

Mindez persze nem azt jelenti, hogy ne meséljünk a szeretteinknek a velünk törtétekről. Csupán fontos, hogy ne feledkezzünk el róla: van egy Személy, aki tökéletesen megért minket, aki vigasztalást tud adni, ha ne-héz, vagy épp együtt örülni velünk, ha siker ért. Isten alig várja, hogy be-szélgessünk Vele!
777blog.hu

INFORMÁCIÓK A HÉTRE

November 9, hétfő, A lateráni bazilika felszentelése, 7 óra: A Notre Dame Rendért és iskolánkért; + Bakk Izabella Imelda CND (+1996)
November 10, kedd, Nagy Szent Leó pápa, 7 óra: Hálából
November 11, szerda, Tours-i Szent Márton, 7 óra: Beteg László
November 12, csütörtök, Szent Jozafát püspök vértanú, 7 óra: + József
November 13, péntek: iskolai szentmise
November 14, szombat, 18 óra: + Nyárády Ágnes Andrea CND (+1999)
November 15, Évközi 33. vasárnap, 10 óra: + Dublec Anna Róza CND (+1996)

A héten iskolai szentmise lesz pénteken, ezért ezen a napon nem lesz szentmise reggel 7 órakor.

Kápolnánkban új hangrendszert üzemeltünk be. A tesztelési időszakban örömmel fogadjuk a Testvérek észrevételeit. Egyúttal hálásan köszönjük, hogy a vasárnapi adományokkal lehetővé teszik kápolnánk folyamatos szépítését és liturgiáink szebbé tételét!

Szeretettel kérjük a Testvérek segítségét a vasárnapi szentmisék utáni szeretetvendégséghez! Hálásan fogadunk felajánlásokat, amelyekkel a Testvérek támogatni tudják a vasárnapi délelőttiakat. Köszönjük szépen az eddig felajánlott adományokat! A részletek a Hírnökben találhatóak.

Püspök atya kérése: Mivel egyre több a megbetegedés, ezért szükséges, hogy még fokozottabban figyeljünk a fertőzés veszélyének csökkentésére. Nyomatékosan kérjük, hogy a templomban mindenki viselje a maszkot, (kivéve természetesen a miséző papot, a kántort és a felolvasókat). Ha valaki a betegség jeleit érzi magán, ne jöjjön el addig a templomba, amíg ezek el nem múlnak. Továbbra is imádkozzunk a betegekért, az orvosokért és az ápolókért, és segítsük azokat, akik a járvány miatt súlyos anyagi gondokkal küzdenek.

MINDSZENTY JÓZSEF ÁLTALÁNOS ISKOLA, GIMNÁZIUM ÉS KOLLÉGIUM – ISKOLALELKÉSZSÉG; SZENT KERESZT TEMPLOMIGAZGATÓSÁG – 8900 Zalaegerszeg, Zárda utca 25. • Email: mindszenty@martinus.hu • Facebook: Iskolelalkésztség, Zalaegerszeg • Instagram: [mmt_official_christian](https://www.instagram.com/mmt_official_christian)



Hírnök

2020. november 8.
Évközi 32. vasárnap

Mindszenty József Általános Iskola, Gimnázium és Kollégium – Iskolelalkésztség
Szent Kereszt Templomigazgatóság

Járványügyi rendelkezések egyházmegyénkben [kivonat]

Kérem a paptestvéreket, hogy idén a járvány fokozódása miatt *ne szervezzünk pásztorjátékot*. Helyette lehetséges valamely szabadtéri Betlehemes, vagy a templomban egy rövid műsor (versek, énekek), aminek előkészítése közös próbákat nem igényel, vagy esetleg egy régebbi pásztorjáték levetítése a templomban (akár több turnusban).

Kérem továbbá, hogy fokozottan ügyeljünk a következőkre:

1. Tartsuk be maradéktalanul az állami rendelkezéseket.
2. Továbbra is érvényben marad az a korábban kiadott rendelkezés, amely szerint a *szenteltvíztartók* a templomokban maradjanak üresek. A liturgikus szabályok megtartásával szabad a szentmise kezdetén szenteltvízhintést tartani.
3. A *szentáldozás* továbbra is *kézbe* történjen.
3. A templomban kötelező a *maszk* viselése. Kivételt képez a celebráns, a kántor és a felolvasó.
4. Érkezéskor kérjük a Testvéreket, hogy szíveskedjenek a *kezüket fertőtleníteni!*
5. A szentmise előtt az ostyák előkészítésénél a sekrestyés számára, valamint áldoztatás előtt az *áldoztatók* számára kötelező a *kézfertőtlenítés*.
6. A *vasárnapi szentmiselátogatás* alól az egyház általános irányelvei szerint fel van mentve mindaz, aki valamilyen egészségügyi okból nem

tud részt venni. Így a járvány idején nem kötelesek a vasárnapi Szentmisen részt venni az idősek és a krónikus betegségekkel küzdők, az egészségügyben, illetve szociális területen dolgozók, illetve mindazok, akik munkájuk kapcsán fokozottan ki vannak téve a járványveszélynek. Kérem azonban őket, hogy kapcsolódjanak be az élő szentmise-közvetítésekbe az internet, a televízió vagy a rádió segítségével.

7. Az *adventi és a karácsonyi* programok kapcsán tanúsítsuk nagy mértékletességet! Elsődleges szempont legyen a ránk bízottak biztonsága.

8. *Hittanórákon* a hittantanár vagy lelkipásztor ugyanazokat az előírásokat tartsa be (pl. a maszkviselést illetően), amit az iskola a többi tanórán előír.

9. Kérem a lelkipásztorokat, hogy a rájuk bízottak körében szervezzék meg az *imádságot* a betegekért, a haldoklókért, az elhunytakért és családtagjaikért legfőképpen olyan módon, hogy a hívők otthonaikban tudjanak e szándékra imádkozni.

Égi Édesanyánknak, a Betegek Gyógyítójának és egyházmegyénk szentjeinek oltalmába ajánlom egyházmegyénket: a lelkipásztorokat, a hívőket, a betegeket és az egészségügyben dolgozókat!

+ János püspök

Felajánlható adományok a minden vasárnapi szeretetvendégségre

- ❖ sütemény, édesség (pl. nápolyi, keksz), gyümölcs
- ❖ szemeskávés, kávétejszín, keverőpálca
- ❖ kockacukor, kristálycukor
- ❖ szörp
- ❖ tea, citromlé
- ❖ eldobható műanyagpohár (2 dl-es), eldobható kávéspohár
- ❖ papírszalvéta, konyhai papírtörölő
- ❖ egyszerhasználatos gumikesztyű

Célszerű alkalmanként munkatársainkkal egyeztetni, mi az, amire a leginkább szükség van. A legkisebb felajánlást is hálás szívvel köszönjük, s mindent a vasárnapi szeretetvendégségek során közösségünk tagjaira fordítjuk. Természetesen az adományozás nem feltétele a szeretetvendégségen való részvételnek, továbbra is nagy szeretettel várunk mindenkit. Köszönjük szépen!

„Megosztom, tehát vagyok” – Miért akarjuk azonnal kiadni az érzelmeinket?

Az azonnali megosztások korában élünk: legyen szó egy örömteli vagy elkéserítő eseményről, szinte kényszerrel érzünk, hogy rögtön megosszunk a hozzánk közel állókkal. Miért nem tudunk egyedül maradni az érzelmeinkkel és hol jön a képbe Isten?

Manapság akár jó, akár rossz dolog történt velünk, készletet érzünk, hogy azonnal megosszunk ezt a közösségi oldalakon nyilvánosan, vagy akár csak egy rövid chatüzenetben a barátainkkal. Úgy érezzük, MUSZÁJ megosztani, egy percig sem bírjuk magunkban tartani. De miért is tesszük ezt?

A szakértők arra hívják fel a figyelmet, hogy „egy meghitt és bizalomteli kapcsolat nem képzelhető el anélkül, hogy a másik embernek betekintést engednénk saját belső világunkba. Ennek a mikéntje viszont nagyon fontos lehet a kapcsolataink minősége szempontjából”.

Természetes, hogy vágyunk arra, hogy egy-egy érzelmet felkavaró esemény után valaki meghallgasson, megértsen minket. Azt szeretnénk, hogy a másik visszaigazolja: jogosan érzünk haragot, szomorúságot vagy épp örömet, elégedettséget.

A probléma inkább az azonnalisággal van, hiszen így egy percig sem maradunk egyedül az érzéseinkkel, és nem kezdődhet meg az önálló feldolgozás. „A jelenségre létezik pszichológiai szakkifejezés, ez pedig az érzelmi inkontinencia. A szófordulat a tartalmazás képességének hiányára utal – ami ebben az esetben az érzelmeink tartalmazása, bent tartása” – írja a cikk.

A közösségi média elterjedése kimondottan kedvező módja ennek az azonnali feszültségvezetésnek. Hiszen csak egy kattintás, néhány szó bepötyögése, és máris a másikkra raktuk a terhünk egy részét – még akkor is, ha ez nem tudatos.

Frusztrációt okoz viszont az, ha az azonnali érzelmeink kiürítésére azonnali visszacsatolást várunk: „Miért nem válaszol?! Pedig látta az üzenetemet, 5 teljes perccel ezelőtt!”. Az a tény, hogy képtelenek vagyunk egyedül, csak magunkkal lenni, folyton kapaszkodnánk valakibe, másoktól függő személyiségekké tehet minket – figyelmeztetnek a pszichológusok.

Szerintem itt jön a képbe Isten. Mi lenne, ha megpróbálnánk az intenzív érzéseinkkel Hozzá futni, Neki kiönteni a lelkünket? Mi lenne, ha Ő lenne az első, akinek elmondjuk, mi fáj vagy miért vagyunk hálásak, és nem a barátnőnk/szüleink/tesónk? Mi lenne, ha imádkoznánk, mielőtt elárasztunk valakit az érzelmeink cunamijával?