

# MariannuM

Týždenník Rímskokatolíckej farnosti Vranov nad Topľou - Čemerné

Ročník IX./2017

Číslo 11

## ČOMU MÁRIA POVEDALA: „NIE!“?

Abý sme si väčšmi vážili jej áno, treba sa pozrieť aj na to, čomu povedala nie.

**Mária povedala „nie“:**

**1. každému ospravedlneniu, ktoré mohla uprednostniť pred Božou vôľou,**

Keď si uvedomila, že ona je tá jediná vybraná stať sa Božou matkou, nežiadala nič špeciálne, nehľadala výhovorky. Jednoducho to prijala.

**2. márnivosti,**

Keď Boh vybral práve Máriu, nezmenila svoje spôsoby. Nevvyšovala sa nad ostatných. Považovala sa za jednoduchú Božiu služobníčku.

**3. klebetám,**

Nerobila sa, aby všetkým rozpovedala novinky - o sebe, poslaní a dieťati.

**4. sebecku,**

Keď odišiel Gabriel, neusadila sa, aby mala trochu pohodlia a oddychu. Práve naopak. Po tom, čo jej anjel povedal o Alžbete, dala sa do práce. Vybrala sa k nej.

**5. špeciálnym privilegiám,**

Keď sa dozvedeli o sčítaní ľudu, Mária mohla požiadať Boha o nejakú (anjelskú) výpomoc. A to isté spravil pri putovaní do Egypta, či pri stratení sa Ježiša v chráme. No Mária nikdy neočakávala od Boha, že jej dá nejakú neobyčajnú milosť.

**6. zaobraníu sa tým, čo keby...,**

Ani vtedy, keď musela porodiť v situácii odlišnej od tej, akú si s Jozefom predstavovali,

nemyslela na to, čo by mohlo byť. Prispôsobila sa tomu, čo Boh pripustil, a premenila to na dobro.

**7. žitiu v bubline,**

Mária sa spokojne mohla zatvoriť do malého sveta s Jozefom a Božím Synom a radovať sa, že má to potešenie žiť v takejto spoločnosti. Napriek tomu už od začiatku svojej Dieťa dávala druhým - pastierom, mudrcom a neskôr celému svetu.

**8. pokušeniu vzdorovať Božím plánom,**

Mária vyjaviť sv. Tereze, že keď jej Simeon povedal o meči, ktorý jej prebodne srdce, videla umučenie Pána. Mala víziu kríža, ktorý čaká na Ježiša. Už vtedy mohla začať prosiť Boha, aby zmenil svoje plány, no namiesto toho ich akceptovala. Prijala ich natoľko, že v Káne bola ona tým podnetom, ktorým sa začalo Ježišovo verejné účinkovanie.

**9. odmietnutiu, ktoré musela cítiť, keď nám ju Boh dal za matku,**

Z kríža ju Ježiš zveril svojmu milovanému učeníkovi, a tým ju dal nám všetkým. Ako ťažké muselo byť prijať takéto materstvo - byť matkou všetkých nás. Sv. Juanovi Diegovi pri zjavení povedala, že jej je ctou byť mu matkou.

**10. akejkolvek zábrane v láske k nám a v modlitbe za nás.**

Mária v sebe neprechovávala hnev voči učeníkom, ktorí opustili Ježiša na kríži. Po Ježišovom nanebovstúpení sa oddala modlitbe s nimi a za nich. Aj po tom, čo bola vzatá do neba, pokračuje v úlohe našej matky.

## AKO OBDARÚVAŤ S MÚDROŠŤOU?

Ľudia radi dostávajú dary a niektorí zas radšej obdarúvajú iných. Neplatí to len na Vianoce, ale počas celého roka. Darov nikdy nie je dosť a ľudské srdce stále túži po nejakom dare. Dary sú našou prirodzenosťou, lebo sme deťmi najväčšieho Darcu neba i zeme, ktorý sa nikdy neunaví dávaním darov. Skúsme sa však pozrieť, čo znamená darovať niekomu niečo, čo znamená prijať dar a čo dary obnášajú.

Pán nás učí, aby sme dary dávali nezištne. To znamená, aby sme za ne nič nečakali. Nič nečakať znamená darovať z čistej lásky ako človek, pre ktorého je odmenou, že práve on môže niekomu niečo dať. Taký človek vie, že je prostredníkom Pána a viac nepotrebuje. Nečaká ani vďačnosť, ani žiadny výsledok svojho skutku, lebo už má svoju odmenu a tá mu naplňa srdce.

Ak dáme dar a očakávame nejakú odplatu, alebo ak sa hneváme, že odplata neprichádza, neurobili sme to z čistej lásky. V takom prípade je lepšie nedať nič a nepoškvrniť si srdce. Nikdy nedáme toľko, aby sme mohli povedať, že sme dali priveľa. Ak čosi dáme, nie je to naša zásluha, ale Božia milosť, vďaka ktorej sme si všimli, že niekto niečo potrebuje. Zato nemáme čakať vďaku, ale práve naopak, vďačnosť má prísť

z našej strany. Vďačnosť posväcuje srdce a otvára oči. Preto je tak veľmi potrebná a Pán nás k nej vyzýva, ako dobrý Otec, ktorý chce formovať svoje deti. Podľa jeho príkladu aj my máme viesť k postoju vďačnosti svoje deti.

Pán nás ďalej učí, aby sme dávali dary s múdрым srdcom. Aj v tomto je nám príkladom. Keď nám On dáva dary, najskôr skúma naše srdce a obdarúva nás s trpezlivosťou, úctou a otcovskou starostlivosťou, aby nám neublížil. Priveľa darov by nám mohlo uškodiť a dokonca aj spôsobiť smrť. Áno, dary môžu aj zabiť. Ak

ich nedávame s múdrosťou srdca a ak sme vedení len citmi a emóciami. Všetko sú to dôležité veci a tiež sú darmi, ale často ich sami nevieme korigovať, a tak spôsobujú ťažkosti v našich medziľudských vzťahoch. Boh je dokonalý Darca. K nemu môžeme kedykoľvek prísť a pýtať sa najprv na jeho názor, či bude naše konanie správne, čo spôsobí u daného človeka a či to bude pre neho požehnaním alebo kliatbou.

Boh nás vyzýva k štedrosti, On je šťastný, keď chceme dávať. Ale k štedrosti potrebujeme múdrosť srdca, aby sme ju vedeli prejavovať správne. Znamená to teda, že aj u obdarovaných, aj u darujúcich je potrebná vďačnosť. Vždy je skutok obdarovania darom pre obe strany.

*(dokončenie na nasledujúcej strane)*



Darujúci prežíva radosť z toho, že mohol vycítiť, čo ten druhý potrebuje a že môže svoju radosť prežívať spolu s Bohom a obdarovaný zas prežíva radosť z daru, z toho, že na neho ten druhý myslel a vidí v tom dare srdce toho druhého. Ak je dar darovaný z nezištnej lásky, je v ňom srdce darujúceho, pretože najskôr sa myšlienka na dar zrodila v jeho srdci, celé ho zapálila a spôsobila v ňom oheň, ktorý sa premenil na dar. Teplo a Radosť toho ohňa sa rozlialo na tento svet a posvätilo nielen tých, ktorých sa to týka, ale aj ďalšie srdcia, ktoré tento oheň môže inšpirovať ešte k väčším skutkom lásky.

Všetko sa to deje neviditeľne, bez nášho vedomia. Darovanie má teda veľký zmysel, je veľkým požehnaním a netreba sa ho báť.

Všetko, čo robíme zjednotení s Bohom, je bezpečné. Čo však robíme bez neho, prináša skazu a horkosť. Nič nerobme bez neho. Pustíme ho k sebe a radme sa najskôr s ním. Ani Mária, jeho Matka, ktorá mala najväčšiu múdrosť z nás ľudí, nekonala bez toho, aby sa s ním poradila. Vždy, keď za ňou prišli ľudia, ktorí chceli ísť za ním, Ona im pomohla ako Matka a všetko ostatné ohľadom nich riešila s Ježišom. On pritom vedel, že všetky jej rozhodnutia sú správne, lebo sú inšpirované Božou múdrosťou, no Mária vedela všetko vkladať do Božích rúk a nechcela rozhodovať sama.

(Simona N.)



**1. čítanie:** Iz 58, 7-10

**Žalm:** Ž 112, 4-5. 6-7. 8a+9

**Ant.:** Spravodlivým žiari svetlo v temnotách.

**2. čítanie:** 1 Kor 2, 1-5

**Evanjelium:** Mt 5, 13-16



Krátke zamyslenie na evanjelium: Ak vyzveme niektorých

ľudí, aby nahlas povedali napr. niečo o sebe, bude to pre nich životná skúška. A iní sa pustia bez okolkov do rozprávania, ktoré sa nedá zastaviť. Ježišove slová o svetle a soli nie sú ponukou k sebaaprezentácii za každú cenu. Ale na banálnych príkladoch ukazujú, že nežijeme každý sám pre seba vo svojej ulite. Naše životy ovplyvňujú svet okolo nás. Sme soľou a svetlom. Bez nich bude svet tmavý a bez chuti. Nie, nejde o namyslenosť, že sme viac ako iní ľudia. Ide o výzvu, aby sme boli platnými pre spoločnosť. Sme nositeľmi svetla, ak žijeme z evanjelia. Sme nositeľmi chuti, pokiaľ z nás nejaká chuť a radosť evanjelia žiari. Ale platí to takisto ako povzbudenie pre všetkých, napr. celkom obyčajných ľudí. Kto prijme a realizuje evanjelium, bude svetlom a chuťou pre ostatných.

**Modlitba žaltára a breviára:** 1. týždeň



Skvalitni  
svoj  
život

## ZBAVME SA STRESU

Stres je chorobou 21. storočia. Má na svedomí vysoké percento všetkých ochorení. Naše telo má schopnosť zvládať stres, ale len do určitej miery a ak nie je priveľký. Vtedy nám môže ublížiť. Ak chceme zdravšie žiť, rozhodnime sa, že nedovolíme stresu atakovať nás. Život sa, pravdepodobne, nezmení, to znamená, že my budeme musieť zmeniť svoj prístup k nemu. Úzkosť, obavy a strach sú hlavnými stresormi, ktoré môžeme eliminovať tým, že s dôverou zveríme Bohu svoje starosti. Pri strese sa produkuje hormón kortizol, ktorý je vo veľkom množstve nebezpečný. Môžeme sa od neho stať závislými podobne ako od drog. Čím viac ľudia tlačia na plynový pedál, tým viac sa stresujú. Nie sú s tým spokojní, ale postupne si zvyknú a dokonca začnú po tom túžiť. Nedokážu oddychovať a relaxovať. Mnohí sa vychvaľujú, že žijú v pruhu pre rýchle autá, ale v skutočnosti sa najviac dopravných nehôd stáva práve tam. Väčšina ľudí by na otázku, či sú priveľmi zaneprázdnení, odpovedala áno. Pritom je zaujímavé, že iba oni môžu rozhodnúť, či prejdú do pomalšieho pruhu. Čo v našom tele spôsobuje už aj malé množstvo kortizolu? Jeho pôsobením sa až štvornásobne zvyšuje prirodzená činnosť srdca a to isté platí aj o pľúcach. Cievky sa sťahujú a krvný tlak sa nebezpečne zvyšuje.

Kortizol spôsobuje vysychanie v ústach a zvieranie žalúdka a čriev. Z tváre a kože nám odčerpáva krv a narúša imunitný systém. Spôsobuje poruchy spánku a pokles reprodukčných schopností. Spomaľuje hojenie rán a zvyšuje riziko periodontitídy, kožných a autoimunitných ochorení. Vypína krátkodobú pamäť a racionálne myslenie. V skutočnosti dokonca spôsobuje scvrkávanie určitej časti mozgu a vedie k prejedaniu. Vieme, že mnohí ľudia sa prejedajú, keď sú v strese, pretože v jedle hľadajú útechu a uspokojenie. Znie to desivo. Od rozumne uvažujúcich ľudí by sa očakávalo, že sa tejto „droge“ zďaleka vyhnú, ale oni si ju každý deň dávajú. Normálne hladiny stresu ale dokážeme zvládať. Kortizol je užitočný, ak potrebujeme zareagovať na stresujúcu situáciu, napríklad, vyhnúť sa autu, ktoré nám nečakane vošlo do cesty. Kortizol v tele vyvolá patričnú reakciu, ale keď nebezpečenstvo pominie, telo sa vráti do normálu. Dlhotrvajúci stres nás vysiluje. Nie je možné dlhodobo sa mu vystavovať a zároveň ostať zdravý. Už teraz sa naučme žiť múdro, aby sme sa nevčerpali skôr, než budeme mať štyridsať či päťdesiat rokov. Ak sme sa o seba doposiaľ nestarali a cítili sa vyčerpaní, nemyslime si, že je neskoro. Rozhodnime sa, že sa budeme usilovať osvojiť si dobré návyky, aby sme mohli napraviť škody. Nikdy nie je príliš neskoro! Skúmajme, čo nám stres spôsobuje a pokúsme sa to zmeniť. Hoci svoj „stresový“ život ospravedlňujeme“ rôznymi výhovorkami, je isté, že ak by sme skutočne chceli, dokázali by sme ho aspoň zmierniť.

(Dominika Čechová)

Zdroj: Meyer, J.: Od zlozvykov k dobrým návykom

# PRÍBEHY

## RADY RODIČOM

Deti nie sú domáce zvieratá.

Život, ktorý ony v skutočnosti žijú a život, ako ho vy vnímate, nie je ten istý.

Neberte príliš osobne to, čo robia vaše deti. Nedržte v pamäti všetko, čo urobili. Krátka pamäť je veľmi prospešná.

Špina a neporiadok tvoria základ pre pohodu dieťaťa.

Počas puberty sa vyhýbajte ich izbe. Doprajte im súkromie.

Netrápte sa, že vás nikdy nepočúvajú. Nech vás trápi to, že vás stále pozorne sledujú.

Učte sa od nich. Je toho veľa, čo vás môžu naučiť.

Milujte ich veľmi dlho, odísť im dovoľte skoro.

A nakoniec... Nikdy sa v skutočnosti nedozviete, akí ste boli rodičia, či ste vychovávali dobre, alebo zle. Nikdy. Budete o tom rozmýšľať, kým budete žiť. Ale keď vaše deti budú mať deti a vy budete sledovať, čo robia, sčasti dostanete odpoveď.

## ČO MA NAUČILA MAMA

Mama ma naučila prekonávať samého seba – „Nevstaneš od stola, kým nezješ ten špenát!“

Mama ma naučila logicky myslieť – „Prečo? Pretože som to povedala...“

Mama ma naučila ohybnosti – „Pozri sa, akú špinu máš na chrbte!“

Mama ma naučila ceníť si dobre odvedenú

prácu – „Ak sa chcete so sestrou pozabíjať, tak to urobte vonku. Ja som tu práve upratala!“

Mama ma naučila irónii – „Ešte môžeš chvíľu plakať. Potom ti na to dám skutočný dôvod!“

Mama ma naučila čarovať – „Zavri ústa a zjedz tú polievku!“

Mama ma naučila všetko o počasí – „Tvoja izba vyzerá ako keby tadiaľto prešlo tornádo.“

Mama ma naučila, čo je závisť – „Na svete sú milióny nešťastných detí. Ani jedno z nich nemá takých dobrých rodičov ako ty!“

Mama ma naučila, čo je recyklácia – „Nebyť mňa, zhnijeme tu v špine.“

## UBUNTU

Istý antropológ si zaumienil, že deti v jednom africkom kmeni naučí novú hru. K stromu položil kôš plný ovocia. Potom deťom povedal, že ktoré z nich dobehne ku košu ako prvé, vyhrá sladké ovocie.

Keď ich odštartoval, všetky deti sa chytili za ruky a bežali spolu. Potom si sadli a tešili sa z hostiny. Spýtal sa ich, prečo bežali všetky spolu, keď jedno z nich mohlo mať všetko ovocie len pre seba?

Povedali mu: „Ubuntu. Ako môže byť jeden šťastný, keď všetci ostatní budú smutní?“

Ubuntu v jazyku xhosa znamená: Ja som, pretože my sme.

*Neverte, že človek sa môže stať šťastným nešťastím druhých.*

Seneca

(A. Sabolová, ml.)

Zdroj: Každý má šancu, Marcela a Stanislav Bielikovci



## Vincentská rodina si pripomenula už 400 rokov založenia svojej charizmy

**B**ratislava 30. januára (TK KBS/Rádio LUMEN) Dvestodvadsaťpäť vetiev a spoločenstiev a viac ako tri milióny aktívnych členov po celom svete. To sú čísla Vincentskej rodiny, ktorá si na sviatok Obrátenia sv. Pavla pripomenula 400 rokov založenia svojej charizmy. Slovenská Vincentská rodina za účasti všetkých svojich spoločenstiev na Slovensku otvorila svoj jubilejný rok sobotnou slávnostnou svätou omšou v Bratislave.

Svätý Vincent de Paul mal svoju prvú známu kázeň, po ktorej sa obrátilo veľké množstvo ľudí pred 400 rokmi. Slovenský provinciál Misijnej spoločnosti sv. Vincenta de Paul Jaroslav Jaško považuje za zaujímavé, že aj po 400 rokoch je vo svete 225 vrstiev vincentskej spoločnosti. „To je úžasná vec, že ako Pán Boh použil toho jednoduchého dedinského chlapca, sv. Vincenta, ktorý sa otvoril pre Božiu milosť a dokázal vytvoriť také úžasné dielo a vytvára ho cez svojich synov a dcéry aj v dnešných časoch,“ povedal Jaroslav Jaško.

Kazateľom na svätej omši bol mukačevský eparcha vladyka Milan Šášik, ktorý je sám vincentínom. Charizmomu rehole je aj pomoc chudobným, no a chudobu Milan Šášik zažíva na vlastnej koži každý deň na Ukrajine. „Došli sme teraz za tých niekoľko rokov vojny na východe do takej strašnej situácie, až si myslím, že sa teraz nemáme s kým v Európe porovnávať. Chcem len povedať a poprosiť, aby sa za nás modlilo celé Slovensko. Prosím o modlitbu,“ povedal na svätej omši vladyka Šášik.

## Biskupi USA odsúdili výstavbu múru na hranici s Mexikom

**USA/Mexiko 26. januára (RV)** Je potrebné budovať mosty, nie múry. Týmito slovami reagovala Konferencia biskupov USA na rozhodnutie nového amerického prezidenta Donalda Trumpa vybudovať múr na mexickej hranici dlhej 3200 kilometrov.

Predseda Komisie pre migrantov Mons. Joe Vasquez vo svojom vyhlásení tvrdo odsúdil tento príkaz a zdôraznil, že Cirkev v USA urobí všetko preto, aby bola nablízku migrantom a ich rodinám. Podľa slov preláta tento múr spôsobí, že migranti, „predovšetkým tí najzraniteľnejší, ženy a deti“, budú ešte viac vykorisťovaní „priekupníkmi a pašerákmi“.

Prelát zodpovedný za pastoračiu migrantov v USA tiež odsúdil novú politiku zadržania a deportácie migrantov, ktorú ohlásil Donald Trump. Americký prezident rozhodol o tom, že vláda zastaví dotácie tým mestám, ktoré odmietnu väzniť alebo deportovať nelegálnych imigrantov. Tieto politiky, vysvetlil vo svojom vyhlásení Mons. Vasquez, „rozdeľia rodiny a zvýšia paniku a strach v komunite“.

Podľa amerického biskupa sa Katolícka cirkev v USA bude naďalej snažiť preukázať solidaritu a pomoc migrantom.

(dodala Anna Sabolová ml.)



# Sarské oznamy

V ČASE OD **06.02.2017** DO **12.02.2017**

**Vedenie modlitieb pred sv. omšami:** V týždni **12.2. -18.2.** vedie modlitby pred sv. omšami p. Helena Brehovská.

**Nácvik detského zboru:** Nácvik detského speváckeho zboru na budúcu sobotu **12.2.** v pastoračnom centre bude klasicky o **13<sup>30</sup>**. Všetky decká sú srdečne pozvané.

**Udeľovanie sviatosti pomazania chorých:** V sobotu 11.2. je spomienka na Lurďskú Pannu Máriu a pri tejto príležitosti je udeľovaná sviatosť pomazania chorých tým, ktorí ju môžu a chcú prijať. Takže v sobotu pri sv. omši bude táto možnosť pre všetkých, ktorí chcú a môžu. Danú sviatosť môžu prijať tí, ktorí spĺňajú aspoň jednu z týchto dvoch podmienok: choroba, z ktorej môžu zomrieť alebo staroba, ktorá sa ráta od 60. rokov vyššie. Zároveň by prijímateľ mal byť v stave posväcujúcej milosti, t.j. nemať ťažký hriech.

**Detská a mládežnícka sv. omša:** Detská a mládežnícka sv. omša v tomto týždni nebude z dôvodu mojej neprítomnosti, keďže budem na duchovných cvičeniach. Na telefóne budem sporadicky, prosím vás, v súrnych prípadoch sa obracajte na o. Antona.

**Sviečka - večné svetlo nad bohostánkom:**

29.1.-4.2. - Juraj Fenik

5.2.-11.2. - p. Bilská - p. Macugová

12.2.-18.2. - p. Vasiľová

19.2.-25.2. - p. Ivanov

26.2.-4.3. - p. Kosturová

**Rozpis lektorov:**

**6. nedeľa v cezročnom období:** 8.00 hod. - rod. Baranska, 10.00 hod. - rod. Bankovičova, 18.30 hod. - rod. Dzurovičnova.

**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 06.02.2017 DO 12.02.2017

<b>PONDELOK</b> <i>Sv. Pavla Mikiho a spoločníkov, mučeníkov (spomienka)</i>	<b>06.02.2017</b>	Sv. omša: Poklona Sv. Oltárnej:	<b>18<sup>00</sup></b> (K+T) <b>18<sup>45</sup></b>
<b>UTOROK</b>	<b>07.02.2017</b>	Sv. omša:	<b>6<sup>30</sup></b> (T+K)
<b>STREDA</b>	<b>08.02.2017</b>	Sv. omša:	<b>18<sup>00</sup></b> (T)
<b>ŠTVRTOK</b>	<b>09.02.2017</b>	Poklona Sv. Oltárnej: Sv. omša:	<b>17<sup>00</sup></b> <b>18<sup>00</sup></b> (T)
<b>PIATOK</b> <i>Sv. Školastiky, panny (spomienka)</i>	<b>10.02.2017</b>	Sv. omša:	<b>18<sup>00</sup></b> (T)
<b>SOBOTA</b> <i>Preblahoslavenej Panny Márie Lurdskej (spomienka)</i>	<b>11.02.2017</b>	Sv. omša: Sv. omša:	<b>8<sup>00</sup></b> (K) <i>pomazanie chorých</i> <b>18<sup>00</sup></b> (T)
<b>NEDEĽA</b> <b>6. NEDEĽA V CEZROČNOM OBDOBÍ</b>	<b>12.02.2017</b>	Sv. omša: Sv. omša: Pobožnosť sv. ruženca: Sv. omša:	<b>8<sup>00</sup></b> (T) <b>10<sup>00</sup></b> (K) <b>14<sup>30</sup></b> <b>18<sup>30</sup></b> (K) <i>kostol JaA</i>

“Modliť sa znamená vpúšťať do nášho života Boha, ktorý nám pomáha vpúšťať do života i nášho blížneho.” (LOUIS EVELY)

### 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](mailto:mariannum@gmail.com) vždy vo **štvrtok** do **12:00**

Redakcia si v prípade potreby vyhradzuje právo upravovať uverejňované príspevky.