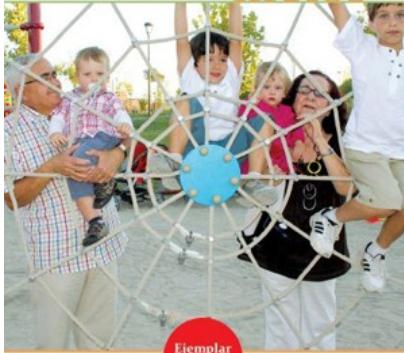


Esta semana: EL ANTÍDOTO PARA LA OCUPACIÓN

Abuelos que cuidan a sus nietos



Ejemplar gratuito

Diaconía
(MADRID)

Obra Social
Fundación "la Caixa"

18 FEBRERO TALLER ESPECIAL

Un recurso para ayudar a las familias y una oportunidad para reconocer la importancia de los abuelos en la vida de sus nietos.

¡¡Aparta la fecha y participa!! Comparte esta información con tus amigos y conocidos dentro de nuestras iniciativas de carácter social.

tos.

El objetivo es que padres y abuelos reflexionemos juntos sobre el nuevo rol que asumen los abuelos que cuidan a sus nietos y sobre los conflictos más frecuentes que pueden surgir en temas como: las normas, los límites, la educación, los valores...

Estresados por las cosas que hacemos

Hoy nos acercamos en el Salmos 23 a la receta para las personas que están bajo presión.

Examínate para averiguar si eres un adicto al trabajo:

¿Tienes siempre prisa?
¿Tu lista de "que hacer" es siempre irrealizadamente larga?

¿Usas tus días libres para ponerte al día con el trabajo que no terminaste?
¿Más de una persona te ha dicho que reduzcas tu ritmo de vida?

¿Te sientes culpable cuando descansas?
¿Tienes que estar enfermo para poder descansar?

Buenas Noticias TV
El programa de las Iglesias Evangélicas
en La 2 de TVE

tve 2



TODOS LOS DOMINGOS A LAS 9:15h

COMUNIDAD CRISTIANA EVANGÉLICA DE LA SIERRA NORTE

Guadalix 918470799 918471670
Soto del Real 918479489
El Casar 949336656
Valdetorres 918472160 918471022

vidaparalasierranorte@gmail.com
www.vidaparalasierranorte.es

Boletín, Núm. 7

22-01-12



COMUNIDAD CRISTIANA EVANGÉLICA DE LA SIERRA NORTE

Vida para la Sierra Norte

¿QUÉ HACER CON LA ANSIEDAD?



"Echa sobre Dios tu carga, y él te sustentará; no dejará para siempre caído al justo" [Salmo 55:22](#)

cercano ([vv. 12-14](#)). Anhelaba irse y escapar a un lugar tranquilo ([vv. 4-8](#)).

Como la dolorosa ansiedad de David refleja la nuestra, su receta para aliviarla igualmente puede hacernos bien a nosotros. Él escribió: "En cuanto a mí, a Dios clamaré; y Jehová me salvará. [...] Echa sobre Jehová tu carga, y él te sustentará..." ([vv. 16.22](#)).

La ansiedad es una carga que no se supone que llevemos. En cambio, debemos entregarle nuestras preocupaciones a Cristo, porque Él tiene cuidado de nosotros ([1 Pedro 5:7](#); ver también [Filipenses 4:6.7](#)).

Cuando David compuso el [Salmo 55](#), su mente estaba agitada por las mismas situaciones con que luchamos hoy: se horrorizaba de la violencia, la ira y el abuso que llenaban las calles de la ciudad ([vv. 9-11](#)). Experimentaba la angustia de ser traicionado por un amigo

Si hoy tu corazón pesa mucho, el Señor está listo para llevar todas las cargas que le entregues.

Reflexión: Dios nos invita a echar sobre Él el peso que tenemos encima.

¿Cómo enfrentar la preocupación?

Sal. 23:1 "El Señor es mi Pastor; Y nada me faltará."

Si yo creo que Dios me va a cuidar, no me voy a preocupar. Si dejo que el Señor sea mi Pastor estoy ante un verdadero antídoto para la preocupación. Sólo recordemos lo que implica esto:

1. Un pastor provee. Provee alimento, abrigo y las necesidades básicas para sus ovejas.

2. Un pastor protege. Él defiende contra el daño de los enemigos.

3. Un pastor guía. Él guía a las ovejas cuando están confundidas y no saben por qué camino ir.



Ingredientes

En esta reunión agradecemos a Dios todo lo que ha hecho por nosotros y lo expresamos de manera comunitaria, a través de:

La alabanza (por todo lo que El ha hecho por nosotros).

La oración(hablando con El)

Lectura y Enseñanza de la Biblia (reconociendo quién es El y conociendo Su mensaje para nuestras vidas hoy).

Canciones (que hablan de lo que El ha hecho).



**Excursión
próximo
sábado**



Nuestras reuniones



Dentro de nuestra reunión hay un momento en el que participamos dando de lo que Dios nos ha dado. Siéntete con libertad de participar o no. Lo recogido sirve para cubrir los gastos de alquiler y de las actividades que realizamos

Durante la semana nos reunimos en grupos pequeños en los cuales compartimos en torno a lo aprendido el domingo y aplicamos el mensaje a nuestras vidas en un ambiente de confianza y apoyo mutuo.¡ Aprovecha estas dos oportunidades!



**Radio Encuentro
Radio Cadena de Vida**
Escucha en www.radioencuentro.net
una programación variada y diferente

EL ANTÍDOTO PARA LA OCUPACIÓN Salmo 23:2

1. COMPRENDE

"Por su propia voluntad nos hizo nacer mediante la palabra de verdad, para que fuéramos como los primeros y mejores frutos de su creación".

Santiago 1:18 (NVI)

"Mirad las aves del cielo, que no siembran, ni siegan, ni recogen en graneros; y vuestro Padre celestial las alimenta. ¿No valéis vosotros mucho más que ellas?" Mat. 6:26

2. DISFRUTA

Todo lo hizo hermoso en su tiempo; y ha puesto eternidad en el corazón de ellos, sin que alcance el hombre a entender la obra que ha hecho Dios desde el principio hasta el fin. Yo he conocido que no hay para ellos cosa mejor que alegrarse, y hacer bien en su vida; y también que es don de Dios que todo hombre coma y beba, y goce el bien de toda su labor.

Ecl 3:11-13

3. LIMITA

Seis días trabajarás, y harás toda tu obra; mas el séptimo día es reposo para Jehová tu Dios; no hagas en él obra alguna. Ex.20:9

4. AJUSTA

Ec. 4:4

"Porque ¿que aprovechará al hombre si ganare todo el mundo, y perdiere su alma?" Marcos 8:36

5. INTERCAMBIA

Jesús: "Venid a mí todos los que estás trabajados y cargados que yo os haré descansar... porque mi carga es ligera." Mat. 11:28-29