

26.7. 2026

Sedemnásť nedeľa cez rok



Apoštol

Informačný list

IX.ročník/29-30/2026

Rímskokatolíckej farnosti sv. Ondreja, Košice

Dobrovoľný príspevok

19.7. 2026

Šestnásť nedeľa cez rok

Pane, nauč nás modliť sa.

Každý z nás prichádza k Bohu s iným príbehom. Niektorí s vďačnosťou, iní s otázkami, únavou či bolesťou. Niekedy vieme, čo chceme povedať, inokedy zostávame pred Bohom v tichu a hľadáme správne slová. Práve vtedy sa v nás môže ozvať jednoduchá prosba apoštolov:

„Pane, nauč nás modliť sa“ (Lk 11, 1).

Modlitba totiž nie je skúškou správnych formulácií ani výkonom, ktorý musíme zvládnuť. Je stretnutím človeka s Bohom, ktorý nás pozná, počúva a prijíma takých, akí sme. A možno sa pritom neraz pýtame: Viem sa vôbec správne modliť? Počuje Boh moje slová? Podobnú otázku položili Ježišovi aj apoštol: „Pane, nauč nás modliť sa“. Ježiš im nepredložil zložitú teóriu.

Naučil ich obrátiť sa k Bohu ako k Otcovi:

„Otcе náš...“

Autor knihy Ako sa modliť, Pete Greig pripomína, že modlitba nemusí byť komplikovaná. Radí: modli sa jednoducho, modli sa úprimne a neprestávaj sa modliť. Modlitba totiž nie je skúškou, pri ktorej musíme nájsť dokonalé slová. Je stretnutím dieťaťa s Otcom. Na pomoc ponúka jednoduchý model P.R.A.Y.:

P – Pause: Zastav sa

R – Rejoice: Raduj sa a ďakuj

A – Ask: Pros

Y – Yield: Odovzdaj sa

Tento spôsob nenahrádza svätú omšu, ruženec, adoráciu ani tradičné modlitby Cirkvi. Môže nám však pomôcť, aby sme ich nevyslovovali iba perami, ale prežívali srdcom. Model P.R.A.Y. vychádza zo štyroch pohybov modlitby: **stíšenia, chvály, prosby a odovzdania sa Bohu.**

Najskôr sa zastav

Prvým krokom nie je hovoriť, ale zastaviť sa. Keď vstúpime do kostola, urobíme znak kríža ak pokľakneme pred Eucharistiou, naše telo nám pripomína: teraz stojím pred Bohom. Nemusíme hneď začať množstvom slov. Stačí si v tichu uvedomiť:

Pane, som tu. Ty si tu.

Chcem byť chvíľu s tebou.

Potom sa môžeme **obzrieť** za uplynulými dňami a **poďakovať**. Za život, rodinu, prácu, odpustenie, za človeka, ktorý nám pomohol, alebo za silu prekonať náročnú chvíľu. Vďačnosť nemení iba našu modlitbu. Postupne mení aj spôsob, akým sa pozeráme na svoj život. **Radosť** z modlitby nemusí byť hlučná ani sprevádzaná silnými pocitmi. Často je to tichý pokoj, vďačnosť za prijaté dobro a istota, že sme milovaní.

Nebojme sa prosiť

Písmeno A – Ask znamená: **pros**. Boh pozná naše potreby, ale predsa nás pozerá, aby sme mu ich predkladali. Prosba nie je prejavom slabie viery. Je vyznaním, že si nevystačíme sami. Môžeme hovoriť celkom konkrétne: Pane, daj mi múdrosť pri rozhodovaní. Uzdrav vzťah, ktorý sa narušil. Posilni človeka, ktorý je chorý. Ochraňuj naše deti. Pomôž mi odpustiť. Daj pokoj našim rodinám, našej farnosti, mestu i svetu. Do modlitby však nepatria iba naše vlastné starosti. Náš patrón, svätý Ondrej, po stretnutí s Ježišom vyhľadal svojho brata Šimona a priviedol ho k Nemu (porov. Jn 1, 40 – 42). Aj my môžeme v modlitbe prinášať k Ježišovi svojich blízkych, chorých, osamelých, mladých hľadajúcich svoje miesto, rodiny v kríze i tých, ktorí sa od Boha vzdialili.

Pondelok 27.7.	Sv. Gorazda a spoločníkov, spomienka	Podhradová	18:00	+ Anna, Anka
		Rozália	16:00	ZBP Ľubomír a Ivana
Utorok 28.7.	féria	Podhradová	18:00	+ Anton (Švajlen)
		Rozália	16:00	+ Gejza
Streda 29.7.	Sv. Marty, Márie a Lazára spomienka	Podhradová	18:00	+ rod. Petrvalských
		Rozália	16:00	Za duše v očistci
Štvrtok 30.7.	Bl. Zdenky Cecílie Schelingovej, panny a mučnice, spomienka	Podhradová	18:00	+ Gabika
		Rozália	16:00	Za duchovných otcov Farnosti sv. Ondreja
Piatok 31.7.	Sv. Ignáca z Loyoly, kňaza, spomienka	Podhradová	18:00	+ Gabika
		Rozália	16:00	Za duše v očistci
Sobota 1.8.	Sv. omša s nedeľnou platnosťou Fatimská sobota	Podhradová	18:00	+ Dušan
Nedeľa 2.8.	18. NEDEĽA CEZ ROK	Podhradová	8:00	+ Jozefa, syn Ján
			9:00	+ Michal, Helena, Vladimír, Katarína
			10:00	+ Karol (Haľko)
		Horný Bankov	14:15	
		Rozália	15:15	Za zosnulých

Farár : JCDr. Marek Ondrej, PhD.

prokurátor, advokát Apoštolského Tribunálu Rímskej Roty

Kaplán : ThLic. Roman Haško, PhD.

Duchovný otec : doc.ThDr.Radoslav Lojan, PhD.

Dekan Teologickej fakulty v Košiciach

Farská kancelária



Cesta pod Hradovou III/3037, 040 01, Košice

PO - PIA : od 16:45 - do 17:15



0948 29 06 07 , www.svondreja.sk



farnostsvondreja@gmail.com

Pastoračného centra

SK49 0900 0000 0050 4443 9501

Milodar je možné

poslať na účet

Farnosti sv. Ondreja, apoštola

SK43 0900 0000 0050 4444 0094

Bankový účet Kaplnky sv. Rozálie

SK17 0900 0000 0051 1082 0766



Horný Bankov

SK19 0900 0000 0051 1082 1603

Na pomoc pre ukrajinských utečencov SK76 0900 0000 0051 6482 2126

19.7. 2026

Šestnásta nedeľa cez rok

Modlitba za druhých však môže viesť aj ku konkrétnemu skutku. Ak sa modlíme za osamelého človeka, možno mu máme zavolať. Ak prosíme za chorého, možno ho máme navštíviť. Ak sa modlíme za pokoj v rodine, možno prvým krokom má byť naše ospravedlnenie.

Napokon sa odovzdaj

Posledným krokom je Y – Yield: **Odovzdaj sa.** Toto býva najťažšia časť modlitby. Bohu radi povieme, čo by mal urobiť, no ťažšie vyslovujeme: „Buď vôľa tvoja.“ Odovzdanie však neznamená rezignáciu ani nečinnosť. Znamená dôveru, že Boh vidí aj to, čo my ešte nevidíme.

Po vyslovení svojich prosieb môžeme zostať chvíľu v tichu a povedať:

“Pane, toto je moja túžba a moja bolesť. Prosím ťa o pomoc, ale zároveň ti dôverujem. Veď ma a ukáž mi, čo mám urobiť.”

Takúto modlitbu prežívame aj pri každej svätej omši. Prichádzame so svojim životom, počúvame Božie slovo, prinášame prosby a spolu s chlebom a vínom kladíme na oltár svoje radosti, obavy i plány. V Eucharistii sa nám potom Kristus daruje celý a pozýva nás, aby sme aj my odovzdali svoj život jemu.

Skúsme desať minút denne

Možno máme pocit, že na dlhú modlitbu nemáme čas. Z začiatku však môžeme desiatimi minútami:

Zastav sa. Na chvíľu stíš telefón, myšlienky i ponáhľanie. **Poďakuj.** Pomenuj aspoň tri veci, za ktoré si vďačný.

Pros. Predlož Bohu jednu vlastnú potrebu a jedného konkrétného človeka.

Odovzdaj sa. Zakonči slovami: „Pane, nech sa stane tvoja vôľa.“

Modliť sa môžeme v kostole, doma, cestou do práce, pri prechádzke či pred spaním. Niekedy budeme cítiť pokoj a Božiu blízkosť, inokedy možno vôbec nič. Hodnota modlitby však nezávisí od našich pocitov. Spočíva vo vernosti a v dôvere, že Boh je prítomný aj vtedy, keď mlčí. Neučíme sa modliť iba čítaním o modlitbe. Učíme sa modliť tým, že sa začneme modliť – možno nedokonale, možno roztržite, ale úprimne.

A tak môžeme aj dnes povedať:

Pane Ježišu, nauč nás modliť sa.

Nauč nás zastaviť sa v tvojej prítomnosti,

d'akovať za tvoje dary,

s dôverou ti predkladať svoje potreby

a napokon sa odovzdať tvojej vôli.

Zostaň s nami v našich rodinách,
v našej farnosti i v každodennom živote.

Amen.

Spracované podľa knihy Petea Greiga:

*How to Pray – A Simple Guide
for Normal People.*



V dnešnú nedeľu, 19.7. je 3. nedeľa v mesiaci, pri sv. omšiach je **pravidelná zbierka na výstavbu Pastoračného centra.** Za všetky Vaše milodary Vám vopred ďakujeme.

FARSKÉ OZNAMY

- Spovedanie: **v pondelok, v utorok a v piatok** od 17:15, **vo štvrtok a v sobotu** od 17:30.
 - Adorácia: **v pondelok, v utorok a v piatok** od 17:15, **vo štvrtok** do 19:00.
 - Farská kancelária je počas prázdnin zatvorená, potrebné záležitosti vybavíte s kňazom po večernej sv. omši v pracovných dňoch. Ďakujeme.
 - 26.7. je 6. svetový deň starých rodičov a seniorov. Pamätajme na nich konkrétnym skutkom, ale aj vo svojich modlitbách.
 - V sobotu 1.8. je o 17:00 vo farskom kostole pobožnosť Fatimskej soboty.
 - Hodnotu mesačnej zbierky na Pastoračné centrum prinesieme v budúcom vydaní.
- Veľmi ďakujeme všetkým darcom, ktorí finančne podporujú našu farnosť a Pastoračné centrum!**

19.7. 2026

Šestnásta nedeľa cez rok

Pondelok 20.7.	féria	Podhradová	18:00	ZBP Dominik a Margaréta
		Rozália	16:00	Úmysel darcu
Utorok 21.7.	féria	Podhradová	18:00	ZBP pre Evu a jej rodinu
		Rozália	16:00	ZBP Slavo, Veronika s rodinou
Streda 22.7.	Sv. Márie Magdalény, sviatok	Podhradová	18:00	ZBP pre Máriu (86 rokov života)
		Rozália	16:00	ZBP pre Kláru
Štvrtok 23.7.	Sv. Brigity, rehoľníčky, patrónky Európy, sviatok	Podhradová	18:00	+ Apolónia
		Rozália	16:00	ZBP pre Richarda
Piatok 24.7.	féria	Podhradová	18:00	+ Eva
		Rozália	16:00	ZBP pre Vladimíra a Katarínu s rod.
Sobota 25.7.	Sv. omša s nedeľnou platnosťou	Podhradová	18:00	+ Júlia
Nedeľa 26.7.	17. NEDEĽA CEZ ROK	Podhradová	8:00	Za duše v očistci
			9:00	+ Peter, sr. Tadea a duše v očistci
			10:00	+ František
		Horný Bankov	14:15	
		Rozália	15:15	+ Emil

Mohlo by vás zaujímať

NA POČIATKU BOLO SLOVO

FUGA – Kultúrne centrum kresťanov vás pozýva na spomienkový večer venovaný ThDr. Jurajovi Semivanovi. Tento večer nevzniká ako spomienková udalosť v tradičnom zmysle. Nejde o pietny akt ani o lineárne pripomenutie života a diela Juraja Semivana. Východiskom je skôr otázka, či môže slovo - raz vyslovené, prežité a odovzdané - naďalej existovať ako živá prítomnosť. V dvoch termínoch - 7.8.2026 o 19:00 a 8.8.2026 o 19:00 hod, vo FUGE, Moyzesova 62, Košice. Hud.: Marián Čekovský. Vstupenky na <https://www.fuga.sk/akcia/10865>