



Mariannum

Týždenník Rímskokatolíckej farnosti Vranov nad Topľou - Čemerné

Ročník V./2013

Číslo 45

RADUJTE SA !

13. marec 2013 vstúpil do dejín ako deň, kedy bol zvolený 266. nástupca sv. Petra. Argentínsky kardinál Jorge Mario Bergoglio prijal meno František, ako prvý pápež v histórii. Keď prvýkrát vyšiel na balkón Baziliky sv. Petra na jeho tvári žiaril úsmev. Keď pozdravil ľud slovami: „Bratia a sestry, dobrý večer,“ celé námestie skandovalo. Keď ďalej pokračoval, že bratia kardináli vybrali pápeža takmer až z konca sveta, znova celé námestie sa smialo. Tieto momenty máme ešte čerstvo v pamäti, keďže to bolo nedávno. Od jeho zvolenia veľmi často počujeme slová o radosti. Nedávno povedal: *„Kresťan je radostný. Nemôže byť smutný, nemôže byť pesimista. Jednou veľkou vlastnosťou kresťana je radosť.“* Často vyzýva: Radujte sa!

No nie je to tak veľmi dávno, keď na pápežskom stolci bol **bl. pápež Ján XXIII.** (1958-1963). Vy, ktorí ste skôr narodení si na neho pamätáte. **Na tohto bl. pápeža**, ktorý bude spolu s bl. Jánom Pavlom II. svätorečený 27.4.2014 v nedeľu Božieho milosrdenstva si **spomíname tento týždeň v piatok - 11.októbra.** Ján XXIII. vlastným



menom Angelo Giuseppe Roncalli sa narodil v roku 1881 v provincii Bergamo v Taliansku. Kňazskú vysviacku prijal v r. 1904 v Ríme. Za pápeža bol zvolený - 28.10.1958 a v r. 1962 zvolal Druhý vatikánsky koncil, ktorý sám otvoril, ale jeho ukončenia sa už nedožil, keďže 3.6.1963 podľahol rakovine. Počas svojho pontifikátu napísal známu encykliku *Pacem in terris* (Mier na zemi). **Ján XXIII. dostal prívlastok - pápež úsmevu/humoru alebo aj usmievaný pápež.** Je známe z jeho života, keď bol ešte mladý, že sa sťažoval na svoju veselosť. No hneď nato hovoril:

„Je však vždy lepšie byť radostný, ako mať spustenú hlavu. A nezabudni na tieto slová: Raduj sa v Pánovi!“

Iná humorná udalosť z jeho života hovorí, že keď premýšľal o svojich televíznych vystúpeniach, postavil sa niekedy pred zrkadlo s otázkou: „Prečo si ma, Bože, nestvoril o čosi krajšieho? Veď si predsa vedel, že sa mám stať pápežom... Tento muž bude na obrazovke úplnou katastrofou!“

Nech nás príjemný humor bl. pápeža Jána XXIII. i slová terajšieho pápeža Františka o radosti vedú k opravdivej radosti, aby sme boli kresťanmi, ktorí sa vedia usmievať a túto radosť rozdávať aj všetkým navôkol.

(Peter Malinovský)

Prečo vysoké teploty ničia jedlo

V dnešnej dobe už všetci vieme, že vysmážané jedlá sú vyslovene nezdravé, takže také hranolky si mnohí odpustia. Problematické sú však aj ďalšie spôsoby spracovania potravín ako pečenie, praženie a grilovanie. Opäť, neberte to tak, že si už nikdy nemôžete dopriať zemiaky z rúry, len je dobré zvážiť ich frekvenciu na vašom stole a piecť radšej dlhšie pri nižších teplotách a s použitím správneho oleja.

Pri úprave jedla máme hneď dva problémy: 1. Karbohydráty (napr. obilie, zemiaky, semená, strukoviny atď.) 2. Oleje. Ak si vyberiete potravinu z tejto skupiny a zahrejete ju nad 100 °C dochádza k zmene jej štruktúry a to tak, že aminokyselina arginin, ktorá je súčasťou proteínov nachádzajúcich sa v rastlinnej potrave, sa spája s glukózou a vytvára plast, ktorý nazývame akrylamín (určite vám niečo hovorí slovo akryl). Táto skutočnosť je vedeckej obci známa už niekoľko rokov a objavila sa aj na titulke magazínu The New York Times niekedy v rokoch 2002-2003. Ak sa vám to zdá nemožné, skúste pouvažovať nad tým, z čoho sa plasty vyrábajú. Z olejov všakže? A odkiaľ máme oleje? Z rastlín! Dnes už bežne používame umelú hmotu vyrobenú z kukurice, alebo sóje. V tejto súvislosti pozor na margaríny a stužené tuky. Ak ste niekde počuli, že majú blízko k plastom, nie je to výmysel.

A teraz k olejom. Často zo vzdelávacích programov počúvame o dôležitosti obsahu nasýtených (Na MK) a nenasýtených mastných kyselín (Ne MK) v produkte. Nenasýtené sú tie lepšie, nachádzajú sa v olejoch, ktoré sú za studena lisované. Ich

kameňom úrazu je však tepelná nestálosť a preto pri zahrievaní opäť dochádza k dejom, ktoré sú podobné polymerizácii plastov a v oleji sa vytvárajú látky, ktoré tam predtým neboli ako je napríklad benzén a polyakrylamid. A tie veru nie sú dobré pre naše zdravie, vedzte, že sú karcinogénne. Preto ak chcete predsa len vysmážať, je vhodnejšie použiť živočíšne tuky, ktoré sú tepelne stálejšie, avšak rizikové pre naše srdce - na to nezabúdajte! Rovnaké pravidlo platí aj pri pečení, radšej s maslom alebo kvalitným olejom.

Ak by ste hľadali ideálny rastlinný olej, ktorý môžete používať aj pri vyšších teplotách čítajte etikety a hľadajte nasledovné: 1. Za studena lisovaný 2. Nízky obsah nasýtených mastných kyselín (cca 10-15 g na 100 ml) 3. Vysoký obsah mono-nenasýtených mastných kyselín (aspoň 70 g, ideálne od 80g nahor) a nízky obsah poly-nenasýtených mastných kyselín (zvyšok). Prečo? Za studena lisované oleje si uchovávajú cenné látky, ktoré nie sú rafináciou zničené. Majú vysoký podiel prospešných NeMK a vysoký podiel mono-nenasýtených MK im zabezpečuje tepelnú stálosť, ktorá sa pohybuje až okolo 210°C. Poly-nenasýtené MK sa rozpadajú už pri 50 °C, preto ich má byť v oleji čo najmenej.

Na záver Vás ešte mierne potrúpim a pridávam zopár potravín, v ktorých spomínaný akrylamín nájdete. Sú medzi nimi hranolky, chipsy, hamburgery, pečivo (žiaľ áno), popcorn, čokoládové produkty, pečená fazuľa v konzerve ale aj káva (nezabúdajte, že kávové zrná sú pražené). Tu opäť platí pravidlo: Vyhni sa spracovaným produktom a priprav si niečo dobré sám doma z kvalitných surovín!

(Anna Mičkaninová ml.)



BOŽIA MOC NAD PRÍRODOU

V knihách Exodus v 14. kapitole a Jozue v 3. kapitole sa píše o tom, že keď sa Boh rozhodol oddeliť určité moria a rieky, učinil tak. Ďalej sa takéto state nachádzajú v knihe Exodus v 16. kapitole a v Jánovi v 6. kapitole, ktoré hovoria o tom, že keď bol jeho ľud hladný, zoslal im pokrm z neba; a vtedy, keď búrka ohrozovala životy jeho učeníkov, on ju utíšil. Kniha Jozue 10. kapitola nás uisťuje, že keď izraelské vojsko potrebovalo viac času na získanie prevahy, Boh dokonca predĺžil hodiny denného svetla na zemi. Osobitným spôsobom je zaujímavý príbeh z knihy Exodus 17, 1-7. Mojžiš bol znechutený, pretože jeho ľud bol smädný. A tak predniesol túto prosbu týkajúcu sa nedostatku vody pred Pána a Boh mu povedal: „Vidíš tú skalú?“ Mojžiš si možno pomyslel: „Áno, ale čo to má spoločné s vodou? Keď potrebujeme vodu, nemali by sme skôr hľadiť na zem?“ Boh odpovedal: „Nechcem, aby si si ty a tvoji ľudia mysleli, že ste náhodou našli nejakú artézsku studňu. Chceme, aby ste spoznali moc Toho, ktorému slúžite. Chceme, aby ste priamo zakúsili moju moc nad prírodou tým, že dám vytrysknúť vode priamo z vyprahnutej skaly.“ A Boh tak skutočne urobil.

BOŽIA MOC NAD SITUÁCIAMI

Po tom, ako sa na Turíce zjavil veriacim Duch Svätý, išli mnohí medzi ľudí a kázali, že Kristus vstal z mŕtvych a je Spasiteľom

sveta. Následkom toho sa obrátili tisícky ľudí a začlenili sa medzi kresťanov. To však do veľkej miery znepokojovalo rímskych úradníkov a tradičných židovských vodcov, ktorí boli zastrašení nadšenou odpoveďou davu kresťanským ohlasovateľom a báli sa, že prídu o svoju autoritu ktorú nad nimi mali. A tak rímski a židovskí vodcovia kládli kresťanom odpor. Najskôr uväznili niekoľkých prominentných kresťanov a verejne ich pokarhali. Vôbec to však nepomohlo; kresťania povedali, že nemôžu inak než hovoriť o tom, čo videli a počuli. Potom úradníci zajali, mučili a väznili niekoľkých ďalších učeníkov. No ani to nemalo žiaden trvalý účinok. Po prepustení hovorili učenci o Kristovi s ešte väčšou odvahou. Nakoniec Herodes Agripa, jeruzalemský miestodržiteľ, zajal apoštola Jakuba, Jánovho brata, a odsúdil ho na smrť. Skutky apoštolov v 12. kapitole opisujú že tiež snoval plány ako zabiť i Petra. Našťastie Herodes dal zajať Petra počas sviatkov Veľkej noci. Rešpektujúci židovskú tradíciu, nechcel odsúdiť apoštola počas veľkonočného týždňa, a tak dal Petra pred štátim na niekoľko dní do väzenia. Aby sa ubezpečil, že ostatní kresťania nepovstanú na záchranu svojho vodcu, postavil Herodes k Petrovi prísnu stráž. Šestnástim rímskym vojakom nariadil, aby ho strážili. Jeden z nich bol okovami pripútaný k Petrovmu ľavému, druhý k pravému zápästiu, pričom hliadka strážil vstup do cely. Petrovi priatelia – kresťania sa nezišli, aby spoločne naplánovali jeho útek z väzenia. Vedeli, že každý ľudský postup je zbytočný. Namiesto toho sa modlili. Peter zoslal uväznený a deň súdu sa približoval.

(Dominika Čechová)

Zdroj: Hybels, B.: Dopraj si prepych modlitby

Základná informácia k posviacke nášho nového kostola

Celé konsekračné obrady začínajú tým, že nový kostol je úplne prázdny, tým pádom sme všetci vonku pred kostolom a prvý do kostola vchádza o. arcibiskup s kňazmi a asistenciou. Čiže inými slovami, nedá sa dopredu si obsadiť miesto, rezervované budú iba pre hostí. Po vstupe o. arcibiskupa potom každý vstupujeme dnu. Chceme poprosiť o vyhýbanie sa tlačnici, strkaniu a pod., aby to bolo čo najslušnejšie a najinteligentnejšie. Potom bude prebiehať normálne sv. omša spolu s obradmi posvätenia kostola. No a poobede vás chceme pozvať na kultúrny program do nášho Kultúrneho domu o **15⁰⁰**, ktorý pripravili detský folklórny súbor Lipovček a folklórny súbor Lipovec pod vedením manželov Jenčových, a ktorý má názov "**Od gruntu po verch**". V programe bude tanečným a textovým spôsobom spracovaný celý priebeh výstavby nášho nového kostola. Zároveň po programe bude pokračovať ľudová zábava, kde vás pozývam na guláš, ktorý bude zdarma pre všetkých, ktorí prídu a budú chcieť.

Podakovanie za účasť a podporu na Pochode za život

Bratia a sestry, v mene Konferencie biskupov Slovenska, v mene celého organizačného výboru ako aj v mojom mene by som chcel poďakovať všetkým kňazom i veriacim, ktorí sa zúčastnili na Národnom pochode za život a vytvorili tak skutočne mohutné celoslovenské spoločenstvo vyzývajúce k ochrane života. Rovnako ďakujem aj tým, ktorí sprevádzali prípravu a priebeh Národného pochodu za život svojimi modlitbami a obetami a boli tak prítomní v Košiciach duchovným spôsobom. Veľká vďaka patrí aj podporovateľom, vďaka ktorým sa pochod mohol uskutočniť. Nech Pán, Darca života, nás všetkých posilní v predsavzatí vytrvalo ochraňovať dôstojnosť každého ľudského života. Mons. Bernard Bober, predseda prípravného výboru.

Spomínáme

Ten, kto Ťa poznal, si spomenie, ten, kto Ťa mal rád, nezabudne. Dňa **1. októbra** uplynulo **10** rokov od chvíle, čo nás navždy opustila naša drahá manželka, mamka a babka **Anna Bamburáková**. Kto ste ju poznali, venujte jej s nami tichú modlitbu a spomienku.



PRÍBEHY

Skúška odvahy

„Ak chceš patriť do našej partie, musíš to urobiť!“ povedal drzo Peter.

Andrej uprene hľadel na špičku svojich topánok. „Nikdy som nekradol,“ zamrmľal.

„Všetko je raz prvýkrát. A skúška odvahy je skúška odvahy!“ mudroval Peter.

„Neboj sa,“ povzbudzoval Andreja Boris.

„My odpútame starého pozornosť a zatiaľ v tvojich vreckách zmizne zopár čokolád. Poďme, len sa neboj!“

Andrej pokrčil plecami: „Ukradnúť čokoládu staršiemu človeku veru nie je príliš odvážne.“

„Takže si zbabelec?“

„Nie som zbabelec,“ ohradil sa Andrej a všetci traja vykročili k malému obchodíku, v ktorom sa dalo kúpiť takmer všetko. Ozval sa zvonček na dverách. Predavač sa na chlapcov pozrel ponad okuliare a kývnutím hlavy ich pozdravil.

Peter a Boris sa tvárili, že si ľahostajne prezerajú tovar. Potom odlákali pozornosť predavača do kúta so zošitmi.

„Koľko stojí tento?“

„Päťdesiat centov.“

V opačnej časti obchodu si Andrej rýchlo vopchal do vreciek niekoľko čokolád. Chlapci zaplatili za zošit. Predavač každému z nich podaroval žuvačku. Rozdával ich všetkým deťom.

Chlapci vzrušene utekali preč. Andrej potom v záhrade odovzdal korisť.

„Čokoláda s orieškami! Super!“

Rýchlo ju zjedli. Andrejovi sa však zdala priveľmi horká.

„Teraz patríš k nám!“ povedal Peter a tľapli si rukami.

„Idem domov,“ zamrmľal Andrej. Večer sa učil a hoci sa mu nechcelo, šiel spať bez rečí. Keď na druhý deň ráno prechádzal popred obchod, zvieralo mu srdce. Po vyučovaní si svoje veci balil tak dlho, až zostal posledný, a vybral sa do obchodu. Zvonec zazvonil a starec ho srdečne privítal.

Chlapec položil peniaze vedľa pokladne: „Tri čokolády, prosím.“

„Nech sa páči, Andrej, vezmi si ich,“ odpovedal predavač.

„Už som si ich vzal včera,“ zahundral chlapec a celý očervenel. „Musel som to urobiť. Bola to skúška odvahy...“

Starec si vzal peniaze a vydal mu zvyšok. Ako vždy podaroval Andrejovi žuvačku. Potom súhlasne kývol hlavou: „Tú skúšku odvahy si zložil dnes.“

Všetci máme nejakú partiu, ktorá nám nariaďuje, ako sa máme obliekať, ako máme rozprávať, kam máme ísť, čo si máme vybrať.

Tlak druhých utláča naše vnútro, miesto, kde sme čestní, priami a šľachetní. Miesto, kde sa rodia naše sny. Skutočnou odvahou je oslobodiť sa od tlaku tých, ktorí rozhodujú za nás.

(Anna Sabolová ml.)

Zdroj: Bruno Ferrero: Nebo v našom dome





Svätý Otec na Twitteri: Bez vzťahu s Bohom nemožno žiť po kresťansky

Vatikán 1. októbra (TK KBS). „Naozaj sa modlíme? Bez trvalého vzťahu s Pánom je ťažké žiť pravým a dôsledným kresťanským životom.“

Ján XXIII. a Ján Pavol II. pribudnú do zoznamu svätcov 27. apríla 2014

Vatikán 30. septembra (RV). Svätý Otec František oznámil dátum svätorečenia blahoslavených pápežov Jána XXIII. a Jána Pavla II.. Stane sa tak 27. apríla 2014 na Druhú veľkonočnú nedeľu, ktorá je Nedeľou Božieho milosrdenstva. Svätý Otec o tom informoval dnes dopoludnia v Sále konzistória v Apoštolskom paláci vo Vatikáne.

Ján XXIII., vlastným menom Angelo Giuseppe Roncalli, bol zvolený za 261. pápeža 28. októbra 1958 po Piovi XII. Pápež Ján Pavol II. ho blahorečil 3. septembra 2000. Vyznačoval sa srdečnosťou, humorom a bohatou pastoračnou činnosťou. Jána Pavla II., Karla Wojtylu, zvolil zbor kardinálov v konkláve 16. októbra 1978. Za blahoslaveného ho vyhlásil jeho nástupca Benedikt XVI. 1. mája 2011. Bol považovaný za patróna mladých. Slovensko navštívil počas pontifikátu trikrát.

Riaditeľ Tlačového strediska Svätej stolice P. Federico Lombardi SJ počas dnešného brífingu s novinármi pripomenul, že Svätý Otec František schválil svätorečenie Jána XXIII. napriek chýbajúcemu druhému zázraku. Nejde o prvý takýto prípad, práve tento pápež v máji 1960 vyhlásil za svätého Gregora Barbariga (1625-1627) bez toho, aby mu bol priznaný druhý zázrak.

Ako P. Lombardi ďalej uviedol, kanonizácia Jána XXIII. sa uskutoční s prihladnutím na 50. výročie Druhého vatikánskeho koncilu a chýr o jeho svätosti.

(TK KBS, RV mf; ml)

Na výročie obnovenia benediktínskej tradície u nás spustili novú stránku

Bratislava 29. septembra (TK KBS). Pri príležitosti 10. výročia obnovenia benediktínskej tradície na Slovensku, ktorá slávia práve dnes, v nedeľu 29. septembra 2013, v benediktínskom kláštore Premenenia Pána v Sampore, bola spustená nová internetová stránka lectio.benediktini.sk. Stránka ponúka vybrané state zo Svätého písma na každý deň v roku, podľa originálnej schémy celoročného čítania.

Stará mníšska tradícia odporúča prečítať raz za rok celé Sväté písmo. Vďaka moderným technickým prostriedkom je táto možnosť dostupná pre všetkých.

Stránka lectio.benediktini.sk je prispôbená na použitie s rôznymi mobilnými zariadeniami a takto môže byť k dispozícii v každom čase a na každom mieste.

V budúcnosti plánujú benediktínski mníši zverejniť na internete aj text Reguly sv. Benedikta.

TK KBS informoval br. Michal Mária Kukuča OSB

(dodala Anna Sabolová ml.)

Šarské oznamy

V ČASE OD **07.10.2013** DO **13.10.2013**

Upratovanie kostola - Pán Boh zaplať všetkým rodinám, ktoré boli v tomto týždni upratať kostol. Na budúci týždeň prosíme **rod. Jenčkovu, rod. Gulákovu, rod. Dudaščíkovu - Čemernianska ul., rod. Kurucova, rod. Vardžikova, rod. Jenčova - Kvetná ul.** Upratuje sa v sobotu ráno o **8⁰⁰** v **novom kostole**. Zároveň chcem poprosiť každého kto môže prísť, aby prišiel pomôcť, aby sme to už celkom pripravili na slávnosť.

Vedenie modlitieb pred sv. omšami - V týždni od **13.10. – 19.10.** vedie modlitby horliteľka **p. Mária Feníková**.

Sv. spoved' - aj v tomto týždni bude možnosť sv. spovede v rámci prípravy na konsekráciu pred alebo po sv. omši v klasických časoch od **18⁰⁰**.

Predaj CD - gréckokatolícky chrámový zbor bl. P. P. Gojdiča v Čemernom vydal nové CD so svojimi skladbami. Stojí iba **5€**, kto má záujem, prosím vás, zastavte sa v sakristii.

Brigády v novom kostole - Pán Boh zaplať všetkým brigádnikom a brigádničkám, ktoré boli pomôcť v tomto týždni. Zoznam si môžete pozrieť na nástenke. Na budúci týždeň prosíme **Čemerniansku a Kpt. Nálepku**, ktoré má na starosti **p. Júlia Kôlešová**. Zároveň prosím všetkých, ktorí môžu prísť pomôcť, akoby takú všeobecnú mobilizáciu na posledný týždeň pred konsekráciou z ktorejkoľvek ulice a v ktorýkoľvek deň.

Slávnosť 1. sv. prijímania - chcem poprosiť všetkých rodičov, ktorí chcú dať na budúci rok svoje deti na 1. sv. prijímanie u nás v Čemernom, aby boli takí dobrí mi ich nahlásiť do dvoch týždňov. Prosím aj rodičov tých detí, ktoré chodia do 3. ročníka v našej ZŠ, aby sa takisto prihlásili. Slávnosť 1. sv. prijímania predbežne plánujem **25.5.2014**, ale je tu ešte možnosť posunu. Zároveň pozývam už teraz rodičov na stretnutie o dva týždne v nedeľu **20.10.** do nového kostola poobede o **15³⁰** po pobožnosti.

Rozpis lektorov - rozpis lektorov je kvôli slávnosti pozastavený a bude pokračovať ďalšou nedeľou.

Kontakty

V prípade akejkoľvek potreby alebo nutnosti zaopatrenia je možné volať na nasledovné telefónne čísla:

Marek Kunder, farár - **0915/947 309**;
Anton Tatarko, kaplán - **0905/514 699**;
Pevná linka na faru - **057/4426 286**.

LITURGICKÝ PROGRAM OD 07.10.2013 DO 13.10.2013

PONDELOK <i>Ružencovej Panny Márie</i> <i>(spomienka)</i>	07.10.2013	Sv. omša: Poklona Sv. Oltárnej:	18³⁰ (K+T) 19¹⁵
UTOROK	08.10.2013	Sv. omša:	6³⁰ (T+K)
STREDA	09.10.2013	Sv. omša:	18³⁰ (K+T)
ŠTVRTOK	10.10.2013	Poklona Sv. Oltárnej: Sv. omša:	17³⁰ 18³⁰ (T+K)
PIATOK	11.10.2013	Sv. omša:	18³⁰ (K+T)
SOBOTA	12.10.2013	Sv. omša:	18³⁰ (T+K)
NEDEĽA POSVIACKA NÁŠHO NOVÉHO KOSTOLA FATIMSKEJ PANNY MÁRIE 28. NEDEĽA V CEZROČNOM OBDOBÍ	13.10.2013	Sv. omša: Sv. omša:	7³⁰ (K) <i>starý kostol</i> 10⁰⁰ (K) <i>posviacka</i> <i>nového kostola -</i> <i>o. arcibiskup B. Bober</i>

"Treba mať veľké túžby, z ktorých sa rodia veľké projekty, aj keď ich človek nemôže uskutočniť." (SV. TERÉZIA Z AVILY)

VYDÁVA

Združenie veriacich PRO NOBIS Čemerné

Tehelná 266, 093 03 Vranov nad Topľou; tel.č. 057/4426 286; 0915/947 309;

Redakciu vedie: M. Kunder; Jazyková úprava: M. Majzlíková; Grafická úprava: R. Majzlík

Vaše pripomienky, príspevky a návrhy čakáme na mariannum@gmail.com vždy vo štvrtok do 12:00

Redakcia si v prípade potreby vyhradzuje právo upravovať uverejňované príspevky.