



Vydáva Rím.- kat. farský úrad Kokošovce č.118, telefón: 77 98 118,
email: kokosovce@rimkat.sk

Dobrý Pastier a dobrá mama

Pápež František cestou z Balkánu uplynulý týždeň vyzdvihol nasledujúcu skutočnosť: „Bolo tam veľa chudobných, ale bolo treba vidieť dobrotivú miernosť týchto sestier Matky Terezy. Zaobchádzali s chudobnými bez paternalizmu, akoby boli deťmi. Jemnosť a tiež schopnosť pohladit' chudobných. Tá vľúdnosť, neha týchto sestier! Dnes sme zvyknutí sa urážať: jeden politik uráža druhého, jeden sused uráža druhého, aj v rodine sa medzi sebou urážajú. Neodvažujem sa povedať, že je tu akási „kultúra urážania“, ale urážka je zbraňou na dosah ruky, aj ohováranie druhých, osočovanie, hanobenie... A vidieť tieto sestry, ktoré sa starajú o každého človeka akoby to bol Ježiš, toto ma zasiahlo. Priblížil sa jeden mladý muž, zdatný, a predstavená mi povedala: „Tento je skvelý“, a pohladila ho a povedala pred ním: „Modlite sa za neho, pretože príliš pije!“ Ale s nehou jednej mamy, a toto mi dalo pocítiť Cirkev ako matku. Je to jedna z najkrajších vecí, objaviť materinskosť Cirkvi. Dnes som to tam pocítil, a ďakujem Macedóncom za to, že majú tento poklad v meste Skopje.“ Je veľmi príznačné pre posledných pápežov, počnúc sv. Jánom Pavlom II. ako jasne a zrozumiteľne vyzdvihujú úlohu žien v Cirkvi. Nezastupiteľné miesto nielen zasvätených, rehoľných sestier, ale aj jednoduchých žien a matiek v rodinách. Vľúdnosť, neha, dobrotivá miernosť...a to všetko vlastne pramení alebo aj vyúsťuje do svedectva: Starat' sa o každého človeka, akoby to bol sám Ježiš.

Milé mamky! Pre Ježiša a od Ježiša ste dostali, vďaka nemu máte vo svojej blízkosti, svojom dome a vo svojom srdci zapísané mená a životy svojich detí. Učte ich prosím a ukazujte im na Dobrého Pastiera Ježiša, ktorého tak pekne zosobňuje a reprezentuje všetkým aj terajší pápež. Učte svoje deti vzt'ahu: ja a môj Ježiš, môj Boh. Môj Pán a môj Boh! Svojit' sa k nemu, doslova mojkat' sa s Ním !!! To nie je lacný sentiment, to nie je infantilné náboženstvo, to je Božia túžba a naša potreba, pre toto sme stvorení !!! Veď na začiatku Desatora Boh nám všetkým, čo sme uverili, hovorí: „Ja som Pán, TVOJ Boh...“ Táto veta, tento jeho postoj, má pre náš každodenný život neuveriteľne silné a praktické dôsledky. Presne tak ako každodenná láska otca a mamy, rodičovské puto, ich pravidelné bozky a objatia. Učte ich tomuto základnému vzt'ahu s Bohom, vy samé sa posilňujte v tomto vzt'ahu, lebo nemôže dať, kto sám nemá. Mama ma dávať vždy a neustále lásku, ale ak nepríde k prameňu, ak nebude pravidelne čerpať aj ona sama, predstavte si, môže vyschnúť, aj ona môže zatrpknúť a nechať sa stiahnuť do „kultúry urážania sa“ bez príčiny a horekovania si nad ťažkosťami bez viery. Aj ona sa môže nechať pomýliť a z lásky kresťanskej (*dať dieťaťu, či naozaj potrebuje*) môže ľahko sklznúť k láske opičej (*dám dieťaťu iba to, čo ono chce*) Pane Ježišu, Dobrý Pastier, ďakujeme ti za všetky naše mamy, daj nám sväté mamy a uč nás vždy prijímať každé Tvoje slovo aj lásku cez ne aj cez svätého otca Františka!

FARSKÉ OZNAMY:

- ❖ Prosme dnešnú 4. veľkonočnú nedeľu Dobrého Pastiera za sväté a prakticky veriace mamy, ktoré aj so svojimi manželmi budú ochotné vychovať aj darovať Bohu a Cirkvi svojho syna, alebo dcéru v duchovnom povolání. Kiež Pán vyslyší...
- ❖ Zapisovanie intencií: V tomto týždni budem v sakristiách zapisovať intencie sv. omši na mesiace máj až august 2019 a to takto: Kokošovce: utorok 13.5. a piatok 17.5. od 17.30 h. Dulova Ves štvrtok 16.5. od 17.30 h. a na Zlatej Bani v stredu 15.5. od 17.40 h. a v nedeľu 19.5. od 8.40 hod. Posledná možnosť pre tých, čo ešte nedali ani jeden úmysel na toto 4 mesačné obdobie.
- ❖ Katechéza hlavne birmovancom: V tomto týždni je v stredu 15.5. o 18.45 hod. na Zlatej Bani a v piatok 17.5. o 18.45 hod. v Kokošovciach katechéza č. 10 s témou: *Súcit a tragédia – falošné tváre lásky, Osobná viera*. Pozývame aj bývalých birmovancov aj ostatných farníkov, ktorí si chcú pomôcť rásť v láske...
Prosíme birmovancov, aby si neúčast' na strestkách nahradili. Teda tí, čo nemôžu byť prvý týždeň v ZB a K, nech tak urobia ďalší týždeň v Ž, alebo v DV. Viac ako tri nenahradené, alebo vynechané stretnutia (*ak sa nejedná o dlhodobú maródku*) znamená asi nezáujem o prípravu aj prijatie tejto sviatosti. Ak nie, tak to ukážte...
- ❖ Tretiakom: Farská katechéza pre prvoprijímajúcich tretiakov bude v sobotu 18. mája o 10 hod. vo farskom kostole. Príďte všetci a prineste si perá...Vďaka!
- ❖ Púť k bl. Anke: Srdečne Vás pozývame na slávenie pútnickej soboty dňa 18.5.2019 vo Vysokej nad Uhom s programom: 15.h. Korunka a odprosenie za hriechy rodín. 16.h. Krížová cesta za rodiny. 17.h. Večeradlo s Pannou Máriou 18.h. Sv. omša. Po sv. omši bude adorácia s modlitbami za rodiny, za vnútorné uzdravenie a oslobodenie od zlého.
- ❖ Deň rodiny - Sigorde: V sobotu 19. 5. 2019 sa v areáli Centra pre Rodinu na Sigorde uskutoční Deň rodiny. Program: 9h. sv. liturgia, 10.30h. Modlitba chvál, 13h. program pre deti a 14h. prednáška pre rodičov. (*Pavol Strežo*) Pozývame!
- ❖ MIKE 2019: Arcidiecézne stretnutie miništrantov s o. biskupom Mons. Marekom Forgáčom bude v sobotu 25. mája od 9 hod. v Prešove – Farnosť Kráľovnej Pokoja. Záujemcovia nech sa prihlásia u p. farára do 19. mája vrátane.
- ❖ Zbierame: Vrchnáčky z PET – fľaš aj použité poštové známky odstrihnuté s 0,5 cm okrajom prineste vždy vo väčšom počte na faru. Stále sú žiadané, nezabudnite!
- ❖ Medžugorie 2019: Na 2. farskú púť do Medžugoria v čase od 11. do 18. augusta 2018 v cene 230 € je k dispozícii ešte 37 miest. Prosíme, hláste sa do konca mája, modlíme sa na tento úmysel, majme odvahu prekročiť svoj tieň a investovať aj takýmto spôsobom do svojho duchovno - fyzického relaxu...Neoľutujete !!!

Požehnanie Vzkrieseného Pána všetkým Vám vyprosujú k. Štefan a f. Ľubik

BOHOSLUŽBY Farnosti KOKOŠOVCE

4. VEĽKONOČNÝ TÝŽDEŇ (13.5.2019 – 19.5.2019)

13.5.	PO	<i>P. Márie Fatimskej, Lubov. spomienka</i>	DULOVA VES	18.00	+ František + Ján + Anna č.143
14.5.	UT	<i>Sv. Mateja, apoštola, Sviatok</i>	KOKOŠOVCE	18.00	ZBP Mária s rodinou č.12
15.5.	ST	<i>Streda po 4. veľkonočnej nedeli</i>	ZLATÁ BAŇA Katechéza č.10	18.00	+ Mária Klimková - výročná
			ŽEHŇA	18.00	+ Imrich + Margita + Anna + Katarína a ost r. Katušovej Abr.19
16.5.	ŠT	<i>Sv. Jána Nepomuckého, kňaza a mučeníka, Spomienka</i>	DULOVA VES	18.00	+ Mária + Štefan + Imrich a ost. r. Sokolovej a Gajdošovej č.104
			KOKOŠOVCE	18.00	+František +Ondrej +Anna +Eduard a ost. r Tivadarovej č.171
			LESÍČEK	16.45	<i>Sv. liturgia</i>
17.5.	PIA	<i>Piatok po 4. veľkonočnej nedeli</i>	DULOVA VES	18.00	+ Tomáš + Alžbeta a ost. z rodiny č.54
			KOKOŠOVCE Katechéza č.10	18.00	+ Marián Ivanecký - výročná
18.5.	SO	<i>Sobota po 4. veľkonočnej nedeli</i>	DULOVA VES	8.00	ZBP Mária č.161
				11.30	Na poďakovanie...
		<i>S nedeľnou platnosťou</i>	KOKOŠOVCE	18.00	ZBP Ján a Terézia s rodinou č.86
19.5.	NE	<i>5. veľkonočná nedeľa</i>	DULOVA VES	8.30	Za obrátenie hriešnikov č.9
			KOKOŠOVCE	10.30	ZBP Viktória, Karolína, Anetka č.225
			ZLATÁ BAŇA	9.00	ZBP rod. Vargová č.183
			ŽEHŇA	10.00	ZBP Jozef a Mária a rod. Kubošekova a Dzvoňárova č.225
			LESÍČEK	8.00	<i>Sv. liturgia</i>

Milý brat a milá sestra! Nezapudni sa dnes svojej mame
poďakovať za každý dotyk, bozk aj objatie...
A obdaruj ju tým, čo má najradšej - svojou láskou !!!

Kedy ste naposledy niekoho objali ? Len tak... Z lásky, z pocitu blízkosti, aby ste mu ukázali, že ho máte rady.

Žiaľ, žijeme v čase, keď sa viac dotýkame svojich inteligentných telefónov ako živých bytostí. A vlastne, prečo sa vyhovárať na obdobie, v ktorom žijeme ? Za to, že máme menej fyzického kontaktu, si môžeme samy. A pritom prichádzame o tak veľa...

Hormón lásky

Možno si to neuvedomujete, ale objatia zohrávajú veľmi dôležitú úlohu v našich životoch už od útleho detstva. Vyvolávajú pozitívne emócie, ako je pocit priateľstva, lásky či starostlivosti. Objatie môže byť zvlášť utešujúce v situáciách, v ktorých intenzívne zažívate negatívne emócie, ako napríklad smútok alebo strach. Vedci prišli na to, že objímanie môže uvoľniť veľké množstvo oxytocínu, ktorý je síce zodpovedný aj za pocit vzrušenia pred pohlavným stykom a za sťahy maternice počas pôrodu, ale hlavne aktivuje v mozgu impulz dôvery a lásky. Inými slovami, keď niekoho objímate, prehĺbite s ním vzťah aj na biochemickej úrovni.

Viac ako rozhovor

Oxytocín, a teda i objatia, však dokážu oveľa viac. Ľudia s vysokým obsahom oxytocínu v tele sú priateľskejší, sebaistejší a vo väčšej pohode. A, čo je najpodstatnejšie, zriedkavejšie podliehajú stresu. Americká psychologička Mylea Charvat si dokonca myslí, že aj v psychologickej praxi by mnohým pacientom viac pomohlo teplé objatie a podanie ruky, ako chladný klinický prístup. „Keď sa dotýkame iných ľudí, posilňujeme svoju ľudskosť,“ píše vo svojom texte pre Psychology Today. „Samota pochádza z nedostatku fyzickej a sociálnej interakcie, ktorá môže viesť ku kognitívnemu úpadku, k depresii a problémom spánku.“

Zlý príklad

Zabudli sme sa objímať, dotýkať a láskat'. A, čo je najhoršie, neučíme to ani svoje deti. „Zakaždým, keď vidím rodinu pri jedle s telefónmi v rukách, musím sa premáhať, aby som im nezakričala STOP !!! O to viac, keď tam sedia aj deti. Ako budú neskôr stolovať a nadväzovať kontakt s druhými?“ pýta sa Mylea Charvat. „Ak sa nenaučia, čo je to mať interakciu s ostatnými, budú pravdepodobne nakoniec vo svojom živote izolované, trpieť úzkosťami a depresiami.“

Dotyková terapia

Objatie ako silné gesto lásky a podpory smeruje priamo do emocionálnych centier mozgu. No i samotné držanie za ruku v krízovej situácii robí zázraky. Ďalší výskum priniesol zistenie, že dotyk reálne dokáže znížiť hladinu stresového hormónu kortizolu v krvi, a tiež znížiť srdcovú frekvenciu. Inými slovami fyzický kontakt vás upokojí, keď ste rozrušené a utíši reakciu mozgu na stres. Zrejme už máte dost dôvodov na to, aby ste išli objat' svojho partnera alebo deti. Nemyslíte? Deti, ktoré majú častý kontakt s pokožkou druhého človeka, lepšie spia a sú pokojnejšie.

Natália Šepitková