



Dobrovoľný príspevok na vydávanie: 0,07€

# Alžbetin list

05/16 - 07.02.2016

## Pôst

Prípravným obdobím pred Veľkou nocou je štyridsaťdňový pôst. Je formou pokánia nielen v kresťanstve, ale aj v iných náboženstvách. V Rímskokatolíckej cirkvi sa pôstna príprava na Veľkú noc začína tzv. Popolcovou stredou. Je to streda v siedmom týždni pred Veľkou nocou. Tento rok pripadá na 18. februára. V tento deň, ktorý je dňom prísneho pôstu a zdržiavania sa mäsitého pokrmu, 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 prísnyim pôstom tento deň a prísnyim pôstom na Veľký piatok. Prvý je pôstom pokánia za spáchané hriechy („zhrešil som, ani ješť nechcem, kým to nedám do poriadku“). Druhý je pôstom, ktorý spomína Pán Ježiš: „No prídu dni, keď im zepniča vezmú; potom sa budú postiť“ (Mt 9, 9).

Obrad sypania popola na hlavu v prvý pôstny deň sa praktizoval už od 8. storočia. Pôvodne to bol obrad vyhradený len pre veľkých a verejných hriešnikov, ktorí v tento deň začínali svoju cestu pokánia. Vstupovali do chrámu bosí, zaodetí vrecovinou a sypali si na hlavu popol. Neskôr podobným spôsobom začínali svoje pokánie nielen verejní ka-

júcnici, ale aj ostatní veriaci a sypanie popola na hlavu sa stalo všeobecným symbolom rozhodnutia nastúpiť na cestu pokánia. V 10. a 11. storočí bol už tento obrad udomácneny v mnohých oblastiach západnej Európy. Koncil v Benevente v roku 1091 ho zaviedol pre celú Cirkev, pričom sypanie popola na hlavu sa nahradilo značením na čelo.

Tento obrad sa kedysi konal na Prvý pôstnu nedeľu – tou totiž aj skutočne 40-dňové Pôstne obdobie začínalo. No neskôr sa ujalo tvrdenie, že nedele, ktoré nie sú dňami pôstu, sa do 40 dní pokánia nepočítajú. A zároveň sa k tomuto obdobiu pripojili (nelogicky) aj prvé dva dni Veľkonočného trojdnia. Jednoduchá matematika tak viedla k posunutiu začiatku Pôstneho obdobia o 4 dni na Popolcovú stredu. Liturgická reforma zavŕšená II. vatikánskym koncilom tieto anomálie odstránila – teda obnovila Veľkonočné trojdnie ako samostatné liturgické obdobie (najdôležitejšie, nazývané tiež nedeľa nediel), ale Popolcovú stredu ponechala. Preto dnes máme 44-dňové Pôstne obdobie. Pričom všetky nedele sú jeho súčasťou (samotný ich názov to hovorí), ale nie sú dňami pôstu. Rovnako ako nie sú dňami pôstu aj obe slávnosti, ktoré v Pôstnom období slávime – Zvestovanie Pána a sv. Jozefa (ak sa nepresúvajú).

Z histórie o pôste:

V Učení Dvanástich apoštolov (Didascalia apostolorum) zo začiatku 3. storočia sa odporúča 1 - 2-dňový pôst (alebo 40-hodinový pôst) pred krstom a 2 - 3-dňový pôst pred Veľkou nocou. Z tohto krátkeho pôstu sa postupne vyvinul 40-dňový pôst, ktorý odporúča veriaci už na začiatku 4. storočia sv. Atanáž (296-373), biskup z Alexandrie i sv. Cyril Jeruzalemský (315-386). Číslo 40 malo posvätný význam: Ježiš Kristus sa postil 40 dní pred svojim verejným vystúpením (Mk 1,12; Mt 4, 1-11), 40 dní pokrývala voda zem počas potopy sveta, 40 dní sa postil Mojžiš na vrchu Sinaj, 40 dní putoval prorok Eliáš k jaskyni na vrchu Horeb, kam k nemu prišiel Boh a podobne.

Pôvodné pôstne pravidlá boli veľmi prísne: dovoľovali požívanie jedla len jedenkrát denne. Okrem toho boli sprísnené aj abstinenciou, t.j. úplným zdržiavaním sa požívania niektorých pokrmov ako mäso, ryby, mlieko a mliečne výrobky (maslo, syry). Terajšie predpisy týkajúce sa pôstu a postenia sa boli zavedené v roku 1966 apoštolskou konštitúciou Poenitemini.

Pôstne obdobie trvá v Rímskokatolíckej cirkvi od Popolcovej stredy do začiatku večernej omše na pamiatku Pánovej večere na Zelený štvrtok. Zahŕňa šesť pôstnych nediel. Prvá pôstna nedela sa ešte donedávna nazývala Quadragesima (grécky tesserakostes, t.j. 40 dní pred Veľkou nocou, pričom pod Veľkou nocou tu treba rozumieť Velkonočné trojdnie, nie Velkonočnú nedelu).

Začiatkom 5. storočia sv. Maximus, turínsky biskup, zaviedol trojtýždňovú predpôstnu prípravu. Tri nedele pred pôstom sa volali: Septuagesima (70. deň pred Veľkou nocou - táto nedela bola u nás známa pod menom „Deviatnik“), Sexagesima (60. deň) a Quinquagesima (50. deň). Spolu so 40-dňovým pôstom tvorili 70-dňovú prípravu, symbolizujúcu 70 rokov babylonského zajatia. Pápež Gregor I. Veľký (590-604) vytvoril pre tieto dni osobitné prosebné modlitby. Pápež Alexander III. (1159-1181) nariadil, aby sa spev „Alleluja“ - podobne ako v 40-dňovom pôstnom období - nahradili invocáciou Laus tibi Domine, Rex aeternae gloriae (Chvála Ti Kriste, Kráľ večnej slávy). V roku 1969 boli tieto liturgické zvláštnosti zrušené a všetky tri nedele boli preradené do cyklu nediel „cez rok“.

zdroj: tkkbs.sk

## Farské oznamy

### Sv. omše na Popolcovú stredú

Dóm sv. Alžbety: 6.00, 7.00, 8.00, 11.30,  
15.00, 18.00  
Uršulinky: 8.00, 15.45  
Krista Kráľa: 17.00 - za účasti detí  
Sociálne sestry: 8.00

### Sv. omša v anglickom jazyku na Popolcovú stredú

Na Popolcovú stredú 10.02.2016 bude v Kaplnke sv. Michala sv. omša v anglickom jazyku o 18.00 hod.

### "Tridentská sv. omša" na Popolcovú stredú

Na Popolcovú stredú 10. 2. 2016 o 19:30 hod. sa uskutoční v kostole Najsvätejšej Trojice (u premonštrátov) svätá omša so značením popolom v tradičnom obrade podľa misála sv. Jána XXIII. Srdečne Vás pozývame.

### 24. svetový deň chorých a udeľovanie sviatosti pomazania chorých

Vo štvrtok je spomienka na Preblahoslavenú Pannu Máriu Lurdskú. V tento deň zvlášť myslíme na chorých. V našej farnosti budeme udeľovať **sviatosť pomazania chorých v uršulínskom kostole pri sv. omši o 15.45 hod.**

### Zbierka na charitu

Na budúcu nedelu sa koná pravidelná zbierka na Charitu. Úprimné Pán Boh zaplať za vašu lásku a štedrosť.

### Konferencia Kresťanskí migranti na Slovensku

Pozývame vás na konferenciu **Kresťanskí migranti na Slovensku**. Na tejto konferencii budú prítomní aj prenasledovaní irácki kresťania a migranti z Azylového centra v Humennom. **Konferencia sa uskutoční v Aule A1 a Átriu na Teologickej fakulte KU, Hlavná89, Košice, 11. februára 2016 od 11:00 hod.** Viac info na [www.biblia.rimkat.sk](http://www.biblia.rimkat.sk).

### Pracovná ponuka: "Sociálny pracovník"

Arcidiecézna charita Košice oznamuje možnosť prihlásiť sa do výberového konania na pracovné miesto Sociálny pracovník, v Krízovom centre v Košickej Novej Vsi. Záujemcovia sa môžu bližšie informovať priamo na ADCH, Bočná 2, Košice. Konečný termín je 22.02.2016.

## Večer Milosrdenstva

Katolícka komunita Emanuel pri kostole sv. Ondreja Košice-Podhradová pozýva všetkých na "Večer Milosrdenstva", ktorého súčasťou je adorácia, mládežnícka sv. omša a duchovný program vždy so začiatkom o 17.30 hod., v termínoch 3.3.2016, 31.3.2016.

## Krížové cesty a pôstne zamyslenia na Kalvárii

Farnosť Košice-Kalvária nás pozýva na krížové cesty a pôstne zamyslenia na tému "Milosrdenstvo v každodennom živote" každú pôstnu nedeľu o 14.30 hod. od prvej kaplnky pri amfiteátri. Na záver pôstneho zamyslenia bude Korunka Božieho milosrdenstva. Od 15.00 budú otvorené sväté schody.

## Seminár Nanovo s Bohom

je katolícky formačný kurz trvajúci 10 týždňov. Raz týždenne - v piatky - bude spoločný celovečerný program. Na každý deň dostane účastník formačný text ako impulz k uvažovaniu a modlitbe. Seminár bude prebiehať od 26.februára do 6.mája 2016 v priestoroch UPC v Košiciach na Hlavnej 89. **PRIHLASOVANIE:** do piatku 12. februára osobne v kancelárii UPC. Podrobnejšie informácie poskytneme mailom: upcke@upcke.sk

## Čeky point

Pozývame vás na výnimočnú talkshow Mariána Čekovského - ČEKY POINT, ktorá bude **25.2.2016**. Hostia: JOZEF ONDÁŠ - manažér veľkých spoločností, VIKTOR DEVEČKA - výrobca lyží FOREST SKIS. **Téma: CIEĽ.** Skvelé publikum, zaujímaví hostia, spontánnosť Mariána Čekovského a silná atmosféra **v priestoroch kultúrneho centra kresťanov FUGA** sú zárukou nezabudnuteľného zážitku. Informácie: [www.cekypoint.sk](http://www.cekypoint.sk), Facebook Lístky: [www.fuga.sk](http://www.fuga.sk)

## Prihlášky na Gymnázium sv. Edity Steinovej a výberové konanie na pozíciu stredoškolského učiteľa geografie a anglického jazyka

Riaditeľka Gymnázia sv. Edity Steinovej, Charkovská 1, Košice oznamuje, že prihlášky na 5-ročné bilingválne štúdium sa podávajú do 20.2.2016 riaditeľovi základnej školy. Talentové skúšky sa uskutočnia v apríli 2016.

Riaditeľka Gymnázia sv. Edity Steinovej vyhlasuje výberové konanie na pozíciu Učiteľ geografie a Učiteľ anglického jazyka s termínom nástupu do zamestnania vo februári 2016. Bližšie informácie na web stránke školy [www.gymes.edupage.org](http://www.gymes.edupage.org).

## Deň otvorených dverí na GTA

Gymnázium sv. Tomáša Akvinského v Košiciach, Zbrojníčná 3 vás pozýva vo štvrtok 11. 02. 2016 od 9:00 hod do 12:00 hod. a od 15:00 do 17:00 hod na deň otvorených dverí. V tom čase sa budete môcť stretnúť s učiteľmi, žiakmi a s absolventmi gymnázia, ktorí budú odpovedať na všetky vaše otázky týkajúce sa štúdia na tejto škole. Budete si môcť pozrieť priestory školy napr. triedy, laboratóriá, knižnicu, posilňovňu, umelecký ateliér, kaplnku a tiež vám ukážeme aj náš školský internát. Na workshopoch vám priblížime vyučovacie predmety a najrôznejšie školské a mimoškolské aktivity. Teší sa na vás spoločenstvo GTA [www.gta.sk](http://www.gta.sk)

## Prednášky u Jezuitov na tému: 0 posvätných znameniach

Centrum Bratstva Božského Srdca Ježišovho pre Košice a okolie, Spoločnosť Ježišova a Bratstva Božského Srdca Ježišovho pod vedením P. Jozefa Mydľu SJ pozýva na cyklus prednášok : **0 posvätných znameniach** všetkých členov, ctiteľov Božského Srdca a tých, ktorí majú záujem.

## Možnosť adorácie pred sviatosťou oltárnou 17,00 prednáška:

- 1.téma – 12.2.2016
- 2.téma – 11.3.2016
- 3.téma – 8.4.2016
- 4.téma – 13.5.2016
- 5.téma – 10.6.2016

*Modlitba Bratstva, daná téma ,diskusia, modlitba ruženca BS*

## 18,30 svätá omša

Miesto: Kostol Najsvätejšieho srdca Ježišovho, Komenského 14,Košice prednášky budú v aule SJ

## Teologická fakulta v Košiciach pozýva na Deň otvorených dverí

Katolícka univerzita v Ružomberku, Teologická fakulta v Košiciach, ako aj ostatné fakulty univerzity pozývajú na "Deň otvorených dverí" v utorok 9.2.2016 o 10.00 hod. Uvidíte prezentácie KU a informácie o štúdiu a zaujímavé sprievodné akcie na fakultách. Môžete sa zúčastniť na prednáškach podľa výberu, vidieť poklady historickej knižnice a kostola, prezentáciu školy a študijných programov. Viac na [www.ku.sk](http://www.ku.sk)

## Liturgický prehľad na 5. týždeň v období cez rok

| Deň          | Liturgická spomienka                                                                                        | Liturgické čítania                                                                                                                  |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ne<br>07.02. | <b>5. NEDEĽA V OBDOBÍ CEZ ROK</b>                                                                           | <b>Čt:</b> Iz 6, 1-2a. 3-8<br><b>Ž:</b> Ž 138, 1-2a. 2b-3. 4-5. 7c-8<br><b>Čz:</b> 1 Kor 15, 1-11<br><b>Ev:</b> Lk 5, 1-11          |
| Po<br>08.02. | Pondelok 5. týždňa                                                                                          | <b>Čt:</b> 1 Kr 8, 1-7. 9-13<br><b>Ž:</b> Ž 132, 6-7. 8-10<br><b>Ev:</b> Mk 6, 53-56                                                |
| Ut<br>09.02. | Utorok 5. týždňa                                                                                            | <b>Čt:</b> 1 Kr 8, 22-23. 27-30<br><b>Ž:</b> Ž 84, 3. 4. 5+10. 11<br><b>Ev:</b> Mk 7, 1-13                                          |
| St<br>10.02. | <b>POPOLCOVÁ STREDA</b><br><i>Pôst a zdržovanie sa mäsitého pokrmu</i><br><i>Deň pokánia v celej Cirkvi</i> | <b>Čt:</b> Joel 2, 12-18<br><b>Ž:</b> Ž 51, 3-4. 5-6a. 12-13. 14+17<br><b>Čz:</b> 2 Kor 5, 20 - 6, 2<br><b>Ev:</b> Mt 6, 1-6. 16-18 |
| Št<br>11.02. | Štvrtok po Popolcovej strede<br><i>Spomienka Prebloslavenej Panny Márie Lurdskej</i>                        | <b>Čt:</b> Dt 30, 15-20<br><b>Ž:</b> Ž 1, 1-2. 3. 4+6<br><b>Ev:</b> Lk 9, 22-25                                                     |
| Pi<br>12.02. | Piatok po Popolcovej strede                                                                                 | <b>Čt:</b> Iz 58, 1-9b<br><b>Ž:</b> Ž 51, 3-4. 5-6a. 18-19<br><b>Ev:</b> Mt 9, 14-15                                                |
| So<br>13.02. | Sobota po Popolcovej strede                                                                                 | <b>Čt:</b> Iz 58, 9c-14<br><b>Ž:</b> Ž 86, 1-2. 3-4. 5-6<br><b>Ev:</b> Lk 5, 27-32                                                  |

### 24. svetový deň chorých

Svetový deň chorých sa každoročne slávi od roku 1992, kedy ho ustanovil pápež Ján Pavol II. Tento deň je venovaný nevyliciteľne chorým ľuďom na celom svete. Cieľom je vytváranie podmienok pre chorých, aby mohli znášať nevyliciteľné choroby a čeliť smrti v dôstojných podmienkach. Katolícka cirkev v tento deň slávi sviatok Panny Márie Lurdskej, kedy sa venuje spomienke na Pannu Máriu Lurdkú a jej zjaveniu v Lurdoch.

Aj my si v tento deň zvlášť dajme do pozornosti našich chorých bratov a sestry. Priblížme sa k nim, nielen v modlitbách, ale aj v skutkoch lásky. Objatím, rozhovorom, návštevou, či jednoduchým telefonátom. Dajme najavo, že naši chorí nie sú sami. Že Kristus je tu s nimi. Cez naše ruky, nohy, hlas i pohľadenie.



**Alžbetin list** – týždenný katolícky informačný bulletin. Zmena oznamov a článkov vyhradená.

**Adresa redakcie:** Alžbetin list, Rímskokatolícky farský úrad, Hlavná 26, 040 01 Košice,

**tel. č.** 055/622 15 55 | **email:** domsvalzbety@gmail.com, alzbetinlist@gmail.com | **web:** www.dom.rimkat.sk, www.facebook.com/dom.rimkat.sk