

Boštanjški ZVON

Boštanjški zvon je glasilo župnije Boštanj, namenjeno interni rabi. Svoj dar lahko nakažete na TRR: SI56 0237 9009 2348 098 NLB. DŠ: 71750070
<http://zupnija-bostanj.rkc.si>; andrej.golcnik@rkc.si; 031 731 677; Odgovarja Andrej Golčnik, župnik.

25. 2. 2024
LETO: XXXV
ŠT.: 5

Post tudi med letom? V čem je razlika med postom in stradanjem?

Večina ljudi povezuje postenje z nečim negativnim, s pomanjkanjem in celo z revščino. Nekateri si težko predstavljajo, da ne bi jedli niti en dan. Dandanes jemo večkrat na dan, tudi iz dolgčasa ali iz samega užitka.

Nič čudnega, da se danes velika večina ljudi slabo počuti ali podlega boleznim. Ne samo, da jemo veliko in pogosto, ampak tudi pozabljamo na post. Že v starodavnih časih so post prakticirali kot obliko očiščenja telesa in način za izboljšanje zdravja. Redno postenje ima številne koristi in nima nobene povezave s stradanjem. Post je močno spodbujala sv. Hildegarda, ki je razvila tudi številne prehranske načrte.

Kakšne so prednosti rednega posta?

Sv. Hildegarda je v postu videla ne le očiščenje telesa, ampak tudi uma. V današnjih časih živimo v nenehnem iskanju denarja in užitka. Občasno se je vredno upočasniti in privoščiti počitek svojim nemirnim živcem in umu, ki deluje z veliko hitrostjo. Post pospešuje vzpostavitev harmonije med telesom, dušo in duhom. Hildegarda je razvila zdravljenje na tešče, da bi organizmu povrnila ravnovesje.

Občasni posti povečajo občutljivost za inzulin in leptin, znižajo holesterol v krvi, aktivirajo proizvodnjo rastnega hormona, zavirajo vnetja, pospešujejo izgorevanje maščob, okrepijo imunski sistem, zmanjšajo tveganje za nastanek raka, znižajo krvni tlak, regenerirajo notranje organe in ščitijo pred različnimi boleznimi.

Po sv. Hildegardi imamo na voljo tri različne oblike posta, ki jih lahko izberete glede na vaše zmožnosti. Najbolje je začeti z najpreprostejšim in najlažjim, nato stopnjevati do težjega in se pozneje morda odločiti, da se za nekaj dni odpoveste hrani.

Post za telo in dušo

Najenostavnejša oblika posta po sv. Hildegardi je post s piro, ki lahko traja od štiri do šest tednov. Poleg pire lahko v tem času jemo tudi sadje in zelenjavo. Od sadja imamo na izbiro jabolka in hruške. Izberemo sezonsko zelenjavo, torej korenje, zeleno, peteršiljev koren, koromač, zeleno solato, stročji fižol, peso ali bučo. Za sv. Hildegardo je bil zelo pomemben element v prehrani kostanj, po katerem lahko

POMEMBNI DATUMI

26. 2.—2. 3.
Zimske počitnice—ni Verouka!

1. 3.
Prvi petek—obiskovanje ostarelih z najsvetejšim—češčenje nasvetejšega ob 17.30.

3. 3.
3. postna nedelja—križev pot

8. 3.
Verouk za 1.—3. razred med 16h in 18h.

8. 3.
Seja MPS ob 18.30

9. 3.
Ministrantske vaje ob 10h

10. 3.
4. postna nedelja— križev pot

10. 3.
Romanje na Brezje ob 12.50 iz Boštanja

Svete maše med 26. 2. 2024 in 10. 3. 2024

| | |
|--|--|
| PONEDELJEK 26. 2. <i>Aleksander</i> | 17.00 + Marica Škrbec (ob pogrebu) – LOG |
| TOREK 27. 2. <i>Gabrijel</i> | 17.00 + Franc in Terezija Mesojedec obl. – KOMPOLJE 18.00 + Franc st. obl. in Franc Simončič ter Ana in Terezija Kladič |
| SREDA 28. 2. <i>Roman</i> | 18.00 + Novšak Fanika obl. |
| ČETRTEK 29. 2. <i>Ožbolt</i> | 17.00 + Alojz Revinšek 7. dan – ŠMARČNA 18.00 + Branko Lindič |
| PRVI PETEK 1. 3. <i>Albin</i> | 18.00 + Pavla Oblak (ob pogrebu) 17.30 Češčenje najsvetejšega |
| SOBOTA 2. 3. <i>Neža</i> | 18.00 + Jože Kmetič 30. dan |
| 3. POSTNA NEDELJA 3. 3. Križev pot | 8.00 Za farane 10.00 + Lisec Franc oči in sin obl.; + Andrej Mrvič 30. dan; + Podlipnik Jože in Jožefa obl. |
| PONEDELJEK 4. 3. <i>Kazimir</i> | 17.00 + Franc obl. in Marija Žnidaršič – LOG |
| TOREK 5. 3. <i>Olivija</i> | 17.00 Po namenu – KOMPOLJE |
| SREDA 6. 3. <i>Miroslav</i> | Po namenu <i>Dekanijska rekolekcija</i> |
| ČETRTEK <i>Perpetua</i> 7. 3. <i>in Felicita</i> | Po namenu |
| PETEK 8. 3. <i>Janez od Boga</i> | Verouk 1. – 3. razred med 16h in 18h |
| SOBOTA 9. 3. <i>Frančiška</i> | 18.00 Po namenu |
| 4. POSTNA NEDELJA 10. 3. Križev pot | 8.00 Za farane 10.00 + Stane obl. in Bojan Novšak ter Žveglič 12.50 romanje na Brezje |

Romanje na Brezje in molitev za duhovne poklice

V nedeljo 10. 3. 2024 bomo v okviru naše dekanije porovali na Brezje, kjer bomo prosili za nove duhovne poklice in svetost poklicanih. Odhod avtobusa iz Boštanja bo ob 12.50. cena prevoza, je 5 € na osebo osnovnošolski otroci pa imajo romanje zastonj. Posebej lepo povabljeni ministranti in ministrantke. Lepo povabljeni, da se nam pridružite. Prijave zbiramo do petka 8. 3. oziroma do zapolnitve mest.

Skrb za cerkev (samo čiščenje v postu): 2. 3. Dol. Boštanj 41 – 50.; 9. 3. Dol. Boštanj 51 – 60. Hvala vsem za skrb in pripravljenost. Bog vam povrni.

posegamo tudi med postom s piro. Živalski izdelki niso dovoljeni, zato izključujemo meso in mlečne izdelke.

Post ni samo prehrana, ampak tudi vadba in molitev. Sv. Hildegarda je priporočala vsakodnevno vadbo in hojo po svežem zraku in čas, posvečen duhovnosti in razmišljanju, da si povrnemo notranje ravnovesje.

Nekoliko težja oblika posta je tista, pri kateri se jedo jedi iz pirinega posta vsak drugi dan, druge dni pa se je samo črni kruh, pije pa mešanica koromača in pirine kave.

Najtežja oblika posta po sv. Hildegardi je, da se za osem do deset dni odpovemo hrani. V teh dneh lahko zaužijemo samo napitke na tešče: kavo iz pira, čaj iz kopra in druge zeliščne čaje (melisa, kopriva, žajbelj), zdrobovo ali zelenjavno juho.

Ne pozabite pa, da se ne morete postiti prav vsak dan. Hildegarda sviri pred "nespametnim postom" in jasno določa prepovedi posta tako zaradi fizičnih kot duhovnih razlogov.

Moj postni dar

Moja rojstna župnija Čemšenik se zadnjih nekaj let sooča z velikim izzivom, to je obnovo župnijske cerkve. Prvotna župnijska cerkev iz 17. stoletja je bila zaradi razpok, ki so nastale ob plazenju celotne vasi oktobra 2016 s strani gradbenega inšpektorja zaprta. Občina Zagorje ob Savi in Država sta v letu 2017 in 2018 uredili podporne zidove, tako, da se je plaz ustavil, župnija pa je začela načrte za obnovo cerkve. Ker je bila škoda zaradi plazenja in celovite sanacije plazu na cerkveni ladji preveč uničujoča, je tudi Zavod za kulturno dediščino, ki je ves čas nasprotoval podrtju cerkvene ladje, naposled na podlagi strokovnih opredelitev tudi sam dovolil, da se del cerkve lahko podre in se cerkvena ladja postavi na novo. Stroški za rekonstrukcijo cerkve so se s tem nesorazmerno povečali. Sedaj je cerkvena ladja ponovno postavljena in vsi upamo, da bo do poletja tudi že pod streho. Vabim vas, da s svojim postnim darom vsaj malo pomagamo kriti stroške obnove, ki so ocenjeni na cca 800.000 €. Za vsak vaš dar v nabiralnik »Moj postni dar« se vam zahvaljujem.

Župnik Andrej

