



Fastenhirtenbrief 2025

Seiner Eminenz Metropolit Arsenios von Austria, Exarch von Ungarn und Mitteleuropa

Liebe Brüder, liebe Kinder im Herrn!

„Die Zeit ist gekommen, der Beginn der geistlichen Kämpfe, der Sieg über die Dämonen, die gewappnete Enthaltbarkeit, die Schönheit der Engel, die Offenheit gegenüber Gott...“ (Idiomelon vom Sonntag des Käseverzichts, 6. Ton).

Mit der Gnade Gottes treten wir in die heilige und große Fastenzeit ein, eine Zeit der geistlichen Askese und der Vorbereitung auf das große Osterfest. Ein großes Stadium, in dem ausnahmslos alle Gläubigen aufgerufen sind, den Herrn nachzuahmen und den guten geistlichen Kampf zu führen. Vor uns öffnet sich ein weiteres Stadion des Kampfes, des Kampfes des Leibes und des Kampfes des Geistes. Das „Stadion der Tugenden“, wie die heilige Hymnographie es erwähnt, hat nur Bahnen für die Kämpfer und keine Plätze für Zuschauer. Kampfrichter und Zuschauer sind im Himmel. Der Kampfrichter des Glaubens ist der Herr selbst und die Zuschauer sind die bereits gekämpften und ausgezeichneten Heiligen, die, nachdem sie den Kranz und den Preis erhalten haben, unsere Leistungen beobachten und bewundern.

Unser geistlicher Kampf hat bereits im Augenblick unserer Taufe begonnen, als wir dem Teufel und seinen Werken entsagt und uns mit dem weißen Gewand des Herrn Jesus Christus bekleidet haben, dem wir versprochen haben, unser ganzes Leben lang zu folgen, indem wir gegen die „Sünde, die uns leicht umstrickt“ und den ständigen Krieg der Mächte des Bösen kämpfen. Ausnahmslos alle Gläubigen sind aufgerufen, dem Beispiel des Herrn selbst zu folgen, der, bevor er sein Heilswerk öffentlich begann, in der Wüste „vierzig Tage und vierzig Nächte fastete“, um den Versuchungen des Bösen zu widerstehen (Mt 4,11). Aus diesem Grund vergleichen die Kirchenväter die Große Fastenzeit mit einer geistlichen Wüste.

Die Mutterkirche hatte vorgesorgt und das Fastenstadion eingerichtet, um uns daran zu erinnern, dass wir seit der Taufe Kämpfer unseres Herrn Jesus Christus sind und uns dem heiligen Kampf der gegenseitigen Vergebung, des Fastens, des Gebets, der Barmherzigkeit, der Geduld in den Mühen des Lebens und der Nächstenliebe in Christus widmen müssen. Das Fasten reinigt den Leib von überflüssigem Ballast und öffnet die Tür zur Umkehr und zur Erkenntnis, dass wir Sünder und Gefallene sind. Die Barmherzigkeit heiligt das Fasten und führt uns zum Gebet an den barmherzigen und allgütigen Gott; die Geduld in Schmerz und Leid macht uns zu Nachahmern der heiligen Märtyrer und sichert uns als Lohn große Gaben und Kränze vom Herrn. Die Vergebung schließlich und die Liebe zum Nächsten sind das Siegel unseres christlichen Denkens und machen uns zu Nachahmern des Herrn.

Das Gebet des heiligen Ephraim des Syrers, das wir in den Gottesdiensten der Fastenzeit mit der Kniebeuge beten, ist ein Hymnus der Frömmigkeit: „Herr

und Gebieter meines Lebens, gib mir nicht den Geist der Trägheit, der Neugier, der Herrschsucht und der Geschwätzigkeit, sondern gib mir, deinem Diener, den Geist der Keuschheit, der Demut, der Geduld und der Liebe. Ja, Herr, gewähre mir, dass ich meine eigenen Fehler sehe und meinen Bruder nicht verurteile, denn du bist gepriesen in Ewigkeit. Amen“. Wir bitten den Herrn, uns von den vier schlimmsten Leidenschaften zu befreien und uns die vier wichtigsten Tugenden zu schenken. Zugleich bitten wir ihn um die große Tugend der Selbsterkenntnis, damit wir uns mit unseren eigenen Sünden beschäftigen und nicht mit den Sünden anderer.

Die Große Fastenzeit ist nicht nur eine Zeit der körperlichen Askese oder der Einhaltung äußerer Regeln, sondern auch eine Gelegenheit, in unser Herz zurückzukehren und mit einem Geist der Wahrheit, der Demut und der Liebe vor Gott zu treten. Diese Zeit ist ein Aufruf zur Rückkehr zu Gott und zu unserer wahren Natur, die in unserem Herzen wohnt, das die Kirchenväter „Zelle“ nannten, einen Ort der hesychastischen Ruhe und der Begegnung mit unserem Herrn Jesus Christus. Fasten, Gebet und Reue sind kein Selbstzweck, sondern Mittel, um den Weg zur Ruhe des Herzens wiederzufinden, wo die Gnade Gottes wohnt. Das wahre Fasten nach dem heiligen Gregor Palamas ist die Reinigung des Herzens und der Rückzug aus dem Geschwätz der Welt, damit es in der Stille empfänglich wird für das ungeschaffene Licht Gottes („In der Stille und im Vertrauen wird eure Stärke sein“ (Jes 30,15). Es ist ein Weg der Rückkehr in unser Herz „durch aufrichtige Reue und Gebet, um Gott in uns zu begegnen und diese innere Wirklichkeit in uns zu erfahren.“ Der heilige Isaak der Syrer ermahnt uns, in unsere Zelle einzutreten, die uns alles lehrt wird.

Lasst uns, liebe Brüder und Schwestern, in Demut das heilige Stadion betreten und mit der Gnade Gottes und dem Gebet der Allerheiligsten Jungfrau Maria den guten Kampf der Reue, der Läuterung, der Geduld, der Enthaltbarkeit, der gegenseitigen Vergebung, der Barmherzigkeit, des Gebetes und der Liebe führen. Niemand soll gleichgültig bleiben, niemand soll nur Zuschauer sein, wenn zum geistlichen Kampf aufgerufen wird. Die Große Fastenzeit ist eine Gelegenheit, aus der Zerstreung des Alltags zur Ruhe des Herzens durch Fasten, Gebet und hesychastische Ruhe zurückzukehren, um die Stimme des Herrn in uns zu hören. Der Apostel Paulus mahnt: „Durch den Glauben wohne Christus in euren Herzen, in der Liebe verwurzelt und auf sie gegründet“ (Eph 3,17), d.h. Christus wohnt in den Herzen der Gläubigen, daher auch die Worte des Herrn: „das Reich Gottes ist mitten unter euch“ (Lk 17,21). Das Reich Gottes wohnt in den Herzen derer, die an Christus glauben und durch die Gnade des Heiligen Geistes wiedergeboren sind.

Lasst uns, liebe Kinder im Herrn, unsere Augen und unseren Geist von der Verwirrung dieser Welt abwenden und sie auf das Jerusalem unseres Herzens richten, das „das Reich Gottes“ ist, wie der heilige Makarios der Ägypter sagt. Der Herr wartet darauf, dass wir ihm die Tür öffnen und uns mit ihm vereinen. Das ist der Segen der Großen Fastenzeit, aus der Zelle unseres Herzens zum Licht der Auferstehung zu gehen.

Eine gute und gesegnete Fastenzeit! Amen!
Mit herzlichen Wünschen und Liebe
Arsenios, Metropolit von Austria