



FOAIE PAROHIALĂ

săptămâna 16 - 22 august 2009

Parohia „Sfântul Gheorghe”

Oradea, str. Louis Pasteur, 26

Pr. Olimpiu: 0722/450.013; Pr. Ioan: 0744/921.703

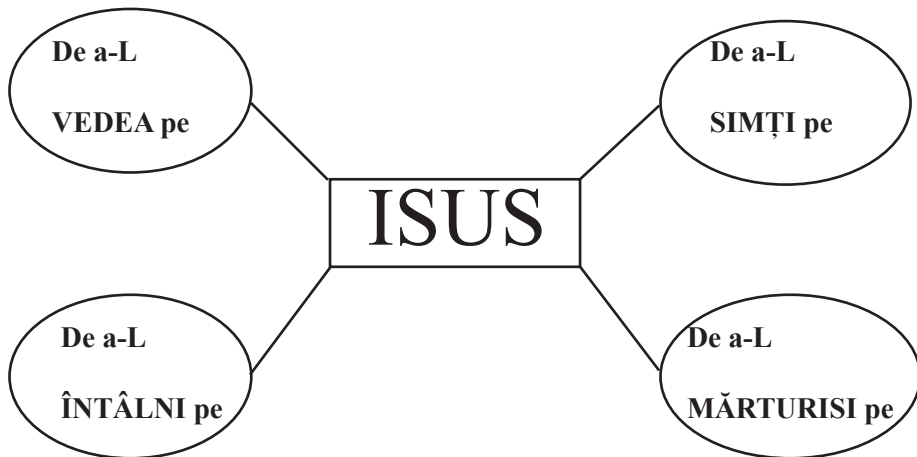
INVITAȚIE

În perioada **30 August – 06 Septembrie 2009**,
cu binecuvântarea PSS Virgil Bercea, vor avea loc la
Seminarul Teologic Greco-Catolic din Oradea,

Exerciții Spirituale pentru laici
celebrate de **FR. ANTHONY VADAKKEMURY V.C.**



CARE ESTE SCOPUL ACESTOR EXERCIȚII SPIRITUALE?



Programul unei zile constă în adorație euharistică, cateheze pe diferite teme și Sfânta Liturghie, intercalate cu mese, pauze și timp de odihnă.

Înscrierile se fac la numărul de telefon : 0724 590679 - Pr. Marius Matei sau la Biroul Pastoral Eparhial Oradea. Pentru detalii și întrebări, părintele responsabil cu organizarea evenimentului, Pr. Emil Ghiurcă vă stă la dispoziție la numărul de telefon 0748 907913.

Costul participării este de 400 RON/ persoană. Vă așteptăm cu drag

Arta de a fi sănătos

Dacă nu vrei să fii bolnav... Exprimă-ți sentimentele!

Emoțiile și sentimentele când sunt ascunse, reprimare, sfârșesc prin a genera boli ca gastrite, ulcer, dureri lombare, dorsale. Cu timpul, reprimarea sentimentelor poate degenera în cancer. Ar trebui să ne destăinuim unui confident, să-I împărtășim intimitatea noastră, secretul, erorile! Conversația, verbalizarea emoțiilor este un remediu puternic și o terapie excelentă!

Dacă nu vrei să fii bolnav... Ia decizii.

Persoanele indecise rămân în dubiu, în anxietate. Indecizia acumulează problemele, grijele, agresiunile. Istoria omenirii este alcătuită din decizii. A decide înseamnă a ști cum să renunți, să pierzi unele avantaje și valori și să câștigi altele. Indecișii sunt victime ale indigestiilor, durerilor nervoase și problemelor cutanate.

Dacă nu vrei să fii bolnav... Găsește soluții.

Persoanele negativiste nu găsesc soluții și dau amploare problemelor. Ei preferă lamentațiile, bârfele, pesimismul. Este mai bine să aprinzi un chibrit decât să regreți întunericul. O albină e mică, dar produce unul din cele mai dulci lucruri. Suntem ceea ce gândim. Gândurile negative generează energie negativă ce se transformă în suferință.

Dacă nu vrei să fii bolnav... Nu trăi bazându-te pe aparențe.

Cine ascunde realitatea, pretinde, pozează și vrea să dea impresia că este în regulă. Vrea să fie văzut ca perfect, descurcăreț, etc., dar acumulează tone de greutate. O statuie de bronz cu picioare de lut. Nu este nimic mai rău pentru sănătate decât să trăiești ascuns după aparențe și fațade. Aceștia sunt oameni cu multă strălucire artificială și rădăcini atrofiate. Destinul lor este durerea, spitalul sau farmacia.

Dacă nu vrei să fii bolnav... Acceptă.

Refuzul de a ne accepta și absența stimei de sine ne face să ne înstrăinăm de sine. A te accepta este punctul central al unei vieți sănătoase. Cei care nu se acceptă devin geloși, invidioși, imitatori, ultra-competitivi, distructivi. Accepta-te, acceptă că ești acceptat de alții, acceptă criticile. Este înțelepciune, bun simț și terapie.

Dacă nu vrei să fii bolnav... Încrede-te.

Cine nu are încredere, nu comunică, nu este deschis, nu creează relații adânci și stabile, nu știe să aibă prietenii adevărate. Fără încredere, nu sunt relații reale. Neîncrederea este o lipsă de credință în sine și în credința însăși.

Dacă nu vrei să fii bolnav... Nu îți trăi viața trist.

Simțul umorului. Râsete. Odihnă. Fericire. Acestea întregesc sănătatea și aduc viață lungă. Persoana veselă are darul de a îmbunătăți mediul oriunde trăiește. "Simțul umorului te salvează de mâna doctorului". Veselia este sănătate și terapie.

Dr. Dráuzio Varella