

1 يوليو 24 بؤونة استشهاد القديس أنبا موسى الأسود

4 يوليو 27 بؤونة استشهاد القديس مار بقطر بن رومانيوس

6 يوليو 29 بؤونة استشهاد القديس اباهور ، أبا بيشاى

8 يوليو 1 ايبب استشهاد القديسة افرونية الناسكة

9 يوليو 2 ايبب نياحة القديس تداؤس الرسول

12 يوليو 5 ايبب استشهاد القديسين الرسولين بطرس وبولس وفطر صوم الرسل

13 يوليو 6 ايبب استشهاد القديس اولباس أحد السبعين رسولا و القديسة ثاؤدوسية ومن معها

14 يوليو 7 ايبب نياحة القديس شنودة رئيس المتوحدين

15 يوليو 8 ايبب نياحة القديس العظيم الانبا بيشوى كوكب البرية

16 يوليو 9 ايبب استشهاد القديس سمعان كلوبا أحد السبعين رسولا

19 يوليو 12 ايبب استشهاد القديس اباهور السرياقوسى

21 يوليو 14 ايبب استشهاد القديس بروكوبيوس

22 يوليو 15 ايبب نياحة القديس الانبا افرام السريانى استشهاد القديس كريكوس وأمه يوليطة

24 يوليو 17 ايبب استشهاد القديسة أوفيمية

25 يوليو 18 ايبب استشهاد القديس يعقوب الرسول

26 يوليو 19 ايبب استشهاد القديس بطلان الطبيب والقديس أنبا بضابا

30 يوليو 23 ايبب استشهاد مارينا الشهيدة

31 يوليو 24 ايبب استشهاد ابانوب النهيسى

انت تسال والبابا يجيب

سؤال هل يوجه انجيل لبولس

يقول القديس بولس الرسول " وأخبركم أيها الاخوة أن الإنجيل الذي بشرت به، إنه ليس بحسب إنسان.. بل بإعلان يسوع المسيح " (1: 11، 12).
فهل كان هناك إنجيل لبولس !؟

الجواب

الإنجيل كلمة يونانية معناها بشرى .وقد استعملها بولس الرسول بهذا المعنى، دون أن يقصد كتاباً معيناً. فقال في بعض الأوقات "إنجيل خلاصكم" (أف 3:1) أى بشرى خلاصكم وقال " إنجيل السلام" (أف 6:15) أى بشرى السلام أو البشارة بالسلام. وقال " إنجيل مجد المسيح" (2كو 4:4) و"إنجيل مجد الله" (1تى 11:1) أى البشارة بهذا المجد. ولم تكن توجد طبعاً أناجيل بهذه الأسماء وبغيرها فعندما يقول بولس الرسول "إني قد أؤمنت على إنجيل الغرلة، كما بطرس على إنجيل الختان" (غل 2:7).

إنما يقصد أنه أؤتمن على حمل البشارة إلى أهل الختان أى اليهود.. بشرى الخلاص وبشرى الفداء. دون أن يعنى طبعاً وجود كتاب اسمه إنجيل الغرلة، وكتاب اسمه إنجيل الختان..

ونفس المعنى يؤخذ في كل تعبيرات الرسول .حينما يقول "قيود الإنجيل" (فل 13). إنما يقصد السجن الذى يكابده بسب مناداته بهذه البشارة. وعندما يقول "أمورى قد آلت أكثر إلى تقدم الإنجيل" (فى 12:1) يقصد تقدم البشارة بالخلاص. وعندما يقول "ولدتكم بالإنجيل" (1كو 15:4) إنما يقصد بهذه البشارة التى بشرتكم بها ... وهكذا فى باقى النصوص، لانه لم تكن هناك أناجيل مكتوبة فى ذلك الزمان.

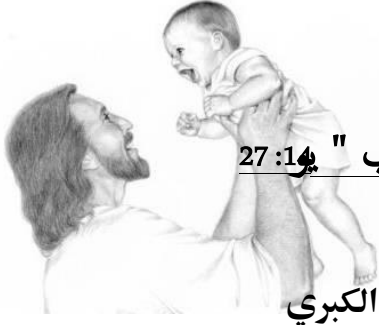
والسيد المسيح نفسه إستخدم هذا التعبير. ففى أول كرازته، حينما كان يوحنا المعمدان فى السجن، كان المسيح "يكرز ببشارة الملكوت. ويقول قد كمل الزمان، واقترب ملكوت الله. فتوبوا وآمنوا بالإنجيل" (مر 1: 14، 15). أى

إنجيل هذا الذى كان يقصده المسيح ؟ ولم تكن هناك أناجيل مكتوبة، ولم يكن قد أختاره تلاميذه بعد؟
إنما كان يقصد: آمنوا ببشارة الملكوت هذه هذه البشرى المفرحة بأن ملكوت الله قد اقترب.. . لقد جاءت المسيحية تبشر بالخلاص.. بالخلاص من عقوبة الخطية ومن سلطان الشيطان. الخلاص الأبدى بالفداء. وسميت هذه البشرى إنجيلاً... ونفس الوضع فى كل استخدامات المسيح لكلمة (إنجيل) وهى كثيرة. ولعل من أمثلتها قوله لتلاميذه: إذهبوا الى العالم أجمع وأكرزوا بالإنجيل للخليفة كلها" (مر 16:15).

ولم يكن هناك أى إنجيل مكتوب فى ذلك الوقت، إنما قصد السيد المسيح إكرزوا ببشرى الخلاص التى بشرت بها.. وبنفس المعنى قوله: "صعدت أيضاً إلى اورشليم.. وعرضت عليهم الإنجيل الذى أكرز به بين الأمم" (غل 2: 1، 2).

أى عرضت عليهم الكرازة التى أكرز بها بين الأمم، البشرى التى أبشر بها الأمم، إنه صار لهم الخلاص أيضاً. وهكذا حينما يقول فى رسالته إلى رومية "الله الذى أعبدته بروحى فى إنجيل ابنه، هو شاهد لى" (رو 9:1). يقصد فى بشارة ابنه. وليس فى كتاب اسمه إنجيل ابنه أو إنجيل المسيح..

بين الخوف و السلام القلبي



"سلاما اترك لكم سلامي اعطيكم لاتضطرب قلوبكم ولا تهرب " 14: 27

+ الخوف والقلق هما مرض القرن الحالي ...

الدول الكبرى تخشي الحروب النووية والدول الصغرى تخاف من مطامع الدول الكبرى
الاغنياء يخشون ضياع المراكز ويعانون من امراض القرحة والقرس والكلستلور والسرطان ويخافون الخسارة
وتهديدات اللصوص وحوادث سياراتهم الفارعة ... وكم سمعنا عن انتحار المشاهير والمليونيرات !!
هل تذكر كيف كان اخاب الملك الشرير ... تعيس لايري النوم (1 مل 21 : 4)
وكيف كان فليكس الوالي بكل جبروته مرتعبا من حديث الرسول بولس (اع 24 : 25)
والفقراء يخشون الجوع والحاجة يخشون انحراف ابنائهم لسد احتياجاتهم ، ويعانون من امراض الضعف
والانيميا و لين العظام وفقر الدم



وكلاهما يخاف الموت ويخاف المستقبل ويخاف من المجهول .

والطالب يخاف الامتحان والنتيجة والخريج يخشى عدم وجود العمل المناسب ..
والموظف يخاف من العوز لئلا يكفي بيته واولاده ...

+ الايمان بالله ينزع الخوف خارجا " نبقوا انا هو لا تخافوا " مر 6 : 5

أن أعظم كنز لنا في هذا العالم هو الثقة في الوجود مع الله ، وجود الله معك يعطيك السعادة
والسلام الحقيقي و اكتشاف محبة الله لك هو أعظم قوة في حياتك .. الله يحبك الي المنتهي
" لم يشفق علي ابنه بل بذله لاجلنا اجمعين كيف لابهينا معه كل شيء " (رو 8 : 32)

+ الله يحبنا فيعطينا ما نريد ويحبنا أكثر عندما يمنع عنا ما نشتهي ونريد ، فالأب يحب ابنه فيقدم له
الطعام ويحبه أكثر عندما يمنع عنه الطعام الضار رغم اشتياق الأبن اليه .
+ ألهي أشكرك علي كل حال لأنني أو من بمحبتك لي وبوجودك معي عندما لاتعطيني ما اريد .. أجعل
يارب إيماني بك وثقتي فيك اعلي من كل عاطفة وانفعال ، أثق أنك معي في الضيق كما في الرحب
والسعة .

+ أعطني أن أتعلم منك حبك العجيب ، فالحب الانجيلي حب عملي للزميل والمعلم الكبير والصغير ،
القريب والغريب ... حب يطهر النفس من عقدة الاضطهاد وعقدة كراهية الناس لي حب يطهر عيني
عن البحث عن عيوب الآخرين . .. حب يدفعني لمساعدة صغيري النفوس بدلا من أدانتهم والحكم
عليهم حب يطهر النفس من الأنانية والحقد فتسود السعادة والسلام علي من معي في البيت والعمل
والمجتمع ...



المقديسة أوفيمية



كانت زوجة لرجل تقي، يهتم بالعطاء للفقراء، خاصة في الأعياد الشهرية الثلاثة: تذكّر رئيس الملائكة ميخائيل في الثاني عشر، وتذكّر والدة الإله في الحادي والعشرين، وتذكّر الميلاد في التاسع والعشرين.

إذ دنت ساعة نياحته أوصى زوجته أوفيمية ألا تقطع هذه العادة وأن تقدم للفقراء بسطاء، وقد تابرت الأرملة على تحقيق وصية رجلها. ظهر لها الشيطان في شكل راهب، وصار يحدثها كمن يشفق عليها، طالبا منها أن تتزوج فترزق أولاداً، وألا تقدم الصدقة هكذا بلا حساب لئلا ينفذ ما لها، أجابته: "لقد قطعت عهداً مع نفسي ألا التصق برجل بعد زوجي" فتركها الشيطان غاضباً.

إذ جاء عيد رئيس الملائكة ميخائيل، وكانت أوفيمية تهتم كعادتها بالعطاء، ظهر لها عدو الخير في شكل ملاك، وقال لها إنه رئيس الملائكة ميخائيل، أرسله الله لكي تترك الصدقات وتتزوج، لأن المرأة بدون رجل كسفينة بلا ربان، وصار يورد لها من الكتاب المقدس أمثلة كإبراهيم وإسحق ويعقوب الذين تزوجوا وأرضوا الرب.

أما هي فبقوة قالت له: "إن كنت ملاك الله فأين الصليب علامة جنديتك؟ لأن جندي الملك لا يخرج إلى مكان إلا ومعه علامة ذلك الملك". فلما سمع ذلك الكلام تغير شكله ووثب عليها ليخنقها، فاستغاث برئيس الملائكة ميخائيل الذي خلصها من يده..

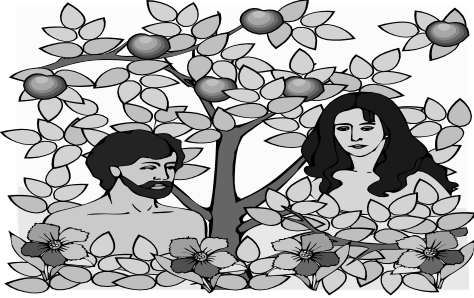
وأعلن لها أن نفسها تنتقل إلى الفردوس في نفس اليوم...

فسلمت ما لديها للكنيسة لتوزيعه على المحتاجين، وأسلمت الروح في 12 من شهر بؤونة.

صلاتها تكون معنا . آمين

ما هي حياتك

سقطت حفنه من الماء من السماء على الأرض فاختلطت بترابها فلم تعد حفنه الماء ماء ولم يظل التراب تراباً بل أصبح كلاًهما طيناً اشتاقت حفنة الماء ان تعود كما كانت وحيثما كانت فصرخت من ينقذني؟؟



ضربت الشمس بأشعتها وحرارتها في كتلة الطين فتبخر الماء ورجع الى حيث كان ولكن بصورة أجمل وانقى فلم تعد ماءً ولا طيناً بل بخاراً الانقى من الماء والاصفى من الطين .

هذا هو الانسان بطبيعته روح سكنت في جسد روح اعطاها الله من السماء وجسد من تراب الارض الروح تصرخ في الجسد من ينقذني من جسد هذا الموت (رو 7).

من يفصل بين هذا وتلك ؟

انه الموت الذي يضرب بشعاعه فيفصل بينهما وتعود الروح الى الله التي اعطاها ويعود التراب الى الارض حيث كان وتتغير حياة الانسان الى حال أفضل ..

وأخيراً ما هي حياتك؟؟

تجيب كلمة الله ما هي حياتكم إنها بخار يظهر قليلاً ثم يضمحل (يع 4) .



ما هي حياتك؟

انه سؤال يطرحه علينا الوحي الالهي نحن الذين انتهت الينا أواخر الدهور؟؟؟

ما هي حياتكم؟

ما هي الحياة لي؟ ما هي الحياة لك؟

ان الحياة لا تزيد أو تنقص عن أنها فرصة في مملكة الانسان والفرصة اذا ضاعت فانها لن تعود لقد تساءل الرسول يعقوب قائلاً ما هي حياتكم؟

من جهة حقيقة الحياة بخار ومن جهة مدتها تظهر قليلاً ومن جهة نهايتها تضمحل.

ويقول الوحي انها مجرد أشبار انها خيال عابر إلا أنه بالشبه يسلك الانسان (مز 38)

هوذا جعلت أيامي بالاشبار وقوامي كلا شيء قدامك (مز 38)

فالحياة عزيزي قصيرة وللبعض قصيرة جداً وان طالت فلا بد ان تنتهي ،

ما هي حياتك التي تحياها الآن؟

هل هي تمجد الله اذاً ذكر الصديق للبركة (أم 10).

ان الموت لا ينهي صلاحنا في هذه الحياة لأنه وان مات يتكلم بعد (عب 11)

ولا يمكنه ان يبطل شرنا الذي عملناه لأن عواقب الخطية تنتقل لعنتها من جيل الى جيل
فكر بالاولاد والاحفاد؟

ان المرأة الخاطئة التي دهنت الرب يسوع بالطيب قيل عن عملها الصالح حيثما يكرز بهذا
الأنجيل في كل العالم يخبر أيضاً بما فعلته هذه تذكراً لها (متى 26)
وما زال ذكرها حياً حتى الآن تحقيقاً لقول الرب وكأن طيبها يفوح رائحة ذكية ،
حتى الآن ومنذ أكثر من عشرين قرناً من الزمان نعم انه رائحة حياة لحياء (2 كو 2).
وكذلك الأمر مع يهوذا فان خبر شره وخيائته ما زال ذائعاً حتى الآن ولا نزال نلقبه بيهوذا
الخائن وأنه كان يظن ان خطيئته تنتهي بانتحاره إلا انها بقيت حية وان مات صانعها
رائحة موت لموت (2 كو 2)

ما هي حياتك أيها الحبيب أو هل علمت ما هي ؟

إنها كأيام الاجير (أي 7) أسرع من الوشيعة ((تمر أيام حياتي أسرع من دوران مكوك
المغزل)) (أي 7)، انها نفحه (مز 39)، إنها ظل (أي 8)، أسرع من العداء (أي 9)، أيامي
زائلة (مز 39)، أيامي كقصة (مز 89)، كزهر العشب (يع 1)، سلطان الموت مستمر بلا
توقف ونفوذه سائد بلا حساب ولقد شبه الوحي الالهي زوال الحياه بعبارات مؤثرة .

يوحنا المعمدان شبه الموت بالفأس والناس بالزرع فقال :

والآن وضعت الفأس على أصل الشجرة فكل شجرة لا تضع ثمرأجيداً تقطع وتلقى في النار (لو 3).

أما داود فقد شبه الموت بالطريق وقال : أنا ذاهب في طريق الأرض كلها (1 مل 2)

وبالمثل قال يشوع بن نون :

ها أنا اليوم ماض في الطريق التي يمضي اليها أحياء الارض كلهم. (يش 23).



الرسول بولس شبه الجسد بالخيمة فاننا نعلم انه متى
انهدمت خيمتنا الارضية التي نسكنها الآن يكون لنا بناء
من الله لم تصنعه أيدي البشر .

وأيضاً الرسول بطرس قال :

أنا اعلم ان خيمتي ستطوى بعد وقت قصير كما سبق

وأعلن لي ربنا يسوع المسيح ولهذا اجتهد في تذكيركم بهذه الأمور (2 بط 1)

يا رب ما وامت أيماننا سريعة فعلمنا يا رب إحصاء أيماننا لعلنا نعيشها بتعقل

وبقلب حكيم ﴿مز 90﴾



متي حل الروح القدس عليكم وتكونون لي شهود في اورشليم وفي كل اليهودية والسامرة والى اقصى الارض

* صوم الرسل من الاصوام التي تحمل معاني روحية غاية في

الاهمية للكنيسة بالرغم من انه ثابت فيها منذ العصر الرسولي يتعلق بوجودها .



* صوم الرسل اول صوم تم بواسطة اول عمل للكراسة والتبشير ، الصوم الذي ولدت فيه الكنيسة وظهرت للوجود في اورشليم وخارجها .



* صوم الرسل كان ولم يزل هو صوم الكرازة والخدمة والارسلانية متعلق بالشهادة بالمسيح جاء توقيته بعد حلول الروح القدس. المصدر الذي نعتمد عليه اعتمادا كليا كون الرسل صاموا فعلا بعد حلول الروح القدس حتي يباشروا الشهادة والخدمة وهم صيام هو قول الرسل انفسهم في الدسقولية. من بعد الخمسين والعنصرة عيدا ايضا اسبوعا اخر ثم نصوم بعد الراحة اي بعد راحة يوم الاحد سابع يوم بعد العنصرة ومن بعد صوم الرسل فامرهم ان تصوموا كل اربع وكل جمعة .



* صوم الرسل حقيقة تاريخية تستمد قوتها من كيان الكنيسة القائمة الان والكنيسة كلها في كل العالم مديونة لصوم الرسل لسبيل حي دائم تعيد له ونقطة انطلاق مضيئة تبدا منها رحلتها لتجد يد نشاطها وكرازتها كل عام نحو كل مدينة وكل قرية وكل عزبة وكل بيت وكل نفس كلها ممثلة بالروح تتحرك بغيرة الحب كلها بوراعة الروح تخدم باتضاع الرسل جدول اعمالها يغطي مجاهل المدينة وكل انحاء الريف حتي تصل الكلمة الي كل اولاد مارمرقس.



* صوم الرسل صوم الحب والغيرة والبذل والعرق والفداء والدم صوم الاسناد والنوم في العراء والمشي علي الاقدام كل الاماكن .



* صوم الرسل يدعوا لنفسه خداما (وبينما هم يخدمون الرب ويصومون قال الروح القدس افرزوا لي برنابا وشاول للعمل الذي دعوتهما اليه).



* صوم الرسل يصلح للدعوة والتكريس ووضع الايدي .



* صوم الرسل يبدأ اوله الاثنين الذي بعد تمام الخمسين واخرة اليوم الرابع من ابيب ليلة عيد تذكار شهادة الرسولين بطرس وبولس ولا يؤكل فيه شيء من اللحم سوي السمك.



* صوم الرسل هو الصوم الوحيد في الكنيسة الذي لم تحدد ايام صومته لانه عيدة مرتبط بميعاد ثابت زمن شمسي وهو ابيب اي عيد استشهاد الرسولين بطرس وبولس مع حين ان بدايته ليست ثابتة زمن قمري وهو مرتبط بعيد العنصرة وعيد العنصرة مرتبط بالفصح والفصح ليس ثابتا لانه عيد قمري ويأتي في الاحد الاول بعد اكتمال بدر نيسان نجد ان صوم الرسل يتراوح مدته بين 15 يوم او 49 يوم.

كان هذا الشاب يعيش بمفرده مع والدته ، وكانت علاقتهما خاصة جدا فحتى حينما كان الابن يجلس دائما على دكة الاحتياطي في الملعب ، كانت الأم دائما في مقاعد المشجعين . !! لم تفتها أبدا مباراة . وكان ابنها هذا الرجل الصغير هو الأصغر في الفصل

حينما انتقل للمدرسة الثانوية . ولكن والدته استمرت تشجعه ، ولكنها وضحت له جليا أنه ليس عليه الاستمرار في لعب كرة القدم ، إذا لم يحب هو هذا . ولكن الابن أحب كرة القدم وقرر أن يستمر يلعبها ، وقرر ان يحاول بأعظم ما لديه من جهد في كل تدريب ، لعله يتاح له أن يلعب عندما يتقدم . وطوال مرحلة المدرسة الثانوية لم يتخلف عن تدريب أو مباراة ، ولكنه بقي على دكة الاحتياطي طوال الـ 4 سنوات . وكانت والدته المخلصة دائما بين المشجعين ، وكانت دائما تقدم له كلمات التشجيع . وعندما ذهب الشاب الى الكلية ، قرر أن يحاول أن ينضم الى فريق كرة القدم . وكان الجميع متأكدين أنه لن يقدر على اجتياز الاختبارات، لكنه فعل ، وصرح المدرب أنه قبله كاحتياطي لأنه كان يضع كل قلبه وكل نفسه على كل تدريب ، وفي نفس الوقت كان يث الحمية والروح ! في باقى أعضاء الفريق واللذان هما في امس الحاجة اليهما .

أسعده جدا اجتيازه لاختبارات القبول حتى أنه أسرع لأقرب تليفون وطلب والدته . التي شاركتة حماسه وطلبت تذاكر لكل الموسم لحضور كل مباريات الكلية .

هذا الشاب المثابر لم يفته تمرين واحد طوال أربع سنوات الدراسة بالكلية ولكنه ، ولكنه لم ينتج له أن يلعب أية مباراة حتى كانت نهاية موسم كرة القدم في آخر أعوام دراسته ، وبينما هو يهرول الى مكان التدريب قبيل المباراة النهائية الكبرى بفترة قصيرة ، وإذا بالمدرّب يقابله ويقدم له تلغراف قد وصله .

قرأ الشاب التلغراف وصمت صمت الموتى . !!

وهو يجد صعوبة في البلع ، غمغم الشاب متمتما للمدرّب وقال " والدتي قد توفت هذا الصباح . فهل من الممكن ألا أحضر تمرين اليوم ؟ " ، أحاط المدرّب بذراعيه كتفى الشاب وقال " لتأخذ باقى الأسبوع راحة ، يا ولدى ، وحتى لا تحاول أن تحضر المباراة يوم السبت "

وعندما جاء يوم السبت ، لم تسر المباراة سيرا حسنا بالنسبة لفريق الكلية . وفي الربع الثالث منها ، عندما كان الفريق مهزوما بفارق عشرة نقاط ، تسلل شاب صامت في هدوء الى غرفة الملابس وليس! ملابس اللعب ، عندما جرى بجوار الخطوط الجانبية ، صعق المدرّب وباقي أفراد الفريق لرؤيتهم لهذا الزميل المخلص يعود بهذه السرعة . !!! قال الشاب للمدرّب " من فضلك اسمح لي باللعب هذا اليوم ، فقد عدت سريعا لألعب . " تظاهر المدرّب بأنه لم يسمعه . فلم يكم هناك من سبيل لأن يحتاج المدرّب لأسوء لاعبيه في هذه المباراة النهائية . ولكن الشاب الح ، وفي النهاية مع احساس المدرّب بالأسى للشاب ، استسلم المدرّب وقال له " لا بأس ، يمكنك أن تنزل الملعب . " ولم يمض وقت طويل على نزوله الملعب ، حتى كان المدرّب ، واللاعبين ، وكل من في مدرج المشجعين يكاد لا يصدق عينيه !! . فهذا الصغير المجهول الذى لم يلعب من قبل ، كان يلعب بتميز وكل لعباته صائبة !! .

ولم يستطع الفريق المنافس أن يوقفه . جرى ، ومرر ، ودافع وهاجم مثل نجم لامع في اللعب . وبدأ فريقه يتجه ناحية الانتصار . حتى تعادل الفريقان . وفي الثواني الأخيرة من المباراة ، قطع هذا الشاب تمريرة وجرى بالكرة كل المسافة حتى لمس خط تحقيق الهدف محققا الفوز . فردت مرواح المشجعين ، وحمله باقى أعضاء الفريق على الأعناق . ولم يسمع عن مثل ابتهاج ذلك اليوم !!! .

وفي النهاية ، عندما خلت المدرجات ، وأخذ اللاعبون فرصتهم في الاستحمام وغادروا غرفة الملابس ، لاحظ المدرّب أن الشاب الصغير يجلس ساكنا في أحد الأركان . فذهب اليه المدرّب وقال " يا ولدى ، إننى لا أكاد أصدق ، لقد كنت عظيما ! قل لى ما الذى يدور بخلدك ؟ وكيف فعلت ما عملته اليوم ؟ .

نظر الشاب لمدرّبه ، وعيناه مغروقتان بالدموع وقال " حسنا ، أنت تعلم أن والدتي

قد توفت ، ولكن هل تعلم أنها كانت ضريرة ؟ !!! " .

بلغ الشاب ريقه بمسوبة واغتصب ابتسامة على وجهه ثم أردف قائلا " ماما كانت

تأتى لكل مباريات فريقى .

ولكنها اليوم ولأول مرة يمكنها أن تيمرنى

وأنا ألعب وأردت أن أريها أننى أستطيع ذلك .

جـ- دود الحياقة الزوجية



الشريكين ناجحة

كى تكون الحياقة الزوجية بين

قدر الإمكان، لابد من الاعتدال فى أمور عدة، كما يجب على كل طرف بذل بعض الجهد دون التضحية المبالغ فيها لكى تستمر الحياقة بروح الود

والمشاركة والرغبة دائمة فى استكمال المشوار سويا.

كى تكونا زوجين ناجحين:



- _ عدم المبالغة فى الغيرة على الطرف الآخر.
- _ مراعاة مشاعر الآخر تجاه أسرته واحترامها دائما.
- _ الحفاظ على مساحة من الخصوصية لكل منكما
- _ لا يتخطاها الا بموافقة الآخر.
- _ تقبل اختلاف الآخر فى الآراء أو الطباع.
- _ تقبل مساحة من الخطأ.
- _ أساس التفاهم هو فن الحوار والتسامح.

كى تكون زوجا ناجحا:



- عامل زوجتك بلطف ولباقة خاصة عند نقدها وتجنب تماما نقدها أمام الآخرين.
- انسى إساءة الماضى وعش فى الحاضر.
- تجنب التنفيس عن توترك الناتج عن العمل فى وجه زوجتك.
- إحذر كذلك التلفظ بكلمات جارحة لشريكة حياتك حتى لو كنت غاضبا
- يمكنك السيطرة على كلماتك.
- ناقش كل أموركما معا، وحاذر من تدخل الآخرين فى حياتكما حتى ولو كانوا من العائلة.
- إظهار إعجابك من وقت لآخر بأناقة زوجتك ورشاقتها وذوقها فى تنسيق المنزل وتوفير الراحة لأبناءك أو لذة الطعام الذى أعدته.
- أشعر زوجتك لاحتياجك إليها وحاول أن تجد الوقت الكافى لتقضيه معها بمفردكما فى جو من الود والتفاهم
- قدم لزوجتك هدية من وقت لآخر حسب امكانياتك وتأكد أن الزهور هى أفضل الهدايا التى تدل على المشاعر الدافئة.

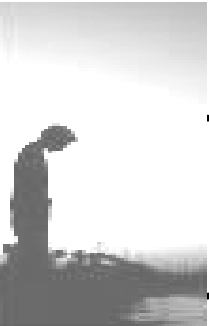
- أمسك بذراعها أو يدها أثناء عبور الطريق تقدمها قليلا لتراق حركة المرور قبل أن تعبر، وعند السير في الطريق العام إحرص على أن تجعل زوجتك تسير على الجانب الأكثر أمنا، بحيث لا تتعرض لخطر الزحام



لكي تكوني زوجة ناجحة:

- استقبلي زوجك بترحاب وبهجة.
- اهتمي بعمل زوجك وشجعيه دائما واهتمي كذلك بمظهره داخل وخارج المنزل.
- اصغى دائما إليه، حتى وإن لم يستهويكي حديثه.
- لا تزجي زوجك بالشكوك والتساؤلات عن أسباب تأخره في العمل، بل يمكن أن تسألينه ولكن بطريقة لطيفة توحى بالاهتمام.
- لا تحاولي أبدا مهما كان السبب أن تثيري غيرة زوجك.
- لا تقومي بأى عمل تتجاهلين فيه مشاعر زوجك واحاسيسه.
- لا تسخرى من طموحه وتطلعاته وهواياته حتى لا تزعزعي ثقته بنفسه.
- شجعي زوجك على العمل والتقدم وبر والديه وتعزيز علاقته الاجتماعية.
- لا تهملى صحتك وجمالك واناقتك.
- تجاوبى دائما مع عواطفه وكونى على طبيعتك معه كلما امكن.
- اعلمى ان الرجال أقل قدرة على الحب من النساء فلا تغضبى ان شعرت أن حبك له أكبر فقد يكون اهتمامه بك بنفس القدر، ولكن المشاعر فى حياة الرجل لها معنى آخر فلا تلوميه.
- لا تنشغلى بأطفالك خاصة حديثى الولادة عن زوجك طوال الوقت وانما اشركى زوجك فى مسئولية التربية والاعتناء بالرضيع وحاولى ان تكيفى نفسك على التغيرات التى تطرأ على حياتك.
- إذا استعنت بحماكتك لتجلس مع طفلك وقامت بأشياء لاتعجبك، فتذكرى أنها تقدم لك خدمة خلال فترة عملك فلا تنتظري منها أن تؤديه بنفس أسلوبك..

اقوال لاوقات الضيق



احسبوه كل فرح يا إخوتي حينما تقعون في تجارب متنوعة عالمين
أن إمتحان إيمانكم ينشأ مبرا (يعقوب 2:1)

الترجمة الروحانية لكلمة ضيقات تعني بركات وأكالييل... وهذه هي اللغة الروحية والذي
يترجمها غير ذلك يتعب (قداسة البابا شنودة الثالث)

إذا شاء الله أن يريج أبناءه الحقيقيين لا يرفع عنهم التجارب...
بل يعطيهم قوة ليمبروا عليها (القديس مار إسحق السرياني)

بينما يعد التسامح من أكثر الفضائل التي تناوّلها السيد المسيح ومن بعده الآباء، إلا أن الكثيرين يعتبرونه نقطة ضعف وجبن، وما يزال الكثيرون يصطدمون بهذا التعليم (الخد الآخر والميل الثاني) والناس تجاه هذه الفضيلة درجات:

(شخص يسئ - شخص يرد الإساءة كاملة - شخص يرد الإساءة بكلمة أو نظرة - شخص يرد الإساءة في الخفاء - شخص يحتفظ بالحق والمراة في قلبه - شخص لا يحتفظ بذلك ولكن يفرح ببليّة الآخر) مثل شخص يسئ وآخر لا يفعل ولكنه يمرر الإساءة - (شخص لا يرد ولا يحقد ولا يفرح ببليّة الآخر، ولكنه في الوقت ذاته لا يفرح لخيره وإن سمع أحد يمتدحه يتضايق).



كيف تري المسئ؟ هل أنت السبب؟ هل هو غير طبيعي؟ هل يحتاج إلى شفقة؟ هل تراه طبيبك أرسله الله لشفائك! هل تسامحه؟ أم هل تلتمس له العذر؟ أم تعود بالملامة علي نفسك في كل شيء؟ أم أنك تعتبر الإساءة عقاب من الله علي أشياء مضت؟! أم تسامح لتبدو فاضلاً وتمتدح من الآخرين!! ولكن لماذا نغفر؟! ليس فقط لأن هذه وصية الله لنا "كونوا متسامحين كما سامحكم الله أيضاً في المسيح" (أف4: 32)

بل ليغفر لنا الله. وفي الصلاة الربية لم يرد أي تعليق سوي علي هذه الصفة (اغفر لنا كما نغفر....) ونحن نغفر القليل مقابل الكثير (كما في مثل المديونين)

"اغفر لقريبك ظلمه لك، فإنّ (تضرعت تمحي خطاياك (يحقر انسان علي انسان ثم يلتمس من الرب الشفاء" سي28: 2، 3)

كما أن الانسان فكره الروحي في السماء وليس هنا، وبالتالي فهو يستخف بكل خسارة وإهانة... ولكن متى نعاتب؟:



يتعلل البعض بأن السيد المسيح الذي طلب منا بفمه الطاهر أن نحول الخد الآخر

ونمشي الميل الثاني، هو نفسه عاتب عبد رئيس الكهنة عندما لطمه....

ولكن السيد عاتبه بلطف، لأن الذين كانوا يلطمونه كانوا جنود الرومان...

وهذا شخص يهودي يتمثل بهم... كما أن السيد المسيح تحمل الكثير من اللطمات وا

والمسامير والحربة وغيرها... فلا مانع من العتاب ولكن برقة ومحبة في الشخص... ومنعاً من التكرار لا

سيما وأن هناك أشخاص يجب علينا تنبيههم، ولكن ليس علي سبيل الثأر للنفس!! كما أن الصمت وعدم

المعاقبة يفضي إلي تراكم الغضب في الداخل فيصل إلي السخط (والذي هو انفجار الغضب) إذا يتذكر

الشخص كل شيء مرة واحدة.

"لا تبغض أخاك في قلبك ولا تحقر علي (بناء شعبك" (لاوي19: 17، 18).

الخطة التي رسمها لنا السيد المسيح للعتاب:

"وإن أخطأ إليك (أخوك) فاهرب وعاتبه بينك وبينه وحركهما

(أن سمع منك فقرر رجعت (أخاك" مت18: 15)

"عاتب صديقك فلعله لم يفعل وأن كان قد فعل فلا يعوو يفعل عاتب صديقك فلعله لم يفعل وإن قال فلا يكرر القول عاتب صديقك فإن النسيمة كثيرة ولا تصرق كل كلام خرب" ﴿سيراخ 19: 13-16﴾

وبالتالي ستكون للمعاتبه أكثر من فائدة. المسئى يحتاج إلي من يلفت نظره، لئلا يعتاد ذلك ويغضب الناس منه، وقد يتضح عند معاتبته أنه لم يفعل وبذلك ينفك الالتباس. كما أن نقل الكلام بعدم دقة هو شر، وأما عدم الأمانة في النقل فهو شر أكثر، إن مثل ذلك يسبب الحروب والخصومات بين الشعوب والأفراد، والعائلات والأصدقاء.

* الاقتمار (الاختصار).

فإذا لم يقبل وإذا تمادي، ففي هذه الحالة يمكن الاقتصار، وبعض الآباء يقولون "أقطعه منك" أي لا تشغل نفسك به، لئلا يستخدمه الشيطان ضدك فتتكرر حياتك وتشوش افكارك ويؤثر ذلك علي صلاتك وعلي عملك وبيتك.

* علي أن الاقتمار يجب أن يلازمه:

- 1- تحاشي الإدانة "كنوع من التنفيس والدفاع عن النفس".
- 2- أن تحتفظ بدرجة (ولو صغيرة) من المجاملة العادية.
- 3- أن تترك الباب مفتوحاً (موارباً) لعله يرجع إليك.

* الغضب المقدس:

الغرائز عطية عظيمة من الله، ولكن استخدامها بشكل جيد وضبطها هذا يميز الإنسان عن الكائنات الأخرى، فإذا غضبت:

- + فليكن من أجل غيره الله وحقوق الآخرين.
- + فلتعبر عن ذلك بادب ودون جرح الآخر.
- + فلا تدع الغضب يظهر في الخارج.



"إذا أردت أن تغضب وتحقد وتبغض

فاغضب علي جسدك واحقد علي الشيطان وابغض الخطية
(الأب يوحنا الدرجي).

وهناك فائدة للغضب وهي ادراكنا آلام الآخرين متي اثرناهم أو جرحناهم، ويعني أيضا أننا أحياء (نحس بالألم)، كونوا شفوقين علي الآخرين :

"لا تكن قاسي القلب علي اخيك فإننا جميعاً قد تغلبنا الأفكار" (أبنا موسي الأسود)
ولا تضطر الآخرين إلي احتمالك.



"فانه ان غفرتم للناس زلاتهم يغفر لكم ايضا (ابوكم السماوي)" ﴿متى 6 : 14﴾

هل الوراثة وحدها سبب الصلع عند الرجال؟



**يحب على هذا التساؤل الدكتور أحمد عادل نور الدين
أستاذ الجراحة والتجميل بكلية الطب بجامعة القاهرة
والسكرتير العام للجمعية الدولية لجراحة التجميل**

عن قارة أفريقيا والممثل الإقليمي للشبكة الدولية لإذابة الدهون قائلا:

يصاب الكثير من الرجال بدرجات متفاوتة بسقوط الشعر، ومعظم هذه الحالات وراثية، وربما يكون ذلك بسبب حساسية الشعر لهرمون الرجال، وأحيانا يكون السبب هو الإصابة ببعض الأمراض، أو التغيرات في هرمونات الجسم أو التعرض لعلاج كيميائي، أو وجود أمراض نفسية، في حين أنه من النادر أن تصاب المرأة بالصلع، ولكن من الطبيعي أن تفقد بعضاً من الشعر كلما تقدم بها السن.

ويضيف أن الشعر يعد أمراً حيوياً جداً في إحساس المرأة بنفسها، إذ تعد أولى مظاهر الزينة والتفاخر بين بنات جنسها، والحالة النفسية للمرأة تنعكس على بهاء ورونق بل صحة شعرها، فإذا كانت حالتها النفسية جيدة وإحساسها بذاتها مرتفع، فإن ذلك غالباً يكون حال شعرها، ومن ثم فإن شعر المرأة يعكس حالة وشكل وجمال المرأة، ولذا تعرف تلك المقولة أن شعرك يعبر عن الشكل الذي تريد أن تظهر به شخصيتك، والرجال أيضاً ينطبق عليهم هذه المقولة، فعند النظر إلى حالة وشكل وهندمة الشعر نطلق على الشخص صفة الشقاوة أو شخصية رياضية جذابة أو مهتمة جادة، وغير ذلك من الصفات.

**وقف عمفوران مغيران على جذع شجرة
كعادتهم في وقت المساء ليستريحاً من تعب اليوم ويتجاذبان أطراف الحديث عن
أحداث هذا اليوم وهذا جزءاً من الحديث الذي دار بينهما اليوم...**

قال أحدهما للآخر : لفت نظري بين البشر شيئاً غريباً

العصفور الآخر : شيئاً غريباً وما هو ؟

العصفور الأول : لماذا يعيش البشر في قلق وانزعاج وخوف !!!؟

العصفور الآخر ضاحكاً : يا صديقي يبدو أن ليس لهم الأب السماوي الذي يعتني بى وبك .

انظروا إلى طيور السماء ... أبوكم السماوي يقوتها ...

ألستم أنتم بالحري أفضل منهم ؟

إجعلنا	مستحقين	ان نقول	ب	شكر
Αριτεν	Νεμψα	Επχωσ	θεν	Ουψωερχμο τ
اري تين	أ نيم إيشا	إنجوس	خين	أوو شبيئهموت
ابانا	الذي في	السموات	ليتقدس	اسمك
χε Πενιωτ	Ετθεν ni	Φνωι	Uαρεϋ τουβο	Νχε βεκραν
جي بينيوت	أتخين ني	فيئوي	ماريف توفو	انجي بيكران
ليأت	ك	ملكوت	τεκμετουρο	
Uαρεσι	nχε	تلك مت أوورو		
ماريسئي	إنجي	مشيئتاك	μαρεϋωπι	
لتكن	Πετερχακ	ماريف شوبي		
بتهاك				
كما	في	السماء	كذلك	على
μφρητ	θεν	τφε	nem	χixen
إمفريت	خين	إتفيه	نيم	هيجين
خبزنا	الذي	للغد	أعطنا	اليوم
Πενωικ	nτε	Ραστ	μnιϋ παν	μφοογ
بين أويك	أنتي	راستي	ميف نان	إمف أوو
ογορ χα	nneteron	παν	εβολ	
و	ما علينا (ذنوبنا)	لنا	أغفر	
أوه كا	ني إت إيرون	نان	إيفول	

طريقة لجعل حياتك أفضل



الأفضل قادم لا محاله

مهما كان شعورك .. فلا تضعف .. بل أستيظ .. و أنطلق ..

أعمل الشيء الصم دائماً.



كن متفائلاً .. وسعيداً ..

أتمل بوالديك .. وعائلتك دائماً

أعطى كل يوم .. شيئاً مميّزاً جيداً للآخرين. أهدف حدودك



عندما تستيقظ في الصباح .. و أنت على قيد الحياة ..
فأحمد الله على ذلك....



تخلص من جميع الأشياء التي ليس لها متعة أو منفعة أو جمال .

الحسد هو مضيعة للوقت ((أنت تملك جميع احتياجاتك))



انظر إلى يومك على أنه لوحة فنان بيضاء. فإذا عشت
يومك بسلبية متقبلاً كل ما ينثره الناس والظروف
على لوحتك، فسوف تجد في الغالب على لوحتك فوضى
، وليس فناً كما هو المفترض أن يكون.



تورته جوز الهند صيامي تصفففة

المقادير

نصف كوب زيت/ نصف كوب سكر/ كوب وثلاثة اربع من الدقيق/ كوب جوز هند مبشور/ كوب ماء
تقريبا / ملعقة كبيرة بيكنج بودر- فانيليا

الشراب: كوب ونصف سكر / 2 كوب ماء / ملعقة صغيرة عمير ليمون

الطريقة:

1- يرب الزيت مع السكر ويمزج جيدا حتى يذوب السكر تماما

2- ينخل الدقيق ويضاف اليه البيكنج بودر

3- يضاف الدقيق الى تخلوط الزيت والسكر ثم يضاف جوز الهند والفانيليا

4- يعجن بالماء حتى يكون القوام مثل التورته العادية

5- يصب الخليط في منيه مبطنه بالزيت والدقيق وتخبز في فرن متوسط الحرارة

6- تسقى بالشراب على ان يكون احدهما بارد والاخر ساخن

7- تقلب في طبق بعد ان تبرد وترش قليل من جوز الهند



فلش اقرا حاول

برنامج المسابقات
الجديد... فتشوا الكتب

ضع اجابتك في صندوق غرفة ابونا رويس
فيه جوايز الاجتماع القادم

والحل
في
الخطوة
القادمة

اجابة سؤال شهر يونيو

انسيموس هو العبد الذي صار مساعدا للقديس
بولس الرسول وارسل القديس رسالة الي فليمون
سيد هذا العبد

قص هنا

سؤال شهر يوليو

س/ من هو اول رجل تزوج امرأتين ؟ وماذا كان اسم المرأتين؟؟؟

اجابة السؤال :

الاسم :

+ إجتماع الأسرة + العائلة المقرسة +

المؤتمر الروحي الصيفي للعائلات بدير العذراء . بياض . بنى سويف

من 15 / 7 - 17 / 7 / 2011

2 ليالى 3× ايام

المبنى الجديد المكيف بالدير

القيمة / 115 جنيه للفرد - 100 جنيه للطفل أقل من 12 سنه

شامله الإنتقالات و الوجبات الثلاث والإقامه فى حجرات غير مكيفه

(فرق تكييف الحجره 45 جنيه)

بالحجرة 3 سرير . تكافه السرير الفارغ 55 جنيه

الحجز / طرف كمال عريان . 22630860 . 0105575569

المؤتمر خاص للعائلات فقط

باقى التفاصيل عن البرنامج الروحى فى موقعنا

www.maryhollyfamily.com



حظك اليوم مع ثمار الروح القدس

برج المحبة 3/21 الى 4/20

تيموثاوس 1:5 واما غاية الوصية فهي المحبة من قلب طاهر وضمير صالح وايمان بلا رياء

برج الفرح 4/21 الى 5/20

مزمير 32:11 افرحوا بالرب وابتهجوا يا ايها الصديقون واهتفوا يا جميع المستقيمي القلوب

برج الاتضاع 31 / 5 الى 6/20

امثال 8:12 مخافة الرب بغض الشر.الكبرياء والتعظم وطريق الشر وفم الاكاذيب ابغضت.

برج السلام 6/21 الى 7/20

١ شعيا 57: 2 يدخل السلام. يستريحون في مضاجعهم. السالك بالاستقامة

برج طول اناة 7/21 الى 8/20

رومية 12:12 فرحين في الرجاء. صابرين في الضيق. مواظبين على الصلاة

برج اللطف 8/21 الى 9/20

فسس 2:7 ليظهر في الدهور الآتية غنى نعمته الفائقة باللطف علينا في المسيح يسوع

برج السلام 9/21 الى 10/20

حزقيال 36:27 واجعل روحي في داخلكم واجعلكم تسلكون في فرائضي وتحفظون احكامي وتعملون بها

برج الايمان 10/21 الى 11/20

رومية 4:20 ولا بعدم ايمان ارتاب في وعد الله بل تقوّى بالايمان معطيا مجدا لله

برج الوداعة 11/31 الى 12/20

مزامير 69:32

الله يرى ذلك الودعاء فيفرحون وتحيا قلوبكم يا طالبي الله

برج التعفف 12/21 الى 1/20

غلاطية 5:25 ان كنا نعيش بالروح فلنسلك ايضا بحسب الروح

برج الرحمة 1/21 الى 2/20

مراثي 3:32 فانه ولو احزن يرحم حسب كثرة مراحمه

برج الحكمة 2/21 الى 3/20

مزامير 107:43 من كان حكيما يحفظ هذا ويتعقل مراحم الرب

