

Οἰκουμενικὸν Πατριαρχεῖον

Ökumenisches Patriarchat

Ἰερὰ Μητρόπολις  
Αὐστρίας καὶ Ἐξαρχία  
Οὐγγαρίας καὶ  
Μεσευρώπης



Heilige Metropolis  
von Austria und  
Exarchat von Ungarn  
und Mitteleuropa

## Ἐπὶ τὰς Πηγὰς

## Zu den Quellen

Κυριακή, 29 Μαρτίου 2020

Sonntag, 29. März 2020

Κυριακή Δ' τῶν Νηστειῶν  
Μνήμη τοῦ Ὁσίου Ἰωάννου,  
τοῦ Συγγραφέως τῆς Κλίμακος

Vierter Fastensonntag  
Gedächtnis des hl. Johannes,  
Verfasser der „Himmelsleiter“

Ἐωθινὸν Εὐαγγέλιον Η' (Ἰω. κ' 11–18)

Morgenevangelium VIII (Joh 20,11–18)

Δοξαστικόν

Doxastikon

Ἦχος α'

Erster Ton

Δεῦτε ἐργασώμεθα ἐν τῷ μυστικῷ ἀμπελῶνι καρποὺς μετανοίας, ἐν τούτῳ ποιούμενοι οὐκ ἐν βρώμασι καὶ πόμασι κοπιῶντες, ἀλλ' ἐν προσευχαῖς καὶ νηστεῖαις τὰς ἀρετὰς κατορθοῦντες· τούτοις ἀρεσκόμενος, ὁ Κύριος τοῦ ἔργου δηνάριον παρέχει δι' οὗ ψυχὰς λυτροῦται, χρέους ἀμαρτίας, ὁ μόνος πολυέλεος.

Kommt, wir wollen ernten im mystischen Weingarten Früchte der Umkehr. Doch darin nicht in Speisen und Getränk, sondern in Gebet und Fasten wollen wir die Tugenden ausrichten. So sind wir dem Herrn gefällig, der für dieses Werk einen Denar bereithält, mit dem unsere Seelen gerettet werden und die Schuld unserer Sünde beglichen wird, Du einzig Vielerbarmender

Ἀπολυτίκιον ἀναστάσιμον

Αυferstehungsapolytikion

Ἦχος πλ. δ'

Achter Ton

Ἐξ ὕψους κατήλθες ὁ εὐσπλαγχνος, ταφήν κατεδέξω τριήμερον, ἵνα ἡμᾶς ἐλευθερώσης τῶν παθῶν. Ἡ ζωὴ καὶ ἡ Ἀνάστασις ἡμῶν, Κύριε δόξα Σοι.

Herabgestiegen aus der Höhe hast Du, Barmherziger, die dreitägige Grabesruhe auf Dich genommen, um uns der Leidenschaften zu befreien. Unser Leben und unsere Auferstehung, Herr, Ehre sei Dir.

Ἀπολυτίκιον τοῦ Ὁσίου

Apolytikion des Heiligen

Ἦχος πλ. δ'

Achter Ton

Ταῖς τῶν δακρῶν σου ῥοαῖς, τῆς ἐρήμου τὸ ἄγονον ἐγεώργησας, καὶ τοῖς ἐκ βάθους στεναγμοῖς, εἰς ἑκατὸν τοὺς πόνους ἐκαρποφόρησας, καὶ γέγονας φωστήρ τῇ οἰκουμένη λάμπων τοῖς

Mit deinen Tränenströmen hast du die Unfruchtbarkeit der Wüste erquickt und durch dein Seufzen aus der Tiefe die Mühsal zu hundertfacher Frucht gebracht, aufstrahlend gleich

θαύμασιν, Ἰωάννη Πατὴρ ἡμῶν ὅσιε·  
πρέσβευε Χριστῷ τῷ Θεῷ, σωθῆναι τὰς  
ψυχὰς ἡμῶν.

einer hellen Leuchte für die Welt in den Wun-  
dern, unser heiliger Vater Johannes, bitte Chris-  
tus, Gott, unsere Seelen zu erretten.

### Κοντάκιον

Ἦχος β'

Τῇ ὑπερμάχῳ στρατηγῷ τὰ νικητήρια,  
ὡς λυτρωθεῖσα τῶν δεινῶν εὐχαριστή-  
ρια, ἀναγράφω σοι ἡ Πόλις σου Θεοτόκε.  
Ἄλλ' ὡς ἔχουσα τὸ κράτος ἀπροσμά-  
χητον, ἐκ παντοίων με κινδύνων ἐλευ-  
θέρωσον, ἵνα κράζω σοι· Χαῖρε νύμφη  
ἀνύμφευτε.

Προκείμενον. Ἦχος πλ. δ'

Εὐξασθε καὶ ἀπόδοτε Κυρίῳ τῷ Θεῷ ἡμῶν.

Στίχ. Γνωστὸς ἐν τῇ Ἰουδαίᾳ ὁ Θεός, ἐν τῷ  
Ἰσραὴλ μέγα τὸ ὄνομα αὐτοῦ.

### Kontakion

Zweiter Ton

Der unbesiegbaren Heerführerin Siegesgesang  
bringt dir, Gottesgebärerin, deine aus Gefahren  
befreite Stadt, dar. Da du unüberwindliche  
Macht besitzt, befreie mich aus allen möglichen  
Gefahren, damit ich dir zujuble: Freue dich, du  
unvermählt Vermählte!

Prokeimenon. Achter Ton

Betet und bringt dar dem Herrn, unserem Gott.

Vers: Bekannt ist Gott in Juda, groß ist Sein Name in  
Israel.

### Πρὸς Ἑβραίους Ἐπιστολῆς Παύλου (C': 13–20)

Ἀδελφοί, τῷ Ἀβραὰμ ἐπαγγειλάμενος ὁ  
Θεός, ἐπεὶ κατ' οὐδενὸς εἶχε μείζονος  
ὁμόσαι, ὥμοσε καθ' ἑαυτοῦ, λέγων· ἡ  
μὴν εὐλογῶν εὐλογήσω σε καὶ πλη-  
θύνων πληθυνῶ σε· καὶ οὕτω μακρο-  
θυμήσας ἐπέτυχε τῆς ἐπαγγελίας.  
Ἄνθρωποι μὲν γὰρ κατὰ τοῦ μείζονος  
ὁμνύουσι καὶ πάσης αὐτοῖς ἀντιλογίας  
πέρας εἰς βεβαίωσιν ὁ ὄρκος· ἐν ᾧ  
περισσότερον βουλόμενος ὁ Θεὸς  
ἐπιδειξάι τοῖς κληρονόμοις τῆς  
ἐπαγγελίας τὸ ἀμετάθετον τῆς βουλῆς  
αὐτοῦ, ἐμεσίτευσεν ὄρκῳ, ἵνα διὰ δύο  
πραγμάτων ἀμεταθέτων, ἐν οἷς  
ἀδύνατον ψεύσασθαι Θεόν, ἰσχυρὰν  
παράκλησιν ἔχωμεν οἱ καταφυγόντες  
κρατῆσαι τῆς προκειμένης ἐλπίδος· ἦν  
ὡς ἄγκυραν ἔχομεν τῆς ψυχῆς ἀσφαλῆ  
τε καὶ βεβαίαν καὶ εἰσερχομένην εἰς τὸ  
ἐσώτερον τοῦ καταπετάσματος, ὅπου  
πρόδρομος ὑπὲρ ἡμῶν εἰσηλθεν Ἰησοῦς,  
κατὰ τὴν τάξιν Μελχισεδέκ, Ἀρχιερεὺς  
γενόμενος εἰς τὸν αἰῶνα.

### Apostellesung (Hebr 6,13–20)

Brüder, als Gott dem Abraham die Verheißung  
gab, schwor Er bei sich selbst, da Er bei keinem  
Höheren schwören konnte, und sprach: Für-  
wahr, ich will dir Segen schenken in Fülle und  
deine Nachkommen überaus zahlreich machen.  
So erlangte Abraham durch seine Ausdauer die  
Verheißung. Menschen nämlich schwören bei  
dem Höheren; der Eid dient ihnen zur Bekräfti-  
gung und schließt jeden weiteren Einwand aus;  
deshalb hat Gott, weil Er den Erben der Verhei-  
ßung ausdrücklich zeigen wollte, dass Sein Ent-  
schluss unabänderlich ist, sich mit einem Eid  
verbürgt. So sollten wir durch zwei unwider-  
rufliche Taten, bei denen Gott unmöglich täu-  
schen konnte, einen kräftigen Ansporn haben,  
wir, die wir unsere Zuflucht dazu genommen  
haben, die dargebotene Hoffnung zu ergreifen.  
In ihr haben wir einen sicheren und festen An-  
ker der Seele, der hineinreicht in das Innere hin-  
ter dem Vorhang; dorthin ist Jesus für uns als  
Vorläufer hineingegangen, Er, der nach der  
Ordnung Melchisedeks Hohepriester gewor-  
den ist auf ewig.

### Εὐαγγέλιον

ἐκ τοῦ κατὰ Μάρκον (θ': 17–31)

Τῷ καιρῷ ἐκείνῳ, ἀνθρώπος τις προσῆλθε  
τῷ Ἰησοῦ γονυπετῶν αὐτῷ καὶ λέγων·

### Evangelium

nach Markus (9,17–31)

In jener Zeit kam ein Mann zu Jesus, fiel Ihm zu  
Füßen und rief: Meister, ich habe meinen Sohn

Διδάσκαλε, ἤνεγκα τὸν υἱόν μου πρὸς Σέ, ἔχοντα πνεῦμα ἄλαλον. Καὶ ὅπου ἂν αὐτὸν καταλάβῃ, ῥήσσει αὐτόν, καὶ ἀφρίζει καὶ τρίζει τοὺς ὀδόντας αὐτοῦ, καὶ ξηραίνεται· καὶ εἶπον τοῖς μαθηταῖς Σου ἵνα αὐτὸ ἐκβάλωσι, καὶ οὐκ ἴσχυσαν. ὁ δὲ ἀποκριθεὶς αὐτῶ λέγει· Ὡ γενεὰ ἄπιστος, ἕως πότε πρὸς ὑμᾶς ἔσομαι; ἕως πότε ἀνέξομαι ὑμῶν; φέρετε αὐτὸν πρὸς με. καὶ ἤνεγκαν αὐτὸν πρὸς Αὐτόν. Καὶ ἰδὼν αὐτὸν εὐθέως τὸ πνεῦμα ἐσπάραξεν αὐτόν, καὶ πεσὼν ἐπὶ τῆς γῆς ἐκυλίετο ἀφρίζων. Καὶ ἐπηρώτησε τὸν πατέρα αὐτοῦ· Πόσος χρόνος ἐστὶν ὡς τοῦτο γέγονεν αὐτῶ; ὁ δὲ εἶπε· Παιδιόθεν. Καὶ πολλάκις αὐτόν καὶ εἰς πῦρ ἔβαλε καὶ εἰς ὕδατα, ἵνα ἀπολέσῃ αὐτόν· ἀλλ' εἴ τι δύνασαι, βοήθησον ἡμῖν σπλαγχνισθεὶς ἐφ' ἡμᾶς. Ὁ δὲ Ἰησοῦς εἶπεν αὐτῶ· Τὸ εἰ δύνασαι πιστεῦσαι, πάντα δυνατὰ τῶ πιστεῦοντι. Καὶ εὐθέως κράξας ὁ πατήρ τοῦ παιδίου μετὰ δακρύων ἔλεγε· Πιστεύω, Κύριε· βοήθει μου τῇ ἀπιστίᾳ. Ἴδὼν δὲ ὁ Ἰησοῦς ὅτι ἐπισυντρέχει ὄχλος ἐπέτιμησε τῶ πνεύματι τῶ ἀκαθάρτῳ λέγων αὐτῶ· Τὸ πνεῦμα τὸ ἄλαλον καὶ κωφὸν, ἐγὼ σοι ἐπιτάσσω, ἔξελθε ἐξ αὐτοῦ καὶ μηκέτι εἰσέλθῃς εἰς αὐτόν. Καὶ κράξαν καὶ πολλὰ σπαράξαν αὐτόν ἔξηλθε, καὶ ἐγένετο ὡσεὶ νεκρός, ὥστε πολλοὺς λέγειν ὅτι ἀπέθανεν. Ὁ δὲ Ἰησοῦς κρατήσας αὐτόν τῆς χειρὸς ἤγειρεν αὐτόν, καὶ ἀνέστη. Καὶ εἰσελθόντα Αὐτόν εἰς οἶκον οἱ μαθηταὶ αὐτοῦ ἐπηρώτων Αὐτόν κατ' ἰδίαν, ὅτι ἡμεῖς οὐκ ἠδυνήθημεν ἐκβαλεῖν αὐτό. Καὶ εἶπεν αὐτοῖς· Τοῦτο τὸ γένος ἐν οὐδενὶ δύναται ἔξελεῖν εἰ μὴ ἐν προσευχῇ καὶ νηστείᾳ. Καὶ ἐκεῖθεν ἔξελθόντες παρεπορεύοντο διὰ τῆς Γαλιλαίας, καὶ οὐκ ἤθελεν ἵνα τις γινῶ· ἐδίδασκε γὰρ τοὺς μαθητὰς Αὐτοῦ καὶ ἔλεγεν αὐτοῖς ὅτι· Ὁ Υἱὸς τοῦ Ἄνθρώπου παραδίδοται εἰς χεῖρας ἀνθρώπων, καὶ ἀποκτενοῦσιν Αὐτόν, καὶ ἀποκτανθεὶς τῇ τρίτῃ ἡμέρᾳ ἀναστήσεται.

zu dir gebracht. Er ist von einem stummen Geist besessen; immer wenn der Geist ihn überfällt, wirft er ihn zu Boden und meinem Sohn tritt Schaum vor den Mund, er knirscht mit den Zähnen und wird starr. Ich habe schon deine Jünger gebeten, den Geist auszutreiben, aber sie hatten nicht die Kraft dazu. Da sagte Er zu ihnen: O du ungläubige Generation! Wie lange muss ich noch bei euch sein? Wie lange muss ich euch noch ertragen? Bringt ihn zu mir! Und man führte ihn herbei. Sobald der Geist Jesus sah, zerrte er den Jungen hin und her, sodass er hinfiel und sich mit Schaum vor dem Mund auf dem Boden wälzte. Jesus fragte den Vater: Wie lange hat er das schon? Der Vater antwortete: Von Kind auf; oft hat er ihn sogar ins Feuer oder ins Wasser geworfen, um ihn umzubringen. Doch wenn du kannst, hilf uns; hab Mitleid mit uns! Jesus sagte zu ihm: Wenn du kannst? Alles kann, wer glaubt. Da rief der Vater des Knaben: Ich glaube; hilf meinem Unglauben! Als Jesus sah, dass die Leute zusammenliefen, drohte Er dem unreinen Geist und sagte: Ich befehle dir, du stummer und tauber Geist: Verlass ihn und kehre nicht mehr in ihn zurück! Da zerrte der Geist den Knaben hin und her und verließ ihn mit lautem Geschrei. Er lag da wie tot, sodass alle Leute sagten: Er ist gestorben. Jesus aber fasste ihn an der Hand und richtete ihn auf und er erhob sich. Jesus trat in das Haus und seine Jünger fragten Ihn, als sie allein waren: Warum konnten denn wir den Dämon nicht austreiben? Er antwortete ihnen: Diese Art kann nur durch Gebet und Fasten ausgetrieben werden. Sie gingen von dort weg und zogen durch Galiläa. Er wollte aber nicht, dass jemand davon erfuhr; denn Er belehrte Seine Jünger und sagte zu ihnen: Der Menschensohn wird in die Hände von Menschen ausgeliefert und sie werden Ihn töten; doch drei Tage nach Seinem Tod wird Er auferstehen.

### ... πάντα δυνατὰ τῷ πιστεύοντι

Μέσα σὲ δύσκολες καὶ πρωτόγνωρες συνθήκες κύλησαν ἤδη τέσσερις ἐβδομάδες τῆς Ἁγίας καὶ Μεγάλης Τεσσαρακοστῆς. Αἰφνιδιαζόμαστε ἀπὸ τὶς ἀλλαγές τῶν καθημερινῶν συνηθειῶν μας καὶ τρομάζουμε μπροστὰ στὴν ἀπειλή τῆς ἀσθενείας καὶ τοῦ θανάτου ἀλλὰ ἔχομε τὴν ἐλπίδα μας στὸ Θεό. Ἄν πιστεύουμε ὅτι εἴμεθα «κληρονόμοι τῆς ἐπαγγελίας», τῆς ὑποσχέσεως τοῦ Θεοῦ γιὰ τὴ σωτηρία μας, γνωρίζουμε, γράφει ὁ Ἀπόστολος Παῦλος, ὅτι εἶναι «ἀδύνατον νὰ ψεύδεται ὁ Θεός». Ἡ ἀπόλυτη ἐμπιστοσύνη στὴν ἀγάπη Του γιὰ μᾶς, ἡ ὑπακοή στὸ θέλημά Του μεγαλώνει τὴν ἐλπίδα μας καὶ τὴν κάνει «ἄγκυρα τῆς ψυχῆς ἀσφαλῆ τε καὶ βεβαίαν» ποὺ δὲν μᾶς ἀφήνει νὰ βυθισθοῦμε. Ὅπου κι ἂν βρισκόμαστε, ὅποια δοκιμασία κι ἂν περνοῦμε μένομε σταθεροὶ στὸ «ἔσῳτερον τοῦ καταπετάσματος», ἐνωμένοι μὲ τὴν Ἐκκλησία, μὲ τὸ Σῶμα τοῦ Κυρίου μας Ἰησοῦ Χριστοῦ. Ἐκεῖνος μὲ τὴν ἐνανθρώπηση, μὲ τὴ σταυρική θυσία Του, ἔγινε «Ἀρχιερέας εἰς τὸν αἰῶνα» καὶ ἔκανε γιὰ χάρη μας δυνατὴ τὴν εἰσαγωγή μας στὰ Ἅγια τῶν Ἁγίων. Γιὰ νὰ ἀξιωθοῦμε, ἀκόμη καὶ κάτω ἀπὸ δύσκολες συνθήκες, μὲ ἀληθινὴ κατάνυξη νὰ ὑμνήσωμε τὰ ἅγια Πάθη καὶ νὰ προσκυνήσωμε τὴν ἐνδοξο Ἀνάστασή Του, χρειάζεται, μετανοῶντας γιὰ τὰ λάθη μας νὰ κατορθώσωμε νὰ ἀποκτήσωμε ἀρετές.

Καλούμεθα λοιπὸν ἀπὸ τὸν ὑμνογράφο ἀποφεύγοντας τὶς κοσμικὲς ἀπολαύσεις, νὰ καλλιεργήσωμε τὸν «μυστικὸ ἀμπελῶνα» τῆς ψυχῆς μὲ προσευχὲς καὶ νηστείες. Στὰ δύσκολα τοῦ κόσμου τούτου εἶναι ἡ μόνη λύση. Αὐτὸ ὑπέδειξε ὁ Κύριος στοὺς μαθητὲς Του ὅταν ρώτησαν γιὰτὶ δὲν κατάφεραν νὰ γιατρέψουν ἀπὸ τὸ «ἄλαλο» πνεῦμα ἓνα ταλαίπωρο νέο. Μὲ προσευχὴ καὶ νηστεία, ἄς ζητήσωμε ἀπὸ τὸν Τριαδικὸ Θεὸ τὴ θεραπεία κάθε κακοῦ ἔχοντας τὴν ταπείνωση τοῦ πατέρα ποὺ ὁμολόγησε στὸ Χριστὸ τὴν ἑλλιπῆ πίστη του καὶ ζήτησε βοήθεια. Τὸ δρόμο τῆς ταπεινώσεως, τῆς ἐγκρατείας καὶ τῆς ἀσκήσεως μᾶς δείχνει καὶ ὁ τιμῶμενος τὴν Δ' Κυριακὴ τῶν Νηστειῶν Ἅγιος Ἰωάννης ὁ Σιναΐτης. Στὰ τριάντα κεφάλαια τοῦ ἔργου του «Κλίμαξ» περιέγραψε τὸν ἀγῶνα ποὺ βίωσε, ὡς ἀνέβασμα μιᾶς σκάλας ποὺ ὀδηγεῖ στὸ Θεό.

### Alles kann, wer glaubt

Inmitten der schwierigen und noch nie dagewesenen Umstände sind bereits vier Wochen der Fastenzeit vergangen. Wir wurden von den Änderungen in unserem Alltag überrascht und haben Angst vor der Gefahr des Virus und des Todes. Gleichzeitig haben wir aber auch Hoffnung auf Gott. Wenn wir glauben, dass wir „Erben der Verheißung“ sind, des Versprechens Gottes für unsere Erlösung, dann wissen wir, so der Apostel Paulus, dass Gott uns unmöglich täuschen kann. Das vollkommene Vertrauen auf Seine Liebe zu uns, der Gehorsam Seinem Willen gegenüber lassen unsere Hoffnung wachsen, wir haben einen sicheren und festen Anker der Seele, der uns nicht untergehen lässt. Wo auch immer wir uns befinden, welche Versuchung auch immer wir ertragen müssen, so bleiben wir doch stets im Inneren des Vorhangs, vereint mit der Kirche, mit dem Leib unseres Herrn Jesus Christus. Mit Seiner Menschwerdung und Seinem Kreuzesopfer wurde er der Hohepriester auf ewig. So öffnete er auch uns den Weg in das Heilige der Heiligen. Damit wir dessen auch unter schwierigen Umständen gewürdigt werden, wollen wir auf tiefstem Herzen das heilige Leiden besingen und Seine glorreiche Auferstehung verehren, indem wir unsere Fehler bereuen und unsere Tugenden wieder neu ausrichten und stärken.

Wir sind also gerufen, wie der Hymnograph schreibt, den irdischen Genüssen zu entfliehen und im mystischen Weingarten der Seele zu arbeiten, mit Gebet und Fasten. Das ist die einzige Lösung in den Schwierigkeiten dieser Welt. Das hat der Herr Seinen Jüngern verheißt, als sie Ihn fragten, warum sie nicht den Knaben von dem stummen Geist befreien konnte. Wir wollen also mit Gebet und Fasten vom Dreifaltigen Gott die Heilung von allem Bösen und Übel erleben, mit dem Vater des Kranken des heutigen Evangeliums wollen auch wir demütig unseren mangelhaften Glauben bekennen und Hilfe bei Christus suchen. Der Weg der Demut, der Enthaltbarkeit und der Askese zeigt uns auch der hl. Johannes vom Berg Sinai, den wir am Vierten Fastensonntag ehren. In den 30 Kapiteln seines Werkes, der „Himmelsleiter“ beschrieb er den Weg, den er selbst erlebte, als einen Aufstieg auf einer Leiter, die zu Gott führt.

