



Farský list sv. Košických mučeníkov

28/2020

☒ Námestie košických mučeníkov 1, 040 12 Košice Nad jazerom

Kancelária: pondelok - piatok 15:30-17:00, ☎ 674 25 25

<http://nadjazerom.fara.sk//> email: mucenici@netkosice.sk,

Farár: Peter Kentoš

Kapláni: Martin Gazdačko, Jozef Nemašik

19.7. - 16. nedeľa v období cez rok

Ty, Pane, si dobrý, veľmi láskavý.

26.7. - 17. nedeľa v období cez rok

Pane, tvoj zákon veľmi milujem.

Mariánska hora v Levoči

Ak sa v tomto roku nemohla zo známych dôvodov konať 5. júla odpustová slávnosť na Mariánskej hore v Levoči, o to viac sme využili možnosť zorganizovať farskú púť v iný deň a s radosťou sme tam putovali.

V utorok 7. júla sa pútnici zišli pred ôsmou hodinou a autobus s 50 pútnikmi vyrazil do Levoče. Po peknom počasí v pondelok sa počasie v utorok veľmi zmenilo, ochladilo sa a pršalo. A dážď nás sprevádzal celou cestou až po Branisko. Prejdúc tunel nás Spiš privítal prekrásnym slnečným počasím, za ktoré sme boli vďačný celý deň.

Mariánska hora s Bazilikou nás privítala pokojom a krásnym prostredím. Pripomenuli sme si 25. výročie návštevy sv. Jána Pavla II., ktorý 3. júla 1995 slúžil sv. omšu na Mariánskej hore. Pred sv. omšou sme sa v Bazilike spoločne pomodlili ruženec. Sv. omša začala o 11.30, na ktorú sa pridali aj iní pútnici. Obetoval som ju za všetkých pútnikov, ako aj za celú našu farnosť. Po sv. omši sme sa občerstvili z vlastných zásob a vychutnali si nádherný výhľad na mesto Levoča.

O 14.00 nás už čakala prehliadka Baziliky sv. Jakuba v Levoči. Nádherný trojloďový chrám zasvätený **sv. Jakubovi apoštolovi, ochrancovi pútnikov**, postavili v posledných desaťročiach 14. storočia. Prehliadku tohto chrámu sme absolvovali so sprievodcom. Nechali sme sa unášať pohľadom na majstrovské **Dielo Majstra Pavla, drevený oltár**, ktorý vyrezal z lipového dreva v rokoch 1507 až 1517. Viac ako 500 rokov stojí tento oltár v tomto kostole. Zaslúži si náš obdiv a úctu. Túto návštevu Baziliky sv. Jakuba som venoval môjmu profesorovi cirkevných dejín, Levočanovi +prof. Ivanovi Chalupeckému, ktorý iba nedávno zomrel a venoval sa výskumu Majstra Pavla.

Po odchode z Levoče sme navštívili Spišskú kapitolu. Aj tu sme absolvovali prehliadku so sprievodkyňou, ktorá nás oboznámila so starobyľou **Katedrálou sv. Martina**. Pomodlili sme sa za blahorečenie biskupa Jána Vojtaššáka potom, ako sme od Biskupského úradu každý dostali obrázok s fotkou tohto biskupa.

Púť sme ukončili návštevou Spišského salaša s chutným jedlom. Plný zážitkov s vďačným srdcom Panne Márii Levočskej sme sa vo večerných hodinách vrátili domov.

Panna Mária Levočská, oroduj za nás!

Váš duchovný otec Peter Kentoš

JÚL AUGUST		JAZERO	ÚMYSLY SVÄTÝCH OMŠÍ	VYŠNÉ OPÄTSKE
20.	po	07.00	+Marek	
		18.00	+Andrej, Alžbeta	
21.	ut	07.00	+Mária	
		18.00	+Anna, Andrej, Anna, Vasil', Michal, Ján	
22.	st	07.00	+Mária (1. výr.)	19.00
		18.00	+Michal, Mária, Michal	
23.	št	07.00	+Ladislav (1. výr.)	
		18.00	+Jolana, Štefan, Vojtech	
24.	pi	07.00	+Vladimír, Ondrej, Margita	19.00
		18.00	+Ján, Marta, Igor, Alena	
25.	so	07.00	+Anna, Ján, Mária	
		18.00	+Marta, Jozef, Mária	
26.	ne	08.00	Pod' za 50 r. manžel. Štefana a Márie a za ZBP pre rod.	09.00
		10.00	Za ZBP pre Mareka s rod.	
		18.00	Za ZBP pre Václava s rod.	
27.	po	07.00	Za ZBP pre Vierku	
		18.00	+Štefan, Miroslav, Juraj	
28.	ut	07.00	+Ladislav, Magdaléna, Mária, Peter, Ladislav	
		18.00	+Ján	
29.	st	07.00	+Emil	19.00
		18.00	+Marta	
30.	št	07.00	+Paulína, Anna, Ján, Anna	
		18.00	+Pavol	
31.	pi	07.00	Úmysel kňaza	19.00
		18.00	+Anna, Ľudovít	
1.	so	07.00	Za členov Ružencového spol.	08.00
		18.00	Pod' za 70 r. života Heleny a za ZBP pre rod.	
2.	ne	08.00	Za ZBP pre Teréziu a pod' za 65 r. života Jaroslavy	09.00
		10.00	<i>Za farníkov</i>	
		18.00	Za ZBP pre Miroslava s rod.	

LITURGICKÝ KALENDÁR:

Každý utorok počas prázdnin bude Sviatosť Oltárna vyložená k poklone od 15.00 do 17.45 hod.

22.7. – Sv. Márie Magdalény, sviatok
 23.7. – Sv. Brigity, rehoľníčky, patrónky Európy, sviatok
 24.7. – Sv. Šarbela Machlúfa, kňaza, ľub. s.
 25.7. – Sv. Jakuba, apoštola, sviatok

26.7. - 17. nedeľa v období cez rok

27.7. – Sv. Gorazda a spol., spomienka
 29.7. – Sv. Marty, spomienka
 30.7. – Bl. Zdenky Cecílie Schelingovej, panny a mučenice, ľub. spom.
 31.7. – Sv. Ignáca z Loyoly, kňaza, spom.
 1.8. - Sv. Alfonza Máriu de Liguori, biskupa a učiteľa Cirkvi, spomienka

2.8. – 18. nedeľa v období cez rok

Oznamy:

1. Pri príležitosti 25. výročia posvätenia nášho kostola Vám ponúkame upomienkové **hrnčeky**, ktoré si môžete zakúpiť v knižnici. Hrnčeky sa ponúkajú v dvoch vyhotoveniach: s fotkou kostola a druhé s logom kostola. **Knižnica je otvorená v nedeľu po sv. omšiach.**

2. V **júli a v auguste** bude farská kancelária otvorená v **pondelok, stredu a piatok od 15.30 do 17.00 hod.** V dňoch utorok a štvrtok – pohreby hláste po večernej sv. omši v sakristii.

3. Na V. Opátskom budú sv. omše v týždni cez prázdniny o **19.00 hod.**

4. Na kostol na V. Opátskom darovali: p. Juhasová Marta **50eur**, r. Uhrinová **50eur**. Pán Boh zaplať!

5. **Fatimskú sobotu 1.8.** začneme sláviť vo farskom kostole modlitbou **svätého ruženca o 7.00 hod.** Po nej bude svätá omša. V kostole **na Vyšnom Opátskom začne o 7.00 hod. modlitba svätého ruženca, po nej bude o 8.00 hod. svätá omša.**

6. **Nedeľa 2.8. je prvou nedeľou** v mesiaci. V našom kostole bude o **14.20 hod.** výmena ružencových tajomstiev, a o 15.00 hod. vyloženie Sviatosti Oltárnej. V kostole na V. Opátskom bude o **7.50 hod.** Hodinka k Božskému Srdcu, o **14.30 hod.** výmena ružencových tajomstiev.

7. **Úmysly Apoštolátu modlitby – August – Všeobecný:** Za všetkých, ktorí pracujú a žijú na mori, za námorníkov, rybárov a ich rodiny. **Úmysel KBS:** Aby Medzinárodný eucharistický kongres, ktorý sa bude konať budúci mesiac v Budapešti, povzbudil veriacich k prehĺbeniu úcty ku Kristovej prítomnosti v Najsvätejšej sviatosti.

8. Snúbenci nech sa zahlásia na farskom úrade najmenej **štyri mesiace pred plánovaným sobášom.**

9. **Krsty v mesiacoch júl a august vysluhujeme v nedele o 11.15 hod., resp. o 10.00 hod. pri sv. omši.** Rodičia pri výbere **krstných rodičov** pre svoje dieťa nech pamätajú, že krstný rodič má spĺňať podmienky: má byť vyspelý na túto úlohu, **prijal už tri základné sviatosti: krst, birmovanie a Eucharistiu.** Má to byť katolík a z právnej stránky bez prekážky pre túto úlohu.

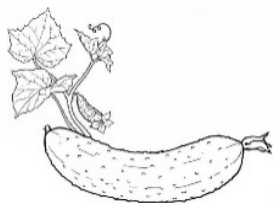
10. **Frekvencia 2020 - ACM** pozýva mladých na pešiu **púť mladých Prešov-Levoča**, ktorá sa uskutoční v dňoch **21. –23. augusta 2020.** Cieľom je poďakovanie mladých za čas prázdnin a vyprosenie si nových síl do školského roku. Viac info na www.premladez.sk

11. Mons. Bernard Bober arcibiskup – metropolita nás pozýva, aby sme sa pridali k iniciatíve Fóra kresťanských inštitúcií **“V nedeľu nenakupujem”.** Nestačí žiadať od politikov zatvorenie obchodov v nedeľu. **Záleží na každom z nás,** či otcovia a mamy budú v nedeľu so svojimi rodinami alebo budú obeťou našej ľahostajnosti. My sme tí, ktorí majú kultúru nedele vo svojich rukách. Ak nám nejaká drobnosť chýba, radšej ako zísť v nedeľu do obchodu, požičajme si to od suseda a budujme vzťahy. Ak my podržíme nedeľu, nedeľa podrží nás!

Rozpis služieb

Dátum, čas		Služby	1. čítanie	2. čítanie	Prosby	Obetné dary
23.7.	18.00		Pavelková M.		Pavelková M.	
25.7.	18.00	Mikluš Š., Katunská J. Lenártová L.	Katunská J.	Lenártová L.	Katunská J.	
26.7.	08.00	Berberich B., Pajdič M. Hajduk J., Matej J.	Berberich B.	Pajdičová A.	Pajdičová A.	Hajdukovci
	10.00	Hrebeňár M., Huňady F. Oros Š., Stružák F.	Weag P.	Baranková L.	Weag P.	Hrebeňárovci
	18.00	Gutta V., Štefurík A. Adamčák F.	Halušková M.	Meringer J.	Halušková M.	
30.7.	18.00		Olekšáková E.		Olekšáková E.	
1.8.	18.00	Jakubov J., Mikluš Š. Kvočák S.	Tomčík P.	Szanyiová E.	Tomčík P.	
2.8.	08.00	Lancoš L., Fabík V. Matej J., Oros Š.	Borovský N.	Kicová A.	Kica S.	Borovskí
	10.00	Ragan F., Berberich B. Sedlák R., Mikloš J. st.	Dlhý R.	Kupcová A	Kupcová A	Sedlákovci R.
	18.00	Lenártová L., Šoltýs J. Hurtuk J., Katunská J.	Halušková M.	Halušková M	Pavelková M.	Hurtukovci

UHORKY



„Uhorky? Tie vraj neobsahujú žiadne hodnotné látky! Samá voda“ presviedča pacientka. „Nemyslím, že by mali byť akosi zvlášť zdravé!“ A veruže sa mylí! Práve v čase horúceho leta sú s melónmi až nenahraditeľné. Hlavne pre ľudí, ktorí zabúdajú piť, pretože obsahujú až 98% vody v najkvalitnejšej podobe. Takých potravín je dnes veru nemálo. Uhorky môžeme spokojne nazvať i darčekom pre obličky, alebo zdrojom živej vody. Ruské príslovie hovorí, že **voda je najväčším liekom**. „V každej kvapke dobrej, pramenitej vody je obsiahnuté viac energie, ako dokáže vytvoriť priemerná súčasná elektrárňa“ ospevuje liečivú silu vody rakúsky prírodovedec **Viktor Schaubeger** (1885 - 1958) a dodáva: „Verím, že príde doba, keď si ľudia uvedomia, že pohár vody je viac ako pohár vína.“ „Milý hľadač zdravia!“ prihovára sa čitateľom vo svojej knihe **Harvey Diamond**. „Kiež by existovali slová, ktorými by som dokázal presvedčiť ťa o dôležitosti dostatočného pitia vody. Zdravie závisí od mnohých okolností, ale nič nie je dôležitejšie ako voda. Veď voda je život! Žiadne semeno bez nej nevyklíči, žiadna rastlina nebude rásť, žiadne zvieratá nevyžije. Neexistuje jediná telesná funkcia, ktorá by nebola závislá od vody! Kto telu dopraje dostatok vody, vyhne sa mnohým neudom. Pite teda a súčasne prijímajte zdravie!“ „Ľudské zdravie je v živote vystavené mnohým búrkam“ zamýšľa sa nemecký ľudový liečiteľ **Sebastian Kneipp** (1821 - 1897). „Šťastný je ten človek, ktorý vodoliečbou a otužovaním upevnil korene svojho zdravia a zapustil ich do veľkej hĺbky.“ „Viete, ja veľmi rada nakupujem na trhu“ zdôveruje sa postaršia pani. „Tam je zdravá a čerstvá zelenina. A je aj lacnejšia ako v obchode. Z uhoriek pripravujem jednoduchý šalát. Manžel ho má veľmi rád. Postrúham ich, pridám ocot, trošku soli, cibulku, okorením červenou paprikou. Pochúťka!“ „Moje deti si samé od seba uhorky nevezmú“ sťažuje sa mladá mamička. „Musím im ich postrúhať a dať do ruky.“ „Buďte rada, že ich zjedia“ odpovedá druhá. „Moje len lížu zmrzlinu bez prestania.“ Uhorka bola známa už v starovekom Ríme, prvé skleníkové kultúry sa začali pestovať v 19. storočí v Anglicku. Dnes sa uhorky pestujú po celom svete, po paradajkách, kapuste, cibuli sa držia na 4. mieste svetového rebríčka v produkcii zeleniny. Najväčším producentom je Čína. Sú zásaditého charakteru, bohaté na minerály - draslík, fosfor, vápnik, horčík, železo a zinok. Pomôžu prepláchnuť obličky a dokážu odstrániť kyselinu močovú i pálenie žáhy. „V auguste uhorky zavárame. Nikdy nechýbajú na nedeľňajšom stole“ vraví domáca gazdinka. „Čítala som, že je správne pridávať ich k mäsitým pokrmom.“ „Uhorka je tým najlepším prírodným diuretikom aké poznám“ - tvrdí **Dr. Norman Walker**. „Podporuje vylučovanie moču, no má však i iné cenné vlastnosti. Zmierňuje taktiež reumatické ťažkosti, majúce pôvod v nadmernom ukladaní kyseliny močovej v tele.“ Vysokým obsahom kremíka a síry uhorka **podporuje rast vlasov**. Pomáha pri ich vypadávaní a lámavosti nechťov. Naše nechty a vlasy potrebujú práve tú kombináciu prvkov, ktorá je obsiahnutá v čerstvej uhorkovej šťave. Predpokladá sa, že táto šťava **dokonale čistí pleť**, dokonca pomáha pri ťažko liečiteľných **aknách** (v kombinácii so šťavou z mrkvy a hlávkového šalátu).

PS: „Nič tak neničí telo, ako dlhodobá fyzická nečinnosť“ - napísal grécky filozof **Aristoteles** (384 - 322 pred Kristom). „Nečinnosť telo oslabuje, práca, posilňuje. Prvé urýchljuje starobu, druhé predlžuje mladosť“ - pridáva rímsky učenc **Celsus** (25 pred Kristom - 50 po Kristovi) „Napadá ma iba jedno slovo - obdiv“ - oslovil som istého, trúfam si povedať priateľa, ktorý vo veku 71 rokov hravo zabežne maratón v čase hlboko pod päť hodín. „Ako to robíte?“ „Viete, ja delím chlapov vo vyššom veku do štyroch skupín. Prví behajú po krčmách, druhí za cudzími sukňami, tretí po doktoroch a štvrtí pozdĺž Hornádu. Ja patríam do poslednej skupiny a nepochybujem, že som si vybral najlepšie.“ Takže pohyb. Hoci aj trávením času pri opakovaní uhoriek.