

Patriarhia Română

Biserica Sfânta
Parascheva Bruxelles

Cuvânt



Creștin

F o a i e a r o m â n i l o r d i n B e l g i a

Vești din
țară

- Hidrozolația Catedralei Mântuirii Neamului a fost finalizată
 - Prima biserică iluminată cu energie produsă de panouri fotovoltaice în Episcopia Giurgului
 - În ajunul praznicului Bunei Vestiri, mai multe organizații nonguvernamentale Pro-vita organizează simultan în diferite orașe din țară un marș pentru afirmarea dreptului la viață al copiilor nenăscuți
- Sursa: www.basilica.ro

Anunțuri

Curs gratuit de limba franceză pentru începători, la Biserica Sfânta Parascheva, în fiecare zi de luni începând cu ora 18.00

Școala parohială pentru copii în fiecare zi de sâmbătă, începând cu ora 11.00

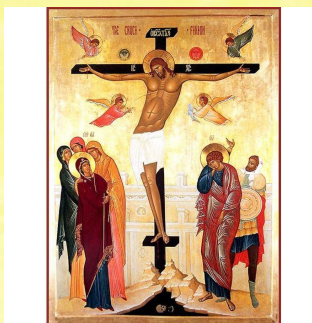
Taina Sfântului Maslu în ziua de vineri, 23 martie 2012, ora 18.30

Taina Sfintei Spovedanii în zilele de miercuri (ora 20.00), vineri (ora 20.00) și sâmbătă (ora 11.00)

DUMINICA SFINTEI CRUCI

Evanghelia Duminicii Sfintei Cruci ne îndeamnă să asumăm și să purtăm crucea vieții noastre și să facem din ea drum spre înviere, adică prilej de apropiere și de unire cu Hristos Cel Răstignit și Înviat. Lui să-i cerem ajutor ca să fie alături de noi, să ne ajute să ne purtăm crucea spre înviere, așa cum a purtat El Crucea Sa. Mai învățăm, însă, din Evanghelia acestei zile și adevărul pe care Mântuitorul Iisus Hristos l-a spus ucenicilor Săi: 'sunt unii din cei ce stau aici care nu vor gusta moartea până ce nu vor vedea Împărăția lui Dumnezeu venind întru putere' (Marcu 9, 1). Prin aceasta, Mântuitorul a vrut să arate taina Schimbării Sale la Față, eveniment care a avut loc nu cu mult timp înainte de pătîmirea și

răstignirea Sa. Atunci, pe muntele Taborului, cei trei ucenici - Petru, Iacob și Ioan - au văzut fața lui Iisus strălucind ca soarele, iar veșmintele Lui s-au făcut albe ca lumina (cf. Matei 17, 2; Marcu 9, 2-3; Luca 9, 29), iar ucenicii Lui simțeau o pace și o bucurie negrăită (cf. Matei 17,



4; Marcu 9, 5; Luca 9, 33). Această trăire sau experiență minunată era

Dumnezeu, ea fiind 'dreptate, pace și bucurie în Duhul Sfânt' (Romani 14, 17). E foarte semnificativ faptul că în Evanghelia de azi Mântuitorul Iisus Hristos vorbește, în același timp, de Cruce și de vederea slavei Împărăției lui Dumnezeu. În felul acesta, El pregătește pe ucenicii Săi să înțeleagă atât suferința Crucii, cât și bucuria Învierii. Cel ce poartă crucea urmând lui Hristos merge spre Înviere, pentru că lumina Împărăției lui Dumnezeu intră tainic în sufletul și în viața lui, iar el simte bucuria chemării lui Hristos și e bucuros să-L urmeze, chiar dacă întâmpină greutăți și necazuri.

† DANIEL

Patriarhul României (fragment din predica "Crucea—răsiguire a patimilor și înviere a sufletului din moartea păcatului")

CALENDARUL SĂPTĂMÂNII 19 - 25 MARTIE 2012

- 19 L Sfinții Mucenici Hrisant, Daria și Ilaria
 20 M Sfinții Cuv. Mucenici din Mănăstirea Sfântul Sava cel Sfințit, Sf. Ier. Nichita Mărturisitorul, Episcopul Bitiniei
 21 M Sfinții Ierarhi Iacob Mărturisitorul și Toma Patriarhul Constantinopolului, Sf. Cuv. Serapion
 22 J Sfântul Sfințit Mc. Vasile, preotul din Ancira, Sf. Mc. Drosida, fiica împăratului Traian
 23 V Sfântul Cuv. Mucenic Nicon și cei 199 ucenici ai lui
 24 S Sfântul Cuvios Zaharia, Sf. Ier. Artemon episcopul — **pomenirea morților**
 25 D † Buna Vestire (dezlegare la pește) Duminica a IV-a din Post (a Sfântului Ioan Scărarul)

CUVÂNT CREȘTIN

D i n î n ț e l e p c i u n e a P ă r i n t e l u i T e o f i l P ă r ă i a n

- *Părinte Teofil, ce ne propune Canonul cel Mare pentru viața noastră?*

- Scurt vorbind, să lepădăm lucrurile întunericului și să ne îmbrăcăm în armele luminii, să nu mai fim răi, ci să fim buni, să ne pară rău de răutățile noastre și să adăugăm lucruri bune în viața noastră.

Anotimpul friguros și Bolile de Inimă

Iarna este anotimpul în care o serie de boli, latente sau manifeste, cunosc o exacerbare, ducând la o deteriorare a stării generale. Una din cauze ar fi o secreție hormonală crescută de cortisol (în lipsa stimulului luminos), sau ca urmare a suferinței organismului expus la temperaturi joase. Consecința este o micșorare a diametrului vaselor sanguine (artere în special), reacție fiziologică normală, cu o restricționare a fluxului sanguin și o reducere a aportului de oxigen care ajunge la inimă. Asistăm și la o creștere a frecvenței cardiace, inima fiind mai solicitată pentru că organismul are nevoie de mai multă energie din partea ei pentru a încălzi toate organele periferice. Prin urmare, suntem mai expuși să prezentăm simptome ca durerea de inimă, palpitații și/sau dureri de cap, în special în prima parte a dimineții, atunci când presiunea sanguină este mai mare, iar riscul de infarct (sau alte sindroame coronare) este non neglijabil. Ne grăbim să ne rezolvăm problemele la primele ore ale zilei pentru că se întunecă repede, dar, din punct de vedere medical, această decizie antrenează o extenuare excesivă cu consecințele descrise mai sus. Studiile medicale arată și o creștere a nivelului de proteine în sânge cu riscul de formare a unui cheag de sânge itinerant, care poate bloca în traseul lui un vas de sânge. Din acest motiv, nu trebuie să se consume alcool sau tabac care accentuează vasoconstricția (micșorarea diametrului) vaselor și precipită o criză de infarct de miocard sau angor. Cercetătorii greci au arătat că riscul de apariție a unui sindrom coronarian este corelat cu nivelul sanguin de vitamina D (absorbit prin piele sau ingerat), iar populația din zona de câmpie este de două ori mai expusă pentru a dezvolta o patologie cardiacă decât cea din zona de munte. Din nefericire, țara noastră de adopție nu ne oferă nici o expunere optimală la soare, dar nici confortul unei vieți la munte. Putem, în schimb, modifica acest factor de risc prin aportul de alimente (în special pește, ouă, lapte de vacă 0.2-3.5% MG) și prin atenția pe care o dăm hranei noastre zilnice.

Atenție:

Simptomele unui Infarct de Miocard manifest constau într-o durere acută în zona sternală (tip constricție, arsură) care poate iradia în spate, în umeri, în brațul și mâna stângă, în zona stomacului sau chiar în maxilar, cu o durată de la câteva minute la chiar câteva ore. Este o durere angoasantă, care împiedică o respirație normală și care nu cedează la întreruperea efortului. Infarctul poate fi declanșat de efort fizic, un stress neobisnuit (deces, supărare, etc.) În cazul apariției acestor simptome, trebuie să vă adresați unui medic sau serviciului de urgență 112.

Dr. Gabriel C.

Agenda europeană

În prim-planul evenimentelor europene din săptămâna ce urmează stau întâlnirea miniștrilor agriculturii și cele ale miniștrilor apărării și de externe. Luni și marți, miniștrii europeni ai agriculturii vor discuta, la Bruxelles, despre reforma Politicii Comune de Pescuit și despre reforma Politicii Agricole Comune, pentru care Comisia Europeană a propus schimbări importante după anul 2014. Joi, miniștrii apărării vor face o trecere în revistă a operațiunilor desfășurate de UE în Bosnia, Somalia și în Golful Aden și vor analiza implicațiile pentru Europa ale noii strategii de apărare a SUA. Vineri, miniștrii de externe au pe agendă ultimele evoluții ale situației din Siria, temă care va fi și în atenția Comisiei de Politică Externă a Parlamentului European, unde înaltul reprezentant pentru politică externă, Catherine Ashton, va avea, marți, un schimb de vederi cu deputații europeni. Joi, deputații vor vota evaluarea anuală a Comisiei de Politică Externă a PE referitoare la drepturile omului în lume. Tot joi, miniștrii europeni ai transporturilor vor discuta despre o strategie pe termen lung pentru dezvoltarea rețelelor trans-europene de transport. În aceeași zi, la NATO, va fi lansată "Săptămâna Chicago" și o expoziție dedicată orașului Chicago, gazda summitului NATO, organizat de SUA la 20 și 21 mai. Luni, comisarul pentru politică regională, Johannes Hahn, va face o vizită la București și va avea întâlniri la cel mai înalt nivel pentru a discuta despre absorbția fondurilor europene în România.