

# Pôstny čas

O čom je pôstne obdobie? V Markovom evanjeliu nájdeme tieto slová: "Naplnil sa čas a priblížilo sa Božie kráľovstvo. Kajajte sa a verte evanjeliu." (Mk 1, 15) Grécke slovo "pokánie" znamená duchovnú zmenu srdca. Pôstne obdobie je teda čas odvrátiť sa od svojich pozemských náklonností a obrátiť sa ku Kristovi. Naše pôstne praktiky by nám mali pomôcť tento cieľ dosiahnuť. Vzdanie sa sladkostí,

alkoholu alebo sociálnych sietí počas pôstu môžete určite obetovať ako utrpenie. Pán si to môže použiť pre vaše dobro. Je však diskutabilné, či tieto praktiky prinesú vo vašom živote trvalú zmenu. Čo nám teda môže pomôcť? Čo tak napríklad vzdať sa svojich obáv? Lebo práve ony nám bránia priblížiť sa k Bohu. K Bohu, ktorý nás pozýva k bezstarostnému životu. Je možný, naozaj. Ale nedokážeme ho dosiahnuť sami. Iba s Ježišom.

Podľa knihy *Bezstarostný pôst*  
spracoval o. Peter Kačur



## Informátor

GR. KAT. FARNOSTI PREŠOV – SÍDLISKO 3

4  
2022  
ročník XIX.

### Sejba a žatva

Na našej pôstnej ceste v roku 2022 bude pre nás dobré, ak sa zamyslíme nad výzvou sv. Pavla Galatanom: „*Neúnavne konajte dobro, lebo ak nechabneme, budeme v pravom čase [kairos] žať. Kým teda máme čas, robme dobre všetkým*“ (Gal 6, 9 – 10a). V týchto slovách nám apoštol pripomína obraz sejby a žatvy, ktorý mal Ježiš tak rád (porov. Mt 13). Sv. Pavol spomína kairos, teda čas, ktorý je s ohľadom na žatvu najvhodnejší na siatie dobra. Ktorý čas je to pre nás? Zaiste Pôstne obdobie, no rovnako aj celý náš pozemský život, ktorého je pôst obrazom. V našom živote príliš často prevláda chamtivosť a pýcha, túžba vlastniť, zhromažďovať a konzumovať, ako to vidíme u človeka z evanjeliového podobenstva, ktorý si myslel, že jeho život je bezpečný a šťastný, lebo si nazhromaždil vo svojich sýpkach veľkú úrodu (porov. Lk 12, 16 – 21). Pôstna doba nás vyzýva k obráteniu, ku zmene zmysľania, aby pravda a krása života nespočívali natoľko vo vlastní, ako skôr v dávaní; ani nie tak v zhromažďovaní, ako v rozševaní dobra a delení sa oň. Prvým rozševáčom je sám Boh, ktorý vskutku veľkodušne „pokračuje v rozševaní semienok dobra medzi ľuďmi“. Počas Pôstneho obdobia sme všetci pozvaní odpovedať na Boží dar tým, že prijmeme jeho „živé a účinné“ slovo (porov. Hebr 4, 12). Vytrvalé

počúvanie Božieho slova rozvíja v nás otvorenosť a vnímavosť pre jeho pôsobenie (porov. Jak 1, 21), ktoré robí náš život plodným. Už toto nám robí radosť, no ešte väčšiu radosť prináša pozvanie stať sa „Božími spolupracovníkmi“ (1 Kor 3, 9) tým, že budeme dobre využívať prítomný čas (porov. Ef 5, 16), aby sme aj my rozševali semená dobra. Toto pozvanie rozševáva dobro však nemáme chápať ako bremeno, ale ako milosť, ktorou nás Stvoriteľ chce aktívne zapojiť do svojej plodnej veľkodušnosti.

A čo žatva? Či nesejeme preto, aby sme mohli žať úrodu? Zaiste! Sám sv. Pavol zdôrazňuje úzke spojenie medzi sejbou a žatvou, keď hovorí: „*Kto skúpo seje, skúpo bude aj žať; kto seje štedro, štedro bude aj žať*“ (2 Kor 9, 6). O akú žatvu tu však ide? Prvé ovocie zasiatého dobra sa ukazuje v nás samých a v našich každodenných vzťahoch aj v tých najmenších dobrých skutkoch. U Boha sa nestratí nijaký skutok lásky nech je akokoľvek malý ani nijaká „štedrá námaha“. Ako strom poznáme po ovocí (porov. Mt 7, 16.20), tak aj život plný dobrých skutkov svieti (porov. Mt 5, 14 – 16) a šíri Kristovu vôňu vo svete (porov. 2 Kor 2, 15). Keď slúžime Bohu oslobodení od hriechu prináša to plody posvätenia na spásu všetkých (porov. Rim 6, 22).

### Oznamy

- » Pondelok 28. februára je prvý deň Veľkého pôstu. Na tento deň je predpísaná zdržanlivosť od mäsa, mlieka a vajec s pôstom. Obetujeme modlitbu a pôst za pokoj a mier na Ukrajine a celom svete. Tento deň je zároveň plne aliturgický. Ráno bude o 6.30 hod. modlitba pôstnej hodinky a večer o 18.00 hod. bude pôstna večiereň s katechézou – úvod do pôstu.
- » Počas obdobia Veľkého pôstu bude liturgický program nasledovný: v stredu a piatky budú ráno o 6.30 hod. modlitby pôstnych hodín, večer o 18.00 (resp. 17.30 hod. v piatok) budú božské služby vopred posvätených darov. V nedeľu budeme sláviť liturgie sv. Bazila Veľkého, o 16.15 hod. bude krížová cesta a o 17.00 hod. pôstna večiereň s poklonami. V stredu a piatky je zdržanlivosť od mäsa.
- » Počas prvého týždňa Veľkého pôstu (pondelok – štvrtok po večerných sv. liturgiách) sa pomodlíme mariánske večeradlo. Obetujeme ho za zastavenie vojny na Ukrajine a za skorý mier.
- » Budúci týždeň je prvopiatkový. Spovedať budeme ako zvyčajne pred sv. liturgiami. Na prvý piatok bude celodenná adorácia podľa rozpisu a o 15.00 hod. Korunka k Božiemu milosrdenstvu a modlitby žalmov.
- » V pondelok 28. februára bude o 17.45 hod. Akatist k Sv. Duchu.
- » V piatok 4. marca budeme po VPDčke svätitiť pôstne jedlo – kolyvu. Každý, kto príde do chrámu, bude môcť tento pokrm ochutnať. Pripravené bude v jednorázových pohárikoch, ktoré si budete môcť vziať domov. Bude vhodné aj pre celiatikov.
- » Budúcu nedeľu 6. marca povedie krížovú cestu o 16.15 hod. spoločenstvo žien stretávajúce sa pri našej farnosti. Všetkých vás na ňu pozývame.

# Liturgický program

## Milé deti!

Dnešnou večernou vstúpime do obdobia Veľkého pôstu. Tento pôst je časom, kedy sa pripravujeme na sviatky Paschy – Veľkej noci. Volá sa aj Svätá Štyridsiatnica a trvá 40 dní. Pôst môže byť pre nás cestou priblíženia sa k Bohu. Ako to môžem dosiahnuť? Nižšie ti ponúkame malý návod, ktorým sa môžeš inšpirovať počas celého pôstu.

### PÔSTNA CESTA:

**POSTIŤ SA OČAMI:** zrieť sa niekedy televízie, internetu, zábavného časopisu, aby sme mohli objaviť a vidieť to, čo bežne prehládame.

**POSTIŤ SA UŠAMI:** počúvať trošku menej rádio, mp3, hlasitú hudbu, aby sme počuli to, čo bežne prepočujeme... aby sme pozornejšie počúvali druhých.

**POSTIŤ SA ÚSTAMI:** zrieť sa všetkých neláskavých alebo zbytočných slov, aby sme si najprv premysleli to, čo chceme povedať.

**POSTIŤ SA RUKAMI:** vziať si častejšie do rúk peknú knihu alebo Sv. Písmo, aby sme ruky potom mohli priložiť k dielu tam, kde je to naozaj potrebné, aby sme ich častejšie zopli k modlitbe.

**POSTIŤ SA NOHAMI:** zastaviť sa tam, kde je to potrebné, aby sme išli na krížovú cestu do chrámu.

**POSTIŤ SA SRDCOM:** „A keď sa postíte, nebuďte zamračení.“ Mt 6, 16  
Aby som zo svojho pôstu mal(a) radosť a rozdával (a) ju.

ADAM, ANJELI, CHRÁM,  
CHUŤ, DAROVAŤ, DEŇ, DOBRO,  
DOLU, DRUH, DYCH, EDEN,  
FIALOVÁ, GENEZIS, HAD,  
HRIEŠNICI, JEDEN, JEŽIŠ  
KRISTUS, KAJÚCI ŽALM,  
KAMEŇ, KAŽDÉ, KRALOVÁŤ,  
KRÍŽ, MNOHÍ, MUŽ, NAHÝ,  
NAPÍSANÉ, NEBUDEŠ, NEDELA,  
NEPOSLUŠNOSŤ, NEUDERIL,  
NEZOMRELI, NOC, NOHA,  
ODÍŤ, OSPRAVEDLNENIE,  
OČI, PADNEŠ, POHĽAD,  
POKUŠENIE, POKUŠITEĽ,  
PRACH, PREVÍNEŇ, PÔSTNE,  
ROZHOJNILA, RUKY, SLOVO,  
SLÁVA, SLÚŽIŤ, SVÄTÉ  
MESTO, UPROSTRED, VYSOKÝ  
VRCH, VŠETKO, ZEM, ZLO,  
ZÁKAZ, ZÍSKANIE, ÚSTA,  
ČÍTANIE, ESTIVEJŠÍ, ĽUDIA,  
ŠTYRIDSATĽ, ŽENA

## OSEMSMEROVKA

Z	Z	N	T	I	Z	Ú	L	S	M	H	I	E	E	A	H	O	N
N	I	E	I	L	I	Y	I	S	C	C	J	I	M	N	U	P	E
A	S	D	J	L	H	Z	E	R	I	E	N	N	P	E	S	O	P
P	K	E	E	A	E	D	V	N	Z	E	O	A	N	Z	Z	K	O
I	A	J	N	N	U	Y	S	I	N	H	D	T	E	O	A	U	S
S	N	A	E	B	K	E	S	I	I	N	S	I	D	M	K	S	L
A	I	G	E	O	I	K	V	I	E	O	A	Č	E	R	A	E	U
N	E	N	S	R	R	E	P	S	P	A	L	Ň	L	E	Z	N	S
E	O	Y	H	I	R	K	A	J	Ú	C	I	Z	A	L	M	I	N
C	V	O	S	P	R	A	V	E	D	L	N	E	N	I	E	E	O
T	R	T	V	L	N	E	T	V	E	H	J	N	D	N	D	L	S
A	U	E	A	B	O	O	A	I	R	C	O	A	O	E	S	Ň	T
S	K	F	T	M	E	V	V	T	T	Y	H	L	L	U	E	Z	H
D	Y	I	É	Ď	I	D	O	S	S	D	Z	L	U	D	I	A	P
I	R	A	M	D	M	E	L	L	O	Ú	O	K	T	E	S	V	O
R	Č	L	E	C	Ž	Á	A	B	R	K	R	I	Z	R	S	I	H
Y	M	O	S	H	C	A	R	P	P	O	K	U	S	I	T	E	Ľ
T	U	V	T	U	A	O	K	H	U	R	D	L	S	L	Á	V	A
S	Z	Á	O	T	A	D	A	M	C	I	Ť	A	V	O	R	A	D

Podľa dku.abuba.sk spracoval o. Ján Varga

## 28. február

**Prepodobný otec a vyznávač Bazil. Prvý deň Veľkého pôstu. Zdržanlivosť od mäsa, mlieka a vajec s pôstom.**

6:30 Modlitba pôstnej hodinky; 18:00 Pôstna večiereň s katechézou; Gn 1, 1 – 13; Prís 1, 1 – 20; 17:45 Akatist k Sv. Duchu

## 1. marec

**Sv. prep. muč. Eudokia**

6:30 sl. sv. lit. (PZ 119); 18:00 csl. sv. lit.; (HP 119); Ap. zač. 67. (Rim 8, 14 – 21); Mt zač. 16. (6, 1 – 13)

## 2. marec

**Sv. hieromuč. Teodot, kerynejský biskup**

6:30 Modlitba pôstnej hodinky; 18:00 VPD; (MM 16, 53); Gn 1, 24 – 2, 3; Prís 2, 1 – 22

## 3. marec

**Sv. muč. Eutropios a jeho spoločníci**

**Kleonik a Bazilisk**

6:30 sl. sv. lit. (PZ 119); 18:00 csl. sv. lit.; (HP 119); Ap. zač. 119. (Rim 15, 30 – 33); Mt zač. 20b. (7, 7 – 11); 18:45 - 21:00 Tichá adorácia

## 4. marec

**Prep. otec Gerasim od Jordána. Prvý piatok mesiaca.**

6:30 Modlitba pôstnej hodinky; 17:30 VPD (MM 17, 44); Gn 2, 20 – 3, 20; Prís 3, 19 – 34; Posvätenie kolyvy; Celodenná adorácia podľa rozpisu

## 5. marec

**Prvá pôstna sobota. Fatimská sobota.**

6:30 csl. sv. lit. (HP 166); 18:00 sl. sv. lit. (PZ 106, 171); Ap. zač. 303. (Hebr 1, 1 – 12); Mk zač. 10. (2, 23 – 3, 5); 17:00 Mariánske večeradlo

## 6. marec

**1. pôstna nedeľa – nedeľa Ortodoxie**

6:30 Utieren; 7:30 csl. sv. lit. (HP 107,168); 9:00 sl. sv. lit. (PZ 106, 171); 10:30 sl. sv. lit. (PZ 106, 171); Ap. zač. 329b. (Hebr 11, 24 – 26. 32 – 40; 12, 1 – 2a); Jn zač. 5. (1, 43 – 51); 16:15 Krížová cesta; 17:00 Pôstna večiereň

## 7. marec

**Sv. hieromuč. Bazil, Efrém, Kapitón, Eugen, Aiterios a ďalší (biskupi v Chersone)**

6:30 csl. sv. lit. (HP 119); 18:00 sl. sv. lit. (PZ 119); Ap. zač. 116. (Rim 15, 1 – 7); Mt zač. 75. (18, 10 – 20); 17:45 Akatist k Sv. Duchu

## 8. marec

**Prep. otec a vyznávač Teofylakt**

6:30 sl. sv. lit. (PZ 119); 18:00 csl. sv. lit. (HP 119); Ap. zač. 214. (Gal 6, 2 – 10); Mt zač. 10. (4, 25 – 5, 13)

## 9. marec

**Štyridsiati sv. muč. umučení v**

**Sebastejskom jazere**

6:30 Modlitba pôstnej hodinky; 18:00 VPD (MM 19, 53); Gn 4, 16 – 26; Prís 5, 15 – 23. 6, 1 – 3a

## 10. marec

**Sv. mučeník Kodrat a spoločníci**

6:30 sl. sv. lit. (PZ 119); 18:00 csl. sv. lit. (HP 119); Ap. zač. 144. (1 Kor 10, 5 – 12); Mt zač. 13. (5, 27 – 32); 18:45 - 21:00 Tichá adorácia

## 11. marec

**Otec sv. Sofronios, jeruzalemský patriarcha**

6:30 Modlitba pôstnej hodinky; 17:30 VPD (MM 20, 44, 51); Gn 5, 32 – 6, 8; Prís 6, 20 – 7, 1

## 12. marec

**Druhá pôstna sobota - 2. zádušná**

6:30 csl. sv. lit. (HP 169); 18:00 sl. sv. lit. (PZ 96, 173); Ap. zač. 309. (Hebr 3, 12 – 16); Mk zač. 6. (1, 35b – 44); 7:15 Panychída s hramotami; 17:00 Veľká večiereň

## 13. marec

**2. pôstna nedeľa**

6:30 Utieren; 7:30 csl. sv. lit. (HP 97, 171); 9:00 sl. sv. lit. (PZ 96, 173); 10:30 sl. sv. lit. (PZ 96, 173); Ap. zač. 304. (Hebr 1, 10 – 2, 3); Mk zač. 7. (2, 1 – 12); 16:15 Krížová cesta; 17:00 Pôstna večiereň; 18:00 Modlitby chvál

o. Ján Varga