

## **Bestemmelser for faste- og påsketiden 2025**

### *Meddelelse i forbindelse med faste- og påsketiden 2025*

FASTETIDEN varer i år liturgisk set fra **askeonsdag den 5. marts til skærtorsdag den 17. april** før denne dags messe med fejring af eukaristiens indstiftelse. Fastetiden i et jubelår er særlig markant, da den sætter dette års appel om håb og omvendelse i et særligt perspektiv.

**Askeonsdag og langfredag den 18. april er forpligtende faste- og abstinensdage**, dvs. på disse dage skal man faste og afholde sig helt fra kødspiser.

2. Vatikankoncilts konstitution om liturgien 'Sacrosanctum Concilium', anbefaler, at langfredagens bodspraksis, hvor det er muligt, også udvides til påskelørdag (nr. 110)

Alle årets fredage, hvor der ikke fejres en højtid, er bods dage. I bispedømmet kan man om fredagen i stedet for at afholde sig fra kød (abstinens) vælge andre former for at markere fredagen som bods dag, fx ved at afholde sig fra anden føde, fra bestemte drikke eller fra andet, fx fornøjelser, eller ved at øve særlige kærlighedsgerninger, bede mere og lignende.

Personer fra 14 år og opefter er forpligtet af bestemmelsen om, at fredage er bods dage og askeonsdag og langfredag er abstinensdage (kødløse dage); fra man er fyldt 18, til man er fyldt 59 år er man også forpligtet til at faste. Ved sygdom og under andre særlige omstændigheder kan der gives dispensation fra disse bestemmelser.

At faste betyder, at man højst spiser ét fuldt, men enkelt måltid om dagen og lader de øvrige måltider være et minimum, hvis ikke man helt undlader dem.

### **Modtagelse af den hellige kommunion**

Alle, der har modtaget den første hellige kommunion, er forpligtet til at modtage Alterets Sakramente mindst én gang om året. Har man i årets løb ikke været til kommunion, bør forpligtelsen opfyldes i påsketiden, hvor vi fejrer Kristi død og opstandelse og hans stadige nærvær blandt os, medmindre der er en rimelig grund til at opfylde den på et andet tidspunkt. Påsketiden strækker sig fra påskenaat til og med pinsedag.

Er man sig bevidst at have begået en alvorlig synd, er man forpligtet til at skrifte den inden modtagelsen af kommunionen. Man er i øvrigt forpligtet til at skrifte inden for et år, hvis man har begået alvorlige synder. Der

er ingen forpligtelse til en gang om året at skrifte de mindre alvorlige synder; men Kirken opfordrer os til regelmæssigt at gøre brug af bodens sakramente for at blive åndeligt helbredt og vokse i nådens liv.

### **Fastebidrag m.m.**

Faste, bøn og åndelig fordybelse er vigtige elementer i fastetiden. Vor fordybelse i troen skal dog altid være ledsaget af vilje til håndgribelige udtryk for næstekærlighed. Derfor er der til fastetiden også knyttet en formaning til at give et konkret bidrag til nødlidende. Det kan ske ved at deltage i Caritas Danmarks' fasteaktion eller ved på anden måde at bidrage materielt til mennesker i nød.

**Messen, i hvilken de hellige olier indvies**, som bl.a. bruges til dåb, firmelse og de syges salvelse, finder sted **tirsdag den 15. april** i Sankt Ansgars Domkirke. Alle, der har mulighed for det, opfordres til at deltage i denne messe, som på en særlig festlig måde afspejler fællesskabet i bispedømmet.

**Kollekten til Det hellige Land** indsamles traditionelt langfredag, i år den 18. april. De kristne i Det hellige Land er alvorligt trængt og har brug for vor solidaritet. Allerede apostlen Paulus anbefalede sine menigheder at støtte de fattige i menigheden i Jerusalem. Pengene går til opretholdelsen af Kirkens aktiviteter i Det hellige Land.

København, den 3. marts, 2025

+Czesław