

Malý zpravodaj dolnobenešovské farnosti



NEDĚLNÍČEK



Otec Pavel Kuchař oslavil 30 let kněžství

Červenec 2025 (15. ročník)

Návštěva partnerského městečka Santa Maria del Cedro v Kalábrii (jižní Itálie)



V neděli 15. června 2025 byla sloužena děkovná mše svatá k 30. výročí kněžství otce Pavla Kuchaře-děkana hluchínského děkanátu



SLŮVKO FARÁŘE

SPODEK BOTY

(Pane faráři, tak ven s tím...)

Milí farníci,

počátkem června tohoto roku jsem ve farnosti pár dní nebyl. Tato informace není ničím novým, protože během roku to občas dělám. Únorové lyžařské výcviky s osmáky naší Základní školy, červencový týden na kurzu Manželských setkání na Velehradě, občas zářijová týdenní dovolená a ještě týden služební činnosti – tzv. exercicií – duchovních cvičení na nějakém místě, k tomu uzpůsobeném.

Letos je toho o něco více. Na mou červnovou nepřítomnost jsem upozornil dvě neděle předem v ohláškách s tím, že na návštěvu partnerského městečka Santa Maria del Cedro v Kalábrii (jižní Itálie) jede výprava vedení města – celé zastupitelstvo se zástupci některých organizací v Dolním Benešově, a že italská strana vznesla požadavek na přítomnost místního duchovního. Proto jsem byl osloven a na nabídku jsem souhlasně kývl.

První večer v partnerském městě před večerí se stalo následující:

Starosta našeho města vyzval všechny členy naší delegace ke ztišení a řekl: „Vážení přátelé, chci využít tuto chvíli k tomu, abych popřál vše nejlepší našemu panu faráři, který zanedlouho oslaví třicet let kněžské služby. Tento pobyt s námi tady v Itálii v partnerském městě vám dáváme jako dárek k tomuto výročí.“ A pak jsme si přitukli skleničkou šumivého vína. Pro mě to bylo v tu chvíli velké překvapení. Zároveň jsem si v duchu říkal, zda mě tam ti Italové chtěli nebo ne ☺?

V každém případě chci touto cestou poděkovat vedení našeho města za tento veliký dar. A musím přiznat, že největší hodnotou tohoto pobytu pro mě bylo být s lidmi, které od vidění znám, ale společné dny na jihu „Italské boty“ byly vzácným časem ke vzájemnému bližšímu poznání.

PKF

Budeme prožívat ve farnosti ve 2. pololetí 2025

- Pá 01.08. – večerní Křížová cesta ve Zlatých Horách na poutní místo Panny Marie Pomocné
- Ne 17.08. – hlavní pouť v Hrabyně (mše sv. v 17.00 – Za poutníky z D.Benešova+Zábřehu a Hati+Darkovic)
- Pá 29.08. – odpoledne zpověď pro děti před začátkem šk. roku
- So 30.08. – Poděkování za úrodu – místo bude upřesněno
- Ne 31.08. – mše svatá k zahájení školního roku – DB 10:00
- Ne 28.09. – jáhenské svěcení Vojtěcha Koláře – Mariahilf v 15:00
- Ne 12.10. – Svatohubertská mše v kostele sv. Martina – 10:00
- Út 14.10. – Pietní akt na hřbitově Za oběti válek – 17:00
- Pá 17.10. – Pietní akt k uctění obětí válek u kostela v Zábřehu
- So 01.11. – Všech svatých – „Dušičkový“ průvod na hřbitov
- Ne 09.11. – Krmáš Dolní Benešov
- Ne 30.11. – začíná doba adventní +1. adventní koncert u sv. Martina
- Ne 07.12. – 2. adventní koncert u sv.Martina
- Ne 14.12. – 3. adventní koncert u sv.Martina

Změna jednotlivých akcí vyhrazena dle okolností života farnosti.

PKF



POZVÁNÍ NA POUŤ

Římskokatolická farnost Dplní Benešov a MO KDU-ČSL Dolní Benešov pořádají poutní zájezd na noční křížovou cestu do Zlatých Hor v pátek 1.8.2025 autobusem firmy TQM Opava . Odjezd bude ze zastávky v Zábřehu u kostela v 18:30 hod, případně Zábřeh u skládky, ze zastávky Dolní Benešov u nákupního střediska v 19:00 a pak zastávka u Červené kaple směrem na Bolatice. Cena zájezdu 350 Kč. Prosím o přihlášky do 20. července.

Přihlášky přijímá Diehel Otmar (608 432 283) a Švančar Vilibald (607 953 354) VŠ

PROSBA

Milí farníci,

obracím se na vás s prosbou. Máme před sebou letní prázdniny a dovolené. Budete někteří cestovat po naší zemi, někdo zůstane blízko domova nebo skoro doma a zase někdo vyrazí hodně daleko. Většinou s sebou berete mobil nebo fotoaparát. Rádi bychom nabídli v našem Nedělníčku třeba v srpnu nebo i v září několik fotek, které jste zhotovili během prázdnin a dovolené. **Jednalo by se o fotografii a k ní váš zajímavý komentář** (výstižný nebo vtipný). Kdysi mi kdosi z farníků řekl, že lidé jsou líní a nic nepošlou, přesto se na vás takto obracím, bo si myslím, že všichni úplně líní nejsou a váš příspěvek může potěšit nebo povzbudit.

Kritéria:

- Jednu, max. dvě fotografie můžete zaslat na email: rkf.dolnibenesov@doo.cz
- Ke každé fotografii prosíme o **kratičký** popisný komentář (**ten je nutný**). Nemá být dlouhý – **jedna až dvě věty**
- Komentář k fotografii nemá mít dvojsmyslný kontext ani nemá být vulgární
- Pokud na fotografii je osoba či osoby, neuvádíme jména ani bližší osobní identifikační údaje
- Redakční rada Nedělníčku rozhoduje o množství zveřejněných fotografií s komentářem s přihlédnutím ke kapacitě farního zpravodaje (může být zveřejněno v následujícím čísle)

PS: Chcete mít fajný zpravodaj? Tak pojďte do toho. Proč se furt bojíte?

PKF



Nitky minulosti aneb stalo se před deseti lety v naší farnosti

ČERVENEC 2015 - stručný výňatek z kroniky farnosti

První červencový den patří již tradičně setkání dětí s otcem biskupem na Prašivé. Také z naší farnosti byl vypraven autobus s dětmi i dospělými, kteří je doprovázeli.

V pátek 3. července se naši farníci vypravili na tradiční pouť, noční křížovou cestu, do Zlatých Hor. Zvláštní atmosféra této noční poutě i místo samotné snad naplňuje každého poutníka.

Koncem tohoto měsíce naše farnost ve spolupráci s MO KDU-ČSL zorganizovala jednodenní poutní zájezd na Velehrad. Farníci navštívili také poutní kapli sv. Antonína Paduánského na Blatnické hoře, nejzápadnějším výběžku Bílých Karpat. Kostelík patří mezi nejvýznamnější poutní místa Moravského Slovácka. U sv. Antonínka měli poutníci pobožnost a na zpáteční cestě se zastavili v Luhačovicích. Zde navštívili mimo jiné kostel Svaté Rodiny.

Poslední den tohoto měsíce byli naši farníci pozváni zdejším duchovním správcem P. Mgr. Pavlem Kuchařem do kostela sv. Martina na koncert dechového quinteta MORAVIAN WOODWIND QUINTET. Tento soubor vznikl v Brně v r. 2014 a je složen ze studentů konzervatoře a HAMU Praha. Stojí za zmínku, že v tomto souboru hraje na lesní roh neboli hornu, také náš benešovský rodák, mladý Kryštof Koska.

Připravila: av

Čas a láska

Byl jeden ostrov, který obývaly všechny pocity: radost, smutek, bohatství, marnivost, a mnoho dalších, včetně lásky. Jednoho dne dostali tito obyvatelé zprávu, že se ostrov potopí. Všechny pocity se připravily na rychlý odchod z ostrova, naskákaly do lodi a čekaly na odjezd; jen láska chtěla ještě chvíli být na ostrově, který tolik milovala, aby pomohla každému, kdo by tam podobně jako ona zůstal.

Když už se láska sama skoro utopila, začala prosit o pomoc. Vtom plulo kolem bohatství. Láska mu řekla: „Bohatství, vezmi mě s sebou!“ „Nemůžu, v lodi je spousta zlata a stříbra, a pro tebe tam místo není.“

Tak požádala o pomoc kolem proplouvající marnivost: “Prosím, pomoz mi!” „Nemůžu ti pomoci, jsi celá mokrá a zničila bys mou novou loď...” Pak láska oslovila smutek. „Můžu jít s tebou?” „Ale, lásko, jsem tak smutný, že nikoho nechci ani vidět a budu pokračovat raději sám.”

Potom okolo proplula radost, ale byla tak veselá, že ani neslyšela, jak láska volá o pomoc.

Láska se v zoufalství rozplakala. V tom zaslechla hlas: „Pojď, lásko, vezmu tě sebou.” Byl to stařeček a láska se ho samou radostí zapomněla zeptat na jméno. Když přistáli na bezpečné pevnině, zeptala se moudrosti: „Kdo byl ten stařeček, který mě sem dovezl?”

Moudrost odpověděla: „Byl to čas.” „Čas? Ale proč mě chtěl převést pouze čas?”

Moudrost odpověděla: „Protože jenom čas je schopen pomoci a porozumět velké lásce.”

Čas a láska jsou dvě důležité veličiny v životě člověka. Čas je formou pro lásku a láska má být obsahem času. Mimoto je láska i tou nejsilnější motivací pro konání dobra.

Podobu lásky popisuje svatý apoštol Pavel ve svém novozákonním dopise Korintánům (13,1-13) takto:

Kdybych mluvil jazyky lidskými i andělskými, ale lásku bych neměl, jsem jenom dunící kov a zvučící zvon. Kdybych měl dar proroctví, rozuměl všem tajemstvím a obsáhl všechno poznání, ano, kdybych měl tak velikou víru, že bych hory přenášel, ale lásku bych neměl, nic nejsem. A kdybych rozdal všecko, co mám, ano kdybych vydal sám sebe kupálení, ale lásku bych neměl, nic mi to neprospěje.

Láska je trpělivá, laskavá, nezávidí, láska se nevychloubá a není domýšlivá. Láska nejedná nečestně, nehledá svůj prospěch, nedá se vydráždit, nepočítá křivdy. Nemá radost ze špatností, ale vždycky se raduje z pravdy.

Ať se děje cokoliv, láska vydrží, láska věří, láska má naději, láska vytrvá.

Láska nikdy nezanikne. Proroctví – to pomine, jazyky – ty ustanou; poznání – to bude překonáno.

Vždyť naše poznání je jen částečné, i naše prorokování je jen částečné; až přijde plnost, tehdy to, co je částečné, bude překonáno

A tak zůstává víra, naděje, láska – ale největší z té trojice je láska.

K tomu bychom mohli dodat: Ať je náš čas naplněný láskou a naše láska prověřena časem. K naší vlastní radosti.

ZAČÁTEK PRÁZDNIN NA PRAŠIVÉ

Byl to krásný výlet plný přátelství, radosti a pohybu. Myslíme, že každý z nás si domů odnáší krásné vzpomínky. Děkujeme, že jsme zde mohli jet.

Terezie Fojtíková a Nina Benešová (Kozmice)

Líbilo se mi, jak jsme šli do kopce, ta lama, vycpaný medvěd, cesta autobusem, hry a jak jsem mohl celý den někde běhat. Viktor Slivka

Krásný slunečný den a nás čeká výšlap na Prašivou. Úžasný relax při mši svaté, kdy nám na mysl ani nepřišla cesta nahoru. Přišlo focení před výšlapem. A je to tady "jdeme". Cesta je vždy náročná, ale tentokrát nám přišlo, že v tom horku byla náročnější. I přes několik odřenin jsme to nakonec přežili. Bylo velmi příjemné, kolik rodin s dětmi přijelo na setkání nejen s biskupem Martinem. Byla jsem velmi překvapená, jak příjemně se choval ke všem. Doporučujeme všem, aby příště jeli s námi, bylo to super.

Balarinovi – Zábřeh



Z vyprávění našich dětí byl výlet na Prašivou dalším krásným dnem, který si můžou připsat na seznam zážitků z prázdnin. Maruška s bratrance, babičkou a dědou přijeli z výletu sice malinko unavení, ale za to velice spokojení. Z vyprávění je jasné, že si užili spoustu soutěží, které je po vydařeném výšlapu čekaly, ale také krásnou přírodu kolem. Výlet se zkrátka vydařil. A protože se chtějí děti příští rok zúčastnit znovu, zkusíme se přidat i my rodiče. Děkujeme.

Husovští a Víchovi

Letos se mnou jeli mí kamarádi ze školy. Mohli jsme být zase celý den spolu. Mše svatá venku na trávě byla fakt super. ☺ Do kopce jsme se předháněli s ostatními. Pan farář šel před námi s panem biskupem a snažili jsme se je dohonit, ale nešlo to, byli rychlí ☺ Dvakrát jsem spadl, byli jsme úplně zpocení a došlo nám pití. Tam jsme si hned koupili studenou kofolu, zmrzku a kámoš Vojta zelňačku. Dolů byla cesta horší, klouzalo to po kamení, ale nikdo si nic nezlomil. ☺ Honza Duda

Na výletě se mi moc líbilo. Byla jsem moc ráda, že jsem tam měla bráchu a spoustu kamarádů. Všichni jsme si to moc užili.

Iva Chřibková



Výstup na Prašivou se mi moc líbil, i když sestup byl o něco příjemnější. Moc rád jsem zase viděl otce biskupa sloužit mši sv. Hezký začátek prázdnin.

Adam Chříbek

Cesta byla plná smíchu a pohody. Děti se pořád pošťuchovaly, honily a samozřejmě i hodně smály. Smích je nepřešel, ani

když v horkém poledni zdolávaly kopec nahoru...Pití došlo většině už v půli kopce, a proto jsme se nahoru všichni těšili, abychom načerpali sílu, ale i vodu do prázdných lahví. Prázdniny jsou zahájeny, Bůh ochraňuj děti, i všechny, kteří se o ně během prázdnin budou starat.

Kristina Tobolová

Bylo to super, hlavně jízda autobusem a výhled na Lysou horu. Výšlap byl hezký a pan biskup šel rychleji než my, ale nahoře byl nanuk ☺

David Tobola

Letinka byla z výletu nadšená. Moc se jí líbil program, který byl na kopci nachystán. Těšíme se opět na příští rok, určitě pojedeme. Pačkovi



Byli jsme poprvé s dětmi na výletě na Prašivé a předčilo to naše očekávání, super prostředí a fajn lidi. Pro děti byla cesta nahoru náročná a nejen pro ně, ☺ ale to co na ně nahoře čekalo spousta soutěží a úkolů, tak na bolest nožiček hned zapomněli. Z krásného dne si odnesli spoustu zážitků a radosti. V autobuse cestou domů hned usnuli. ☺

Menšíkovi (Kozmice)

Překvapilo mě, kolik letos jelo menších dětí. Vypily své nápoje a snědly svačinu už přede mší svatou a to nás čekala ještě výšlap nahoru v tom horku. Naštěstí jsem měla zásoby malých minerálek v batohu, který mi do kopce nesl „za odměnu“ ☺ nejstarší patnáctiletý syn, naštěstí bez řečí. Nahoře byla pohoda, bylo vidět, že se děti skvěle bavily. Potkala jsem se s jinými katechetkami, které tam byly se „svými svěřenci“. Byl to příjemně společně strávený čas. Jeli s námi i dospělí, někteří poprvé, jiní poněkolkáté, ale všichni se usmívali. Byli jsme fajn parta. Věra Dudová

PROSBA O POMOC – DĚTI V PĚSTOUNSKÉ PÉČI

Vážení farníci a lidé dobré vůle, když se lidé setkávají, vznikne z toho i informace o tom, že někdo někde něco dělá a uvítal by pomoc. Uvádíme zde text, jak nám byl zaslán přímo jednou dobročinnou duší:

Jmenuji se Jiřina Straková, bydlím se svou rodinou v Jamnici, okres Opava. Jsem profesionální pěstounka na přechodnou dobu, touto profesí – posláním – se zabývám od roku 2015. Spolupracuji s Aliancí náhradních rodin, v rámci možností a času pomáhám v organizaci Červený kříž, naposledy při loňských povodních.

Jsem máma, jsem babička, a více než deset let jsem „TETA“ dětí svěřených do přechodné péče. Srdcem a rukama mi prošlo již 11 „pěstounat“ ve věku od 0 do 6 let., které z různých důvodů nemohou být v biologických rodinách.

S ohledem na potřeby pěstounů, osvojitelů, poručníků ap., (NRP) a s ohledem na specifické potřeby svěřených dětí, ať už v krátkodobé či dlouhodobé péči, jsem se rozhodla vybudovat **SKLÁDEK PRO PĚSTOUNY**.

K uskutečnění mé vize chybí ještě pár kroků, a proto si vás dovoluji požádat o pomoc. Skládek bude v našem domě v Jamnici, již jsem vybavila dané místo regály a boxy na oblečení, oblečením, hračkami, botičkami... a hernou pro děti.

Ráda bych vyhověla vícero požadavkům – uskladnění větších věcí – kočárky, autosedačky, kola, vaničky, jídelní stoličky...

Žádám resp. prosím o příspěví na pořízení či proplacení proti účtence:

- zahradní plechový domek, plus podlaha – zabezpečení proti škůdcům
 - regály – mám 9 ks, cena za 1 cca 500,- Kč, potřebuji ještě 4
 - plastové průhledné boxy – mám 8, cena 70 /ks, potřebuji ještě 20 - 25
 - plastové boxy velké – mám 5
 - zatahovací průhledné sáčky 30 na 20
 - desinfekční spreje do bot
 - hračky na písek, zahradu
 - cokoli vhodného dle vašeho laskavého uvážení.
- (regály a boxy po domluvě nafotím, ať je to jednotné)

Za vaši účast jsem opravdu vděčná a vážím si vaší pomoci. Děkuji

Jiřina Straková PpD.

PS: Na fb mě najdete pod Helpík Jamnice, tak se prosím podívejte, sdílejte, děkuji.

Několik informací k případnému výběru vámi darovaných věcí, pokus se pro pomoc rozhodnete:

!!!VÝBĚR BUDE VYPADAT TAKTO!!!

JAK? Věci dejte do igelitové tašky nebo krabice
KDY? V týdnu od 15.9. do 19.9.2025
KDE? Darovanou věc nebo věci dejte, prosím, v igelitce k oranžovým garážovým vratům naproti fary nebo přímo ke dveřím fary.

FINANČNÍ PODPORA – formou pokladničky v kostele sv. Martina a sv. Urbana od 1. srpna do 21. září 2025.

Děkuji předem za vaši vstřícnost a pomoc.

PKF



SVĚTEC MĚSÍCE

sv. Jáchym a sv. Anna

Připomínka: 26. července

Postavení: rodiče Panny Marie

Úmrtí: s. l.

Patron: Jáchym je patronem manželských párů, truhlářů a obchodníků s plátnem. Anna je patronkou Florencie, Innsbrucku a Neapole; také se k ní obrací ti, kteří prosí za šťastný sňatek a manželství, za požehnání dětí, za šťastný porod; jako svou patronku ji vidí matky, vdovy, ženy v domácnosti a mnozí další, k nimž patří horníci, soustružníci, umělečtí truhláři, mlynáři, čeledíni, krejčí i krajkáři. Oba jsou vzorem především pro všechny prarodiče. Pro ně i pro seniory zavedl papež v roce 2021 zvláštní, pohyblivý svátek*.

Atributy: pro Jáchyma: beránek, dítě, holubice, koš, Panna Maria;
pro Annu: Panna Maria a dítě Ježíš

ŽIVOTOPIS

*Perokresba je z knihy „Leben der Heiligen Gottes“,
vydaná v roce 1880*

Z těchto svatých manželů vzešla bez dědičného hříchu počatá dcera a Matka Spasitele světa. Jejich život tedy musel odpovídat svěřenému poslání, a to je i důvodem naší úcty. U sv. Anny vždy bylo zdůrazňováno, že je matkou Bohorodičky, její lidskou vychovatelkou a učitelkou, a že je babičkou našeho Pána Ježíše Krista.

OTEVŘENÍ BOŽÍM ZÁMĚRŮM

Jsou rodiči Neposkvrněného života, skrze který přišel na svět Boží Syn. Byli předmětem Boží lásky a milosti. Přes jejich význam se o nich Bible nezmiňuje a dvě evangelia uvádí jen předky sv. Josefa jako manžela té, z níž se narodil Ježíš Kristus, Syn Boží a Spasitel světa.

Nedá se však říci, že by se křesťané o Mariinu rodinu nezajímali a nebyly alespoň v tradici dochovány informace o Mariiných rodičích.



Die heiligen Joachim und Anna.

Z písemných zpráv je však považováno za nejvýznamnější tzv. proto evangelium sv. Jakuba, které je apokryfním spisem vzniklým až ve 2. století a Církev jako takovému nepravému nikdy nepřiznala hodnotu apoštolského.

Jeho informace o rodičích Panny Marie zanechaly i značnou odezvu v liturgii, stejně tak v lidové zbožnosti, která se udržela jako církevní tradice. Navíc se s nimi shoduje i zpráva o vidění blahoslavené stigmatizované Kateřiny Emerichové a s nimi shodně hovoří také východní podání, zaznamenané sv. Epifaniem a Janem Damašským.

Např. uvádějí, že Jáchym s Annou výtěžek pastýřského zaměstnání rozdělovali vždy na tři díly, a to na oběť chrámu, chudým a poslední díl, i co do kvality, užívali na vlastní potřeby. Nikdy netrpěli nedostatkem. Stali se pohrdanými pro dočasnou neplodnost, ale svou nezlomnou důvěrou otevřenými Božím záměrům.

Podle protoevangelia Jáchym pocházel z Galileje a Anna byla dcerou jistého betlémského kněze. Z jejího rodu pocházela i Alžběta, kterou již evangelium jmenuje jako Mariinu příbuznou. Mezi Mariiny nejbližší by patřila také Marie Kleofášova, matka Zebedeovy manželky Salome, Judy Tadeáše a Jakuba Menšího. Konkrétnost příbuzenských vztahů se nepovažuje za spolehlivě doložitelnou.

Jáchym a Anna spolu žili jako manželé, přičemž po dobu 20 let se jim údajně nenarodil žádný potomek. Jelikož Jáchym byl starším knězem a neplodnost byla považována za Boží trest, jednoho dne byla Jáchymova oběť veleknězem odmítnuta. Jeho kroky pak vedly do přírody ke kající modlitbě. Ani přes pohrdání neztratili tito starší manželé svou nezlomnou důvěru a zůstali otevření Božím záměrům.

Podle protoevangelia i zprávy o zjevení K.E. se manželům žijícím v odloučenosti, modlitbě a práci zjevil archanděl Gabriel. Na jeho slovo se Jáchym vrátil k manželce, s níž se setkal pod Zlatou bránou v Jeruzalémě, a díky jejich ctnostnému životu mohl se v jejich rodu dovršit Boží plán spásy.

Svoji dceru Marii "od Boha milovanou" zasvětili coby malé dítě v Jeruzalémském chrámu, kde jí umožnili další výchovu.

Jáchym a Anna splnili to, co Bůh od nich očekával a zůstali v pozadí. Jáchym se údajně Mariina návratu nedožil a Anna prý zesnula až ve vysokém věku. Její hebrejské jméno znamená "milostiplná" či "omilostněná", jméno Jáchym se váže na význam "příprava na Spasitele" či se překládá i jako "bude Bohem vyvýšen".

Památku svaté Anny prohlásil za závaznou pro celý svět papež Řehoř XIII. v roce 1584.

HERBÁŘ NEDĚLNÍČKU

OKURKA SETÁ

Cucumis salivus

***Jak jsi krásná, přítelkyně moje,
oči tvé jsou holubice pod závojem.
Kvítečko se ukazuje po zemi,
čas prozpěvování přišel.***



Jednoletá bylina se srstnatou položenou lodyhou pocházející z Indie, kde roste planě, má však hořké plody. Rostlina vysoká asi půl metru. Střídavě drsné řapíkaté listy jsou okrouhlé dlanité laločnaté, po straně listů vyrůstají jednoduché úponky. Žluté široce zvonkovité květy se rozvíjejí od května do září a postupně dozrávají v podlouhlé, válcovité nebo trojboké bobule s hladkým nebo bradavičnatým povrchem. V bílé dužině je uloženo několik řad podlouhlých plochých semen.

V kultuře se okurky, lidově oharky, pěstují v mnoha odrůdách a využívají se nezralé plody. Vyžadují plné slunce, teplé stanoviště chráněné před větrem a vápenitou hlinitou záhřevnou humózní půdu s dostatkem živin a hojnou zálivku. Lze je pěstovat i v nádobách, velkých ale nejméně 50x50 centimetrů.

Plody obsahují stopové prvky a kyselinu listovou, z více než devadesáti pěti procent se však skládají z vody.

Okurka pomáhá vyplavovat škodliviny, působí močopudně a projímavě, podporuje funkci jater a vláknina přispívá ke správné funkci zažívacího traktu a pročištění střev. Má nízkou kalorickou hodnotu, je tedy vhodná při redukčních dietách.

Zevně se chladivé účinky okurky uplatňují při léčbě oparů a zánětlivých vyrážek a vřídků, pokožky spálené sluncem, ale také v běžné péči o pleť. Okurková šťáva působí jako tonikum, má čistící schopnosti, vyhlazuje drobné vrásky, udržuje pleť svěží a je tudíž výtečnou přírodní pleťovou vodou. Účinky znaly už naše babičky.

V kuchyni se okurky užívají v syrovém stavu jako samostatný salát nebo ve směsi s jinou zeleninou. Drobné plody se nakládají do octových marinád.

*Blízkým příbuzným okurky je meloun *Cucumis melo*,
který považujeme za ovoce, ale patří vlastně k zelenině.*

Jednoduchá okurková maska

Čerstvou okurku nakrájíme na plátky a přiložíme na obličej. Maska má dezinfekční účinky a rozjasňuje pleť. Je vhodná pro mastný typ pleti. Tenké plátky a krátký odpočinek pomáhají i na kruhy pod očima.

Okurková čistící pleťová maska

Kromě hydratace vaši pleť krásně vyčistí a zbaví mastnoty. Stačí vymíchat strouhanou okurku s bílkem, nanést na obličej a nechat působit minimálně 15 minut. Okurka ale musí být čerstvá.

Čistící pleťová voda

Šťáva z ½ salátové okurky, šťáva z ½ citronu, 50 ml mrkvové šťávy, pro suchou pleť ještě 1 lžíce olivového nebo slunečnicového oleje.

Ingredience smícháme, nalijeme do uzavíratelné lahvičky a uchováme v lednici na nejstudenějším místě. Používáme k čištění pleti, před použitím protřepeme.

Pleťová maska na akné a vyrážky

1 lžíce měkkého tvarohu, 1 lžíce jemně nastrouhané salátové okurky, 1 lžička citronové šťávy, pro suchou pleť ještě 1 lžička olivového nebo mandlového oleje

Okurku smícháme s tvarohem a citronovou šťávou, naneseme na obličej a necháme působit 15 minut. Poté smyjeme vlažnou vodou. Pokud masku používáme i na krk a dekolť, připravíme si dvojnásobné množství. Pokud neaplikujeme masku po napáře, je příjemné nanést ji při koupeli v teplé vodě a uvolněně odpočívat.



Čerpáno z knihy Kláry Trnkové „**Tříkrát tucet zázračných bylin**“.

Vydalo nakladatelství: STUDIO trnka s.r.o. v Praze roku 2015.

Mnoho krásně ilustrovaných knih, také knih pro děti si můžete objednat na www.studiotrnka.cz

Připravila Marie Ohřálová

Masáž



Jmenovala se Liu a byla krásná jako Jitřenka. Bydlela v rybářské vesničce na břehu Modré řeky a její život probíhal pokojně, dokud o její ruku nepožádal rybář, který byl nejbohatší z širokého okolí.

Novomanželé několik let žili opravdu šťastně a bezstarostně. Ale takové štěstí nedokázala přenést přes srdce manželova matka, která se zlobila, že jí syn nevěnuje tolik pozornosti jako dřív. A tak začala svou snachu trápit a šířila o ní ty nejošklivější pomluvy. Liu se ze samého zoufalství rozhodla, že tchyni zabije, a vydala se k čaroději, aby ho požádala o jedovatý lektvar.

Čaroděj si Liu bedlivě vyslechl a dal jí lahvičku s růžovou tekutinou. Tu měla Liu každého dne po kapkách dávat tchyni do čaje. Čaroděj jí také poradil, že by bylo dobré, aby Liu předešla jakémukoli podezření, a proto by měla každého dne své tchyni nabídnout příjemnou masáž ramen, krku a čela.

„Do šesti měsíců bude takhle vašemu soužení konec.“

Liu trpělivě a odhodlaně celé měsíce kapala tchyni růžovou tekutinu do čaje a masírovala ji podle čarodějova návodu.

Ten každodenní rituál vytvořil mezi oběma ženami zvláštní pouto. Dokonce se spřátelily a jejich srdce se změnila. Tchyně začala vnímat, že Liu není jen krásná, ale také milá a velkorysá. A Liu zase zjistila, že její tchyně je dobrá a milující matka.

Za několik měsíců Liu zapomněla, proč vlastně k tchyni každý den chodí, kape růžovou tekutinu do čaje a proč ji masíruje. Stalo se to příjemnou součástí dne a obě ženy se na setkání těšily a pěkně si při něm popovídaly.

Ale jednoho dne se cosi přihodilo. Tchyně, i když netušila, co na ni Liu přichystala, poznamenala: „Je nám tak dobře spolu. Škoda, že umřu o mnoho dříve než ty...“

Liu se lekla a rozeběhla za čarodějem. Prosila ho, aby jí dal protijed. Na kolenou mu vysvětlovala, co všechno se stalo a jak změnila svůj názor na tchyni.

Čaroděj se usmál: „Vstaň, děvče, a neplač. V té lahvičce nebylo nic jiného než voda z lístků růží. Tím pravým protijedem na nenávist, která ve skutečnosti sídlila ve tvém srdci, byla každodenní masáž. Když se někomu každý den díváš do očí a mluvíš s ním, nemůžeš ho nenávidět.“

Když se podíváš na člověka, který spí, nemůžeš ho dál nenávidět.

*Člověk se rodí křehký a zranitelný,
umírá tvrdý a silný.
Všichni tvorové se rodí zranitelní a bezbranní,
umírají scvrklí a vychrtlí.
Všechno, co je tvrdé a silné,
je průvodcem smrti,
všechno, co je křehké a zranitelné,
je průvodcem života.*

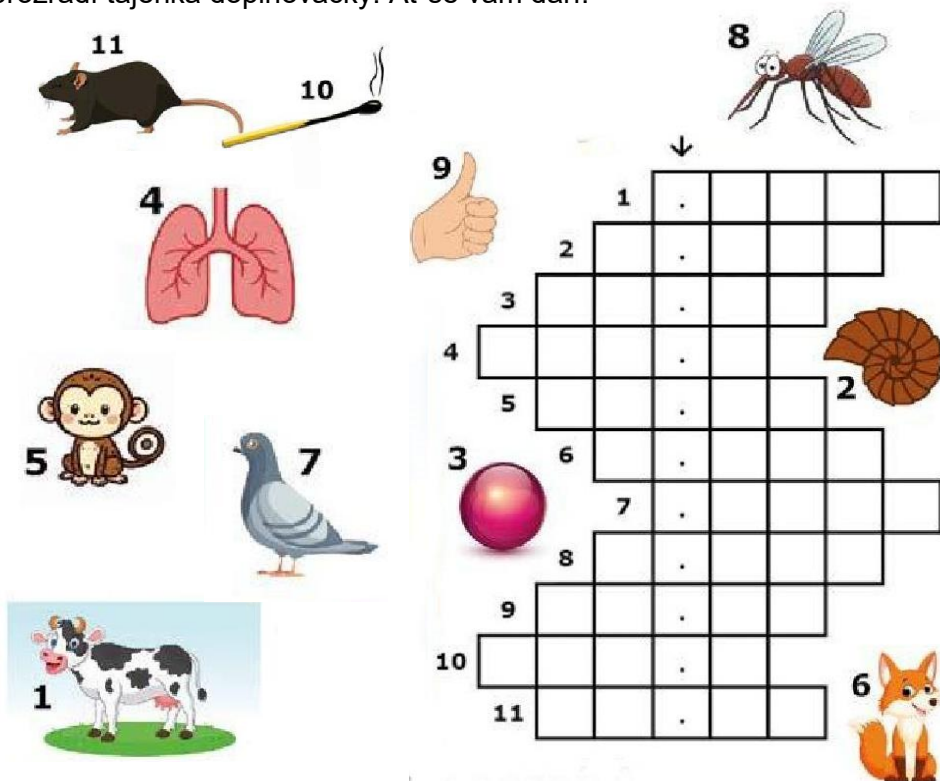
z knihy Bruna Ferrera „Příběhy pro potěchu duše“. Vydalo nakladatelství Portál)

Připravila Marie Ohrálová

Nedělníček dětem

Doplňovačka:

Milé děti, zdalipak víte, kdo z vás se může přihlásit do družstev kolektivních sportů, jako je fotbal, basketbal, hokej, atd...? To, vám prozradí tajenka doplňovačky. Ať se vám daří.

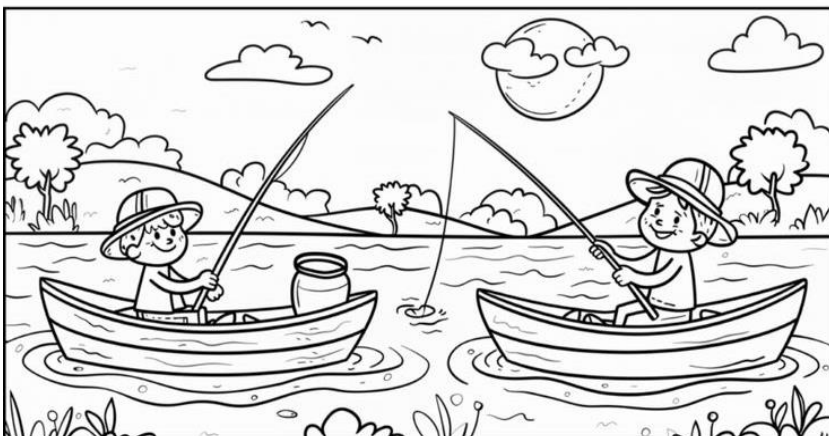
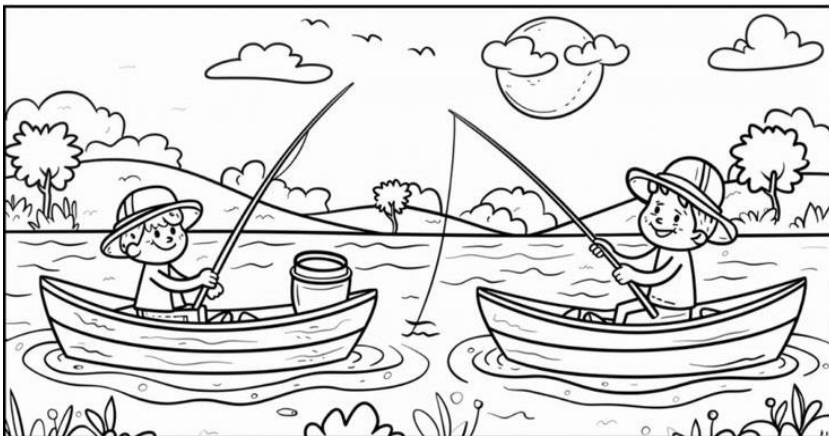


Tajenka z minulé doplňovačky zní: „PRÁZDNINY S DĚČKEM“

Skrývačky – hledej zvířata

1. Na přípravu oběda už máme všechno, musím koupit pouze brambory.
2. Dojdi k obrazu a zjistíš autora.
3. Bylo tam mnoho exponátů, ale všechno sál ještě zdaleka nezaplní.
4. Motor elektrického vláčku se zastavil.
5. Přišel po dešti k autu a ono bylo celé od bláta.
6. Na výletě Pavel bloudil, nemohl najít cestu z lesa.
7. Pachatel zanechal pár otisků stop i celou cigaretu.

NAJDI 10 ROZDÍLŮ



NAJDI 7 ROZDÍLŮ





KAPKA HUMORU



Muž přijde nazlobený domů, manželka mu dává na stůl talíř s polévkou. Ten popadne talíř s polévkou a mrskne ho otevřeným oknem ven. Žena pokojně připraví brambory a řízek, nese ho muži a stejně jako on ho vyhodí z okna. „Co to blbneš?“ zaře manžel, „takový krásný řízek!“ „Promiň drahý, já myslela, že dnes obědváš venku.“



Muž čte noviny:... „Teď tady čtu, že muž řekne za jeden den deset tisíc slov, zatím co žena jich řekne dvacet tisíc.“.... Z kuchyně se ozve: „No a ty se divíš?...Vždyť vám musíme říkat všechno dvakrát!“



Jednoho koumáka napadlo, jak si bez velké námahy vydělat peníze. Otevřel si poradnu a před dveře vyvěsil ceduli, kde stálo: „Vyléčím každý neduh za 500Euro, v opačném případě vám dám 100Euro.“

Jde kolem podobný koumák a říká si, že je to dobrá příležitost, jak rychle vydělat 1000Euro. Vstoupí dovnitř a říká, že úplně ztratil chuť.

Poradce se okázale zamyslí a říká svému asistentovi: „Přineste vzorek číslo 13. a kápněte pánovi kapku na jazyk.“ Asistent tak učiní a kápně pánovi kapku na jazyk.

Ten začne prskat a vykřikne, „Fuj, Vždyť je to benzín.“

Muž na to: „Gratuluji, právě se vám vrátila chuť, bude to 500Euro.“

Rozzlobený muž zaplatí 500Euro a odejde. O tři dny později se vrátí a říká, že se mu vymazala paměť. Poradce se opět okázale zamyslí a následně říká asistentovi: „Přineste vzorek číslo 13.“

Pán jen vykřikne: To ne, vždyť je to benzín!“

Poradce mu odpoví: „Gratuluji, právě se vám vrátila paměť, bude to stát 500Euro.“ Muž je hodně napálený, ale zaplatí a odejde.

Za tři dny se však zase vrátí a říká: „Já jsem oslepl.“

Poradce bez zaváhání odpoví: „Tak na tohle nemám žádný lék. Vezměte si 1 000Euro“ ale podává mu jen 500Euro.

Najednou se pán ohradí: „Vždyť je to jen 500, slíbil jste 1000Euro.“

„Gratuluji, právě se vám vrátil zrak, bude to stát 500Euro.“

Povím vám to pomalu, aby jste to všichni už konečně pochopili :



Je horko, protože je
LÉTO !!!

CO MI HODINY NÁBOŽENSTVÍ VZALY?



Náboženství mi dalo vědomosti o Bohu, Kristu atd.
Vzalo mi trochu času, ale to za to stojí, navíc máme mooooc hodného
pana faráře a paní katechetku. ☺
Tonička, 5.tř.

Naučil jsem se, jak bych se měl chovat. ☺
Filip, 5. tř.

Hodiny náboženství mi daly hodně vědomostí o Bohu a taky
zkušenosti. A vzalo mi to čas strávený na nádraží.(a to je dobře☺)
Amálka, 5. tř.

Díky náboženství už vím mnohem víc o Bohu a celém křesťanství.
Bez hodin náboženství bych se doma fakt nudil, ale v náboženství je
super zábava.
Tonda, 6.tř.

Náboženství mi dalo přehled a znalosti o křesťanství.
Nic mi nesebralo, jenom trošku času, ale to doplnila zábava s paní
katechetkou.
Běla, 6. tř.

Co mi ty roky v náboženství daly? - Ty roky mi daly - našel jsem
způsob jak komunikovat s Bohem, dozvěděl jsem se nové věci o
náboženství, Bohu a další příběhy. Co mi ty roky v náboženství vzaly?
- Vzaly mi pár hodin života a jinak mě nic nenapadá. ☺ Marek, 5. tř.

Rozpis úmyslů na mše svaté ve farnosti Dol. Benešov na červenec 2025

(Níže uvedené údaje jsou POUZE informativní, v daném období může dojít ke změnám!!!)

Den	Datum	Místo, čas	Úmysl	Pozn.
Po	7.7.	18.00	Za Helenu Osmančikovou, manžela, rodiče a sourozence	
Út	8.7.	7.00		
St	9.7.	18.00	Za + Edeltraudu Moldřikovou – měsíční	
Čt	10.7.	18.00	Za + Hedviku Vinárkovou (přip.ned.90 let), za boží ochranu ...	
So	12.7.	7.00	Za živé a + farníky	
Ne	13.7.	7.00		
Ne	13.7.	Záb 8.30	Za Josefa Kramáře, dvoje rodiče a živou rodinu	
Ne	13.7.	10.00	Za členy Živého růžence – A	
Po	14.7.	18.00	Za + syna Lukáše, manžela Josefa dvoje rodiče s prosbou ...	
Út	15.7.		NEBUDE MŠE SVATÁ	
St	16.7.	18.00	Za + Pavla Malcharka, dvoje rodiče, bratra a živou rodinu	
Čt	17.7.	18.00	Za + rodiče Josefa a Marii Postulkovy, jejich rodiče a za živou r.	
Pá	17.7.	18.00	Adorace před vystavenou NSO do 19:30	
So	18.7.	7.00	Úmysl zastupujícího kněze	
Ne	20.7.	7.00	Za živé a + farníky	
Ne	20.7.	Záb 8.30		
Ne	20.7.	10.00		
Po	21.7.	18.00	Za Štefana Kušníra a živou rodinu	
Út	22.7.	7.00	Za živé a + farníky	
St	23.7.	18.00	Za + osobu	
Čt	24.7.	18.00	Za + Viktora Onderku (přip.20.výr.+), za živou a + rodinu	
So	26.7.	7.00	Za děti a jejich rodiče	
So	26.7.	ČK 17.00	1.úmysl: Za Marii Kamrádovou...2.úmysl: Za Viléma Tomíčka..	
Ne	27.7.	7.00	Za živé a + Anny z Dolního Benešova	
Ne	27.7.	Záb 8.30		
Ne	27.7.	10.00		
Po	28.7.	18.00	Poděkování za 50 let života s prosbou o boží požehnání, ...	
Út	29.7.	7.00	Za živé a + farníky	
St	30.7.	18.00	Za Anežku Vidlákovou (výroční), poděkování za lásku a obět. ...	
Čt	31.7.	18.00	Za + rodiče Annu a Alfréda Postulkovy	
Pá	1.8.	7.00		
Pá	1.8.	Záb 18.00	Poděkování P.Bohu za dar zdraví s prosbou o jeho ochranu ...	
So	2.8.	7.00		
Ne	3.8.	7.00		
Ne	3.8.	Záb 8.30	Poděkování P.Bohu za 60 let manželství, za dar zdraví ...	
Ne	3.8.	10.00	Za rodiče Jiřkovy, Foltýnkovy a pravnuka	

Poznámka: Kde byl úmysl textem delší, je jeho pokračování znázorněno třemi tečkami.



ÚČELOVÉ SBÍRKY V MĚSÍCI ČERVENCI

Sbírka na OPRAVY – neděle 20. 7. 2025

OMLUVA ČTENÁŘŮM NEDĚLNÍČKU

V minulém Nedělníčku, který byl věnovaný převážně novému papeži Lvu XIV., vyšel článek s názvem:

„Význam znaku a hesla Lva XIV.“

Omluva patří především těm, kdo chtěli srovnávat popis a význam emblémů z výše uvedeného článku, se znakem papeže Lva XIV. vyobrazeném na zadní stránce Nedělníčku.

Hledali jste marně. Omylem byl zveřejněn nesprávný znak.

Tímto sjednáváme nápravu a promiňte mám.



PAPEŽSKÝ ZNAK LVA XIV.

**Ať „NEDĚLNÍČEK“ vnese do Vašich rodin příjemné,
pokojné, a sváteční chvíle.**



**10. a zároveň poslední ročník fotbalového utkání
kněží naší diecéze proti mužům za Zábřehu,
v neděli 22. 6. 2025**



Vydavatel:

„Tým Nedělníčku“ P. Mgr. Pavel Kuchař, farář, a Marie Ohrálová, foto Věra Dudová
email: nas.nedelnicek@seznam.cz ; webové stránky: <http://www.farnost-dolni-benesov.estranky.cz/>
Vychází vždy první neděli v měsíci za dobrovolný příspěvek. **Zapsáno do evidence periodického
tisku ministerstva kultury** pod číslem MK ČR E19917