



Broj 86. Kolovoz, 2010.

GLASNIK

KOTORVAROŠKOG KRAJA



Živjeti, kršćanski - što to znači?

**S ljubavlju i dobrotom
činiti u svijetu sve što nam je moguće,
ne kloniti se
odgovornosti,
s mirnoćom podnositi
svoju nesavršenost,
živjeti ispunjen povjerenjem
u Božje milosrđe.**

**Gospodine, daj nam mudrosti i snagu
da u svom krugu djelovanja
činimo sve što možemo,
da zbog neuspjeha
ne očajavamo,
da ostanemo mirni,
poznavajući tvoju milost.**

Anette Feigs



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, fra Anto
Šimunović, fra Petar Karajica, fra
Marko Bandalo, fra Zoran Mandić,
fra Stipo Karajica, fra Vinko Jelušić,**

Glavni urednik: Fra Anto Šimunović

Tehnička obrada: Viktorija Barišić

Lektorica: Luca Koroman

Tiraž: 500 primjeraka

Tiska: "RC Print" Kotor Varoš

Časopis izlazi dvomjesečno

Primjerak besplatan



Ima u Jakotini 2010. godine



Sveti Ilija prorok zaštitnik je Bosne. Mnoge župe u Bosni imaju ga za patrona – zaštitnika (Zenica, Kiseljak, Novi Šeher, Koričani, Kandića i dr.) Također, ima mnogo grobljanskih kapelica posvećenih njemu. Tako, u našem kotor-varoškom kraju, u sve tri naše župe

imamo kapelice posvećene Sv. Iliji.

U župi Kotor Varoš svetom Iliji posvećena je grobljanska kapelica u Duratovcima, u župi Vrbanjci kapelica u Plitskoj, a u župi Sokoline filijalna crkva u Jakotini.

Ove godine, da bi ih bilo što više, Jakoćani su svoga zaštitnika

odlučili proslaviti u subotu najbližu blagdanu sv. Ilije, 17. srpnja. Već u petak, veći broj Jakoćana, preko novoga mosta, ali po lošem putu dovezao se do svoga sela. Tu su proveli predivnu noć. Na sami patron, u 11.00 sati proslavili smo svetu misu koju je predvodio župni vikar iz Podmilačja, sin našega kraja fra Vinko Jelusić. Uz domaćeg župnika fra Marka Bandala, na misi su bili i vlč. Anto Ivić, rodom iz Plitske, svećenik požeške biskupije, kao i kotorvaroški župnik fra Anto Šimunović. Na sv. misi bilo je nazočno oko 130 vjernika, koje je propovjednik ohrabrio da ustraju u ljubavi prema rodnom kraju kao i prema vrednotama za koje se cijelim svojim bićem borio i zalagao sv. Ilija prorok. Iako je bilo vistinu vruće vrijeme, poslije sv. mise okupljeni vjernici nastavili su lijepo druženje uz nogomet i zajedničku zakusku.

Fra Anto Šimunović

Novo Selo 2010. godine

Ovogodišnje druženje Novoselaca bilo je 17. srpnja 2010. Druženje je započelo u 13.00 sati sv. misom kod zavjetne kapelice posvećene Blaženoj Djevici Mariji. Sv. misu predvodio je kotorvaroški župnik fra Anto Šimunović uz nazočnost oko 40 vjernika. Unatoč vreloj ljetnoj dani, nazočni su strpljivo sudjelovali u sv. misi. Župnik ih je pohvalio na naporima koje poduzimaju za očuvanje svoga kraja i pozvao ih da se uz vlastite snage, također, uzdaju u pomoć moćnih, nebeskih zaštitnika. Poslije mise i osvježenja ispred kuće Ilije Kovačića, druženje je nastavljeno zajedničkim ručkom.

Ovo druženje je organizirala udruga građana Novo selo koja se istinski bori za boljitak svoga sela a



samim time i cijeloga našega kraja. Istinski naponi sigurno neće ostati

bez pravoga ploda.

Fra Anto Šimunović



Hrana u Plitskoj

U nedjelju, 18. srpnja svetom misom u 11.00 sati Plićani, zajedno s ostalim žiteljima našega, kotorvaroškog kraja, koji su mogli doći, proslavili su na groblju u Plitskoj svetoga Iliju proroka, zaštitnika svoga mjesta i cijele Bosne. Svetu misu je predvodio vlč. Anto Ivić, po rođenju Plićanin, a sada svećenik Požeške biskupije. Na misnom slavlju sudjelovalo je više od stotinu vjernika. Uz vlč. Antu bili su fra Anto Šimunović, fra Marko Bandalo i fra Vinko Jelušić. Velečasni Anto pozvao je u propovijedi nazočne da se uvijek u životu drže onih vrednota koje su krasile i sv. Iliju, a to je bezgranično povjerenje u Boga i ljubav prema rodnoj grudi i svome narodu bez obzira na poteškoće na koje se može naići. Sve se one mogu svladati uz Božju pomoć.

Nakon svete mise nastavljen je druženje oko uz hranu i piće koje su vrijedni Plićani pripremili i počastili sve nazočne. Više od same



hrane i pića bilo je zajedništvo kojemu ljepotu daje mjesto zbivanja – rodni kraj. Svako naše druženje završava se sa željom za što skorijim i češćim druženjima u krajevima gdje smo ponikli i svijet ugledali.

fra Anto Šimunović

Novi pokrov na crkvi sv. Leopold

Crkva sv. Leopolda u Zabrđu, filijalna crkva kotorvaroške župe, za vrijeme rata bila je dosta oštećena. Ipak, uspjelo ju se djelomično sanirati da je u njoj bilo moguće s vjernicima slaviti svete mise. No, zub vremena i ratna oštećenja natjerali su nas da razmišljamo o radikalnijoj obnovi, posebno što je krov već godinama prokišnjavao. I tako, uz traženja rješenja dogovoreno je da građevinska firma Komotin iz Jajca izvede potrebne radove na crkvi sv. Leopolda. Poslovi su započeli 19. srpnja. Skinut je stari lim, zamijenjen i pojačane oštećene grede i grede, postavljen novi lim tamnosmeđe boje, a u tijeku je radikalno saniranje i ostalih oštećenja na crkvi.

Iako je dobar dio sredstava za ove

poslove osiguran, mi očekujemo i vašu pomoć koja nikada nije izostala kada je trebala.

fra Anto Šimunović



Trodnevnica

Trodnevnice uoči Gospojine bile su dobro posjećene. Dosta mladih a i veliki broj starijih župljana hodočastio je pjeckice iz Podbrđa, Zabrđa, Kotor Varoša i okolnih sela. Naši svećenici fra Marko, fra Anto i fra Zoran u svojim propovijedima osvrnuli su se na majku, naš ovozemaljske majke i na našu Nebesku majku, pa slušajući njihove propovijedi mogli smo se sami zapitati kakvi smo mi prema svojim majkama koje uvijek i u svim prilikama brinu i misle o nama - svojoj djeci. Posebno lijepo je bilo vidjeti veliki broj djece koje su roditelji doveli. Vrijeme nam je bilo naklonjeno pa su zbilja mnogi uživali u prekrasnoj ali pomalo pustoj i tužnoj sokoljskoj prirodi.

Fra Marko Bandalo





Krizma u Vrbanjima

Sigurno jedan od najvažnijih događaja u ovoj godini za župu sv. Franje Asiškog, Vrbanjci jest proslava sakramenta POTVRDE koja je bila u subotu, 31. srpnja u župnoj crkvi u Vrbanjima. Iako na području župe trenutno ne živi ni jedno dijete u dobi za primanje sakramenta potvrde ipak smo ga svečano proslavili. Naime, jedna skupina Vrbanjčana koji žive i rade u Švicarskoj a imaju djecu u dobi za primanje sakramenta potvrde željeli su da njihova djeca prime taj sv. sakrament u svojoj rodnoj župi. Srećom da se i otac biskup Franjo Komarica mogao prilagoditi njihovom terminu. Nakon toga sve je bilo u redu. Djeca su bila lijepo pripremljena. Najveći broj, njih, petero spremala je suradnica pri HKM St. Gallen gospođica Dragica Bošnjak, jedno se spremalo u Njemačkoj, jedno u Hrvatskoj i četvero u župi Kotor Varoš. Zanimljivo je da su svi iz Vrbanjaca jednog prezimena, Piličić. To su: Ivana, Antonija, Katarina, Terezija, Josip, Matej i Lukas. Iz Kotor Varoša bili su Marijana, Irena i Petar Verić,

svi iz jedne obitelji i Veljko Vidaković. Svi oni su se vrijedno pripremili, a zadnji tjedan su zajednički finirali svoju pripravu. U petak, 30. srpnja bila je zajednička ispovijed za krizmanike, njihove roditelje i kumove. Sve je bilo spremno za veliki dan. Iako je subota bila tamna i kišovita, ipak se mogla osjetiti uz malu napetost, razigrana radost mladosti. Oko 10.00 sati stigao je otac biskup. Nakon svečanog ulaska u crkvu, molitve i blagoslova te pozdrava upravitelja župe fra Anto Šimunović, biskup je održao lijepu katehezu o sakramentu potvrde usput pomalo ispitujući krizmanike. Otac biskup bio je zadovoljan znanjem i pripremljenošću krizmanika koje je pomalo kočila neizbježna trema. Točno u 11.00 sati počela je sveta misa. Uz oca biskupa suslavili su fra Anto Šimunović, župnik kotor-varoški i upravitelj župe Vrbanjci, fra Marko Bandalo, župnik sokoljski i fra Pero Karajica, župnik u župi Dobrinja u Sarajevu. Pjevanje na misi sviranjem je animirala krizmanica Ivana Piličić uz pomoć ostalih krizmanika i

okupljenih vjernika. Otac biskup u nadahnuću propovijedi posebno je pohvalio ljubav roditelja djece prema rodnome kraju i ohrabrio ih je da i dalje svojoj djeci ulijevaju tu ljubav prvenstveno svojim primjerom. Posebno je pozvao krizmanike da se otvore Duhu Svetome i da darove koje ima duh sveti daruje u sakramentu potvrde iskoriste i za vlastiti rast u vjeri i za dobrobit cijele Crkve, svoga naroda i kraja. Upozorio ih je da se ne prepuste svemu što im nudi svijet u kojemu žive već da im kriterij u odabiru budu one vrednote i mjerila kojima nas uči naša vjera. Na kraju, biskup je pohvalio pripremljenost krizmanika i samu organizaciju ovoga velikog slavlja i za župu Vrbanjce i za cijeli naš kraj. Poslije misnog slavlja otac biskup obišao je one koje je mogao i kod njihovog obiteljskog stola, ali samo nakratko jer je morao žuriti na put. Krizmanici i njihovi roditelji u krugu svojih obitelji, kumova i prijatelja nastavili su slavlje do večernjih sati. Dao Bog da u našem kraju bude što više ovakvih slavlja koja mu vraćaju život.

Fra Anto Šimunović





Gospa od anđela

Na početku mjeseca kolovoza (28.) Crkva slavi blagdan Blažene Djevice Marije Anđeoske, Gospu od Anđela ili Porcijunkulu. To su samo različiti nazivi iste svetkovine. Taj dan Crkva podjeljuje potpuni oprost svima onima koji u bilo kojoj franjevačkoj crkvi sudjeluju na sv. misi, pristupe sakramentu ispovijedi i pričesti te izmole Vjerovanje, Očenaš, Zdravomariju i Slava Ocu na nakamu Sv. Oca za potrebe Crkve. Ove godine imao sam sreće te sam se našao u župi koja upravo Blaženu Djevicu Mariju Anđeosku ima za svoj patron. To je župa Seavetska Sopnica gdje se nalaze već dokazani prijatelji našega, kotorvaroškog kraja, fra Zdravko Dadić i naš fra Stipo Karajica. Budući je ljeto, radni dan i vrijeme godišnjih odmora središnje misno slavlje bilo je u 19.00 sati. Unatoč vrelom ljetnom danu okupilo se oko tisuću vjernika. Bio je i lijepi broj svećenika koji su prije sv. mise marljivo ispovijedali pristigle vjernika. Na svetoj misi nadahnuo je propovijedao fra Vinko Siđaja,



župnik iz Bugojna koji je nazočne pozvao da u životu nasljeduju primjer Blažene Djevice Marije, utječu se njezinu zagovoru i da se posebno otvore Božjoj milosti i ponuđenom nam opraštanju.

Na kraju sv. mise župnik je svima zahvalio te pozvao sve nazočne na zakusku koju su marljivi župljani njihovi prijatelji i darovatelji pripremili. Tu je bio i lijepi broj

naših Kotorvarošana koji žive u ovoj ili u obližnjim župama. Mi smo već iskusili gostoljubivost ove župe, njezinih svećenika i župljana kada smo imali svoj susret 4. srpnja ove godine. Uz okrepu i osvježenje za lijepo raspoloženje pobrinuli su se tamburaši, jedan gajdaš a ponajviše srdačnost domaćina, župljana župe Seavetska Sopnica.

Fra Anto Šimunović

Susret domaćina

11. kolovoza 2010. godine u našoj «ljepotici» organiziran je susret domaćina naše župe. Susret je inicirao župnik fra Anto Želeći da što više župljana susretne jer u ovo vrijeme blagdana Gospojine i sv. Roka čovjek htio ne htio ne uspije mnoge ljude susresti, a ako i uspije mnogi ne znaju ili nisu dovoljno upućeni što se događa, događalo i što se planira u župi učiniti.

Mnogi župljani su se odazvali pozivu i to je ono što čovjeka čini hrabrijim i sretnijim. Sretnijim jer se vidi ljubav prema rodnom kraju, crkvi, svećeniku, a hrabriji jer se vidi da ljudi žele i vole da obnavljaju svoj rodni kraj, crkvu, groblja, svoje svetište. Župnik se obratio prisutnima te ih upoznao s dosadašnjim radovima. Obavijestio ih je da su završeni većinski radovi

na sanaciji crkve sv. Leopolda u Zabuđu koja je vapila za novim duhom, da je potpisan ugovor za našu ljepoticu za postavljanje podkamenja i sveru ostalom bitnom vezano za župu. Nakon toga u župnom dvorištu nastavljeno je druženje uz hranu i piće. Baš jedno krasno i lijepo druženje za koje se

namam da će imati jednu tradiciju.

Sutradan 12. kolovoza u večernjim satima okupili su se mladi pristigli iz svih krajeva skupa s mladima koji borave u župi, te je nastavljeno druženje uz zakusku i piće. Sač koji su pripremili Joža i Mitar brzo je nestao, ali druženje je potrajalo do kasno u noć.

Viki





Gospojina



Poseban dan za sve nas je 15.8., a poseban za župu Sokoline. Djeluje pomalo nestvarno jer taj dan Sokoline ožive. Od ranog jutra mogle su se vidjeti kolone pješaka, automobila. Svijet pristigao sa svih strana iz svih zemalja, pa čak i kontinenta. Preko stotinu hodočasnika pješaka na čelu s fra Vinkom Jehušićem pristiglo je iz župe Podmilačje. Jedna mlada hodočasnica iz Podmilačja je stigla bosa.

Ranu jutarnju misu u 9.00 sati predvodio je fra Marko Bandalo sokoljski župnik, a pučku misu u 11.00 sati predvodio je naš Novoselac magr. Berislav Grgić biskup najsjevernije katoličke biskupije u svijetu - Tromsø u Norveškoj. Uz biskupa nazočni su bili sokoljski župnik fra Marko Bandalo koji je pozdravio sve prisutne kolege svećenike, časne sestre, pristigle vjernike, fra Anto Šimunović, fra Pero Karajica, fra Zoran Mandić, fra Vinko Jehušić, fra Mišo Sirovina, vlč. Slavo Grgić i

vlč. Ivo Nedić. Prekrasna slika naših svećenika, naših katorvarošana i časnih sestara koji su taj dan došli pozdraviti sokoljsku Gospu kao i prisutne vjernike. Biskup Berislav u svojoj propovijedi osvrnuo se na Nebeaku majku, na ovozemaljski život ovdjeina životiljude u Norveškoj.

Pod pučkom misom magr. Berislav je krstio i dvoje djece:

Lucianu Biškić i Niku Maehmela.

Nakon svete mise za sve svećenike, časne sestre, goste župnik fra Marko i Udruga raseljenih katorvarošana su pripremili ručak. Poslije ručka silno mnoštvo svijeta se slilo na Rokovo groblje na Uočnici u 18 sati koju je predvodio fra Juro Tokalić (rodom iz Dobretića) misionar u Keniji.

Fra Marko Bandalo





Rokovo 2010. godine

Svake godine naš kotorvaroški kraj posebno oživi u prvoj polovici mjeseca kolovoza. Naša, hrvatska sela se ispunju, dvorišta i okućnice se uređuju, bruje kosilice, usisivači kupe prašinu, perilice rade punom snagom, posteljine i ostala roba ispunile žice i raznovrsne konopce razvučene po dvorištima i suše se, pusti putovi postali pravo prometni, mnogi ljudi se oduševljeno susreću, osjeća se radost i sjetu. I žene su oživjele jer su i „rujnice“ stigle na vrijeme pa svi koji su prije znali njihova staništa nisu se vratili praznih ruku. Da nema onih zapuštenih kuća, kao i nekih novih sa stranim likovima, čovjeku ne bi ništa bilo neobično. Zato kad se vratimo u našu stvarnost možemo jedino reći da je ovo trenutno stanje tek idila. Kako god bilo, svi smo znali da ono što nas okupi u rodni kraj jest **ROKOVO**, to jest proslava svetkovina **VRLIKE GOSPE** na Sokolinama i Svetoga Roka na Rokovu groblju.

Proslava Svetoga Roka započela je sv. misom uoči uoči u nedjelju, 15. kolovoza u 18.00 sati. Svetu misu predvodio je naš misionar u Keniji fra Juro Tokalić, rodom iz župe Dobretići. Na svetoj misi je bio lijep broj vjernika, možda oko 3000 i više. Fra Juro je pozvao okupljene da hrabro svjedoče svoju pripadnost Crkvi, narodu i zavičaju. Mi smo

pokupili i posebnu milostinju za misije. Prikupljeno je 1240 Eura na čemu je fra Juro iskreno zahvalio i zazvao božji blagoslov na sve darovatelje.

I ove godine kapela na Rokovu groblju je obnovljena i uljepšana. Krasc ju dva prozora, vitraja s likovima sv. Roka i sv. Ivana Krstitelja. Iako su vitraji bili isplaćeni, onaj s likom Sv. Ivana Krstitelja platili su hodočasnici i ostali župljani župe Podmilažje. Preostali novac bit će upotrijebljen za isplatu zemlje kupljene za potrebe Rokova groblja i svetišta sv. Roka. Ove godine svetom misu smo slavili na novom oltaru koji je dar obitelji Ilije Kljajića – Pejavića. Na sam dan sv. Roka imali smo sv. mise u 9.00 i 11.00 sati. Glavnu sv. misu u 11.00 sati predvodio je sin našega kraja, biskup u Norvečkoj, msgr. Berislav Grgić, rodom iz Novog Sela. U propovijedi, biskup je predstavio vjernicima lik sv. Roka kao istinskog nasljedovatelja Isusa Krista te izrazio svoju radost da je s nama zajedno mogao proslaviti ovoga moćnog zaštitnika našega kraja. Iako su mnogi vjernici morali već u nedjelju vratiti se na svoja radna mjesta, ipak se okupilo oko 5000 i više vjernika. Biskup ih je posebno ohrabrio da uz zajedništvo na sv. misi

drže i zajedništvo obiteljskog stola. Ove godine iz župe Podmilažje s fra Vinkom Jehušićem stiglo je pjekeice 98 hodočasnika. Jedna djevojka je cijeli put prepječala bosa donoseći tako svoj zavjet i zahvalu Bogu. Poslije sv. mise imali smo zajednički ručak kod Rokova groblja. Na ručku je bio nazočan i načelnik općine g. Nedeljko Knežević kao i predsjedavajuća općinskog vijeća gospođa Enisa Božićković. Od aktualnih predstavnika civilne vlasti našega entiteta bio je nazočan dopredsjednik g. Davor Čordaš i g. Ivo Kamenjašević, jedan od kandidata za novog dopredsjednika. Na ručku, župnik fra Anto podijelio je u znak zahvalnosti slike naše „Kotorvaroške Ljepotice“ biskupu Berislavu, dopredsjedniku Davoru Čordašu, načelniku općine g. Nedeljku Kneževiću i bivšem kotorvaroškom župniku fra Peri Karajici. Slike su ručni rad sestre milosrdnice Željke Zeba.

U popodnevnom satima odigrao se i podbrski rokovski turnir na kojem je sudjelovalo 10 ekipa.

Nadam se da će i ovogodišnje Rokovo biti poticaj onima koji su bili tu doći i dogodine, a onima koji rjeđe navraćaju poziv da češće dođu u rodni kraj.

fra Anto Šimunović





Radovi u župi

Kada se pogleda vrijeme od početka obnavljanja crkava, kapela i grobalja i župnih kuća u našem kotorvaroškom kraju, mora se priznati da je urađeno i više nego se moglo očekivati gledom na situaciju u kojoj se našao hrvatski živalj kotorvaroške kotline. Međutim veliko srce i ljubav našega čovjeka prema Crkvi i rodnom kraju učinila je da ponovno zablista i naša „Kotorvaroška ljepotica“ ali i druge crkve i sakralni objekti našega kraja. Međutim, ostalo je još puno toga što je trebalo uraditi. Uz to, otvorile su se i nove potrebe.

Tako je na red došla i crkva sv. Leopolda u Zabrđu. Pomalo krpljena, odolijevala je vremenu, ali je krov sve više popuštao, na zidovima su tragovi vlage bili sve veći, vodom ali metcima oštećena cigla „bola je u oči“, tako da je trebalo nešto poduzeti. Bez nekih inicijalnih sredstava, ali s povjerenjem u naš narod mi smo se dogovorili s firmom Komotin iz Jajca i oni su u drugoj polovici srpnja ove godine započeli radove. Zamijenjen je cijeli krov, oštećena cigla, nanovo okrečena cijela crkva, obojen toranj, potpuno obnovljena vjeronaučna dvorana. U tijeku radova stigle su nam obavijesti o donacijama koje smo tražili. Dobili smo obavijest iz Ministarstva za raseljena lica i izbjeglice BiH da su nam odobrena sredstva. To moramo posebno zahvaliti preporukama g. Davora Čordaša ali stručno uređenom projektu koji je napravila i poslala naša Viktorija Barišić. Samo nekoliko dana nakon te obavijesti obradovani smo se vidjeli u Večernjem listu da smo dobili donaciju i od Republike

Hrvatske.

Ohrabreni time nastavili smo s radovima u našoj „Ljepotici“. S gospodinom Mirom Šaravancem iz Širokog Brijega i njegovom firmom „Alka“ potpisali smo ugovor o nastavku radova u unutrašnjosti crkve – kameni dio poda. Ugovor je vrijedan oko 87.000 KM a radovi bi trebali biti gotovi u roku od dva mjeseca. Jedan dio sredstava za te radove smo imali, jedan dio smo dobili na Rokovo, a očekujemo i pomoć naših ljudi koja do sada nije izostala.

Naravno, nisu zapostavljane ni druge potrebe. Tako je postavljen zvonik i zvono na kapelu Sv. Petra na Bilčanskom groblju, dar obitelji Ante Marčinkovića – Sokoljkića, urađena nova ograda na tri strane, daljnji radovi se očekuju. Kod Zabrđskog groblja osnovan je odbor tako da je

did Rus rasterećen, urađen je put i na baščinskom groblju bilo je radova; obnovljena je kapelica na groblju s imatinovih planova.

Najpoznatije groblje našega kraja jest Rokovo groblje koje zavrjeđuje pažnju onih koji su u njemu kopaju ali cijeloga našega kraja jer je u njemu i svetište sv. Roka, svetište naše kotorvaroške kotline. U ovoj godini osvijetljen je križ na zvoniku, urađeni su vitraji – oslikani prozori s likom sv. Roka i sv. Ivana Krstitelja, nabavljen novi oltar. (u slijedećem broju Glasnika imat ćemo potpuniju informaciju o svemu urađenome ali i o planovima za budućnost ovoga našega groblja i svetišta) na kraju ovoga kratkog izvješća želim zahvaliti svima koji nas prate i pomažu u svim našim radovima.

Fra Anto Šimunović



Krštenje u župi

21.8. 2010. godine u našoj vjeronaučnoj dvorani pod svečanom pučkom misom krštena je Rahel Petrušić, treće djetce roditelja Perice i Aide Petrušić. Inače, obitelj sve troje djece krstila je u našoj crkvi, a žive i rade u Linzu u Austriji. Obred krštenja obavio je fra Marko Bandalo. Krštenje je sakrament kojim postajemo djeca Božja. Svim

krštenicima potreban je poslije krštenja rast u vjeri. Pomoć roditelja vrlo je važna za razvoj krstne milosti. Tu je važna i uloga kume koja treba biti sposobna i spremna pomoći djetetu na putu kršćanskog života. Dio odgovornosti u razvoju i očuvanju milosti primljene krštenjem snosi i crkvena zajednica.

Viki





Dani kotorvaroških hrvata

I ove godine su, za blagdan Uznesenja BDM, zaštitnice župe Sokoline, i za blagdan svetog Roka u župi Kotor Varoš u BiH, iz cijelog svijeta stigle tisuće prognanih kotorvaroških Hrvata.

Uoči Velike Gospe večernje koncelebrirano euharistijsko slavlje u Sokolinama predvodio je podmlački župnik fra Zoran Mandić. Među mnoštvom hodočasnika najbrojniji su bili mladi iz župe Podmlačje kod Jajca, njih više od stotinu. Pješakeći sedamdeset kilometara - a neki su putovali bos - pod vodstvom župnog vikara fra Vinka Jelutića prešli su planinu Ranče, duboki kanjon rijeke Ugra i južne obronke planine Vlašić. Nakon mise, dvadeset nogometnih ekipa odigralo je u Zabrđu noćne nogometne utakmice. Pobijedila je ekipa Kloštar Ivanić iz istoimenog mjesta.

Na blagdan Uznesenja jutarnju misu u Sokolinama predvodio je župnik fra Marko Bandalo, a veliko pučko euharistijsko slavlje predvodio je Kotorvarošanin i prošle godine zaređeni biskup biskupije Trnavaš u Norveškoj Berislav Grgić.

Poslije pučke mise, odmora i okrjepe, raseljeni Kotorvarošani krenuli su prema sedam kilometara udaljenom središtu Kotor Varoša, a odatle prema još tri kilometra udaljenom Rokovu groblju i prema svojim selima, od kojih mnogih više

jednostavno nema, kao ni cijele župe Sokoline. Koncelebriranu misu uočnicu na Rokovu groblju predvodio je fra Juro Tokalić, misionar u Keniji u Africi.

Na blagdan sv. Roka jutarnju misu predvodio je sokoljaki župnik fra Marko Bandalo, a pučko koncelebrirano euharistijsko slavlje biskup Berislav Grgić, koji je izrazio veliku radost što je došao na Rokovo groblje u čijoj blizini je rođen. Istaknuo je svoje duboko uvjerenje da će to sveto mjesto i zavjeti dolaska u njega kod svih Kotorvarošana trajno ostati i opstati.

Kao i na misama uočnicama u Sokolinama i na Rokovu groblju, te na blagdanskoj pučkoj misi u Sokolinama i na blagdanskoj pučkoj misi na Rokovu groblju koncelebriralo je po petnaestak svećenika rođenih u Kotor Varošu. Iz Jajca je stiglo više autobusa hodočasnika. U misi je sudjelovalo više tisuća raseljenih kotorvaroških Hrvata. Među njima je bilo desetak redovnica rođenih u župama Kotor Varoša. Na misnom slavlju okupili su se i Davorin Čordaš, dopredsjednik Republike Srpske iz reda hrvatskog naroda, dopredsjednik općine Kotor Varoš Ilija Marić te savjetnik načelnika općine Dragan Juričević. Na kraju misnog slavlja župnik fra Anto Šimunović upoznao je nazočne s obnovom u ratu stradalih crkvi i drugih crkvenih objekata.

"Posebno molimo Gospodina Boga za žrtve ovog našeg kraja, koje, vjerujemo, nisu, ne mogu i ne smiju biti uzaludne", rekao je župnik Šimunović.

Nakon mise priređen je zajednički ručak za uzvanike. Župnik Šimunović u znak zahvalnosti darovao je srebrnim nitima izvezenu kotorvarošku župu crkvi Male Gospe biskupu Grgiću, dopredsjedniku Čordašu i načelniku Kneževiću, a Dragan Juričević, uručio ju je nekadašnjem župniku fra Periću Karajici. Slike je izvezla domaća redovnica Željka Zeba. Na ručku je bila i predsjednica Općinskog vijeća Enisa Božićković. Za što uspješniju proslavu Gospojine u Sokolinama i Rokova na Rokovu groblju, župnicima fra Marku Bandalu i fra Anti Šimunoviću svečardno su pomagali članovi udruge "Sv. Rok" iz Kotor Varoša i "Udruge raseljenih Hrvata kotorvaroške doline" iz Požege.

U popodnevnom satima odigran je nogometni turnir u selu Podbađe. Sudjelovalo je deset ekipa. Pobijedila je ekipa "Dinamo" sastavljena od raseljenih Podhrđana.

U Kotor Varošu živjelo je prije rata oko dvanacet tisuća Hrvata koji su u ratu protjerani sa svojih ognjišta. Potom im je sve uništeno. Mnoga sela jednostavno su nestala. Nestala je i cijela župa Sokoline u kojoj nitko više ne živi. Sve tri župne crkve i župne kuće bile su uništene. Franjevci su ih uspjeli obnoviti. Sada je u Kotor Varošu samo oko četiri-pet stotina Hrvata i to uglavnom starijih. Ratne traume ostavile su teške posljedice u srcima i dušama prognanih kotorvaroških Hrvata koji se žele vratiti u Kotor Varoš. Za njihov povratak potrebna je još veća ekonomska i politička sigurnost, a dobra suradnja kotorvaroških župnika franjevaca i općinskih vlasti hrabri i budi nadu kao i pjesma koja se čula na Sokolinama i Rokovu groblju: "Gospe naša Mala i Velika slavit ćeš se dok je katolika".

Stipo Marčinković





Večer domaće kuhinje

U okviru "Kotorvaroškog kulturnog ljeta" 25.8. održana je gastro prezentacija pod nazivom "Večer domaće kuhinje" u organizaciji Centra za kulturu i informiranje, a pokrovitelj je bila općina Kotor Varoš. Ovo je manifestacija i privrednog i turističkog karaktera koja je pokazala bogatstvo kuhinje i tradicije našega naroda. U pripremama sudjelovala su sva tri naroda, te se okupilo 11 izlagača i to RKT Župni ured Kotor Varoš, "Svetosavska omladinska zajednica", Roštiljnica "Grad", restoran "Ruski car", SUR "Desetka" iz Šipraga, SZR "Sunce" iz Dabovaca, Lovačko udruženje "Uzlomac", Sportsko ribolovno društvo Kotor Varoš, Pekara "Tradicijska", Pekara "Petrović" i Mljekara "Vitmark".

Nakon obilaska tročlanog žirija u sastavu Bojane Popović (Turistička organizacija RS), Danijele Bogdanić (Općina Kotor Varoš) i Direktora centra za kulturu Čelinac naš štand je



proglašen za najljepše uređeni štand, a za štand s najraznovidnijom gastro ponudom restoran "Ruski car". Diplomom i zahvalnicu primila je naša Zorica Primorac koja je najuspješnije i prezentirala Župni ured obučena u narodnu nošnju, te žiriju pojasnila svaki ručni rad i sve što

se nalazilo na stolu. Pored nje nošnju je obukla i njena kćer Ana-Maria i Luca Marković. Novčani iznos od 100 KM koji smo dobili za osvojeno I. mjesto odlučili smo darovati u Kruh sv. Ante. Naše domaćice Janja, Manda, Ivka Juričević Ivka Vidović, Luca, Mira, Ljubica, Miladinka pripremile su stara tradicionalna jela. Naravno Župni ured je prezentirao trapist sir, rakiju, bijelo i crno vino banjalučke biskupije. Moramo naglasiti i to da sve što se nalazilo na stolu degustiralo se u najboljoj mjeri, a vraćeni su samo prazni tanjuri i prazne zdjele. Naravno, sretni smo što je sve to tako dobro uspjelo i ponosni za osvojeno prvo mjesto.

Organizatorima najljepše zahvaljujemo na pozivu, a do sljedeće prezentacije potruditi ćemo se još više i bolje pripremiti.

Viki





Župa Kotor Varoš

Zabrđe

I danas je živa narodna predaja da se u ovom selu u vrijeme turske vladavine govorila sv. Misa. Fra Čedo Čondrić zabilježio je 1961. godine svjedočanstvo Jure Topalovića, zvanog Babo, da je u njegovoj njeni, čiji se jedan dio zove "otarišće", nekoć bio oltar. Navodno, dvije daske tog oltara čuvale su se dugo kod njegovog susjeda Maca. Na jednoj su bile nalijepljene kanonske ploče s Isusovom slikom na križu i Sree Marijino. Na istoj su bila urezana godina 1772. i još nešto, ali nečitljivo. Isti Topalović svjedoči da su se ove daske iznosile kao znamenje u vrijeme nevratnosti.

Biskup fra Pavo Dragičević bilježi u svom izvješću iz 1744. godine slijedeća katolička domaćinstva u Zabrđu.

DOMAĆINSTVA	VJERNICI
Čosić Mato	5
Jurić Mijo	9
Tomić Franjo	8
Slipičić Niko	13
Jozipović Jakov	26
Jozipović Jakov (drugi)	5
Andrić Stjepan	9
Topalović Filip	25
Oraovac Mato	7
Jozipović Grgo	7
UKUPNO	114

U nekim slučajevima podaci o Zabrđu pripisani su vjerojatno s onima o Podbrđu. Od sredine 19. stoljeća oni su i češći i točniji. I ovo selo, kao i druga ove župe, pogađali su ratovi, bolcati i druge nevolje. To je, što je i razumljivo, utjecalo, i na rast žiteljstva u njemu. Podatak da je u Zabrđu 1855. bilo 296, a 1899. godine 265 katolika dovoljno jasno potvrđuje kako je bila mučna njegova polustoljetna povijest.

Na popisu župnika fra Marijana Markovića zabilježene su ove katoličke obitelji u Zabrđu:

BATLJANAMARKA

FRANJICA Tome

JURICA Jure, Matije i Pere

KAVEDŽIĆA Stipe

JOSIPOVIĆA Ante, Luke i Marka

JOSIPOVIĆ Katić Ante

MARTINOVIĆA Stipe

MATIEVIĆA Jure

ORŠOLIĆA Ilije, Marka i Stipe

SIROVINA Matice

ŠIMUNOVIĆA Ante, Malog, Ivana, Ivica i Jure Crnog

TOPALOVIĆA Frane, Ivana, Jakova, Jozice, Tomina, Lovrina, Marka i Stipe

ZEBRA Frane, Karla, Marka i Mijata

S. Kovačić,

Katolici u kotorvaroškom kraju,
Svjetlo riječi, Sarajevo, 1989.,
str. 125. – 126

Kotor Varoš

Pero Marčinković	20 Eur
Stipo Josipović (Županov)	100 Eur
Marko Gegić Ivanov	100 Eur
Marko Topalović Brzi	100 Eur
Mato i Peja Gegić	100 CHF
Obitelji Ivana Josipovića	100 Eur
Fra Mišo Sirovina	50 Eur
Angustín Vidović	100 Eur
Jako Josipović Čelin	50 Eur
Pile Kovačić	50 Eur
Sa druženja u Zg	5858 Kn
	40 Eur
	20 CHF
Ilja Kovačić	50 Eur
Zoran i Marija Zeba	50 Eur

Naši darovatelji

Drago Kovačić	50 Eur
Zoran Kovačić Krešo	40 CHF
Mira Vihus	50 Eur
Marko Pezarcović	50 Eur
Ilja Topalović Matin Čilin	150 CHF
Vinko Vihus	100 CHF
Stipo Lukić Zabrđe G	10 Eur
Juro Bilanović Kuruza Zab.	50 Eur
Mario Josipović Zabrđe G	50 Eur
Anto Julandija Kačar Z	500 Kn
Kata Šimunović Šabanova	50 Eur
Drago Andričić	50 Eur
Ana Pezarcović	100 KM
Ivan Šimunović-Tijava	100 Eur
Ilja Josipović Mate	100 Eur

Mato Josipović Županov	100 Eur
Ivo Grgić Pere	100 KM
Petar Sirovina	30 KM
Ile Vidić Ivo	100 Eur
Mato Topalović Luke	100 Eur
Ružica Vuković+Jure	20 Eur
Anita (Budimir) Kljajić	50 KM
Pero Agatić	20 KM
Obitelji Anje i Jaka Jehušić	100 Eur
Elizabeta Škrlac	600 KM
Mato Kovačić Jure	100 Eur
Ivica Topalović Jakova Džemin	50 Eur
Ivica Topalović Džemin Zabrđe	50 Eur
Šćepica Šimunović Dudin	50 Eur
Šćepica Šimunović Dudin Zabrđe	50 Eur
Ivo Petrušić (Babe Pavlovce)	100 Eur
Dominko Jehušić	150 Eur



Razgovor s msgr. Berislavom Grgićem

Ove godine za Gospjinu i Rakovo svečano misno slavlje predvodio je naš biskup, kotovarošćanin msgr. Berislav Grgić, inače rodom iz Novog Sela. Prošle godine zaređen je za biskupa u Norveškoj.



Za početak upoznajmo naše čitatelje sa Vašim likom i djelom

Rođen sam 15. veljače 1960. u Novom Selu, župa Kotor Varoš od roditelja Vida i Mande r. Petrušić. Otac mi je umro 2008. Pučku školu sam pohađao u Zabrđu, srednju u Zadru, a teologiju na Vrhbosanskoj katoličkoj teologiji u Sarajevu. Za svećenika sam zaređen u banjolučkoj katedrali 29. lipnja 1986. Bio sam župni vikar u župi Stara Rijeka, a potom upravitelj župa Kulaši i Ravaka. Godinu dana sam bio župnik u Glamoču. 1988. odlazim na studij u Rim, na Papinsko sveučilište Gregorijanu, gdje sam 12. veljače 1991. magistrirao iz duhovnosti. Školske godine 1991/92. sam bio duhovnik u Nadbiskupskom sjeme-

ništu Zmajević u Zadru, nakon toga suradnik u Caritasu i Vikarijatu Banjolučke biskupije u Zagrebu. 10. travnja 1995. sam (pred Bljesak i Oluju) došao u Banju Luku i bio sam u župi Budžak (Banja Luka). 20. kolovoza te iste 1995. godine sam iz Banja Luke protjeran u Hrvatsku. Početkom 1996. sam preuzeo vodstvo Hrvatske katoličke misije u Norveškoj sa sjedištem u Oslu. Od 1. rujna 2004. sam bio generalni vikar, a od 2006. i biskupski vikar za pastoralnu brigu useljenika u biskupiji Oslo. Početkom 2007. napuštam Norvešku i prelazim u Njemačku, u nadbiskupiju Münch-hen-Freising.

Kakav dojam su na Vas ostavile Sokoline poslije toliko godina?

Dolazeći opet na Sokoline prisjetio sam se kako je to nekada bilo, jer sam već kao dijete puno puta hodočastio Velikoj Gospi na Sokoline. Prvi dojam: Na putu prema Sokolinama vidio sam mnogo "misare" koji su, kao i nekada, pjelece išli prema crkvi. To me podsjetilo na ondašnja vremena. Nadalje: sv. misa je bila vani i bilo je puno naroda. Narod je stajao oko oltara, pod drvećem u hladovini, sudjelovali su pobožno u sv. misi, molili i pjevali. Bilo je i puno časnih sestara iz svih naših kotovaroških župa. Videći sav taj narod i sestre, svećenike i ujake, osjetio sam milinu oko srca, jer sam kao dijete sve to već doživljavao. Ujedno sam vidio i primijetio i to da su gotovo svi, koji su taj dan bili na



Sokolinama, ovaj puta tamo - kao i ja - došli ili doputovali iz daleka, iz Hrvatske ili neke druge europske zemlje, Amerike ili Australije.

Jeste li očekivali da će se okupiti ovakvi broj vjernika za Gospojinu i Rokovo?

Osobno nisam očekivao da će biti toliko svijeta na Sokolinama i na Rokovu, stoga sam se tome posebno u srcu obradovao. Bilo je tu i jako puno moje rodbine iz Hrvatske i iz cijele Europe.

Kako su Vas dočekali mještani, a posebno vaši Novoselci?

Bila je to obostrana radost. Od svih sam srdačno dočekan, bilo je dirljivo susresti rodbinu, nekadašnje školske kolege i kolegice i mnoge druge poznanike. Napose je bilo lijepo i velika radost kod svih u momcu Novom Selu. Na samu Veliku Gospu je bio ručak kod naše obiteljske kuće, koji je pripremila moja obitelj. Bilo je prisutno oko 100-ak osoba. Od srca zahvaljujem svima koji su taj dan bili s nama.

Kako djeluje vaša zajednica u Norveškoj i Vi na čelu s njom?

Biskupija u kojoj sam ja biskup je na sjeveru Norveške i zove se Tromsø. Na prostoru od 175.618 km² živi oko 460 tisuća stanovnika. Katolika je oko 2 700 (aluzbena brojka) iz 60-ak različitih nacija. Grad Tromsø ima oko 60-ak tisuća stanovnika, a župa Tromsø ima oko 650 katolika. Najbliža župa od sjedišta biskupije je udaljena 240 km, najudaljenija 700 km. Zimi je kod nas od 21. studenoga do 15. siječnja samo noć (polarna noć), sunce ne izlazi. Ljeti je od 15. svibnja do 15. srpnja samo dan (polarni dan), sunce ne zalazi, sunce se na nebu, ako je lijepo vrijeme, vidi 24 sata. Možeš si misliti da mi je malo teško zimi, a onda kako mi je lijepo ljeti. Već sam dva puta pohodio sve moje župe kojih je (samo) sedam, susreo se sa svećenicima, pastoralnim vijećnicima i narodom. U cijeloj biskupiji je 11 svećenika. Jedan je Norvežanin, jedan Nijemac a

svi drugi su Poljaci. U Tromsøu je i najsjeverniji karmel (samostan časni sestra karmelićanki) na svijetu. Osim karmelićanki u biskupiji djeluju i sestre sv. Elizabete. Većina časni sestra su Poljakinje, nekoliko sestra je iz Njemačke a jedna je iz Danske.

Možete li napraviti jednu usporedbu života ljudi u Norveškoj i ljudi ovdje na ovim prostorima, konkretno u Kotor Varošu?

Katolički vjernici čine oko 1,5% od ukupnog pučanstva Norveške, a u mojoj biskupiji samo 0,6%. Dakle veća dijaspora nego u nas u Bosni i Hercegovini. Nadalje, ti katolici su podrijetlom iz 60-ak različitih zemalja i žive razbacani na jako velikom području. Tu je najveća razlika koju doživljam. Jako je lijepo, a kadkada i pomalo izazovno, susresti se i razgovarati s vjernicima iz Afrike, Južne Amerike, Azije. Obično nemaju prevelikog znanja o nama Hrvatima i o našim prilikama, mnogi ne znaju gdje je Bosna i Hercegovina. Kad nekima rekнем da imamo jako puno franjevacа, tada me razumiju i kažu da je to dobro. Iako su moji vjernici razbacani i žive na velikom području, međusobno su povezani, pomažu se i obogaćuju jedni druge. Svima njima je Crkva prevažna, prisutnost svećenika i redovnika i redovnica im je velika utjeha i pomoć.

Mladi traže sreću na mnogim mjestima. Je li, po vašem mišljenju, istina da mladi više vole noćne provode po kafićima nego molitve i duhovne susrete?

Ja bi rekao ovako: ima mladih koji lude za noćnim provodima po kafićima, ali ima i onih koji znaju da je molitva i prava vjera nešto puno vrijednije i važnije i nešto sasvim drugo od kafića, iako i oni idu u kafiće. Oni kojima su samo kafići važni, naknadno se puno razočaraju i žao im je da su nekada u kafićima tratali vrijeme. Oni koji ispravno

shvate i žive svoju (našu) svetu vjeru, prakticiraju molitvu i idu na sv. misu, oni ipak - unatoč životnim protivvrijetima kojima su izloženi - kasnije razumiju da su to trebali još više činiti jer je to bilo dobro.

Koliko Crkva uspijeva u odgoju mladih ili svijet ostaje na "starijima"? Kakva su vaša iskustva?

Sve je neprestani proces sazrijevanja i sve je u stalnoj promjeni. Ali ono što je u Svetome pismu (Bibliji), napose Evanđeljima za nas napisano, ono što u Vjerovanju i u našim glavnim molitvama molimo, te ono što se slavi na Božić, za Uskra, na Veliku Gospu, to je neprolazno i trajno. Tko to razumije, taj će, jer voli svoju djecu, to svojoj djeci nastojati i prenijeti. To je zadaća i za roditelje i odgajatelje, to je također zadaća i cijele Crkve. To je za sve nas lijepa i teška obveza, jer Sotona kao ričući lav obilazi tražeći koga da proždre. A dragi Bog i naša sveta Crkva sa svojom Majkom, dragom našom Gospom Marijom, je jača od svih malih i velikih Sotona.

Što reći za kraj?

"Nema raja do rodnoga kraja, ni miline do Hercegovine", pjevao sam nekada s kolegama bogoslovima u Sarajevu. Ja sam Oslo, a sada i Tromsø, doživio kao svoj kraj, ne da sam na kraju svijeta, nego kao kraj gdje služim Kristu i Crkvi u braći i sestrama koji su sada meni povjereni. Ja u Norveškoj a mnogi drugi naši Kotorvarošani po cijelome svijetu. Hvala svima vama, napose fra Anti i fra Marku, svim ujacima, svećenicima i časnim sestrama, hvala mojoj rodbini i svim Novoselcima, hvala udruzi "Kotorvaroško Novo selo". Svima vam zahvaljujem na krasnim slavljima i snaretima koje smo ove godine imali na Veliku Gospu i za Rokovo. Srdačan pozdrav svim čitateljima Glasnika Kotorvarškog kraja. Svijet bi bio puno siromašniji bez nas Kotorvarošana.

Razgovarala Viki



Razgovarali smo s Kićom

Čovjek voli rođnu grudu htio on to priznati ili ne. Može se to potakivati, zavaravati sam sebe jer život te je naučio da se navikavaš na sredinu i okolicu gdje radiš i boraviš. Međutim dođe vrijeme kad dođeš u svoj kraj, bilo u proljeće kad sve pršti veseljem, bilo u ljeto kad te Vrbanja i Jakotina zovu, jesen kad bereš voće ili pak zimu kad je sve umotano u bijeli plašt tvoje je srce puno, obuzmu te lijepe misli, lijepe želje i sjećanja. Odjednom si smiren i znaš da je to to, da si došao kući u svoj dom i osjetiš silnu sreću.

Danima čujem komentare „Kićo pravi kuću!“, „ma zamislite došao čovjek i hoće da pravi kuću“. Otišli smo i uvjericili se.

Tko je Kićo?

a on nam kroz smijeh odgovara: Ja sam Robert Piličić sin Luke i Terezije, suprug Ane i otac troje djece. Rođen 1970. Trenutno boravim i radim u Njemačkoj.

Kićo, što se to dogodilo u tebi, kako si odlučio praviti baš kuću ovdje u Vrbanjima. Većina ljudi gradi u Hrvatskoj u većim gradovima, na moru. Što to bi s tobom?

Htio bi nešto prvo reći. Kada je došlo vrijeme da se mogu vratiti tj. doći u Vrbanju mislim da sam među prvima počeo dolaziti. U tatinoj kući su bile smještene izbjeglice i kada su se ti ljudi iselili prvo što sam uradio je bilo umijeti krevet i konačno prespavati u svojoj kući. Nisam ni čistio, ni ti bilo što drugo radio. Kakvo olakšanje konačno prespavati u rođenoj kući.

Kada je tata umro jedne prilike sjedeći s braćom izrazio sam svoju želju da sebi i obitelji napravim kuću na parceli ispod očeve.

Što rekoše tvoji, mama, braća, sestre, što supruga i djeca? Jeli se netko usprotivio tvojoj odluci?

Ma jednom riječju svi su me podupri. Niko nije osporavao niti me uvjeravao da to ne napravim. Naravno da je bilo i onih koji su sumnjali da ću početi graditi. Ali sad kad vide da se radi, da je moja kuća pokrivena kute.

Imaš li donatora, jesi li negdje aplicirao i podnosio zahtjev za pomoć u gradnji?

Ne, nemam donatora, gradim vlastitim sredstvima, nisam nigdje aplicirao niti podnosio zahtjev.

Kako su tvoji susjedi reagirali kad si počeo graditi, navrću li?

Ma moji susjedi su bili oduševljeni. Bili su oni oduševljeni čim sam ja počeo dolaziti a još više kad sam izrazio želju da pravim kuću. Sad kad vide da se gradi svaki dan stiže gajba pive. Kroz smijeh dodaje da ne treba kupovati do Božića pive koliko su mn susjedi donijeli i donose. Kaže takav običaj je i znak da se radeju skupa s njim gradnji.

Bilo si ove godine na Sokolnima i Rokovu, što kažeš na ovoliki svijet koji je došao?

Ja imam kuću na moru ali nikad ne bih ostao na moru u vrijeme Gospojine i Rokova a da ne dodem u Sokoline i Rokovo. To je za mene nešto jače i nešto više. Ovoliki broj naših ljudi a i drugih vjernika pristiglih pokazuje koliko nam Sokoljaka Gospa znači i koliko nas poziva kao i naš sveti Rok. Kad sam ove godine vidio koliko je bilo pječaka oduševio sam se.

Kakvi su planovi dalje?

Ovih dana kuća će biti pokrivena, tada odlazim u Njemačku jer mora se raditi, godišnji odmor prošao. Ipak, zretan sam. Znače, imam ja kući u i Njemačkoj i na moru ali kad kažem idem kući tada su to Vrbanjci. To je ova ovdje kuća, Nigdje ja ljepše ne spavam i nigdje mi jutro nisu tako lijepa kao u mojoj kući kad se probudim i vidim da sam tu na svome.

Kićo smo poželjeli da što prije završi svoju kuću i da dočeka mnogo lijepih jutara u svom novom domu.

Razgovarala Viktorija Barišić





Tečaj za bračne parove

U periodu od 27. do 29. kolovoza, u organizaciji caritasovog Centra za život i obitelj i Europske akademije, organiziran je tečaj za bračne parove. Tečaj se održavao u samostanu „Novi Nazaret“ u Budžaku. Voditeljica je bila dr. med. Jozefina Škarica, specijalistica obiteljske medicine i dugogodišnja savjetnica za brak i obitelj u šibenskoj biskupiji.

Prvi dan dr. Škarica govorila je o muškarcu i ženi kao dvjema istinama u braku i o potrebama, osjećajima i ponašanju u braku. Drugi dan na rasporedu su bile teme koje se odnose na izražavanje emocija i emocionalnu iskrenost, komunikaciju i razgovor kao i toleranciju i kompromis u braku. U radioničkom dijelu tečaja radili su odvojeno muškarci i žene a cilj je bio dobiti odgovore na pitanja što muševi očekuju od žena a što žene od muževa u braku. Sudionicima je bilo vrlo zanimljivo zajedno analizirati rezultate ove radionice a svatko od njih mogao je ponijeti sa sobom po jednu kopiju dobivenih rezultata koji mogu poslužiti kao podsjetnik i

pomoć u učvršćivanju bračnih odnosa. Treći dan započeo je sv. misom koju je predvodio magr. Karlo Višaticki. U nastavku je slijedilo predavanje o stilovima roditeljstva kao i tome što učiniti ako smo negdje pogriješili u odgoju, a dr. Škarica sve prisutne je upoznala i sa modelom zdrave obitelji te kako svakodnevno liječiti brak i obitelj.

Svi sudionici su izrazili veliko zadovoljstvo što su imali priliku sudjelovati na jednom ovakvom tečaju. Osobit jak dojam na učesnike

ostavila je slika braka kao bunara s čistom vodom u koji vremenom i jedan i drugi bračni partner, namjerno ili nenamjerno, ubacuju kamenje. Vremenom supružnici zatrpaju i prikriju to blago koje bunar ima u sebi. Stoga je potrebno s vremenom na vrijeme povaditi kamenje i očistiti bunar tj. svoj bračni život a u tome itekako mogu biti od koristi ovakvi tečajevi.

*Blaženka Lukenda
Voditelj caritasovog Centra
za život i obitelj*



Župa Bogomođe

Blagdan Gospe Karmelske u župi Bogomođe

U župi Bogomođe na otoku Hvaru, koju pastORIZIRAJU bosanski franjevci, svečano je 16. srpnja proslavljen blagdan zaštitnice Gospe Karmelske. Uz domaće vjernike na slavlju se okupio i veći broj gostu i turista. Uz župnika fra Augustina Tomasa, fra Stipu Martinkovića, župnika iz Sućurja, i fra Antu Ivanovića, župnog vikara iz Bihaća (BiH), euharistijsko slavlje predvodio je gvardijan i župnik iz Fojnice (BiH) fra Nikica Vujica, koji je u propovijedi Gospu, kao majku i zagovarateljicu svih nas, označio osobom i mjestom istinskog i najvećeg susreta Boga i čovjeka. Istaknuo je da se naša vjera i naš susret s Bogom ogleda u našim susretima s drugim ljudima. Poslije euharistijskog slavlja kroz mjesto je krenula nobičajena procesija s

Gospinim kipom da bi potom uslijedio blagoslov motornih vozila i vozača.

Bogomođjari su goste ugostili i jelom i pićem.

Stipo Martinković





Bosanski 'ujaci' misionari u Kenji

Riječ misionar dolazi iz latinskog jezika, a znači poslan. Da bi netko bio poslan, mora biti odabran.

1982. god. u regiji Lift Valey-Subukia, biskupija Nakuru – Kenya, dolaze prvi odabrani franjevcimisionari. U duhu sv. Franje, (svako stvorenje nam je brat i sestra), počeli su vršiti svoje poslanje.

Kao što su to 'ujaci' radili u Bosni: naviještali Radosnu vijesti, poučavali, liječili, gradili..., tako su i franjevci u Subukiji bili prvi dušobrižnici, učitelji, liječnici, graditelji... Prve škole, ambulante, putovi su izgrađeni upravo zahvaljujući franjevcima. 1985. utemeljena je župa sv. Franje Asiškog u Subukiji.

Stope naših prethodnika slijedimo i mi koji smo došli malo kasnije. Danas u župi djelujemo i živimo nas trojica: fra Augustin Maniragaba iz Rwande, fra Miroslav Babić iz župe Bugojno, i fra Juro Tokalić iz župe Dobretići.

Fra Miroslav je kao mladi misionik, godinu i pol dana nakon ređenja, iz Bosne stigao na ovaj crni ili čokoladni kontinent. Prije šest godina započeo je svoje misijsko poslanje u Ugandi, da bi ga prije 4 godine nastavio u Kenji.

Za razliku od fra Mire, fra Juro je malo više vremena proveo u Bogu. Pastoralno je djelovao u tri župe: Guča Gora kod Travnika, Jajce i Podmilačje. U Afriku je stigao prije 2 i pol god. Prva misijska postaja je bila u župi Butimba-Tanzania, a prije godinu dana stigao je u pomoć fra Miri u župu Subukia-Kenya.

Područje naše župe je pustinja i jako je nepristupačno. Udaljenost do najbližeg grada Nakuru je oko 60-tak km. Dolazak iz Nakurus u župu i odlazak iz župe u Nakuru nije nimalo jednostavan. Zbog loših planinskih putova, za vrijeme kišne sezone, gotovo je i nemoguće putovati; a ni u vrijeme suše, zbog prašine, nije puno lakše. Župa je prostorno jako velika. Imamo 14 filijala. Svake nedjelje slavimo 6 misa u 6 različitih filijala. Misno slavlje traje i do dva sata pa i dulje, i nikad nije dosadno. Pod



misom svi pjevaju, plešu. Za prinos darova vjernici ako imaju ponekad donesu kokoš, poneko jaje, ili po neki plod zemlje. Sve je veselo i puno života. Misa su uistinu radosni susreti čovjeka i Boga.

Za mjesec dana možemo obići i imati misu u svim filijalama ako smo svi zdravi. Udaljenost između filijala je i do 50 km, a broj vjernika u župi oko 5000.

Uz slavljenje svetih misa, obilazimo stare i nemoćne; imamo pastoral obitelji; radimo s mladima i djecom.

U župi imamo dom zdravlja, 'Mali dom' sv. Ante Padovanakog za nezbrinutu i bolesnu djecu, vrtić i srednju školu. Za sve nabrojene institucije se uglavnom brinemo mi franjevci.

Naši župljani su jako veseli, ljubazni, otvoreni i gostoprimljivi ljudi. Uvijek su spremni podijeliti s drugima ono što imaju. Nažalost zadnje tri godine, zbog suše, mogu s nama podijeliti i dijelac svoju tugu i očaj.

Uz problem gladi s kojom se susreću naši župljani, imamo i problema u 'Malom domu'. Nekoliko naše djece je jako bolesno, i jednom ili ponekad i više puta u mjesecu moramo ih voziti u gradsku bolnicu u Nakuru. Sigurnosna situacija noću i nije baš najbolja.

Postoje organizirane bande koje

ponekad noću upadaju u kuće i uzimaju ono što im se dopadne, a ako su domaćini sretni mogu proći bez batina, a u najgorem slučaju mogu biti i ubijeni. Zbog sigurnosti nitko noći ne putuje, osim lopova.

Uza sve poteškoće s kojima se susrećemo, mi nemamo problema s računima za struju i vodu.

Imati električnu energiju u župi je san nas fratara, ali i svih župljana kako bi u potpunosti osposobili rad ambulante, srednje škole i 'Malog doma' za djecu. Za tri kilometra električnog dalekovoda morali bi platiti oko 50 000 eura, što je za nas preveliki zaloga bez pomoći onih koji bi uistinu mogli pomoći.

Čovjek čovjeku uskraćuje mnoge stvari, ali dragi Bog se pobrinuo za nas oko vode. Imamo dobru planinsku vodu, koju poslije prokuhavanja i propuštanja kroz filter možemo nemetno i obilato piti.

Uza sve navedeno kvaliteta života u usporedbi sa kvalitetom života u Europi je na našoj strani. Kod nas nema prevelike trke i stresnih situacija. Mi kažemo: Europljani imaju sat, a mi imamo vrijeme. Mi imamo vremena jedni za druge, ali i za Boga; imamo vremena za igru, ali i za molitvu. Naš 'siromašni čokoladni' čovjek je kretan, zahvalan i zadovoljan onim što ima. U utrci s vremenom, skupa s dragim Bogom, pobjeda će biti na našoj strani.

Fra Juro Tokalić



Moj posjet Kotor Varošu

Nakon dugo vremena pružila mi se prilika posjetiti Kotor Varoš. Pozvao me je moj prijatelj fra Anto, župnik u Kotor Varošu koji je izrazio želju da tu provedem svoj ljetni odmor.

Poziv sam prihvatila s velikim oduševljenjem jer mi se tako ukazala prilika da posjetim mnogobrojnu rodbinu i prijatelje koje tu imam. Kotor Varoš je prelijepi kraj, ima divnu prirodu s puno svježeg zraka. Fra Anto je čak došao po mene u Sarajevo kako bi mi olakšao putovanje do Kotor Varoša. Poznavajući ga koliko je dobar sa sigurnošću mogu reći da je on pravi prijatelj spreman uvijek pomoći ma gdje se nalazio. Družiti se svakodnevno s prijateljima i rodbinom uživala sam u prirodi okupana suncem koje je probijalo kroz krošnje drveća i moj boravak činilo još ljepšim i ugodnijim. Pored obilazaka rodbine uživala sam u svakom danu koji mi je Kotor Varoš pružio zahvaljujući Anti koji mi je to omogućio. Anto je preuzeo svu brigu oko mene i zajedno smo svaki dan negdje odlazili, obilazili okolicu, posjećivati rodbinu, prijatelje.

Usprkos njegovim brojnim obvezama nastojao mi je učiniti boravak što ugodnijim. Jedne večeri pozvao je mene i naše prijatelje na večeru na Borje u restoran Hajdučke vode. Uživala sam u ugodnoj atmosferi i društvu koje je zrečilo pozitivnom energijom koja je trajala tijekom cijele večeri.

S Antom sam nakratko posjetila i Zagreb želeći vidjeti sestru i mog sestrića. Put mi je bio veoma interesantan jer smo prolazili kroz mnoge hrvatske gradove pune živopisnih krajolika, a jedan od takvih gradića je i Požega. Tu smo proveli jedan dan posjetivši jednu obitelj s dvije kćeri koje su tog dana slavile rođendan.

U Zagrebu me je dočekao moj mali živahni sestrić koji je bio razdragao kada me je ugledao i spreman za igru. Iako mi je boravak bio kratak nastojala sam ga učiniti što ugodnijim i interesantnijim provodeći što više vremena u društvu tog malog razdraganog bića uvijek spremnog za igru i smijeh. U tim trenucima razmišljala sam kako je samo malo potrebno da ti dan bude sretan i ispunjen i da odmor provedeš lijepo.



Moj odmor se završio, moj prijatelj Anto me je vratio u Sarajevo, a meni je ostala jedna divna uspomena na ljude i prijatelje koje sam vidjela i susrela na putu pa sam zato i poželjela napisati nekoliko riječi i ukratko opisati kako sam se osjećala lijepo, opušteno i kako mi je odmor protekao ugodno. Dakle ne ponovi nešto slično upućujem topli pozdrav.

Ivana Kovačić

Kotor Varoš

Anto Kovačić Jure	1000 Kn
Martin Josipović Ive	50 Eur
N.N.	100 Eur
Ivan Šimunović Cvičko	350 Eur
Stipo Ivoze Lučić	50 Eur
Dragica Grgić Jake	500 Kn
Anto Marčinković Pere	50 Eur
Anto Pezerović	100 Eur
Mijat Zeba Franje	50 Eur
Mijat Zeba Franje Zabrđe	30 Eur
Šnežana Zadravec	20 Eur
Marko Grgić Zabrđe	100 Eur
Marko Grgić	200 Eur
Josip Marić Ivčić	50 Eur
Marko Petrušić i Mate Pod.	50 Eur
Vlado Pranjković	100 Eur
Stipo Topalović Gacko	100 KM
Anto Jelčić Stipana	100 Eur
Ivica Barić Duratovci	100 Eur
Marko Stipić Ive	100 Eur
Dragica Mišić	50 Eur
Ča. Gizela Mandić i Salezija Vinčić	300 Eur
Marko i Ljubica Barić NS	50 Eur
Marko Kovačić Bogdana	20 Eur

Naši darovatelji

Ivan Škrobić i Katica	100 Eur
Mato Jelčić	50 Eur
Iva i Ruža Barić	60 Eur
Ilija Šimunović Tirica	100 Eur
Agata Kljajić	50 Eur
Mato Anušić Stipe	100 Eur

Sokolnice

Manda Martinović	100 Eur
------------------	---------

Vrbanjci

Zeba Zoran i Marija	50 Eur
Ivo i Lucija Ivić	100 Eur
Marijan Ivić	500 Kn
Stjepan Piličić Lukinov	50 Eur
Niko Barić Matin	100 Eur

KSA

Augustin Vidović	20 KM
N.N.	30 KM
Zoran i Marija Zeba	50 KM
Nada Tepić	20 KM
Biljana Pavlović	30 KM
Marina Grgić	50 Kn
Ivo Grgić Pere	100 Eur
S. Bonifacija	50 Eur
Ruža Oršulić	10 KM

ZA GLASNIK

Franjo i Jela Zeba	20 Eur
Jako Colić	20 Bura
Ob. Ivana Josipovića	30 Eur
Marijan Mišić	50 KM
S. Bonifacija	50 Eur
Anto Topalović Daida	100\$CAN
Pero Josipović Kelin	200\$CAN

Greblje Čepak:

Ana Pezerović	20 Bura
Dragica Grgić Jake	200 Kn
Ivica (Jake) Grgić-Grga	200 Kn

Rokovo Greblje

Širovina Ivo-Ivić	50 Eur
Marko Kovačić Bogdan	30 Eur
Filip Širovina	50 KM

Greblje Bilke:

Mijat Zeba Franje	50 Eur
-------------------	--------

Greblje Zabrđe:

Obitelj Ivana Josipovića	50 Eur
Mijat Zeba Franje	50 Eur
Stipo Topalović Gacko	50 KM
Roko Topalović Ive	50 Eur
Anto Topalović Gacan	50 Eur



Imena i imendani

Blanka - dolazi od španjolske riječi *blanca* - bijela. U nas su i oblici: Blankica, Blana, Blanša (prema francuskom *blanche* - bijel), a katkada i u muškom rodu Blanko, Blano.

U kalendaru je 2. prosinca (kadšto i 1. prosinca) sveta Blanka, francuska kraljica. Rođena je godine 1188 kao kćer kralja Alfonza IX. od Kastilje (Španjolska). Godine 1200. udata je za francuskoga kralja Ljudevita VIII. Poslije rane mužove smrti neko je vrijeme vladala u ime maloljetnog sina Ljudevita IX. Umrila je 1. prosinca u cistercijskom samostanu Maubuisson.

Blaž - je pohrvaćena latinska riječ *Blasius*, odnosno grčki *Blasios*. O izvornom značenju riječi jedni tvrde da je vjerojatno armenskog podrijetla, al nepoznata značenja. Drugi ime povezuje s grčkim pridjevom *blaios* u značenju *onaj koji ima iskrivljene noge* prema *vav*, u latinskom je *blaesus* - tepav, mucav. Radi se, dakle, o imenu koje prvotno znači neki tjelesni nedostatak. No danas na to nitko ne pomišlja. Različiti su oblici imena: Blaž, Blažek, Blaško, Blažkan, Blaža. Također, prema grčkom izgovoru Vlaho, Vlahica.

Štovanje svetog Blaža je vrlo rašireno. Napose u Hrvatskoj. Grad ga Dubrovnik kao svojega zaštitnika slavi od desetog stoljeća. Već su tada svojem "parcu" (zaštitniku) sazidali crkvu, poslije veću i novu, koja danas stoji. A u svim dubrovačkim crkvama pa i u okolici nalazimo njegovu sliku, kip ili reljef. On je njihov "Sveti Vlaho". U katedrali u dragocjenu relikvijaru čuvaju i dio tjelesnih ostataka svojega patrona. Dok je Dubrovnik bio samostalna republika, sveti je Vlaho bio na državnoj zastavi, na državnom pečatu i na kovanom novcu. U gradu su posebno velike svečanosti za njegov spomendan.

Za cijelu je crkvu sveti je Blaž zaštitnik od bolesti grla i vrata. Malo se zna o njegovu životu i mučeništvu. Legenda temeljena na povijesnom događaju, pripovijeda da je Blaž bio najprije liječnik, a zatim biskup u

Sebastiji u Armeniji. Kad je vladar Licinije počeo progoniti kršćane, uhvatili su i Blaža. Vodili su ga pred suca. U susret mu je došla udovica sa svojim sinom jedincom te u suzama molila sveca da joj spasi sina od smrti. Mlađić je, naime, bio progutao riblju kost koja mu je zapela u grlu. Od boli se već gušio. Uz kratku je molitvu sveti Blaž je mlađića blagoslovio ozdravljena vratio majci. A sam je prošao mučeničku smrt. Tijelo su mu raskidali željeznim češljem (grebenom) i potom bacili u jezero. Legenda nastavlja kako su mu Božjom pomoću zacijelile rane i kako je hodoao po vodi propovijedajući mnoštvo. Napokon mu je odrubljena glava oko godine 306.

U vezi sa spomenutim čudom u crkvama se svake godine na spomendan svetog Blaža 3. veljače (ili u nedjelju poslije svečeva spomendana) prisutnim vjernicima blagoslovi grlo. Mimar najprije blagoslovi dvije svijee ukršteno povezane i poskropi ih blagoslovljenom vodom. Svijee približi svakomu tko želi primiti blagoslov uz riječi: "Po zagovoru svetoga Blaža, biskupa i mučenika, oslobodio te Bog od bolesti grla i svakoga drugog zla u ime Oca i Sina i Duha Svetoga". Vjernik se pri tom prekriži i odgovori "Amen". U slikarstvu se sveti Blaž prikazuje kao starac sa sijedom bradom, odjeven u biskupski ornat. U ruci drži željezni češalj, znak mučeništva i upaljenu svijecu, na spomen svoje posljednje želje da liječi bolesne. Zaštitnik je liječnika, tkalaca, kožara, postolara. To je u svezi s njegovim životom, kad je prije no što je ostavio liječničko zvanje, neko vrijeme proboravio u razmišljanju u spilji, gdje se bio sprijateljio s divljim životinjama. Kao zaštitnik Dubrovnika u ruci drži model grada.

Bonaventura - ime sastavljaju dvije latinske riječi: *bona* - dobra, čestita i *ventura* - budućnost. Dakle, sretna budućnost ili dobra budućnost. O nastanku imena petoji i mala priča koja se odnosi na svetog Bonaventuru; njegova majka Marijas Riteli donijela je svoje bolesno novo-

rođenče, koje se zvalo Giovanni (Ivan), svetom Franji Asiškome i zamolila da ga blagoslovi. Nakon nekoliko godina, kad je Franjo ležao na smrtnoj postelji, donijela je majka ponovo svojega dječaka, da mu zahvali za ozdravljenje. Tada Franjo uskliknu: "O bona ventura!", što bi se moglo prevesti "O, sretna li budućnost" ili "O, dobre li sreće". Otada su dječaka prozvali Bonaventurinom. Skraćeni su oblici imena Bono, Veno, Bonko, Venko. Prevedeni je oblik Dobroslav, Dobroslava i od njih mnoge izvedenice: Bobo, Bobika, Borko, Borka, Dobro, Dobriša, Dobrica, Dobreta, Dobrila, Boca, Bolko, Brina, Brenka, Dobrenka i drugo. Sveti je Bonaventura franjevac, biskup, kardinal i crkveni naučitelj. Rođen je u toskanskom mjestu Bagnoreggio kod Viterba godine 1221. Studirao je u Parizu i nakon studija, godine 1243 stupio u Franjevački red. S 35 godina postao je doktor teologije i pariški profesor. Godine 1256. postaje general Franjevačkog reda i iste godine kardinal. Umrlo je godine 1274. u Lyonu kao tajnik pape Grgura X. za vrijeme lyonskog koncila. Jedan je od najvećih franjevačkih ideologa, teologa, učenjaka i mistika. Uz Toma Akvinskog Bonaventura je najsjajniji predstavnik visoke skolastike. Tumačio je svoju kršćansku filozofsko-teološku misao temeljito na Aristotelu, a Bonaventura na neoplatoncima. Smatraju ga "drugim osnivačem" Franjevačkog reda. Napisao je mnoge teološke rasprave i život svetog Franje u dvije verzije, kraćoj i opširnijoj. Jedna od anegdota o njemu kaže: Kad su mu donijeli kardinalski šešir (znak papina imenovanja na tu čast), zatekli su ga kako u samostanskom dvorištu pere posude. Bonaventura ih zamoli da objese šešir na stablo dok ne završi posao. U kalendaru je 15. srpnja. Prikazuju ga u franjevačkom habitu ili kao biskupa, a uz njega (ili na stablu) crveni kardinalski šešir i raspelo. Patron je franjevaca, teologa, fizičkih radnika, djece i svilara. Zaštitnik je Banjalučke biskupije i tamošnje katedrale.

Nastavit će se...



Vi pitate, fra Juro odgovara



Kako ostati zdrav i u dobroj tjelesnoj formi?

Pitanje: Što trebam činiti da što duže zadržim zdravlje i tjelesnu formu?

Odgovor: Poznato je i znanstveno dokazano da tijelo poslije 35 godina života postupno gubi mišiće, a kosti i svi organi postupno slabe. Tijelo postupno gornila mast i redovito se odeblja najmanje za 9 kg. Da bi se spriječile ove negativne posljedice mora se činiti slijedeće:

Šport: Treba se baviti športom. Vrlo je dobro i korisno što Vi to činite. Tim sagorijevaju masti u organizmu a mišići jačaju. Samo treba paziti da se u športu ne pretjera jer je onda više štetno nego korisno.

Prehrana: Treba jesti tjedno 2 puta po 200 g mršavog mesa. Izbjegavati životinjske masti i mliječne proizvode, alkohol i nikotin. Tjedno se treba jesti 2 puta po 200 g ribe. Osobito one ribe koje sadržavaju mnogo Omega 3 masnih kiselina a to su losos, pastrva, makrela itd. Dvije trećine naše prehrane mora se sastojati od voća i povrća. Ono se može upotrebljavati sirovo, kuhano ili svježe napravljeno sok.

Izbjegavati stresove: Stresovi su uvijek opasni po naše zdravlje. Osobito je opasan stresov hormon cortisol koji traži da tijelo sve više jede, deblja a na trbuhu se nagomilava mast. Zato je ovdje vrlo koristan šport i razne tehnike opuštanja. Tim se smanjuje cortisol, nestaje glad, tijelo ostaje zdravo i u dobroj formi.

Pitanje: Zašto naglašavate da se treba jesti crno (crveno) grožđe i

pići crno vino. Zar nije bijelo grožđe i bijelo vino isto tako korisno i zdravo?

Odgovor: Ja nisam nikada napisao da su bijelo grožđe i bijelo vino štetni i da ih ne treba jesti i piti. Naprotiv njih se može i treba jesti i piti, osobito ako nema crna grožđa i vina. Istina je da uvijek stavljam naglasak i preporučam crno grožđe i crno vino. To je zato što je znanstveno dokazano da se u koži crna grožđa nalazi ljekovita tvar Resveratrol. To je biljna tvar koja pripada skupini polyphenola. Resveratrol aktivira u našem organizmu mehanizam obrane stanica, ili bolje rečeno, on djeluje na organizam tako da organizam "užaljuje" program za obranu stanica. Tim se one i čitavo tijelo dobro očisti od svih nepotrebnih tvari a u isto vrijeme štiti od mnogih bolesti pa i raka.

Dnevno je dostatno popiti 1/2 litre dobra crna vina ili pojesti najmanje 1 kg crna grožđa, zajedno s kožom i sjemenkama a pritom ih treba dobro sažvakati.

Pitanje: Vi se često spominjali folnu kiselinu. Nedavno sam pročitala u jednom časopisu da folna kiselina štiti od infarkta i osobito mlade žene od visokog krvnog tlaka. Je li to tako i gdje ima najviše folne kiseline?

Odgovor: Točno je da je fol kiselina vrlo važna za funkcioniranje našeg organizma. Ona je osobito nužna u razvoju djeteta u majčinoj utrobi, čuva organizam od srčanog udara i osobito mlade žene od visokog krvnog tlaka.

To je nedavno dokazala i studija američkih znanstvenika u bolnici u Bostonu. Dovoljna je za naš organizam dnevna doza od 0,8 mg folne kiseline. Folne kiselina najviše ima zelenom povrću, orasima itd.

Pitanje: Imamo troje dobre djece... Najmlađi sin po noći ima nemirne noge i bolove u nogama.

Liječnik nije dugo znao zašto je to tako a sada je jedan specijalist ustanovio da naš sin ima Restless-legs-Syndrom (RLS). Kakva je to bolest i šta se može učiniti? - L. R. Vc.

Odgovor: Syndrom nemirnih nogu ili kako se latinski naziva Restless-legs-Syndrom masivna je smetnja spavanja, koja je nažalost sve češća kod mladih poslije 20-e godine životne dobi. Ova bolest je osobito teška i neugodna jer se osim nemirnih nogu pojavljuju i jaki bolovi u nogama.

Kod RLS sindroma noge nemaju nikako mira a posebno su nemirne po noći, za vrijeme spavanja. Ako ih se umiri onda su bolovi još jači. Što se može kod ove bolesti učiniti? Aktivitet: Pred spavanje se mora dulje šetati u spavajnici.

Hladne kupke nogu ili tuširanje nogu hladnom vodom. smanje bolove.

Poslije hladnih kupki vrlo je djelotvorno moje ulje, koje se sastoji od 42 ljekovite biljke te od određenog postotka ulja od egipatske kamilice, eukaliptusa, manuke, paprene metvice itd.

Što se ne smije činiti? Alkohol, nikotin i kofein pogoršavaju bolest. Zato se mora strogo čuvati od svakog uzimanja alkohola, pušenja i kave. Pred spavanje je zabranjen svaki šport, osim kako sam gore spomenuo, hodanja pred spavanje u sobi. Inače svaki šport pred spavanje je štetan i noge se ne mogu smiriti nego su još nemirnije i još više bole. Što može učiniti medicina? Prema najnovijim medicinskim ispitivanjima ovdje se radi o neurološkom oboljenju. Lijekovi protiv bolova ne pomažu i ne bi ih se smjelo uzimati. Liječnici uglavnom daju iste lijekove koji se daju kod parkinsonove bolesti. Preporučujem da se potraži specijalist neurolog i specijalist za spavanje.

Nastavit će se...



Ekološki savjeti

1. Osmislamo i proizvodimo proizvode koji su u suglasju s okolišem.
2. Ne kupujemo više nego što stvarno trebamo - kupujemo racionalno.
3. Kupujemo proizvode s oznakom "prijatelj okoliša".
4. Kupujemo robu s duljim vijekom uporabe (npr. božićno drveće od trajnog materijala).
5. Kada idemo u kupnju, ponosimo vlastitu torbu.
6. Kupujemo svježe namirnice koje zahtijevaju manje ambalaže od vakumiranih pakiranja.
7. Kupujemo pića u povratnim bocama.
8. Po mogućnosti kupujemo veće količine (pakiranja), a ne pojedinačne.
9. Izbjegavamo proizvode sa suvišnom ambalažom.
10. Dodatnu ambalažu ostavimo u trgovini.
11. Kupujemo reciklirane proizvode.
12. Izbjegavamo sprej doze, a upotrebljavamo proizvode s crnim raspršivačima, koji omogućuju ponovno punjenje.
13. Odvojeno odlažimo otpad koji se može reciklirati (papir, staklo, itd.), kao i otpad koji se može upotrebiti.
14. Na svom radnom mjestu izbjegavamo nastajanje otpada i potičimo druge na to.
15. Izbjegavajući i smanjujući nastajanje otpada štitimo okoliš i štedimo novac.
16. Uključimo se djelom i savjetom!
17. Kontrolirano izdvajamo svaki otpad, ne stvaramo divlja odlagališta.
18. Papirni otpad odlažimo u plave spremnike ili u reciklažna dvorišta.
19. Stakleni otpad odlažimo u zelene spremnike ili u reciklažna dvorišta.
20. PET i Al ambalažni otpad odlažimo u žuto-sivi spremnik ili u reciklažna dvorišta.
21. Smanjimo svoj kućni otpad za jednu trećinu - kompostirajmo!
22. Stare baterije odlažimo u crveni spremnik.
23. Glomazni otpad odlažimo u vrijeme i na mjesto organiziranog odvoza. Posebno odvojimo metalni otpad i auto-gume od ostalog otpada te ih odložimo na mjesto dostupno vozilima TD Čistoća.
24. Posjetimo reciklažno dvorište!

25. Otpad je roba. Tako i postupimo!
26. S otpadom postupajmo odgovorno.
27. Pokupite otpad na plaži ili drugdje kada na njega naiđete.
28. Ako vidimo otpad odložen na za to nepredviđenom mjestu, prijavimo to inspekcijским službama.
29. Koristimo deterdžente koji nisu na bazi fosfata.
30. Rabimo neotrovna sredstva umjesto opasnih kemikalija za čišćenje.
31. Ako imate perilicu za pranje rublja i posuda, uključite ih napunjene, i to u vrijeme jeftinije tarife električne energije.
32. Neka voda ne teče cijelo vrijeme dok perete posuđe.
33. Na slavini stavite mrežicu za reguliranje mlaza.
34. Za bojenje stana koristimo boje na bazi vode.
35. Spremimo razrijeđivač u posude s poklopcem i upotrijebite ga ponovno.
36. Poklonimo ostatak boje susjedima, školi itd.
37. Sve što se da popravit, popravimo te iskoristimo.
38. Sve ono što još ima uporabnu vrijednost, a nama više ne treba i što želimo odbaciti, darujmo osobi komu to treba.
39. Tuširajte se umjesto da se kupate. Tako štedite znatne količine vode.
40. Zatvorite vodu dok perete zube ili se brijete.
41. Provjeravajte slavine ili ventile; cure li, odmah ih popravite.
42. Ne puštajte vodu da curi dok perete auto.
43. Provjerite curi li motorno ulje ili ulje od prijenosa u autu. Ako da, odmah to popravite!
44. Kupite automobil koji troši malo goriva.
45. Provjerite pritisak u gumama. Gume s niskim pritiskom uzrokuju veću potrošnju goriva.
46. Vozite se što manje automobilom. Hodajte, vozite bicikl.
47. Ukoliko vaš automobil nema katalizator obavezno ga ugradite.
48. Pazite kako se parkirate. Ostavite mjesta za druge i ne parkirajte ispred spremnika za otpad.
49. Za pogon automobila ne koristite ulje za loženje umjesto goriva.

50. Štedite električnu energiju. Dok grijete prostorije nemojte imati otvorene prozore jer time "grijete ulicu", a razvratit će vas i mjesečni račun.
51. "Betlehem" u kući imajte samo za Božić. Vodite računa da svjedlo ne gori u prostorijama u kojima nema nikoga.
52. Koristite prirodna sredstva za njegu i zaštitu bilja.
53. Čupajte korov umjesto da rabite herbicide. Upotrijebite zaštitni pokrov od vlažne slame, gnojiva, lišća itd., da spriječite rast korova.
55. Koristite minimalnu količinu potrebnog gnojiva, po mogućnosti stajakog i komposta kojeg ste sami napravili.
56. Vrt ili terasu polijevajte ljeti navečer ili rano ujutro da spriječite isparavanje.
57. Pustite da se odrezana trava razgradi i time vrt opakrbi hranjivim tvarima umjesto drugoga gnojiva.
58. Stavite raspršivač na cijev za polijevanje.
54. Razmijeti druge znači staviti se u njihov položaj.
55. Sporazum je jamstvo za uspješno rješavanje problema okoliša.
56. Ne budimo pasivni promatrači, sudjelujmo aktivno.
57. Kada izvodimo kućnog ljubimca, poistimo što za njim ostane.
58. Izbjegavamo proizvode za jednokratnu uporabu (upaljači, kemijake olovke, baterije).
59. Kao roditelj uključimo se u program djetetove škole (vrtića) za očuvanje i zaštitu okoliša.
60. Uključimo se u rad nevladinih udruga za zaštitu prirode i okoliša.
61. Razgovarajmo s djecom i prijateljima o problemu otpada te očuvanju okoliša.
62. Stvarajmo dobro ozračje u kući, na radnom mjestu i drugdje, jer: dobra komunikacija temeljem je sveg boljitka.
63. Temelj za promjenu je osobna promjena (svakog od nas).
64. Komunicirajmo kvalitetno: njegujmo pozitivan pristup, demokratski dijaloz i partnerske odnose.

Preneto: www.ekologija.ba
autor: Sanel Kajan



Kenja

Kenja je država u istočnoj Africi. Na jugoistoku izlazi na Indijski ocean, na jugozapadu graniči s Tanzanijom, na zapadu s Ugandom, na sjeverozapadu sa Sudanom, na sjeveru s Etiopijom i na istoku sa Somalijom. Sjever i istok Kenije zauzimaju sušne i polusušne zone ravnica i brežuljaka. Mala i nepravilno raspoređena količina oborina u ovoj rijetko naseljenoj regiji ne dozvoljava razvoj poljoprivrede.

Kenja za mnoge ljude predstavlja cijelu Istočnu Afriku u malome. Glavna turistička destinacija te regije zaista ima sve: biljni i životinjski svijet i noćni život, gradove i prekrasne pješčane plaže, planine i pustinje, tradicionalnu kulturu i modernu umjetnost. Postoji milijun razloga zašto posjetiti ovu prekrasnu zemlju, a ne samo pleme Masai Mara ili još lošija varijanta samo posjetiti sjevernu obalu Mombase i ne vidjeti što sve Kenija ima. Nacionalni park Nakuru - ornitološki raj s preko 400 vrsta ptica. Poznat je širom svijeta po velikom broju flamingosa i često ga se naziva «ružičastim jezerom». Osim stotina vrsta ptica mogu se vidjeti divlje životinje poput afričke bradavičaste svinje (poznatije kao Pumba iz crtica Kralj lavova), smiljce i bizone te ugrožene vrste bijelog i crnog nosoroga. Možda niste znali da se nosorogi dijele na crne i bijele, ali ne zbog boje kože, naime boja kože im je ista, a razlikuju se po boji usta, i crni nosorogi su više sramežljiviji i teže ih je uočiti. Najljepši prizor koji možete vidjeti na jezeru Nakuru je kada jednim pogledom uočite i zebre, i žirafe i bivoje, a lokalni vodiči takav prizor nazivaju i "tricolori", a još ako u kادر uleti i krdo impala i gazela onda je to pun pogodak.

Masai Mara nacionalni rezervat smatra se jednim od najzanimljivijih destinacija za promatranje divljih životinja. Lavovi se često mogu vidjeti i navikli su na automobile, a uočiti ćete i čimpanze kako sjede na vrhu mravinjaka koji su izgradili termite i mimo promatraju svijet. Tu

su i zebra, hijena, šakal, nilski konj, žirafa i mnoge druge životinje. Bogatstvo faune i nedirnutog afričkog života nije ništa prema spektaklu godišnje migracije divljih životinja. Više od milijuna životinja koje se kreću savanom jedan je od najimprativnijih prizora koje priroda može ponuditi. Migracija ne traje dugo, a početak je nemoguće točno predvidjeti. No posjetitelji Masai Mara u kolovozu i rujnu gotovo sigurno mogu vidjeti velika krda divljih životinja. Tijekom cijele godine Masai Mara je bogata životom i kombinacija blage klime s ljepotom krajolika te nevjerojatnim divljim životinjama čine Keniju jednom od najpopularnijih rezervata.

Masai pleme živi na ruhu rezervata kojega su suvlasnici, a dijele i prihode od turizma. Na jugozapadu se nalaze gorska područja s nadmorskim visinama iznad 1000 m (najviši vrh zemlje je ugaali vulkan Mount Kenya s 5199 m, druga najviša planina Afrike iza Kilimanjara) u kojima se nalazi većina plodne zemlje i koja su svojom umjerenom klimom u kolonijalnom razdoblju privukla europske naseljenike. Ovu planinsku zonu u smjeru sjever-jug presijeca istočni ogranak Velikog tektonskog jarka (Great Rift Valley) čije je dno pokriveno lancem jezera.

Na krajnjem jugozapadu Kenija

izlazi na jezero Viktorija, po površini drugo najveće slatkovodno jezero na svijetu.

U Keniji živi oko 40 etničkih zajednica čiji jezici pripadaju dvjema većim skupinama: Bantu (najveći narodi Kikuyu, 22%, Luhya, 14% i Kamba, 11%) te nilsko-saharskoj (najveći narodi Luo, 13% i Kalenjin, 12%). Osim jezika pojedinih naroda govore se i *grahili* i *engleski*. U devedesetim godinama pojačali su se sukobi među narodima oko zemljišnih posjeda i neravnopravnosti u zapošljavanju. Najzastupljenija religija u Keniji je kršćanstvo (oko 45% protestanata i 35% katolika). Muslimana ima oko 10%, a ostatak stanovništva pripada domaćim vjerama, čiji su elementi prisutni i u trima većim religijama. Najveći gradovi u zemlji su Nairobi (2.750.561 stanovnika 2005. godine), luka Mombasa (799.727), Nakuru (259.934), Eldoret (218.472) i Kisumu (216.479). Najrazvijenije grane kenijskog gospodarstva su poljoprivreda i turizam. Izvozi se kava i čaj, a najveći izvor strane valute su turistički posjeti nacionalnim parkovima i rezervatima (najpoznatiji je Masai Mara koji graniči sa Serengetijem u Tanzaniji). U Nairobiju, koji je prometno i gospodarsko središte istočnoafričke regije, razvijen je i uslužni sektor.



Nedjeljni ručak za četiri osobe

Za ovaj broj Glasnika prijedlog za nedjeljni ručak poslala nam je naša Anđa Tomić.

Juha

250 g teletine isjeći na kockice i kuhati s dvije mrkve. U kuhano dodati pripremljene knedle od jednog jajeta i griza (malom žličicom stavljati knedle u vrelu juhu i kuhati pet minuta). U sve to dodati začine.



Dobar tek!

Teletina s njokima

Teletina:

750 g teletine s 250 g crvenog luka prepržiti na malo ulja. Lagano dodavati vode te dinstati oko pola sata. U gotovu teletinu dodati sos napravljen od: jedne žlice brašna, dosta peršina, malo papra, crvene paprike, kečapa i potrebne količine soli.

Njoki:

Skuhati 1,2 kg krumpira i napraviti pire. Polovici ohlađena pirea dodati brašno, jedno jaje te izraditi tijesto. Isjeći u prutiće debljine prsta te sjeći njoke. Njoke kuhati u vreloj vodi 5 minuta, kuhane prelići hladnom vodom.

Služiti ih preliveno teletinom i sosom.

Knedle sa šljivama

Drugoj polovici hladnog pirea dodati brašno i jedno jaje. Praviti loptice koje na dlanu malo rastanjimo i u njih stavimo šljivu. Ponovno oblikovati loptice, kuhati u vreloj vodi te uvaljati u prepržene mrvice. Knedle posuti šećerom u koji smo već dodali vaniliju.



HUMOR. HUMOR. HUMOR.



Razgovaraju dvije susjede

- Otkle ti ta masnica ispod oka?
- Od muža - uzvratila druga.
- Mislila sam da je on na putu.
- E, pa i ja sam to mislila!



Mujo, matere ti, kaži mi koliko točno ima sahata?

- Deset i deset.
- Ma što me zezaš bolan, što odmah ne kažeš dvajest!



Dode Igor u trafiku kod Marka

- Daj mi bolan, Marko nove baterije za ovaj moj tranzistor.
- A koliko 'vata?
- Ma ne vata ništa, crk'o, ne radi...



Došao Mujo u zatvor pa od stražara traži pidamu.

- A što će ti pidama? -
- u čudu ga upita stražar.
- Rekli su mi da ću ležati barem mjesec dana.



Ulazi baka u autobus i kaže konduktoru:

- Joj sine, ja stvarno nemam novca za autobus, može jedno jaje?

Konduktor:

- Može bako, ulazi!
- Tako baka i drugi dan. Trećeg dana isto, a konduktor joj kaže:

- Može bako ulazi, ali nemoj mi više donositi jaja.

Dolazi baka četvrti dan i u ruci nosi kokoš. Ulazi u autobus i kaže konduktoru:

- Mjesecna!

Vozi se policajac gradskim prijevozom i drži se za šipku. U jednom trenutku primijeti da mu je cipela razvezana, pa se obrati čovjeku do njega:

- “Očeš li mi pridržati šipku dok završim vezice na cipeli?”



Izgleda mama, da naš djeda sada bolje čuje - kaže Maja mami.

- Po čemu si to zaključila?
- upita mama.

-Kad je jučer udario grom u garažu, on je viknuo slobodno.

Pita učiteljica Pericu:

- “Reci mi Perice, što je to Faraon?
- a on će na to:

-“Faraon je treće lice od glagola farati, faram ja, farsaš ti, fara on!”

HUMOR. HUMOR. HUMOR. HUMOR. HUMOR. HUMOR. HUMOR. HUMOR. HUMOR.

