

سنكار

- ١ يوليو ٢٤ بؤونة استشهاد القديس أنبا موسى الأسود
- ٤ يوليو ٢٧ بؤونة استشهاد القديس مار بقطر بن رومانوس
- ٦ يوليو ٢٩ بؤونة استشهاد القديس اباهور ، أبا بيشاى
- ٨ يوليو ١ ابيب استشهاد القديسة افرونية الناسكة
- ٩ يوليو ٢ ابيب نياحة القديس تداؤس الرسول
- ١٢ يوليو ٥ ابيب استشهاد القديسين الرسولين بطرس وبولس وفطر صوم الرسل
- ١٣ يوليو ٦ ابيب استشهاد القديس اولباس أحد السبعين رسولا و القديسة ثاؤدوسية ومن معها
- ١٤ يوليو ٧ ابيب نياحة القديس شنودة رئيس المتوحدين
- ١٥ يوليو ٨ ابيب نياحة القديس العظيم الانبا بيشوى كوكب البرية
- ١٦ يوليو ٩ ابيب استشهاد القديس سمعان كلوبا أحد السبعين رسولا
- ١٩ يوليو ١٢ ابيب استشهاد القديس اباهور السرياقوسى
- ٢١ يوليو ١٤ ابيب استشهاد القديس بروكوبيوس
- ٢٢ يوليو ١٥ ابيب نياحة القديس الانبا افرام السريانى استشهاد القديس كريكوس وأمه يوليطة
- ٢٤ يوليو ١٧ ابيب استشهاد القديسة أوفيمية
- ٢٥ يوليو ١٨ ابيب استشهاد القديس يعقوب الرسول
- ٢٦ يوليو ١٩ ابيب استشهاد القديس بطلان الطبيب والقديس أنبا بضابا
- ٣٠ يوليو ٢٣ ابيب استشهاد مارينا الشهيدة
- ٣١ يوليو ٢٤ ابيب استشهاد ابانوب النهيسى



ما معنى قول السيد المسيح "إصنعوا لكم أصدقاء من مال الظلم" (لو ١٦: ٩) هل المال الذى نقتنيه من الظلم، أو من الخطية عموماً، يمكن أن يقبله الله، أو نصنع به خيراً، أو نكسب به أصدقاء؟

ليس المقصود بمال الظلم هنا، المال الحرام الذى يقتنيه الإنسان من الظلم أخرى. فهذا لا يقبله الله. إن الله لا يقبل مثل هذا المال، ولا تقبله الكنيسة أيضاً. وقد قيل فى المزمور "زيت الخاطيء لا يدهن رأسى" (مز ٤١: ٥).

وورد فى سفر التثنية "لا تُدخل أجرة زانية .. إلى بيت الرب الهك" (تث ٢٣: ١٨).

فإنه لا يقبل عمل الخير، الذى يأتى عن طريق الشر ... العطايا التى تقدم إلى الكنيسة، تأخذ بركة، وتذكر فى "أولوجية الثمار" أو فى "أوشية القرايين" أمام الله. لذلك فإن هناك عطايا مرفوضة، لا تقبلها الكنيسة، ولا تدخلها إلى بيت الله، إذا عرفت أنها أتت من مصدر خاطيء. وقد شرحت قوانين الرسل هذا الموضوع. إذن ما هو مال الظلم الذى نصنع منه أصدقاء؟ مال الظلم ليس المال الذى تقتنيه من الظلم.

إنما هو المال الذى تقع فى خطية الظلم، إن استبقيته معك ... فما معنى هذا؟ ومتى يسمى المال "مال ظلم"؟

مثلاً: لقد أعطاك الله مالاً، وأعطاك معه وصية أن تدفع العشور. فالعشور ليست ملكك. إنها ملك للرب، ملك للكنيسة وللفقراء. فإذا لم تدفعها تكون قد ظلمت مستحقيها، وسلبتهم إياها باستبقائها معك. هذه العشور التى لم تدفعها لأصحابها، هى مال ظلم تحتفظ به. وكذلك المال الخاص بالبكور والندور وكل التقدّمات المحتجزة لديك.

يقول الرب فى سفر مالاخى النبى :

"أيسلب الإنسان الله؟ فإنكم سلبتمونى. فقلتم بى سلبناك؟ فى العشور والتقدمة" (ملا ٣: ٨).

إن استبقيت العشور والندور والبكور معك، تكون قد ظلمت الفقير واليتيم والأرملة أصحابها. وهم يصرخون إلى الرب من ظلمك لهم. وصرفك هذا المال فى ما يخصك، يحوى ظلماً لبيت الله، الذى كان يجب أن تدفع له هذا المال، الذى هو ملك لله وأولاده، وليس لك. ويمكن أن نقول هذا عن كل مال مكنوز عندك بلا منفعة، بينما يحتاج إليه الفقراء، ويقعون فى مشاكل بسبب احتياجهم.

إذن إصنع لك أصدقاء من مال الظلم هذا. إعطه للمحتاجين إليه، وسد به أعوازهم، بصبروا بهذا أصدقاء لك، ويصلوا من أجلك ويسمع الله دعاءهم، ويبارك مالك (ملا ٣: ١٠). فتعطي

أكثر وأكثر

سؤال هام يوجهه إلى رب المجد يسوع

أُتجبنِي يا أُتجبنِي يا؟؟

بقلم : ابونا رويس يعقوب

+ قديماً وجه رب المجد السؤال لتلميذه بطرس قائلاً ثلاث مرات : " أُتجبنِي "

فأجابه بطرس : " أنت تعرف كل شيء أنت تعرف إنني أحبك "

بدون محبة قلبية عميقة تملأ القلب لا يمكن أن يكون هناك بذل أو عطاء لأن الحب هو الطاقة الكبرى المحركة لقلب الإنسان وهو الذي يحول التعب للذة ، تسهر الأم بفرح جوار رضيعها ولا تنام الليل كله إذا تعب أو مرض ، والأب يعمل لساعات طويلة ليرتقي بمستوى أسرته ويجب متطلباتهم .

فالحب هو القوى المحركة التي تتوقف عليها مسيرة الشخص ونشاطه وتضحيته وبذله عندما يسعى كل من الزوجين لإراحة الطرف الآخر ومن لا يحب لم يعرف الله لان ...

" الله محبة " (ايو:٤:٨) .

+ أنطلق بطرس الرسول بكل تأكيد في الخدمة بعد ما تحددت محبته وبعد

أن أسره الرب بمحبته وأعادته إلى رتبته وحمله مسئولية الخدمة وتعلم من منطلق الحب أنه

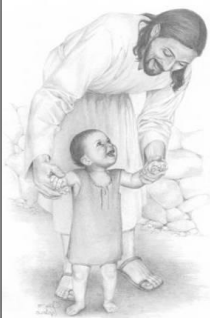
" يعظم إنتصارنا بالذي أحبنا " (رو٨:٣٧) .

" بهذا قد عرفنا المحبة أن ذاك وضع نفسه لأجلنا فنحن ينبغي لنا أن نضع نفوسنا لأجل الأخوة " (ايو:٣:٦) .

يارب أيقظ المحبة في قلوبنا نفس المحبة التي أسست الرسول بطرس .. أعطنا أن نحبك يا من

أحببتنا أولاً ..

أعطنا أن نكرم ولو القليل مقابل محبتك التي تغمرنا بها .



"With you always"

استشهاد القديس ابانوب النهيسى (٢٤ أبيب)



في مثل هذا اليوم استشهد القديس أبانوب. ولد بنهيسة (مركز طلخا) من أبوين طاهرين رحومين وقد رباه أحسن تربية ولما بلغ من العمر اثنتي عشرة سنة كان دقلديانوس قد أثار الاضطهاد علي المسيحيين فأراد أن يسفك دمه علي اسم المسيح واتفق أنه دخل الكنيسة فسمع الكاهن يعظ المؤمنين ويثبتهم علي الإيمان ويحذرهم من عبادة الأوثان ويحذ لهم أن يبذلوا نفوسهم من أجل السيد المسيح فعاد إلى بيته ووضع أمامه كل ما تركه له أبوه من الذهب والفضة والثياب وقال لنفسه مكتوب " ان العالم يزول وكل شهوته " (١ يو ٢ : ١٧) ثم قام ووزع ما له ، وأتي إلى سمنود ماشيا علي شاطئ البحر واعترف أمام لوسيانوس الوالي باسم السيد المسيح فعذبه عذابا شديدا ثم صلبه علي صاري سفينته منكسا وجلس يأكل ويشرب فصار الكأس الذي بيده حجرا ونزل ملاك الرب من السماء وانزل القديس ومسح الدم النازل من فمه فاضطرب الوالي وجنده وهبت رياح شديدة أسرعت بالسفينة إلى أتريب . ولما وصلوها خلع الجند مناطقهم وطرحوها ثم اعترفوا بالسيد المسيح ونالوا إكليل الشهادة وأمعن والي أتريب في تعذيب القديس أبانوب ثم أرسله إلى الإسكندرية وهناك عذب حتى أسلم الروح ونال إكليل الشهادة وكان القديس يوليوس الاقفهصي حاضرا فكتب سيرته واخذ جسده وأرسله مع بعض غلمانه إلى بلده نهيسة وقد بنيت علي اسمه كنائس كثيرة وظهرت منه آيات عديدة وجسده الآن بمدينة سمنود .

صلاته تكون معنا . آمين

إجلس إلي نفسك وحاسبها



بقلم : قداسة البابا شنودة الثالث

إذا أردت أن تتوب، أو تكون أميناً في علاقتك مع الله، فعليك بين الحين والحين أن تجلس إلي نفسك فلماذا؟

* **فأنت إما أنك** لاتشعر بما أنت فيه من خطر ولا تعرف حالتك

بالضبط، ولا تدرك أخطائك ولا عمقها وبشاعتها.. لأن دوامة

المشغوليات والاهتمامات تجذبك إليها باستمرار وأنت غارق فيها تماماً.. وليس لديك وقت أن تفكر في نفسك وفي روحياتك.

* **وإما إياها** لا يخطر هذا الموضوع علي ففكر! وقبل أن يدور

بذهنك أن تعالج خطأ معيناً تكون قد وقعت في غيره أو فيما أشد منه.. إذن فأنت محتاج أن تجلس

إلي نفسك وتفحصها وتراقبها، لكي تدرك مستوي ما أنت فيه من الروحيات .

** وكما يحتاج المريض إلي كشف أشعة إلي وأجهزة تحاليل لكي يعرف ما يدور في داخله بالضبط

ونوعية ومدى خطورة أمراضه، فهو يحتاج أيضاً أن يعرف العلاج وممارسته لكي يشفي فهذه الجلسة

الروحية مع النفس هدفها تنقيتها، وذلك بأن يكتشف الشخص خطايا وضعفاته، ويلوم نفسه عليها ثم

يعرف أيضاً أسباب سقوطه، سواء أكانت أسباباً خارجية تضغط عليه، أو أسباباً داخلية يسعى فيها هو

نفسه إلي الخطية، أو هي طباع وعادات أو تأثيرات بآخريين.. ويحاول في كل هذا أن يتحاشي

ما يبعده عن حياة التوبة والنقاوة ويعزم عزمًا قلبياً أكيداً علي أن يترك أخطاه بكل رضا واقتناع

داخلي.

ويفكر في مستقبله الروحي، ويضع كذلك خطة حكيمة من واقع حالته واختباراته.. ويصمم في أعماقه

علي أن يسلك في ذلك بتدقيق شديد وبجدية والتزام.. وفي كل ذلك يطلب من الله نعمة وقوة لكي

يسلك حسناً فيما بعد .

** وعلي الشخص الذي ينوي ان يحيا حياة بارة في المستقبل، لا ينفعه ان ينتهز هذا الشعور فيقدم

الله تعهدات وندور أنه سيفعل كذا وكذا! كما لو كان له ثقة أو غرور بقدرته الشخصية الذاتية، حتي إن

البعض يقول في جلسته هذه افعل بي يارب ماتشاء من الويلات إن رجعت إلي هذه الخطية مرة

أخري! فما أكثر من وعد الله وعودا، ولم ينفذ، ثم عاد يقول في حزن:

كما وعدت الله وعدا حائثا ... ليتني من خوف ضعفي لم أعد

إنما الأمر لا يعد ان يكون مجرد رغبات مقدسة، تعرض فيها إرادتك وعزمك

علي اللهو ليعطيك قوة علي التنفيذ، لأنك بدون معونته لاتستطيع أن تفعل

وهكذا تندمج جلستك مع نفسك لتكون جلسة صلاة تطلب فيها القوة.

** ولاشك أن الشيطان يقاوم بكل قوته جلوسك مع نفسك، لأنه يخشي

تفلت من سيطرته عن طريقه. ويخشي أن تدرك سوء حالتك الروحية فتفكر

التوبة، وبهذا تفلت من يده.. ويخشي أن تطلب معونة من الله، وأن تنال منه قوة روحية لا يقوي

الشيطان علي مقاومتها... ..



جدياً في

مثال ذلك القديس أوغسطينوس الذي لم يستطع أن يتوب وهو في دوامة المشغوليات، ودوامة الاصحاب، ودوامة الفلسفة والفكر.. لكنه لما جلس إلي نفسه تلك الجلسة الروحية العميقة، استطاع أن يصل إلي الإيمان وإلي التوبة وأن يرجع الي الله ويفلت الي الأبد من قبضة الشيطان ولم تكن مجرد جلسة عادية إنما هي جلسة مصيرية.



**** لذلك فالشيطان** يقاوم جلوس الإنسان مع نفسه وذلك بأمرين: أما أن يمنع جلوس



الم غوليات ومئات من الأفكار، ويذكره بأمور تبدو أمامه مهمة جدا، ويجب ان يتفرغ لها. **** ولكنك إذا أصرت علي الجلوس إلي نفسك وحياتك، ووجدت الفرصة لذلك حينئذ تكون خطة الشيطان أن يجلس معك أثناء جلوسك مع نفسك فهو لا يأس أبدا، وفي اشتراكه معك في جلستك الروحية، يقدم لك أفكارا وأحاسيس من عنده بأن يمنعك من تبكيت نفسك علي أخطائها.. ويخفف من مشاعر ندمك، ويقدم لك عنها اعدارا وتبريرات، بمحاولة لتدليل النفس ومجاملاتها، أو تخفيف المسؤولية عنها بالقائها مثلا علي الوسط الخارجي أو الآخرين.. وكل ذلك لا ينفك روحيا، ولا يقودك إلي التوبة، إن لومك لغيرك لا يبررك حتي لو كان ذلك الغير ملوما فعلا. لهذا يجب ان تركز علي ما فعلته أنت لأنك مطالب به.**

وأنت لاتنال المغفرة بالتبريرات وإنما بالتوبة وإدانة النفس.

ولعل من حيل الشيطان **أيقظها في بشاعتها،** أيضا ان يقلل لك من خطورة خطاياك، ولا يجعلها تبدو علي أسهل أن يسمي لك الخطايا بغير أسمائها. أو يفلسف الخطية ويحاول أن يخفيها وراء سلامة القصد وحسن النية! وفي كل هذا يقودك إلي الاستهانة واللامبالاة ولايساعدك علي التوبة بل ربما يدفعك الي الاستمرار فيما أنت فيه.



أما أنت فحينما تجلس مع نفسك جاسبها بكل حزم، وافحصها بدقة، واطمئن باستمرار علي نقاوتها.



تهنئة

**خدام اجتماع
العائلة المقدسة
وشعب الكنيسة
يهنئون**

قدس ابونا رويس يعقوب

بعيد الرسامة السادسة عشر 1414 / 6 / 14

أدام الله كمنوته بسلام

قصة حب اعظم زوجين



كان تيموثاوس شابا صغيرا قارئاً بكنيسة بنيابيس بجوار مدينة أنصنا بصعيد مصر، تزوج بفتاه تقيّة تدعى مورا، وكان الاثنان ملتحقين بدراسة الكتاب المقدس، مملوءين غيرّة، بعد زواجهما بعشرين يوما قدم تيموثاوس الى للمحاكمة أمام اريانا والى أنصنا فى عهد دقلديانوس، وقد طلب منه تسليم ما لديه من كتب الكنيسة لحرقتها علانية وان يجحد مسيحه.

أما هو فقال للوالى " انى أشاهد ما قد اعددتة من أدوات لتعذيبى، كما اعاين الملائكة يتطلعون الى مستعدين لمساندتى، أما الكتب المقدسة فلن اسلمها لك، فانها عندى فى مقام البنين، وانى اخترت الموت عن ان انكر ايمانى.

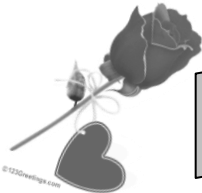


تعذيب تيموثاوس وزوجته

اذ قال هذا وضعت اسياخ حديدية ملتهبة نارا فى اذنيه كما فقعوا عينيه حتى لا يستطيع القراءة ولا السمع، أما هو فكان يقول ان السيد المسيح يضئ عينى نفسه. استدعى الوالى امرأة تيموثاوس العروس الحديثة، وبدأ يظهر حنوه عليها، انها ستترمل بعد عرسها بعشرين يوما، لذا سأها ان تتزين بكل ما لديها من ثياب وحلى وتلتقى بعريسها لعلها تشبهه عن عناده فيجحد ايمانه من أجل حياتهما. سمعت مورا للوالى، وتطيت بروائح جميلة وتحلت بثياب فاخرة وحلى وتقدمت الى رجلها لتجده معلقا برجليه على حشبة وقد علق حجر فى عنقه. حاولت مورا ان تجتذب رجلها لانكار الايمان ولو ظاهريا، أما هو فطلب من احد الحاضرين أن يضع منديلا على وجهه، قائلا انه يشتم رائحة نتانة، ثم صار يوبخها على جحودها للايمان، معلنا لها أنه كان يتوقع منها أن تاتى تشاركه اكليل المجد المعد للمؤمنين. تأثرت مورا جدا، وصارت تبكى بمرارة، وطلبت من رجلها أن يصلى من أجلها، وسألته المشورة. صار الشهيد يسندها بكلمات الايمان، معلنا لها ان السيد المسيح سيعينها على احتمال الالام بالرغم من صغر سنها وضعف طبيعتها.

انطلقت مورا الى الوالى لتعلن له رغبتها فى التفكير عما فعلته بالشهادة لمسيحها ومشاركتها رجلها الامه فى الرب. أمر الوالى بسحبها من شعرها حتى تقطع، وكأن الله اراد لها ان ينزع عنها شعرها الذى هو زينتها، بترت اصابعها ثم وضعت فى قارا مغليا، وقد وهبها الله قدرة واحتمالا، فكانت تشكر الله وتمجده.

أمر الوالى بصلبهما على ان يكون كل منهما فى مواجهة الاخر لتزداد الام كل منهما بالام الاخر، لكنهما تمتعا وسط الامهما برؤى سماوية مجيدة مع ان عينى تيموثاوس كانتا مفقودين. بعد تسعة ايام أسلما الروح ليتمتعنا باكليل الاستشهاد وبهذا



قدما أعظم معنى للمحبة

لاهوت الروح القدس

أ - له صفات اللاهوت:



في كل مكان

كلي العلم

"الروح يفحص كل شيء
حتى أعماق الله"
(كورنثوس ١٠: ٢-١١).

"أين أذهب من روحك... إن
صعدت إلى السموات فأنت هناك
وإن فرشت في الهاوية فها أنت"
(مزمور ١٣٩: ٧-٨).

أزلي

"المسيح الذي بروح أزلي
قدم نفسه لله"
(عبرانيين ٩: ١٤)

قدوس

"ولا تحزنوا روح الله
القدوس"
(أفسس ٤: ٣٠).

يعرف المستقبل

"أوحى إليه بالروح القدس
(سمعان الشيخ) أنه لا يرى
الموت قبل أن يرى مسيح الرب"
(لوقا ٢: ٢٦).

كلي القدرة

"بقوة آيات وعجائب
بقوة روح الله"
(رومية ١٥: ١٩).

ب - له أعمال اللاهوت:



إعطاء

"مواهب
الروح القدس"
(عبرانيين ٢: ٤).

التجديد

"تجديد
الروح القدس"
(تيطس ٣: ٥).

الولادة الثانية

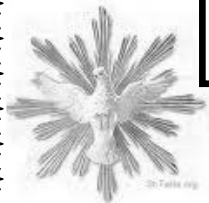
"المولود من
الروح هو روح"
(يوحنا ٦: ٣-٨).

الإحياء

"الروح هو
الذي يحيي"
(يوحنا ٦: ٦٣).

الخلق

"روح الله
صنعي"
(أيوب ٣٣: ٤).



صنع العجائب

"بقوة آيات وعجائب بقوة روح
الله" (رومية ١٥: ١٩).

الوحي

تكلم أناس الله القديسون مسوقين من
الروح القدس" (٢بطرس ١: ٢١).

ج - افتتان اسم الروح مع اسم الآب والابن:

وعمدوهم باسم الآب والابن والروح القدس" (متى ٢٨: ١٩)

وأيضاً في (١ كورنثوس ٦: ٤-١٢)، (يهوذا ٢١)، (٢ كورنثوس ١٣: ١٤)، (رؤيا ١: ٤-٥)، (اشعيا ٤٨: ١٥).

* **اسرار الزواج** **السر الأول** لا تدري لماذا يصمت .. ذاك لأنها لا تصمت إلا عندما تكون عاصبه او محبطة أو حزينة أما حينما تترتاح فهي تثرثر * ما لا تعرفه المرأة عن الرجل .. هو أن الصمت هو الحالة الطبيعية لديه .. فهو يصمت لأنه ببساطة ليس لديه مايقوله ...

وتحاول المرأة أن تستجره للكلام .. لأنها تعرف أنها إذا صمتت .. فهي تنتظر منه أن يسألها .. عن سر صمتها .. ثم تبدأ بالأسئلة التي يضيق بها الرجل ذرعاً .. ويعتبرها تحقيقاً . ويصاب بالحيرة أمامها لأنه ببساطة .. لا يعرف ماذا يقول .. لذا فعلى حواء حينما يصمت وترغب في أن يتكلم .. ألا تلاحقه بالأسئلة .. وإنما تسترسل في الحديث عن موضوع يحبه .. بطريقة سلسلة ناعمة .. وسوف يتجاوب معها .



السر الثاني:

* تقدم المرأة الكثير للرجل .. وتصدم حينما تطلب منه شيئاً ثم يصيح في وجهها أنه لا يستطيع مع أنه طلب تافه جداً ... * ما لا تعرفه المرأة عن الرجل هو أنه شديد التركيز فيما حوله ..

وأي تشويش يثير أعصابه .. حتى وإن كان يحبها ... لذا فعليها أن تتجنب أن تطلب منه ما تريد حينما يكون منهمكاً في أي شيء .. حتى لو كان شيئاً تافهاً في نظرها ...

السر الثالث :

* تنتظر المرأة من زوجها أن يكون فارسها الذي يحنو عليها ويرق لشكواها .. ولكنها تصدم حينما تشتكي له .. بأنه يقول : الموضوع تافه ولا يستحق منك هذا القلق !! وتظنها لامبالاة منه بها... * وما لا تعرفه المرأة هو أن الرجل يقدم لها ما يحتاجه هو ظناً منه أنه حل سيريحها مثل ما يريحه .. فهو يحتاج ممن حوله إلى الثقة بقدراته .. وقدرته على حل الصعاب وعند الرجال .. فمثل هذا الرد يعتبر منطقياً جداً ومطلوباً.. أنه يعني أنت قوي بما فيه الكفاية .. لتتجاوز هذا الأمر بسهولة ... ولكن المسكينة تغرق في حزنها وتتهمه باللامبالاة

السر الرابع

* وإحاقاً بهذه النقطة فإن المرأة تستغرب من الرجل عصبته وعدم تقديره لاهتمامها به... وردوده الفظة على أسئلتها التي توحى بالقلق عليه . إنها تحتاج الاهتمام والحنان .. وتظن أنه يحتاجه .. هو يحتاجه ولكن ليس بهذه الطريقة ... ويحتاج منها أكثر إلى أن تحسسها بثقتها .. وإكبارها وتقديرها ...

: الخامس السر

* تستغرب المرأة حينما تذهب مع زوجها للسوق أنه يصبح عصبياً ويستعجلها فيما تريد هي

*ملا تعرفه المرأة هو أن التسوق ليس مشكلة عند الرجل .. بل المشكلة في أن الرجل يميل دائماً إلى التركيز في نظراته .. تفكيره .. كلماته .. لذا يتعبه التشويش الموجود في السوق .. كثرة البضائع ، والمحلات ، والبائعين، فيما تستمتع المرأة بهذا النوع ، وهي لاتفهم ،، لم هو عصبي هكذا للمعلومية .. تستطيع المرأة أن تتحدث بالهاتف وهي تحمل طفلها .. وتراقب طبق العشاء على النار .. بكل يسر .. بينما يعتبر الرجل مثل هذا تعديباً .



السر السادس :

*مأن يدي الرجل ملاحظته على المرأة في زيها .. طريقة كلامها .. حتى تبادر بالتغيير إرضاء له .. ولكن يحترق قلبها المسكينه حينما لاترى منه هذا التجاوب .. بل تراه عنيداً أحياناً .. في إجابتها لما تريده من تغيير ..،المرأة ببساطة تسعى لأن ترضي زوجها .. أما هو فيعتبر محاولة التغيير تحدياً صارخاً لشخصيته .. فيقاوم ..

*ملا تعرفه المرأة هو أن الرجل لابد من أن يحس بالقبول من المرأة ، إذا أحس بالقبول ارتاح كثيراً ولم تعد مسألة التغيير حساسة بالنسبة له ... وأكبر خطأ تقترفه المتزوجات حديثاً في حق أزواجهن ... هو أن تدخل بيت زوجها وفي رأسها فكرة (سأغيره نحو الأفضل)



بعدما تحسس المرأة الرجل بالقبول ... تستطيع لفت انتباهه إلى ماتريد بغير النص (أحبك كثيراً حينما تجلس بجانبني وأنا متضايقه)
(أنت كبير في عيني وتكبر أكثر حينما تحتويني وأنا أشتكى لك)

السر السابع :

* أحياناً تلاحظ المرأة .. رغم أنها لم تقصر في شيء .. إلا أن الرجل صار عصبياً فظاً سهل الاستثارة .. ينتظر حدوث أدنى مشكلة .. ليخرج من المنزل ... وتغضب هي .. وبعد يومين .. يعود أبو الشاب إلى وضعه الطبيعي .. وكأن شيئاً لم يكن !! تنتظر منه أن يعتذر .. وهو لايفهم لماذا تعامله بهذه العجرفة ... مما يزيد الأمور سوءاً

*ملا تعرفه المرأة عن الرجل هو أنه يصاب بدورة عاطفية شهرية .. هذه الدورة لابد منها وإلا اختنق حباً .. والرجل بعد فترة يشعر بفقدان التوازن .. وبحاجة لأن يعيش مع نفسه فقط ... يدخل إلى أعماقه ويغلق عليه أبواب كهفه والويل لمن يقترب .. وهذا سر المزاج العصبي .. وبعد أن تنتهي الدورة تستمر يومين أو ثلاثة على الأكثر .. يعود وكله حب وشوق إلى زوجته.. التي لايفهم لماذا هي عصبية غير لطيفة غالباً ..

حينما يدخل الرجل كهفه تلاحقه المرأة تظن أنه غاضب منها .. وملاحظتها تزيده انسحاباً .. على المرأة أن تترك الرجل براحته .. وتستقبل عودته إليها بحب وحنان ... لأنه كان بحاجة إلى هذه العزلة

طبعاً هذا الكلام لاينطبق على جميع الرجال (حتى نخرج من فخ النعميم)

وقد توجد بعضها في رجل ولا توجد في آخر.....

الدرجات الكهنوتية



تقسم لثلاثة درجات

الشمامسة

القسيس

الاسقف

اولا : الاسقف

تقسم الى ثلاثة درجات :

3. الاسقف
(ايبسكوبس) وهى كلمة
يونانية قديمه معناها
الناظر او الرقيب
لرعايه الشعب.

2. المطران
"المتوبوليتيس" وهو
الاسقف المتقدم فى
الايبارشيه وقد يكون بها
مجموعه من الاساقفه
ولهم مطران.

1. البابا البطريرك وهو
رئيس الاساقفه وله عده
القاب : خليفه الرسل او
اسقف المدينه العظمى
الاسكندريه .



2. قس (الشيخ الموقر)



1. قمص (مدبر)

ثانيا : القسيس

ثالثا : رتب الشمامسة

4- اغنسطس :
(قارىء) ومن
اختصاصه قراءه
الكتب المقدسه
وتفسيرها للشعب .

3. الايودياكون : (مساعد
شماس) ومن اختصاصه حفظ
كتب الكنيسه - يساعد الشماس
وينوب عنه .

1. الارشيدياكون :
(أى رئيس الشمامسه
) كلمه ارشى =
رئيس أما كلمة
دياكون = شماس .

5. ابسالتمس :
(مرتل) وهو مثل العريف فى
الكنيسه يصلى الالحان .

2. دياكون :
(شماس او خادم) وهو
يعاون الكاهن فى افتقاد
الشعب



طبيب الخاص

هل يوجد طرق غذائية للتأقلم مع ارتفاع درجات الحرارة؟

مع قدوم الصيف بحرارته المرتفعة والتي أثرت علينا جميعا خاصة مع وصول درجة الحرارة في بعض الأيام إلى أكثر من ٣٥ درجة مئوية، مما يجعلنا نشعر بالإرهاق وعدم القدرة على العمل،

أوالاستدكار.

أولا:

يجب تناول كمية كبيرة من المياه بنسبة تصل إلى لترين يوميا للشخص العادي الذي لا يبذل أى مجهود زائد .

ثانيا:

الإكثار من تناول السوائل طالما لا يوجد سبب من منعها.

ثالثا:

تناول الأغذية التي تضبط حرارة الجسم مثل الخضروات والفاكهة ويفضل الطازجة منها والمليئة بالسوائل مثل "البطيخ" و"الكانتلوب".

رابعا:

يفضل الاعتماد على الأغذية الصحية مثل الطعام المسلوق، والطعام المطهو بالبخار مما يجعله أكثر رطوبة وتقبلا للجسم.

خامسا:

الابتعاد تماما عن الأغذية التي تحتوى على نسبة كبيرة من الدهون مع التركيز على التي تحتوى على زيوت الأسماك مثل التونة





صلاة انا اضيء شمعة



... لتكن هذه الشمعة التي اشعلها ربي يسوع المسيح
نورا منك يارب لتضيء طريقى اثناء الصعب
انى اقدم هذه الشمعة وانا اقدم حياتى لتكن ملكا لك يارب
فساعدنى ان اصلى ... واهدنى فى قراراتى



ارحمنى من الشرور هيئنى الصحة وعلمنى كيف اساعد الاخرين
لتكن هذه الشمعة نورا الهيا منك ياربى ... لتحرق انانيتى وكبريائى وخطاياى كلها
لتكن شعلة منك ياسيدى لتدفئ قلبى وتمنح السلام والصحة لعائلتى وللعالَم باسرة
ربى انى لا استطيع التواجد دائما فى بيتك المقدس لانك اعطيتنى واجبات اخرى لانجزها
فعلمنى يا الهى كيف احقق مشيئتكَ المقدسة .



شفاعة امى العذراء مريم
وبركة وطلوات القديسين والملائكة والاباء السواح
نكون معنا آمين



لغنا القبطية

†ⲁⲩⲩⲓ ⲡⲉ ⲡⲉⲕⲣⲁⲛ ** ما اسمك؟

ⲡⲁⲣⲁⲛ ⲡⲉ Ⲕⲟⲙⲉⲧⲓⲟⲥ دوماديوس

†ⲁⲩⲩⲓ ⲡⲉ ⲡⲉⲣⲁⲛ ** ما اسمك؟

ⲡⲁⲣⲁⲛ ⲡⲉ Ⲕⲩⲙⲓⲁⲛⲛⲓ ؟ دميانة



ايتها خطاب من البابا كيرلس لكل زوجة

* اول واجب مهم

والذى بواسطته تحل عليكى البركة والنعمة هو احترام زوجك ربنا قصة سارة التى كانت تحترم زوجها وتدعوه سيدي فنظر الله الىها واعطاها ابنا فى شيخوختها فيجب عليكى كما قلت احترام زوجك ولا تعملى عمل ما صغيرا او كبيرا الا بمشورته لانه ربما تعملى عملا بدون مشورته ويكون ذلك العمل يفضبه فهذا ليس حسن كذلك لا تقولى قولا ولا كلاما يكدره لان سر الزيجة سر عظيم قد شبهه بولس الرسول باتحاد المسيح بالكنيسة. فالمسيح راس الكنيسة والرجل راس المرأة وكما أن الكنيسة تخدم المسيح وتعمل وصاياه كذلك يجب على المرأة ان تحترم زوجها وتسمع كلامه وكمان ان الكنيسة لاتعمل عملا يفضب المسيح كذلك يجب على المرأة ان لا تعمل اعمالا او تقول اقوالا تكدر زوجها فنتهاون بالسر الذى وضعه المسيح فى كنيسته الطاهرة!

** ثانيا:

يجب عليك مداومة الذهاب الى الكنيسة لان هذا نعمة عظيمة وتمسكى بالتواضع خصوصا فى بيت الرب ولا تنتظري الكرامة اجلسى على الارض وانظري الى الموجودين بل اقول احقر الموجودين انهم افضل منك فاذا ما فعلت ذلك ينظر الرب الى تواضعك وانسحاق قلبك كما نظر الى تواضع وانسحاق قلب حته ام صموئيل النبي ويعطيك سؤال قلبك كما اعطاها. يجب عليكى الاعتراف والتناول من جسد الرب ودمه وبعد تناول احذرى من ان يخرج من فمك كلمة رديئة او غضب او حقد على احد او نميمة فى حق الغير او حلفان او شتيمة هذه الوصايا ليست صعبة بل اعزمتى فى قلبك على عملها والرب يساعدك وانا لى عشم فى يسوع المسيح ان ينظر اليك بعين تحننه ويعطيكى كما فى ضميرك .

عادات سيئه نمارسها يوميا تووي بنا إلى صحة أسوء

هناك بعض العادات السيئة التي ينتهجها الأغلبية العظمى من الناس وهي في اعتقادهم يوجد أي ضرر منها وأنها عادات حسنة رغم أنها قد تجعل صحتنا في مهب رياح المرض ويمكن

بإختصار أن نذكر منها ما يلي:

أكل البيض نيئاً :



بياض البيض يتألف من البروتينات او بالاحرى من بروتين الالبومين الذي يحتوي على أحماض امينية ضرورية وأساسية للجسم. ولكن المشكلة الرئيسية هي أن بياض البيض هو مادة صعبة الهضم لا يستفيد منها الجسم كليا إذا أكلت نيئة بسبب احتواء البياض على مادة مثبطة تقف عقبة أمام امتصاص بعض الأحماض الامينية، ولكن لحسن الحظ فإن طهي البيض يسمح بالقضاء على المادة المثبطة المذكورة أنفا فيتحول البيض من غذاء صعب الهضم إلى وجبة غذائية سهلة الهضم.

كثرة ادخال الطعام إلى البراد وإخراجه منه:



هذا التصرف يفتح الباب أمام الجراثيم الضارة التي تستيقظ من غفوتها مستغلة الثغرات في الفروقات الحرارية بين جو البراد والجو الخارجي له، فتتكاثر وتنمو وتطلق سمومها اللاذعة. إن الأطعمة المحفوظة والمعلبة هي الأكثر تأثراً، من هنا يجب استهلاكها بأقصى سرعة وعدم حفظها طويلاً ..

طهي الطعام على حرارة عالية:



هذا الإجراء يسهم في تفكيك الطعام ويعمل على تخريب الانزيمات والفيتامينات الموجودة فيه. عدا هذا فإنه (اي طهي الطعم بحرارة عالية) يقود الى تشكل مركبات غريبة اقل ما يقال عنها أنها مريية.

إحناء وجبة الطعام على أغذية تنتمي إلى مجموعة واحدة:



فمثلاً الوجبة التي تشمل على الخبز والرز والبطاطس والمعكرونة وغيرها. هي وجبة غير متوازنة، لا بل ناقصة. إن إعداد الوجبة الغذائية وجعلها تحتوي على مجموعة مختلفة من الغذاء أمر ضروري لتأمين احتياجات الجسم بما يلزمه من فيتامينات ومعادن وبروتينات ودهون وسكريات.

وضع اللحم المطعم في الماء الحار فوراً:



هذا من شأنه أن يدمر الفيتامينات عن بكرة أبيها. لتحاشي هذا الأمر يجب فك التجليد عن اللحم تدريجياً.

حظك اليوم مع المسيح

برج الملايكة ٢/٢١ الى ٤/٢٠

مز ٦٨: ٣ والصديقون يفرحون . يتتهجون أمام الله ويطفرون فرحا

برج الودعاء ٤/٢١ الى ٥/٢٠

مز ٦٩: ١ خلصني يا الله لان المياه قد دخلت الى نفسي

برج القديسين ٥/٢١ الى ٦/٢٠

> مز ٦٩: ٣ تعبت من صراخي يبس حلقي كلت عيناى من انتظار الهى

برج المعترفين ٦/٢١ الى 20/7 برج

مز ٦٩: ٥ يا الله انت عرفت حماقتى و ذنوبى عنك لم تخف

برج حاملى الصليب ٧/٢١ الى ٨/٢٠

> مز ٦٩: ١٢ اما انا فلك صلاتى يا رب فى وقت رضى يا الله بكثرة رحمتك

استجب لى بحق خلاصك

برج الكارزين بالكلمة ٨/٢١ الى ٩/٢٠

مز ٦٩: ١٤ نجنى من الطين فلا اغرق نجنى من مبغضى و من اعماق المياه

برج العذارى الحكيمات ٩/٢١ الى ١٠/٢٠

مز ٦٩: ١٥ لا يغمرنى سيل المياه و لا يتلغنى العمق و لا تطبق الهاوية

على فاها

برج المجاهدين 21/10 الى ١١/٢٠)

مز ٦٩: ١٧ و لا تحجب وجهك عن عبدك لان لى ضيقا استجب لى سريعا

برج الاطهار ١١/٢١ الى ١٢/٢٠

مز ٦٩: ٢٢ الودعاء فيفرحون ، وتحيا قلوبكم يا طالبى الله

برج البسطاء ١٢/٢١ الى ١/٢٠

مز ٨٦: ٣ ارحمنى يا رب لاننى اليك اصرخ اليوم كله

برج خدام المسيح ١/٢١ الى ٢/٢٠

مز ٨٦: ٤ فرح نفس عبدك لاننى اليك يا رب ارفع نفسي

برج الحكماء ٢/٢١ الى 20/3

مز ٨٦: ٧ فى يوم ضيقى ادعوك لانك تستجيب لى