anbeten und uns beugen, laßt uns niederfallen vor dem Herrn, der uns geschaffen hat!** Denn er ist unser Gott, und wir sind das Volk seiner Weide und die Schafe seiner Hand.

Ps 94, 1-7