



Wie oft sollen wir die heiligen Sakramente (die Göttlichen Mysterien) empfangen?

„Dafür halte man uns: für Diener Christi und Verwalter der Geheimnisse (*Mysterien, Sakramente*) Gottes. Übrigens sucht man hier an den Verwaltern, dass einer treu befunden werde.“ 1 Kor 4, 1-2

Der hl. Metropolit Makarios (Taufname: Michael Notaras) ist einer der bedeutendsten griechischen Theologen des 18. Jahrhunderts. Geboren wurde er in Korinth als Sproß einer bekannten Familie, zu der u.a. der Jerusalemer Patriarch Chrysanthos (1707-1731) gehörte. Nach seiner Mönchsweihe im Kloster Mage Spelaion bei Korinth wirkte Makarios zuerst sechs Jahre als Lehrer in seiner Heimatstadt. Dann wurde er nach dem Tode des Metropoliten Parthenios 1764 zu dessen Nachfolger bestellt. Energisch begann er mit einer Reform des Klerus und der Jugenderziehung. Der Aufstand gegen die osmanische Herrschaft 1768 zog allerdings seine Flucht und 1773 seine offizielle Absetzung nach sich, die der Ökumenische Patriarch Theodosios II. auf Druck der Türken aussprechen mußte. Makarios wirkte nun an verschiedenen Orten, zuletzt in einer Einsiedelei auf Chios, als geistlicher Lehrer. 1777 veröffentlichte er in Venedig anonym eine Schrift über den häufigen Empfang der hl. Mysterien (Sakramente), aus dem dieser Auszug stammt.

Die Antwort des hl. Makarios von Korinth (1731-1805)

Die hl. Mysterien für gewöhnlich zwei oder dreimal im Jahr zu empfangen, ist gut und hilfreich, aber sie noch öfter zu empfangen, ist bei weitem besser. Bedenke, je näher jemand zum Licht kommt, desto mehr Licht empfängt er. Je näher er zum Feuer kommt, desto mehr wird er erwärmt. Je mehr er sich an die Heiligkeit annähert, desto heiliger wird er. Gleicherweise erhält man, je öfter man sich Gott in der Kommunion annähert, umso öfter Licht und Wärme und Heiligkeit. Mein Freund: Wenn du würdig bist, die Mysterien zwei oder dreimal im Jahr zu

empfangen, dann bist du auch würdig, dies öfter zu tun, wie der hl. Johannes der Goldmund uns sagt, wenn wir nur unsere frühere Weise der Vorbereitung und Würdigkeit beibehalten. Was also hindert uns daran, die hl. Mysterien zu nehmen? Die Antwort lautet: unsere Gedankenlosigkeit und unsere Faulheit, und wir räumen diesen Fehlern so viel Platz ein, dass wir nicht hinreichend vorbereitet sind, um die Mysterien empfangen zu können.

Da gibt es jedoch noch einen anderen Aspekt, unter dem wir diese Frage betrachten



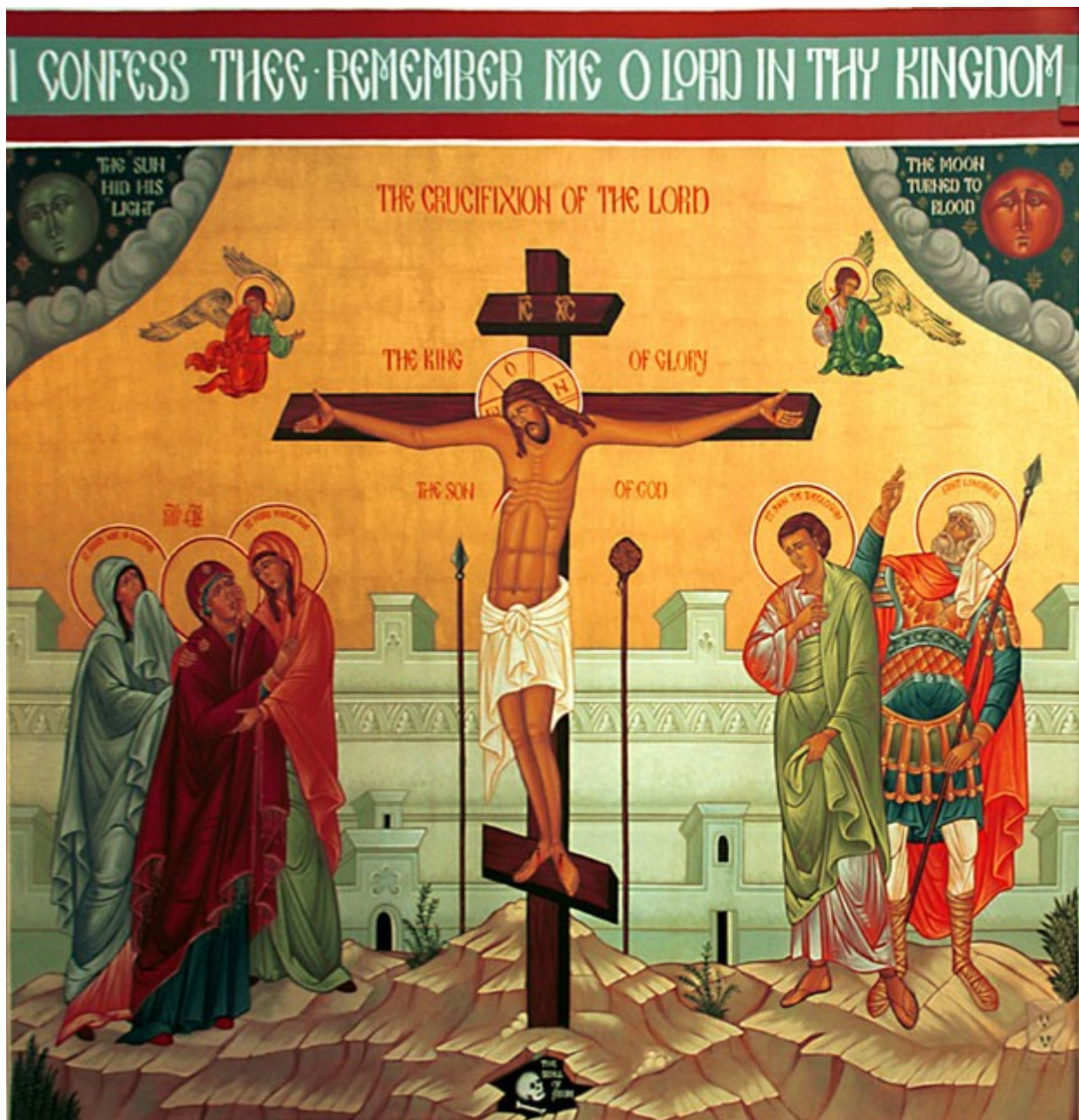
sollten. Menschen, die sich so verhalten, (das sie nur selten die Mysterien empfangen) leisten in Wirklichkeit nicht, auch wenn sie dies selbst meinen, Gottes Geboten Gehorsam. Wo hat denn Gott — oder auch nur einer der Heiligen, der sich hiermit beschäftigte, — uns geboten, nur zwei oder dreimal im Jahr die hl. Mysterien zu empfangen? Dies lässt sich nirgends finden. Daher sollten wir ganz sicher sein, dass wir, wenn wir ein Gebot erfüllen, auch wirklich genau das tun, was dieses Gebot

besagt! Das heisst: Wir müssen den Ort, die Zeit, den Zweck, die Art und Weise und alle Bedingungen berücksichtigen, für die es bestimmt ist. Dann wird auch das gute Werk, das wir verrichten wollen, in jeder Hinsicht vollkommen sein und Gott wohlgefällig. Ihr könnt sehen, dass dies auch für den Empfang der hl. Mysterien zutrifft. Es ist sowohl notwendig wie sehr nutzbringend für jedermanns Seele, die hl. Mysterien regelmäßig zu empfangen. Dies bedeutet dann auch, Gottes Geboten zu gehorchen. Es ist eine gute und Gott wohlgefällige Tat. Dreimal im Jahr zu kommunizieren, bedeutet weder, einem Gebot zu gehorchen, noch ist es eine vollkommene gute Tat. Da es in sich nicht gut ist, sind auch die Folgen nicht gut. Denn wie für jedes von Gottes Geboten gilt auch hier, dass es der rechten Zeit bedarf, so wie es im Buche Ekklesiastes heisst: „Jedes Ding hat seine Zeit!“

Dies trifft auch zu im Hinblick auf das Gebot über die hl. Kommunion. Wir sollen sie empfangen zur rechten Zeit; und diese rechte Zeit ist immer dann, wenn der Priester ausruft: „Mit Gottesfurcht, Glauben und Liebe tretet heran!“

Hören wir diese Worte etwa nur dreimal im Jahr? O nein! Jeder von uns muss zwei- oder gar dreimal am Tage essen, um seinen materiellen Körper am Leben zu halten; braucht die unglückliche Seele dann vielleicht nur dreimal im Jahr — oder sogar nur einmal! — der Speise, die das Leben gibt, um ihr geistliche Leben führen zu können? Ist das nicht völlig absurd? Ich fürchte, indem wir versuchen, so (durch Enthaltung von den Mysterien) den Geboten zu folgen, werden wir keinen Verdienst erlangen, denn wir verwässern sie und verletzen sie. So halten wir nicht das Gesetz, sondern brechen es!

Übersetzung: Ipodiakon Nikolaj Thon



Orthodoxes Glaubensbuch:

Das Sakrament der Kommunion – die Eucharistie

Die Kommunion ist das Sakrament, in dem der Gläubige Leib und Blut Christi unter der Gestalt von Brot und Wein empfängt. Die Kommunion erfolgt zur Vergebung der Sünden und zum ewigen Leben. Das Sakrament der Kommunion erneuert im Menschen das Leben der Gnade in Christus. Wenn wir kommunizieren, d. h. Seinen Leib und Sein Blut empfangen, werden wir selbst – als Glieder Seiner Kirche – ein

Teil Seines Leibes. Die Kommunion wird gewöhnlich in der Kirche bei der Eucharistiefeier (siehe "Der Gottesdienst"), d. h. während der Liturgie, gespendet. Der Empfang der Heiligen Gaben ist zur Erlangung des ewigen Lebens unbedingt erforderlich. Der Herr spricht im heiligen Evangelium: **"Amen, amen, das sage ich euch: Wenn ihr das Fleisch des Menschensohnes nicht esst und sein Blut nicht trinkt, habt ihr das Leben nicht in euch. Wer mein Fleisch isst und mein Blut trinkt, hat das ewige Leben, und ich werde ihn auferwecken am Letzten Tag."**

Die Kommunion in der Kirche

Die Gläubigen, die in der Liturgie kommunizieren wollen, müssen vorher beichten und vom Priester die Absolution bekommen. Auf den Empfang der Kommunion muss man sich unbedingt durch Fasten (gewöhnlich drei Tage), verstärktes Gebet, milde Gaben, gute Taten, Enthaltensamkeit von sündigen Werken und sogar Gedanken und Verzicht auf verschiedene Arten von Unterhaltung und Vergnügungen vorbereiten. Am Abend vor der Kommunion sollte man am Abendgottesdienst in der Kirche teilnehmen, da der kirchliche Tag bereits mit dem Vorabend beginnt. Nach dem Gottesdienst sollte man in innerer Gebetshaltung verbleiben. Zu Hause kann man ein wenig essen, aber nur bis 12 Uhr Mitternacht. Nach Mitternacht darf man weder essen noch trinken, noch rauchen (Rauchen ist eine sündige Angewohnheit und wird von der Russischen Orthodoxen Kirche verurteilt). Viele, die sich auf den Empfang der Kommunion vorbereiten, verzichten auf jedes Essen nach dem Abendgottesdienst. Am Abend liest man die Kanon-Hymnen zum Erlöser, zur Gottesmutter und zum Schutzengel, die im Gebetbuch enthalten sind. Der Morgen beginnt mit den Morgengebete und der Regel zur Kommunion, obwohl man diese Gebete auch am Vortag lesen kann. Auf den Empfang der Kommunion sollte man sich auch körperlich vorbereiten: sich waschen, schön kleiden usw. Der Kommunikant sollte auf keinen Fall zu spät zum Gottesdienst kommen. Es ist sogar besser, vor Beginn des Gottesdienstes zu kommen, die Namenszettel abzugeben (siehe "Die kirchliche Frömmigkeit") Kerzen aufzustellen und sich auf einen passenden Platz zu stellen. Während des Gottesdienstes sollte man diesen Platz nicht verlassen, außer man geht zur Beichte. Alle Kommunikanten versammeln sich beim Ambon, wohin der Priester den Kelch zur Spendung der heiligen Kommunion aus dem Altar hinausträgt. Man macht einen Kniefall (Proskynesis), legt die Hände kreuzförmig über die Brust, die rechte über die linke, und tritt der Reihe nach zu den Heiligen Gaben heran. Dabei nennt man deutlich seinen christlichen Vornamen und öffnet den Mund für den Empfang der Heiligen Gaben. Nach dem Empfang der Heiligen Gaben küsst man den Fuß des Kelches und geht ohne Verneigung und Kreuzzeichen zum Tisch, wo für die Kommunikanten mit Wein vermisches warmes Wasser und Prosphoren vorbereitet sind. Nachdem man diesen Wein und eine Prosphore zu sich genommen hat, soll man still für sich den Herrn verherrlichen: **"Ehre sei Dir, o Gott, Ehre sei Dir, o Gott, Ehre sei Dir, o Gott!"** Nach dem Empfang der Kommunion sollte man die innere Stille beibehalten und schweigen.

Die Kommunion zu Hause

Zu Hause kommunizieren nur schwer Kranke, die nicht in die Kirche kommen können und keine Hoffnung haben, bald gesund zu werden. Dafür müssen die Angehörigen den Priester nach Hause einladen, ihm die Umstände der Krankheit und den Zustand des Kranken schildern (siehe "Die Frömmigkeit zu Hause"). Man sollte sich an die nächstgelegene Kirche oder an einen bekannten Priester wenden.

Die Vorbereitung auf die Kommunion

Es ist unbedingt nötig, sich auf den Empfang der Heiligen Gaben rechtzeitig vorzubereiten. Zur Vorbereitung gehören intensiveres Beten, der Besuch der Gottesdienste, Fasten, gute Taten, die Beichte und die Vorbereitung darauf.

Gewöhnlich beginnt man mit der Vorbereitung schon einige Tage vor der Kommunion. Manchmal dauert das Fasten eine Woche, meist jedoch nur drei Tage. Das Fasten ist streng, unter Verzicht auf Fleisch und Fisch. Das Wichtigste bei diesem Fasten ist – wie auch bei der übrigen Vorbereitung – die Läuterung der Seele. Dafür braucht man das Gebet, es ist Nahrung für die Seele. Zu den gewöhnlichen Morgen- und Abendgebeten werden Kanon- und Akathistos-Hymnen hinzugefügt. Am Tag vor der Kommunion liest man den Bußkanon zu "unserem Herrn Jesus Christus", den Bittkanon zur "Allheiligen Gottesgebärerin" und den Kanon-Hymnus zum "Schutzengel", und am Abend vor der Kommunion, nachdem man den Abendgottesdienst in der Kirche besucht hat, die Regel zur heiligen Kommunion. Diese Kanon-Hymnen und Regeln sind im Gebetbuch abgedruckt.

Man muss sich auch auf die Beichte vorbereiten, indem man sich an alle Sünden erinnert, die man seit der letzten Beichte begangen hat. Einige geistliche Väter raten, bei dieser Vorbereitung besondere Bücher zu verwenden, die "Prüfung der Seele" genannt werden und über die Zehn Gebote handeln.

Für diejenigen, die schon lange nicht mehr bei der Beichte waren und schon viele ihrer Sünden vergessen haben, sind solche Bücher nützlich. Denjenigen, die selten beichten, fehlt gewöhnlich ein klares Sündenbewusstsein, sie vergessen sehr leicht die – wie sie meinen – "kleinen" Sünden und bekennen sie auch bei der Beichte nicht. Sogar eine ungewollte Verheimlichung einer Sünde (es gibt auch eine solche) gilt als schwerwiegend. Sünden, die man nicht gebeichtet oder vergessen hat, belasten das Gewissen, machen das Leben schwer und dunkel und sind Ursache für seelische und körperliche Krankheiten. Je genauer die Beichte und die Erforschung des Gewissens sind, desto größer ist die Erleichterung für die Seele; je mehr Mühe man für ihre Reinigung aufwendet, desto größere Fortschritte machen wir im geistlichen Leben, desto näher kommen wir dem Reich Gottes, desto würdiger empfangen wir den Leib und das Blut Christi.

Vor der Kommunion sollten wir besonders genau darüber nachdenken, ob wir nicht jemanden gekränkt haben und ob wir nicht jemandes Feind sind. Die Kommunion

wird keinen Nutzen bringen, sondern uns nur zum Gericht und zur Verdammnis gereichen, wenn wir uns nicht versöhnt haben. “Deswegen sind ... nicht wenige schon entschlafen”, – schreibt der Apostel Paulus über den unwürdigen Empfang des Leibes und Blutes des Herrn (*vgl. 1 Kor 11, 30*).

Und natürlich müssen wir beachten, dass man von Mitternacht an nicht nur nichts essen, sondern auch nicht trinken darf. Einige verzichten auf Essen und Trinken bereits nach dem Abendgottesdienst, aber nach Mitternacht, wenn der neue Tag beginnt, ist dies verpflichtend.

Alles, was gesagt wurde, darf man nur mit dem Segen des geistlichen Vaters tun, der festlegt, wie und wie lange man fasten, welche Gebetsregeln man befolgen soll usw.

Quelle: <http://orthpedia.de/index.php/Kommunion>