



„Přepracovanost a stres způsobují u mnoha lidí extrémní vyčerpanost, psychické, emocionální, afektivní a fyzické zhroucení.

Životy lidí, udolaných tempem dnešního života, nakonec ovládne smutek, apatie a duchovní únava.

Snažme se stát po boku těch, kdo jsou vyčerpaní, zoufalí, bez naděje, naslouchejme jim třeba jen mlčky, protože nemůžeme jít a říkat takovému člověku: "Ne, takový život není.

Poslouchej mě, já ti dám recept."

Žádný recept neexistuje.

A nezapomínejme, že vedle nepostradatelné psychologické podpory, která je užitečná a účinná, pomáhají také Ježíšova slova.

V mysli a v srdci mi vyvstává věta:

"Pojďte ke mně všichni, kdo se lopotíte a jste obtíženi, a já vás občerstvím."

Modleme se, aby lidé trpící depresí nebo vyhořením našli u všech podporu a světlo, které je otevře pro život."