

١ ديسمبر ٢٢ هاتور استشهد القديس قزمان ودميان وأخوتهما وأمه

٢ ديسمبر ٢٣ هاتور تذكّار القديس كرنليوس قائد المائة

٤ ديسمبر ٢٥ هاتور استشهد القديس مرقوريوس أبى سيفين

٦ ديسمبر ٢٧ هاتور استشهد القديس يعقوب الفارسى المقطع

٨ ديسمبر ٢٩ هاتور استشهد البابا بطرس خاتم الشهداء

١١ ديسمبر ٣ كيهك نياحة القديس اباهور الراهب

١٢ ديسمبر ٣ كيهك تذكّار دخول السيدة العذراء مريم الى الهيكل بأورشليم

١٣ ديسمبر ٤ كيهك استشهد القديس اندراوس أحد الاثنى عشر رسول

١٤ ديسمبر ٥ كيهك استشهد القديس بقطر و نياحة ناحوم النبى

١٥ ديسمبر ٦ كيهك نياحة البابا إبرام ابن زرعة

١٧ ديسمبر ٨ كيهك نياحة القديس أنبا صموئيل المعترف

١٨ ديسمبر ٩ كيهك نياحة القديس بيمن المعترف

١٩ ديسمبر ١٠ كيهك نياحة القديس نيقولاوس أسقف مورا

٢٠ ديسمبر ١١ كيهك نياحة القديس الانبا بيجمى السائح

٢١ ديسمبر ١٢ كيهك نياحة القديس يوحنا المعترف- تذكّار الملاك ميخائيل

٢٢ ديسمبر ١٣ كيهك نياحة القديس ابراكايوس السائح واستشهد القديس برشونفوس الراهب

٢٣ ديسمبر ١٤ كيهك استشهد القديس بهنام وسارة أخته

٢٨ ديسمبر ١٩ كيهك نياحة القديس يوحنا اسقف البرلس جامع السنكسار

٣٠ ديسمبر ٢١ كيهك التذكّار الشهري لوالدة الإله القديسة مريم العذراء

٣١ ديسمبر ٢٢ كيهك تذكّار الملاك الجليل غبريال المبشر

انت نسال والبابا يجيب

اللاهوت لا يؤكل ولا يشرب وكذلك لا يولد... فكيف ذلك؟

يجيب قداسة البابا...



الذي ولد هو الإنسان يسوع المسيح وليس اللاهوت
لأنه متحد مع اللاهوت بطبيعة واحدة قيل عن
مذراء والدة الأله وهذا لا يعني انها والدة الاله كما هو في
بيعتة الأزلية أنما والدة الاله المتجسد الذي أخذ جسدا
صار في الهيئة كأنسان وأخذ شكل العبد .

ومن اقوال قداسة البابا شنودة

+الإنسان المؤمن لا يمكن أن تتعبه التجربة أو الضيقات ... ذلك لأنه يؤمن
بعمل الله وحفظه. ويؤمن أن الله يهتم به أثناء التجربة، أكثر من إهتمامه
هو بنفسه ... إنه يؤمن بقوة الله الذي يتدخل في المشكلة. ويؤمن أن حكمة
الله لديها حلول كثيرة، مهما بدت الأمور معقدة .



+الصوم قبل تناول والطهارة الجسدية تشعرك بهيبة
السر فيدخل الخشوع إلى روحك ومعه الأهتمام بالإستعداد.

+الصوم والندائب الروحية يسلك فيها الإنسان فنقوى شخصيته
ونقوى إرادته.

الطريق إلى بيت لحم

اما انت يا بيت لحم افراثة وانت صغيرة أن تكوني بين الوف
يهودا فمك يخرج لي الذي يكون متسلطا علي اسرائيل ومخارجه
منذ القديم منذ أيام الازل " (ميخا ٥ : ٢) .

هذه القرية الصغيرة جدا التي اختارها رب المجد يسوعالمتحد بطبيعتنا ليولد فيها فاصبحت
مسقط رأس البشرية كلها في شخص آدم الثاني ..فبيت لحم هي المكان الوحيد الذي يمكن أن
نكتشف فيه حياتنا الجديدة...ربي ومخلصي يسوع نعلم أنك ولدت في بيت لحم لكني
أتضرع إليك أن ترشدني وتهديني بنجمك السماوي للوصول إليك كما أرسلت نجمك
السماوي ليرشد المجوس وملائكتك لارشاد الرعاة فانا أعلم أنه لاوصول إلي طفل بيت لحم
بدون عمل روحك القدوس .

أنت تعلم ربي يسوع عقبات الطريق فأرتفاع اورشليم
وانوارها المبهرة ووجود قصر الملك الارضي هيروودس
بها جعلت المجوس يتجهون إليها غير مدركين أن
في ضوء النجم الصغير الهادي وفي الاتجاه لبيت لحم
الصغيره اللقاء مع ملك الملوك .

هكذا في طريقي إليك يايسوع بيت لحم مرور علي الانوار الزائلة والمباهج الباطلة التي
تجذب رؤيتي للطفل الوديع...سأمر علي مراكز العالم فتضيع مني قيمة يسوع في المذود ،
سأمر علي مبادئ العالم من ظلم وغش وخداع وحب لسيطرة العالم فتغيب عني مبادئ
محبة الأعداء والتسامح والاحتمال ويمتليء القلب بالحقد والكراهية ، سأمر علي حب
الملكية والذات فيمتليء القلب بمحبة العالم واللذات مبتعدا عن طفل المذود حامل
الصليب ، سأمر علي الأزياء والموضات فتغيب عني أقمطة الطفل يسوع وملابس العذراء
المحتشمة ، سأمر علي سهرات رأس السنة والعيد فتغيب عني سهر الرعاة مع الملائكة في
بيت لحم ، سأمر علي شهوات العالم فتغيب عني طهارة بيت لحم والقدوس مولود فيها
تحيطه الملائكة القديسين .

ميلادك إلي مكانك في بيت

في هذا العالم أن يحجب

ويحرمني منك... من رؤيتك

منبتك الغالية

ربي يسوع أرشدني في عيد

لحم ولاسمح بأي شيء

رؤيتي لنجمك الهادي

ومن

تذكار الأربعة والعشرين قسيسا الروحانيين (٢٤ هاتور)

في مثل هذا اليوم تذكار الأربعة والعشرين قسيسا غير اطنجسدين كهنة الحف العالي الجالسين حول العرش، الذين هم ارفع واعظم من جميع القديسين وكل طقوس الروحانيين ، لقبهم من الله يشفعون في البشر ، ويقدمون لعزته تبارك اسمه صلوات القديسين كبخور في مجامر ذهب بأيديهم ، يرفعون فيها الصلوات والصدقات التي تقدم الى الله ، كما يقول يوحنا الإنجيلي في أبو غاطسيس (سفر الرؤيا) " بعد هذا نظرت وإذا باب مفتوح في السماء والصوت الاول الذي سمعته كبوق يتكلم معي قائلاً اصعد الى هنا فأريك ما لا بد ان يصير بعد هذا وللوقت صرت في الروح وإذا عرش موضوع في السماء وعلي العرش جالس وكان الجالس في اطنظر شبه حجر اليشب والعقيق وقوس قزح حول العرش في اطنظر شبه الزمرد وحول العرش أربعة وعشرون عرشاً ورأيت علي العروش أربعة وعشرين شيخاً جالسين منسربلين بثياب بيض وعلي رؤوسهم أكاليك من ذهب (رؤ ٤ : ١ - ٤) ، ولهم كل واحد قيثارات وجامات من ذهب مملوءة بخورا هي صلوات القديسين (رؤ ٥ : ٨) الذي علي الأرض يرفعونها الى ضابط الكل .

قال " وسمعت الأربعة الحيوانات يسبحون قائلين " قدوس قدوس قدوس الرب الإله القادر علي كل شئ الذي كان والكائن والذي يأتي" . وحينما نعطي الحيوانات مجداً وكرامة وشكراً للجالس علي العرش الحي الى ابد الأبدين ، يخر الأربعة والعشرون شيخاً قدام الجالس علي العرش ويسجدون للحي الى ابد الأبدين ويترحمون أكاليهم أما العرش قائلين " أنت مسنحف أيها الرب إن تأخذ المجد والكرامة والقدرة لأنك أنت خلقت كل الأشياء وهي يارادتك كائنة وخلقت " وإذا خرج حكم من لدن الإله يخرن ويسجدون " قائلين عظيمة وعجيبية هي أعمالك أيها الرب الإله القادر علي كل شئ ، عادلة وحف هي طرقك يا ملك القديسين ، من لا تخافك يا رب ومجد اسمك ، لأنك وحدك قدوس ، إن جميع الأمم سيأتون ويسجدون أمامك إن أحكامك قد أظهرت " . لذا قد رتب معلمو الكنيسة هذا العيد تذكاراً لهم .

شفاعتهم تكون معنا ولربنا المجد دائماً ابدياً

امِين

ناملات في المبراد



إذا كانت القديسة مريم قد اختارت البتولية فلماذا خطبت ليوسف النجار؟ هل اتفق يوسف النجار مع العذراء أو كان في نيتهما الزواج الفعلى وإنجاب الأطفال؟ ماذا يعني قول الملاك ليوسف "خذ الصبي وأمه واهرب إلى ارض مصر"؟ والكتاب المقدس والتقليد يجيبان على هذه الأسئلة وغيرها بدقة ووضوح.

1. عذراء إلى الأبد :

تتضح نية القديسة مريم من عدم إعتزام الزواج الفعلى واعتزام البتولية كل ايام حياتها من موقفها عند بشارة الملاك لها بالحبل بالطفل الإلهي. فلما قال لها الملاك: "ها انت ستحبلين وتلدن أبناً وتسمينه يسوع." سألت هي الملاك في دهشة واستغراب قائلة :

" كيف يكون لي هذا وانا لا أعرف رجلاً؟" وسؤال العذراء هذا يؤكد بما لا يدع مجالاً من الشك انها لم تفكر في الزواج والإنجاب مطلقاً. فلو كانت قد اعتزمت الزواج من يوسف لما كانت قد سألت الملاك هذا السؤال على الإطلاق بل لأعتقدت أن هذا (الحبل) سيتم بعد الدخول الفعلى بيوسف خاصة وانها مخطوبة له. ولكن سؤالها يؤكد انها لم تفكر في الزواج وقال ذهبي الفم: "كيف يكون لي هذا وانا لا أعرف رجلاً،

ليس شكاً بل أستفساراً وهو دليل على انها أعتزمت البتوليه." وقال القديس امبروسيوس " إنما تسأول عن كيفية إتمام الأمر... لأنها تحاول ان تجد حلاً للقضية.. فمن حقها ان تعرف كيف تتم الملادة الاعجائبة العجيبة."

2. لماذا خبطت مريم ليوسف؟

بشر الملاك مريم انها ستحبل بقوة الروح القدس وبدون زرع بشر وانها ستلد القدوس، فماذا يقول عنها الناس عندما يجدونها حامل وهي غير متزوجة؟ والأجابة هي إنها ستتهم بالزنا وترجم حتى الموت، حسب الشريعة. أو ان يقوم الجنين بإعلان حقيقة الوهيته بقوات وعجائب كما سجد له المعمدان وهو جنين في بطن أمه ، ولكن السر الإلهي، سر التجسد كان لا بد يخفى عن الشيطان الذي لو علم به وتيقن منه لكان، على الأقل، قد حاول ان يفسر عمل الفداء ومن ثم يحاول تعطيله. لكن الشيطان لم يعلم هذه الحقيقة، حقيقة الحبل الإلهي. إلا بعد القيامة وحلول الروح القدس. قال القديس اغناطيوس: " أما رئيس هذا العالم فقد جهل بتولية العذراء وكذلك موت الرب."

وقد ذكر القديس جيروم عدة اسباب لخطبة مريم ليوسف

أولاً: لكي ينسب (المسيح) للقديس يوسف قريب القديسة مريم، فيظهر إنه المسيا الموعود به من نسل داود من سبط يهوذا.

ثانياً: لكي لا تُرجم القديسة مريم طبقاً للشريعة الموسوية كزانية، فقد سلمها الرب للقديس البار الذي عرف بر خطيئته وأكد له الملاك سر حبلها بالمسيا المخلص

ثالثاً: لكي تجد القديسة معها من يعزيها خاصة اثناء هروبه

قال الأنبا بولس البوشي: " ذكر انها خطبت ليوسف لكي ما يخفى الرب تدبير التجسد عن الشيطان. لأن النبوه تذكر بأن العذراء تحبل وتلد ابناً ويدعوا اسمه عمانوئيل. ولهذا كانت البشارة بعد خروج السيدة العذراء من الهيكل إلى بيت يوسف ليخفى سر الحبل في ذلك." قال العلامة يوحنا الدمشقي: "ولما كان عدو خلاصنا يترصد العذراء، لسبب نعمة اشعياء القائل "ها العذراء...". ولكن لكي يصطاد الحكماء بخدعتهم



" . فلكى يخدع المتباهى دوماً بحكمته . دفع الكهنة بالصبية للزواج من يوسف، وكان ذلك "كتاب جديد مختوم لمن يعرف الكتابة". فأصبح الزواج حصناً للعذراء وخدمه لمترصده العذاري قال القديس أغريغوريوس الصانع العجائب: " أرسل جبرائيل إلى عذراء مخطوبة لكنها لم تتحد معه، إنها مخطوبة ولكنها لم تمسر . لماذا كانت مخطوبة؟ حتى لا يدرك الشرير (الشيطان) السر قبل الاوان فقد كان عارفاً ان

الملك سيأتي من عذراء إذ سمع ما جاء في اشعياء ... وكان يهتم ان يعرف العذراء ويتهما بالعار، لهذا جاء الرب من عذراء مخطوبة حتى يفسد حيل الشيطان لأن المخطوبة مرتبطة بمن سيكون رجلها".

اما متى تمت خطبة العذراء مريم ليوسف، فهذا يتضح من الزمن المستخدم في اللغة اليونانية في قوله "كانت مريم مخطوبة ليوسف" والذي يبين أن الخطبة كانت قد تمت حديثاً جداً ربما قبل ظهور الملاك لها بأيام قليلة جداً. وهذا ما يبين قصد الله من خطبة العذراء ليوسف، فقد خطبت قبل الوقت المعين للبشارة بوقت قليل، لتصبح تحت حماية رجل، ولأنها نذرت بتوليته إلى الأبد فقد عاش معها يوسف النجار التي تجمع التقاليد على إنه كان شيخاً وعاش معها في حالة قداسه كامله.



لا نجد نصاً واحداً في الكتاب خاصة بعد ميلاد الطفل الإلهي يشير أو يُشتم منه أي صلة زوجية بين يوسف النجار والعذراء بل على العكس تماماً فبعد الميلاد يخاطب الملاك يوسف ويقول له قم وخذ الصبي وأمه وأهرب إلى ارض مصر" ، ومتى الإنجيلي يقول " فقام وأخذ الصبي وأمه" ثم يخاطبه الملاك في مصر أيضاً قائلاً: "قم خذ الصبي وأمه واذهب إلى ارض إسرائيل .. فقام وأخذ الصبي وأمه وجاء إلى ارض إسرائيل . وليس الصبي

وزوجتك، مما يدل ويؤكد انه لم يصبح زوجاً فعلياً بعد ميلاد الطفل الإلهي وانه لم يكن له أي صلة زوجية بها وإلا لكان قال له "خذ الصبي وزوجتك" وليس "الصبي وأمه". ولكن قول الملاك هذا وتأكيد الإنجيلي يؤكدان ان مهمة يوسف كخطيب وزوج قد نجحت في حماية

العذراء من الأتهام بالزنا كانت مهمة شرعية وظاهرية أمام الناس ولأخفاء سر التجسد والفداء عن الشيطان وليست علاقته زوجية. بل ان ذلك يؤكد لا لبس فيه ولا غموض أن يوسف كان رجلاً باراً فصار زوجاً لها على الورق وأمام بني إسرائيل فقط، وأيضاً للهروب بالصبي وأمه إلى مصر ثم العودة إلى إسرائيل والسكن في الناصرة وإعطاء الصبي اسم يوسف كأب أمام الناس بالإضافة إلى حرفة التجارة فقيل عنه: "يسوع ابن يوسف الذي من الناصرة" ، " أليس هذا هو يسوع ابن يوسف الذي نحن عارفون بأبيه وأمه أليس هذا ابن النجار".

الكلمات الرقيقة داخل الأسرة

نحن في احتياج أن نعرف أن الكلمات الرقيقة هي إحدى لغات الحب .
أن لكل إنسان لغة يفهم بها أنه محبوب من الآخر سواء كان (الزوج - الزوجة - الأبناء)، من بينها
الكلمات الرقيقة ، الكلمات الرقيقة الصادقة تستطيع أن توصل الحب للآخر، وتساعد على النجاح
في الحياة.

يقول الكتاب المقدس أن " الممت والحياة فيه بعد اللسان " (أم 21: 18)

فما به حد كلام عندما يسمعه الانسان بموت؟ وكلام عندما يسمعه حيا؟ فما هي هذه الكلمات التي
تؤدى إلى الموت بالإنسان؟ وما هي الكلمات التي يسمعه الإنسان فيحيا؟

سوف نترك لكم التفكير في إجابة هذا السؤال ...

أولاً: قبل أن نتكلم عن الكلام الرقيق والحلو نحتاج أن نتعلمه ونمارسه، جميل للإنسان الذي يقول
كلام يعبر عن مشاعره وليس عكس ذلك، وفي أحيان كثير نقول كلام جميل وحلو ولكن نغمة الصوت
نعطي معنى آخر. وفي العادة يفسر شريك الحياة / الأبناء الكلام على حسب نغمة الصوت.

ثانياً: كيف نعبر عن مشاعرنا؟
يساعدنا على ذلك؟

أنا في كل صباح ومساء نصلي " أبانا الذي في السموات... أغفر لنا ذنوبنا كما تغفر نحن أيضاً
للمذنبين إلينا "... نحن نطلب المغفرة من الله مقابل أننا نغفر للآخرين. فهل عندما يخطئ الزوج أو
أحد الأبناء وجاء من أجل الاعتذار نغفر له ؟ أما ماذا نقول...؟!

• كلمات عدم المحبة (أنا لا أقدر أن أصدق أنك فعلت هذا - لاشك أنك غير مدرك لمقدار ما آذيتني
- يجب عليك أن تزحف على ركبتيك لترجوني أن أسامحك)

• كلمات المحبة [أنا أحبك - أنا لن أسمح لما حدث أن يقف حائلاً بيننا - أنت لست مذنباً لأنك
أخطأت فأنت شريكي ونحن سوف نبدأ معاً من جديد....)

لكل إنسان منا ضعفاته، ويحتاج إلى من يمسك بيده لكي يثق في نفسه. تذكر
حدثت في الغرب أن "أليس" وهي أم لطفلين قالت: "أتذكر كيف أمتي تتحدث

عن جمال شعري الأحمر. فتعليقاتها الإيجابية وهي تمشط شعري قبل
الذهاب للمدرسة كانت جزءاً دائماً من وعيي بذاتي، وبعد عدة سنوات حينه

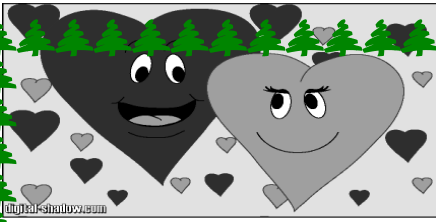
الشعر الأحمر أقيته، لم تتابني مشاعر سلبية نحو شعري الأحمر. أنا واثقة

أن تعليقات أمتي الرقيقة كان لها دور كبير في ذلك" هذه الأم استطاعت أن تعطي ابنتها الثقة في نفسها

لأن لون شعرها مختلف عن باقي شعر الأطفال وكان ممكناً أن تشعر الابنة بالنقص لأنها مختلفة

أما في الحياة الزوجية : قد يجد الإنسان أن شريك حياته له ضعفات أياً كانت سواء كان

اكتشفها أثناء فترة الخطوبة، أم بعد الزواج وهناك احتمال أن هذا



الشريك لا يثق في نفسه ويشعر بأنه أقل أو مختلف عن الآخرين، فيستطيع الشريك الآخر بكلمات المحبة أن يساعده على قبول هذه الضعفات، ويسترد ثقته بنفسه مرة أخرى. والعكس صحيح.

في أوقات كثيرة يحتاج الإنسان [الزوج - الزوجة - الأولاد] أن يسمع كلمات مدح من الذين يحيا بينهم لكي تساعده على تحقيق إنجازات أكثر.

بالنسبة للزوج: أحيانا يحتاج لكلمات المدح من الزوجة على الأعمال التي يقوم بها داخل أسرته مثلا عندما يقوم الزوج بتحديث شيئا بالشقة، أو اشترى شيئا جديد لأسرته.

بالنسبة للزوجة: هي أيضا تحتاج أن تسمع كلمات مدح من زوجها أو أولادها على أي شيئا تقوم به من أجل أسرته سواء عمل أكلة جديدة أو تجديد نظام ترتيب الأثاث بشكل جديد.

بالنسبة الأولاد: هم أيضا يحتاجوا إلى سماع كلمات المدح من الأب أو الأم على كل تصرف حسن. **ملاحظة:**

إن المدح الجزافي المتكرر من غير مناسب يأتي بنتيجة عكسية، بمعنى إنه لا يواصل الحب للأبناء. في كثير من المواقف يحتاج الإنسان إلى سماع كلمات تشجيع من الذين يحيا معهم من أجل الاستمرار في ممارسة هذا السلوك - معين - أو نشاط

مثلا: تأمل ما قاله أب لابنه البالغ من العمر ٦ سنوات: "يا جون لقد لاحظت الليلة بعد المباراة أنك كنت تستمتع إلى بيتر" وهو يشارك بمشاعره عن المباراة كنت فخورا بك، لأنك أنصت إليه بتركيز، رغم أن الآخرين كانوا يخطونك من الخلف فالإنصات إلى الناس يعتبر أعظم هدية تقدمها لهم... "نلاحظ أن هذا الأب يرغب في تنمية فن الاستماع والإنصات لدى ابنه.

إن الهدف من التوجيه ليس إظهار الوالدين أو أحد البالغين بمظهر حسن، بل مساعدة الطفل على تنمية السمات التي تخدمه في حياته المستقبلية من خلال كلمات التشجيع والمدح على التصرفات الايجابية، وتوجيهه على التصرفات السلبية بطريقة إيجابية (أنظر الموعظة على...



نصيحة: يمكن لكل زوج و زوجة أن تحتفظ بمفكرة وتجعل عنوانها كلمات رقيقة (لطيفة) "وتدوين بها أي كلمات لطيفة تسمعها بين أي زوجين أو بين أب | أم مع أبنائها سواء كانت من أجل المدح أو التشجيع الأخرى، وأي كلمات لطيفة تجدها في أي مقالة أو كتاب، وتحاول بعد ذلك تردد هذه الكلمات أمام المرأة من أجل التعود على استخدامها مع أفراد أسرتها في المواقف وإذا وجدتني إنك تعود مرة ثانية إلى أسلوبك القديم المتسم بكلمات النقد

والدينونة، عبري لزوجك / أبنائك عن أسفك، وأنتك قد لاحظتي أن الكلمات جارحة، وأن ذلك لا يعكس ما تشعرن به نحوهم. أسالي الغفران. وأخبرهم أنك تحاول أن تكوني أفضل، وأنتك تحبهم محبة عميقة وتريدي أن توصلي هذه المحبة لهم بشكل أكثر فعالية. ومع الوقت سوف تقدري على كسر العادات القديمة وتكوين عادات جديدة

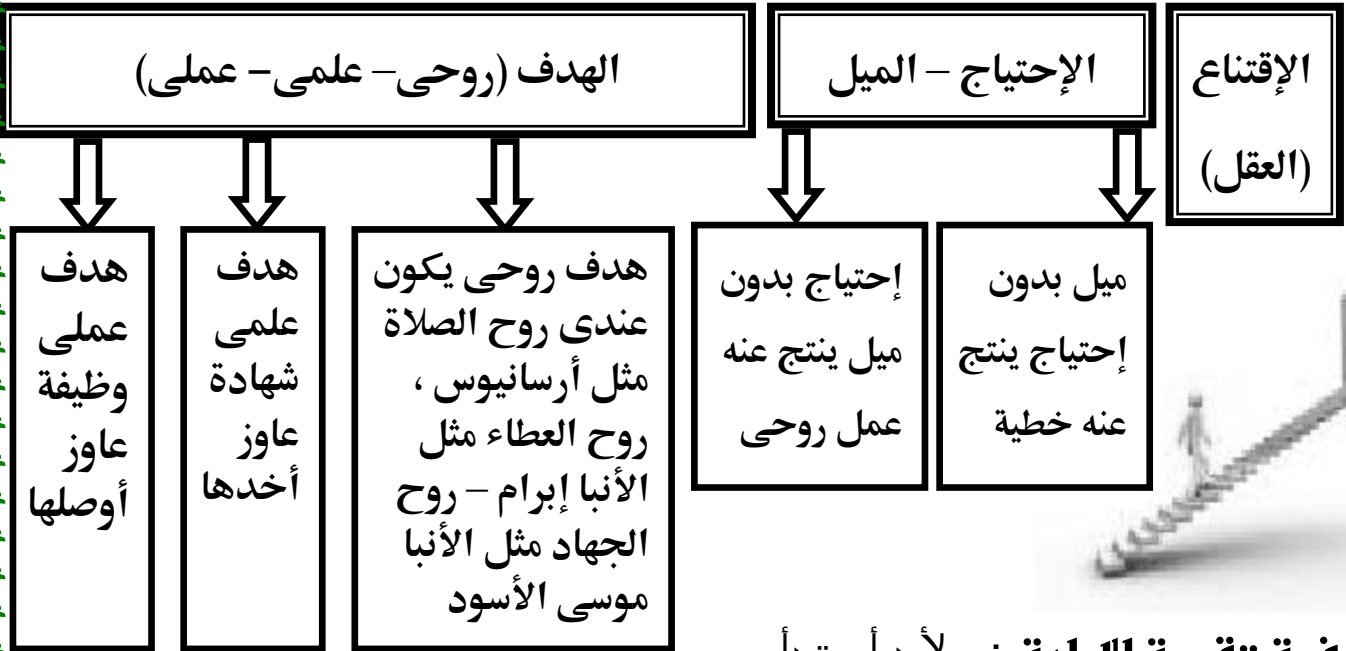


الإرادة

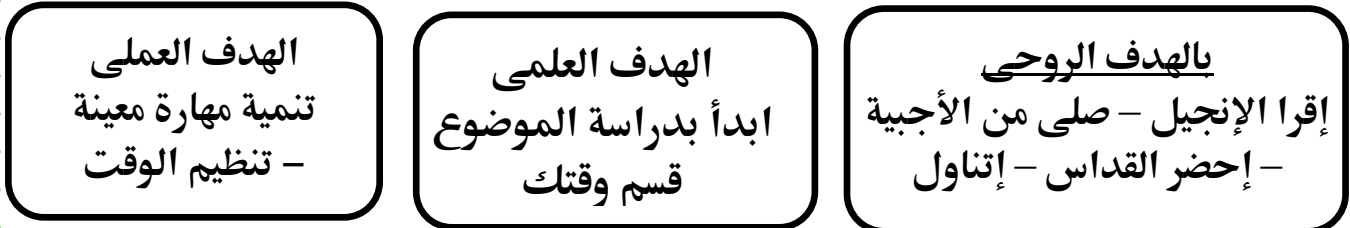
فضيلة الشهر

ما هي الإرادة ؟ الإرادة هي طاقة الفعل في الإنسان .

مكونات الإرادة



كيفية تقوية الإرادة :- لا بد أن تبدأ



البعد عن السلبيات

| | | | | |
|--|------|------|-------|---------------|
| أبعد عن كل ما هو مسبب للعثرات - انترنت خاطئة - نظرات معثرة - أفلام خاطئة | | | | |
| تعود وتقوم من جديد | تغصب | إتعب | إستمر | تلذذ بالفضيلة |

أى تدريب روحي ها تستمر فيه ٤٠ يوم متواصل النعمة ها ترقيك !! بس متواصل واى يوم تقع تخصم ١٠ أيام ، ليه رقم ٤٠ ؟ لأنه رقم يجمع ما بين كل ما هو أرضى وسماوى (٤ اتجاهات الأرض و ١٠ نهاية الأرقام).

السيد المسيح له المجد صام ٤٠ يوم وخدم ٤٠ شهر وعاش ٤٠٠ شهر
وشعب إسرائيل تاه فى البرية ٤٠ سنة وعاش فى مصر حوالى ٤٠٠ سنة
الصلاة ممكن تكون بى : الشفتين - العقل - القلب - الروح

كم عدد الصلبان الموجودة على القربانة؟

١٣ صليب (صليب كبير محاط بـ ١٢ صليب صغير إشارة إلى السيد المسيح محاط بتلاميذه).

ماهي الكتابة الموجودة حول ختم القربانة؟

أجيوس اوثنئوس أي قدوس الله. إشارة إلى أن الله يحيط بكنيسته وهو أيضاً في وسطها (الصليب).

كم عدد الثقوب في القربانة؟

٣ ثقوب إشارة إلى آلام السيد المسيح (٣ مسامير + الحربة + إكليل الشوك).

لماذا جسد واحد وكأس واحدة ولا يصلى على المذبح إلا قداس واحد؟

لأننا نؤمن بذبيحة واحدة هي جسد المسيح الواحد.

لماذا الجسد في الصينية منفصل عن الدم في الكأس؟

أولاً: لأن السيد المسيح في تسليمه سر الإفخارستيا قدم لنا الجسد وحدة والدم وحدة.
ثانياً: تأكيداً على أن المسيح سفك دمه عنا ومات على الصليب بدليل انفصال الدم عن الجسد.



المعاني الحقيقية لرموز عيد الميلاد

الرموز المستخدمة للزينة والاحتفال بالميلاد



جميعها لها معاني خاصة لكن مع مرور الزمن وبسبب

علمانية عيد الميلاد فقدت هذه الرموز معناها الحقيقي وربما

القائمة التالية تشجعنا لتعليم أولادنا والذين يعيشون حولنا المعاني الحقيقية للميلاد



النجمة: هي الرمز السماوي للوعد. الله ارسل مخلصه للعالم ونجمة

بيت لحم كانت علامة الوعد لانها قادت المجوس الى مكان ولادة المسيح.

يقال انه يوجد في السماء نجمة لكل شخص في العالم تمثل الامل للانسانية

اللون الاحمر: هو اللون الاول لعيد الميلاد واستخدم من قبل المؤمنين الاوائل لتذكيرهم بالدم الذي



سفك من قبل المسيح.

المسيح اعطى حياته وسفك دمه من اجل ان نحصل على الحياة الابدية

اللون الاخضر: هو اللون الثاني لعيد الميلاد الشجرة هي اجمل واضبط خلفية للزخرفة الحمراء. اللون



الاخضر للاشجار دائمة الخضرة يبقى كما هو طول ايام السنة، الاخضر

هو الشباب والامل واكثر الالوان غزارة في الطبيعة الاوراق الابرية الشكل

لشجرة عيد الميلاد تتجه نحو الاعلى وترمز الى الصلوات المتجهة نحو السماء.

الجرس: استعمل الجرس للعثور على الخروف الضال. سيدق الجرس لكل

شخص ايضا ليجد طريقه للاب ويعني ذلك الهداية



الى اننا جميعا اعزاء في عيون الله .

الشموع: الشموع على شجرة الميلاد كانت تمثل تقدير الانسان للنجمة اما الان

فنتستخدم الاشرطة الضوئية لذكرى ميلاد المسيح. في الكثير من البيوت تضاء

الشموع وهي تمثل نور الله



الربطة: توضع على الهدايا لتذكرنا بروح الاخوة هكذا يجب ان يكون الجميع مترابطين مع بعضهم

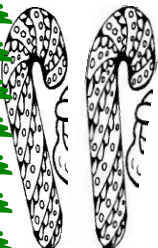
البعض. هدية الحب والسلام للابد هي رسالة.

العكازة: تمثل عصا الراعي. الجزء المعقوف او الملتوي من العصا كان يستخدم

لجلب الخروف الضال. اللون الاحمر والاخضر وبقية الالوان المستخدمة بشكل

حلزوني ترمز الى اننا حراس الاخ الضال، كما تمثل العكازة الحرف الاول من اسم

لمسيح باللغة الانكليزية عند قلبها رأسا على عقب .



الطوق او الاكليل: يرمز الى الطبيعة الخالدة للحب لا تنتهي

ولا تتوقف، تذكرنا بحب الله اللامحدود لنا كما انها تذكرنا بالسبب

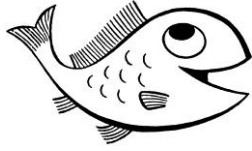
الحقيقي والصادق لميلاد المسيح .



بابا نويل . . هي شخصية اسطورية مستمدة من قصة القديس نيقولاوس وهو اسقف "ميرا" الذي عاش في القرن الرابع الميلادي، يقال ان نيقولاوس كان يقوم ليلاً بتوزيع الهدايا والمؤن للفقراء ولعائلات المحتاجين دون ان تعلم هذه العائلات من هو الفاعل.

اما ما يتعلق ب "بابا نويل" فهي من الفرنسية وتعني "اب الميلاد"، حيث يتخيل الناس بابا نويل شيخاً حساناً ذو لحية بيضاء كالثلج ويرتدي ملابس حمراء اللون ، وصاحب جسم قوي شديد ، راكباً على عربة سحرية تجرها غزلان و في الخلف انواع الهدايا ليتم توزيعها على الاولاد اثناء هبوطه من المداخل او دخوله من النوافذ وشقوق الابواب .

لكن يجدر لفت النظر أن بابا النويل وهداياه أخذت من الشهرة ما هدد في وقت من الأوقات معنى العيد الحقيقي حتى بات عدد كبير من الأطفال يعتبرون عيد الميلاد كعيد بابا نويل وليس عيد ميلاد يسوع . ومن هنا يجدر بنا توعية أبناءنا عن واقع هذه الأساطير.



السّمك المشوي على الطريقة التّركيّة

المقادير

٦ قطع شرائح سمك فيلية / ٢ بصل متوسط الحجم / ملح / فلفل اسود ملعقة صغيرة / بابريكا / نص فنجان زيت زيتون / ٣ فص ثوم مفروم ناعم / نص فنجان كرفس / نص فنجان شرائح جزر مقطعة بشكل رقيقة / ١ ونص كوب طماط مقشر ومقطع ناعم مضاف له نص ملعقة كبيرة معجون طماط (اذا كانت الطماطم ناضجة جدا وحمراء لاتحتاجين لاضافة المعجون) / نص فنجان ماء / للتقديم شرائح ليمون وبقدونس مفروم .

الطريقة :

نتبل شرائح السمك بالملح والفلفل المطحون طازج وعصرة ليمونة ونخلية على جنب نقطع البصل شرائح ونقلية بالزيت ونضيف عليه الكرفس والثوم والجزر حتى يصير البصل نضيف الطماطم والماء ونتبل بالملح والفلفل الاسود والبابريكا ونغطي و

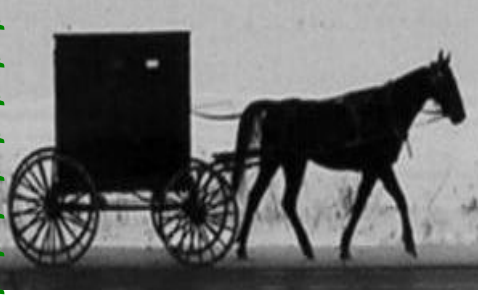


٢٠ دقيقة الان نجيب طبق الفرن ونحط في القاعدة شوية من الصلصة ونصف شرائح السمك ونصب باقى الصلصة على السمك وفوقه كم شريحة ليمون ونشويه بالفرن متوسط الحرارة مدة ٣٥ دقيقة لما تشوفين السمك بدأ يتقنت بسهولة معناه نضج يقدم ساخن مزين بالبقدونس والليمون.

الفعل القاسي

تبت في قديم الزمان في احدى الدول الاوربية حيث يكسو الجليد كل شئ بطبقة ناصعة البياض .. كانت هناك ارملة فقيرة ترتعش مع ابنها الصغير التي حاولت ان تجعله لا يشعر بالبرد بأى طريقة.

يبدو انهما قد ضلا الطريق ... ولكن سرعان ما تصادف عبور عربة يجرها زوج من الخيل .. وكان الرجل سائق العربة من الكرم حتى أركب الارملة وابنها.



وفي اثناء الطريق ... بدأت اطراف السيدة تتجمد من البرودة وكانت في حالة سيئة جدا حتى كادت تفقد الوعي.

وبسرعة بعد لحظات ... من التفكير اوقف الرجل

العربة وألقى بالسيدة خارج العربة وانطلق بأقصى سرعة ... !!

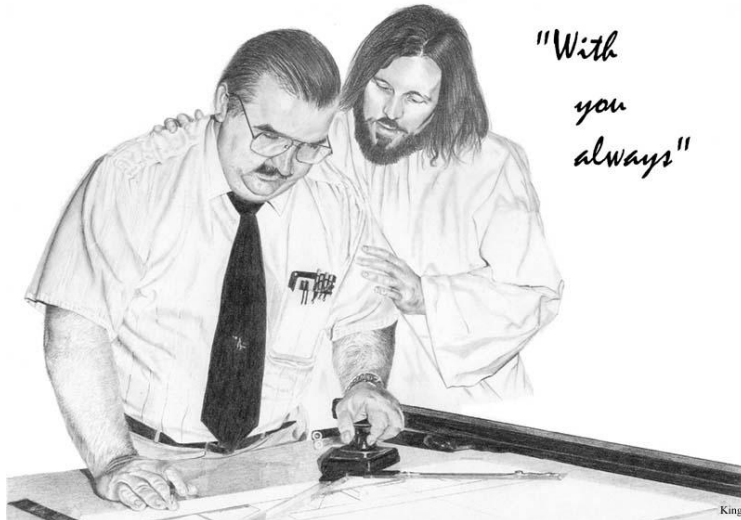
تصرف يبدو للوهلة الاولى في منتهى القسوة ... ولكن تعالوا ننظر ماذا حدث ... عندما تنبهت

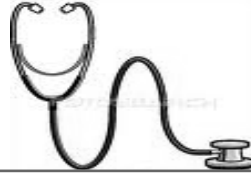
السيدة ان ابنها وحيدها في العربة ويبعد عنها باستمرار قامت وبدأت تمشى ثم بدأت تدرى الى ان بدأ عرقها يتصبب وبدأت تشعر بالدفء واستردت صحتها مرة اخرى .

هنا اوقف الرجل العربة ... واركبها معه واصلهما بالسلامة.

اعزائي كثيرا ما يتصرف الله معنا تصرفات تبرو في ظاهرها غاية في القسوة ولكنها في منتهى اللطف والتحنن.

"لست تعلم أنت الآن ما أنا اصنع ولكنك ستفهم فيما بعد" (يوحنا 7:13).





**هل هناك علاقة بين الطعام والالتهاب في اغشية الانف
وكيف يمكن التخلص منه؟**



إن عملية التنفس الصحيح مرتبطة بغذائنا فالربو والتهابات الأغشية المخاطية الناتجة عن الحساسية وأمراض الأنف والأذن والحنجرة مهما كان سببها من مواد محيطة فإنها تتأثر بتغذيتنا في المقام الأول وبدرجة ارتخاء الجهاز العصبي، فقد أثبتت الدراسات أن نسبة حدوث التهابات بأغشية الأنف المخاطية للأفراد الذين يتناولون الحلويات والوجبات الغنية بالسكر أكثر من الأشخاص العاديين، بجانب ذلك فقد أثبتت الفواكه تفوقها بشكل كبير في القضاء على الرشح وأمراض الأنف والأذن والحنجرة، وهناك بعض الأطعمة التي تزيد الإصابة بخلل في الجهاز التنفسي كالأسمك المحفوظة والصويا، كما أن الحميات يمكن أن تؤدي لالتهابات بسبب سوء التغذية والنقص في بعض العناصر الغذائية. أن الخضار والفواكه الغنية بفيتامين سي وإيه والبيتا كاروتين تحمي من التهاب الأغشية مع مراعاة التنفس من البطن لأنه يهدئ الجهاز العصبي وبالتالي يقلل التوتر والعصبية فيمكن ممارسة التنفس من البطن خمس مرات كل ساعة مع الحرص على ممارسة الرياضة بشكل مستمر يوميا والتخلص من الكرش حتى لا تكون مصدر للحساسية التنفسية مع تدليك البطن باستمرار لمكافحة اضطرابات التنفس.

| | | | | | |
|--------------|-------------|----------|----------|--------------|--------|
| إجعلنا | مستحقين | نقول | بـ | الشكر | |
| Ἀριτεν | Ἰκετα | ἵκετο | θεν | Θυμεν ἰκετο | |
| اري تين | أ نيم إيشا | إنجوس | خين | أوو شبيئهموت | |
| اسمك | ليتقدس | السموات | الذي في | ابانا | |
| Νχε Βεκραν | Υαρεν τουβο | Φνοιν | Ετθεν νι | χε Πε νιωτ | |
| انجي بيكران | ماريف توفو | فيئوي | أتخين ني | جي بينيوت | |
| ملكوت | | ك | ليأت | | |
| τεκμετογο | | νχε | Υαρεν | | |
| تيك مت أوورو | | إنجي | ماريسني | | |
| مشيتك | | لتكن | | | |
| μαρεφωωπ | | Πετερνακ | | | |
| ماريف شويي | | بتهانك | | | |
| الارض | على | كذلك | السماء | في | كما |
| πικαχι | χιχεν | νελλ | τφε | θην | μφρητ |
| بيكاهي | هيجين | نيم | إنفيه | خين | إمفرتي |

ثلاثة أشياء مسيحين

ليس الشياطين : يا جماعة الشياطين عايزين حاجة تتوه الناس عن الملاة

والموم نعمل إيه ؟؟؟؟

شيطان الأولي : إحنا نقول لهم مفيش حاجة اسمها يسوع



ليس الشياطين : لأ مش حلوة

شيطان الثاني : إحنا نقولهم مفيش خلاص

ليس الشياطين : أوحش من الأولي

شيطان الثالث : إحنا نقول لهم أن فيه يسوع و فيه خلاص لكن مش النهاردة

... غدا ... لا ... بعد غد ... لا الأسبوع القادم ... و بكده نلهيهم بدوامه الحياة

... بالتأجيل ... حتى يفوت الأوان ...



ليس الشياطين : رائ ...

إتيكيت السيدات أولاً ... و إتيكيت الرجال أولاً

هناك مقولة إنجليزية تقول Ladies First وأنتشرت في الوطن العربي بمقولة "ليديز فيرست" ومعناها السيدات أولاً وهذه المقولة موجهة الى الرجال ليتصرفوا بها إتجاه السيدات إذا صادفهم موقف جمعهم في مكان واحد فيجب على الرجل ان يسمح للسيدة ان تتقدمة نوع من الذوق فلما لا نلقى نظرة على تلك المقولة وعلاقتها بالإتيكيت وماذا قال عنها خبراء الإتيكيت وهل يمكن أن تتشقلب القاعدة وتكون "مانز فيرست" ومعناها بالعربية الرجال أولاً ...

بالنسبة للقاعدة الأولى : النساء أولاً

* عند الدخول الى مكان وكان بجانبك سيدة فمن الآداب ان تسمح لها بالدخول أولاً
* اذا كنت تقود سيارتك فلا مانع من ان تسمح للسيدة في ان تتقدمك من الجانب اليمين ان كانت قادمة من الشارع الامامى وتريد دخول الشارع الذى انت به فلما لا ترجع بسيرتك الى الخلف حتى تمر هي أولاً بعض النساء في قيادة السيارات يبقوا متواترين ومحتاجين لمن ينفهم وضعهم .

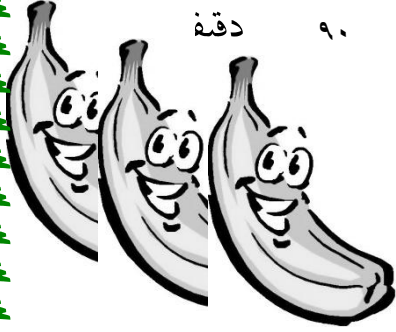
* عند دخول الاماكن الاجتماعية والسهرات كمطعم او حفلة من ذوقه ان يشد لها الرجل الكرسي فتجلس أولاً ثم يجلس هو .



وهناك الكثير من المواقف الذى يسمح الرجل للسيدة ان تتقدمة فيها ماعدا المواقف التالية فيجب ان تمشى مقولة الرجال أولاً و التصرف ايضاً يكون من جهة الرجل قدمها لنا خبراء الإتيكيت في عدة مواقف.....للحديث بقية في العدد القادم



يحتوي الموز على ثلاثة سكريات طبيعية - سكرروز وسكر الفواكه والجلوكوز، مع الألياف بالطبع، منحنا الموز دفعة كبيرة وثابتة وفورية من الطاقة. حيث أثبت بحث علمي بأن موزتان فقط يمكنهما أن يزودان طاقة كافية للقيام بتمرين رياضي لمدة ٩٠ دقيقة



الموز وبعض الأمراض

الكآبة : ، شعر الكثيرون بالتحسن بعد تناولهم الموز، حيث يحتوي الموز على ترا

البروتين الذي يحوله الجسم إلى سيروتينوم، الذي يمنح الجسم الراحة والاسترخاء، ويحسن المزاج، ويجعلك تشعر بالسعادة.

فقر الدم : يحتوي الموز على مستويات عالية من الحديد،

ضغط الدم : هذه الفاكهة الاستوائية الفريدة عالية جداً بالبوتاسيوم ولكنه منخفض بالملح، ما يجعله مثالي لمكافحة ضغط الدم.

تحفيز قدرة الدماغ : فأثبتت الدراسة بأن الفاكهة الغنية بالبوتاسيوم، تقوم بتحفيز القدرة الدماغية عند الطلاب.

الإمساك : يحتوي الموز على مستوى عالي من الألياف، لذلك فإن إدخاله في الحمية الغذائية يساعد على إعادة عمل الأمعاء الطبيعي، كما يساعد على التغلب على المشكلة دون اللجوء إلى أدوية مسهلة.

الحموضة المعوية : له تأثير طبيعي معدّل للحموضة في الجسم، وينصح بتناوله للتخلص من الحموضة.

غثيان الصباح : يعمل الموز على تهدئة المعدة، وبث السرور في الجسم، كما يغذي الطفل.

عضات البعوض : قبل أن تفكري في الكريمات والمراهم، هناك طريق أسهل وأفضل، افركي عضات

البعوضة بالجلدة الداخلة البيضاء للموز التي تعمل على تخفيف التورم والاحمرار.

الأعصاب والعظام : لأن الموز غني بفيتامينات مجموعة التي تساعد على تهدئة النظام العصبي كما أن محتواه من الكالسيوم والفوسفور يقوي العظام والأسنان والأظافر.

زيادة الوزن والعمل : وجدت دراسات قام بها معهد علم النفس في النمسا

نحتاج للسيطرة على مستويات السكر في

الدم عن طريق تناول وجبات خفيفة عالية بالكربوهيدرات والفيتامينات المغذية، كل ساعتان، فكان الموز الفاكهة الأكثر ملائمة لمنع البدانة.

قرحة المعدة : يستخدم الموز لعلاج الاضطرابات المعوية بسبب قوامه الناعم. ويعتد

الوحيدة التي يمكن أن تؤكل دون ضيق في الحالات المرضية. حيث يحيد

حموضة المعدة ويخف التهاب بطانة المعدة



حظك اليوم مع المسيح
برج الملايكة ٢/٢١ الى ٤/٢٠
مز ٥٤: ٢ اسمع يا الله صلاتي اصغ الى كلام فمي
برج الودعاء ٤/٢١ الى ٥/٢٠
مز ٥٤: ٤ هوذا الله معين لي الرب بين عاصدي نفسي
برج القديسين ٥/٢١ الى ٦/٢٠
مز ٥٤: 5 يرجع الشر على اعدائي بحقك افنهم
برج المعترفين ٦/٢١ الى ٧/٢٠
مز ٥٤: 7 لانه من كل ضيق نجاني و باعدائي رات عيني
برج حاملي الصليب ٧/٢١ الى ٨/٢٠
مز ٥٥: ١ اصغ يا الله الى صلاتي و لا تتغاض عن تضرعي
برج الكارزين بالكلمة ٨/٢١ الى ٩/٢٠
مز ٥٥: ٢٢ لا يدع الصديق يتزعزع الى الابد
برج العذارى الحكيمات ٩/٢١ الى ١٠/٢٠
مز ٥٥: ١٦ اما انا فالى الله اصرخ و الرب يخلصني
برج المجاهدين ١٠/٢١ الى ١١/٢٠
مز ٥٥: ٢٢ الق على الرب همك فهو يعولك
برج الاطهار ١١/٢١ الى ١٢/١٢
مز ٥٦: ٣ في يوم خوفي انا عليك اتكل
برج البسطاء ١٢/٢١ الى ١/٢٠
مز ٥٦: ٤ على الله توكلت فلا اخاف ماذا يصنعه بي البشر
برج خدام المسيح ١/٢١ الى ٢/٢٠
مز ٥٦: ١١ على الله توكلت فلا اخاف ماذا يصنعه بي الانسان
برج الحكماء ٢/٢١ الى ٣/٢٠
مز ٥٧: ٢ اصرخ الى الله العلي الى الله المحامي عني