

Boštanjški zvon

Boštanjški zvon je glasilo župnije Boštanj, namenjeno interni rabi. Svoj dar lahko nakažete na TRR: SI56 0237 9009 2348 098 NLB. DŠ: 71750070 <http://zupnija-bostanj.rkc.si>; andrej.golcnik@rkc.si; 031 731 677; Odgovarja Andrej Golčnik, župnik.

31. 5. 2026
LETO: XXXVII
Št: 11

Zdravilni način molitve, na katerega smo kar malo pozabili Pomembni dogodki

Že dolgo, preden je nevroznanost potrdila njene koristi, so kristjani razumeli, da lahko hoja umiri tako telo kot dušo

Na molitev po navadi gledamo kot na nekaj, kar zahteva mir, tišino, kapelo, miren kotichek in trenutek, vzet iz dneva, ki se zdi že tako prenatrpan. Pa vendar so kristjani že stoletja molili tudi na poti, ko so hodili po poljih, samostanih in mestnih ulicah ter odkrili, da lahko gibanje samo postane oblika molitve. Šele zdaj, precej nenavadno, znanost začenja potrjevati tisto, kar se je nekoč preprosto živelo.

Nedavne študije kažejo, da hoja, zlasti če jo izvajamo z namenom, pomaga uravnavati stres, izboljšuje razpoloženje in izostri osredotočenost. Zdi se, da nežen ritem korakov pomirja živčni sistem, preusmeri um stran od tesnobnih zank v nekaj bolj prizemljenega in dovzetnega.

Kar nevroznanstveniki zdaj opisujejo v smislu možganskih vzorcev in regulacije, ni povsem novo; to je nekaj, kar se v duhovni tradiciji že dolgo razume, namreč da lahko telo pomaga usmerjati um k miru, ko se mir sam zdi nedosegljiv.

Prav tukaj najde svoje mesto "molitev med hojo". Namesto da bi mirno sedel in poskušal, pogosto neuspešno, umiriti um, začne človek hoditi in opazovati, pri čemer pusti, da se molitev ustali v ritmu gibanja. Enakomerno menjavanje korakov, diha in zavedanja ustvarja nekakšno tiho strukturo, ki nežno zadržuje pozornost, ne da bi jo silila.

Biti v trenutku

Ko se telo premika, se pozornost začne preusmerjati navzven na majhne, a pomembne podrobnosti. Šumenje peska pod nogami, premikanje listja, prisotnost drugih ljudi, svetloba v določenem trenutku dneva – vse to se začne jasneje zaznavati.

- Četrtek, 4. 6.—PRAZNIK Sv. Rešnje telo in kri—maša ob 19h
- Petek, 5. 6.—Prvi petek v mesecu—obisk ostarelih z najsvetejšem
- Nedelja, 7. 6.—Maša ob 9.00 in TELOVSKA procesija
- Nedelja, 7. 6.—Predstavitve misijonske odprave v Gambijo
- Nedelja, 7. 6.—Srečanje starejših 70+ ob 14.00 v TVD
- Nedelja, 14. 6.—Maša samo ob 9.00
- Nedelja, 14. 6.—Romanje ŽPS na Brezje, odhod avtobusa ob 12.30
- Nedelja, 21. 6.—ŽUPNIJSKI DAN—maša ob 9.00—pri maši pojejo MePz sv. Martin Trbovlje
- Nedelja, 21. 6.—Po maši skupno kosilo za vse pred cerkvijo

Svete maše med 1. 6. 2026 in 14. 6. 2026

PONEDELJEK 1. 6. <i>Justin</i>	17.00 + pogreb Joško Virant 18.00 + Gregor Zorc 30. dan in Anica - LOG
TOREK 2. 6. <i>Erazem</i>	18.00 + Mihaela obl., Anton in Stanko Judež ter Cenko in Matjaž Prosenik – KOMPOLJE
SREDA 3. 6. <i>Karel Lwa.</i>	Po namenu
SV. REŠNJE TELO IN KRI 4. 6.	19.00 + Ana Rimc (ob pogrebu) + Vida Mrvič (ob pogrebu)
PRVI PETEK 5. 6. <i>Bonifacij</i>	18.00 + Anica (Nada) Levstik 7. dan – ŠMARČNA
SOBOTA 6. 6. <i>Norbert</i>	11.00 Za rodbino Novšak – LUKOVEC 12.00 Zlata poroka – Lisec
10. NAV. NEDELJA 7. 6.	9.00 + Joško Virant 7. dan + Pfeifer Kristina in Franc EVHARISTIČNA PROCESIJA
PONEDELJEK 8. 6. <i>Medard</i>	18.00 + Anton Gornik (ob pogrebu) - LOG
TOREK 9. 6. <i>Primož in Felicijan</i>	18.00 + Anton in Janko Levstik; + st. in stari st. Redenšek; + Petek Alojzija obl. – KOMPOLJE 19.00 + Matjaž in Borut Vrtovšek
SREDA 10. 6. <i>Edvard</i>	Po namenu
ČETRTEK 11. 6. <i>Barnaba</i>	Po namenu
PETEK <i>Srce</i> 12. 6. <i>Jezusovo</i>	Po namenu
SOBOTA 13. 6. <i>Anton P.</i>	11.00 Zlata poroka – Zagrajšek – TOPOLOVEC
11. NAV. NEDELJA 14. 6.	9.00 + Zagrajškovi; + Edi Strah; + Anton Simončič obl. ter Simončič in Gunstek; + Korez Boris obl. ter starši; + Ivana in Franci Kovač, Pompe Franci in stari st. Ter Ana Kovač <i>Romanje ŽPS na Brezje</i>

Romanje članov ŽPS na Brezje

V nedeljo, 14. 6. ste vsi člani ŽPS povabljeni, da se skupaj odpravimo na romanje na Brezje, kjer bo srečanje vseh ŽPSjev iz naše škofije. Avtobus odpelje iz Boštanja ob 12.30. Povabljeni so zakonci in drugi člani družine. Za člane je romanje brezplačno, ostali družinski člani dajo prispevek za prevoz 10 €. Prijavite se do nedelje, 7. 6. župniku. Na romanju se bomo tudi dogovorili vse potrebno za župnijski dan, ki bo v nedeljo, 21. 6.

V tej pozornosti molitev postane manj stvar izgovarjanja pravih besed in bolj stvar preživljanja trenutka. Tukaj mnogi ljudje ugotovijo, da je Bog manj oddaljen, ne zato, ker bi se zgodilo kaj dramatičnega, ampak zato, ker so sami postali bolj prisotni.

Privlačna je tudi preprostost prakse. Molitev med hojo ne zahteva popolnega okolja. Lahko premišljujemo kratko vrstico iz Svetega pisma, ponavljamo znano molitev ali pa se preprosto spomnimo dnevnih skrbi, ki jih postopoma predajamo Gospodu, ko hodimo. Bistvo ni v tem, da dosežemo določen rezultat, temveč da ostanemo odprti in pustimo, da gibanje samo ustvari prostor za molitev.

Prav ta občutek prostora je morda tisto, zaradi česar se ta praksa zdaj zdi tako aktualna. Sodobno življenje ljudi pogosto pusti v miselni stiski, razpete med zasloni, obveznostmi in nenehnim pritiskom, da morajo biti produktivni. Hoja prekine ta vzorec, ne da bi v zameno zahtevala veliko. Ne zahteva priprave, obremenitve proračuna, posebne opreme ali celo jasnega cilja, vendar ima sposobnost, da dan ovrednoti na načine, ki jih bolj strukturirane dejavnosti včasih ne morejo.

V vrnitvi k nečemu tako osnovnemu je tiho veselje. Ko hoja postane več kot le sredstvo za premikanje z enega kraja na drugega, začne ponujati drugačno vrsto hrane. Čas se nekoliko upočasni, misli postanejo manj zapletene in molitev se neha zdeti kot dodatna naloga. Namesto tega postane nekaj, kar spremlja gibanje, tako naravno kot dihanje.

Ta vrnitev k preprostosti se danes zdi skoraj kot zdravilo. Nakazuje, da nam morda ni treba dodajati več, da bi dobro molili, ampak da moramo opaziti, kaj nam je že na voljo. Par čevljev, znana pot in pripravljenost biti pozoren so morda dovolj za začetek.

Ni treba iskati popolnih pogojev, temveč le stopiti ven in dovoliti, da običajna hoja ponovno postane kraj, kjer se lahko ukorenini molitev.

Misijonska odprava v Gambijo

V nedeljo, 7. 6. se nam bodo predstavili dijaki 2. letnika gimnazije Želumlje, ki se odpravljajo na poletni misijon v Gambijo, kjer bodo v vrtcih in šolah pripravili »oratorij« za otroke. Povabljeni, da jih s svojim darom podpremo pri tem.

Skrb za cerkve:

6. 6.: Dolenji Boštanj 101—110
13. 6.: Dolenji Boštanj 111—120