

CEZROČNÉ OBDOBIE pred Pôstnym obdobím - ŠIESTY týždeň v Cezročnom období, //Pôstne obdobie, cyklus „A“		
16.02.2026 Pondelok 6. týždňa v Cezročnom období Féria	17:00	Bartošovce (+Helena,+Helena,+Ondrej,+Magdaléna a +starí rodičia - č. 87) - sv. omša za účasti detí /prvoprijímajúcich/, rodičov a mladých /birmovancov/ BIRMOVANCI (17:45 - 19:00 hod.!)
17.02.2026 Utorok 6. týždňa v Cezročnom období Féria Alebo: Siedmych sv. zakladateľov rehole Služobníkov prebl. P. Márie, Ľub. sp.	07:00 17:30	Bartošovce (za zdravie Anny - č. 65) Hertník (+Štefan Kapec - č. 246) VÝP. DUCH. J.M
18.02.2026 POPOLCOVÁ STREDA Féria <i>Prísny pôst a zdržiavanie sa mäsitých pokrmov!</i>	16:30 17:00	Bartošovce (zdr., B. pož. a poďak. pre Eriku H. - 50 rokov života - č. 240) - <u>značenie popolom</u> Hertník (+Alexander+Helena,+rodičia - č. 212) VÝP. DUCH. J.M - <u>značenie popolom</u>
19.02.2026 Štvrtok po Popolcovej strede Féria	07:00	Hertník (+Jozef,+Mária - č. 108) 15:30 KATECHÉZA PRVOPRIJÍMAJÚCICH /sakraistia Hertník/ - všetci prvoprijímajúci (IV./'26) max. do 16:40 hod.!
20.02.2026 Piatok po Popolcovej Féria	17:30 17:30	<u>Krížová cesta 17:00 hod.</u> Bartošovce (zdr., B. pož. a milosti, dary D. Sv. pre Rastislava - 50 rokov života - č. 119) VÝP. DUCH. J.M <u>Krížová cesta 17:00 hod.</u> Hertník (zdr., B. pož. pre rod. Milana Štiblára - č. 14) - sv. omša za účasti detí /prvoprijímajúcich/, rodičov a mladých /birmovancov/ BIRMOVANCI Hertník (18:15 - 19:15 <u>hod.!</u>)
21.02.2026 Sobota po Popolcovej strede Féria Spom. sv. Petra Damianiho, bs. a uč. Cirkvi - Večerné omše sú z nasledujúcej nedele!	08:00	Hertník (za veriacich - 22.2.'26 - 1. pôstna nedeľa A)
22.02.2026 PRVÁ PÔSTNA NEDEĽA, V CEZROČNOM OBDOBÍ, cyklus „A“ <i>Sviatok Katedry sv. Petra, ap. - sa v tomto roku neslávi!</i> <u>ZBIERKA NA CHARITU - JARNÁ ČASŤ</u>	07:30 09:00 10:30	Hertník (zdr., B. pož. a poďak. pre Máriu - 70 rokov života - č. 232) Bartošovce (zdr., B. pož. a milosti pre Soňu a Emu - 18 rokov - č. 259) Hertník (zdr., B. pož. a posila pre Helenu Dankovičovou - č. 75) VÝP. DUCH. J.M. 15:30 hod. Hertník - Modlitbové stretnutie na príhovor sv. Charbela! Začínáme krátkou krížovou cestou! /sv. omša (za prítomných, chorých a prosíacich o uzdravenie) /Euch. adorácia, pomazanie olejom sv. Charbela, modlitby za chorých, euch. pož. na záver+svedectvá!/ HerBartníček

RÍMSKOKATOLÍCKA
CIRKEV
FARNOSŤ SV. KATARÍNY
ALEXANDRIJSKEJ

FEBRUÁR 2026
Číslo 597




HerBartníček

Podstata pôstu

Pôst je dobrovoľné zrieknutie sa jedla alebo iných pôžitkov. Ale prečo by sme si mali odopierať niečo, čo nám je príjemné? Pozrime sa spolu na význam a prínosy kresťanského pôstu.

Zvykneš sa pravidelne postiť, alebo je to pre teba úplne nová myšlienka? Možno ťa v poslednom čase oslovili diskusie na túto tému v médiách či medzi priateľmi. Odborníci na životosprávu nás presviedčajú o prínosoch jarného či prerušovaného pôstu pre naše telo, mladší (i starší) možno zvažujú dočasné obmedzenie internetu alebo čokolády. Pozrime sa spolu na to, čo hovorí o pôste Biblia a kresťanská tradícia.

Popolcová streda alebo začiatok pôstu

Pôstne obdobie trvá **40 dní**. Do toho času sa nerátajú nedele. Pôst sa teda začína zvyčajne 46 dní pred Veľkou nocou. Je to **pohyblivý sviatok**, presný dátum sa každý rok mení. Kresťanský pôst je **obdobím duchovného stíšenia sa, prípravy srdca a mysle** na Veľký piatok a Veľkonočnú nedeľu.

Prvým dňom pôstneho obdobia je **Popolcová streda**. Počas tohto dňa si môžeš všimnúť ľudí, ktorí vychádzajú z kostola s čiernym krížikom na čele. **Symbolizuje ľútosť, že sme sa vzdialili Bohu** a vyjadruje túžbu byť v jeho blízkosti. Kňaz kreslí popolom kríž na čelá veriacich, pričom hovorí: „*Kajajte sa a verte v evanjelium!*“ alebo „*Prach si a na prach sa obrátiš!*“ **Popol** pripomína ľudskú pomínelnosť a kríž je symbolom nádeje večného života s Ježišom.

Ďalšie dôležité dni

Zelený štvrtok je deň pred Veľkým piatkom. Je spomienkou na noc pred Ježišovou smrťou, keď sa delil o poslednú večeru so svojimi najbližšími priateľmi a nasledovníkmi.

Veľký piatok je zas deň, keď si kresťania pripomínajú Ježišovu smrť. Prečo je Veľký piatok „veľký“? Ježišova smrť bola obrovskou **obetou za nás všetkých**, aby sme mohli prijať Božie odpustenie za naše previnenia. V ten deň sa kresťania zvyknú zdržiavať mäsitých pokrmov a v kostoloch sa konajú špeciálne obrady.

Veľkonočná nedeľa je radostnou oslavou Ježišovho zmŕtvychvstania. Hoci ľudia stále umierajú, Ježiš vytvoril cestu, aby sme mohli mať vzťah s Bohom už v tomto živote a stráviť s ním večnosť v nebi.

Význam kresťanského pôstu a jeho tri súčasti

Počas pôstneho obdobia sa zameriavame na tri oblasti duchovného života: modlitbu, odriekanie a dávanie.

Modlitba počas pôstu sa zameriava najmä na prosbu o odpustenie. Pôst je príležitosťou na **úprimné a hlboké pokánie** (ľútosť) a odvrátenie sa od svojich hriechov. Modlitba

ZDÁ SA TI BOH ĎALEKO?
JE K TEBE BLIŽŠIE, NEŽ SI MYSLÍŠ.



pokánia prirodzene vedie kresťanov k vďačnosti za úžasné Božie milosrdenstvo a jeho vernú lásku.

Zrieknutie sa - jedla alebo niečoho iného, čo je bežnou súčasťou nášho života, je neoddeliteľnou súčasťou pôstu. Je to pripomienka Ježiša a jeho obety. Biblia spája pôst najmä s odriekaním si jedla, ale ak to nie je zo zdravotných dôvodov možné, alternatívou je tiež vylúčenie sladkostí, Facebooku alebo čohokoľvek iného, čo máme radi a čomu bežne venujeme svoju pozornosť. **Cieľom je, aby sme takto získaný čas a pozornosť obrátili na Boha:** aby sme sa s ním rozprávali v modlitbe, čítali si jeho slovo, tešili sa z jeho prítomnosti.

Dávanie (resp. dobročinnosť) je tretia súčasť pôstneho obdobia. Dávanie je našou **reakciou na Božiu milosť, štedrosť a lásku**. Niektorí kresťania napríklad trávajú čas dobrovoľníckou prácou pre iných alebo darujú na charitu peniaze, za ktoré by si bežne kúpili niečo pre seba.

Prečo sa postiť?

Kresťanský pôst nie je dôkaz našej zbožnosti, ktorý by mali iní obdivovať. Nie je to ani nepríjemná povinnosť každého kresťana. Je to niečo, čo robíme **dobrovoľne, z lásky a túžby byť blízko Bohu**. Inak by pôst nemal zmysel.

Dodržiavanie pôstu však **nie je nástrojom, ktorým si môžeme vynútiť Božiu priazeň a prijatie**. Je skôr priznaním, že nie sme dokonalí a nikdy nebudeme z vlastných síl dost dobrí pre dokonalého Boha – preto potrebujeme Ježiša.

Čas, ktorý počas pôstu strávime modlitbou, odriekaním a dávaním, nám pomôže hlbšie prežiť význam Ježišovej obety na Veľký piatok a jeho vzkriesenia na Veľkú noc.

Jedno z najväčších Božích zasľúbení hovorí, čo sa stane, keď budeš tráviť čas s ním: „**Priblížte sa k Bohu a on sa priblíži k vám.**“



Možnosť získania odpustkov v pôste je takáto:

Kto koná pobožnosť krížovej cesty pred zastaveniami, môže za obvyklých podmienok získať úplné odpustky. Vyžaduje sa, aby sa pohyboval od jedného zastavenia k druhému a rozjímal o umučení a smrti Ježiša. Ak sa koná pobožnosť verejne, stačí, ak sa pohybuje ten, čo vedie pobožnosť.

Tí, čo sa pre vážnu prekážku nemôžu zúčastniť na krížovej ceste, môžu získať tie isté odpustky, a to čítaním a rozjímaním o umučení a smrti Ježiša aspoň nejaký čas, napríklad štvrt hodiny.

Veriaci, ktorí sa v piatok v Pôstnom období pomodlí po prijímaní pred obrazom Ježiša Krista Ukrižovaného modlitbu *Dobrá a prelaskavý Ježišu*, môže získať za obvyklých podmienok úplné odpustky.

Modlitba k Ukrižovanému

*Dobrá a prelaskavý Ježišu, pred Tvojou tvárou
padám na kolena a s celou vrúcnosťou duše Ťa prosím a žiadam:
dobrotivo do môjho srdca vtlač city živej viery, nádeje a lásky, ako aj opravdivú
ľútosť nad mojimi hriechmi a pevné odhodlanie ich napraviť. Dobrá Ježišu,
s veľkým dojatím a bolesťou duše, uvažujem a rozjímam
o Tvojich piatich ranách. Mám pred očami, čo o Tebe do tvojich úst
vložil prorok Dávid: Prebodli mi ruky aj nohy, môžem si spočítať všetky svoje
kosti (Ž 22,17).*

Štyridsaťdňový pôst je prípravným obdobím pred Veľkou nocou. V Rímskokatolíckej cirkvi sa začína tzv. Popolcovou stredou. V tento deň je nariadený prísny pôst a zdržiavanie sa mäsitého pokrmu.

Prísny pôst zachováme nasledovne: Od 14 rokov života sa treba zdržiavať mäsitých jedál. Tí, ktorí dovŕšili 18. rok života a majú menej ako 60 rokov, okrem tohoedia iba trikrát za deň, z toho len raz dosýta. Medzi týmito tromi jedlami nejeme nič, ani ovocie, či sladkosti. Starších ako 60 rokov sa opäť týka iba pôst od mäsa.

S Popolcovou stredou je späť špeciálny úkon: kňaz alebo diakon robí popolom znak kríža na čelách veriacich so slovami: „Pamätaj, že prach si a na prach sa obrátiš“, alebo „Kajajte sa a verte v evanjelium!“. Tento úkon zároveň vysvetľuje rozdiel medzi prísnympôstom tento deň a prísnympôstom na Veľký piatok. Prvý je pôstom pokánia za spáchané hriechy („zhrešil som, ani ješ nechcem, kým to nedám do poriadku“). Druhý je pôstom, ktorý spomína Pán Ježiš: „No prídu dni, keď im ženícha vezmú; potom sa budú postiť“ (Mt 9, 9).

OZNAMY: - **Spovedanie:** 1/2 hod. pred omšou alebo podľa potreby po sv. omši. - **Upratovanie:** Upratovanie kostola od 21.2. - 27.2.2026: Harčarufková 97, Geralská 115, Silvaššyová 98 a Kundratová 99. - **Milodary:** Z krstu Jakuba Geralského obetovala rodina na kostol 20 eur. Pán Boh zaplat'!

- 22. februára 2026 - modlitbové stretnutie sv. Charbela za uzdravenie. - Vo farskom kostole pokračuje nověna k sv. Charbelovi. - Zbierka na CHARITU na budúcu nedeľu - 22.2.2026. - **ODPUSTKY** v pôste získavame účasťou na krížovej ceste / rozjímaním pri jednotlivých zastaveniach/. - Krížové cesty budú v piatky a v nedele. - Na popolcovú stredu je prísny pôst a zdržiavanie sa mäsitého pokrmu. V tento deň budeme poznačený znakom kríža popolom - znak pomínuteľnosti a pokánia.

Pán Boh zaplat' všetkým, ktorí pomáhajú pri dôstojnom slávení bohoslužieb a starajú sa o čistotu a krásu Božieho domu.