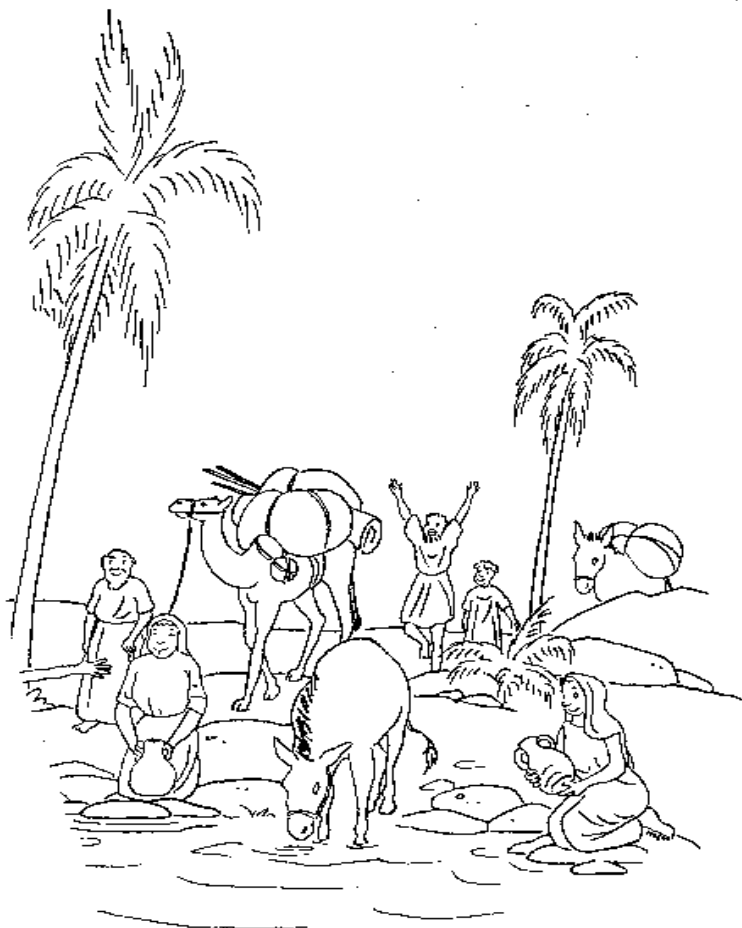


Pagina copiilor. Recunoaște și colorează !
Ce eveniment crezi că reprezintă ?



Foaia Creștinului poate fi citită (și descărcată de) pe : www.cezareea.ro/foaia-crestinului.

ORARUL SLUJBELOR BISERICII

DUMINICA	9 - 12
	18 - 20
JOI	18 - 20

Live pe : www.cezareea.ro
VĂ AȘTEPTAM CU DRAG!

Anunțuri :
• Duminica aceasta (**11 Octombrie 2015**), vrem să fim alături de copiii de la Școala Duminicală, prin ambele colecte, (atât de dimineața cât și de seara) !
• Sâmbătă, **10.10, 2015**, de la ora **10**, la Cezareea, a avut loc, Conferința Județeană a Femeilor Creștine din Caraș-Severin. Poate fi vizualizată pe site.

• Seara de Rugăciune va fi, cu ajutorul lui Dumnezeu, vineri **16 Octombrie 2015**, de la orele **18,00**.

Cu ajutorul lui Dumnezeu, cateheza se va ține și astăzi **27 sept. 2015**, de la orele **16,30**.

ROMÂNIA • CARAȘ – SEVERIN • REȘIȚA • STR. CASTANILOR, 119 • 320 030



Editorial. Greutatea ... psihică !

Un psiholog îi învăța pe cursanții lui despre managementul stresului. A luat un pahar de apă și s-a plimbat prin sală în liniște. Toată lumea aștepta o întrebare de genul : „Paharul este pe jumătate plin sau pe jumătate gol ?”.

La un moment dat s-a oprit, a ridicat paharul și și-a întrebat auditorii :

Cât de greu este acest pahar cu apă ? Mirați, cursanții au dat răspunsuri din care reieșea că paharul are între 250 și 500 ml. Răspunsul psihologului a fost următorul : „Greutatea absolută nu contează. Contează cât timp îl vei ține ridicat. Un minut – nicio problemă. O oră – o durere de braț. O zi – îți paralizează brațul.

În fiecare din aceste trei cazuri, greutatea paharului nu se schimbă. Se schimbă doar timpul și cu cât este mai lung, cu atât mai greu este paharul de ținut. Stresul și grijile din viață sunt asemenea paharului cu apă.

Dacă te gândești puțin la ele, nu se întâmplă mare lucru. Dacă te gândești mai mult la ele, începe să te doară sufletul. Dacă te gândești tot timpul la ele, îți paralizează mintea și nu mai poți să faci nimic.

De asta este important să te eliberezi de stres. Când ajungi seara acasă, lasă-ți grijile deoparte. Nu le purta cu tine în noapte !”

Problema este că uneori, noi vrem să scăpăm de îngrijorări, dar ele nu vor să plece de la noi. Sfatul apostolului Petru este : „Și aruncați asupra Lui toate îngrijorările voastre, căci El însuși îngrijește de voi”. (1 Petru 5 : 7) Aruncarea unui lucru cere efort ! Una este să pun un lucru jos și altceva este să-l arunc !

Ce să fac dacă nu pot să scap de griji ? Pot să cer ajutorul lui Dumnezeu, prin intermediul Bisericii ! Apostoul Pavel le scria credincioșilor din Filipi : „Nu vă îngrijorați de nimic ; ci, în orice lucru, aduceți cererile voastre la cunoștința lui

