

إجتماع المتزوجين

تصدر عن كنيسة السيدة العذراء بالزيتون



العدد 178 الجمعة 2 فبراير 2024 الموافق 24 طوبه 1740 ش

عيد دخول السيد المسيح الهيكل 8 أمشير



"الآن تُطَلِّقُ عَبْدَكَ يَا سَيِّدُ حَسَبَ قَوْلِكَ يَسْتَلَامُ"

لو 2: 29

عيد دخول السيد المسيح إلى الهيكل



في مثل هذا اليوم الموافق 8 أمشير نُعيد بتذكّار دخول السيد المسيح إلى الهيكل بعد أربعين يوماً من ميلاده المجيد، حيث قدمه يوسف الصديق والعذراء والدته، ليكملا ما فرضته الشريعة الموسوية على شعب إسرائيل ويقول لوقا البشير انه عندما قدمه أبواه ليصنعا له حسب عادة الناموس، أما سمعان هذا فهو أحد السبعين شيخا الذين ترجموا التوراة من العبرانية إلى اليونانية وذلك انه لما ملك بطليموس الملقب بالغالب حوالي سنة 269

قبل الميلاد . أرسل بتدبير من الله إلى أورشليم ، واستحضر سبعين رجلا من أحرار اليهود وعلمائهم ، وأمرهم إن يترجموا له التوراة من العبرانية إلى اليونانية ثم عزل كل اثنين منهم في مكان خاص لكي لا يتفقوا على ترجمة واحدة ، وليضمن نسخة صحيحة بعد مقارنة هذه الترجمات . وكان سمعان الشيخ من بينهم وحدث انه لما وصل إلى ترجمة قول إشعياء النبي "هو ذا العذراء تحبل وتلد ابنا " خشي إن يكتب " عذراء تحبل " فيهزا به الملك فأراد إن يكتب كلمة " فتاة " عوض كلمة عذراء ولما تألم في داخله لهذه الترجمة غير الصحيحة، أعلن له الله في رؤيا انه لا يري الموت قبل إن يري مسيح الرب المولود من العذراء . وقد تم ذلك وعاش هذا البار نحو ثلاثمائة سنة حيث ولد السد المسيح، وكان بصره قد كف فلما حمل الصبي على ذراعيه ابصر واعلمه الروح القدس إن هذا هو الذي كنت تنتظره فبارك الله وقال

"الآن تُطلق عبدك يا سيد حسب قولك بسلام، لأن عَيْنِي قد أبصرتا خلاصك، الذي أعددته قدام وجه جميع الشعوب، نور إعلان للأمم ومجداً لشعبك إسرائيل" لوقا: 29 - 31

ثلاثيات في سفر يونان النبي

بقلم قداسة البابا تواضروس الثاني



قصة يونان النبي من أحب القصص لدينا في كتابنا المقدس، كما أننا في سفر يونان نجد أقدم إشارة له في قانون الإيمان عندما نقول: "قام في اليوم الثالث كما في الكتب" (مت 40:12). أما صوم الثلاثة أيام فله محبة عجيبة من شعب كنيستنا المقدسة. ولذا نود أن نصحبك في رحلة شيقة لتتمتع بالترابط الثلاثي المدهش في أحداث السفر وشخصياته وملامحه، التي كلها تشير إلى أيام القبر الثلاثة وإلى إيماننا القويم بالثالوث القدوس.

أولاً: ثلاثة أسماء لأشخاص

يونان: كلمة عربية، وبالعبرية "يونا" وتعني "حمامة" وهو شخصية حقيقية كما هو واضح من سفر الملوك الثاني (2مل 14:25) عاش في القرن الثامن قبل الميلاد في بلدة جت حافر وتعني حفرة أو بئر

أمتاي: اسم عبري معناه حقيقي وهو والد يونان النبي

زبولون: وهو اسم عبري معناه "سكن أو إقامة" (تك 30) وهو الإبن السادس ليعقوب من ليئة وهو السبط الذي ينتمي إليه يونان النبي

ثانياً: ثلاثة أسماء لمدين

نينوى: عاصمة مملكة آشور (الموصل بالعراق حالياً) على الضفة الشرقية لنهر دجلة، على بعد 800 كم شمال شرق إسرائيل وكان أهلها يعبدون الآلهة عشتاروت... وقد نهبوا ممالك أخرى لأنهم اعتقدوا أن العالم كله هو عبد لنينوى يمدها بكل ما تحتاجه

يافا: اسم كنعاني معناه "جمال" وهي ميناء تقع على شاطئ البحر الأبيض المتوسط، وقد ركب منها يونان السفينة قاصداً الهروب

ترشيش: وهو اسم فنيقي معناه "معمل للتكرير" مدينة في جنوب أسبانيا قرب جبل طارق، وقد كانت غنية بالثروة المعدنية

ثالثاً: ثلاثية العظمة في مدينة نينوى: كانت عظيمة جداً في قصورها وشوارعها وهيكلها وأسوارها وكذلك مكتبتها العظيمة، كانت عظيمة جداً في شرها وفسادها حتى سماها ناحوم النبي "مدينة الدمار، ملأنة كذباً وخطفاً" صارت عظيمة جداً في توبتها الرائعة، الشاملة، إذ صارت مثلاً قوياً على توبة شعب بأكمله، دفعة واحدة

رابعاً: ثلاثية النزول في حياة النبي الهارب: نزل إلى يافا، حيث وجد السفينة الذاهبة إلى ترشيش ودفع أجرتها، ونزل قاصداً ترشيش في الإتجاه العكسي لمدينة نينوى، هارباً من وجه الرب

نزل إلى جوف السفينة وأضطجع ونام نوماً ثقيلاً في قاعها. كل هذا تقرأ عنه في يونان 1:53
خامساً: ثلاثية الصعود في حياة نينوى: آمن أهل نينوى بالله بسبب كرازة يونان وهذا يمثل أنجح إرسالية كرازية على الإطلاق في التاريخ البشري، نادوا بصوم وهو سلاح التوبة وأقوى تدريب للإرادة... وكما يقول الآباء إذا أردت أن تبدأ جهادك فأبدأ بالصوم، لبسوا مسوحاً من كبيرهم إلى صغيرهم. وكان هذا تعبير عن السلوك العملي اللائق بالتوبة. كل هذا تقرأ عنه في يونان 3:5

عمالاً للمحتاجين

لقداسة البابا تواضروس الثاني



طلبة القديس الغريغوري تقدم لنا:

صورة المسيح خادم البشر من خلال أربعة دوائر هي:

- 1- الصحة و المرض
 - 2- العمل و البطالة
 - 3- حرب الشيطان علي الإنسان
 - 4- الحياة و الموت
- وأعطي لنا الكتاب المقدس أمثلة لشخصيات كان لها عملاً:
- 1- يوسف و هو في بيت فوطيفار وفي السجن عمل كعبد إلي أن صار اليد اليمني لفرعون.
 - 2- راعوث عملت في الأرض لأجل أن تعول نفسها وتعول حماتها.
 - 3- داود النبي و الملك عمل راعياً.

4- القديس بولس الرسول كان يعمل في صناعة الخيام وقال لقسوس أفسس: "أنتم تعلمون أن حاجاتي وحاجات الذين معي خدمتها هاتان اليدان . " (أع 20:34)

والسيد المسيح في تعاليمه تحدث عن أعمال متعددة مثل الراعي والزارع والكرام وصاحب الوزنات ... إلخ

أما عن قيمة العمل فهناك أربعة قيم:

- 1- العمل هدف: يجب أن يكون العمل هدف للإنسان في حياته، أي أن يؤمن الانسان بضرورة أن يعمل ، "الكسلان يخفي يده في الصحفة ، وأيضاً إلي فمه لا يرددها " (أم 19:24)
- 2- العمل يعطي الإنسان قيمة: مهما كان نوع العمل فهو يعطي الإنسان قيمة ... فالعمل يشعر الإنسان بقيمته في الحياة

3- ينمي المواهب : وقد يصل به إلي الأبداع و الابتكار.

- 4- يؤثر علي الآخرين: لذا يجب أن يكون عملنا نافعاً للآخرين و متقناً وهو أمر مهم حالياً لوطننا أن نعمل بأتقان. "العامل بيد رخوة يفتقر، أما يد المجتهدين فتغني" (أم 4:10)
- ولا ننسي أنه في قوانين الرهبنة وقت الراهب يتوزع بين القراءة والصلاة و العمل، من يزرع بالشح فبالشح أيضاً يحصد ، و من يزرع بالبركات فبالبركات أيضاً يحصد" (2 كو 9:6).
- كيف أجد الله بعلمي:

- 1- كن أميناً: أمانة الإنسان في عمله هي التي تركيه يجب أن نكون أمناء في وقت العمل، "موازين غش مكرهه للرب، و الوزن الصحيح رضاه". (أم 11:1)
- 2- كن لطيفاً: في معاملاتك في العمل لكي تربح الآخرين وهي نقطه هامه جداً في بعض الأعمال مثل مهنة التمريض. "كونوا لطفاء بعضكم نحو بعض ، شفقين متسامحين". (أف 4:32)
- 3- كن متميزاً: "أرأيت رجلاً مجتهداً في عمله؟ أمام الملوك يقف. لا يقف أمام الرعاع" (أم 29:22)

4- كن مبدعاً: كل دول العالم و المجتمعات تتقدم بالأبداع فمثلاً فكرة اقتحام خط بارليف بخراطيم المياه كانت فكرة مبدعة أدت إلي أنتصار أكتوبر 1973.

خرج الزرع ليزرع



جهز أرضك للزرع.... يا تري الأرض لسه أرضك أم هناك من أغتصبها منك ... أرضك هي فكرك ... هي قلبك ... هي حياتك كلها، الأرض ملكية خاصة لله و قد أعطاها لك ... **و علشان تعد أرضك للزرع مطلوب منك:**

1- **حدد معالم أرضك** أرضك شيوع ليس لها سور ... عشان توضح معالمها أنت فين من وصايا ربنا.
2- **أحرثها** ... قلب نفسك و فتشها .. و هي التوبة الحقيقية.
3- **شمس أرضك** الشمس بتاعتنا هي شمس البر ... لابد أن تضاهي أعمالنا أقوال الله القداس الغريغوري: أكتب أعمالى تبعاً لأقوالك و تبص علي الوصيه العظمي ... تحب الري ألهمك من كل قلبك قريبك مثل نفسك ... لو قريبك لم يشعر بمحبتك يبقي أنت مش بحب ربنا.

4- **أسقي أرضك** لينها بأن تقترب من الكرمه الحقيقية كي تأخذ عصارة منها .. صلاة ... توبه ... قداس ... تناول علشان توصل العصارة و بكده تبقي موجود علي مجاري المياه
5- **سمدها** بكلمة ربنا ... أنجيلك مفتوح
6- **أرفع الأحجار من أرضك** لو سألنا سليمان الحكيم ماهي الحجاره؟ هيقول كل ما أشتهته عيناى لم أمنعه عنها ... هي دي الحجاره
7- **ربنا بيقول علي أسوارك يا اورشليم أقمت حراساً** ... ضع حراساً علي الأقل علي حواسك الخمسة.

الودان تسمع كلمة ربنا

العينان تنظران كلمه و بيت ربنا

شفتان تنطقان بأسم الله ++ **يدان** تعملان ما يرضي الله

8- **أخلع الأشواك اللي في قلبك** و هي هموم و غني و شهوات العالم ألق علي الرب همك ... و محبة المال أصل لكل الشرور ... لأن الشوك يخنق البذار ... بيخنق كلمه ربنا.

الجبال في الكتاب المقدس

جبل الوصايا العشرة : جبل سيناء

جبل النجاه: جبل أراراط (جبل فلك نوح)

جبل أبراهيم : (جبل المريا)

جبل أيليا : جبل الكرمل

جبل التجلي : جبل طابور

جبل الصليب و الفداء : جبل الجلجثة

كلمة منقعة

لمثلث الرحمت قءاسة البابا شنودة الثالث



- ❖ اذكر ضعفك، حينئذ تكون أكثر حرصًا، وحينئذ لا تخضع لأفكار الكبرياء والمجد الباطل، إن حاربتك.
- ❖ اذكر إحسانات الله إليك، تعيش دائمًا في حياة الشكر، وينمو الإيمان في قلبك، والثقة بمحبة الله وعمله، وتكون خبراتك الماضية مع الله، مشجعة في حياة الإيمان.
- ❖ اذكر محبة الناس لك، وماضيهم الطومعك، كلما حاربك شك في إخلاصهم، وكلما رأيت منهم خطأ نحوك، فتشفع فيهم محبتهم القديمة، ويزول غضبك منهم.
- ❖ اذكر الموت، فتزول من أمامك مغريات العالم، وتشعر أن الكل باطل وقبض الريح.
- ❖ اذكر أن الله واقف أمامك، يراك، حينئذ لا تستطيع أن تخطئ وأنت تراه.
- ❖ اذكر وعود الله الجميلة، وحينئذ تتعزى في كل ضيقاتك، وإن نسيتها، قل مع داود النبي (أذكر لي كلامك الذي جعلتني عليه أكل، هذا الذي عزاني في مذلتني، لأن قولك أحياني) (مز 118).
- ❖ اذكر دم المسيح المسكوب من أجلك، فتعرف تمامًا ما هي قيمة حياتك، وتصبح غالية في عينيك فلا تبددها بعيش مسرف (لأنكم اشترتكم بثمن).
- ❖ اذكر نذورك التي نذرتها لله في المعمودية، وتعهد بهما والداك نيابة عنك: في جحد الشيطان، وكل أعماله الشريرة، وكل أفكاره وحيله، وكل جنوده وسلطانه.
- ❖ اذكر باستمرار أنك غريب على الأرض، وأنتك راجع إلى وطنك السماوي: حتى لا تركز آمالك كلها في هذه الدنيا، وفيما تقدمه لك من وسائل للاستقرار فيه.
- ❖ اذكر أن الباب الضيق هو الموصل إلى الملكوت وإن رأيت الباب الواسع مفتوحًا أمامك، فاهرب منه، لأن كل الذين دخلوا منه قد هلكوا.
- ❖ اذكر أبديتك، واعمل لأجلها في كل حين.
- ❖ اذكر أنك ابن الله، وينبغي أن تكون لك صورته، واسلك كما يليق بأولاد الله ظاهرون.
- ❖ اذكر أنك هيكل الروح القدس، ولا تحزن روح الله الذي فيك، وكن باستمرار هيكلًا مقدس.

مسابقات في الكتاب المقدس

أذكر ما تعرفه عن ما يأتي مستشهدا بايات من الكتاب المقدس



✚ **أبن كان زواجه مرارة قلب لوالديه؟**

تزوج عيسو ابن اسحق و رفته امرأتين من بنات حث كانتا
مرارة قلب لوالديه (تك 26:34)

✚ **أبن ملك أستلم الملك في حياة أبيه الملك؟**

سليمان ابن داود الملك هو الذي تسلم الملك في حياة أبيه الملك
بأمر من أبيه داود (1 مل 32-35)

✚ **أبناء تسببوا في غضب الله علي أبيهم بسبب خطاياهم؟**

أبناء عالي الكاهن تسببوا بخطاياهم في غضب الله علي أبيهم و نزعه من الكهنوت هو و نسله
(1 صم 3: 11-14)

✚ **أبن ماتت أمه بسبب أنها ولادته ولاده متعسره؟**

بنيامين ابن أبينا يعقوب كانت ولادته ولاده متعسره وبسببها ماتت أمه راحيل (تك 35: 16-18)

✚ **أبن حرق حقله لكي يقابله أبوه الغاضب عليه؟**

أبشالوم ابن الملك داود هو الذي حرق حقل شعير ليوآب رئيس الجيش ليأتي ويسعي له في مقابله
أبيه داود (2 صم 14:28)

✚ **أبناء من أب عظيم لم يحسبوا في سلسله الأنساب؟**

أبناء أبراهيم من قطورة لم يحسبوا في سلسله الأنساب (تك 25: 1-6)

✚ **أبن نذره الرب لنفسه قبل أن تحبل به أمه؟**

شمشمون نذره الرب لنفسه قبل أن تحبل به أمه. (قض 13: 3-5)

✚ **ابنين باركهما جدهما بطلب من أبيهما؟**

أفرايم و منسي باركهما جدهما يعقوب بطلب من أبيهما يوسف. (تك 48: 13-66)

✚ **أبن نذرته أمه للرب؟**

صموئيل ابن حنه وألقاه نذرته أمه للرب قبل أن يولد. (1 صم 1:11)

تذكار نياحة القديس الانبا بولا



في مثل هذا اليوم الموافق 10 فبراير من سنة 341 م تنيح القديس العظيم الأنبا بولا أول السواح.

كان من الإسكندرية ، وله أخ يسمى بطرس ، وبعد وفاة والدهما ، شرعا في قسمة الميراث بينهما ، فلما أخذ أخوه الجزء الأكبر تألم بولس من تصرف أخيه **وقال له : لماذا لم تعطني حصتي من ميراث أبي ؟** فأجابه لأنك صبي وأخشي إن تبده ، أما انا فسأحفظه لك . وإذ لم يتفقا ، مضيا للحاكم ليفصل بينهما . وفيما هما ذاهبين ، وجدا جنازة سائرة في الطريق، فسأل بولس عن المتوفى، فقيل له إنه من عظماء هذه المدينة وأغنيائها ، وهوذا قد ترك غناه وماله الكثير ، وها هم يمضون به إلى القبر

بثوبه فقط . فتنهد القديس وقال في نفسه ما لي إذن وأموال هذا العالم الفاني الذي سأتركه وأنا عريان . ثم التفت إلى أخيه وقال له : ارجع بنا يا أخي ، فلست مطالباً إياك بشيء مما لي . فسار في طريقه حتى وصل إلى قبر أقام به ثلاثة أيام يصلي إلى السيد المسيح إن يرشده إلى ما يرضيه . أما أخوه لم يجده فحزن حزنا عظيما وتأسف على ما فرط منه .

أما القديس بولس فقد أرسل إليه الرب ملاكا أخرجه من ذلك المكان وسار معه إلى إن أتى إلى البرية الشرقية الداخلية ، وهناك أقام سبعين سنة لم يعاين أثناءها أحدا . وكان يلبس ثوبا من ليف ، وكان الرب يرسل إليه غرابا بنصف خبزة في كل يوم . **ولما أراد الرب إظهار قداسته وبره ،** أرسل ملاكه إلى الأب العظيم أنطونيوس ، الذي كان يظن انه أول من سكن البرية ، وقال له : **يوجد في البرية الداخلية إنسان لا يستحق العالم وطأة قدميه ، وبصلاته ينزل الرب المطر والندي على الأرض، ويأتي بالنيل في حينه .** فلما سمع أنطونيوس هذا قام لوقته وسار في البرية الداخلية مسافة يوم . فارشده الرب إلى مغارة القديس بولس فدخل إليه وسجد كل منهما للآخر وجلسا يتحدثان بعظام الأمور . ولما صار المساء أتى الغراب ومعه خبزة كاملة . **فقال القديس بولس للقديس أنطونيوس : الآن قد علمت انك من عبيد الله .** إن لي اليوم سبعين سنة والرب يرسل لي نصف خبزة كل يوم ، أما اليوم فقد أرسل الرب لك طعامك ، والان أسرع واحضر لي الحلة التي أعطاها قسطنطين الملك لأثناسيوس البطريك . فمضى إلى البابا أثناسيوس أخذها منه وعاد بها إليه . وفيما هو في الطريق رأى نفس القديس الأنبا بولا والملائكة صاعدين بها . ولما وصل إلى المغارة وجده قد تنيح ، فقبله باكياً ثم كفنه بالحلة وأخذ الثوب الليف . ولما أراد مواراة جسده الطاهر تحير كيف يحفر القبر، وإذا بأسدين يدخلان عليه وصارا يطأطان بوجهيهما على جسد القديس ، ويشيران برأسيهما كمن يستأذناه فيما يعملان فعلم انهما مرسلان من قبل الرب، فحدد لهما مقدار طول الجسد وعرضه فحفره بمخالبهما . وحينئذ واري القديس أنطونيوس الجسد المقدس وعاد إلى الأب البطريك واعلمه بذلك ، فأرسل رجالا ليحملوا الجسد إليه، فقضوا أياما كثيرة يبحثون في الجبل، حتى ظهر القديس للبطريك في الرؤيا واعلمه إن الرب لم يشأ إظهار جسده فلا تتعب الرجال، فأرسل واستحضرهم . أما الثوب الليف فكان يلبسه الأب البطريك ثلاث مرات في السنة أثناء التقديس . وفي أحد الأيام أراد أن يعرف الناس مقدار قداسة صاحبه فوضعه على ميت فقام . وشاعت هذه الأعجوبة في كل ارض مصر والإسكندرية . صلاته تكون معنا آمين

أقوال ذهبية لأبينا أنطونيوس كوكب البرية



❖ إن كان الله لك فكل شيء لك حتي لو كنت محروماً من كل شيء وإن لم يكن الله لك فأنت محروماً من كل شيء حتي لو كنت تملك كل شيء.

❖ لا تكن قليل السمع لئلا تكون وعاء لجميع الشرور بل ضع في قلبك أن تسمع لأبيك فتحل بركة الله عليك.

❖ الرب هو الطبيب العظيم الذي يشفي الجروح سيشفى كل جروحك مهما كان عمقها أو اتساعها أو قدمها.

❖ أحسن إلي كل أحد وإن لم تقدر فحب كل أحد وإن لم تستطع فعلى الأقل لا تبغض أحد

❖ لا تجعلوا اللحظات المؤقتة تسرق منكم الأبدية.

❖ فكر في كل يوم أنه آخر ما بقي لك في هذا العالم فإن ذلك ينقذك من الخطية.

❖ كن متأنياً لكل بلية تأتيك حتي آخر نسمة في حياتك.

❖ لاتحزن ولاتتألم علي شيء من هذا العالم.

❖ لا تتكل على برك ولا تصنع شيئاً تندم عليه.

❖ كل موضع تحل فيه اجعل الله بين عينيك.



سنوات مع أسئلة الناس

لمثلث الرحمات قداسة البابا شنودة الثالث

لماذا يخطئ الانسان وقد تجدد في المعمودية؟ ألسنا نؤمن أن الانسان ينال تجديداً في المعمودية (روا ٦: ٤)؟؟ لماذا إذن يخطئ الانسان بعد المعمودية، على الرغم من كل هذا التجديد؟

الجواب.... الإنسان في المعمودية يأخذ تجديداً، ولا يأخذ عصمة... فلا يوجد إنسان معصوماً في هذه الحياة على الأرض ولعلنا نلاحظ أن داود النبي في العهد القديم حل عليه روح الرب (اصم ١٦: ١٣) ولكن هذا لم يمنع أنه أخطأ بعد ذلك (اصم ٢٤: ١٠) وكذلك شمشون كان "روح الرب يحركه" (قض ١٣: ٢٥) وقد "حل عليه روح الرب ومع ذلك أخطأ وكسر نذره، فالتجديد في المعمودية لايعني أن الإنسان لا يخطئ بعدها إنما القاعدة الأساسية أن طبيعته تميل للبر، والخطأ عارض أي أن تكون امكانياته الروحية أكثر، ويؤهل لسكنى الروح القدس فيه بسر الميرون. وأن اخطأ يبكته ضميره بسرعة ويكون مستعداً للرجوع إلى الله، أما عدم الخطأ كلية، فيكون في الأبدية، حينما نلبس هناك أكاليل البر... هذا الذي قال عنه القديس بولس الرسول: "وأخيراً وضع لي اكليل البر، الذي يهبه لي في ذلك اليوم الرب الديان العادل، وليس لي فقط بل لجميع الذين يحبون ظهوره أيضاً (آتي ٤: ٨) معنى ذلك أن طبيعتنا تتكلم بالبر في الحياة الأخرى ويصير البر طبيعة لها بحيث لا تخطيء فيما بعد... أما هنا فان الصديق يسقط سبع مرات ويقوم (أم ٢٤: ١٦)

تابع سفر يشوع بن سيراخ

سادسا : سماته :



1- يشبه إلى حد كبير سفر الأمثال : فهو يتكلم عن الحكمة والسلوك العملي في كافة مجالات الحياة ويبدو أيضا أنه تأثر بسفر أيوب في صياغته فنلاحظ التشابه في (سي 24) مع (أم 8) ومع (أي 28).
2- لكل الشعب : يقدم هذا السفر سلوكا مستقيما لكل فئات الشعب كبار وصغار أغنياء وفقراء.

3- عرض الموضوعات : يتحدث السفر عن موضوعات كثيرة ، وكل موضوع يجمع أفكاره معاً ، فيقدم إرشادا متكاملًا في هذا الموضوع ، مثل الصبر على الضيقات (سي 2: 1- 18) وطاعة الوالدين (سي 3: 1- 16) والنميمة (سي 28: 15- 30).

4- أسلوب العرض : يتكلم سيراخ عن الحكمة كشخص يتبعه الناس (سي 14: 22- 27) ، ويظهر أن الحكمة هي أول أعمال الله ، وذلك ليجسد فكرة الحكمة ، ويسهل على الناس أن يحبوها ويحيوا بها .

5- الشعر : كتب معظم السفر بالشعر ، ولوحظ فيه الطباق الذي يميز الشعر العبري ، والأجزاء القليلة المكتوبة نثرا يظهر فيه التوازي.

6- المثل : يستخدم الكاتب المثل كمقدمة للموضوع ، ثم يشرح هذا الموضوع بآيات كثيرة ، ليوضح الموضوع للقارئ كما في (سي 38: 32- 39: 11).

سابعا : الحقائق الإيمانية في السفر :

1- الله : يتكلم السفر عن صفات كثيرة في الله ، فيعلن أنه أزلي (سي 36: 19) خالق الكل (سي 43: 37) وحكمته لا تستقصى (سي 18 : 2- 4) يجازي الأبرار والأشرار (سي 33: 13) ويعرف كل شيء (سي 42 : 18- 25) رحوم وغافر للخطايا (سي 2: 13 ، 17: 28) مخوف (سي 1: 8) وعادل (سي 16: 22).

2- حرية الإنسان : الله خلق الإنسان حراً (سي 15: 14- 17) وهو بإرادته يختار إما الخطية أو السلوك بوصايا الله ، وأن عاقبة الخطية الموت (سي 27: 3) والإنسان إذا التجأ إلى الله بالصلاة يعطيه معونة إلهية (سي 35: 21) والله يكافئ من يرفض الشر (سي 31: 10- 11) والإنسان بالتوبة يرفع عن نفسه عقوبة الخطية (سي 35: 3) .

3- الخلاص : يبين السفر أهمية الأعمال الصالحة لنوال الخلاص (سي 14: 20- 21) ويبين أهمية حفظ الوصايا في الحصول على الخلاص (سي 35: 2) .

4- إكرام الوالدين : يبين السفر أهمية إكرام الوالدين والبركات الكثيرة التي ينالها الإنسان عندما يكرم والديه (سي 3: 1- 16).

5- الصدقة : يظهر السفر أهمية الصدقة ، وما تهبه لمن يصنعها (سي 3: 30- 34) ويبين ضرورة عدم تأجيلها (سي 29: 11).

ثامنا : النبوات : من أهم النبوات المذكورة في هذا السفر :

1- المسيح المنتظر : توجد إشارات إلى المسيح الذي ينتظره اليهود ، فيتحدث عن رجوع إسرائيل وأورشليم إلى الله ، وذلك من خلال الإيمان بمجيء المسيح (سي 36: 13- 17) ، مع ملاحظة أن السفر كتب بعد الرجوع من السبي ، وهو يتكلم عن حدث سيأتي بعد هذا ، وهو تجسد المسيح ، فالرجاء هو فداء المسيح .

2- مكافأة الأبرار وعقاب الأشرار : يعد الله في هذا السفر بمكافأة الأبرار ، والحكم لشعبه وإنقاذهم من الضيقات ، ومن ناحية أخرى يعاقب الأشرار ويحطم قواتهم وسلطانهم (سي 35: 23- 26) .

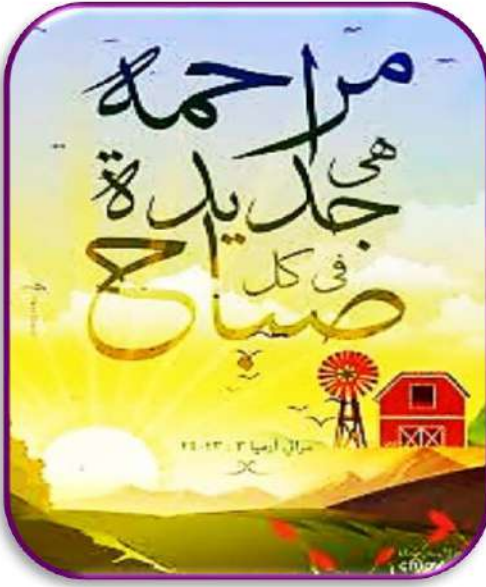
3- الجحيم : هو مكان انتظار الأشرار ، فهو نهاية لكل من يتمسك بالشر ويبتعد عن الوصايا (سي 21: 11).

تاسعا : الطقوس :

1- في العهد القديم : يتكلم السفر عن الكهنوت وخدمته (سي 24: 15) ، ومواد تستخدم في العبادة مثل المر واللبان (سي 24) وتقرأ أجزاء منه في الأعياد مثل عيد الكفارة .

2- في العهد الجديد : نقرأ أجزاء من السفر في الصوم الكبير وأسبوع الآلام وفي صلوات سيامة الرهبان .

لحظة من فضلك ... هل انت مُتذمر؟



جلست في الحديقة العامة والدموع تملأ عيني... كنت في غاية الضيق والحزن، ظروف في العمل لم تكن على ما يرام، بالإضافة إلى بعض المشاكل الشخصية الأخرى.

بعد عدة دقائق رأيت طفلاً مقبلاً نحوي و هو يقول :
"ما أجمل هذه الوردة رائحتها جميلة جداً".

تعجبت لأن الوردة لم تكن جميلة بل ذابلة، ولكني أردت التخلص من الطفل فقلت : "فعلاً، جميلة للغاية".

عاد الولد فقال: "هل تأخذونها؟". دهشت و لكني أحسست إنني لو رفضتها سيحزن، فمددت يدي

وقلت: "سأحب ذلك كثيراً، شكراً". انتظرت أن يعطيني الوردة ولكن يده بقيت معلقة في الهواء.

و هنا أدركت ما لم أدركه بسبب أنانيتي وانشغالي في همومي... فالولد كان ضريراً!! أخذت الوردة من يده، ثم احتضنته وشكرته بحرارة وتركته يتلمس طريقه وينادي على أمه.

بعض من أمور حياتنا تدفعنا للتذمر فهيا بنا نتأملها في ضوء مختلف يدفعنا للشكر.... فهيا بنا نشكر لأجل:

* الضوضاء، لأن هذا يعني إنني أسمع.

* زحمة المرور، لأن هذا يعني إنني أستطيع أن أتحرك و أخرج من بيتي.

* النافذة المحتاجة للتنظيف والأواني التي في الحوض، لأن هذا يعني إنني أسكن في بيت، بينما كان رب المجد ليس له أين يسند رأسه.

* البيت غير النظيف بعد زيارة الضيوف، لأن هذا يعني إن لدى أصدقاء يحبونني.

* الضرائب، لأن هذا يعني إنني أعمل و أكسب.

* التعب الذي أشعر به في نهاية اليوم، لأن هذا يعني إن ربنا أعطاني صحة لأتم واجباتي.

* المنبه الذي يوقظني في الصباح من أحلى نوم، لأن هذا يعني إنني مازلت على قيد الحياة، و لي فرصة جديدة للتوبة و العودة إلى الله.

"إنه من إحسانات الرب إننا لم نُفنى، لأن مراحمه لا تزول، هي جديدة كل صباح".

قصة الأم مدينة لجون

طلبت أم من ابنها جون أن يشتري لها بعض الطلبات البسيطة عند عودته من المدرسة. وبالفعل اشترى ما طلبته، وإذ خجل أن يطالبها بالمبلغ الصغير ثمن المشتريات، كتب لها ورقة جاء فيها: أم مدينة لجون

عدد	جنيه
5	أرغفة خبز
2	باكو ملح
1	علبة كبريت

الإجمالي 10 جنيهات.

وضع جون هذه الورقة على المائدة بجوار الأطباق، وانتظر أن تقدم له والدته النقود. رأت الأم الورقة ولم تعلق. وإذ جاء موعد الغذاء وجد جون المبلغ موضوعاً في طبق، فأخذه ووضعها في جيبه. لكنه لاحظ وجود ورقة تحت النقود جاء فيها:

جون مدين للأم

ثمن الملابس لا شيء

ثمن الطعام لا شيء

الحب والرعاية لا شيء

الإجمالي لا شيء

قرأ جون الفاتورة التي كتبتها والدته فتأثر جداً، وتسالت الدموع من عينيه. فقام من المائدة، والتقى مع والدته في المطبخ واحتضنها وقبلها وهو يقول لها: **"إني مدين لك بكل حياتي!"** قدم لها النقود، فلم تقبل أن تأخذها. أما جون فأصرّ أن يضعها في جيب والدته.

في المساء قبلت الأم ابنها وقدمت له ورقة من فئة الخمسة جنيهات وهي تقول: **"إن حبنا يا جون فوق كل شيء!"**

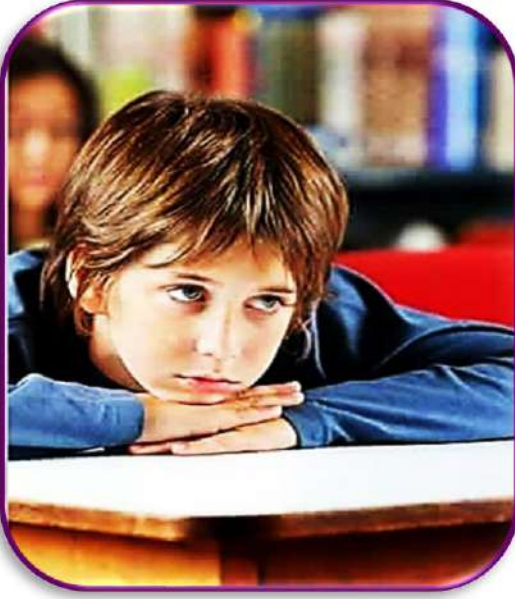
أشكرك يا رب لأنك وهبتنا الحب الأسري!

أنت أب الكل!

كنيستك أمنا جميعاً!

ماذا نرد لك لأجل هذا الحب الأسري السماوي؟!

مدمرات الموهبة لدى الطفل



(1) **الضرب على الوجه:** يقتل ٣٠٠-٤٠٠ خلية عصبية في الدماغ، بينما المسح على الرأس يخلق خلايا دماغية جديدة.

(٢) **الألعاب الإلكترونية:** تقتل الذكاء الإجتماعي والذكاء اللغوي، تسبب نزيف الدماغ لشدة التركيز، استهلاك خلايا الدماغ قبل أوانها وعندما يكبر الطفل يفتقد بعض المهارات.

(٣) **السخرية من الأم أمام ابنها:** يجعل الطفل يركن للإنطواء والخوف والتوقف عن التفكير السليم لأن الطفل يستمد الموهبة من أمه حسب آخر الدراسات.

(٤) **السخرية من أفكار الطفل:** والتعليق غير التربوي على مايقدمه من إنتاج وتقدم وبذلك تصبح الدافعية لديه متدنية.

(٥) **قفل باب الحوار مع الطفل:** منذ الصغر بحكم العادات والتقاليد الخاطئة وتهميشه يقتل لدى الطفل الذكاء اللغوي والإجتماعي.

(٦) **الإقلال من شرب الماء بخاصة أثناء التعليم:** إن الدماغ يتكون من ٨٥٪ من الماء فيجب أن يشرب الطفل كوب من الماء كل خمس وأربعين دقيقة، وإذا لم يشرب يصدر الجسم حركات لاإرادية (كحة - عطس - يحرك الكرسي- يسحب الطاولة).

(٧) **عدم تناول وجبة الإفطار:** الناس الذين لا يتناولون وجبة الإفطار سوف ينخفض معدل سكر الدم لديهم، وهذا يقود إلى عدم وصول غذاء كاف لخلايا المخ مما يؤدي إلى انحلالها، كما يجب الحذر من الوجبات السريعة.

(٨) **التعليم بالتلقين:** التعليم بالتلقين وعدم مراعاة ميول وقدرات الطفل يقتل مواهبه.

(٩) **عدم عيش الطفولة الطبيعية:** إن عدم تمكين الأطفال من عيش طفولتهم الطبيعية وإغراقهم في الأنشطة التعليمية يقتل مواهبهم، فإن كتابة الطفل على الجدران سببها عدم التمكين من الكتابة الحرة في السنين الأولى.

(١٠) **الإلزام بالخط الصغير:** إن إلزام الطفل تصغير خطه في المرحلة الابتدائية يقتل مواهبه، فالخط الكبير يرمز للثقة بالنفس والأمان.. وإذا صغر الخط معناه فقد هاتين الصفتين .

مخاطر صحية للإكثار من تناول البروتين



البروتين جزء أساسي من نظامنا الغذائي الصحي، إذ يساعد على بناء العضلات والعظام، وتناول البروتين يزيد الشعور بالشبع، ويقلل الدهون وبالتالي يساعد في إنقاص الوزن، ولكن كثرة تناول البروتين وتجاوز الكمية اليومية الموصى بها يمكن أن يسبب عدة مخاطر.

قد يسبب تناول الكثير من البروتين عدة مخاطر صحية، وتتمثل في:

تأثير البروتين على الكلى

تتكون البروتينات من أحماض أمينية تحتوي على نسبة عالية من النيتروجين، وتناول الكثير من البروتين يؤثر على الكلى، إذ تعمل الكلى للتخلص من النيتروجين، مما يزيد من خطر الإصابة بتلف الكلى، خاصة عند الأشخاص الذين يعانون من أمراض الكلى.

الإسهال

الحصول على البروتين من منتجات الألبان في حالة نقص الألياف يؤدي إلى حدوث إسهال، لذلك يمكنك الحصول على البروتين من اللحوم أو الأسماك، ولتجنب الإسهال اشرب المزيد من الماء، مع مراعاة تجنب الكافيين، وتناول الأطعمة التي تحتوي على ألياف.

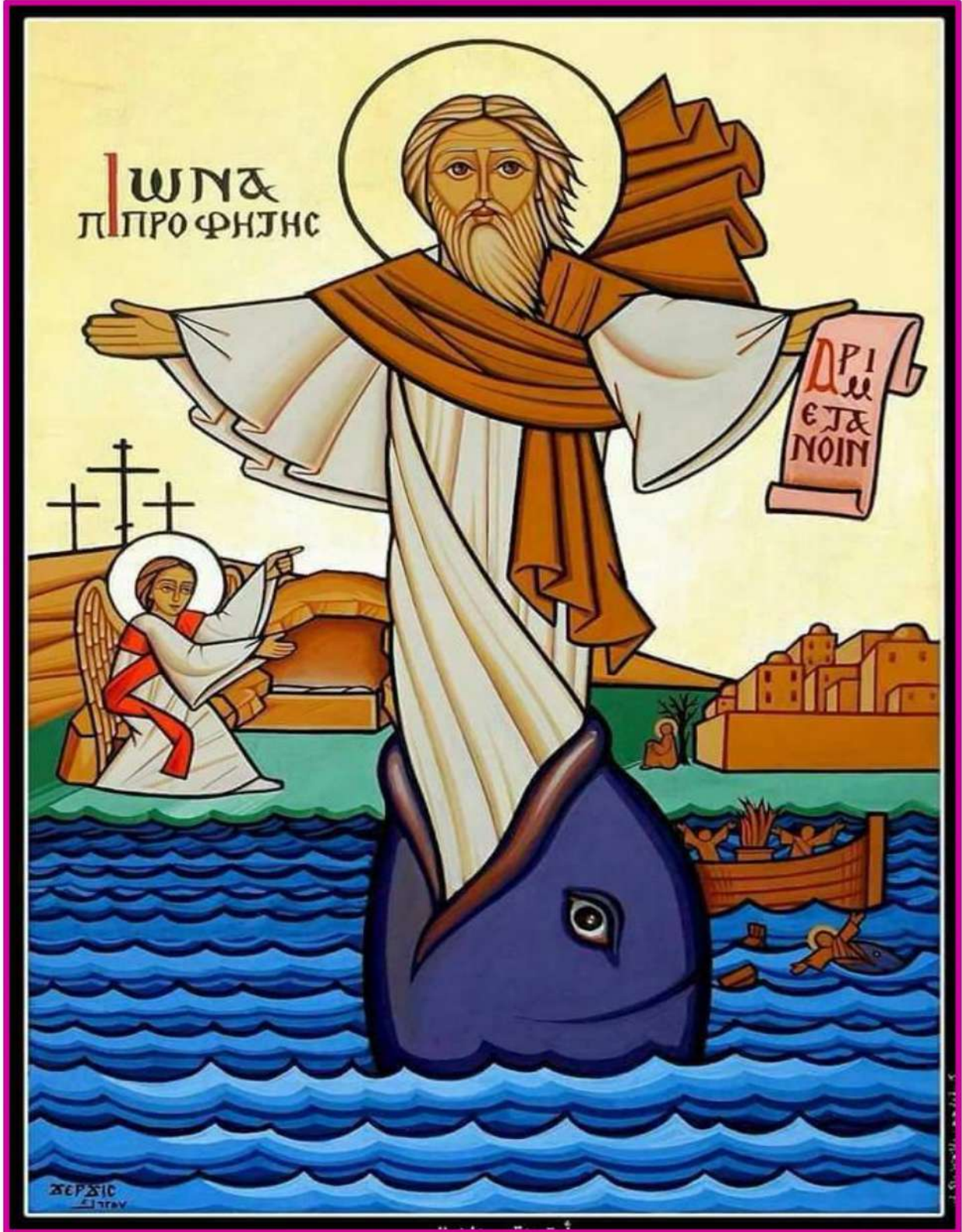
زيادة الوزن

تناول البروتين يساعد على إنقاص الوزن، ولكن يكون لفترة قصيرة ومؤقتة، وعادة يتم تخزين البروتين الزائد على شكل دهون، وبمرور الوقت يزداد الوزن.

صورة تذكارية لأعياد زواج شهر يناير



بدء صوم يونان النبي 18 أمشير



يمكنك الآن مشاهدة مجلة إجتماع المتزوجين

حديثاً عن طريق خاصية QR CODE