

سنكار

١ فبراير ٢٤ طوبة نياحة القديس بساده القس

٢ فبراير ٢٥ طوبة نياحة القديس بطرس العابد

٤ فبراير ٢٧ طوبة استشهاد القديس سرايون

٥ فبراير ٢٨ طوبة استشهاد القديس كاوؤ

٧ فبراير ٣٠ طوبة استشهاد بيستيس وهلبيس واغابى وامهن صوفية

٩ فبراير ١٢ امشير نياحة القديس أنبا بولا أول السياح

١٥ فبراير ٨ امشير دخول السيد المسيح الى الهيكل سن اربعين يوما

١٦ فبراير ٩ امشير نياحة القديس برسوما أب رهبان السريان

١٧ فبراير ١٠ امشير استشهاد القديس يسطس بن نوماريوس

١٩ فبراير ١٢ امشير استشهاد جلاسيوس الناسك

٢٣ فبراير ١٥ امشير نياحة القديس بفنوتيوس الراهب



أنت نسال والباا مجد



س :- البروتستانت لا يوافقون في الصوم على الطعام النباتي، والامتناع عن الأطعمة الحيوانية ويتهموننا بأننا في ذلك ينطبق علينا على الأقل الجزء الأخير من الآية التي تقول "في الأزمنة الأخيرة يرتد قوم عن الإيمان ... مانعين عن الزواج، وأميرين أن يمتنع عن أطعمة خلقها الله لتتناول بالشكر" (اتي ٤: ١-٣)؟؟

ويقول قراسة (البابا شنوره) الثالث (طال) الله حياته:

1- نحب أن نقول أولاً أن الصوم ليس هو مجرد طعام نباتي، إنما هو انقطاع عن الطعام فترة معينة يعقبها أكل نباتي (خال من الدسم الحيواني).

٢- الطعام النباتي كان الطعام الذي قدمه الرب لآدم وحواء في الفردوس (تك ١: ٢٩). وبعد الخطية أيضاً (تك ٣: ١٨). وكانت الحيوانات كلها تأكل طعاماً نباتياً هو العشب (تك ١: ٣٠).

٣- لم يسمح الكتاب بأكل اللحم إلا بعد فلك

نوح (تك ٩: ٣). وكان العالم قد هبط مستواه جداً للدرجة التي ألجأت الرب إلى الطوفان.

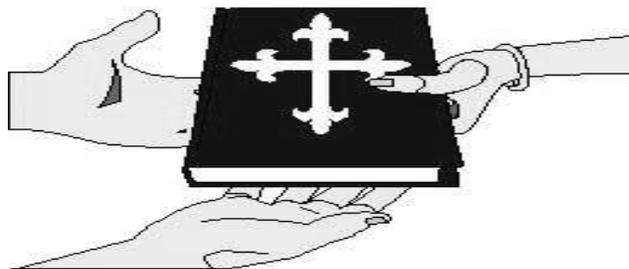
٤- لما قاد الرب شعبه في برية سيناء، قدم لهم طعاماً نباتياً هو المن (عد ١١: ٧، ٨).

ولم يسمح بأكل اللحم (السلوى)، إلا بعد تدميرهم وبكائهم وهبوط مستواهم، ومع عطية اللحم ضربهم ضربة شديدة. فمات منهم كثيرون (عد ١١: ٣٣).

وسمي ذلك المكان قبروت هتأوة (أي قبور الشهوة)، لأنهم هناك اشتهاوا أكل اللحم.

٥- ونلاحظ أن الطعام النباتي هو الطعام الذي أكله دانيال النبي والثلاثة فتية، وبارك الرب طعامهم، وصارت صحتهم أفضل من كل غلمان الملك (د ١٢: ١٥).

٦- ولعل الحكمة في استخدام الطعام النباتي هي أمران: استخدام الأطعمة الخفيفة البعيدة عن الشهوة والتي لا تثير الجسد، كما أن الطعام النباتي كان النظام الأصلي الذي وضعه الله للإنسان.





الصوم هو انقطاع عن الطعام والشراب لفترة زمنية (لذلك تسمى الانجليزية breakfast اي كسر الصوم) يعقبها الافطار علي اكل نبات خالي من الدسم والهدف من ذلك ليس مجرد حرمان الجسم من الاطعمة وقمعه وإزاله وانما التدرج به في حياة الزهد وأعلى للشهوات لكي تنتعش الروح وتنطلق في السمائيات جاذبة معها الجسد ليمبح جسدا روحانيا... "اسلكوا بالروح فلا تكملوا شهوة الجسد" (غل ٥: ١٦).

+ الصوم هو أقدم وصية عرفتها البشرية، اعطاها رب المجد لآدم بأن يمتنع عن أكل صنف معين



بالذات من شجرة محددة بينما يأكل باقي الاصناف (تك ٢: ١٦، ١٧)

+ الصوم الكبير هو عبارة عن ثلاثة اصوام:

الاسبوع الأول: نعتبره تمهيدا أو استعدادا للصوم المقدسة أو تعويضا عن ايام السبوت التي لايجوز الانقطاع عن الطعام فيها.
الاربعين المقدسة: التي صامها عنا رب المجد.

اسبوع الآلام: الذي كان في عصر الرسل صوما قائما بذاته غير مرتبط بالصوم الكبير إلي أيام البطريرك ديمتريوس الكرام الثاني عشر من باباوات الاسكندرية



+ بالصوم يندخل الله

الانسان الوثائق بقوته وذكائه يعتمد عليهما، اما الشاعر بضعفه فإنه يلجا إلي الله بالصوم، فالصوم فترة مناسبة لادخال الله في كل مشكلة ينادي فيها القلب المنسحق ويستمع فيها الله ويستجيب جرب ذلك في القديم نحميا وعزرا ودانيال واستير.....

وجربته الكنيسة في القرن الرابع في عمق مشكلة آريوس وجربته في ايام الانبا أبرام ابن زرعة ونقل المقطم وجربتها في أيام السادات مرة حين أصر علي تطبيق الشريعة الاسلامية علي أقباط مصر ومرة أخري حين أفتري علي قمامصة الكنيسة وأساقفتها وعلي قداسة البطريرك الانبا شنودة الثالث..... فكانت نهايته المؤلمه .

وستظل الكنيسة بالصوم والصلوة تقهر كل قولات الشر ومؤمرات الناس الاشرار

وقيام الاعراء الخفيين والظاهرين

طقس اليوم سنوي (مثل سبوت وأحاد الصوم) رمز أننا نستقبل ونودع الصوم بفرح
وشكر على أن تكون الألمان بطقس الصوم ويستخدم الدف كما في سبوت وأحاد الصوم

+الصوم الكبير:

يحمل معنى الفداء والشركة في آلام السيد المسيح وتمتاز ألمان
بالخشوع والعمق

أول وآخر يوم في الصوم الكبيرها:

+ الإثنين الأول من الأسبوع الأول.
+ جمعة ختام الصوم.

+تقال أرباع الناقوس الخاصة بالصوم ولا تقال الطلبة ولا تعمل ميطنيات في باكر وتقال
الذكولوجيات بطريقة طوبى للرحما على المساكين وكذلك مرد الإنجيل جي بين يوت.
+لا تقال الهيطنيات ويقال مرد المزمور و الأسبسمس الآدام أو الواطس الخاصين بالصوم كما تقال
قسمة الصوم المقدس ويقال مزمور التوزيع وجملته والمدائح ولحن
"جي إف إسماروؤت" بطريقة الصوم كما يقال لحن "بي ماي رومي" في الختام.
***طقس جمعة ختام الصوم:**

+طقس جمعة ختام الصوم يجمع بين طقوس الأيام والآحاد في الصوم الكبير.
+التسبحة بنفس ترتيب آحاد الصوم المقدس مع قراءة الإبصاليات و طروحات الصوم.
***رفع بخور باكر:**

كما في سبوت وآحاد الصوم مع ملاحظة قراءة النبوات كما تقال الطلبة مع الميطنيات.
***طقس القنديل:**

يكون في الخورس الثاني بصلواته السبع، ويدهن الكاهن الحاضرين بزيت
مسحة المرضى.

***طقس القداس:**

يصلى المزامير إلى النوم (الستار في الأديرة)،

ويقال لحن "الليلويأ جي افمقئ" ثم لحن "سوتيس" دمجا ثم "نيف سنتي".

+أعياد العذراء مريم والدة الإله والملائكة والرسل والشهداء والقديسين لا تغير فصول
هذين اليومين.

++كلمات مضيئة++

+اعمال الله عجيبة مطمئن اولادهم وتباركهم وتسندهم حتى لا
ينزعجوا من تهديدات الآخرين او اى اساءة منهم ، لان اللههم
قوى يحميهم ويساعدهم عندما تقابلك ضيقة حتى ولو كان تهديدا

بالموت ، فلا تنزعج بل التجيء الى الله

بالصلاة واعلم انه قاور ان يخرجك

من التجربة بسلام ويرافع عنك كما

حارب عن شعبة قريسا وعبر به

البحر الاحمر....

ان صلب المسيح وموته وقيامته قوة تسندك فى كل جيل ، فالحك

السكن قلبك يتكلم عن لسانك ويرعب من يسيئون اليك مهما

تجروا وارتفعت اصواتهم عليك. استمر فى صلاتك واصوامك

وتزللك امامة فى توبة وانسحاق وهو لن يتركك ابدا.

الإنسان الصالح يحرص أن يكون مرققاً في كل تصرفاته، في علاقته مع الله ومع الناس ومع نفسه. ويترب على ذلك، حتى يصبح الترتيق جزءاً من حياته ومن طباعه .

والإنسان المدقق لا يكون ندقيقه فقط أمام الناس،

إنما حتى حينما يكون وحده في غرفته الخاصة. أقول هذا لأن التدقيق في التصرف قد يكون سهلاً نوعاً ما في حضرة الناس. لأننا بطبيعتنا لا نحب أن ينتقدنا الناس، ونخشى أن ننكشف أمامهم، وتظهر أمامهم عيوبنا وأخطاؤنا. ولهذا فإن المقياس الحقيقي لتدقيقنا يظهر حينما نكون وحدنا لا يبصرنا أحد. وفي هذه الحالة يبعد التدقيق تماماً عن الرياء.

إن الإنسان المستقيم يصبح التدقيق تلقائياً عنده، كجزء من طبعه. وليس مجرد محاولة منه، أو مجرد تدريب. أو هو قد تعود على أن يكون مدققاً في كل شيء، بدوافع داخلية فيه تمثل بعضاً من مبادئه وقيمه. وهو يحب دائماً أن يكون بلا لوم أمام الله الذي يراه، وأمام الملائكة الذين يرونه، وأمام أرواح الأبرار في العالم الآخر. فهل أنت يا أخي مدقق بهذا المقياس، بغض النظر عن أحكام الناس؟



التدقيق هو احتراض من أقل خطأ. أو هو سعى نحو أكمل وضع ممكن، بغير تراخ أو إهمال، وفي بُعد عن التبريرات التي تدافع عن بعض الأخطاء. إنه خطوة نحو الكمال... فالذي يكون مدققاً محترساً من الصغائر، من الصعب عليه أن يقع في الكبائر. والذي يحترص بكل جهده من الوقوع في الخطيئة بالفكر، ليس من السهل عليه أن يقع في الخطيئة بالعمل.

ولكن على الإنسان أن يحترص في ندقيقه، حتى لا يقع في التزمت أو في الوسوسة، أو في الحرفية. فيظن التزمت وجود الخطأ حيث لا يوجد خطأ، أو أنه يضحّم من قيمة الأخطاء فوق حقيقتها، أو تحاربه عقدة الإثم بدون سبب معقول، أو في سبيل الدفاع عن الحق. مثل أولئك الذين يُحمّلون الناس أحمالاً ثقيلة عثرة الحمل. ويغلقون ملكوت السموات قدام الناس. فلا يدخلون هم ولا يدعون الداخلين يدخلون!!

إنما التدقيق - بمعناه الحقيقي السليم. هو الوضع الذي لا يشوبه خطأ من أي نوع، ما بين التسيّب والتزمت. إنه يُدكرنا بميزان الصيدلي: بحيث كل مادة تدخل في تركيب الدواء. إن زادت عن الحد فإنها تضر، وإن نقصت تضر أيضاً. فالمدقق إذن له مبادئ يُحافظ عليها، بحيث لا يبالغ فيها ولا يهمل.

الإنسان المدقق يكون حريصاً على وقته باعباره جزءاً من حياته. يستخدم الوقت بطريقة سليمة لا يضيع شيئاً منه فيما يندم عليه، أو فيما لا يستفيد منه. ويكون أيضاً مدققاً من جهة وقت غيره. فيزور الغير في موعد غير مناسب، أو يطيل الزيارة، أو يطيل الكلام، بحيث يشغله مضيقاً وقته! بينما هذا الآخر لا يعرف في خجله أن يهرب منه هذا المتطفل..

والإنسان المدقق يكون مدققاً في كلامه. فهو يزن كل كلمة قبل أن يقولها، سواء من جهة معنى الكلمة أو مناسبتها. أمّا الذي يتكلم ثم يندم على قوله، فهو غير مدقق في الحديث. فالإنسان المدقق يقول ما يقصد، ويقصد ما يقول. والذي يتكلم فيجرح شعور غيره، هو إنسان غير مدقق.

و من الأسباب التي تؤدي إلى عدم الدقيق. السرعة في إبداء الرأي، أو السرعة في الحكم على الآخرين، أو السرعة في الاستسلام للغضب. فبتعرض الإنسان للخطأ. أمّا الذي يتباطئ، ويزن الكلمة قبل أن يقولها، فإنه يكون أكثر دقة. لأنه يتروى في تفكير متزن يمكنه أن يتخير الألفاظ المناسبة، ويحسب ردود فعلها. فلا تحسب عليه كلمة يقولها.

وكما يُدقق الإنسان في كلامه، ينبغي أن يُدقق في مزاجه وضكّه.

فلا يخرج عن حدود اللياقة والأدب. كما لا يجوز أن تتحول دعابته إلى لون من التهكم على الغير أو الاستهزاء به. ولا يجوز له أن يجرح شعور غيره فمن حق كل إنسان أن يضحك مع الناس، لا على الناس، ولو عن غير قصد.

والإنسان المدقق يكون مدققاً أيضاً في نفسه وفي عيانه.

فالنقد السليم ليس هو التجريح بالغير. إنما هو لون من التحليل، تُذكر فيه النواحي الطيبة، أمّا المآخذ فتُذكر بطريقة موضوعية غير شخصية، وبأسلوب غير هدام.

فلا يستخدم كلمة الصراحة في غير معناها الدقيق. والإنسان المدقق لا يكون قاسياً حينما يُعاتب غيره. فليس من الحكمة أن يحطم غيره بالعتاب أو الصراحة، فيخسرهم.

الإنسان المدقق يظهر دقته أيضاً في كل عمله ومسئوليّاته.

فالدقة في العمل تقود إلى النجاح والإتقان وإلى احترام الناس وثقتهم. فلا يحتاج إلى من يراجع في عمله. فهو بذاته يبعد عن كل خطأ. وتكون دقته في العمل

نموذجاً لغيره. وإن أخطأ لسبب ما لا يحاول أن يبرر ذلك بأعذار. إن كثيرين يدققون في محاسبة غيرهم، ولا يدققون في محاسبة أنفسهم. **والإنسان المدقق يُدقق أيضاً في حياته**

بحيث لا

الروحانية: في كل تفاصيل علاقته مع الله. ويكون مدققاً في سلوكه يخطأ. كما يدقق كثيراً في محاسبته لنفسه.



الحل آية ؟؟؟؟

فقرة جديدة هانضيفها علي فقرات الاجتماع

وهي عبارة عن طرح مشكلة والمناقشة في طرق حلها

ياريت كلنا نشارك ولو عندك مشكلة أرسلها علي الایمیل او

في الصندوق بجوار غرفة قدس أبونا رويس

بدون ذكر اسمك وهاتكون موضوع مناقشتنا.

البيت المسيحي



أساسه : التواضع المبني

علي صخره الايمان

بابه : حفظ الوصايا

سقفه : الصبر

حراسه : الملائكه والقديسين

البنون : الاعمال الصالحه

اطاؤه : الكتب المقدسه

الخبز : جسد المسيح

الخمير : دم المسيح

الطبيب : الكاهن

عملهم : الصلاه

اصحاب البيت :

الاب والابن والروح القدس



هذا البيت لا تقوي

عليه كل قوات

الجحيم

أخواني

عندما تتعرض الزوجة لمرض ما فهي تبحث عن زوجها ليكون سند لها تشعر بأنها عبث ثقيل، ولا يستطيع احد حمله عنها إلا... هو فهو من يقويها ويساعدها، بل انه هو الوحيد الذي تسمح له بحملها ومساعدتها في حمل مرضها واحتمال أنينها.

قصتي معكم حدثت بالفعل أثناء احتفالات كنيسة العذراء بالزيتون بتذكار صعود جسد والده الإله ، وبينما كانت شوارع الزيتون مكتظة بآلاف من الأشخاص وزفه الأيقونة تمر بالكنيسة...

وقف الزوج بجوار زوجته يشهد دموعها المتواصلة ويحاول تشجيعها وتقويه همتها ولكن الزوجة المشلولة تتوسل بدموعها لزوجها ليمشى بها وسط زفه والده الإله والزوج يحاول أن يقنعها بأنه لا مجال لذلك مطلقا في وسط ذلك الازدحام والأمن والشعب فكيف له ان يدفع كرسي متحرك؟

ولكن الزوجة تمسك بيد كل فرد في أسرتها تتوسل إليه بان يقنع زوجها بان يمشى بها في الزفة والزوج يحاول إقناعها بأنه لا يستطيع دفعها في وسط هذا الزحام والأمن محاصر المنطقة والشعب ألوف ألوف في الشوارع والزفة تملأ الكنيسة والشوارع، وعبثا يحاول إقناعها بأنه يخشى عليها من السقوط والألم وجرح المشاعر... ولكن الزوجة ترجوه وتتوسل إليه... فلم يكن أمام الزوج سوى حمل زوجته المشلولة على كتفيه والسير بها مع الزفة والزوجة تسأله: كيف ستحملني كل هذا الوقت؟؟ ما عليك زوجي سوى دفع الكرسي فقط. ولكن الزوج المحب يرفض باستماتة دفعها ويخبرها: بان حملها اخف عليه وطاه من ترك الشعب يسقطها من كرسيها أمامه.

والكهنة ينظرون الزوج وهو حامل زوجته بمنتهى الحب والرحمة يحاول إرضائها بل ويطلب من عينيها أن تكف عن التوسل والبكاء.

والزوجة تصرخ وتهلل وتسبح بصوت أعلى من صوت الأرغن والترينتووبالفعل لف الزوج حاملا زوجته بالدورة الأولى!! وبالثانية.... أخذت الزوج تنادى زوجها وتدفعه بان ينزلها وهو لا يستطيع سماع صوتها من وسط تلك الضوضاء فأخذت تمسك برأسه تطالبه بان ينزلها أرضا وهو يتعجب كيف يا زوجتي؟!!!

كيف ستنزلين أرضا وأنتي تعانين الشلل في وسط هذا الازدحام؟!!!

كيف أتركك تتخبطين وسط الشعب؟ ووجد من يدفعك ومن يسقطك؟!!!

ولكن الزوجة تصمم وتتوسل أن ينزلها زوجها وتبوح له بهمس: اشعر بقوه في رجلي.. أنزلني يا حبيبي وامام توسل الزوجة لزوجها لم يكن منه إلا أن انزلها وفجاء وجد الزوجه تبدأ بتحريك قدميها!!! بلا!!! أنها تمشى تسير مع الزفة وتهلل وسط الشماسية والجميع غير مصدق ففي الدورة الأولى كان الزوج يسير حاملا زوجته أما بالثانية فقد كانت الزوجة تسير وهي ممسكه بيد زوجها والأفراح تملأ الكنيسة....

**** أخواتي ****

إذ لم يوجر الزوج في وقت حاجه زوجته له لم يعر له (أي حاجه بعري).

أحيانا كثيرة ترفض الزوجة مساعره زوجها لإرضاء لكرامتها

ولكن باطنها يطلب... بل ويتوسل بان يقرم لها يرا (المساعرة وون) أن تطلبها

أقوال عَنِ الصليب - ابونا بيشوي كامل -



+ إن كل تدمير في حياتي
يعنى رفضي للصليب
وبعدى عن خلاص نفسى

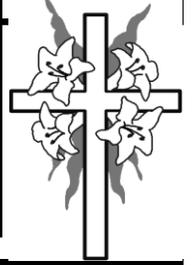
+ إن كل جهاد ضد الخطية من
أجل الحفاظ على حريتى هو حمل

الصليب .

+ إن كل مرضى وتسليم مرضى

أو المرشكر وفرح ومرضى

هو حمل الصليب



+ كل فضيلة نصل في الجهاد

فيها حتى الموت تصبغ لنا

بمناجاة (استشهاد).



+ إن خدمة الطيب (الصليب)

هى عمل النفوس التى فطمت

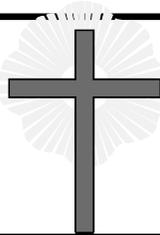
عواطفها ومشاعرها عن حب العالم

وشهواته وربطتها بحب الله

+ عين المسيح هى عين النفس التى تحررت
بالصليب من الفكر الطائش .. هى عين بسيطة
ثمرة لقوة الصليب فى حياتها هى .. العين المثبتة
دائماً فى كل ما هو لله .. ترى الله فى كل شئ وفى
كل خليقته .. ترى الله فى قلب المرأة الخاطئة ،
فى قلب العشار .. فى قلب اللص . سيكون الله
محور حركتها لأنها عين مكرسة مختومة بمسحة
الميرون المقدس

+ الصليب سلام

النفس الطاهرة .



+ العين المملوبة هى العين

المختونة محفوظة لله .. حيث

تتدرب فى المخدع على القداسة

والطهارة وتخزين المور الشهية

للصليب فى قاع العين ليستخدمها

الفكر ويتمتع بها إلى أن ينام بسلام

فى بحر من هذه المناظر الشهية

+ الصليب هو قوة الله للخلاص

.. به تغلب الشيطان والموت

والجحيم والعالم والجسد .

رددود فعل

وقت ظهور النتيجة أقول..

(يارب لا تبكتني بغضبك ، و لا تؤدبني بسخطك)

عندما أجد رجل مضرب عن الزواج أقول ..

(طوبي للرجل الذي لم يسلك في مشورة المنافقين وفي

طريق الخطاة لم يقف و في مجلس المستهزئين لم يجلس)



لفنا القبطية

Νοση	υαι	
سعيد	عيد	
Π̄χ̄c̄	αϣτοηϣ	
المسيح	قام	
ηεν	ουμεθμη	αϣτοηϣ
ب	الحقيقة	قام

**** اطلباىء الأربعة للنجاح ****



*** (المبرأ الأول): الألتزام ببرنامج واضح وخطة مءروسة :-**

فإن لم تلتزم ببرنامج واضح (نحو هءف معين) فلن تصل أبءاً. يجب أن تحءء هءفك أولاً ثم ترسم الخطة المناسبة والزمن المتوقع لتنفيذها. يجب أن تطرح أكبر قءر من الحلول ثم تأخذ أفضلها وأقربها للواقع.. الفرق بين الناجح والفاشل أن الأول يسير بخطى مءروسة نحو هءف معلوم في حين يسير الثاني عشوائياً بغير الألتزام ولا خطة ولا طموح.

*** (المبرأ الثاني): نظم وقتك ولا تستسلم للعشوائية :-**

تنظيم الوقت جزء من الألتزام الشخصى السابق، فجميعنا يشكو من ضيق الوقت وقلة الفرص، ولكن الحقيقة هي أن معظمنا يعيش بطريقة عشوائية فينهي يومه بلا إنجاز حقيقى.. تخيل لو اقتطعت من كل يوم ساعة واحدة فقط.. ومن هذه الساعة اقتطعت ٣٠ دقيقة لءراسة مهارة تحبها (كالرسم او الموسيقى او النحت)، وعشر دقائق لءفظ خمس كلمات إنجليزية، وعشر دقائق لءفظ خمس كلمات فرنسية وعشر دقائق لمراجعة مءرست في هذه الساعة... إن الألتزم بهذه الخطة سيأتي يوم تتقن فيه المهارة التي كنت تءرسها وتتقن لغتين أجنبيتين (وتذكر أنها ساعة فقط)!!

*** (المبرأ الثالث): استغلال الفرص والاستعداد لها :-**



كل إنسان يولد ومعه رصيد معين من الفرص. البعض يستغلها بشكل جيد والأغلبية تتهرب منها لمجرد أنهم فوجئوا بها، لذا إن أتتك الفرصة وشعرت برغبة جامحة في الهرب فاعلم أنها لحظة المغامرة وعناد الذات.. ليس هذا فحسب يجب أن تستعد مسبقاً وتهيئ نفسك للمفاجآت.

*** (المبرأ الرابع): الثقة بالنفس والاعتماد على الخالق :-**

من الطبيعى أن تفشل لمرات عديدة ولكن لا يجب أن يؤثر هذا بثقتك بنفسك، فالفشل تجارب أولية (وضرورية) للوصول للتركيبه الناجحة، ولكن المشكله أن معظم الناس ينسحبون من أول تجربة وبالكاد يخوض الثانية. يجب أن تملك الإصرار والثقة ولا تقف ساكناً تجتر الأفكار المشبطة.. بل على العكس، يجب أن تتوقع ظهور العقبات والحاسدين والظروف المعاكسة.. وحين تخور قواك تذكر هءفك وابدء باستشارة دوافعك ورغباتك في تحقيقه واعلم انه سوف يعينك اذا اجتهدت الفشل ورغبتك في النجاح .



لنيافة الانبا رافائيل

الأساس اللاهوتي لأيقونة السيد المسيح:

إن إكرام الأيقونات في كنيسةنا الأرثوذكسية يستند إلى أهم عقيدة

نؤمن بها، ولها أثر مباشر في قضية خلاصنا، وهي عقيدة تجسد الله وحضوره الحقيقي بيننا.. فعندما نكرم الأيقونات فإننا نعلن إيماننا بحقيقة تجسد وتأنس ربنا يسوع المسيح.

في العهد القديم تعامل الله مع الناس بواسطة أفعال إلهية، وعن طريق أفواه الأنبياء،

أما في العهد الجديد فقد تجسد كلمة الله

"وَحَلَّ بَيْنَنَا، وَرَأَيْنَا مَجْدَهُ" (يو ١٤: ١٤).

"اللَّهُ، بَعْدَ مَا كَلَّمَ الْأَبَاءَ بِالْأَنْبِيَاءِ قَدِيمًا،

بأنواعٍ وطرقٍ كثيرةٍ، كَلَّمَنَا فِي هَذِهِ

الْأَيَّامِ الْأَخِيرَةِ فِي ابْنِهِ، الَّذِي جَعَلَهُ وَارِثًا لِكُلِّ شَيْءٍ، الَّذِي بِهِ أَيْضًا حَمَلَ الْعَالَمِينَ، الَّذِي، وَهُوَ

بِهَاءِ مَجْدِهِ، وَرَسَمَ جَوْهَرِهِ، وَحَامَلَ كُلَّ الْأَشْيَاءِ بِكَلِمَةِ قُدْرَتِهِ" (عب ١: ٣-٣).

أي أن الأب نفسه ظهر للبشر بشخص الابن.. "أنا معكم زمانًا هذه مُدَّتُهُ ولم تعرفني يا فيلبس!

الذي رأيته فقد رأي الآب" (يو ١٤: ٩).

أي أننا نستطيع أن نرى الله في شخص ربنا يسوع المسيح،

وهذا ما نتميز به عن الوضع في العهد القديم لأن المسيح هو

... "صورة الله غير المنظور" (كو ١: ١٥).

لذلك أمكننا أن نرسم أيقونة للمسيح "الذي هو صورة الله" (٢كو ٤: ٤)

المنظور، وتأكيد لهذا الحضور الإلهي، أي المسيح نفسه، فنحن لا نخلط والألوان والأوراق التي تكون ونكرم أيقونته.



، كعلامة منظورة لحضور الله غير وتنبية للفن إلى أصل الصورة.. بين الصورة والأصل، ولا نعبه الخد الصورة، بل نعبه الله الحي وصوه



الخرشوف بالمشروم



**المقادير:

٣٥٠ جرام قلب خرشوف - ١ ملعقة صغيرة زيت زيتون - ١/٢ ثمرة بصل مقطوع إلى أجزاء صغيرة - فسان توم مفروم - ٣ أكواب مشروم (مقطع إلى شرائح) - ١ ملعقة صغيرة ريحان - ١/٢ ملعقة صغيرة بقدونس مفروم - ملح وفلفل - ١ ملعقة صغيرة عمير ليمون - ١ ملعقة صغيرة خل - ١ رغيف شامي محمص ومقطع قطع صغيرة .

***الطريقة:**

-يسخن زيت الزيتون فى إناء فوق نار متوسطة الحرارة، يشوح البصل والثوم فى زيت الزيتون مع التقليب المستمر لمدة ثلاث دقائق.
-يضاف عش الغراب والتوابل ثم عصير الليمون والخل مع التقليب المستمر.
-يرفع الإناء من فوق النار ثم تضاف لبابة الخبز.
-يصب خليط عش الغراب فوق الخرشوف.
-يوضع الخليط فى صينية بدون تغطية ثم يخبز فى الفرن لمدة نصف ساعة تقريباً.

لكي تكون بركة للعالم ...

تأمل القمح يطحن و يسحق سحقاً... قبل أن يعطي خبزاً

البخور يجب أن يحرق بالنار ليفوح طيبه

والشمعة تذوب لكي تضيء

والأرض تحرث قبل أن تعطي ثمارها

هكذا يا صديقي ..

لا بد أن يسحق القلب لنتمتع بالحياة

مع الله ولا بد أن تذوق الألم أمام الله لكي تكون بركة ...

"إن لم تقع حبة الحنطة علي الأرض و لم تبت في تبي وحدها لكن إن ماتت تأتي بثمر كثير" (يو ١٢: ٢٤)



هكذا زوجك يلبي طلباتك



يمكنك أن تقنعي زوجك بتلبية طلباتك بهدوء
من دون مشاكل أو مشاحنات زوجية فالزوج في أغلب

الأحيان لا يحب الزوجه كثيرة الطلبات وأكثر الخلافات سببها

ذلك. هذه مجموعة من النصائح التي قد تفيدك لكي يلبي زوجك طلباتك بهدوء:



١- يجب ان تكون طلباتك معقوله ومنطقية وبشكل لا يسبب الدهشة
أو المفاجأة لزوجك عندما تطلبينها.

٢- إذا كانت لديه مشاكل في عمله فبلاشك سيكون متوتر لذا يجب تأجيل
طلباتك لوقت آخر فهو محتاج للتعاطف والحنان منك.

٣- عليك اختيار الوقت المناسب عند الطلب.

٤- الأخذ والعطاء هو مفتاح النوال فإذا أردتي الحصول على ماتريدين فعليك
توفير مايريد حيث ان تلبية رغباته هي جزء من حصولك على رغباتك.

٥- أياك واسلوب الاستغلال لأن الزوج إذا أحس انك تستغلينه فلن يكون متجاوبا معك.

٦- تهيئة الجو العائلي الدافئ باستمرار.

٧- عدم مناقشة الزوج بأي طلب أو اقتراح أمام الأولاد أو أحد أفراد العائلتين.

٨- مراعاة ميزانية الزوج والتزاماته إذا كان الطلب يحتاج إلى نفقات إضافية.

٩- التأقلم مع طبيعة الرجل ومراعاة مايكره ومايجب.

١٠- لا تستشهدي بأحدى قريباتك أو صديقاتك أنما أطرحي طلبك بأسلوب يحبه زوجك

١١- عليك بالمرونة والبعد عن الشد والعناد

١٢- لا تدفعي ابنائك للطلب بدلا عنك..

١٣- تعودى على اسلوب الديمقراطيةيه فى النقاش ولا تلجأى

سبيل تحقيق طلبك. إذ



احرص على متابعة نوع الشاممة على الجلد :

تشير الابحاث الى أن القدرة على ملاحظات التغيرات التي تطرأ على الشامات المختلفة على الجلد تزداد بنسبة ١٣٪ وإن الحرص في ملاحظتها يجنب الامابة بالسرطان..

الانتباه للون اللسان:

يمكن للون اللسان أن يكون مؤشرا لمشكلات صحية لذا احرص على لونه واكتسابه لاي لون تختلف ، فاللون الأبيض يدل على ضعف في جهاز المناعة واللون الاصفر يدل على الافراط في الطعام والشراب والاحمر في طرف اللسان يعتبر مؤشرا على الاجهاد النفسي.

الإكثار من تناول الأعشاب :

تناول الاعشاب الطبيعية بين الوجبات

حيث تساعد على الهضم وتخلص الجسم من السموم والشوائب ..



MNX4



: التنزه خارج المنزل

عناروتين اليومي يساعد في رفع المعنويات التغير والخروج اذ يجب اعداد برنامج للتنزه خارج والابتعاد عن التوتر والاكثاب المنزل وزيارة الاهل والأصدقاء

نظافة الملابس:

قد لا ترى بالعين المجردة ما تحمل الميكروبات ولكن تغييرها ونظافتها يمنع الامابة باي جراثيم وميكروبات خفيفة خاصة مع حرارة الطقس وارتفاع حرارة الشمس....

برجك مع المسيح اليوم

برج الملائكة ٢/٢١ الى ٤/٢٠

"اسْتَمِعْ لِسَوْتِ دُعَائِي يَا مَلِكِي وَإِلَهِي لِأَنِّي إِلَيْكَ أُصَلِّي"
(مز:٥)

برج الودعاء ٤/٢١ الى ٥/٢٠

أَمَّا أَنْتَ يَا رَبُّ فَلَا تَبْعُدْ. يَا قُوَّتِي أَسْرِعْ إِلَيَّ نُصْرَتِي"
(مز:٢٢:١٩)

برج القديسين ٥/٢١ الى ٦/٢٠

أم ٥:٢٢ في طريق المَلْتَوِي شَوْكٌ وَأَشْرَاكٌ، وَمَنْ يَصُونُ نَفْسَهُ يَتَفَادَاهَا.

برج المعترفين ٦/٢١ الى ٧/٢٠

مز ٥٥:٢٢ أَلْقِ عَلَيَّ الرَّبِّ هَمَمَكَ وَهُوَ يَعْتَنِي بِكَ.

برج حاملي الصليب ٧/٢١ الى ٨/٢٠

جا ٥:١٥ عُرْيَانًا يَخْرُجُ الْمَرْءُ مِنْ رَحِمِ أُمِّهِ، وَعُرْيَانًا يُفَارِقُ الدُّنْيَا كَمَا جَاءَ.

برج الكارزين بالكلمة ٨/٢١ الى ٩/٢٠

مز ٧١:٩ لَا تَتَبَذَّنِي فِي شَيْخُوخَتِي، وَلَا تَخْذُلْنِي عِنْدَ اضْمِحْلَالِ قُوَّتِي.

برج العذارى الحكيمات ٩/٢١ الى ١٠/٢٠

"أَحْبَبْتُكَ يَا رَبُّ يَا قُوَّتِي"
(مز:١١٨)

برج المجاهدين ١٠/٢١ الى ١١/٢٠

إش ٣٣:١٠ الرَّبُّ الْقَدِيرُ يُحْطِمُ الْأَعْصَانَ بَعْنُفَوَانٍ. فَكُلُّ مُتَطَاوِلٍ يُفْطَعُ، وَكُلُّ مُتَشَامِيخٍ يُدَلُّ.

برج الاطهار ١١/٢١ الى ١٢/٢٠

ملا ٩:١ الآنَ التَّمِسُّوا رَضَى اللَّهُ لِيَرَأْفَ بَنِي.

برج البسطاء ١٢/٢١ الى ١/٢٠

أم ١٧:١٥ أَكَلَتْ مِنَ الْبُقُولِ فِي جَوْ مُشْبَعٍ بِالْمَحَبَّةِ خَيْرٌ مِنْ أكلِ وَجَبَةٍ مِنْ لَحْمِ عِجَلٍ مَعْلُوفٍ فِي جَوْ مِنْ الْبَغْضَاءِ.

برج خدام المسيح ١/٢١ الى ٢/٢٠

مز ٤:١ اسْتَجِبْ لِي عِنْدَمَا أَدْعُوكَ يَا إِلَهَ بَرِّي.

برج الحكماء ٢/٢١ الى ٣/٢٠

"مَخَافَةُ الرَّبِّ رَأْسُ الْمَعْرِفَةِ. أَمَّا الْجَاهِلُونَ فَيَحْتَقِرُونَ الْحِكْمَةَ وَالْأَدَبَ"
(أم:٧)