

Ἱερὰ Μητρόπολις
Αὐστρίας καὶ
Ἐξαρχία Οὐγγαρίας
καὶ Μεσευρώπης



Heilige Metropolis
von Austria und
Exarchat von Ungarn
und Mitteleuropa

Ἐπὶ τὰς Πηγὰς

Κυριακὴ, 17 Μαρτίου 2024

Κυριακὴ τῆς Τυρινῆς

Ἀνάμνησις τῆς ἐξορίας τῶν Πρωτοπλάστων ἀπὸ
τοῦ Παραδείσου τῆς τρυφῆς.

Μνήμη τοῦ Ὁσίου Πατρὸς ἡμῶν Ἀλεξίου τοῦ
ἀνθρώπου τοῦ Θεοῦ, Παύλου Μάρτυρος καὶ
Θεοστηρίκτου Ομολογητοῦ

Zu den Quellen

Sonntag, 17. März 2024

Käsesonntag

Gedächtnis der Verbannung der Erstgeschaffenen
Adam und Eva aus dem Paradies. Gedächtnis
unseres hl. Vaters Alexios des Gottsmenschen, des
Märtyters Paulos und des Bekenner Theokteristos

Ἑωθινὸν Εὐαγγέλιον Η' (Ἰω κ': 11–18)

Καταβασίαι

Ἦχος πλ. β'. Ὡδὴ α'

Ὡς ἐν ἠπιέρῳ πεζεύσας ὁ Ἰσραὴλ, ἐν ἀβύσσῳ
ἵχνεσι, τὸν διώκτην Φαραῶ, καθορῶν
ποντούμενον Θεῶ, ἐπινίκιον ᾠδὴν, ἐβόα ἄσωμεν.

Ὡδὴ β'

Ὅκ ἔστιν ἅγιος ὡς σύ, Κύριε ὁ Θεός μου, ὁ
ὕψωσας τὸ κέρασ, τῶν πιστῶν Σου ἀγαθέ, καὶ
στερεώσας ἡμᾶσ, ἐν τῇ πέτρα, τῆς ὁμολογίας Σου

Ὡδὴ δ'

Χριστός μου δύναμις, Θεός καὶ Κύριος, ἡ σεπτὴ
Ἐκκλησία θεοπρεπῶσ, μέλπει ἀνακράζουσα,
ἐκ διανοίας καθαρᾶσ, ἐν Κυρίῳ ἐορτάζουσα.

Ὡδὴ ε'

Τῶ θείῳ φέγγει Σου Ἀγαθέ, τὰσ τῶν ὀρθριζόντων
Σοι ψυχᾶσ, πόθῳ καταύγαυσον δέομαι, Σὲ
εἰδέναι Λόγε Θεοῦ, τὸν ὄντως Θεόν, ἐκ ζόφου τῶν
πταισμάτων ἀνακαλούμενον.

Morgenevangelium VIII (Joh 20,11–18)

Katabasiai

Sechster Ton. Erste Ode

Wie trockenes Land durchschritt Israel das
Meer und sah in den Spuren den etränkten
Verfolgers, den Pharao auf dem Meeresgrund rief:
Wir wollen Gott ein Siegeslied singen!

Zweite Ode

Es gibt keinen Heiligen wie Dich, Herr, mein
Gott, du hast die Macht deiner Gläubigen er-
hoben, Gütiger, und uns gestärkt am Felsen Deines
Bekenntnisses.

Vierte Ode

Christus, meine Kraft, mein Gott und Herr, die
Cehrwürdige Kirche singt Dir, gottgebürlich,
in reinem Verstand feiert sie im Herrn.

Fünfte Ode

Mit Deinem göttlichen Licht lass erleuchten,
Gütiger, die Seelen aller, die früh am Morgen
Dich in Sehnsucht suchen, um Dich zu erkennen,
Logos Gottes, als den wahren Gott, der sie aus der
Finsternis der Verfehlungen herausruft.

Ἰδιὴ ς´

Τοῦ βίου τὴν θάλασσαν, ὑψουμένην καθορῶν,
τῶν πειρασμῶν τῷ κλύδωνι, ἐν εὐδίῳ λιμένι
σου προσδραμών, βοῶ σοι· Ἀνάγαγε, ἐκ φθορᾶς τὴν
ζωὴν μου Πολυέλεε.

Ἰδιὴ ζ´

Δροσοβόλον μὲν τὴν κάμινον εἰργάσατο,
Ἄγγελος τοῖς ὁσίοις παισί· τοὺς Χαλδαίους δὲ
καταφλέγον πρόσταγμα Θεοῦ τὸν τύραννον ἔπεισε
βοᾶν· Εὐλογητὸς εἶ ὁ Θεός, ὁ τῶν πατέρων ἡμῶν.

Ἰδιὴ η´

Ἐκ φλογὸς τοῖς ὁσίοις, δρόσον ἐπήγασας, καὶ
δικαίου θυσίαν, ὕδατι ἔφλεξας· ἅπαντα γὰρ
δρᾶς, Χριστέ μόνῳ τῷ βούλεσθαι· Σὲ ὑπερυψοῦμεν,
εἰς πάντας τοὺς αἰῶνας.

Ἰδιὴ θ´

Θεὸν ἀνθρώποις ἰδεῖν ἀδύνατον, ὃν οὐ τολμᾷ
Ἄγγέλων ἀτενίσαι τὰ τάγματα· διὰ σοῦ δὲ
Πάναγνε ὠράθη βροτοῖς Λόγος σεσαρκωμένος· ὃν
μεγαλύνοντες, σὺν ταῖς οὐρανίαις στρατιαῖς, σὲ
μακαρίζομεν.

Ἐξαποστειλάρια

Ἦχος β´

Τῆς ἐντολῆς Σου Κύριε, παρήκουσα ὁ ἄθλιος,
καὶ γυμνωθεὶς τῆς Σῆς δόξης, αἰσχύνῃς
πέπλησμαι, οἴμοι! καὶ τῆς τρυφῆς ἐκβέβλημαι, τοῦ
Παραδείσου, εὐσπλαγχνε· Ἐλεῆμον ἐλέησον, τὸν
στερηθέντα δικαίως, τῆς ἀγαθότητος τῆς Σῆς.

Ἀποικισθέντες Κύριε, Παραδείσου τὸ πρῶτον,
διὰ τῆς ξύλου βρώσεως, ἀντεισήγαγες πάλιν,
διὰ Σταυροῦ καὶ τοῦ Πάθους, σου Σωτῆρ καὶ Θεέ
μου, δι´ οὗ ἡμᾶς ὀχύρωσον, τὴν Νηστείαν πληρῶσαι,
ἀγνοπρεπῶς, καὶ τὴν θείαν Ἐγερσιν προσκυνῆσαι,
τὸ Πάσχα τὸ σωτήριο, Σὲ Τεκούσης πρεσβείαις.

Στιχηρὸν Ἰδιόμελον

Ἦχος πλ. α´

Τὸ στάδιον τῶν ἀρετῶν ἠνέγκται, οἱ βουλόμενοι
ἀθλῆσαι εἰσέλθετε, ἀναζωσάμενοι τὸν καλὸν τῆς
Νηστείας ἀγῶνα· οἱ γὰρ νομίμως ἀθλοῦντες, δικαίως

Sechste Ode

Das Meer des Lebens sehe ich aufgewühlt von
den Wogen der Versuchungen, in deinen stil-
len Hafen einlaufend, rufe ich Dir: Führe heraus
mein Leben aus der Vergänglichkeit, Vielerbarmen-
der!

Siebte Ode

Mit Tau benetzte der Engel den Feuerofen für
die heiligen Jünglinge, die Chaldäer aber
wurden auf Gottes Befehl verbrannt, den Tyrann
überzeugte er zu rufen: Gepriesen sei der Gott un-
serer Väter!

Achte Ode

Aus der Flamme hast Du den Heiligen Tau her-
vorquellen lassen, und das Opfer des Gerech-
ten hast Du mit Wasser verbrannt. Denn alles voll-
bringst Du, Christus, mit Deinem Willen allein.
Dich erheben wir in alle Ewigkeiten.

Neunte Ode

Gott zu schauen ist für Menschen unmöglich,
Ihn anzusehen wagen auch nicht die Heer-
scharen der Engel. Doch durch dich, Allreine, wur-
de Er der Sterblichen offenbar, der fleischge-
wordene Logos. Ihn erheben wir mit den himmli-
schen Scharen und preisen dich selig.

Exaposteilarien

Zweiter Ton

Dein Gebot, Herr, habe ich Elender übertreten
und entblößt wurde ich Deiner Herrlichkeit,
mit Schande bedeckt – wehe mir! Aus der Wonne
des Paradieses wurde ich ausgestoßen, Barmher-
ziger. Erbarmender, erbarme Dich dessen, der zu
Recht Deiner Güte beraubt wurde.

Vertrieben, Herr, wurden wir einst aus dem Pa-
radies, durch den Genuss vom Baum. Durch
das Kreuz und Dein Leiden, mein Retter und mein
Gott, lässt Du uns wieder zurückkehren. Festige
uns darin, das Fasten auf reine und würdige Wei-
se zu erfüllen und Deine heilige Auferstehung zu
verehere, das heilvolle Pascha, auf die Fürsprache
jener, die Dich geboren hat.

Sticheron Idiomelon

Fünfter Ton

Das Stadion der Tugenden wurde geöffnet, die
ihr kämpfen wollt, tretet ein und macht euch
bereit für den guten Kampf des Fastens. Denn die

στεφανοῦνται· καὶ ἀναλαβόντες τὴν πανοπλίαν τοῦ Σταυροῦ, τῷ ἐχθρῷ ἀντιμαχῶμεθα, ὡς τεῖχος ἄρρήκτον κατέχοντες τὴν Πίστιν, καὶ ὡς θώρακα τὴν προσευχὴν, καὶ περικεφαλαίαν τὴν ἐλεημοσύνην, ἀντὶ μαχαίρας τὴν νηστείαν, ἣτις ἐκτέμνει ἀπὸ καρδίας πᾶσαν κακίαν. Ὁ ποιῶν ταῦτα, τὸν ἀληθινὸν κομίζεται στέφανον, παρὰ τοῦ Παμβασιλέως Χριστοῦ, ἐν τῇ ἡμέρᾳ τῆς Κρίσεως.

Δόξαστικόν

Ἦχος πλ. β´

Ἐφθασε καιρὸς, ἡ τῶν πνευματικῶν ἀγώνων ἀρχή, ἡ κατὰ τῶν δαιμόνων νίκη, ἡ πάνοπλος ἐγκράτεια, ἡ τῶν Ἀγγέλων εὐπρέπεια, ἡ πρὸς Θεὸν παρρησία· δι' αὐτῆς γὰρ Μωϋσῆς, γέγονε τῷ Κτίστῃ συνόμιλος, καὶ φωνὴν ἀοράτως, ἐν ταῖς ἀκοαῖς ὑπεδέξατο· Κύριε, δι' αὐτῆς ἀξίωσον καὶ ἡμᾶς, προσκυνῆσαί σου τὰ Πάθη καὶ τὴν ἀγίαν Ἀνάστασιν, ὡς φιλάνθρωπος.

Ἀπολυτίκιον Ἀναστάσιμον

Ἦχος πλ. δ´

Ἐξ ὕψους κατήλθες ὁ Εὐσπλαγχνος, ταφὴν ἔκατεδέξω τριήμερον, ἵνα ἡμᾶς ἐλευθερώσῃς τῶν παθῶν. Ἡ ζωὴ καὶ ἡ ἀνάστασις ἡμῶν, Κύριε δόξα Σοι.

Κοντάκιον τοῦ Τριωδίου

Ἦχος πλ. β´

Τῆς σοφίας ὁδηγέ, φρονήσεως χορηγέ, τῶν ἀφρόνων παιδευτά, καὶ πτωχῶν ὑπερασπιστά, στήριξον, συνέτισον τὴν καρδίαν μου Δέσποτα. Σὺ δίδου μοι λόγον, ὁ τοῦ Πατρὸς Λόγος· ἰδοὺ γὰρ τὰ χεῖλη μου, οὐ μὴ κωλύσω ἐν τῷ κράζειν σοι· Ἐλεῆμον, ἐλέησόν με τὸν παραπεσόντα.

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.

Ἀπόστολος

Ρωμ. ιγ´: 11-14, ιδ´: 1-4

Ἀδελφοί, νῦν ἐγγύτερον ἡμῶν ἡ σωτηρία ἢ ὅτε ἐπίστεύσαμεν. Ἡ νύξ προέκοψεν, ἡ δὲ ἡμέρα ἤγγικεν. Αποθώμεθα οὖν τὰ ἔργα τοῦ σκότους καὶ ἐνδυσώμεθα τὰ ὄπλα τοῦ φωτός. Ὡς ἐν ἡμέρᾳ εὐσχημόνως περιπατήσωμεν, μὴ κώμοις καὶ μέθαις, μὴ κοίταις καὶ ἀσελγείαις, μὴ ἔριδι καὶ

wahrhaft Kämpfenden werden zu Recht gekrönt werden. Ergreifen wir die Rüstung des Kreuzes, um mit dem Feind zu kämpfen, als festen Wall haben wir den Glauben und als Panzer das Gebet, das Almosengeben als Helm und als Schwert das Fasten, das aus dem Herzen alles Böse herausschneidet. Wer so kämpft, wir mit dem wahren Kranz gekrönt werden vom Allkönig Christus am Tage des Gerichts.

Doxastikon

Sechster Ton

Gekommen ist die Zeit, der Beginn der geistigen Kämpfe, der Siegen gegen die Dämonen, die bewaffnete Enthaltensamkeit, die Zierde der Engel, die innige Fürbitte bei Gott. Durch diese nämlich durfte Moses zum Schöpfer sprechen und empfing die unsichtbare Stimme im Gehör. Herr, durch diese würdige auch uns, Dein Leiden und Deine Auferstehung zu verehren, du Menschenliebender!

Auferstehungsapolytikion

Achter Ton

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

Kontakion des Triodion

Sechster Ton

Der Weisheit Wegweiser, der Einsicht Anführer, der Unvernünftigen Lehrer und der Armen Beschützer: Stärke und festige mein Herz, Gebieter. Gib Du mir das Wort, Du Wort Gottes, denn siehe, meine Lippen will ich nicht verschließen im Rufen zu Dir: Erbarmender, hab Erbarmen mit mir, dem Gefallenen!

Prokeimenon. Achter Ton

Betet und bringet dar, dem Herrn, unserem Gott.

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

Apostellesung

Röm 13,11-14; 14,1-4

Brüder, jetzt ist das Heil uns näher als zu der Zeit, da wir gläubig wurden. Die Nacht ist vorgeückt, der Tag ist nahe. Darum lasst uns ablegen die Werke der Finsternis und anlegen die Waffen des Lichts! Lasst uns ehrenhaft leben wie am Tag, ohne maßloses Essen und Trinken, ohne Unzucht

ζήλω, ἀλλ' ἐνδύσασθε τὸν Κύριον Ἰησοῦν Χριστόν, καὶ τῆς σαρκὸς πρόνοιαν μὴ ποιεῖσθε εἰς ἐπιθυμίας. Τὸν δὲ ἀσθενοῦντα τῇ πίστει προσλαμβάνεσθε, μὴ εἰς διακρίσεις διαλογισμῶν. Ὅς μὲν πιστεύει φαγεῖν πάντα, ὁ δὲ ἀσθενῶν λάχανα ἐσθίει. Ὁ ἐσθίων τὸν μὴ ἐσθιοντα μὴ ἐξουθενεῖτω, καὶ ὁ μὴ ἐσθίων τὸν ἐσθιοντα μὴ κρινέτω· ὁ Θεὸς γὰρ αὐτὸν προσελάβετο. Σὺ τίς εἶ ὁ κρίνων ἀλλότριον οἰκέτην; τῷ ἰδίῳ Κυρίῳ στήκει ἢ πίπτει, σταθήσεται δέ· δυνατὸς γάρ ἐστιν ὁ Θεὸς στήσαι αὐτόν.

Εὐαγγέλιον

Μτθ. ς': 14-21

Ἐἶπεν ὁ Κύριος· Ἐὰν ἀφήτε τοῖς ἀνθρώποις τὰ παραπτώματα αὐτῶν, ἀφήσει καὶ ὑμῖν ὁ Πατήρ ὑμῶν ὁ οὐράνιος· ἐὰν δὲ μὴ ἀφήτε τοῖς ἀνθρώποις τὰ παραπτώματα αὐτῶν, οὐδὲ ὁ Πατήρ ὑμῶν ἀφήσει τὰ παραπτώματα ὑμῶν.

Ὅταν δὲ νηστεύητε, μὴ γίνεσθε ὡσπερ οἱ ὑποκριταὶ σκυθρωποὶ· ἀφανίζουσι γὰρ τὰ πρόσωπα αὐτῶν ὅπως φανῶσι τοῖς ἀνθρώποις νηστεύοντες· ἀμὴν λέγω ὑμῖν, ὅτι ἀπέχουσιν τὸν μισθὸν αὐτῶν. Σὺ δὲ νηστεύων ἄλειψαί σου τὴν κεφαλὴν καὶ τὸ πρόσωπόν σου νίψαι, ὅπως μὴ φανῆς τοῖς ἀνθρώποις νηστεύων ἀλλὰ τῷ Πατρί σου τῷ ἐν τῷ κρυπτῷ· καὶ ὁ Πατήρ σου ὁ βλέπων ἐν τῷ κρυπτῷ ἀποδώσει σοι ἐν τῷ φανερῷ.

Μὴ θησαυρίζετε ὑμῖν θησαυροὺς ἐπὶ τῆς γῆς, ὅπου σὴς καὶ βρῶσις ἀφανίζει, καὶ ὅπου κλέπται διορύσσουσιν καὶ κλέπτουσιν· θησαυρίζετε δὲ ὑμῖν θησαυροὺς ἐν οὐρανῷ, ὅπου οὔτε σὴς οὔτε βρῶσις ἀφανίζει, καὶ ὅπου κλέπται οὐ διορύσσουσιν οὐδὲ κλέπτουσιν· ὅπου γὰρ ἐστὶν ὁ θησαυρός ὑμῶν, ἐκεῖ ἐστὶ καὶ ἡ καρδιά ὑμῶν.

und Ausschweifung, ohne Streit und Eifersucht! Vielmehr zieht den Herrn Jesus Christus an und sorgt nicht so für euren Leib, dass die Begierden erwachen. Nehmt den an, der im Glauben schwach ist, ohne mit ihm über verschiedene Auffassungen zu streiten! Der eine glaubt, alles essen zu dürfen, der Schwache aber isst nur Gemüse. Wer Fleisch isst, verachte den nicht, der es nicht isst; wer aber kein Fleisch isst, richte den nicht, der es isst. Denn Gott hat ihn angenommen. Wer bist du, dass du den Diener eines anderen richtest? Durch seinen eigenen Herrn steht oder fällt er. Er wird aber stehen; denn der Herr hat die Macht, ihm Stand zu geben.

Evangelium

Mt 6,14-21

Der Herr sprach: Wenn ihr den Menschen ihre Verfehlungen vergebte, dann wird euer himmlischer Vater auch euch vergeben. Wenn ihr aber den Menschen nicht vergebte, dann wird euch euer Vater eure Verfehlungen auch nicht vergeben.

Wenn ihr fastet, macht kein finsternes Gesicht wie die Heuchler! Sie geben sich ein trübseliges Aussehen, damit die Leute merken, dass sie fasten. Amen, ich sage euch: Sie haben ihren Lohn bereits erhalten. Du aber, wenn du fastest, salbe dein Haupt und wasche dein Gesicht, damit die Leute nicht merken, dass du fastest, sondern nur dein Vater, der im Verborgenen ist; und dein Vater, der das Verborgene sieht, wird es dir vergelten.

Sammelt euch nicht Schätze hier auf der Erde, wo Motte und Wurm sie zerstören und wo Diebe einbrechen und sie stehlen, sondern sammelt euch Schätze im Himmel, wo weder Motte noch Wurm sie zerstören und keine Diebe einbrechen und sie stehlen! Denn wo dein Schatz ist, da ist auch dein Herz.



Ἡ Ἱερά Μητρόπολις Αὐστρίας σᾶς εὐχαριστεῖ γιὰ τὴν ἐνίσχυση τοῦ ἔργου της.
Die Metropolis von Austria dankt für Ihre großzügige Unterstützung.

Körperschaft des öffentlichen Rechts gemäß Gesetz 229/23 06.1967

Bankverbindung RLB NOE Wien AG – IBAN: AT67 3200 0000 0660 4771 – BIC: RLNATWW