Broj 148. listopad, 2026.

GLASNIK
Kotorvaroškog kraja

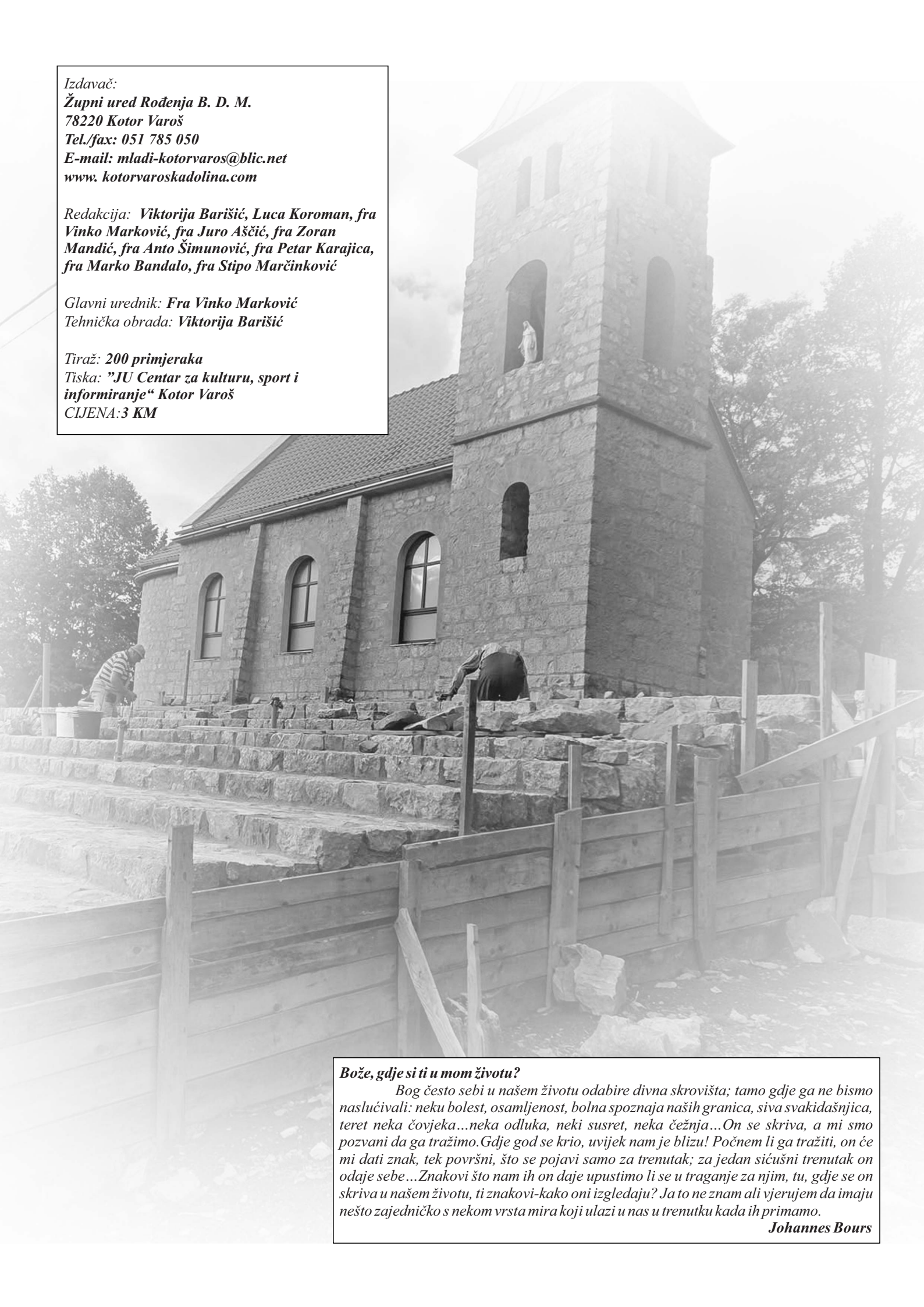


Izdavač:
Župni ured Rođenja B. D. M.
78220 Kotor Varoš
Tel./fax: 051 785 050
E-mail: mladi-kotorvaros@blic.net
www. kotorvaroskadolina.com

Redakcija: ***Viktorija Barišić, Luca Koroman, fra Vinko Marković, fra Juro Aščić, fra Zoran Mandić, fra Anto Šimunović, fra Petar Karajica, fra Marko Bandalo, fra Stipo Marčinković***

Glavni urednik: ***Fra Vinko Marković***
Tehnička obrada: ***Viktorija Barišić***

Tiraž: ***200 primjeraka***
Tiska: ***"JU Centar za kulturu, sport i informiranje" Kotor Varoš***
*CIJENA:****3 KM***



Bože, gdje si ti u mom životu?

Bog često sebi u našem životu odabire divna skrovišta; tamo gdje ga ne bismo naslućivali: neku bolest, osamljenost, bolna spoznaja naših granica, siva svakidašnjica, teret neka čovjeka…neka odluka, neki susret, neka čežnja…On se skriva, a mi smo pozvani da ga tražimo.Gdje god se krio, uvijek nam je blizu! Počnem li ga tražiti, on će mi dati znak, tek površni, što se pojavi samo za trenutak; za jedan sićušni trenutak on odaje sebe…Znakovi što nam ih on daje upustimo li se u traganje za njim, tu, gdje se on skriva u našem životu, ti znakovi-kako oni izgledaju? Ja to ne znam ali vjerujem da imaju nešto zajedničko s nekom vrsta mira koji ulazi u nas u trenutku kada ih primamo.

Johannes Bours

Velika Gospa i Sveti Rok – dani vjere i zajedništva



Kotor Varoš i kotorvaroška dolina i ove godine su svečano proslavili dvije velike svetkovine koje već godinama okupljaju vjernike – Veliku Gospu u Sokolinama i svetog Roka na Rokovu groblju.

Misama trodnevnicama pripremali smo se za proslavu Velike Gospe koje su bile posjećene i gdje se okupio veći broj vjernika. Na sam dan Velike Gospe okupio se veliki broj vjernika, hodočasnika i Kotorvarošana koji su pristigli iz različitih krajeva, ali i iz inozemstva. Za mnoge od njih ovaj dan nije samo vjerska svetkovina nego i poseban susret s rodnim krajem, uspomenama, obitelji I prijateljima.

Svečano misno slavlje predvodio je fra Stipo Kljajić, član Franjevačke provincije Bosne Srebrene, profesor biblijskih znanosti na Katoličkom bogoslovnom fakultetu Sveučilišta u Zagrebi i profesor na Franjevačkoj Teologiji u Sarajevu, uz koncelebraciju fra Jure Aščića, župnika, fra Vinka Markovića, fra Petra Karajice, fra Zorana Mandića, fra Ante Šimunovića, Fra Oliviera Dukunzea i bogoslova Ilije Bilanovića. Liturgijsko pjevanje predvodila je Ivona Marković s pjevačima iz sve tri župe. Fra Stipo je u svojoj propovijedi pozvao vjernike da poput Marije čuvaju vjeru, nadu i pouzdanje u Boga, te da budu ljudi otvorena srca jedni prema drugim. Posebno je naglasio važnost zajedništva, ljubav prema bližnjemu i čuvanju vjere i tradicije koja je kroz teška vremena sačuvala ovaj kraj.

Naglasio je da mi nismo samo vjernici u crkvi već kad i izađemo iz crkve trebamo biti uzor na Gospu koja je pomagala bližnjima u potrebi, biti ljudi koji nećemo ogovarati jedni druge, biti ponizni. Ponizan čovjek ne smatra sebe boljima od drugih, zna priznati grešku i reći „oprosti“, spreman je pomoći bez očekivanja pohvale, sluša druge i poštuje ih, zahvalan je Bogu za sve što ima. Poniznost nije ponižavanje sebe, nego svjesnost da smo pred Bogom svi jednako vrijedni i da nam je potreban Bog i drugi ljudi.

Dan poslije, 16. kolovoza vjernici su se okupili na Rokovu groblju kako bi proslavili sv. Roka, zaštitnika ovog drevnog hodočasničkog mjesta. Misno slavlje predvodio je fra Stipo Kljajić uz koncelebraciju fra Vinka Markovića, župnika, fra Zorana Mandića, fra Jure Aščića, fra Jure Tokalića, fra Marka Bandala, fra Oliviera Dukunze i bogoslova i fra Ilije. Molitva, pjesma i zajedništvo ponovo su ispunili Rokovo a brojni hodočasnici došli su zahvaliti, pomoliti se i preporučiti svoje obitelji zagovoru sv. Roka.

Velika Gospa i Rokovo tako su još jednom pokazali koliku snažnu povezanost Kotorvarošani osjećaju prema rodnom kraju.

Bez obzira gdje danas živjeli, ovih se dana vraćaju svojim korijenima, svojim crkvama i uspomenama. To su dani kada se spajaju prošlost, sadašnjost, kada se susreću generacije i kada se onovo osjeti snaga zajedništva.

Kotorvaroška dolina živi kroz svoje ljude a Gospojina i Rokovo ostaju trajni znak vjere, nade i ljubavi prema rodnom kraju.

Viki

Večer domaće kuhinje 2026. godine



U okviru «Kotorvaroškog kulturnog ljeta» 06.08.2026. održana je gastro manifestacija pod nazivom «Veče domaće kuhinje i radinosti». Gastro manifestacija organizirala se u okviru manifestacije „Kotorvaroško ljeto“, čiji su organizatori JU Centar za kulturu, sport i informiranje“ Kotor Varoš, Turistička organizacija općine Kotor Varoš i Agencija za lokalni razvoj, uz podršku Općine Kotor Varoš i zlatnog sponzora – elitnog naselja KV Garden, kao i sponzora „Supernova“ i mikrokreditne fondacije „Partner“. Ovo je manifestacija i privrednog i turističkog karaktera koja je pokazala bogatstvo našeg naroda kuhinje i tradicije. U pripremama učestvovala su sva tri naroda a okupilo se mnoštvo izlagača.

Nakon obilaska tročlanog žirija naš štand je dobio priznanje za najbolje predstavljanje tradicije i običaja. Uz piće – vino i ostale sitnice, naš Župni ured je dobio i specijalnu nagradu od načelnika Zdenka Sakana, prekrasnu sliku crkve u Sokolinama. Baš smo se obradovali. Moramo naglasiti i to da sve što se nalazilo na stolu degustiralo se u najboljoj mjeri jer sve što je vraćeno to su bili prazni tanjuri i prazne zdjele. Napominjem da smo imali u ponudi 60 različitih vrsta jela od slanih do slatkih.

Naravno, sretni smo što je sve to tako dobro uspjelo i ponosni za osvojeno najbolje mjesto u kategoriji predstavljanje tradicije i običaja.

Organizatorima najljepše zahvaljujemo na pozivu. Ovo su lijepa i vrijedna okupljanja koja osim što održavaju tradiciju jednog naroda služe i da se ljudi međusobno druže.

Ove godine imali smo sreće da su se mnogi naši župljani odazvali ovoj manifestaciji posebno žene i hvala im od srca. Posebno lijepo bilo je vidjeti naše žene obučene u narodnu nošnju. Hvala ženama koje su sudjelovale i učinile da kao i uvijek budemo pobjednici u bilo kojoj kategoriji.



Viki

Proslavljen sveti Franjo u Vrbanjcima



U Vrbanjcima je 4.10.2026. godine svečano proslavljen blagdan svetog Franje Asiškoga, zaštitnika i uzora mnogim vjernicima a pripremali smo se misama trodnevnicama.

Svečano misno slavlje predvodio je fra Zdenko Frljić samostanski vikar iz Dubarava uz koncelebraciju fra Jure Aščića, upravitelja župe i fra Vinka Markovića, župnika župe Kotor Varoš. Na misi se okupio veći broj vjernika koji su se zajedničkom molitvom i pjesmom prisjetili života i poslanja velikog sveca. U svojoj propovijedi fra Zdenko je naglasio da je sveti Franjo svojim životom svjedočio poniznost, jednostavnost, ljubav prema Bogu, čovjeku i svemu stvorenome. Njegov primjer i danas poziva na mir, praštanje i nesebičnu ljubav.

Proslava je bila lijepa prigoda da se vjernici okupe, zahvale Bogu i zajedno proslave svoga nebeskog zaštitnika.

Nakon misnog slavlja druženje se nastavilo u dvorištu župne crkve uz dobar čobanac koji su pripremili vrijedni domaćini iz župe Vrbanci. Našlo se što i za popit pa je druženje potrajalo na radost svih.

Neka nam primjer svetoga Franje bude poticaj da i mi svakoga dana širimo mir, dobrotu I ljubav.

Fra Juro Aščić

Radovi u Sokolinama – obećanje koje se ostvaruje

U Sokolinama su u tijeku radovi na izgradnji stepenica od kamena, čime će ovaj prostor dobiti ljepši i uređeniji izgled, ali i biti pristupačniji vjernicima i svima koji ga posjećuju.

Posebno nas raduje što se ostvaruje obećanje koje je fra Juro dao na Gospojinu. Riječi su pretočene u djelo, a započeti radovi još su jedan lijep primjer brige za naše zajedničke prostore.

Zahvaljujemo svima koji svojim trudom, radom i podrškom sudjeluju u ovom projektu, uz želju da radovi budu uspješno završeni na dobrobit cijele zajednice.

Viki



Misa kod Gospine špilje u Baščini



Kod Gospine špilje u Bašćini i ove su se godine 3.10. 2026. okupili vjernici na svetoj misi, na mjestu koje za mnoge naše ljude ima posebno i duboko značenje.

Misno slavlje predvodio je fra Mišo Sirovina uz koncelebraciju fra Vinka Markovića i fra Jure Aščić

U vrijeme progona mnogi su Hrvati iz ovoga kraja morali napustiti svoje domove i otići u nepoznato. Upravo zato okupljanje kod Gospine špilje nije samo molitveni susret, nego i čuvanje uspomena na ljude, nihove domove i teška vremena koja su obilježila naš kraj.

Danas se dio raseljenih vjernika ponovno vraća, dolazi u svoje selo, obilazi svoja ognjišta i okuplja se na mjestima koja su im kroz život bila važna.

U molitvi su se vjernici prisjetili svih koji su morali otići, onih koji se više nisu vratili, kao i svih koji danas nose uspomene na svoj rodni kraj. Pod Gospinim okriljem ponovo su se susreli, pomolili i zahvalili za dar vjere koja ih kroz sva iskušenja povezivala i održavala.

Neka Gospina špilja ostane mjesto molitve, sjećanja i okupljanja, gdje će se i buduće generacije prisjećati svojih korijna i čuvati uspomenu na svoj rodni kraj

Fra VinkoMarković

Obljetnica

Dana, 17.10.2026. godine u Kotor Varošu obilježili smo 34. Obljetnicu borbe, progona i stradanja Hrvata kotorvroške doline. S pijetetom smo se prisjetili ubijenih i poginulih, svih koji su pretrpjeli patnju i onih koji su morali napustiti svoje domove.

U spomen na njihovu žrtvu predstavnici udruga i izaslanstava, među kojimaiI predstavnici Generalnog konzulta RH u Banja Luci, Središnjeg državnog ureda i Savjeta Vlade RH za Hrvate izvan RH, položili su vjence i zapalili svijeće.

Godine prolaze, ali ostaju imena, uspomene i pripadnost zavičaju. Naša je obveza čuvati istinu o njihovu stradanju i dostojanstveno prenositi sjećanja budućim naraštajima

Zoran Piličić



Konačno priključena voda u filijalnoj crkvi u Zabrđu

Nakon dužeg vremena i brojnih nastojanja, u crkvu u Zabrđu je priključena voda. Ovaj naizgled mali, ali za našu zajednicu vrlo važan korak donosi bolje uvjete i olakšava brigu o crkvi i njezinom prostoru.

Posebno raduje što se u i ovaj posao priveo kraju zahvaljujući trudu i zalaganju ljudi koji svojim radom i dobrom voljom pomažu da sakralni objekti budu uredni i sačuvani.

Svaki završeni rad na našim crkvama znak je zajedništva i brige za ono što su nam ostavili naši preci. Zahvaljujemo svima koji su na bilo koji način pomogli da se ovo ostvari.

Fra Vinko Marković



Mala monografija i hodočasnički vodič Franjevački samostan

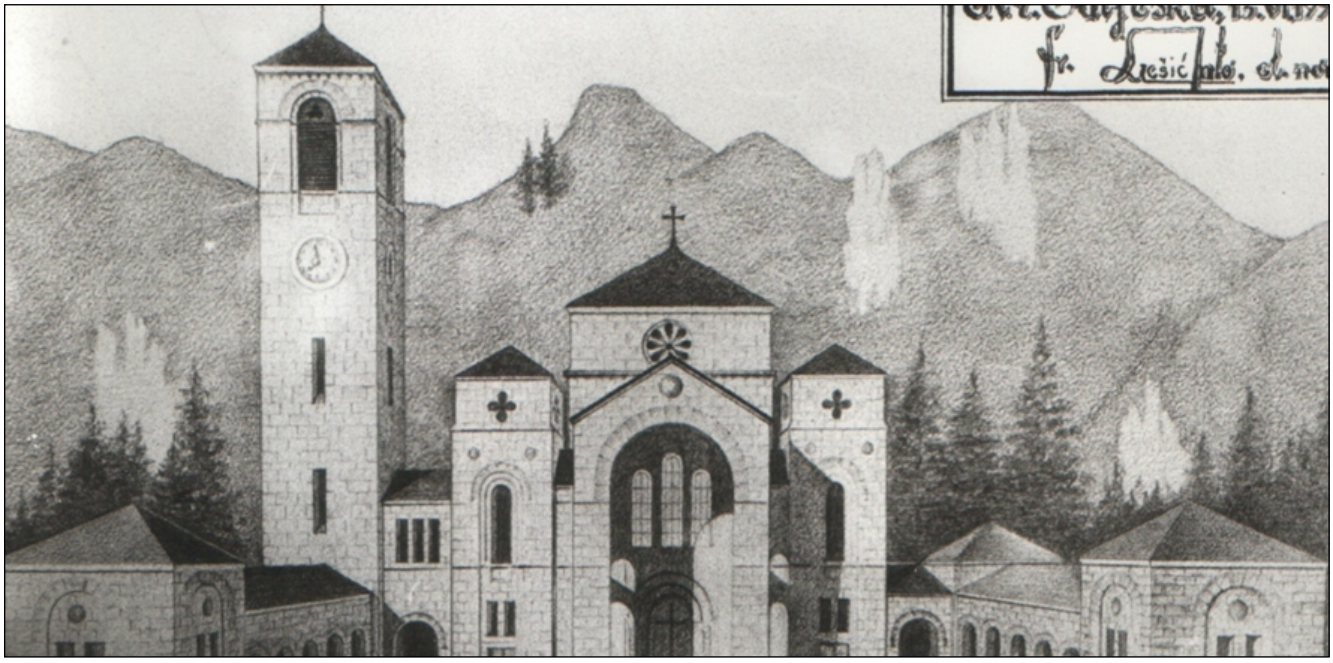
Sutradan je prije pučke mise križ blagoslovljen, i svi su prisutni, prema Rimskom obredniku, po primjeru sveće nika pristupili, poklonili se svetom znaku našega otku pljenja, i poljubili ga. Kad je zatim podignut i učvršćen na kupolu visoku 19,70 metara, činilo se kao da je ovo pusto stoljetno zgarište obasjala blaga zraka što je nekad sinula nad poljanama betlehemskim; kao da je prošao lagani drhtaj kroz ovo stoljetno, gotovo zaboravljeno groblje, kao da su kosti pokojnika naših, koji tu leže nepoznati, a koji su za života u Krista vjerovali i s njegovim imenom na ustima umirali – osjetile da opet počivaju u sjeni njegova svetoga križa." Bilo je to 1. studenog 1936. godine.

OBNAVLJANJE SVETIŠTA OD 1936. DO DANAS

Na južnoj uzdignutoj strani Olova, na kraju obzorja koji zatvaraju brežuljci Klek i Gradina, stoji od 1936. godine nova crkva Gospe Olovske. Premda i sama prilično viso ka (kupola oko 20 m), ona ispod tih stjenovitih brežulja ka, koji je s dviju strana obuhvaćaju, izgleda kao dijete na majčinu krilu. Projektant je i išao za tim da se, u izboru materijala i načinu obrade, prilagodi stjenovitom okru ženju lokaliteta. U tome mu je odao priznanje i poznati arhitekt Jože Plečnik.

Zemljišna površina koja pripada vlasništvu crkve od strane naselja je pravilno izravnata, poduprta visokim zidom i zatravljena, dok je ono malo prostora između crkve i brežuljaka strmenito i zašikareno. Na crkveno dvorište može stati do pet tisuća ljudi ukoliko se ne dopusti pristup vozilima. Crkva još nema sva zdanja koja su u nacrtu predviđe na.

U godinama 1930 – 1936. izgrađen je glavni središnji dio: jednobrodna crkva, iznutra duga 22 a široka 6,30 metara. Njezina izdužena osnovica ima diskretno nazna čen oblik križa kvadratičnim proširenjem u centralnom dijelu, tako da su unutarnje dimenzije 8 x 8 m. Nad tim križištem je



kvadratna kupola koja se diže do visine 19,70 m. Ulazna partija naglašen je trijemom s četiri stupa. Nad ulaznim prostorom je kor a nad korom polukružni svod. Kvadratni prezbiterij bio je uzdignut za jednu stepenicu a sada za tri. Iza njega je polukružna sakristija u koju se ulazi iz crkve na dva otvora.

Svod nad prezbiterijem je polukružni kao i nad korom. Nutarnjost crkve je ožbu kana, bijelo okrečena, svijetla i plijeni jednostavnošću. Vanjske zidne površine su od grubo pritesanog kamena, raščlanjene jednostavnim glatkim vijencima, dok je pro čelje naknadno obloženo bijelim mramorom.

Uz osnovni korpus crkve predviđene su u nacrtu če tiri kvadratne kule na uglovima, povezane trijemovima duž bočnih zidova crkve. Od njih su dvije prednje izrađene tek 1968 – 1971. godine. Još je predviđen toranj visok oko 30 metara, koji bi s jugozapadnom kulom bio povezan aneksom širine jednog metra. K tome je predviđeno da prostor ispred crkve bude bočno obuhvaćen arkadnim trijemom s niskim kulama na završetku.

Projektant crkve i opisanog kompleksa zdanja je po znati arhitekt Karlo Paržik. On je rođen u Velišu u Češ koj 5. 7. 1857. godine. Završio je studij arhitekture na akademiji likovnih umjetnosti u Beču, u specijalnoj školi za arhitekturu kod profesora Theophila von Hansena.

Svoju profesionalnu karijeru u Sariajevu započeo je 1884. kao suradnik arhitekta Josipa Vancaša. Zatim je stupio u državnu službu Odsjeka za visokogradnju Zemaljske vlade u Sarajevu, a od 1905. bio je i voditelj Odsjeka. Stupio je u mirovinu 1916. godine, ali je ostao u Sarajevu. Od godine 1921. do 1937. bio je honorarni savjetnik za graditeljstvo Vrhbosanske nadbiskupije te je u tom svojstvu dao niz nacrta za dogradnju i adaptaciju sakralnih objekata, od kojih je vrijedno spomenuti: sa mostan na Plehanu, samostan u Jajcu, crkvu sv. Josipa u Sarajevu te ovo Gospino svetište u Olovu. Karlo Paržik umro je 16. 6. 1942. u Sarajevu.



Nastavit će se…

Majka Tereza – Misionarka ljubavi

Majka Tereza je jedan od modela kako vjerodostojno nasljedovati Isusa i ostvariti njegovo evanđelje u naše vrijeme



Možda je netko od čitatelja uživo sluša ili susreo Anjezë Gonxhe Bojaxhiu, poznatiju kao Svetu Majku Terezu iz Kalkute. Ona je naša suvremenica (1910-1997). I tek je deset godina kako ju je papa Franjo proglasio svetom. Mi volimo uz njezino ime pridodati podatak da je ona Albanka, da bismo se, iako svetost nije prelazna, nekako s njom familijarizirali, kazali da je „naša“. S njome smo dijelili zajedničku Crkvu, državu, a i ona je dolazila u naše krajeve. Usto, s njome i njezinim sestrama bio je povezan i hrvatski misionar u Bengalu, isusovac, otac Ante Gabrić. Majka Tereza je Albanka, iz Skopja. Otac joj je podrijetlom iz Skadra, majka iz Novog Sela, mjesta nedaleko od Đakovice, s Kosova.

S podatkom o albanskom podrijetlu Majke Tereze čini se da vrijedi započeti ovo razmišljanje. I neka to bude i prva predložena tema našeg razmišljanja. Naime, ova nas svetica poziva da preispitamo svoj odnos prema Albancima, a preko njih i prema drugim manjinama s kojima smo dijelili ili danas dijelimo zajednički prostor. U zajedničkim jugoslavenskim državama, kojima su idejni tvorci velikim dijelom bili Hrvati, nije bilo „omraženijeg“ naroda od Albanaca. Albanci su bili „državni neprijatelji“ broj jedan. Pitanje vlasništva Kosova i „srpskih svetinja“ na Kosovu ne mogu opravdati nesnošljivost i sumnjičavost prema čitavom kolektivu, kao ni često nepovjerenje prema drugima koje i danas prati Albance, narod okružen Slavenima.

Kršćanin, kako traži Isus, živi u svijetu, ali ne od svijeta. Njegov stav treba biti evanđeoski, što znači da je osjetljiv za sve koji su u manjini i slabiji, da se odnosi prema drugima osobno, a ne kolektivistički ni s predrasudama. Nažalost, nerijetko vjernici slijede politiku, a politika se redovito vodi silom brojnijih i moćnijih. Tako se nacionalne politike, a onda i crkve/religijske zajednice vodećih nacija, ne obaziru na manjinske narode i zajednice. Rijetke su iznimke. Manjine moraju učiti „službeni jezik“ većine i redovito su građani drugoga reda. U nas su baš rijetki učili albanski, slovenski, mađarski jezik, a tek ponetko znao je nešto o kulturi i povijesti manjinske zajednice. S druge strane, kad god bi se dogodio neki incident, neki lopovluk ili kriza, postajao je pretpostavljeni red krivaca, počinitelja, u kojem su Albanci bili na prvom mjestu, nerijetko i prije „Cigana“. Nažalost, kad se okolnosti promijene,

kad manjinci postanu većina, ponašaju se kao da nikada nisu imali iskustvo prikraćenosti i stvarne ugroženosti. Što si brojniji i jači, to si tobože ugroženiji! To je prevladavajuća priča malih/velikih naroda i njihovih manjina. Nema zdravog suočavanja s prošlošću ni temeljitog ispita savjesti pred Bogom!

Ne znamo je li Majka Tereza iz nemogućnosti promjene nepravednih društvenih struktura napustila svoju domovinu i krenula na put daleko od zavičaja, ali je činjenica da je bila nemirna duha. Iako je bila vrlo religiozna, pobožna, za nju vjera, kako stoji u njezinim spisima, nije bila sigurna uvala, zavjetrina i bijeg od svojih i socijalnih problema svijeta, nego se, poput Male Terezije, suvremena svetice, čije je ime uzela, hrvala sa svojim nesnalaženjima, zahtjevima pravde i evanđelja, neuspjehom svojih molitva, duhovnom pustoši i Božjom šutnjom.

Majka Tereza, sitna žena snažna duha, nije se mirila sa sestarskom družbom (Irskim misionarkama) u kojoj je započela svoj redovnički život kao školska učiteljica, nego je, i ne bez protivljenja pretpostavljenih, nastavila tražiti svoj izvorni put, „poziv unutar poziva“. I našla ga je. Ima nešto uporno u njezinom nemiru. I uspjela je ne samo dobiti Nobelovu nagradu za mir (1979.), počasni doktorat i bezbrojne druge nagrade, nego osnovati Družbu sestara Misionarki ljubavi (1950.) i postati uzorom humanosti za sav svijet, bez obzira na vjeru i naciju, boju kože i kulturu.

Veliki ljudi, veliki životi sastavljeni su od velikih kušnji i tvrdih rizika. Na vani se to često slabo vidi ili uopće ne vidi. Tako je prošao život Majke Tereze. Osnovala je domove za siročad, za beskućnike, za umiruće, posebno u Kalkuti. Dobila je ime majka. I u relativnom kratkom vremenu za njom su pošle tisuće žena, posvuda u svijetu. Ima i muški ogranak misionara ljubavi, daleko ih je manje od sestara. Franjevcima i franjevkama može biti ne samo na čast da se Majka Tereza u svome poslanju stalno nadahnjivala Franjom Asiškim, nego su pozvani na preispitivanje vlastitog odnosa prema siromašnima i manjinama, drukčijima i migrantima, bolesnima i slabima.

Majka Tereza svetica je naših dana. Naša suvremenica. Poziva nas da prepoznamo i krenemo na put na koji nas Bog poziva i da od njega ne odustajemo usprkos krizama, nerazumijevanjima i samom Božjim otezanju. Ova nas svetica poziva da promijenimo svoj odnos prema manjinama u našim sredinama, da se nastojimo ponašati poput Isusa prema bolesnima i zalutalima, neuglednima i grešnima

Majka Tereza je suvremena svetica ljudske solidarnosti, humanitaraca i volontera, pomoćnica perifernih i odbačenih, gladnih i gubavih, slijepih i osakaćenih, ljudi bez zavičaja i doma, onih kojima je ostala samo ulica i „zatvoreno nebo“. Majka Tereza je jedan od modela kako vjerodostojno nasljedovati Isusa i ostvariti njegovo evanđelje u naše vrijeme.

U godini proglašenja blaženom (1997. – Ivan Pavao II.) snimljen je film: Majka Tereza: U ime Božjih siromaha. Glavnu ulogu, Majku Terezu, glumila je Geraldine Chaplin, kći velikog Chaplina. Ne navodimo ovaj podatak tek onako, nego da potvrdimo kako ova kršćanska redovnica, Albanka, misionarka ljubavi, žena velikog nemira i traženja s ruba nemoći ateizma i nemoći tolikih Božjih siromaha, nasljednica siromašnoga Isusa i dalje nadahnjuje ljude, naročito žene, nerijetko snažnije one izvan Crkve, nego nas – osigurane u Crkvi. Ona je prepoznavala Isusa u licima suvremenih patnika i izgubljenih!

Fra Ivan Šarčević



Proslavljena 40. Obljetnica Caritasa biskupije Banja Luka



Caritas biskupije Banja Luka svečano je 24. rujna 2026. obilježio 40. obljetnicu svoga postojanja i neumornog djelovanja u službi najpotrebnijih.

Svečano obilježavanje započelo je misnim slavljem u katedrali sv. Bonaventure koje je predvodio vrhbosanski nadbiskup metropolit i predsjednik Caritasa BiH mons. Tomo Vukšić, uz suslavlje domaćeg biskupa mons. Željka Majića, umirovljenog biskupa i osnivača banjolučkog Caritasa mons. Franje Komarice, te ravnatelja Caritasa susjednih i brojnih europskih biskupija te svećenika Banjolučke biskupije.

Uvodeći u misno slavlje, nadbiskup Vukšić naglasio je da se Kristovo evanđelje propovijeda na razne načine, no da je karitativno djelovanje jedini način da ono postane zaista vidljivo i opipljivo, nazvavši rad svih karitativnih djelatnika „primijenjenim i vidljivim Evanđelje“ te licem Krista koji voli sve ljude.

U prigodnoj propovijedi biskup Željko podsjetio je na stihove apostola Jakova o vjeri bez djela koja je mrtva u sebi, istaknuvši da vjera nije samo ono što govorimo, nego ono što činimo zato što vjerujemo. Biskup je naglasio kako molitva osnažuje korake i otvara srce te da Caritas prestaje biti obična socijalna ustanova onog trenutka kada u čovjeku u potrebi, bilo da treba kruh, lijek, odjeću, toplu riječ, prepozna sliku Božju i dostojanstvo osobe, a ne samo broj ili socijalni slučaj. Osvrnuvši se na Isusovu prispodobu o milosrdnom Samaritancu, biskup Majić je istaknuo kako je Samaritanac u izranjenom čovjeku vidio bližnjega i zastao s pitanjem kako mu može pomoći, te je pozvao sve nazočne da u svom radu primjenjuju metodu: „vidjeti – misliti – djelovati“ i gledaju ljude Božjim očima i srcem pune suosjećanja i sažaljenja.

Nakon euharistijskog slavlja, proslava je nastavljena svečanom akademijom u hotelu „Bosna“prožetom izvedbama dječjeg zbora i prikazivanjem dokumentarnog filma o četverodesetljetnom radu Caritasa“.

U uvodnom obraćanju dugogodišnji ravnatelj banjolučkog Caritasa mons. Miljenko Aničić pozdravio je brojne crkvene i društvene uzvanike te partnere i dobročinitelje iz Bosne i Hercegovine, Hrvatske, Slovenije, Austrije, Njemačke, Nizozemske i Italije. Podsjetio je na službeni početak sustavnog organiziranja Caritasa biskupije Banja Luka 27. rujna 1986. te se teološki osvrnuo na encikliku pape Benedikta XVI. „Deus caritas est“i dokument „Intima Ecclesiae natura“, naglašavajući da je služenje u ljubavi konstitutivni i neizostavni element poslanja Crkve jednak naviještanju evanđelja i slavljenju sakramenata.

Mons. Aničić je istaknuo važnost „izobrazbe srca“svih djelatnika i potrebu jačanja župnih Caritasa, upozorivši na porast siromaštva u BiH i čestu ravnodušnost vlasti. Izrazio je zahvalnost inozemnim dobročiniteljima koji osiguravaju čak 90% realizirane pomoći, kao i za oko 900 djelatnika i volontera koji su kroz 40 godina utkali svoje srce u rad ove ustanove.

Nazočnima se obratio i nadbiskup Vukšić, istaknuvši da je karitativno djelovanje najautentičnije uprisutnjenje Boga i njegove ljubavi u svijetu, te je zahvalio Caritasu na velikom doprinosu društvenoj zajednici unatoč tome što nadležne društvene i entitetske institucije često ne pokazuju očekivanu podršku i zahvalnost.

U završnoj riječi predsjednik Caritasa biskup Željko istaknuo je da 40 godina djelovanja predstavlja četrdeset godina Evanđelja pretočenog u djelo, s posebnim naglaskom na teške ratne i poratne godine kada je Caritas bio jedini oslonac, hrana, lijek i nada za mnoge prognane, bolesne i usamljene. Biskup Majić je poručio da je svaki vjernik pozvan biti Caritas i prepoznati Krista u bližnjemu, ali i da svatko od nas u svojoj ranjivosti i slabosti može biti korisnik Caritasa. Proslavu je zaključio sa zahvalnošću osnivaču biskupu Franji, ravnatelju Aničiću, svim djelatnicima, volonterima i darovateljima čija su imena upisana u dlan Božje ruke, nakon čega su podijeljene zahvalnice zasluženim pojedincima.

Svečana akademija završena je prigodnim domjenkom upriličenim za sve nazočne.



Preuzeto: caritas-banjaluka.ba

"Caritas" četiri decenije u službi građana: Potrebe ljudi određuju prioritete



BANJALUKA - Od ratnih godina, kada su sedmično dovozili i više od 100 tona hrane, lijekova, odjeće i obuće, preko obnove više od 2.400 kuća i stanova, do kućne njege, pomoći djeci, starijima i mladima, "Caritas" Banjalučke biskupije tokom četiri decenije rada prošao je put od pomoći za preživljavanje do projekata kojima pokušava odgovoriti na probleme današnjeg društva.

Miljenko Aničić, direktor "Caritasa" Banjalučke biskupije, u razgovoru za "Nezavisne novine" kaže da su upravo ratne godine bile jedan od najtežih perioda u njihovom radu, ali da su potrebe stanovništva počele rasti još prije početka sukoba.

"Određena izolacija ovog područja osjetila se još prije rata, kada su počele svađe, natezanja i prijetnje. A kada je rat započeo, onda je to, moram reći, bilo katastrofalno. Najgore je bilo tamo gdje se nije moglo uopće pristupiti i gdje su ljudi već prije samog početka rata izgubili posao, a onda u ratu pogotovo, kada više nije bilo prihoda", priča Aničić. "Caritas" je tada počeo organizovati konvoje pomoći iz Zagreba, a u jednom konvoju znalo je biti desetak, pa čak i 15 ili 20 kamiona.

"Mi smo tjedno dovozili oko 100 i više od 100 tona pomoći, najviše hrane. Bilo je odjeće, obuće i jako puno lijekova, koje smo dijelili i

zdravstvenim ustanovama ovdje, a imali smo i svoje ambulante u dvorištu biskupije", rekao je Aničić.

Nakon rata fokus je postepeno prebačen na obnovu. Od 1997. do 2005. godine trajali su veliki programi kroz koje je, zajedno sa partnerskim organizacijama, pomognuta obnova više od 2.400 kuća i stanova.

Pravno savjetovalište za povrat imovine

"Caritas" je imao i pravno savjetovalište za povrat imovine, a Aničić navodi da je kroz taj program vlasnicima vraćeno oko 3.700 nekretnina, uključujući kuće, privredne objekte i zemljište.

Međutim, više od tri decenije nakon rata jedna vrsta pomoći nije nestala - pomoć ljudima koji nemaju dovoljno ni za osnovne životne potrebe.

Projekti za preživljavanje



"**Mi i danas imamo projekte za preživljavanje. Mene čudi, čak i neka istraživanja pokazuju, da je siromaštvo u BiH poraslo u zadnjih deset godina. A ja vidim i ljude koji traže hranu, najčešće. Mi smo u zadnjih deset godina podijelili preko 8.000 paketa hrane**", kaže Aničić.

Prema njegovim riječima, prosječna vrijednost paketa kreće se između 60 i 100 KM, a godišnje podijele oko 800 paketa.

"**Imate slučajeva da od te male mirovine živi ne samo dotični i njegova supruga ili suprug, nego možda i sin, njegova djeca i supruga. Ja zbilja ne znam kako ti ljudi uspiju to nekako podmiriti**", govori Aničić.

Jedan od najvećih problema koje danas primjećuju na terenu jeste i odlazak stanovništva. Posebno je teško, kaže, starijim i bolesnim osobama koje ostaju same u udaljenim mjestima.

"**Imate po terenu ljude koji žive pokraj ruševina, nemaju ni komšije, sami su u kućama. Medicinska sestra je možda jedina koja preko tjedna zaviri u kuću. Ti ljudi nisu samo medicinski slučajevi, njih treba njegovati, pogledati, kontrolirati, a oni ne mogu ništa ni u svojim kućama napraviti**", kaže on.

Pomoć u čišćenju i plaćanju računa

"Caritas" zbog toga, osim zdravstvene njege, pruža pomoć u čišćenju, pranju, kupovini i plaćanju računa.

Od brojnih projekata koje je "Caritas" realizovao tokom 40 godina, Aničić ipak posebno izdvaja kućnu njegu.

Kućna njega

"**Rekao bih kućna njega. Kroz nju su do sada prošle tisuće starih osoba. To je projekt koji traje već 33 godine i sigurno su to bile osobe koje su najugroženije**", kaže on.

Dom za stare i vrtić

"Caritas" danas vodi i dom za starije osobe sa 110 stanara, a aktivan je i dječji vrtić, za koji, kako kaže Aničić, postoji velika lista zainteresovanih.

"**Stalo nam je do toga da to bude miješani vrtić, nacionalno miješan. Sve su naše ustanove i zaposlenici miješani. Otvoreni smo za sve. Namjerno to želimo i moram reći da to lijepo funkcionira**", naglašava Aničić.

Govoreći o planovima i mogućnosti širenja postojećih projekata, Aničić kaže da želja i ideja ne nedostaje, ali da "Caritas" često mora birati šta je u određenom trenutku najpotrebnije.

Kao primjer navodi Dječji vrtić "Sveta Ana", za koji je ideja postojala još od 2000. godine, ali je realizacija morala čekati jer su druge potrebe bile hitnije.

"**Imate uvijek ljude koji trebaju jesti, koji trebaju neke osnovne stvari. I što ste planirali, donator vas pita što je prioritet. Ne može on sve pokriti. Negdje se morate uvijek odlučiti, pa kažete - sada su ljudi gladni, moramo to. Ili imamo bolesne djece kojima treba pomoći**", kaže Aničić.

Upravo na primjeru vrtića, koji je na

realizaciju čekao gotovo dvije decenije, Aničić objašnjava i kako "Caritas" gleda na buduće planove.

"**Možemo se zanositi lijepim idejama, ali stvarnost je nekako malo drugačija. To ne znači da ćemo odustati od toga. Kao i dječji vrtić, na koncu je došao, skoro 20 godina kasnije na red**", poručuje Aničić.

Jedan od dugogodišnjih programa je i finansijska podrška djeci kroz kumstva sa donatorima iz inostranstva. Nekada je na taj način pomoć primalo između 150 i 160 djece, dok je danas u programu između 60 i 70 mališana.

Internat za srednjoškolce

"Caritas" u Prijedoru ima i internat za srednjoškolce iz udaljenih i siromašnijih porodica, kroz koji je do sada prošlo 103 djece, dok u Banjaluci svakodnevno dostavljaju oko 30 kuvanih obroka ljudima kojima je takva pomoć potrebna.

Posebno mjesto među projektima zauzima i Socijalno-edukativni centar, kroz koji je obučeno više od 800 njegovatelja za starije osobe.

"**Nažalost, većina je otišla vani. Nisu našli posao ovdje**", kaže Aničić.

Upravo zbog odlaska mladih, "Caritas" je pokrenuo i projekte zapošljavanja, među kojima je "YourJob", kroz koji mladima pružaju savjetovanje, obuke za pisanje biografije, izradu poslovnog plana, sticanje radnog iskustva, ali i finansijsku podršku za pokretanje vlastitog posla.

U pojedinim fazama programa prijavljivalo se između 400 i 500 mladih, a dio njih je nakon stručnog osposobljavanja i rada u kompanijama dobio ugovore na neodređeno vrijeme.

Pomoć institucija Republike Srpske

Govoreći o podršci institucija, navodi da Republika Srpska trenutno pomaže dva njihova projekta, kućnu njegu i dostavljanje obroka, ali smatra da nedostaje sistemska i dugoročna podrška na koju bi humanitarne organizacije mogle računati.

"**To što dobijemo pokrije tri-četiri mjeseca, i to je to. Nema institucionalizirane pomoći, da se zna da to imate i da možete računati na to**", kaže Aničić. Ove godine je Kabinet predsjednika RS dao jednu veću donaciju.

Četrdesetu godišnjicu rada u "Caritasu" vide, prije svega, kao priliku da zahvale ljudima koji su tokom decenija nosili njihove projekte.

"**Imamo više od 100 osoba koje rade u 'Caritasu' na raznim projektima i red je jednom stati i reći hvala. Ima ljudi koji su se zalagali čak i više nego što su bili dužni. Ovo je prilika da kažemo hvala i donatorima i da im predočimo situaciju kakva jest danas, a ona nije idealna**", govori Aničić.

Otvaranje pučke kuhinje

Planova za naredne godine, dodaje, ne nedostaje. Među željama je otvaranje vlastite pučke kuhinje, u kojoj bi "Caritas" mogao pripremati obroke za veći broj ljudi.



"**Mi bismo željeli jednu pučku kuhinju. Ima veći broj onih kojima treba ručak. Imamo i farmu, krave i proizvodnju mlijeka i mesa, imamo i staklenike za proizvodnju povrća, tako da bismo imali i neke svoje proizvode**", objašnjava Aničić.

Socijalno stanovanje

Jedna od ideja je i socijalno stanovanje, prije svega za mlade bračne parove kojima bi na početku zajedničkog života određeno vrijeme bio obezbijeđen smještaj.

"**To bi bio jedan projekt koji bismo željeli ostvariti**", kaže Aničić, dodajući da postoje i ideje za veću pomoć osobama sa posebnim potrebama.

Preuzeto; nezavisne novine.com

Ljekaruša fra Jure Marčinkovića



Upala zglobova (artritis)

Pitanje

Muči me jak artritis u prstima i koljenima, a bolovi su nesnosni. Nikakvi mi lijekovi ne pomažu, čini mi se da mi je sve gore od njih. Kakva je to bolest i ima li prirodnih lijekova koji bi mi barem olakšali patnje?

Odgovor

Upala zgloba (arthritis), jednoga ili više njih, može biti akutna ili kronična, različitog povoda (infekcijska, reumatska) te samostojna ili u okviru neke druge bolesti. Najčešći je reumatoidni artritis – kronična upalna bolest vezivnoga tkiva, nepoznata uzroka, sa spontanim fazama poboljšanja i pogoršanja. Svaki novi napadaj ostavlja trajne promjene i oštećenje funkcije zgloba sve do invalidnosti. Najvažnije i najčešće upalne promjene događaju se na malim zglobovima šaka i stopala, iako mogu biti zahvaćeni svi zglobovi u tijelu, kao i vratna kralježnica. Glavni simptom upale jest oteklina i bol zahvaćenoga zgloba te jutarnja zakočenost. Upalne promjene karakteristične za reumatoidni artritis zahvaćaju zglobove simetrično. S obzirom na to da upalne promjene, osim zglobova, mogu zahvatiti i mišiće, tetive, krvne žile, periferne živce, srce, pluća, bubrege..., za reumatoidni artritis kažemo da je sustavna bolest. Četiri do pet puta češće pojavljuje se u žena nego u muškaraca. Kako je uzrok nastanka do danas nepoznat, tako ni liječenje nije jednostavno, odnosno ne postoji jedan lijek koji bi liječio uzrok nastanka bolesti ili spriječio njezino pojavljivanje.

Preporučujem sljedeće.

Grejp (Citrus paradisi). Imate li artritis ili uloge, svaki dan ogulite i pojedite 1-2 grejpa, zajedno s košticama koje treba dobro sažvakati. On razrjeđuje krv, izbacuje iz tijela otrovne tvari koje su proizvod bakterija, kao što su mokraćna kiselina i toksini. Osobito je djelotvoran kod uloga i reumatoidnog artritisa. Njegove koštice su najbolji antibiotik! No grejp smanjuje djelovanje nekih lijekova i zato se prije uzimanja treba posavjetovati s liječnikom.

Oblozi od trinja ili kamilice (Chamomilla recutita). Kad se pokosi trava, u njoj ima nekoliko desetaka ili stotina trava. Kad se osuši, nastane sijeno, a otpad od tih biljaka, tj. sijena (lišće, cvjetovi i vrhovi stabljika) odvoji se od sijena i može se skupiti; to je trinje. Kod artritisa su vrlo djelotvorni oblozi od trinja ili cvjetova kamilice. Stavite u gazu trinje ili cvjetove kamilice, ugrijte dobro u cjediljki iznad pare koja nastaje kuhanjem vode, a kad se dobro namoči i natopi parom, stavite oblog na bolna mjesta. Neka oblog bude vruć koliko možete podnijeti, a ostavite ga sve dok se potpuno ne ohladi, najmanje sat vremena. Činite to jednom na dan, najbolje navečer prije spavanja. Ponavljajte postupak sve dok se bolovi ne smanje. Oprez! Topli oblozi ne smiju se nikada stavljati kod jakih akutnih upala! Tada bismo mogli samo naškoditi. Osim toga, mora se pripaziti je li osoba alergična na trinje i kamilicu.



Oblozi od listova kupusa (zelja) i kelja. Najbolji su vanjski listovi kupusa ili kelja koji se inače bacaju. Listove operite, natucite i izvaljajte bocom na lanenoj krpi tako da izlazi sok, stavite na bolna mjesta, zamotajte folijom, a preko toga stavite ručnik. Činite tako svaki dan dvaput po sat vremena tijekom dana ili sat vremena navečer, a onda novi oblog ostavite preko cijele noći.

Oblozi od svježega sira. Stavite 250-500 g svježega sira

na gazu i onda kao oblog izravno na bolna mjesta. Ostavite na bolnom mjestu sve dok se potpuno ne osuši. Kod akutnih napadaja artritisa stavljajte obloge 6-8 puta na dan, ali uvijek svježe pripremljene!

Čaj od gomolja vražje kandže (Harpagophyti procumbentis radix). U pola litre hladne vode stavite dvije do vrha pune male žlice gomolja vražje kandže, ostavite preko noći (12 sati), podgrijte i procijedite. 74

Polovinu popijte ujutro, a drugu polovinu navečer. Pijte tri tjedna, tjedan pauzirajte pa ponovite još tri tjedna. Postoje i tablete te biljke koje se mogu uzimati umjesto čaja uz savjetovanje s liječnikom i prema priloženim uputama.



Čaj od koprive (Urtica spp.). U litru vrele vode stavite tri velike žlice sušene koprive (ako je svježe ubrana, onda šest velikih žlica), ostavite 10 minuta, procijedite te tijekom dana popijte toplo i na gutljaje. Čaj se pije sve dok napadaj traje, ali dobro ga je nastaviti piti i nekoliko tjedana nakon toga.

Čaj od korijandra (Coriandrum sativum). U šalicu vrele vode stavite dvije male žlice korijandra, ostavite 10 minuta, procijedite te pijte toplo i na gutljaje. Triput na dan popijte po šalicu. Čaj se pije sve dok napadaj ne prođe i onda još tjedan dana. Korijandar se spominje u Bibliji (Izlazak 16, 31 i Brojevi 11, 7) jer je nebeska hrana u Sinajskoj pustinji, mana, bila bijela kao korijandrovo zrno.

Čajna mješavina C. U šalicu vrele vode stavite malu žlicu mješavine od 60 g maslačkova korijena (Taraxaci officinalis radix), 40 g brezinih listova (Betulae pendulae folia), 40 g koprivinih listova (Urticae folia), 40 g cvjetova suručice (Filipendulae ulmariae flores) i 40 g gomolja vražje kandže (Harpagophyti procumbentis radix). Ostavite poklopljeno 15 minuta, procijedite te pijte toplo i na gutljaje. Čaj pijte nezaslađen svaki dan po šalicu pola sata prije doručka, ručka i večere. Pije se tri tjedna, slijedi tjedan stanke pa se kura ponovi.

Ulje Oruj-3. Najdjelotvornije je moje ulje koje se sastoji od čistih ulja 32 ljekovite biljke. Bolna mjesta navečer lagano izmasirajte uljem, zamotajte prozirnom folijom, a preko toga omotajte topli ručnik i ostavite preko noći. Ujutro skinite foliju, ne perite jer ulje i dalje djeluje, nego samo ručnikom obrišite znoj. Tek navečer prije spavanja operite vrlo toplom vodom. Tjedan dana masirajte svaku večer, a kasnije jedanput-dvaput tjedno. Uspjeh je, uz navedene upute, iznad svakog očekivanja. Oprez: kod akutnih upala i oteklina samo se uljem namažu bolna mjesta, ne pere se toplom vodom i ne stavljaju se topli oblozi! Kod svih akutnih upala stavljaju se isključivo hladni oblozi!

Iscjedina plodova divljega kestena (Aesculus hippocastanum). Sameljite 40 komada divljega kestena, prelijte ga litrom jake rakija (43% alkohola), ostavite 40 dana, svaki dan dobro protresite. Nakon 40 dana procijedite, stavite u tamnu bocu i dodajte 10 tableta aspirina ili andola od 300 miligrama koje treba usitniti, stući ili samljeti. Bolna se mjesta izmasiraju, može u svako doba dana, a najbolje je prije spavanja. Bolovi nestaju jer pripravak opušta namazane dijelove tijela, mišiće i živce. Iscjedina je izvanredna i kod svih bolova kostiju, mišića i išijasa. Prije upotrebe tinkturu dobro promućkati. Masirajte se svaki dan, sve dok bolovi ne prestanu.



Mućkanje suncokretovim uljem (Helianthi oleum). Pribavite bilo koje obično suncokretovo ulje, iako je najbolje hladno prešano. Suncokretovo ulje veže bakterije i izvlači ih preko jezika i usta iz tijela. Ujutro, kad se probudite, a prije nego ste išta govorili, jeli ili

pili, uzmite 1-2 velike žlice ulja i mućkajte 16 do 18 minuta po usnoj šupljini, ispljunite i operite usta toplom vodom. Nemojte grgljati, ispirati njime grlo niti stajati zabačene glave, da dio ne ode u ždrijelo. Nakon ispiranja vodom može se uzimati terapija i jesti obična hrana. Za svakog od nas, a osobito za bolesnike, bilo bi dobro da ujutro mućkamo ulje. U ustima se nalazi oko 22 milijuna bakterija, štetnih i korisnih. Samo na gornjoj površini jezika nalazi se oko 11,6 milijuna bakterija. Suncokretovo ulje u roku 16-18 minuta pokupi većinu štetnih bakterija i, kad ga ispljunemo, ono je bijelo kao mlijeko. Poslije 20 minuta, bakterije se postupno oslobađaju iz toga ulja i zato se ono drži najdulje 18 minuta. Neke znanstvene studije tvrde: kad bismo već kao dijete počeli mućkati svako jutro ovim uljem i to činili svaki dan, ne bismo nikad oboljeli ni od koje bolesti!



Tamjan (Boswellia spp.). U njemačkim, austrijskim i švicarskim klinikama i bolnicama neki liječnici liječe tu bolest, uz ostalo, i tamjanom. Bolesnicima daju triput na dan po jednu tabletu ili triput po dvije kapsule tamjana, a neki umjesto toga preporučuju mješavinu tamjana, mirte i zlata u obliku injekcija ili kapi. Sve se može nabaviti u ljekarnama, no takva se terapija mora provoditi pod nadzorom liječnika!

Preporučujem, uz savjetovanje s liječnikom, sljedeću metodu i način liječenja artritisa pomoću tamjana. Ima puno vrsta tamjana (Boswellia species, što se krati u spp.) koje se rabe u ljekovite svrhe jer sve sadržavaju ljekovite kiseline. Primjerice: ameero, bullata, carterii, 76 dalzielii, dioscorides, elongata, frereana, nana, neglecta, ogadensis, pirottae, papyrifera, popoviana, rivae, sacra, serrata, socotrana. Inače, biblijski tamjan potječe od biljke Boswellia sacra, raste u Omanu, Jemenu i Somaliji kao malo bjelogorično drvo, doseže visinu od 2 do 8 metara, s jednim ili više debala. Drvo počinje proizvoditi smolu kad ima 8 do 10 godina. Smola se izvlači stvaranjem maloga, plitkog reza na deblu ili grani stabla ili uklanjanjem dijela kore, bude isušena kao mliječna tvar koja se stvrdnjava u dodiru sa zrakom i prikuplja se ručno.

Tablete tamjana H-15. Poslije mućkanja suncokretovim uljem isperite usta, uzmite jednu tabletu tamjana, i to 15 minuta prije doručka. Dnevna doza je triput po jedna tableta, i to uvijek najmanje 15 minuta prije jela. Za djecu je dnevna doza upola manja, a najmanja djeca mogu uzeti samo triput po četvrtinu tablete.

Kapsule tamjana. Umjesto tableta možete uzeti kapsule tamjana, a dnevna je doza triput po dvije kapsule po 400 mg. U težim slučajevima uzmite pet puta po dvije kapsule, uvijek 15 minuta prije jela. Djeca uzimaju na dan triput po pola do triput po jednu kapsulu, ovisno o dobi i jačini bolesti. Terapija se primjenjuje u dogovoru s liječnikom.

Injekcije. Umjesto tableta i kapsula tamjana može se dati, uz strogi nadzor liječnika, mješavina tamjana, mirte i zlata u obliku injekcija ili kapi koje možete nabaviti u ljekarnama.



Tamjanovo ulje (Boswelliae aetheroleum). Tamjanovo ulje (5 do 10 kapi) korisno je prije spavanja staviti u tri do pet litara vrele vode. Kako se ono isparava, udišemo ga tijekom noći, a miris tamjana djeluje na cijelo tijelo.

Zmijski otrov. U Njemačkoj neki liječnici s velikim uspjehom liječe artritis, uloge i bronhitis injekcijama zmijskoga otrova. Otrov je pripremljen u vrlo malom omjeru s drugim dodatcima i onda se injekcijom daje bolesnicima. Redovito se daje 12 injekcija, a daju ih samo za to školovani liječnici. Uspjeh je iznad svakog očekivanja.

Dijetalna prehrana. Morate se dogovoriti s liječnikom što možete, a što ne

smijete jesti. Alkohol, pušenje i kavu morate ukloniti iz života. Kod osteoartritisa pomaže hrana s dosta svježega voća i povrća, što manje mesa i mesnih prerađevina. Morate izbjegavati životinjske masti, a upotrebljavati biljna ulja, u prvome redu od oraha i maslina.

Preporučujem namirnice koje sadržavaju mnogo vitamina A, B, C i E jer oni ublažavaju upale te odgovarajuću količinu željeza, kalcija, cinka, bakra, selena, mangana i esencijalnih kiselina. Iz prehrane treba izbaciti krumpir, rajčicu, patlidžan i papriku. Kod reumatoidnog artritisa treba jesti više masne ribe, svježega voća i povrća, osobito sirovoga i lisnatog, namirnice bogate bakrom, kalcijem, cinkom, kalijem, manganom, selenom, vitaminima B6, C, E i flavonima.

Preporučujem da se jedu češnjak, kupus, krastavac, artičoka, trešnja, limun, grejp, poriluk, ribiz, jabuka i grožđe. Korisno je svakodnevno jesti ananas. Jedite što manje namirnice koje proizvode kiselinu. Ovu dijetu provodite nekoliko mjeseci, a onda, ako je potrebno, prijeđite pod nadzorom liječnika na sljedeću dijetu: jedite ribu, smeđu rižu, sirovo i kuhano voće i povrće. Nakon dijete potpuno izostavite krumpir, mlijeko i mliječne proizvode, žitarice i njihove proizvode, sol, zasićene masnoće, šećer i crveno meso. Uz dijetu svakako pijte prethodno navedene čajeve.



Nastavit će se…

MOJE PUTOVANJE

GRAZ



Moji prijatelji s kojima putujem i ja boravili smo nekoliko dana u prelijepom Varaždinu, pa smo odlučili posjetiti Graz. Ovaj šarmantni grad smjestio se na sjeveru Gradačkog polja u predalpskom dijelu Austrije na rijeci Muri. Ime mu potječe od riječi gradec = mali dvorac. Od malog dvorca izrastao je u drugi grad po veličini u Austriji. Glavni je grad pokrajine Štajerske. U njemu živi oko 290 tisuća stanovnika, a među njima i sedam tisuća Hrvata.

Glavni trg (Hauptplatz) je uistinu glavni – središte je života u gradu. Kažu da je to najživlji i najživopisniji trg u Austriji. Trgom vlada Gradska vijećnica. Uz gradsku administraciju tu je i zgrada Pokrajinske vlade. Na trgu je zanimljiva fontana i spomenik nadvojvodi Ivanu, odnosno štajerskom princu, tako su ga zvali. Okružuju ga četiri ženska lika, koji simboliziraju rijeke: Muru, Dravu, Enns i Sann.

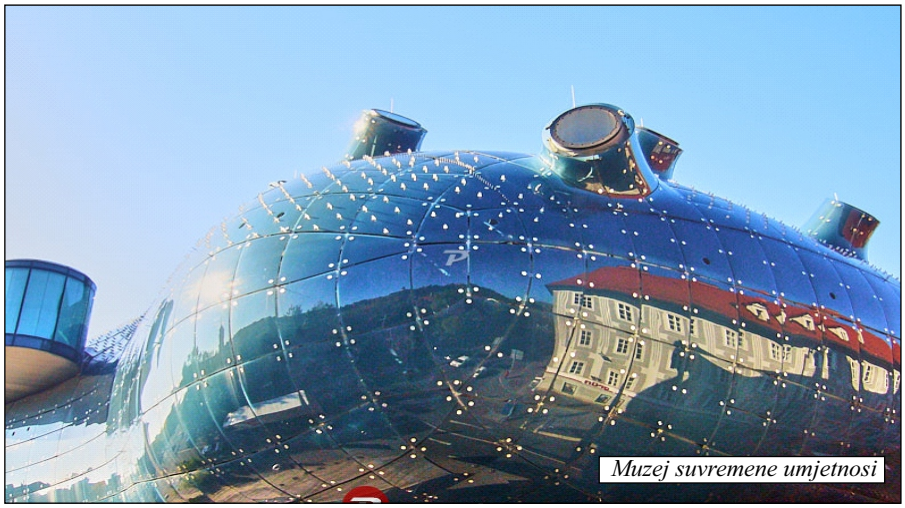
Do 18 stoljeća trg je korišten i za izvršenje kazni, odnosno javno sramoćenje. Ljude bi, zbog najsitnijih prekršaja zaključali u kavez ili ih tjerali


Zgrada gradske Vijećnice

da jašu drvenog magarca. Interesantan način kažnjavanja. Zanimljivo je da je u Grazu stolovao Fridrik III. (IV.), rimsko-njemački car (Innsbruck,1415 – Linz, 1493). Upravljao je u Koruškoj, Štajerskoj i Kranjskoj od 1442. Po smrti brata Albrechta II postao je njemački kralj, a potom car. U vrijeme stolovanja u Grazu Fridrika III. izgrađene su njegova rezidencija i katedrala (Domkirche) u gotičkom i baroknom stilu. U 15. stoljeću je harala kuga – smatrana Božjom kaznom, pa je na katedrali freska s molbom za oprost kako bi se oslobodili kuge. Gotovo u svim velikim europskim gradovima zbog pošasti kuge, ima neki spomenik molbe ili zahvale Bogu. Unutrašnjost katedrale je uistinu veličanstvena – obuzme vas svojim visokim svodovima, raskošnom dekoracijom i mnogobrojnim oltarima.

S tvrđave Schlossberg doživjet ćete najljepši pogled na grad. Možete se uspeti stogodišnjom žičarom ili suvremenim brzim dizalom (Schlossberglift). Prostor oko tvrđave pravo je cvjetno izletište. Tu je i pčelinjak kao izvanredni ekološki projekt za očuvanje pčela i promicanje ekološke svijesti. Napoleon nije uspio osvojiti tvrđavu, ali kada je pobijedio Habsburgovce naredio je njezino rušenje. Stanovnici su uspjeli velikim iznosom novca otkupiti toranj Uhrturm, kojeg zovu i satna kula. Na njemu su tri zvona: jedno je otkucavalo sate, drugo je upozoravalo na nesreće (požar i sl.), a treće je zvonilo tijekom smaknuća. Spustiti se možete i silaskom bajkovitim stubištem koje će vas dovesti na prelijepi trg.

Uhlandgasse je ulica u povijesnom dijelu grada. Uživat ćete u šarenim fasadama starih zgrada i raznolikim prodavaonicama u kojima možete


Muzej suvremene umjetnosi



Otok na Muri

kupiti umjetničke radove, odjeću, nakit… Odmoriti se možete uz kavu ili neki domaći specijalitet u nekoliko kafića i restorana.

Svakako ćete odahnuti u Augartenu – parku koji obiluje raznolikim zelenilom i šetnicama, a zanimljiv je i japanski vrt.

Graz je 2003. godine bio Europski grad kulture. Za tu prigodu izgrađen je Muzej suvremene umjetnosti u futurističkom stilu. Nekonvencionalna vanjština ovalna oblika sa zanimljivim pipcima, pa djeluje kao da je s neke nepoznate planete, a stanovnici ga i zovu „prijateljski izvanzemaljac “. Pokriven je s 1288 panela od akrilnog stakla koji omogućuju da prirodno svjetlo prodire unutra stvarajući neobične svjetlosne efekte.



Za proglašenje Europskim gradom kulture, u neobičnom stilu je izgrađen i Otok na Muri – Murinsel. To je brod čelične konstrukcije u obliku otvorene školjke stabiliziran sidrima. Tu se nalazi pozornica i kafić, a mostom je povezan s obalama Mure.

Nedaleko od Graza je dvorac Stainz izgrađen u 13. stoljeću. Preuređivan je više puta od srednjovjekovnog do renesansnog stila. Pored prelijepih vrtova tu je Muzej kočijaštva. Vrlo zanimljiva postavka svih vrsta kočija i vagona s opremom.

U Grazu je i Muzej percepcije. Nismo ga stigli posjetiti. Što bi moglo biti u takvu muzeju? Zadaća za sljedeće putovanje.

Graz je i grad biciklista. Biciklisti su nemilosrdni i zato dobro pazite da ne koračate biciklističkim stazama. Posebno me iznenadilo što je grad bogat slavinama iz kojih možete točiti vodu. Na svakoj je natpis na njemačkom i engleskom jeziku da je voda zdrava za piće.

Bilo je zanimljivo vidjeti ovaj grad bogate baštine i mnogo zanimljivih atrakcija. Pođite u Graz osvojit će vas šarolikim doživljajima.

Luca Koroman

ZNALI SU NAM PRECI ŠTO GA NAZVAŠE TAKO



Hercegovačka Himalaja: Planina imena gromovnika, ćudi zvijeri i ljepote božanstva.
Mnogi ga nazivaju hercegovačkim Himalajama, Dino Kasalo zvao ga je planetom, a o njemu je pisao Vladimir Nazor "Grozan kad prozbori, strašan kad zašuti". Stari Slaveni dali su mu ime po Perunu središnjem mjestu slavenske mitologije vječna je borba neba (boga Peruna) i zemlje i podzemlja (boga Velesa). Borba reda i kaosa, ljeta i zime. Veles Perunu krade stoku, krade i ženu Mokošu, a Perun ga progoni munjama. Perun uvijek "pobijedi" Velesa, tjerajući ga u podzemlje, ali Veles se uvijek vraća. Iz godine u godinu.

Stari Slaveni toponimima su često davali imena po svojim bogovima. Onima najvećim, najstrašnijim, po dva glavna božanstva svoje mitologije - Perunu i Velesu. Poput bugarskih Pirina i Vitoše i Hercegovina svojim divovima dade imena po Perunu i Velesu - Prenj I Velež.

Najveći masiv Dinarida

Prenj je planinski masiv u središtu Dinarida. Na deset se mjesta uzdiže iznad 2.000 metara, a na najvišem među njima, Zelena glava bdije nad Hercegovinom s 2.115 metara nad morem.

Ispresijecan je dubokim glacijalnim dolinama, išaran vrtačama i humcima, strane su mu obojene šumama. I Neretva od njega strepi. Obilazi ga u širokom luku od Glavatičeva do Mostara. U svojoj očnoj duplji čuva svoje gorsko oko, Boračko jezero.

Zbog svoje geološke građe, pri vrhovima je bezvodan, a u podnožju vodu Neretvi šalje preko nekoliko rijeka - Baščice, Draganske rijeke, Suvave, Šanice i tri Bijele. Konjičke, Jablaničke i Mostarske.

Blizina mora, reljef i visina podarili su mu surovu promjenljivu klimu. S juga ga pokušava preskočiti mediteranska, sa sjevera kontinentalna. Bore se oko njegovih vrhova i od Prenja stvaraju prostor najpromjenljivije mikro klime. Na njemu nije rijetkost snijeg u kolovozu.

Grozan kad prozbori, strašan kada šuti

Stihovi su to Vladimira Nazora koji jasno zbore o ćudi Prenja. Nagle promjene vremena, surovost njegovih vjetrova, nepristupačnost litica i škrapa i apsolutni nedostatak cesta na najvećem dijelu masiva stvorili su od Prenja i jednu od najtragičnijih planina. Planinarske nesreće su česte, smrtni ishodi također. Na Prenju su živote gubili i planinari rekreativci i iskusni alpinisti.

Hercegovački Himalaji

Prenj mnogi nazivaju hercegovačkim Himalajima. Zbog zadivljujućih izgleda, golemog, dolinama neznanog prostora, divljine i surovosti. Još od prvih turista i planinara Prenj je mnogima odredište koje se bar jednom mora posjetiti.

Područje Prenja privlači planinare, penjače, skijaše i snowboardere, kampere. Za one žedne ležernijeg iskustva, nudi mjesta prekrasnih pogleda, šume bogate divljim životom, spektakularno noćno nebo.

U podnožju grli tri grada, tri hercegovačka bisera prepuna lokalne baštine, kulture i sporta: Konjic, Jablanicu i Mostar.

Baš poput Peruna, Prenj i danas, u mislima onih koji ga posjetiše, izaziva strahopoštovanje staroga božanstva.

https://bljesak.info/magazin/zanimljivosti/hercegovacka-himalaja



HUMOR.HUMOR.HUMOR.HUMOR.

Odabrali smo za vas...

Čovjek koji nije znao čekati

Pripovijest iz Kine glasi: Neki je čovjek svoju malu njivu dobro pripremio, uzorao i zasijao. Čudi se što prvih nekoliko tjedana sjeme tako sporo niče. Kod svog susjeda je vidio već jake zelene klasove. Iz dana u dan postajao je sve nestrpljiviji.

Od brige nije mogao ni spavati. Napokon smisli bezumnu ideju. Otrča na svoju njivu i započe male, nježne vlati navlačiti prema gore. To bijaše, naravno, mučan posao, ali konačno je bio gotov. Susretne na putu susjeda i pohvali se da je pomogao svome žitu rasti. Znatiželjnici otrčaše na njivu. Vidješe sve uništeno I uvenulo.
I još dugo su u tom selu ismijavali čovjeka koji nije znao čekati.

Dvojicu misionara, na njihovom putu, ugostila je jedna velikodušna obitelj. Nisu htjeli biti nepristojni pa nisu odbijali ponuđeno vino. Kada su se vraćali u samostan, kaže jedan drugome: - „Hajde ti ostani iza mene i gledaj hodam li ravno.“ Nakon što je prohodao nekoliko metara upitao je subrata: - „Jesam li hodao ravno?“ – „Ti jesi hodao ravno, ali ne razumijem tko je ovaj koji je išao uz tebe.“

Jednu stranicu župnih novina župnik je posvetio muškarcima:
Kada ste se rodili, na kršenje vas je donijela majka;
kada ste se ženili, dovela vas je supruga; kada umrete, donijet će vas prijatelji. Ne biste li barem jedanput mogli doći sami?

Ide li ulje na vruću ili hladnu tavu?

Možda zvuči kao sitnica, ali redoslijed nije baš nevažan. Ako ste dosad ulje dodavali bez puno razmišljanja, vrijeme je da provjerite radite li to kako treba. Jedan mali korak može napraviti razliku u pripremi jela, a ovaj savjet vrijedi zapamtiti za svako sljedeće kuhanje.

Ako želite dobro zapeći meso, ribu, povrće ili napraviti kratko prženje, tava se najprije zagrije, a zatim se doda ulje.



Ulje na zagrijanoj tavi

Tako se ulje brzo zagrije na radnu temperaturu i namirnica odmah počne cvrčati. To pomaže stvaranju zapečene površine i smanjuje šansu da se hrana dugo "kuha" u vlastitoj vodi jer će tako teško dobiti boju i okus koje priželjkujete.

Kod hladne tave događa se nešto drugo: ulje se polako zagrijava zajedno s posudom. To nije uvijek pogrešno, ali nije idealno kada želite snažno zapeći odrezak, komade mesa, gljive ili tikvice.

Ulje na hladnoj tavi

Postoje ipak situacije u kojima je hladna tava sasvim poželjna. Ako želite polako otopiti masnoću iz pancete, pačjih prsa ili nekog drugog masnijeg komada, bolje je krenuti s hladnom tavom kako bi se mast postupno topila prije nego što površina počne jako tamnjeti.

Slično vrijedi i kada se češnjak ili začini lagano aromatiziraju u ulju: tada se ulje i aromatični sastojci zajedno zagrijavaju i to uvijek na slabijoj vatri kako ne bi izgorjeli.

Bitno je ne pretjerati s temperaturom. "Vruća tava" ne znači da se ulje treba dimiti. Kad se to dogodi, već je na previsokoj temperaturi za većinu vrsta pripreme i okus može postati neugodan, piše Slobodna Dalmacija.

Evo kako nikad više nećete doći u nedoumicu - zapamtite jednostavno pravilo: za zapečenu koricu i brzo pečenje najprije zagrijte tavu pa dodajte ulje; za polagano otapanje masnoće i nježno aromatiziranje možete krenuti iz hladne posude.

HODOČAŠĆE U MEĐUGORJE - SUSRET S VJEROM I MOLITVOM







Vjernici naše župe hodočastili su 23/24.10.2026. godine u Međugorje, jedno od najpoznatijih marijanskih svetišta gdje se okupljaju ljudi iz cijeloga svijeta tražeći mir, nadu i duhovnu snagu.

U ozračju molitve i zajedništva i pobožnosti Gospi, hodočasnici su imali priliku zastati u svakodnenoj žurbi, obnoviti svoju vjeru i uputiti svoje molitive za obitelj, zdravlje, mir i sve potrebe svojih bližnjih.

Ovo hodočašće bilo je više od samog putovanja, bilo je vrijeme duhovne obnove, zahvalnosti i međusobne povezanosti.

S pouzdanjem u Gospin zagovor, vratili smo se svojim domovima obogaćeni mirom u srcu i ohrabreni da svoju vjeru živimo svaki dan. Neka nas Gospa Međugorska prati svojim zagovorom, čuva naše obitelji i vodi putem vjere, ljubavi i mira.

Viki











Nema raja bez rodnoga kraja!