



# FARSKÝ LIST

15.1.2023

2/2023

18. ROČNÍK

## Robte dobro, domáhajte sa práva (Izaiáš 1,17)

Tému tohtoročného **Týždňa modlitieb za jednotu kresťanov 2023** Robte dobro, domáhajte sa práva (Izaiáš 1,17) vybrala a materiály pripravila miestna skupina kresťanov zo Spojených štátov amerických, ktorú zvolala Minnesotská rada cirkví. Materiály na Týždeň modlitieb za jednotu kresťanov v roku 2023 spoločne pripravili a publikovali Komisia pre vieru a poriadok Svetovej rady cirkví a Dikastérium na podporu jednoty kresťanov. Z anglického originálu *Do good; seek justice* (Isaiah 1,17) ich preložila Mária Spišáková. Teologickými lektormi boli Eva Guldanová a Ivan Šulík.

Tradičný termín konania Týždňa modlitieb za jednotu kresťanov je na severnej pologuli od 18. do 25. januára. Tieto dni navrhol v roku 1908 Paul Wattson tak, aby modlitby prebiehali v dňoch medzi sviatkami sv. Petra (Katedra) a sv. Pavla (Obrátenie), čo im dodalo symbolický význam. Na južnej pologuli sú v ja-

nuári prázdniny, takže cirkvi organizujú Týždeň modlitieb v inom termíne, napríklad v období sviatkov Zoslania Ducha Svätého (ako to navrhlo Hnutie pre vieru a poriadok v roku 1926), ktoré tiež symbolizujú jednotu Cirkvi.

„Tento materiál ponúkame s tým, aby bol vždy, keď je to možné, prispôsobený na použitie v miestnych podmienkach. Prítom treba brať ohľad na miestne liturgické a bohoslužobné zvyky i na celkovú spoločenskú a kultúrnu situáciu. Takéto úpravy by sa mali realizovať ekumenicky. Na niektorých miestach sú už vybudované ekumenické štruktúry na prispôsobenie týchto materiálov. Želáme si, aby tam, kde to tak nie je, táto potreba podnietila vznik takýchto štruktúr,“ píše sa v materiáli. Nachádza sa v ňom poriadok ekumenickej bohoslužby, námety na „osem dní“ a výber ďalších modlitieb.

„Tým, ktorí sa chcú modliť v súkromí, posluži tento materiál ako pomôcka pri premýšľaní o modlitebných úmysloch. Môžu mať na pamäti to, že tvoria spoločenstvo s ostatnými, ktorí sa na celom svete modlia za viditeľnejšiu jednotu Kristovej Cirkvi.“



# Ako spomaliť v živote?

Prežívanie liturgického obdobia v každodennom toku života napomáha, keď dokážeme spomaliť natoľko, aby sme mohli vnímať Božie posolstvo pre nás.

Desať nápadov, ako spomaliť život v hektickej dobe nášho života:

1. Chodme na prechádzku! Len 10-15 minút vezme zo dňa krátka prechádzka a predsa nás spomaľuje a pomáha, aby sme sa mohli naladiť na rytmus prírody.
2. Vypime šálku kávy, alebo čaju bez toho, že by sme aj niečo iné robili! Zdá sa, že je to jednoduché, ale nikto nevydrží päť minút bez činnosti – päť minút bez telefónu, televízora, čítania, práce... Len sedieť. Päť minút. Toľko času máme všetci.
3. Prečítajme dvakrát denné Evanjelium, potom si vyberme jedno slovo, alebo vetu, ktoré nás obzvlášť oslovilo! Je to vlastne Lectio Divina pre tých, čo sú v zhone. Opýtajme sa Boha, ktoré slovo by chcel, aby sme premýšľali o ňom vo svojom srdci.
4. Týždenne raz usporiadajme večer „bez techniky“! Čítajme, rozprávajme sa, hrajme sa, venujme sa tým, ktorých milujeme, len neberme do rúk telefón, nezapnime televízor alebo počítač. Len raz týždenne!
5. Zarad' do denného poriadku nejakú zmenu! Znie to veľmi nekonkrétne, ale aj malá zmena pomáha, aby sme vylúčili stres. Napr. keď vždy o dvanástej obedujeme, chodme o päť minút skôr na obed a za ten čas robme niečo neobvyklé. Napíšme napr. odkaz niekomu, koho milujeme, len tak naznačme, že myslíme na neho.
6. Strávme trošku času medzi deťmi! Deti sú tie, ktoré ešte sa nepoddali časovej tiesni. Nepoznať dieťa, ktoré nespokojne sleduje hodiny, že koľko málo času obsahujú. Keď sme s deťmi, ľahšie zotrváme v prítomnosti aj my, ktorá je jediná časová rovina, v ktorej sa oplatí žiť.
7. Pozrime sa na nebo, alebo von oknom aspoň na minútu. Koľkokrát sa stáva, že obdivujeme oblohu, alebo to čo máme pred sebou deň čo deň? Keď vidíme ponáhľajúcich ľudí povedzme: Ja chcem byť človekom, ktorý vidí nebo nad sebou.
8. Upečme, alebo uvarme niečo len tak z dobrej nálady. Toľkokrát jeme len kvôli udržiavaniu života. Niekedy je dobré variť s radosťou – môže sa to porovnať modlitbe. Urobme niečo delikatesné pre svojich, a prežívajme s radosťou tento proces.
9. Nastavme svoj telefón, alebo budík, aby nám pripomenulo zvonenie, že sa chceme zastaviť a sadnúť si na minútu v tichu. Alebo niečo sa pomodliť.
10. Myslime na tie veci, ktoré nám robia ťažkosti, a poďakujme sa za nich. Keď nás unavujú naše deti, zastavme sa a povedzme: Ďakujem Pane za tie krásne deti. Keď sme nespokojní v práci, povedzme: Ďakujem, že mám robotu, a mám z čoho žiť. Takisto môžeme ďakovať za štúdiá, za choroby ... Keď sa zastavíme, a sa zamyslíme prideme na to, že ťažkosti sú vlastne zamaskované požehnania, napriek tomu, že sú bolestné, lebo dávajú nám možnosť odhaliť svoju veľkosť v láske a tým nám darujú vnútorný pokoj.

<b>PONDELOK</b> <b>16.1.2023</b>	Humenné	6:15 12:00 18:00	ZBP Mária, Helena, Helena + Štefan ZBP Adriana s rodinou
	Brestov	17:00	+ Marta, Andrej, Mária
<b>UTOROK</b> <b>17.1.2023</b> <i>Sv. Anton, opát, (sp.)</i>	Humenné	6:15 12:00 18:00	+ Vladimír, Margita, Zoltán + Ján a syn Ján + Helena, Milan, Dušan, a + rodičia
	Gruzovce	17:00	ZBP rod. Kelčáková
<b>STREDA</b> <b>18.1.2023</b>	Humenné	6:15 12:00 18:00	+ Juraj, Mária, Ján, Margita, Vladimír + Pavol (4 výr.) + František ( <i>pohreb 27.12.</i> )
	Slov. Volová	17:00	+ Helena (1 výr.)
<b>ŠTVRTOK</b> <b>19.1.2023</b>	Humenné	6:15 12:00 18:00	ZBP Veronika, Alena, Eduard + Michal, Mária, Zuzana, Andrej, Gabriela, Michal, Marián + Margita
	Brestov NsP	<b>18:45</b> 17:00 16:00	<b>EUCHARISTICKÁ ADORÁCIA</b> + Štefan, Ján + Valentin
<b>PIATOK</b> <b>20.1.2023</b>	Humenné	6:15 12:00 18:00	+ Juraj, Jozef, Anna + Michal, Mária, Michal, Mária + František
	Dubník NsP	18:00 16:00	Za + z rod. Jurušová, Jakubová, + Beáta, Iveta, František + Ján a rodičia
<b>SOBOTA</b> <b>21.1.2023</b> <i>Sv. Agnesa, panna a mučenica, (sp.)</i>	Humenné	7:00 18:00	+ Eva + Michaela
	Slov. Volová NsP	8:00 7:30	+ Helena a Michal + Jozef a Mária
<b>NEDEĽA</b> <b>22.1.2023</b> <b>3. NEDEĽA</b> <b>V CEZROČNOM OBDOBÍ</b>	Humenné	7:30 9:00 10:30	+ Júlia (1 výr.) + Ján, Jozefína, Ján, Pavlína Za farnosť
	Brestov Gruzovce Slov. Volová Dubník NsP	18:00 10:30 9:15 8:00 9:00 10:30	Pod'ak. Štefan a Anna (40 manž.) ZBP rod. Kruková a Edita (65 r.) ZBP Peter (60 r.) ZBP Lucia (40 r.) + Milan, Michal, Margita ZBP Anna a Alojz

**OZNAMY:**

- Dnešnú nedeľu 15.1.2023 je celodiecézna zbierka na Arcidiecézne centrum pre mládež, ktoré sa venuje stredoškolskej a vysokoškolskej mládeži v našej arcidiecéze (ACM, UPC). Za Vaše milodary vopred Pán Boh zaplatí!
- V dňoch 18.–25.01. prebieha Týždeň modlitieb za jednotu kresťanov. Spomeňte si vo svojich modlitbách aj na tento úmysel.
- Úmysly sv. omší na 1.polrok 2023 sú už zaplnené.

<b>PONDELOK</b> <b>23.1.2023</b>	Humenné	6:15 12:00 18:00	Za uzdravenie duše i tela a B. pomoc - Slávka ZBP Jozef (70 r.) + Jozef a Eliáš
	Brestov	17:00	ZBP Darina s rodinou
<b>UTOROK</b> <b>24.1.2023</b> <i>Sv. František Saleský, biskup a učiteľ C., (sp.)</i>	Humenné	6:15 12:00 18:00	ZBP rod. Kardošová + Mikuláš, Anna, Jozef, František + Ladislav
	Gruzovce	17:00	+ Helena, Juraj
<b>STREDA</b> <b>25.1.2023</b> <i>Obrátenie sv. Pavla apoštola, (sv.)</i>	Humenné	6:15 12:00 18:00	+ Michal a Alžbeta ZBP Oľga s rodinou + Mária (pohreb 28.11.)
	Slov. Volová	17:00	ZBP rod. Bučoková a Solomonová
<b>ŠTVRTOK</b> <b>26.1.2023</b> <i>Sv. Timoteja a Títa, biskupov, (sp.)</i>	Humenné	6:15 12:00 18:00	+ Michal a Alžbeta + Mária, Juraj, starí rodičia a príbuzní + Paulína
	Brestov NsP	<b>18:45</b> 17:00 16:00	<b>EUCCHARISTICKÁ ADORÁCIA</b> Za + z rod. Čarnická, Merčáková + Michal, Anna
<b>PIATOK</b> <b>27.1.2023</b>	Humenné	6:15 12:00 18:00	ZBP Katarína ZBP Rastislav + Jozef, Ján, Anna, Ján
	Dubník NsP	18:00 16:00	ZBP Eva + Milan
<b>SOBOTA</b> <b>28.1.2023</b> <i>Sv. Tomáš Akvinský, kňaz a učiteľ C., (sp.)</i>	Humenné	7:00 18:00	+ Helena ZBP Pavol, Ján, Eva
	Slov. Volová NsP	8:00 7:30	+ Andrej (1 výr.) + Ján, František, Jozef, Ladislav
<b>NEDEĽA</b> <b>29.1.2023</b> <b>4. NEDEĽA</b> <b>V CEZROČNOM OBDOBÍ</b>	Humenné	7:30 9:00 10:30	+ Eduard, Mária, Michal, Mária + Karol, Anna, Anna, Barbora Za farnosť
	Brestov	18:00	ZBP Marek, Mariana s rodinou
	Gruzovce	8:00	ZBP Johana (70 r.) s rodinou
	Slov. Volová	10:30	ZBP Emília (40 r.)
	Dubník	9:15	ZBP rod. Brečková a Vaskevičová
	NsP	9:00 10:30	ZBP Marta (80 r.) Pod'akovanie za vyslyšané prosby

- Spoločenstvo „Modlitieb otcov“ pozýva ďalších chlapov – mužov na spoločný čas modlitby, každý utorok po večernej svätej omši. Niekoľko chlapov z našej farnosti sa už takto stretáva niekoľko rokov a preto pozýva ďalších.
- Prosíme všetkých lektorov (aj tých, čo sa chcú pridať), aby sa v sakristii zapísali na termíny, v ktorých budú k dispozícii na čítanie Božieho slova.

**Adresa:** RKFÚ Všetkých svätých, Brestovská 1, 066 01 Humenné  
**Kancelária mobil:** 0948 609 494; **Zaopatrovanie chorých a zomierajúcich:** 0902 228 711  
**Email:** he.mesto@abuke.sk; **Web:** www.humenne.rimkat.sk; **Facebook:** facebook.com/farnosť.humenne  
 Redakcia a zodpovedný za vydanie: František Mariňák  
 Dobrovoľný príspevok na vydávanie bulletinu. Ďakujeme.