

Esperinos zum Donnerstag der ersten Fastenwoche  
(am Mittwochabend)

Stichira des Triodions

Idiomelon im 8. Ton

Da wir, Brüder, leiblich fasten,  
so lasset uns auch geistlich fasten.  
Lasst uns lösen jede Fessel der Ungerechtigkeit.  
Lasst uns zerreißen die Schlingen der Knechtschaft.  
Lasst uns lösen jeden ungerechten Vertrag.  
Den Hungernden lasst uns Brot geben,  
arme Obdachlose in unsere Häuser aufnehmen,  
auf dass wir empfangen von Christus, unserem Gott,  
das große Erbarmen.

(zweimal)

Wenn es eine Tugend, wenn es ein Lob gibt,  
so ziemt es den Heiligen.  
Denn den Schwertern haben um Deinetwillen sie ihre Nacken geneigt,  
der Du die Himmel geneigt und herabgestiegen bist.  
Um Deinetwillen haben ihr Blut sie vergossen,  
der Du Dich selbst entäußert und Knechtsgestalt angenommen hast.  
Sie wurden erniedrigt bis zum Tod,  
nachahmend Deine Armut.  
Auf ihre Fürbitten, Gott, erbarme Dich unser  
nach dem Reichtum Deiner Barmherzigkeit.

*2. Ton*

Als strahlende Blitze hat euch, gottschauende Apostel,  
Jesus, die wahrhaft geistige Sonne, in alle Welt gesandt.  
Durch das Licht eurer göttlichen Unterweisung  
hat Er die Finsternis der Lüge gemindert und diejenigen erleuchtet,  
die durch Bosheit in der Unwissenheit Nacht gefangen waren.  
Zu Ihm fleht, dass Er herniedersende auch uns  
die Erleuchtung und das große Erbarmen.

Da Elias den göttlichen Wagen der Tugenden bestiegen  
ward er, erleuchtet durch Fasten, zur Höhe des Himmels erhoben.  
Ihm eifere nach, meine elende Seele,  
und faste von jeglicher Schlechtigkeit,  
von Neid und Streit, von flüchtigem Wohlleben und Genuß,  
damit du der schrecklichen, der ewigen Pein der Hölle entrinnst,  
indem du zu Christus rufst:  
Herr, Ehre sei Dir.

## 5. Ton

Heilige Apostel, eifernde Fürbitter für die Welt,  
Fürstreiter der Rechtgläubigen,  
ihr habt die Macht der freimütigen Fürsprache  
bei Christus, unserem Gott.  
Wir flehen zu euch, Allehrwürdige:  
Bittet für uns, dass wir die gute Zeit der Fasten  
ohne Anfechtung bestehen  
und die Gnade der wesenseinen Dreiheit erlangen.  
Ruhmvolle Künder des Heils,  
bittet für unsere Seelen.

*vier Stichira und Theotokion vom Tag*

Prokimenon im 5. Ton

Du, o Herr, wirst uns beschützen  
und wirst uns bewahren vor diesem Geschlecht und in Ewigkeit.

(Psalm,11, 8)

Vers:

Rette mich, Herr, denn verschwunden ist der Fromme.

(Psalm11,2)

Genesis 1,24 – 2,3

Prokimenon im 6. Ton

Blicke auf mich, erhöre mich, Herr, mein Gott!

(Psalm 12, 4)

Vers:

Wie lange, o Herr? Wirst Du mich völlig vergessen?

(Psalm 12, 2)

Sprüche 2,1-22

*es folgt die Liturgie der Vorgeweihten Gaben*