

سنگسار

٤مارس ٢٥ امشير استشهاد اربخس وفليمون أخية وابيفية العذراء

٧ مارس ٢٨ امشير تذكار ابادير وإيريني

٩ مارس ٣٠ امشير نياحة البابا الانبا كيرلس السادس)

١٠مارس ١ برمهات استشهاد القديسين مقرنيوس وتكلا

١١ مارس ٣ برمهات استشهاد القديس برفوريوس

١٢مارس ٤ برمهات استشهاد القديس هانوليوس الأمير

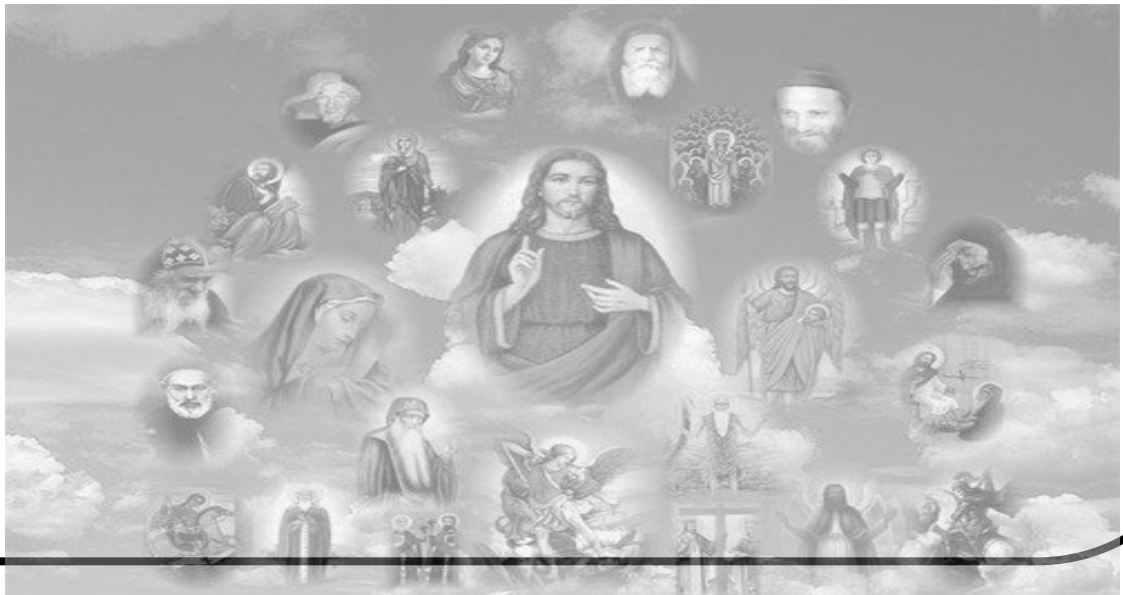
١٣ مارس ٥ برمهات استشهاد القديسة ادوكسية

١٦مارس ٨ برمهات استشهاد متياس الرسول

٢٣مارس ١٥ برمهات نياحة القديسة سارة الراهبة

٢٥مارس ١٧ برمهات استشهاد سيدهم بشاي

٢٧مارس ١٩ برمهات نياحة ارسطوبولس أحد السبعين رسول





س : لماذا نقول إن اليهود هم الذين صلبوا السيد المسيح ؟
ألسنا نحن الذين صلبناه بخطايانا ؟

من أجل غفران خطايا الناس صُلب المسيح، إذ مات عنا لكي نحيا نحن هذا حق.

"كلنا كنعم ضللنا، ملنا كل واحد إلى طريقته، والرب وضع عليه إثم جميعنا" (أش ٥٣: ٦).

نحن إذن السبب في صلبه ولكن اليهود كانوا هم المنفذون هم الذين تأمروا على صلبه.
وهم الذين قدموه لبيلاطس الوالي الروماني وصاحوا قائلين أصلبه أصلبه، بينما
كان هذا الوالي يقول "لست أحد علة في هذا البار" فقالوا له

"دمه علينا وعلى أولادنا".

نحن السبب. وهم المنفذون. ولكن الدافع الأكبر هو محبة الله.

"لأنه هكذا أحب الله العالم،

حتى بذل ابنه الوحيد لكي لا يهلك

كل من يؤمن به،

بل تكون له الحياة الأبدية" (يو ٣: ١٦).

لكن اليهود لم يقدموا المسيح للموت، من أجل الفداء، بل خيانة منهم وغدراً
أو حسداً وجهلاً

فهم يحاسبون على غدريهم وحسدتهم وحقدهم وتأمرهم،

ويحاسبون على ضغطهم على بيلاطس الوالي لكي يصلبه،

بينما كان يريد أن يطلقه.



فضيلة الشهر

الاتضاع

تبدأه الكنيسة بأسبوع الاستعداد الذي يترفع فيه الانسان عن شهوة الاكل واستعداداته لتقديم مشيئة الله عن مشيئته ثم في ...

+ أحد الكنوز يكشف أن الكنز الحقيقي هو في السماويات حيث الحياة الابدية مع المسيح " حيث يكون كنزك هناك يكون قلبك أيضا " (متى ٦: ٢١).

ولكن في العالم المملوء بالشور لابد ان أجوز التجارب ففي :-

+ أحد التجربة نتدرب علي أنه ليس غلبة علي تجارب العدو إلا بكلمة الله الحية والفعالة وفي...

+ أحد الابن الضال اكتشف انني مازلت في كورة بعيدة لم أستمع بعد بمقابلة حقيقية مع مخلصي المسيح فاتقابل معه في...

+ أحد السامرية معترفا بضعفاتي وأخطائي فيشجعني مخاطبا بالصواب أجبت.... ولكني يارب لأقوي علي الحراك فالخطية أصابتنني بالشلل أذ ليس لي أحد يلقيني في البركة مع مفلوج بيت حسدا في...

+ أحد المخلع متي تحرك الماء يجيبيني صوته الحنون سلم إيمانك ومشيتك وانا بكلمة أقيمك من شلل الجسد والنفس والروح فلنردد مع المولود أعمي كنت أعمي والان أبصر تلامست معك عندما أعطيتني أنت هذه البصيرة فاليوم أعلنك ملكا حقيقيا علي كل حياتي في...

+ أحد الشعانين ابتهجي جدا يا ابنة صهيون أهتفي يابنت اورشليم هوذا ملكك يأتي إليك هو عادل ومنصور وديع وراكب علي حمار وعلي جحش ابن أتان (زك ٩: ٩) الآن أستطيع أن أقول معك يارب لاعرفك وقوة قيامتك. مع نهاية هذه الرحلة اتذوق قوة قيامتك وغلبتك علي كل ضعف وخطية.. " اين شوكنك ياموت أين غلبتك ياهلوية "

+ تقدمات كثيرة قدمها انبياء ورسلا

ولكن ليس مثل مقدمة ابراهيم لابنه أسحق (تك ٢٤)

+ كثيرون قدموا من أموالهم ولكنهم ليس كالأرملة التي قدمت كل ماله اعطت من أعوازاها (لوا ٢١: ٤)

+ كثيرا حاربوا وأنتمروا ولكن لتكن كداود الذي وهو حي تقدم بحماية في مقلع ليحارب جليات الجبار.



استشهاد سيدهم بشاى بدمياط (١٧ برمهات)



فى مثل هذا اليوم تحنفل الكنيسة بذكر استشهاد

سيدهم بشاى بدمياط فى

يوم ١٧ برمهات سنة ١٥٦٥ ش [٢ مارس سنة ١١٤٤م]

لاحتتماله التعذيب على اسم السيد المسيح حتى الموت

وكان استشهاد سببا فى رفع الصليب علنا فى جنازات

المسيحيين . فقد كان هذا الشهيد موظفا كاتباً بالديوان بثر دمياط فى أيام محمد على باشا والى مصر وقامت ثورة من الرعاع بالثر ، وقبضوا على الكاتب سيدهم بشاى واتهموه زورا أنه سب الدين الإسلامى وشهد عليه أمام القاضى الشرعى . فحكم عليه بترك دينه أو القتل . ثم جلده وأرسله الى محافظ الثغر . وبعد أن فحص قضيته حكم عليه بمثل ما حكم به القاضى . فتمسك سيدهم بدينه المسيحى ، واستهان بالقتل ، فجلدوه وجروه على وجهه من فوق سلم قصر المحافظ الى أسفل ، ثم طاف به العسكر بعت أن أركبوه جاموسة بالمقلوب فى شوارع المدينة ، فخاف النصارى وقفلوا منازلهم أما الرعاع فشرعوا يهزأون به ويعذبونه باللات مختلفة الى أن كاد يسلم الروح . فأتوا به الى منزله وتركوه على بابهم ومضوا فخرج أهله وأخوه . وبعد خمسة أيام انتقل الى السماء . وكان موته استشهادا عظيما ، وصار النصارى يعتبرونه من الشهداء القديسين واجتمعوا على اختلاف مذاهبهم ، واحتفلوا بجنازته احتفالا لم يسبق له مثيل ، حيث احتفل بتشييع جثمانه جهرا . فتقلد النصارى الأسلحة ولبس الكهنة - وعلى رأسهم القمص يوسف ميخائيل رئيس شريعة الأقباط بدمياط - ملابسهم واشترك معه كهنة الطوائف الأخرى . وساروا به فى شوارع المدينة وأمامه الشماسية يحملون أعلام الصليب ثم أتوا به الى الكنيسة وأتموا فروض الجنازة . وصار الناس يستنكرون فظاعة هذا الحادث الأليم ، ويتحدثون بصبر الشهيد سيدهم ، وتحمله ألوان العذاب بجلد وسكون . ثم تداول كبار الشعب المسيحى بثر دمياط لتلافي هذه الحوادث مستقبلا . فقرروا أن يوسطوا قناصل الدول فى ذلك لعرض الأمر على والى البلاد ، ورفعوا إليهما التقارير المفصلة . فاهتم والى مصر بالأمر ، وأرسل مندوبين رسميين لفحص القضية . فأعادوا التحقيق وتبين منه الظلم والجور الذى حل بالشهيد العظيم . واتضح إدانة القاضى والمحافظ . فنزعوا عنهما علامات الشرف ونفوهما بعد التجريد . وطلبوا - للترضية وتهدة الخواطر - السماح برفع الصليب جهارا أمام جنازات المسيحيين فأذن لهم بذلك فى ثغر دمياط ، الى أن تعمم فى سائر مدن القطر فى عهد البابا كيرلس الرابع .

بركة إيمان هذا الشهيد العظيم تكون معنا . ولربنا المجد دائما . آمين



+اعلموا أن الرب يستجيب لصلواتكم

إن واطنبر على الصوم و الصلوات أمام الرب (يهوديت ١٢: ٤)

+ صالحة الصلاة مع الصوم و الصدقة

خير من ادخار كنوز الذهب (طوييا ١٢: ٨).

++إقوال عن الصوم++

الذي يصوم عن الغذاء ، ولا يصوم قلبه عن الحنق والحقد ، ولسانه ينطق بالأباطيل
فصومه باطل ، لأن صوم اللسان أخير من صوم الفم ، وصوم القلب أخير من الإثنين
+ قيل عن أنبا قسيان:

أنه ذهب إلي شيخ له ٤٠ سنة في البرية ، وسأله بدالة : ماذا أقتنيت أيها الأب في هذه
الخلوة التي لا تكاد تلتقي فيها بإنسان؟

فأجابه قائلاً: "إني منذ أن ترهبنت ، لم تبصرني الشمس أكلاً
ولا أبصرتني الشمس غاضباً قط؟"
+ قال راهب لشيخ:

"لي ثلاثون سنة لم أكل فيها لحماً"

فأجابه الشيخ: "وهل لك ثلاثون سنة لم تخرج من فمك لعنة ، تلك التي نهاك الله
عنها؟" فلما سمع الأخ ذلك قال: "بالحقيقة هذه هي العبادة المرضية لله"
+ قال القديس باسيليوس:

"أن الصوم الحقيقي هو سجن الزدائل ، أعني ضبط اللسان ،
وأمسك الغضب وقهر الشهوات الدنسة"

قال الانبا أنطونيوس

+ أحب الاتضاع فهو يغطي جميع الخطايا
+ ان نسينا خطايانا يذكرها لنا الله ، وان ذكرنا خطايانا لا يذكرها الله لنا.

قال القديس اغسطينوس

+ اتضع في الهك المتضع لكيما ترتفع في الهك الممجد.

دموع لها ثمن

كان وحيد هو الابن الوحيد لأمه السيدة التقية ، فقد مات أبوه و هو صغير وكرست أمه حياتها له ونشأ في الكنيسة ولما بلغ سن الشباب تصادق مع شلة أبعدته عن الله تدريجيا دون أن يدري ، فبدأ يذهب للكنيسة مرة في الشهر إرضاء لأمه ويتناول في خميس العهد دون اعتراف إرضاء لضميره لاحظت أمه هذه التغيرات بحزن حاولت أن تنصحه وداومت الصلاة لأجله ولكن الأمر ازداد سوءا ، الكنيسة نهائيا و عامل أمه الحنون بكل قسوة ، فكان يطلب منها التي تفوق استطاعتها و عندما ترفض يتناول عليها بالشتائم حتى للضرب أحيانا. كانت تقول له : يا بني إني مستعدة أن أعطيك ليس كل ما أملك فقط ، لو أنك تستغل هذه الأموال في أي تبعد عن المسيح ، تذكرت أم وحيد ...



القديسة مونيكا

التي كانت تبكي على ابنها حتى قال لها الأسقف : ثقي يا امرأة لا يمكن أن يهلك ابن هذه الدموع ، فكانت تتمسك في صلاتها بهذا الأمل .. ولكن وحيد كان يتمادى في الشر. في أحد الأيام خرج مع أصدقائه و سهر حتى الصباح في إحدى الملاهي وشرب الخمر حتى الثمالة و سكر هو والذين معه ، وفي الفجر قرر ان لا يملك رخصة ، فوافق صديقه ، فأخذ السيارة وسار بها بسرعة جنونية و إذا به يصدم سيدة تسير في الشارع ، فوقعت وسالت منها الدماء.. ماذا يعمل ؟ ليس معه رخصة ؟ أفضل شئ أن يهرب و بينما هو يستدير لاحظ منه نظرة للسيدة التي ستركها تقابل الموت في الشارع ... باللهول يا للكارثة... إنها أمه ، نعم أمه التي عندما تملكها الجزع على ابنها الوحيد وحيد، خرجت لتبحث عنه في الشوارع ، وها هي ستدفع عمرها ثمنا لطيشه و رعونته. لم يستطع وحيد أن يتحرك و تجمد تفكيره ، ماذا يفعل ؟ شاهد شريط حياته الأسود أمام عينيه ، ها هي أمه تدفع عمرها ثمنا لبعده عن المسيح. جذبه صديقه من ذراعه قائلا : هيا نهرب قبل أن يأتي البوليس وإلا فمسيرنا السجن ... ولكن لأول مرة في حياته يعصي صديقه. ويقول له بحزم شديد : لا يا صديقي اهرب أنت أما أنا فلن أترك أُمِّي ثانية حملها على كتفه ودماءها تقطر و قلبه يبكي دما وهو يفكر كم من مرة كسر قلبها و تحدى نصائحها ، كم من مرة سمعها وشاهدها وهي تبكي عليه و لم يستجب قط لتوسلاتها. وعندما نقلها للمستشفى واحتاجت لنقل دم أسرع وتبرع بدمه ، وبعد أن أفاقت وتلاقت عينيها بعينيه الدامعتين ، قال لها أريدك أن تشفي يا أُمِّي وأنا مستعد أن أفعل أي شئ لأجلك ، مستعد أن أعطيك عمري. قالت له : يا بني يا حبيبي أنا سأفني لربي وحبيبي يسوع ولا أتمنى سوى شيئا واحدا فقط أن تعطي عمرك لمن سبق وأعطاك حياته ومات لأجلك على المليب . قبل يديها وقال اعدك يأمي



الروح القدس ، الأب الروحي ، الحوار

ضوابط اتخاذ القرار:

أي قرار نتخذه في حياتنا له الاثر البعيد، إما إيجابيا أو سلبيا. أذن فلا بد من ضوابط تساعدنا على الوصول إلى القرار الصحيح، خصوصا اذا تذكرنا محدودية الإنسان: عقله، وقدراته، ورؤيته، وعدم قدرته على معرفة ما يحمله المستقبل من مفاجآت، والمصادمات اليومية . تحتاج الطبيعة الإنسانية إلى مزيج من الحرية والضبط، بحيث لا نتطرف يمينا نحو انفلات مدمر وفوضي، او يسارا نحو إحباط ويأس يحطمنا. ولهذا السبب خلقنا الله احرارا، نختار طريقنا وطريقتنا في الحياة ..يريدنا ان نختار الحياة معه وله، عن قناعة وفرح ورضى.

فما هي يا ترى الضوابط الذي تساعدنا على التحقق من صحة اختيارنا وسلامته قراراتنا؟

الروح القدس:-

العامل في الضمير، ذلك الصوت الالهي، الذي يأتينا من عند الله، فهو غير الضمير، وغير الروح الإنسانية. انه الاقنوم الثالث الذي يفعل فينا، وينقل الينا بركات الفداء، ويضيء لنا الطريق : يبيكتنا كلما اخطأنا، ويشجعنا كلما اصبنا، ويسكب النور في قلوبنا فتميز الامور

"وهكذا فالذين ينقادون بروح الله، اولئك هم ابناء الله" (رو: ٨: ١٤).

فعلينا ان نصلي في إلحاح، وبروح كلها إخلاص في طلب معرفة مشيئة الله، وفي تسليم صادق لارادة الله وتفكيره... وهكذا... اذ يشعر براحة ضمير، واستقرار وسلام نفسى، يحس ان روح الله مستريح فيه لهذا القرار متفقا مع معطيات، الانجيل وطريق القداسة. هذه قوة ضابطة هامة، عودتنا الكنيسة ان نطلبها باستمرار في صلاة الساعة الثالثة، ونكررها في صلوات نصف الليل :

"ايها الملك السمائي المعزي روح الحق.....

علينا اذن ان نصلي باستمرار كلما تحيرنا، طالبين من الرب ان يكشف لنا مشيئته، وسوف نستريح إلى إتجاه معين، يشهد الكتاب المقدس على صحته وسلامته، تاركين للرب ان يكمل الطريق أو يلغيه، كاشفا لنا مشيئته التي سنقبلها بكل فرح. وليكن شعارنا قول

المرنم " تمسكت خطواتي بآثارك، فما ذلت قدماي" (مز: ١٧: ٥).

ولنسمع وعد الرب "اعلمك وارشدك الطريق التي تسلكها، انصحك عيني عليك" (مز: ٣٢: ٨).

الأب الروحي:-

وهذا ضابط آخر غاية في الاهمية، ذلك عملا بقول القديسين: الذين بلا مرشد هم كأوراق الخريف، سريعا يسقطون. وتتبع اهمية اب الاعتراف في القرارات المصيرية من عدة منطلقات:



(أ) الاب الحانى المحب، الذي يهمله امرى.
 (ب) وهو وكيل السر، الذي يصلى معى اثناء الاعتراف طالبا من الرب ان يرشده ويرشدنى لما فيه خير حياتى...
 (ج) هو الاكثر خبرة، بسبب المواقف الكثيرة التي عاشها شخصيا، أو من خلال الخدمة...

(د) وهو الانضج سنا، بحيث يرفعنى من الانفعالات والاندفاعات ، وينبهنى إلى خطورتها...
 (هـ) وهو الصوت الروحى ، الذي يمكن ان يخرجنى من " **الحمر النفسى** " الذي احياه حينما ادرس مشكلتى بمفردى داخل " **خزانتى النفسية** ". ، إذ افرغ شحتى فيتحكم روح الله في، والعقل المستير بالروح والانجيل، في مسار حياتى..

الحوار:-



وهذا هو الضابط الثالث في الحياة، فما اخطر ان يعتمد الإنسان على فكره الخاص، ويرفض ان يتحاور مع غيره. فيكون التفكير انفعالى مقود بالعاطفة، واحيانا بالغريزة. كما انك بمفردك ستركز على زاوية في الموضوع ناسيا أو متناسيا زوايا اخرى هامة. أما خروجك من هذه القوقعة الذاتية إلى شركة المحبة، مع الاسرة، او الاصدقاء البنائين، أو ابيك في الاعتراف... يغمر موضوعك بالضوء، ويساعدك على اكتشاف نفسك، ودوافعك، وزوايا الخطأ والصواب في الامر. ولكن هذا لا يعنى ان احاور أي إنسان أو كل إنسان في امورى، فقديمًا قال الآباء:

" لا تكشف نفسك الا امام ما يمكنه ان يساعدك لخلاص نفسك "

" المسايير الحكماء يصير حكيمًا، ورفيق الجهال يضر " (أمر ١٣: ٢٠)

بسم الله القوي
 ان الله يريد التوبة حينما
 ننصر الروح علي الجسد
 في فترة الصوم ونستطيع
 أن نخضع الجسد ونصلبه
 مع كافة أهوائه .
 (البابا كيرلس السادس)



تعلّمنا في طفولتنا الحروف الأبجدية، وبواسطتها قرأنا وكتبنا وتعلّمنا ومازلنا، واليوم في زواجنا نحتاج لمراجعة هذه الحروف لنكون منها كلمات وتعبيرات حب تساعدنا لنستمتع بزواج سعيد.



أ- ابدأ دائماً بنفسك ولا تنتظر من شريك ما لا تمنحه إياه.
(ادفع أنت الثمن أولاً).

ب- بادر بإظهار اهتمامك بشريكك بمجرد دخول أحكما المنزل مهما كنت مضغوطاً.

ت- تجنب قول ٤/٣ تعليقات كل يوم، مما تجد نفسك مدفوع لقوله.

ث- ثق في شريكك وعبر له عن ثقتك وحبك كلما استطعت بالقول وبالفعل.

ج- جدد الأشواق بالابتعاد على فترات، وترك مساحة حرية لشريكك.

ح- حافظ على قضاء وقت خاص بكما معاً يومياً مهما كانت الأسباب.

خ- خططوا لنمو العلاقة بينكما.

د- درب نفسك على الهدوء وقت الثورة، وتأجيل المناقشة لوقت لاحق، واختيار الوق المناسب.

ذ- ذكّر نفسك دائماً، أن العبرة لا بما تقوله لشريكك فقط ولكن أيضاً بطريقة قولك.

ر- راع تعرض شريكك أيضاً لضغوط خارجية، والتمس له الأعذار.

ز- زد مستوى الشفافية والوضوح بينكما ولا تسمح بتراكم الشوائب الصغيرة.

س- ساعد شريكك في مهامه وأعماله وبادر في هذا.

ش- شجع وامدح ما تريد أن ترى منه المزيد، حتى لو كان بسيطاً جداً.

ص- صلباً معاً بانتظام كل يوم.

ض- ضمّ شريكك في حضن دافئ يومياً ولو لدقيقة واحدة.

ط- طالع وتعلم باستمرار عن فن إسعاد شريكك

(نفسياً، وحسباً).

ظ- ظل مهتماً بنفسك ونظافتك الشخصية وهندامك دائماً قدر الإمكان.

ع- عُدّ مزايا شريكك وفكر بطريقة إيجابية مهما حدث.

غ- غطّ ضعفات شريكك ودافع عنه أمام الناس ولا تسخر منه أبداً.

ف- فاجيء شريكك بهدية أو وردة أو دعوة لعشاء رومانسي غير متوقع.

ق- قدّم خمس تصريحات إيجابية على الأقل عن كل تعليق سلبي واحد.

ك- كُن مسرعاً للإستماع والإنصات، مبطلاً في التكلم مبطلاً في الأحكام.





م- مَيز بين شخصيتك وشخصية شريكك ولا تحاول جعله نسخة منك.

ن- ناقش مع شريكك قرارات الأسرة، وأيضاً قراراتك الشخصية الهامة.

هـ - هب شريكك الهدايا في المناسبات

(فكر في طريقة تنبيهه تذكرك في الوقت المناسب).

و- وازن بين المعرفة والتطبيق ولا تدع يوم يمر دون أن تُعَبِّر لشريكك عن حبك.

ي- يمكنك الإضافة دائماً لهذه القائمة ما يُسعد شريكك.



راقب أفكارك

فسرعان ما ستتحول إلي كلمات

وراقب كلماتك

فسرعان ما ستترجم إلي أفعال

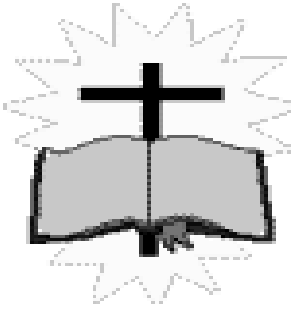
راقب عادتك

فلقد أصبحت كل حياتك .

راقب حيائك

لأنها بخار قليلا ثم يضمحل .

أقوال ع.ن الصليب - ابونا بيشوى لامل -



+ سيظل يسوع فاتحاً ذراعيه باستمرار لأنه يريد نفسى التى مات عنها لى يخلصها.

+ الصليب هو حياتى فلا حياة إلا من خلال الصليب

+ ليس الصليب مكاناً ساكناً علق عليه يسوع فى أحد الأيام . بل هو قاعدة حركة قلب الرب نحو البشرية كلها.

+ ليس الصليب مكاناً للعدل الإلهى فقط ولكن مكاناً للحب حتى الموت.

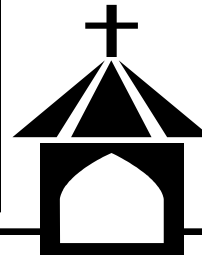


+ الصليب فى مظهره الخارجى تعبيراً عن ظلم العالم ، أما من الداخل فالصليب كله سرور وحب وتسليم للأب لأجل خلاص العالم.

+ الصليب هو مكان تطابق النفس مع الله "مع المسيح صليبت".

+ إن الذى يسير مع يسوع حتى الصليب يستحق أن يأخذ العذراء أمله .

+ الصليب هو المنارة التى أوقد عليها المسيح نور العالم ، الذى من قبله مرنا نوراً للعالم.



+ الهرب من الصليب يعادل الهروب من المجد الإلهى

+ الصليب هو الطريق الوحيد إلى القيامة فالهروب منها هو الدخول للموت الأبدى

+ الصليب مدرسة .. فالهروب منها ضياع للمستقبل.

+ من فقد صليبه افتقد طريقه



+ إن التأمل المتواصل فى صليب ربنا يكسب النفس حرية وسلاماً وقوة وغفراناً.



+ من فقد صليبه صارَ حياته باردة فائزاً لا نعامل بينه وبين الله

قال القديس مقاريوس الكبير

+ الصوم بدون صلاة واتضاع يشبه نسياً مكسور الحناجر

نقير طبي

الاسم : يسوع المسيح الناصري

السن : ٣٣ سنة

الحالة العامة : جروح فى كافة أجزاء الجسم مع آثار عنف

شديد ولكن لا توجد أى كسور بالعظام. وكان الجسد كله مصبوغ بالدم.

التفصيل: آثار جروح على الصدر نتيجة الجلد.

جرح قطعى بين الضلع الخامس والسادس نتيجة

طعنة الحربة التى اخترقت الرئة وقد وجد حول الجرح

آثار دماء وبلازما (سائل شفاف يشبه الماء يتكون نتيجة

الضغط النفسى والإرهاق الجسدى الحاد)

ولا يمكن خروج هذا السائل مع الدم إلا بعد الوفاة.

-اعتلاء الظهر بآثار جلدات عنيفة (أسلوب الجلد كان أن ينتزع السوط لحم المحكوم عليه)

-ثقب نافذ فى المعصمين نتيجة المسمارين وقد عبر المسمار فى فراغ"

-ثقبين فى الرجلين نتيجة المسمار الذى نفذ بين العظام مسببا نزيف مع آلام.

سبب الوفاة: بسبب كثرة النزيف المتواصل والآلام الحادة مات السيد

المسيح كان يجب أن تكون أنت صاحب التقرير وأنت من يجب أن تتحمل

ذلك البار تحمل عنك وعنى دون أن نطلب منه.

فماذا فعلت لمن مات عنك ؟

كشاة تساق للذبح لم تفتح فاك كنعجة مامنة خذوك للملب ، فلماذا لم تدافع عن

نفسك ، لماذا اخترت أبشع عقاب ، لماذا لم تكتفى بالملب

، بل جعلت الملب مصاحب لأبشع الألم ، ومصاحب للأهانة.

لأنى أحببك

فأنتى أعز ما لى وكان للأبر أن أصلب عنك وأن أهان عنك، لأن سقوطك

فى الخطية كان يستوجب ذلك ، فأروت أن أجعلك تعيش حر طليق الى الأبر.





"Can I just say, that is pretty hot!"

عندما كان عمره ...



عندما كان عمره سنة قامت بتغذيتك

أنت شكرتها بالبكاء طوال الليل!

عندما كان عمره سنتان - قامت

بتدريبك على المشي

أنت شكرتها بالهروب عنها عندما نطلبك

عندما كان عمره ثلاث سنوات - قامت بعمل الوجبات اللذيذة لك

أنت شكرتها بقذف الطبق على الأرض!

عندما كان عمره أربع سنوات - قامت بأعطائك قلما لتتعلم الرسم

أنت شكرتها بتلوين الجدران!



عندما كان عمره خمس سنوات - قامت

بالباسك أحسن الملابس للعيد

أنت شكرتها بنوسية ملابس!

عندما كان عمره ست سنوات قامت

بتسجيلك في المدرسة.

أنت شكرتها بالصراخ لا أريد الذهاب!

عندما كان عمره عشر سنوات كانت

تنتظر رجوعك من المدرسة لتعانقك

أنت شكرتها بدخولك الى غرفتك سريعا!

عندما كان عمره خمسة عشر سنة - كانت تبكي خلال نجاحك

أنت شكرتها بطلبك لسيارة جديدة!

عندما كان عمره عشرون سنة - كانت تتمنى الذهاب معها الى

الأقارب أنت شكرتها بالجلوس مع أصدقائك!

عندما كان عمره خمس وعشرون سنة، ساعدتك في تكاليف زواجك

أنت شكرتها بالسكن أجمع ما يمكن عنها أنت ومن حولك!

عندما كان عمرى ثلاثون سنة قالت لى بعض النصائح حول الأطفال
أنت شكرنها بقولك لائندخلين في شؤونا!

عندما كان عمرى خمس وثلاثون سنة اتصلت تودعوني الى الغداء معها
أنت شكرنها بقولك أنا مشغول هذه الأيام!

عندما كان عمرى أربعون سنة أخبرتك أنها مريضه وتحتاج لرعايتك
أنت شكرنها بقولك عبء الوالدين ينتقل الى الأبناء!

وفي يوم من الأيام سترحل عن هذه الدنيا
وحبها لك لم يفارق قلبها.
إذا كانت والدتك لا تزال بقربك لاتتركها
ولا تنسى حبها .

وأعمل على ارضائها. لأنه لا يوجد لديك
إلا أم واحدة في هذه الحياة تقبلوا تحياتي العطرة والله يخلي لنا أمهاتنا
يقولون الورو أرقى ماني الكون و أنا أقول لولا وجودك ماكان للورو لون



سلطة برغل

مقادير

برغل مسلوقة_ توم مفروم_ قشر ليمونة_ عصير ليمونة_ شوية زيت زيتون_ شوية كمون صغنه

خالص على طرف المعلقة_ فسدق_ فلفل اخضر_ نعناع اخضر_ بقدونس

الطريقة

الفلفل الاخضر يتقسم نصفين و شيلي البذر + يتحط في الفرن

لغاية ما تلاقى القشره بدأت تسود وتتقشر من اطراف الفلفلة شيليه من الفرن

في الكيس البلاستيك و حطيه في كيس بلاستيك و سيبيه يبرد

لما يبرد شيلي القشره من عليه +

البرغل و البقدونس و ورق النعناع و الفسدق المكسر و الفلفل و التوم في صحن غويط حطى +

الليمونه و زيت الزيتون و الكمون و قشر الليمونه ضيفى عصير +

كمية النعناع حسب ما تحبي الطعم شام - ممكن بدل البرغل حمص





أبنتها الأم القديسة العذراء مريم السموات تطوبك

وجميع الأحيال يا أعظم أم

حدثني يا أم الله القديسة

ماذا حدث لك عندما انغرست الحربة في جنب ابنك!

كعادتك سوف تممتين لأنك لم تتذمري أبدا، ولم تشتكى أبدا..

ولكن قال عندك الكتاب المقدس إنه يجوز بقلبك سيف (حربة).

أنا متأكد يا أمي أن الحربة التي طعن بها ابنك وصلت إلى أعماق قلبك.. كيف احتملت هذا يا قديسة.

إن كنيسة علمتني أنه لم يوجد إنسان على الأرض شارك في آلام يسوع قدرك .

من أجل هذا لم ينس لك ابنك هذا فكرمك : (جلست الملكة عن يمين الملك) مز ٤٥

كل مجد ابنة الملك من داخل... أي داخل قلبك الذي احتمل ما لا يحتمل مز ٤٥

مرت أعلى من الشاروبيم وعليت أكثر من الساروفيم .

لأنك أنت العرش الحامل لله والمحمول بالساروفيم والشاروبيم (تذاكية الأحد)

إن يوحنا الرائي رآك مكرمة فوصفك :

"امرأة مشرقة بالشمس والقمر تحت مرجليها وعلى رأسها إكليل من اثني

عشر كوكبا... عتيقة أن تلد أبنا يرعى جميع الأمور بتضيق من حديد "مز 12

يا والدة الإله أكرمك كما علمني الإنجيل.

السلام لك أيتها الحمامة الحسنة ✨ تزاكية (الأحرار)

اشفعي فينا وفي كل شعبك وفي مصر البلر التي استضافتك،

وفي كل العالم يا شفيعة ني أخرستيان ابونا بيشوي كامل



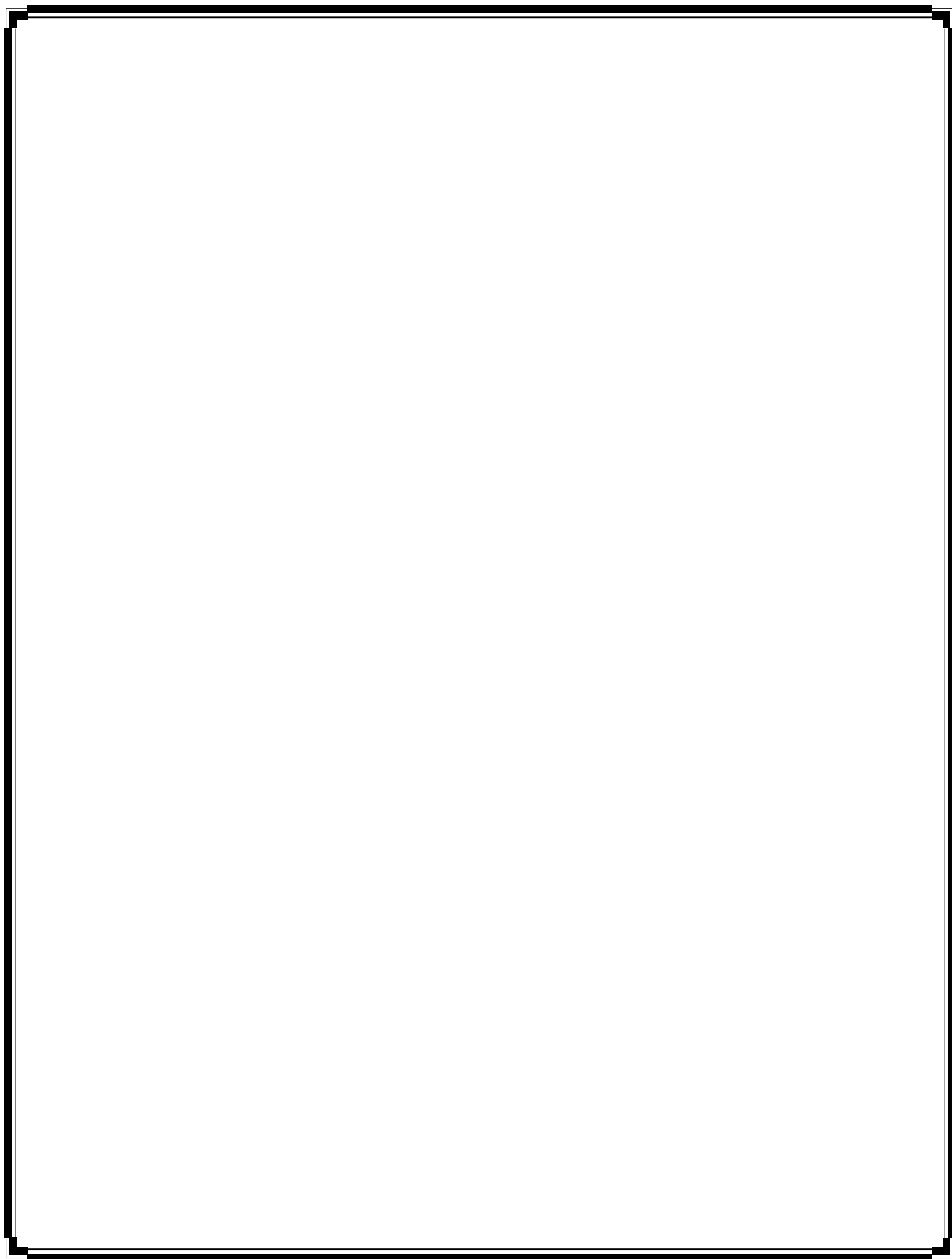
تذكارة نياحته ٢١ مارس - ٦ برمه

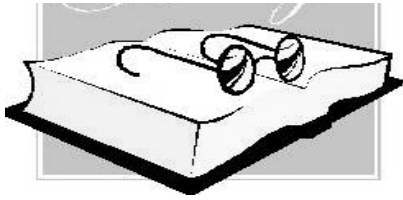
قال الشيخ الروحاني

+تسر بل يا أخى بالتواضع فى كل وقت لانه يلبس نفسك المسيح معطيه.

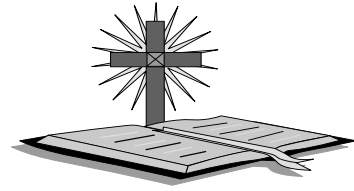
قال الانبا اشعيا

+أحب الاتضاع فهو يحفظك من الخطية





معادلات روحية



الاعتراف ÷ يد كاهن × حضره الله = غفران للخطية

خاطئ + دموع توبه - خطيه = معموديه ثانيه

عبوديه + المسيح = حريه

حريه - المسيح = عبوديه

صوم + صلاه = انتصار ÷ الشيطان

الاعتماد ÷ الله × كل حين = نجاح عظيم × حياتنا

عمل الاعمال الصالحه ÷ الارض = اجور × السماء

ايمان بالمسيح + العمل بوماليه × جهاد = خلاص + حياه ابدية

الانكال ÷ الله + وضع النفس × يد القدير = حياه الانتصار ÷ العدو

جهاد بلا توقف × تمسك = انتصار ÷ الاعداء = سلام

لفنا القبطة

ΑΝΟΚ

ΠΕ

ΤΑΝΑΚΤΑΚΙΣ

ΝΕΛ

ΠΙΩΝΗ

أنا

هو

القيامة

و

الحياة

أنا هو القيامة والحياة "يو: ١١: ٢٥"





عوامل تسرع علامات الشيخوخة

هناك عوامل ربما لم تفكري فيها من قبل، لكنها تسرع الي الشيخوخة. وفيما يلي نعرض عليك أسوأها لتكوني أكثر حذراً في حياتك **الذي ينسبب شيخوخة.. ذاكرتك** إنه هاتفك المحمول وبعض الأجهزة

والاعتماد المتزايد على أشياء، مثل دفاتر العناوين في الهاتف المحمول ، تمنع الأشخاص من تمرين جزء في الدماغ يساعد على تذكر الأشياء. **أوقفى شيخوخة ذاكرتك:** درّبي عضلاتك العقلية وعوديها على ممارسة بعض تمارين التذكر أتعلى بأصدقائك اعتماداً على ذاكرتك أو حاولي تذكر ما تحتاجينه من أغراض التسوق دون أن تأخذي معك قائمة المشتريات. يمكنك استخدام الأرقام لمساعدتك على ذلك، مثل أن تتذكرى أن عليك شراء ١٠ أشياء، ان استخدام الدماغ يقوى التواصل بين خلايا الدماغ وبالتالي يعزز قدرتك وذكاءك الذهني.

٢- ما الذي ينسبب شيخوخة.. سمعك عدم تناول كميات كافية من الفواكه والخضروات. نعم، لا تستغربي، حتى أذنك تريدان الحصول على كفايتهما من الخضروات، والسبب انه حين يصل الضجيج إلى أذنك، تفرز الخلايا جزيئات حرة. **أوقفى شيخوخة سمعك:** أحرصى على تناول الفواكه والخضروات و أيضاً إضافة البروتينات إلى طعامك.

٣- ما الذي ينسبب شيخوخة.. بصرك هو تناول الكثير جداً من اللحوم الحمراء فقد وجد أن الأشخاص الذين يتناولون اللحوم الحمراء (البقر والعجل واللحوم المعالجة مثل السلامي) **أوقفى شيخوخة بصرك:** استبدلي اللحوم الحمراء بالأسماك أو الدجاج.

٤- ما الذي ينسبب شيخوخة.. مرونة جسمك كلما مارست الرياضة أكثر كلما زادت مرونتك- وأيضاً فإن طول أصابعك قد يدل على مدى استمتاعك بممارسة الرياضة.

٥- ما الذي ينسبب شيخوخة.. قلبك عدم التخلي عن مقعدك ! فالجلوس الطويل يسبب

تغييرات تؤدي إلى أمراض قلبية. **أوقفى شيخوخة قلبك:** عن طريق القيام بكل ما تستطيعين القيام به وأنت واقفة - ولكن إذا كان الوقوف مؤلماً فيرجع ذلك لوضعية القدمين الغير الصحيحة. كما أن بعض منا يوجهون أقدامهم للخارج حين يقفون، وهذا يسبب ألماً في الرجلين وأسفل الظهر. " جربي الآتي: استلقي ثم مددي رجليك. مددي عضلة بطن الساق ودوري بأصابع قدميك للأعلى. لفي ساقك قليلاً إلى اليسار ثم إلى اليمين.

٦- ما الذي ينسبب شيخوخة.. عظامك عدم حصولك على كميات كافية من الكالسيوم.

أوقفى شيخوخة عظامك: ركزي على منتجات الألبان لكي تساعد على عملية بناء العظام. ويكفي تناول أربع حصص من الحليب أو اللبن الزبادى يومياً.

برجك مع المسيح اليوم

برج الملايكة ٣/٢١ الى ٤/٢٠

كن مطمئنًا جدًا جدًا ولا تفكر في الأمر كثيرًا بل دع الأمر لمن بيده الأمر

(البابا كيرلس السادس)

برج الودعاء ٤/٢١ الى ٥/٢٠

الأتضاع هو تاج المتوحدين ، وزينة العلمانيين

(القديس أباهور)

برج القديسين ٥/٢١ الى ٦/٢٠

. إذا جعلت توكلك على الله فإنه يخلصك من جميع شدائدك

(القديس الأنبا باخوميوس)

برج المعترفين ٦/٢١ الى ٧/٢٠

ثق أنك لست وحدك . أنت مُحاط بمعونة إلهية وقوات سمائية تحيط بك ، وقديسون يشفعون فيك

(البابا شنودة الثالث)

برج حاملي الصليب ٧/٢١ الى ٨/٢٠

إن النعمة الإلهية عندما ترفرف بأجنحتها على الإنسان تطرد عنه كل كدر وحزن وقلق وتبلسم قلبه ببلسمه

الذى لا يوصف (البابا كيرلس السادس)

برج الكارزين بالكلمة ٨/٢١ الى ٩/٢٠

سيظل يسوع فاتحًا ذراعيه باستمرار لأنه يريد نفسى التى مات عنها لكى يحتضنها

(القمص بيشوى كامل.)

برج العذارى الحكيمات ٩/٢١ الى ١٠/٢٠

إذا اكمل الانسان جميع الحسنات وفي قلبه حقد علي اخيه فهو غريب عن الله.

(الانبا باخوميوس اب الشرکه)

" برج المجاهدين ١٠/٢١ الى ١١/٢٠

ما دامت الحرب للرب ، اعتمد عليه إذاً وليكن رجائك فيه مهما وقفت ضدك خطية أو شهوة ، تجربة أو مشكلة، ومهما وقف ضدك الناس الأشرار.

(البابا شنودة الثالث)

برج الاطهار ١١/٢١ الى ١٢/٢٠

لا تنتظر إلى المشكلة ، إنما إلى الله الذى يحلها

شعورك بأن الله واقف معك فى مشكلتك يمنحك رجاء وقوة.(البابا شنودة الثالث) .

برج البسطاء ١٢/٢١ الى ١/٢٠

يارب .. لا تخذلى ، فإنى ما صنعت قدامك شيئاً من الخير ، لكن هبنى منفضلك أن أبدأ فى عمل الخير.

(القديس أرسانيوس)

برج خدام المسيح ١/٢١ الى ٢/٢٠

الصوم الحقيقي هو سجن الرذائل ، أعني ضبط اللسان وإمساك الغضب وقهر الشهوات الدنسة
الابا أنثاسيوس الرسولي

برج الحكماء ٢/٢١ الى ٣/٢٠

الله لا يمنع الشدة عن أولاده ولا يمنع التجربة والضيق ، ولكنه يعطى

. انتصاراً على الشدائد ويعطى احتمالاً وحلاً

(البابا شنودة الثالث)