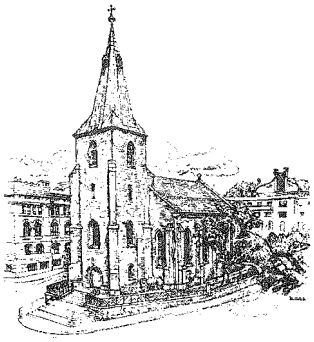

SØNDAGSBLADET

St. Olav katolske domkirkemenighet

1. Søndag i fastetiden

22. februar 2026

1 1 Mos 2,7-9.19a;3,1-7 S Sal 51(50),3-4.5-6a.12-13.14+17 2 Rom 5,12-19
E Matt 4,1-11

Temptation of Christ by Vasily Surikov, 1872. Public Domain.

FASTETID ER RETRETT– OG KORSVEITID
Vi forbereder oss til å feire påske, Herrens oppstandelse.
Hvilken plass har faste, bønn og almisser i mitt liv som kristen?
Du finner info om korsveiandakter og retretter inne i bladet.

FASTEMANDAT 2026 FOR OSLO KATOLSKE BISPEDØMME

Kjære brødre og søstre i Kristus,

Ved fastetidens innledning ber vi: "Allmektige Gud, du har gitt oss disse hellige førti dager til bot og faste. Gi oss i denne tid en dypere innsikt i Kristi liv, og hjelp oss å leve som kristne" (*Romersk missale*, 1. søndag i fastetiden, kollektbønn).

De hellige førti dager kaller oss til å forene oss med Herren, som selv «fastet i førti dager og førti netter» (*Matt* 4.2) i ørkenen. Fastetiden er «en velkommen anledning til å adlyde Herrens stemme og fornye vår egen forpliktelse til å følge Kristus, vandre sammen med Ham på vei mot Jerusalem, hvor Hans lidelse, død og oppstandelse fullendes» (Leo XIV, *Budskap for fastetiden 2026*).

Kirken kaller oss i fastetiden til botens dyd (se Paul VI, apost. konst. *Pænitemini*, IIIa), en dyd som er nært knyttet til bønn, faste og barmhjertighetsgjerninger. Som hjelp i denne hellige tid, disse hellige førti dager, vil jeg understreke følgende:

<u>Fastetidens begynnelse</u>

- I forkant av fastetiden bør vi alle be og grunne over hvordan de hellige førti dager skal uttrykkes i bønn, faste og barmhjertighetsgjerninger. Dette både i forhold til de særskilte faste- og abstinensdager og den resterende fastetid.
- Fastetiden begynner askeonsdag, som i år er 18. februar.
- På askeonsdag mottar vi askekorset, for å erindre at vi er støv og til støv skal vi vende tilbake (se *1Mos* 3.19).

<u>Faste- og abstinensdager</u>

- «Askeonsdag og langfredag skal overholdes som faste- og abstinensdager. Det å faste betyr en merkbar reduksjon av det man spiser til daglig. Abstinens vil si at vi gir avkall på en spesiell form for mat, drikke eller fornøyelse» (Den nordiske bispekonferanse, dokumentet *Forpliktelsen*).
- «De som er over 18 år er forpliktet av fastebudet inntil de begynner sitt 60. år, mens alle over 14 år skal overholde abstinensbudet» (Den nordiske bispekonferanse, dokumentet *Forpliktelsen*).

Bønn

- Alle troende bør i fastetiden sette av mer tid til bønn.
- Dette for mer inderlig å forene oss med Herren som stadig trakk seg tilbake for å be til Faderen (se *Luk* 6.12).
- Korsveien, som i mange menigheter gås i fellesskap på fredager, anbefales særskilt. Det samme gjelder de mange bønne- og andaktsbøker som Kirken har utgitt på ulike språk.

Faste

- Alle voksne troende bør i fastetiden gi avkall på en type mat, drikke eller fornøyelse.
- Dette for mer inderlig å forene oss med Herren som gav avkall på seg selv for vår skyld (se *Fil* 2.7).
- Det vi gir avkall på bør være i tråd med vår alder og stand i Kirken og hva som praktisk lar seg gjennomføre.

Barmhjertighetsgjerninger

- Alle troende bør i fastetiden konkret vise barmhjertighet og omtanke for de nødlidende og andre som trenger vår hjelp.
- Dette for mer inderlig å forene oss med Herren som stod de fattige så nær (se *Matt* 19.21).
- Caritas Norges' fasteaksjon anbefales til alle troende. Det vi gir til de fattige, i gaver og annen innsats, bør i det minste sammenfalle med hva vi har spart av tid og midler ved vårt avkall på en type mat, drikke eller fornøyelse.

Avslutningsvis oppfordrer jeg alle troende i denne fastetid til å gå til skriftemål. De som «nærmer seg botens sakramente, oppnår av Guds miskunn tilgivelse for den krenkelse de har gjort seg skyldige i mot Ham, og samtidig forlikes de med Kirken, som de har såret ved sin synd» (Vatikan II, *Lumen Gentium* 11). For å understreke skriftemålets betydning å våre liv som troende vil jeg utsende et hyrdebrev om dette sakrament den 5. søndag i fastetiden.

Velsignet fastetid!

Oslo, den 14. februar 2026

+ F. L. H.

Biskop av Oslo

Fra 19. februar vil St. Olavs domkirke
være stengt hele dagen
fra mandag til fredag,
med unntak av kveldsmessen
fra kl. 17.00 til 19.00 (20.00 på fredag)

08:00 Helligmesse på norsk
10:30 Rosenkransbønn på norsk
11:00 Hellig messe på norsk og
11:30 Rosenkrans på vietnamesisk
vil være i menighetssalen

17:00 Sakramentstilbedelse eller korsveien, skriftemål og
18:00 Helligmesse på norsk
19.00 Helligmesse på polsk (fredager)
vil feires i St. Olav domkirke

På lørdager vil 09:30 rosenkransbønn og
kl. 10-messen være i St. Olav domkirke

NØDTELEFON

Ved behov for prest i akutt situasjon,

livstruende sykdom eller ulykke

vennligst kontakt en av menighetens prester.

Se kontaktinformasjonen bak heftet

Mandag 23. februar 2026

MENIGHETSSALEN

08.00 Messe på norsk
10.30 Rosenkrans på norsk
11.00 Messe på norsk
11.30 Rosenkrans på vietnamesisk

ST. OLAV DOMKIRKE

17.00 Tilbedelse og skriftemål
18.00 Messe på norsk

Tirsdag 24. februar 2026

MENIGHETSSALEN

08.00 Messe på norsk
10.30 Rosenkrans på norsk
11.00 Messe på norsk
11.30 Rosenkrans på vietnamesisk

ST. OLAV DOMKIRKE

17.00 Tilbedelseog skriftemål
18.00 Messe på norsk

ST. JOSEPH KIRKE

17.15 Korsvei og messe engelsk

Onsdag 25. februar 2026

MENIGHETSSALEN

08.00 Messe på norsk
10.30 Rosenkrans på norsk
11.00 Messe på norsk
11.30 Korsvei vietnamesisk

ST. OLAV DOMKIRKE

17.00 Tilbedelse og skriftemål
18.00 Messe på norsk

ST. JOSEPH KIRKE

17.00 Korsvei på fransk
18.00 Messe på spansk

Torsdag 26. februar 2025

ST. OLAV DOMKIRKE

MENIGHETSSALEN

08.00 Messe på norsk
10.30 Rosenkrans på norsk
11.00 Messe på norsk
11.30 Rosenkrans på vietnamesisk

ST. OLAV DOMKIRKE

17.00 Tilbedelse og skriftemål
18.00 Messe på norsk

ST. JOSEPH KIRKE

18.00 Korsvei på spansk

Fredag 27. februar 2025

MENIGHETSSALEN

08.00 Messe på norsk
10.30 Korsvei på norsk
11.00 Messe på norsk
11.30 Korsvei vietnamesisk

ST. OLAV DOMKIRKE

17.00 Korsvei og skriftemål
18.00 Messe på norsk
19.00 Korsvei og messe polsk

ST. JOSEPH KIRKE

17.00 Korsvei på tagalog
18.00 Messe på tagalog

Lørdag 28. februar 2025

ST. OLAV DOMKIRKE

09.30 Rosenkrans på norsk
10.00 Messe på norsk
17.00 Tilbedelse og skriftemål
18.00 Messe på norsk
19:00 Messe på polsk

ST. JOSEPH KIRKE

08.45 Messe på vietnamesisk
16.15 Korsvei på italiensk
17.00 Messe på italiensk

Søndag 1. mars 2025

ST. OLAV DOMKIRKE

08.00 Messe på polsk
09.00 Rosenkrans på engelsk
09.30 Messe på engelsk
11.00 Høymesse
13.00 Messe på vietnamesisk
14.30 Messe på polsk
16.00 Messe på polsk
17.30 Rosenkrans/skriftemål
18.00 Messe på engelsk
19.30 Messe på norsk

ST. JOSEPH KIRKE

08.00 Messe på spansk
09.30 Messe på norsk
11.00 Messe på kroatisk
12.30 Messe på spansk
14.00 Messe på ungarsk
16.00 Messe på fransk

KUNNGJØRINGER

Fast tid for skriftemål er hverdager og lørdager fra 17.00 til 17.45 i St. Olav kirke.

Det blir ordets liturgi for de minste barna under høymessen!

Velkommen til kirkekaffe etter messen!

NB! Alle kirkekaffene blir i MARIAGÅRDEN frem til 22. mars!

I dag er det gruppe «Christifideles Laici» som organiserer kirkekaffe.

Bønnegruppe LUMEN 24. februar

Den internasjonale bønnegruppen Lumen har møte tirsdag 24. februar. Møtet varer fra 18:45- 20:30 og holdes i ungdomslokalet Akersvn. 1. Alle interesserte er velkommen !

RETRETT I FASTETIDEN PÅ ST. JOSEPH RETRETTSENTER
Brannvaktveien 5, 0489 Oslo tlf. 23 40 09 22/23 40 09 35

Torsdag 10. til søndag 13. mars 2500 kr	sr. Marit Brinkmann CSJ Hilde R. Myhrer
Torsdag 24. til søndag 27. mars Ordo Crucis (åpen også for andre) 2500 kr	sr. Marit Brinkmann CSJ Arne Sand
Torsdag 31. til søndag 3. april 2500 kr	sr. Anette CSJ p. Erik SM

Du kan lese mer om våre retretter på St. Joseph retrettsenter her:

http://www.stjoseph.no

KORSVEIANDAKTER I FASTETIDEN

I MENIGHETSSALEN (Akersveien 5)

VIETNAMESISK onsdager og fredager 11.30

NORSK fredager kl. 10.30

I ST. OLAV KIRKE

NORSK fredager 17.10

POLSK fredager kl. 19.00

I ST. JOSEPH KIRKE

ENGELSK tirsdager kl. 17.15

FRANSK onsdager kl. 17.00

SPANSK torsdager kl. 18.00

TAGALOG fredager kl. 17.00

ITALIENSK lørdager kl. 16.15

THE WAY OF THE CROSS DURING LENT

IN THE PARISH HALL (Akersveien. 5)

IN VIETNAMESE Wednesdays and Fridays at 11.30 am

IN NORWEGIAN Fridays at 10.30 am

IN ST. OLAV CHURCH

IN NORWEGIAN Fridays at 5.00 pm

IN POLISH Fridays at 7.00 pm

IN ST. JOSEPH CHURCH

IN ENGLISH Tuesdays at 5.15 pm

IN FRENCH Wednesdays at 5.00 pm

IN SPANISH Thursdays at 6.00 pm

IN TAGALOG Fridays at 5.00 pm

IN ITALIAN Saturdays at 04.15 pm

Kollekt går til Caritas' fasteaksjon 2026

DROGA KRZYŻOWA

podczas Wielkiego Postu

W Kościele Sw. Olava

PO NORWESKU—piątki o 17.00

PO POLSKU—piątki o 19.00

Caritas Norge

Kafébesøk 140 kr
= Bleier og hygienartikler for en baby i Ukraina i én måned

Ny genser 500 kr
= Bidrag til en kjøkkenhage for en familie på Sri Lanka

Frisørtime 800kr
= Språktilpasset juridisk veiledning i Norge

Flybillett 2000kr
= Kurs i økonomistyring for bønder i Uganda

*Eksempler på hva ditt bidrag går til

VIPPS
93082

Skann meg

INNSAMLINGSKONTROLLEN
GODKJENT

Foto: Elisabeth Sellmeier/Caritas Wien

Fasteaksjonen 2026

Håp som forandrer liv

Avstå fra et gode og hjelp dem som trenger det

Tusen takk for gavene!

Søndag 15. februar gikk all kollekt i St. Olav menighet til det nye orgelet, som vil stå klart til påske, om under to måneder.

Det ble samlet inn over **kr 57.000**!

Dette kommer godt med, vi skal samle inn over én million kroner. Vi tar fremdeles imot gaver.

Bli fast giver, eller gi et beløp på
gaver.katolsk.no/olavsorgelet

Du kan også Vippse din gave til nr **522 466**, eller sette inn en pengesum på bankkonto **3000.57.18380**.
Du kan få skattefradrag for din gave!

Invitasjon til kartlegging av ekteskap og familieliv

Biskop Fredrik Hansen inviterer til deltakelse i viktig undersøkelse

Kjære menigheter,

Biskop Fredrik Hansen ønsker å styrke det pastorale arbeidet innenfor ekteskap, familie og livsvern. For å få et bedre bilde av dagens situasjon og fremtidige behov, er det opprettet en arbeidsgruppe bestående av representanter fra ulike miljøer i bispedømmet.

Hva handler kartleggingen om?

- Arbeidsgruppen sender ut digitale spørreskjemaer til alle menigheter, ordenshus og utvalgte kristne fellesskap.
- Formålet er å kartlegge erfaringer med ekteskapsforberedelse og pastoralomsorg for ektepar og familier.

Spørsmål arbeidsgruppen ønsker svar på:

- Hvordan møter Kirken i dag par som skal gifte seg, ektepar og familier?
- Hva etterspør disse gruppene av Kirken?
- Hvilke utfordringer møter par i ekteskap og samliv?
- Hvordan kan Kirken støtte ungdom, ektepar og familier i å forstå og leve ut kallet til ekteskap?

Slik deltar din menighet:

- **Sognepresten, kapellaner, diakoner og legfolk som er engasjert i menighetsarbeidet** svarer på skjemaet «Praksis og tiltak for ekteskap og familie i menighetene og ordenssamfunn» ved å bruke følgende lenke eller QR-kode:

  Praksis og tiltak for ekteskap og familie i menighetene og ordenssamfunn – Fyll ut skjema

  Praksis og tiltak for ekteskap og familie i menighetene og ordenssamfunn

- **Par som nylig har giftet seg (de siste 5 år), ektepar og familier** svarer på skjemaet «Til par som har gått på ekteskapsforberedende kurs (de siste 5 år) og til familier» ved å bruke denne lenken eller QR-koden:

  Til par som har gått på ekteskapsforberedende kurs (de siste 5 år) og til familier – Fyll ut skjema

Oppfordre så mange som mulig til å delta, slik at vi får et bredt og representativt bilde.

Fristen for å svare er: 6. mars 2026

Basert på svarene vil arbeidsgruppen foreslå konkrete tiltak og strukturer som kan styrke Kirkens innsats for ekteskapsforberedelse og støtte til familier.

Vi takker på forhånd for ditt engasjement og bidrag til fellesskapet!

Med vennlig hilsen

Arbeidsgruppen for ekteskap, familie og livsvern

p. Sigurd Markussen (generalvikar og leder av arbeidsgruppen), Maria Fongen (sekretær), Astrid Bleken, Sr. Ane-Elisabeth Røer OP, p. Franklyn Fernando, p. Oliver Obinna Izuogu, Kitt og Ole Jakob Greve

Oslo, 13. februar 2026.

SOGNEPREST:	P. Bjørn Tao Quoc Nguyen	tlf.: 951 08 097	tao.nguyen@katolsk.no
Kapellan	P. Oddvar Moi	tlf.: 958 83 336	oddvar.moi@katolsk.no
Nasjonalsjelesørgere:	P. Grzegorz Borski	tlf.: 413 56 146	grzegorz.borski@katolsk.no
Polsk sjelesorg:	P. Piotr Sledz	tlf.: 488 94 952	piotr.sledz@katolsk.no
	P. Anthony Erragudi	tlf.: 488 95 242	anthony.erragudi@katolsk.no
Italiensk og Afrikansk engelsktal.	P. Cornelius Onwuekwe	tlf.: 408 16 870	cornelius.onwuekwe@katolsk.no
Spansk sjelesorg	P. Joel Salas Tobon	tlf.: 459 78 056	joel.tobon@katolsk.no
Fransk sjelesorg	P. Charles Zondo	tlf.: 489 95 645	zondo@katolsk.no
Filippinsk sjelesorg	P. Johan Dumandan	tlf.: 474 74 176	johan.dumandan@katolsk.no
Kroatisk sjelesorg	P. Marinko Pervan	tlf.: 947 88 482	marinko.pervan@katolsk.no
Kaldeisk sjelesorg	P. Yousif Rooni	tlf. : 458 73 262	rooni.yousif@katolsk.no
Viet. sjelesorg	Mgr. Huynh Tan Hai	tlf.: 917 83 032	huyhn.tan.hai@katolsk.no
Diakon	D. Sindre Bostad	tlf.: 905 42 238	sindre.bostad@katolsk.no
Diakon	D. Patricio Quintana	tlf.: 402 42 145	patricio.quintana@katolsk.no
Menighetssekretær	Ketil Åsatun	tlf.: 229 82 165	ketil.aasatun@katolsk.no
Sekretær vikar	David Ottersen	tlf.: 972 57 935	david.ottersen@katolsk.no
Karitativ koordinator	Isabel Hillestad	tlf.: 229 82 176	isabel.hillestad@katolsk.no
Katekesekoordinator	Sr. Klara Ottersen	tlf.: 229 82 179	klara.ottersen@katolsk.no
Domorganist	Otto Ch. Odland	tlf.: 922 45 263	otto.christian.odland@katolsk.no
Domkantor	Vegar Olav Sandholt	tlf.: 907 99 991	vegar.sandholt@katolsk.no
Vaktmester	Francis Subramaniam	tlf.: 900 16 697	s.francis@katolsk.no
Rengjørings anv.	Jimmy Ross	tlf.: 960 48 042	Jimmy.ross@katolsk.no
Sakristan	Sr. maria Hong	tlf.: 403 80 947	maria.hong@katolsk.no