ينبوع المحبة

The Spring of Agape

ولَكنَّ أعْظمهُنَّ الْمحبَّةُ

اجتماع ابي سيفين

للشباب الجامعي والمتزوجين حديثاً

رسالة شبابية غير دورية | العدد السادس والثلاثون | أبريل 2018

حقا قام المسيح قام

آية العدد

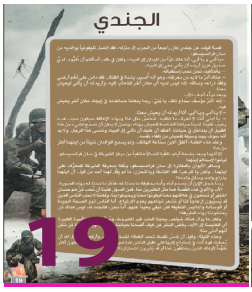
"وَمِنْ يَسُوعَ الْمَسِيحِ الشَّاهِدِ الأَمِينِ، الْبِكْرِ مِنَ الأَمْوَاتِ، وَرَئِيسِ مُلُوكِ الأَرْضِ: الَّذِي أَحَبَّنَا، وَقَدْ غَسَّلَنَا مِنْ خَطَايَانَا بِدَمِهِ" (رؤ١: ٥)

عندما يذهب (إلى أبيه) حاملاً الغلبة والنصرة بجسده القائم من الأموات. عندئذ تقول بعض القوات: «مَنْ ذَا الآتِي مِنْ أَدُومَ، بِثِيَابٍ حُمْرٍ مِنْ بُصْرَةَ؟ هذَا الْبَهِيُّ بِمَلاَبِسِهِ» (إش٦٣: ١). والمرافقون له يقولون للمقيمين عند أبواب السماء: «ارْتَفِعْنَ أَيَّتُهَا الأَبْوَابُ الدَّهْرِيَّاتُ، فَيَدْخُلَ مَلِكُ الْمَجْدِ» (مز٢٤: ٧). وإذ يستفسرون بالأكثر، أقول، إذ يروا يمينه بآثار دمه، وكل جسمه وقد امتلأ بالجراحات يقولون: «مَا بَالُ لِبَاسِكَ مُحَمَّرٌ، وَثِيَابُكَ كَدَائِسِ الْمِعْصَرَةِ؟» (إش٦٣: ٢) يُجيب: «قَدْ دُسْتُ الْمِعْصَرَةَ وَحْدِي.... فَرُشَّ عَصِيرُهُمْ عَلَى ثِيَابِي، فَلَطَخْتُ كُلَّ مَلاَبِسِي»

(راجع إش٦٣: ٢-٣).

العلامة أوريجانوس

اقـــرأ في هـــذا العـــدد



المحتويات

آيـــة العـــدد	2
قوموا يا بني النور	3
قم مثلما قام المسيح	4
قديس القيامة	5
العنف والصراخ في التربية	6
الدردشة والإنترنت	7
مع المسيح في طريق الآلام	8
شخصيات قبطية	10
قـرأت لـك	11
أشـــجار مثمـرة	12
الكتاب المقدس	13
المدة التي يجب أن أقضيها مع طفلي	14
تاريخ الكنيسة	15
متي نتخلص من الأدوية	16
The Resurrection	17
مسابقة العـــدد	18
الجندي	19

لتتمكن من تحميل الغلاف على هاتفك يجب تحميل أىّ من تطبيقات QR

download any QR apps to scan the cover code

Available on the App Store

ANDROID APP ON Google play

قوموا يا بني النور

بقلم:
قداسة البابا تواضروس الثاني
بابا الإسكندرية وبطريرك الكرازة المرقسية

الكنيسة تُسجِّل حَدَثَ القيامة المجيد في كل عقائدها وطقوسها، وتحفظه في كل ألحانها وصلواتها، ومن العبارات التي نُصلِّي بها يومياً في تسبحة نصف الليل حيث نقول في بدايتها:

«قوموا يا بَنِي النور
لنسبِّح رب القوات»

وهذا النداء اليومي يُعبر عن ضرورة القيامة من ظلمة الخطية وسقطة الموت الأبدي بأبعادها الثلاثية:

١- ظُلمَة العقل الإنساني:

أي إصابته بالفراغ والتفاهة، وهذا ما نراه في أفكار كثيرين يملأون ساحات الدنيا والميديا على إختلاف أشكالها، بتفاهات الأفكار وفراغات الحياة، فلا تجد نوراً يُضئ ولا عقلاً يستنير، ويعيش الإنسان في متاهة الفراغ والتفاهة. ورغم تقدُّمه العلمي إلا أنه يُعاني فراغاً عقلياً من أفكار الهدم والشر والجريمة وغيرها.

٢- ظُلمَة القلب:

ويظهر ذلك في البلادة والكسل والإهمال، فلا تجد مشاعر الشفقة والرحمة والمحبة والخدمة، بل مشاعر الظلم والحقد والإنتقام والتذمُّر وعدم الرضا. ظلمة القلب هي التي تجعلنا نَصِف صاحبها بأنه "أعمى القلب" لا يُبصر نوراً ولا يعرف حُبّاً ولا يقدم رحمةً، بل قساوته الداخلية تجعله أنانياً في كل ما يفعله، ولا يرى في الوجود سواه.

٣- ظُلمَة اليد أي الفساد والعنف:

الذي إستَشرى في العالم، وصار يُهدِّد مجتمعات الدول ومَصالحها، ويقف حائلاً ضد العدالة الإجتماعية ورَفاهية الشعوب، وحوَّل الأغنياء إلى أثرياء بكل الثروات، في مقابل الفقراء الذين زاد عددهم وفقرهم وتعاستهم حتى صاروا يعيشون على حافة الحياة.

فأي عقل إنساني يقبل هذه الحروب والصراعات وأعمال القتل والإرهاب التي سادت في أماكن كثيرة شرقاً وغرباً؟ إن الفساد إذا حَلَّ في كل يد صارت أعماله وشروره في كل مكان بلا معنى ولا مغزى.

إن الإنسانية تحتاج أصحاب الأفكار المستنيرة، أي المُثقَّفين والمُلهَمين وأصحاب الفكر المستنير والثقافة المشبعة البنّاءة، التي تقف أمام العقل المُظلم الذي يُعرقل تَقدُّم المجتمعات، ويقف حائلاً بين الحاضر والمستقبل بدعاوى أفكار مظلمة أو محبطة أو ولَّى زمنها وضاع وقتها!!.

كذلك تحتاج البشرية أصحاب الأعمال المستنيرة من إنجازات حقيقية تؤدي بالشعوب إلى حياة الرفاهية المستديمة والسلام الإجتماعي والعدالة السائدة على كل أفراد المجتمع.

ويَسُرّنا مع هذا العيد السعيد أن نرفع الشكر لله على دوام نعمته. ونُصلِّي من أجل "بني النور" في كل مكان، لكي يسود السلام ويَحِل الأمان والطمأنينة في كل البلاد وبين كل العباد.

@PopeTawadros

قم مثلما قام المسيح

بقلم
مثلث
الرحمات
قداسة البابا
شنوده
الثالث

القيامة من الخطية، هو نفس الحديث عن القيامة من أيّة سقطة. وقد يحتاج الأمر إلى دعوة للقيامة

إنني في مناسبة قيامة السيد المسيح، أقول لكل خاطئ يسعى إلى التوبة:

قامَ المسيحُ الحَيُّ هــل ... مثل المسيــح تُراك قمت

أم لا تــزال موســداً ... في القبر ترقد حيث أنت

والحديث عن القيامة من الخطية، هو نفس الحديث عن القيامة من أيّة سقطة. وقد يحتاج الأمر إلى دعوة للقيامة، أي إلى حافز خارجي.

مثال ذلك كُرَةٌ تدحرجت من على جبل. تظلّ هذه الكرة تهوي من أسفل إلى أسفل، دون أن تملك ذاتها، أو تُفكِّر في مصيرها. وتظل تهوي وتهوي تباعاً، إلى أن يعترض طريقها حَجَرٌ كبير، فيوقفها، وكأنه يقول لها "إلى أين أنتِ تتدحرجين؟! وماذا بعد؟! "فتقف. إنها يقظة أو صَحوة، بعد موت وضياع. تُشبه القيامة.

أو مثال ذلك أيضاً فِكْرٌ يَسرَح فيما لا يليق. كإنسان يَسرح في فكر غضب أو انتقام، أو في خطة يُدبِّرها، أو في شهوة يريد تحقيقها، أو في حلم من أحلام اليقظة. ويظل ساهماً في سرحانه، إلى أن يوقفه غيره، فيستيقظ إلى نفسه، ويتوقف عن الفكر. إنها يقظة أو صحوة، أو قيامة من سَقطة.

هناك أيضاً القيامة من ورطة، أو من ضيقة. فقد يقع الإنسان في مشكلة عائلية أو إجتماعية يرزح تحتها زمناً، أو في مشكلة مالية أو إقتصادية لا يجد لها حلاً. أو تضغط عليه عادة معينة لا يملك الفكاك من سيطرتها. أو تملك عليه جماعة معينة أو ضغوط خارجية، لا يشعر معها بحريته ولا بشخصيته، ولا بأنه يملك إرادة أو رأياً.

وفي كل تلك الحالات يشعر بالضياع، وكأنه في موت، يريد أن يلتقط أنفاسه ولا يستطيع. إلى أن تفتقده عناية الله وترسل له من ينقذه، فيتخلص من الضيقة التي كان فيها. ولسان حاله يقول: "كأنه قد كُتِبَ لي عمر جديد". أليست هذه قيامة؟ إنها حقاً كذلك.

إن القيامة يا أخوتي، ليست هي مجرد قيامة الجسد. إنما هناك حالات أخرى كثيرة توحي بها القيامة، أو تكون القيامة رمزاً لها. وتبدو فيها سمات حياة أخرى. ونحن نرجو من الله أن يجعل سمات القيامة في حياتنا بإستمرار. عمليات تجديد وحياة أُخرى، تسري في دمائنا. كما قال الكتاب عن عمل الله في الإنسان إنه "يجدد مثل النسر شبابه" (مز 103). وأيضاً كما قيل في نبوة إشعياء "وأما منتظرو الرب، فيجددون قوة. يرفعون أجنحة كالنسور. يركضون ولا يتعبون. يمشون ولا يعيون" (أش 40:31).

إلهنا الصالح، نسأله في روح القيامة، أن يهبكم جميعاً قوة في حياتكم، ونسأله أن تحيا بلادنا حياة متجددة بإستمرار، فيها الصحوة وفيها النهضة وفيها روح القيامة، في عِزَّة وفي مجْد وفي قوة.

من قديسى القيامة القديس لونجينوس – قائد المئة

بقلم القمص بيجول الانبا بيشوى

> تمسك بالمواعيد الإلهية.. عاشر الناس الأقوياء ، تاخد منهم خبرة تتعلم من سلامهم الداخلى

تعيد له الكنيسة مرتين في السنة، في ٢٣ أبيب (عيد استشهاده)،٥ هاتور (عيد ظهور رأسه).

كان يوناني الجنس ، وعندما عُين بيلاطس واليا على اليهودية كان لونجينوس أحد الجنود الذين رافقوه، وكان أحد الجنود الذين تولوا أمر صلب الرب يسوع..

وكان يراقب كل شيء باهتمام ، ويتأمل بدهشة وذهول، وتحرك قلبه تجاه ما يحدث لأنه لم يكن بالشيء الطبيعي.

وهو الذى طعن السيد بحربة في جنبه لكي يتأكد من موته فخرج منه ماءٌ ودم، فشفيت عينه التي كانت تزعجه كثيرا فتعجب من ذلك وزاد عجبه عندما شاهد ظلام الشمس وانشقاق حجاب الهيكل وتشقق الصخور وقيام الموتى من القبور.

هكذا وصف القديس متى البشير بداية اهتدائه فقال «وأما قائد المئة والذين معه يحرسون يسوع فلما رأوا الزلزلة وما كان، خافوا جدا وقالوا: حقا كان هذا ابن الله» (مت٢٧: ٥٤).

وكان حاضراً وقت ختم القبر واستلام يوسف الرامي جسد المخلص ، وجرى تكليفه هو واثنين من رفاقه بحراسة القبر ، فشهدوا الأحداث التي سبقت وتبعت قامة السيد المسيح.

وعندما قام السيد المسيح والقبر مختوم تحير وسأل الله أن يُعرفه السر، فأرسل له بطرس الرسول فأعلمه بأقوال الأنبياء عن المخلص فآمن وترك الجندية وذهب إلى بلده وبشر فيها بالمسيح.

ولما أراد اليهود رشوة الجند ليقولوا أن تلاميذ يسوع أتوا ليلا وسرقوا جثته، رفضوا ذلك، وتركوا الجندية وانتقلوا سرًا إلى بلاد الكبادوك (مسقط رأس لونجينوس) ، بعدما اقتبلوا المعموديّة على أيدي الرسل.

خاف اليهود أن يقوم لونجينوس بنشر أخبار عن يسوع تسيء إليهم، فحرّضوا بيلاطس عليه، فكتب إلى طيباريوس قيصر، فأمر بالبحث عنه هو ورفيقيه وإعدامهم بتهمة الفرار من الجنديّة.

انطلقت كوكبة من الجند إلى بلاد الكبادوك لتنفذ أمر القيصر دون أن تكون لها أيّة دراية لا بمكان لونجينوس ولا بمواصفاته.

وعرض أن توقف الجند في بقعة للراحة كان لونجينوس مقيما فيها، فاستضافهم. وأثناء الحديث كشف عمال القيصر أنهم في صدد البحث عن قائد المئة الهارب ورفيقيه. فأيقن لونجينوس أن ساعة استشهاده قد أوشكت. فزاد في إكرام الجنود، ثم تركهم ينامون وأخذ يعد نفسه للموت. وفي صباح اليوم التالي، ذهب باكرا وأخبر رفيقيه بما جرى، فاتفق الثلاثة على كشف هويتهم للجنود وقبول الاستشهاد، وهكذا كان.

استشهاده :

وقف لونجينوس أمام طالبي نفسه وقال لهم أنه هو لونجينوس الذى تبحثون عنه. لم يصدق الجنود آذانهم أول الأمر. ثم تحول شكهم إلى دهشة فشعور بالأسى. لكن لونجينوس ورفيقيه أصرّوا على تنفيذ إرادة القيصر. وبعد أخذ ورد، قام الجنود فقطعوا هامات الثلاثة وأرسَلوا برأس لونجينوس إلى بيلاطس، بناء على طلب هذا الأخير، بعدما أصرّ اليهود على أن تعطى لهم علامة تؤكد موته.

فلما استلم اليهود الرأس وتأكدوا إنها رأس لونجينوس، ألقوها في حفرةٍ كانت تلقى فيها قمامة المدينة.

وهكذا تم في هذا القديس ما قاله السيد المسيح «وأنا إن ارتفعت عن الأرض أجذب إلي الجميع» هكذا كان موت اليد المسيح مثل مغناطيس جذب الكثيرين، وسيظل إلى يوم مجيئه.

ظهوره لامرأة:

يشاء التدبير الإلهيّ – حسبما يقول التقليد – أن تحجّ امرأة غنية من بلاد الكبادوك إلى الأرض المقدّسة برفقة وحيدها للتبرّك والتماس الشفاء من عمى أصابها. وما أن بلغت المدينة حتى مات ابنها وتركها وحيدة حزينة.

في تلك الليلة ظهر القديس لونجينوس للمرأة في حلم فعزى قلبها ووعدها بأن تشفى من عماها، وأن ترى ابنها مكللا بالمجد في السماء، إن هي ذهبت إلى حفرة القمامة خارج المدينة وأخرجت رأسه من هناك.

وبالفعل أفاقت المرأة من نومها، ونادت من أرشدها على الحفرة. ما أن وصلت طلبت أن تبقى بمفردها، وأخذت تتلمس المكان بيديها، والقديس لونجينوس يقودها، إلى أن وقعت على الجمجمة فانفتحت عيناها للحال، وشاهدت وحيدها إلى جانب القديس لونجينوس في السماء، فتعزت تعزية كبيرة.

كما يُقال أنها عادت إلى بلادها ومعها رأس القديس وجثمان ابنها حيث بنت كنيسة ووضعتهما فيها.

شفاعات وصلوات الملائكة
وقديسى القيامة فلتكن معنا.

العنف والصُراخ في التربية

مُثلَّث التربية المحظور هو «الصياح والشتم والضرب»!

د/ مجدى أسحق

في أغلب الأحيان يقوم الأب والأُم بالعُنف المتبادل: الأب بالضرب (غالبا) والأم بالصراخ. وأحيانا، كنوع من التعاون، يتبادلان الأدوار، أو يتشاركان فيها!

هل تظن أيها الوالد العزيز، أن هذا الأمر إيجابي في التربية؟

الصراخ في وجه الطفل لا يقل خطورة عن الضرب والعنف. أتذكر مره هاجمتني مقطورة ضخمة أثناء قيادتي السيارة وكادت تنهي حياتي لولا عناية الله الفائقة. ثم ضرب المتهور نفير الناقلة العملاقة بجوار أذني. وظللت أسبوعاً كاملا أسترجع هذا الصوت الرهيب حتى أثناء نومي.

وهذا ما يحدث بالضبط للطفل: خوف ورعب وفقدان للأمان!

تَذكَّر أن المسيح «لاَ يَصِيحُ، وَلاَ يَسْمَعُ أَحَدٌ فِي الشَّوَارِعِ صَوْتَهُ» (إش٤٢: ٢، مت١٢: ١٩). إنما هو الوديع الهادئ (مت١١: ٢٩).

ولمثلث (الصياح والشتم والضرب) آثار مرعبة:

١- **فقدان الأمان والاطمئنان، والقلق الدائم:** هذا نوع من الإرهاب يستعمله الأبوان معتمدين على قوة الأوتار الصوتية بلا أي هدف تربوي. ويظهر هذا القلق في الحركة غير المستقرة، والبكاء وقضم الأظافر، والخوف من الآخرين ورفض الذهاب للمدرسة، أو الخوف من الأماكن المظلمة. وقد يتطور الأمر إلى إكتئاب وإنطواء وعزلة مَرَضيَّة.

٢- **الشعور بالرَفْض:** العُنْف يُترجَم لدى الطفل فوراً إلى جُملة من الجمَل التالية "أنا غير مرغوب فيَّ"، "أنا غير محبوب"، "أنا مكروه ولا لزوم لي"، الأمر الذي يُحْدث إختلالاً كبيراً في توازنه النفسي. فالرُكن الرئيسي في نمو أولادك هو الحب غير المشروط.

أنت محبوب وغالي، جُملة تستحق أن تتكرر اليوم كله. دعهم يسمعونها ويشعرون بها فتدخل إلى وجدانهم وتثمر وتأتي بثمار الآمان والفرح والنجاح.

٣- **العنف المضاد:** أظهرت الدراسات التربوية أن ٩٥٪ من الحالات التي يتعرض فيها الطفل للضرب تكون عن إنفعال ينتاب الأب، ورغبة في تنفيس الغضب، ولا تؤدي إلى أي هدف تربوي أو تعليمي.

والعنف لا يُعلِّم الولد الفرق بين الصواب والخطأ على الإطلاق، وذالك **لأن مشاعر الولد الغاضبة والمتألمة والمكروهة تعمي العقل عن تَعلُّم أي شيء.** في هذا الوقت العصيب يسعى الطفل المجروح إلى مداواة جرحه وليس إلى إعمال عقله! وتؤكِّد الدراسات أن العنف التربوي يُنتِج ١٠٪ من الأطفال العدوانيين، وأنه يكون من بين هؤلاء الأطفال العدوانيين ٩٠٪ سلبيين، أي تابعين ومنقادين.

والعجيب أن هذا العدوان يتحرك أولاً ضدك؛ فصياحك سوف يقابله صياح الطفل المجروح نحوك، وسوف يُرَدّ لك الصاع صاعين. والأخطر من هذه السلبية المصاحبة للعدوان: تراجُع دراسي واجتماعي، وعدم إقبال على الدنيا، ثم سَعْي متواصل لأي نوع من أنواع اللذة التعويضية في الأفلام والألعاب، وربما الإنحرافات السلوكية والجنسية.

أما في التوجيه المثالي فعليك أن تشرح الخطأ. ثم تعطي معلومة مُقْنعة للطفل في كلمات قليلة، ثم تعطي الولد فرصة ليُعبّر عن رأيه ويبدي تعاونه لتنفيذ التوجيه والنصيحة، مع إستبدال الغضب بالحَسْم والحَزْم.

الدردشة والإنترنت

سؤال: هل الدردشة على الإنترنت حرام؟

د. عادل حليم

سؤال: هل الشات بين شاب وفتاه من كنيسة واحدة غير لائق وذلك على سبيل التعرف أكثر وتكوين علاقات طيبة ومحترمة؟

الإجابة:

أولاً، لا يوجد لدينا حرام وحلال! بل يوجد ما يوافق، وما لا يوافق. كما قال بولس الرسول: «كُلُّ الأَشْيَاءِ تَحِلُّ لِي، لكِنْ لَيْسَ كُلُّ الأَشْيَاءِ تُوَافِقُ. كُلُّ الأَشْيَاءِ تَحِلُّ لِي، وَلكِنْ لَيْسَ كُلُّ الأَشْيَاءِ تَبْنِي» (١كو ١٠: ٢٣).

الدردشة ليست خطأ، ولكن الخطأ قد يكون في الإستخدام. التعارف ليس خطأ، ولكن الخطأ قد يكون في الأحاديث التي قد تندرج تحت بند التعارف. قد تكونين فتاة ملتزمة، وتعرفين الحدود المناسبة في الحديث، ولكن الطرف الآخر قد لا يعرف هذا. وقد تجدين نفسك عُرضة لبعض الأسئلة أو التعليقات التي قد لا تكون في مصلحتك. فيجب أن يكون الإنسان حكيماً.

قد يستفيد الإنسان من برامج الدردشة WhatsApp، Skype، أو غيرهم في الكثير من الأمور. مثل التأكيد على بعض الخدّام أو الأشخاص في أمور مُعيَّنة في الخدمة أو الإفتقاد أو الدراسة أو غيرها. وقد يستفيد البعض من هذه البرامج في العمل والتواصل مع الزملاء. أو نقل الملفات، أو المشاركة أو الحديث في موضوعات هامة. أو التواصل مع صديق أو قريب بعيد. إلخ.

الإنترنت وسوء الاستخدام...!

بعد أن أصبحت شبكة الإنترنت في متناول الشباب والأطفال، أساء البعض إستخدامها في إتجاهات خاطئة، والبحث فيها عن أشياء حسّية وإتجاهات لم نعتاد عليها في مُجتمعنا، وأشياء تؤثر سلباً على حياتنا الروحية.

كيف نتجنّب سلبيات الإنترنت؟

كل إختراع له وجوه إيجابية مفيدة نافعة، وله وجوه أخرى سلبية، ويستطيع مُستخدم شبكة الإنترنت أن يُحدّد ما يُريده بالضبط، ويرفض ما لا يتّفق مع الأخلاق والقيم والحياة الروحية، تماماً مثل إستخدام القنوات الفضائية حيث يختار المُستخدم القنوات المُفيدة، رياضية كانت أم إخبارية أم علمية أم درامية. إلخ، ولكنه يرفض إختيار القنوات التي تقدّم الأفلام الخليعة وتثير في الفرد إتجاهات حسّية تُفسد نقاوة قلبه، وتبعد به عن القداسة التي في المسيح يسوع.

ينبغي أن نلاحظ هنا أن هناك شبكات كبرى تُتاجر بالجنس من أجل المال وتَعرض مُنتجاتها على رواد شبكة الإنترنت. فربما يدخل أحدَ الشباب على موقع ما بحثاً عن مادة علمية أو إخبارية أو ثقافية، فإذا به يجد إعلاناً عن موقع آخر له طابع جنسي، ومتى ضغط على الإعلان يجد نفسه وقد دخل بالفعل إلى موقع يعرض مادة جنسية رديئة، ويُتاجر بالأجساد ويُفسد أذهاننا عن النقاوة المسيحية. وما علينا إلا أن نتجاهَل الدخول في مثل هذه المواقع التي غالباً ما تجُرّنا إلى مواقع أخرى أكثر منها فساداً.

شبكة الإنترنت تُشبه شبكة نُلقيها في البحر، وحينما نجتذبها نجد بها أسماكاً جيدة وأخرى رديئة، وأخرى مُتعفّنة، وما علينا إلا أن نختار الجيد ونلقي بالرديء في سلة القمامة.

ونحن هنا أمام عدة ملاحظات بخصوص إستخدام شبكة الإنترنت:

١- حافظ على وقتك.

٢- حافظ على صحتك الجسدية والنفسية:

لا تنسَ أن التركيز على شاشة الكمبيوتر ساعات طويلة يؤثر على الجهاز العصبي، وقد يؤثر على العينين، هذا بالإضافة إلى التأثير النفسي السلبي حينما يبقى الفرد مُغيَّباً عدة ساعات لا يدري بما حوله، حيث يُركز على الأشياء (الكمبيوتر computer) ويقلّ إهتمامه بالأشخاص، مما قد يؤثر سلباً على علاقاته بالآخرين، حتى أن البعض يدخل في حالة من "الإدمان" للكمبيوتر الذي يتحوّل من وسيلة مفيدة عند الحاجة إلى هدف يحيا الفرد من أجله.

٣-حافظ على حياتك الروحية:

قد يشغلك الكمبيوتر والإنترنت عن أمور مُهمّة في حياتك. ربما يكون ذلك خصماً من وقت الصلاة أو وقت قراءة الكتاب المقدّس أو وقت الخدمة، وقد تنبهر ببعض الإتجاهات الإستهلاكية والحسّية التي تروّج لها شركات عالمية على شبكة الإنترنت مما يُضعف إهتمامك الروحي.

عليك إذن -أخي الحبيب-أن تحدّد ما تريد بالضبط، وأن تضع هدفاً لحياتك، وهدفاً لكل أعمالك. فإذا طبّقنا ذلك على إستخدام الكومبيوتر والإنترنت فعلينا أن نستخدمهما بحكمة فيما نحتاجه بالضبط، ونقضي الوقت المناسب دون إستهلاك لطاقتنا فيما لا يفيد، ونرفض أي شيء يضرّ بحياتنا النفسية والروحية. لنضعْ كل شيء في موضعه المناسب.

«وَلْيَكُنْ كُلُّ شَيْءٍ بِلِيَاقَةٍ وَبِحَسَبِ تَرْتِيبٍ» (١كو ١٤: ٤٠).

والرب معك.

«مع المسيح في طريق الآلام «الجلجثة

إن طريق الآلام فعلياً كما ذكر الإنجيل هو الطريق إبتداء من "بُستان جثسيماني"، حيث تم القبض على الرب يسوع وصولاً إلى الجلجثة. والجلجثة هو المكان الذي صُلِب عليه المسيح، وهو مَوْقِع مُرتفِع خارج مدينة القُدس، ويُسمَّى بالآرامية – وهي اللغة التي كان يتكلّم بها المسيح "جاجولثا"، وتعني موقع الجمجمة. «ولما أتوا إلى موضع يقال له جلجثة وهو المسمى موضع الجمجمة». ويُقال الجمجمة حيث قيل أن آدم كان مدفوناً في هذا الموضع، أو أن الصخرة تشبه الجمجمة أو لكثرة المصلوبين في ذلك المكان نظراً لكثرة جماجمهم. وهنا المسيح صُلِبَ ومات ليعطي حياة لآدم وبنيه.

وهذه الرحلة تشمل عدة مراحل:

١– من جثسيماني إلى مَقرّ رئيس الكهنة قيافا.
٢– من مَقرّ قيافا إلى صالة المحاكمة بقصر بيلاطس.
٣– من قصر بيلاطس إلى قصر هيرودس الملك.
٤– من قصر هيرودس الملك إلى بيلاطس مرة أخرى.
٥– من قصر بيلاطس إلى الجلجثة.

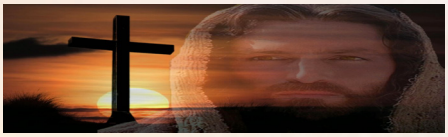
طريق الآلام هو طريق داخل البَلْدة القديمة يُعرَف بطريق الآلام أو Via Dolorosa، وتستطيع أن تقرأ إسمه على مفترقات الطرُق، وهو الطريق الضيّق المُلْتَفّ بين طُرُق أورشليم الضيّقة أي داخل طُرُق البلدة القديمة.

عُرِفَ طريق الآلام أنه المَسار الذي سار فيه المسيح حاملاً صليبه، والذي يبدأ من مكان محاكمته – الذي يوجد فيه الآن دير راهبات صهيون Ecce Homo church، وصولاً إلى مكان الصَّلْب وهو تلّ الجلجثة وهو الآن داخل كنيسة القيامة.

هذا الطريق لا يتعدى ١ كيلومتر، وهو مُقسَّم إلى ١٤ مرحلة، وُجِدَت إحياءً للأحداث التي مَرَّ بها المسيح، وإشتراكاً معه في آلامه وموته على الصليب. طريق الآلام أو "دَرْب الآلام" نجد فيه: كنيسة الجثمانية، كنيسة القيامة، كنيسة القديسة مريم، كنيسة القديسة حنة، حديقة القبر المقدس، العيزرية، الجلجثة، كنيسة الصعود، كنيسة قبر بستان جثيماني.

كيلو متر واحد من المساحة ذَخَرَ بقُدسية وتاريخ كبيرين، دَرْب بين أزقَّة القدس القديمة عبقت بقدسية مدينة الديانات، وسار به آلاف من الزوار والحجّاج على دَرْب المسيح، مبتهلين ومُتضرِّعين بالصلوات.

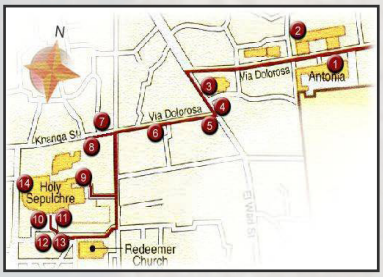
سُمِّيَت المنطقة بدَرْب الآلام نسبة للآلام التي عاناها السيد المسيح في الطريق. وتبدأ من "باب الأسباط" وتنتهي في "كنيسة القيامة"، ويحوي الطريق ١٤ مرحلة: ٩ منها في الطريق نفسه، و ٥ مراحل آخر داخل كنيسة القيامة، وهو طريق مليء بالكنائس والمزارات سوف نتحدث عنهم فيما بعد. وتبدأ مراحل درب الآلام المعروفة أيضاً بدَرْب الصليب أو طريق الجلجلة، من حارة "باب حطة"، حيث تقع "المدرسة العُمَرِيّة" المعروفة تاريخياً باسم "المدرسة الجاولية"، وتنتهي في داخل "القبر المقدس" بكنيسة القيامة.



مراحل طريق الألام

المحطة الثالثة (درب الألام) : يسوع يسقط تحت الصليب للمرة الأولى

المرحلة الأولى: تبدأ من مَقَرّ الوالي تيطس الذي صَدَرَ منه حكم الصلب على السيد المسيح، وهذا المقر كان يوجد في مكان ما في البقعة التي تقوم عليها الآن مدرسة "الروضة" ومدرسة "راهبات صهيون" وما بينهما، وأنه هناك تم تتويج السيد المسيح بإكليل من الشوك.



المرحلة الثانية: قام الجُنْد بوضع عود الصليب على السيد المسيح، وأنه في هذا المكان قام الوالي بمخاطبة اليهود المجتمعين، قائلاً لهم: Ecce Homo أي "هذا هو الرجل"، لهذا فقد أُقيم في هذا المكان قوس يُسمّى بهذا الإصطلاح Ecce Homo، وهو جزء من العمارة التي تملكها راهبات صهيون.

المرحلة الثالثة: وهي تقع عند الزاوية القائمة عند مفترق الطريقين، طريق الآلآم والطريق التي تَصل بين "الوادى" وباب "العمود"، حيث دير "الأرمن الكاثوليك".

المرحلة الرابعة: وهي على بُعد أمتار من المرحلة التي سبقتها، والتقي السيد المسيح في هذه المرحلة السيدة العذراء مريم.

المرحلة الخامسة: تقع عند الزاوية الكائنة عند ملتقى طريق الوادى بأول العقبة المعروفة بعقبة المفتي، في هذه المرحلة شعر السيد المسيح بثقل الصليب وكاد يسقط على الأرض، فقام سمعان القيرواني وساعده في حمل الصليب.

المرحلة السادسة: وفيها قامت القديسة "فيرونيكا" بمَسْح عَرَق السيد المسيح، وفي هذا المكان يوجد منزل القديسة فيرونيكا وقبْرها.

المرحلة السابعة: وتقع عند ملتقى درب الآلآم بالطريق التي تربط باب "خان الزيت" بباب "العمود".

المرحلة الثامنة: وتقع عند الدير المعروف بدير "مار لامبوس" للروم الأرثوذكس، وهنا السيد المسيح خاطَب المرأة التي كانت تسير من خلفه باكية: "لا تبكي عليَّ"

المرحلة التاسعة: تقع عند دير الأقباط إلى الشرق من كنيسة القيامة، حيث سقط المسيح تحت الصليب من شِدَّة التعَب.

المرحلة العاشرة: وهي داخل كنيسة القيامة نفْسها وتتضمن تَعْرية السيد المسيح.

المرحلة الحادية عشر: وتم فيها وَضْع المسامير في يديّ السيد المسيح على الصليب.

المرحلة الثانية عشر: وتشمل موت السيد المسيح على الصليب.

المرحلة الثالثة عشر: وهي إنزال السيد المسيح عن الصليب، ويُرمَز إليها بحجر التحنيط في كنيسة القيامة.

المرحلة الرابعة عشر: وتشمل دَفْن السيد المسيح وقيامته، ويُرمَز لها بالقبر المقدس داخل الكنيسة.

عزيزي القاريء اليوم نتذكر سويّاً عمل المسيح لخلاص البشرية، فهو مَنْ جاء وتألم عنا لكي بآلامه يخلصنا. فلنستعد هنا من أمام الصليب لنستحق غداً أن نقف معاً ثم نشاهد نور القيامة المقدس.

شخصيات قبطية

دينا حبيب باول

مصرية أمريكية مولودة في ١ يناير ١٩٧٤م من أسرة قبطية، وعندما كان عمرها ٤ سنوات هاجرت مع أسرتها إلى الولايات المتحدة الأمريكية عام ١٩٧٧م، تخرَّجت من جامعة تكساس في أوستن، تجيد اللغتين العربية والإنجليزية بطلاقة، متزوجة «ريتشارد باول» رجل علاقات عامة منذ ١٠ يناير ١٩٩٨م.

تم إختيارها في المنتدى الإقتصادي العالمي كواحدة من قادة الشباب. شَغلَت مَنصب كبيرة مستشاري الرئيس الأمريكي دونالد ترامب للمبادرات الإقتصادية، وتولَّت المنصب في ٢٠ يناير ٢٠١٧م. ومستشارة الأمن القومي الأمريكي للشؤون الإستراتيجية، وتولَّت المنصب في مارس ٢٠١٧م.

كما شَغلَت مناصب سياسية وإقتصادية، منها مساعدة وزير الخارجية للشؤون التعليمية والثقافية من العام ٢٠٠٥م وحتى العام ٢٠٠٧م، ونائبة وكيل وزارة الخارجية للشؤون العامة والدبلوماسية، كما عَمِلَت في مؤسسة غولدمان ساكس وتبوأت مناصب عدة في ذلك الوقت، وأشرفت على برنامج للإسكان وتنمية المجتمعات العمرانية تُقدَّر قيمته بحوالي ٤ مليارات دولار، وأشرفت على عدد من البرامج الإستثمارية والخيرية كما أشرفت على شركة تعني بمبادرات تمكين ١٠ آلاف إمرأة من خلال المشروعات الصغيرة في الدول النامية.

وفي عام ٢٠٠٣م إنضمَّت إلى إدارة الرئيس الأسبق جورج دبليو بوش وكانت أصغر مساعد للرئيس داخل البيت الأبيض لشؤون الموظفين وكان عمرها ٢٩ عاما، كما تقلدت منصب مساعدة وزيرة الخارجية كوندوليزا رايس للشؤون التعليمية والثقافية، ومنصب نائب وكيل وزارة الشؤون العامة والدبلوماسية العامة في عام ٢٠٠٥م، ووصفتها رايس بأنها واحدة من أكفأ الشخصيات التي تعاملت معها.

وقال عنها الرئيس الأمريكي دونالد ترامب: «إنها معروفة بإمتلاكها رؤية إستراتيجية في برامج المبادرات والنمو الإقتصادي وهي امرأة حاسمة في العديد من الأعمال الإستثمارية وريادة الأعمال».

ووصفها هربرت ريموند مكماستر مستشار الأمن القومي التي عملت كمساعدة له كذلك بأنها «عضو لا يُقدَر بثمنٍ في طاقم الرئيس ترامب؛ فقد نظمت وبذلت جهداً لإستعادة الكفاءة الإستراتيجية لبلادنا».

وفي ديسمبر عام ٢٠١٧م أعلن البيت الأبيض عَزْم «دينا حبيب باول» الإستقالة مطلع العام ٢٠١٨م ويأتي ذلك عقب إعلان ترامب رسمياً الإعتراف بالقدس عاصمة لإسرائيل، غير أن سارة ساندرز المتحدثة باسم البيت الأبيض قالت أن باول كانت تعتزم البقاء سنة واحدة في منصبها، مشيرة إلى أن مغادرتها غير مرتبطة بالقرار المتعلق بالقدس.

قرأت لك

هذا الباب سوف نتناول فيه تلخيص لبعض الكتب

الرضا النفسي: الباب المَلَكي للصحة والسعادة

د.أحمد عكاشة -كتاب الرضا النفسي

كتاب الرضا النفسي: الباب المَلَكي للصحة والسعادة تأليف الدكتور أحمد عكاشة الطبيب النفسي الشهير وأستاذ الطب النفسي بجامعة عين شمس.

الكتاب هو تعريف مُبسَّط لعدد من المشاكل النفسية على مدار ١٨ فصل، ويتساءل: ماهي الصحة النفسية؟ ما هي السعادة النفسية؟ ويقول: مرة أخرى تختلف الآراء وهي تواجه مثل علامات الإستفهام هذه... فهناك من ينادى بأن الصحة النفسية هي التوافق مع المجتمع في القيام بالمسئولية والإنتهاج. غير أن هذا غير صحيح، فلو كانت الصحة النفسية كذلك. لما ظهر الفنانون والمخترعون والعلماء. إن هؤلاء عادة يخالفون المجتمع وتقاليده. وهكذا فإن التوافق مع المجتمع يلغي تماما التطور!

ويقول البعض الآخر: الصحة النفسية هي القدرة على العطاء والحب دون انتظار لمقابل. ويُفسّرها البعض الآخر: إنها التوازن بين الغرائز والرغبات الخاصة. والذات. والضمير، وأحياناً نُعرِّف الصحة النفسية على أنها القدرة على التأرجح بين الشك واليقين. فالتأرجح يمنح الإنسان المرونة فلا يتطرف إلى حد الخطأ. ولا يتذبذب إلى حد الإحجام عن إتخاذ أى قرار، فالتأرجح يوفر للفرد المعادلة والقوة اللازمة للانطلاق والخَلْق والتمتع والتكيُّف.

ويذهب بعض رواد المدارس الجديدة في علم النفس إلى أن الصحة النفسية هي التآزر والتوافق بين الطفل والمراهق والأب في كل منا فنحن لا ننمو بطريقة رأسية من الطفولة إلى المراهقة حتى نبلغ النضج، ولكن يستمر في كل واحد منا الطفل أحياناً. والمراهق أحياناً. والناضج أحياناً أخرى! ويقول "لقد أثبت العلم وحده أنه عاجز عن إسعاد الإنسان لكن سوف يسترد الانسان سعادته وسكينته إذا عاد إلى الإيمان والإنتماء». لقد أثبت أن خير وسيلة لمقاومة القلق والإكتئاب هو أن يعيش الفرد في نسيج إجتماعي صحي وأن يَسْعَد بالإنجاز.

ويُحدِّثنا د.عكاشة عن أهم المشاكل التي تحيط بالإنسان في هذا العصر الذى تتكالب فيه الظروف شتَّى عليه لتُحوِّله إلى إنسان يحمل العالم أجمع فوق كتفيه، ويُزيد من صعوبات الحياة بأن يُصاب بمرض نفسي وهو لا يعلم فيبدأ د. عكاشة كتابه بالحديث عن السعادة في الحياة ويلخّصها في قوله أن المال لا يُحقِّق كل السعادة ولكن من الممكن أن يُحقِّق بعضاً منها وهكذا القوة والسلطة، ولكن رأس المال الحقيقي هو في التآلف والتكاتف الديني والأسري وفى مجال العمل والجيرة، وأن رأس المال الإجتماعي يتلاءم مع جودة الحياة. ثم يأخذنا للحديث عن الإنتحار والإكتئاب ويُصحِّح لنا مفهوم خاطئ وشائع أن الفصام ليس هو ازدواجية الشخصية، ولكنه نوع آخر من الأمراض.

ويشرح لنا كيف يفشل الزواج وما هي طرق نجاحه في روشتة لإرشاد كل زوجين على الطريقة المُثلى للوصول إلى حياة زوجية سعيدة.

ويفسر لنا د. أحمد عكاشة العلاقة بين الذكاء والتحصيل الدراسي، ويضرب لنا مثلا إديسون وأينشتين فكلاهما لم يكن مستوى تحصيله الدارسي عالى.

لذا فالفشل في الدراسة لايعنى قلة الذكاء ولكن هناك ظروف أخرى تتدخل وتلعب دورها في النجاح. ثم ينتقل بعد ذلك إلى التدخين والإدمان أنه ليس له علاقة بأسباب إلا نفسية فالارتباط بالسيجارة لايرجع إلى إدمان النيكوتين الموجود بها ولكن هذا الارتباط هو ظاهرة نفسية بحته، ويفسر هذا بأن الإنسان يبحث عن السيجارة عندما يصاب بالتوتر أو الإحساس بالضيق أو عند التفكير والإحساس بالاكتئاب، فإذا زادت الصراعات في حياة الإنسان فإن عدد السجائر التي يُدخِّنها يزيد، بل ولوحظ أيضاً أنه عند الإبتهاج أو الإحساس بالسعادة يُقبِل الإنسان على التدخين بشغف.

أشجار مثمرة

الشماس

عباس جرجس «الغالي»

اشتهر باسم عباس «الغالي»، قديس معاصر عاش في وقتنا الحاضر ويَعْرِفه كل أهالي بهجورة وما حولها والتي تتبع مركز نجع حمادى بمحافظة قنا.

لقد كرَّس كل حياته وقدَّم صلواته رائحة بخور لله المُحب منذ ميلاده في ١٩٠٣/٦/١٢م وحتى نياحته في ١٩٩٤/١٠/٧م، فقد عاش على الأرض نحو ٩١ عاما، قضاها في خدمة السيد المسيح وكنيسته المقدسة، لذلك أكرمه الرب فأعطاه مواهب إخراج الأرواح النجسة و الشفافية وموهبة شفاء المرضى بالصلاة، وحُبّه للخدمة وجَذْب البعدين وخلاص نفوس الكثيرين. وكان يرى دوماً السيده العذرا ويتكلم معها، وأيضاً القديس العظيم مارجرجس ورئيس الملائكة ميخائيل.

وكان له حب كبير بالفقراء والمساكين، وتأتيه التبرُّعات والتقدمات من المؤمنين فيوزعها على المحتاجين. وقد إستطاع بمعونة الله بناء كنيسة العذراء في بهجورة وبناء ملجأ كبير للأيتام وإنشاء مدرستين للتعليم وتأسيس فصول لمدارس الأحد ودار حضانة في قرية بهجورة، بل وإمتدت خدمته أيضاً إلى القرى والعِزَب التي حَوْل بلدته، فكان الجميع يعرفونه بأنه رجل الله حقا، ومن هذه الأماكن عزبة داود وعزبة كامل وعيسى.

يُحكى عنه أنه عاهد الرب وهو في سن ١٥ سنة أن يعيش بتولاً كل أيام حياته. وفي إحدى الأيام بينما كان يعمل في محل تجاري أعطاة شخص مخطوطات قديمة منسوخة باليد، منها كتاب للقديس يوحنا ذهبى الفم ومخطوط آخر للأنبا يوساب الأبح أسقف أخميم قديماً ومخطوطات عن الإعتراف والتناول، وبدأ القديس يتتلمذ على هذه المخطوطات ويعكف على قراءة الكتاب المقدس يومياً، وأيضاً يقرأ الكتب الروحية بإنتظام؛ فكان له قانون خاص به في القراءة حتى على لمبة جاز أو شمعة، ويذهب إلى الكنيسة مبكراً ويجلس في آخر الصفوف مواظباً على الإعتراف والتناول.

كانت تحاربه الشياطين وينتصر عليها بقوة الصليب المقدس، وفي عام ١٩٦٢م مرض القديس مرضاً شديداً حتى إعتقد مَن حوله أنه مرض الموت، ولكن القديس إشتاق لبناء كنيسة العذراء في قرية بهجورة، وحدث أن رَجُل كانت عينيه ضريرة في بلدة تُسمّى أبو شوشة مركز فرشوط، جاءت إليه السيده العذراء وشفت عينيه وقالت له: «إذهب إلى عباس جرجس غالي وقل له إبني كنيسة العذراء ولا تخاف»، وعندما وصَّل الرَجُل هذه الرسالة إلى القديس قام القديس مُعافى من مرضه. وأبلغ المتنيح الأنبا مينا مطران جرجا برغبته، وأخذ الحل منه بالبدء بالإجراءات. وكانت عراقيل كثيره تواجهه أثناء البناء، وكانت السيده العذارء تتدخل لحلها، وفى كثير من الأحيان تحل من خلال معجزات واضحة من السيده العذارء .

وإكتشف أثناء المباني أن الأرض التي بُنيت عليها الكنيسة الجديدة هي أرض لكنيسة أثرية على إسم السيده العذراء، وقد أتمّ الله بناء الكنيسة وقام بتدشينها القديس الأنبا مينا مطران جرجا.س

وكان القديس يُحب الفقراء والمساكين حيث أنه قام بتحديد يوم في الأسبوع وأسماه يوم الرغيف، وفيه يقوم بنقل الخبز واللحوم والأرز والذرة التي جمعها من المتبرعين ليوزعها على الفقراء والمساكين والمحتاجين، غير مُبالٍ بالمجهود المبذول بل مُعتبراً ذلك مصدر فرحة وسلامة؛ لأنه أتمّ عمل الله المُكلَّف به بنجاح، وكأنه عمل خاص به أو مسؤول كلفه بعمل ونجح فيه. وتطورت الخدمه حتى أشرك باقي الخدام وأصحابه، وأحضر ترسكلات وغيرها من معدات تساعده وباقي الخدام في هذه الخدمة.

وكان له إيمان قوي وعجيب بقوه الصلاة وقوة المذبح، حيث أنه كانت أي مشكلة تواجهه كان يضع ورقة عن المشكلة على المذبح فتُحلّ.

بركه صلاته تكون معنا

مزمور هوشعنا

أبونا تاضرس يعقوب ملطى

- يَنسب بعض الدارسين مزمور 118 لداود النبى، وأنه في فرْحة إمتلاكه كل المملكة دعا الشعب ليفرح معه، ولكن ليس للإحتفال بداود نفسه كملك ولكن بالمسيح المنتظر.
- وبعض الدارسين يَنسبون المزمور لداود في فرحته بصعود التابوت لأورشليم.
- كذلك يَنسبه البعض للإحتفال به في تدشين الهيكل.
- يربط التقليد اليهودي هذا المزمور بعيد المظال، وجاء في المشناه Mishnah أنهم كانوا يلوِّحون بحزْمة من سعف النخل وفروع الآس (نبات عطري) والصفصاف في بدء الترنم به وعند نهايته، ثم يضعون فروع الصفصاف على المذبح.
- وكانوا يستخدمون هذا المزمور بطريقة التسبحة في الكنيسة الآن. ففريق منهم ينشد آية ويرد عليهم الفريق الآخر بآية كقرار. وقيل أن السيد المسيح سبَّح هذا المزمور مع تلاميذه ليلة العشاء السري، فكان السيد المسيح يقول مقطع والتلاميذ يردون عليه بالمقطع الآخر.
- وصار اليهود يُصلّون به وهم آتون للهيكل، ليذكروا أن من يدخل الهيكل يجب أن يكون باراً "افْتَحُوا لِي أَبْوَابَ الْبِرِّ" ويَذكروا في تسبيحهم الضيقات التي صادفتهم وعمل الله الإعجازي في كل ضيقتهم، وينظرون للمستقبل بثقة وأن أي ضيقة يَسمح بها هي للتأديب.
- والمزمور يرى أن الصدّيق الذي يسلك بكمال مُضطهَداً ومرذولاً من الجميع، قد صار رأساً للزاوية، أي رفعه الله وعظَّمه بالرغم من إحتقار الناس له، وهي تنطبق على الشعب الذي إحتقره المصريين ولكن الله إختاره شعبا له يقيم في وسطهم.
- ونرى في هذا المزمور نبوّاتٍ متعددة عن عمل المسيح الخلاصي، بل أن المسيح طبَّقه على نفسه صراحة (مت21:42). وأعتبر نفسه أنه الحجَر الذي رذله البناؤون فصار رأساً للزاوية، الحجَر يرمز للمسيح.
- والكنيسة تُصلي (مز118: 26-24) "هذا هُوَ الْيَوْمُ الذي صَنَعُهُ الرَّبُّ، نَبْتَهِجُ وَنَفْرَحُ فيه، آه يَا رَبُّ خَلِّصْ! آه يَا رَبُّ أَنْقِذْ! مُبَارَكٌ الآتي باسْمِ الرَّبِّ. بَارَكْنَاكُمْ مِنْ بَيْتِ الرَّبِّ" في مزمور قداس عيد القيامة، بل تَصلي هذه الآيات بلحْنها المعروف كل يوم أحد، لنذكر الخَلاص الذي صنعه المسيح بقيامته وإنتصاره على الموت. بل فيه تبرَّرنا وصار لنا الدخول مَن أبواب البر.
- وتُصلي الكنيسة هذا المزمور في صلاة الساعة الحادية عشرة، أثناء إنزال جسد المسيح من على الصليب، لتذكُّر أحداث ذلك اليوم الرهيب الذي اجتمع الكل فيه ضد المسيح وصلبوه (مز118: 14-10) "كُلُّ الأُمَمِ أَحَاطُوا بِي. باسْمِ الرَّبِّ أُبِيدُهُمْ. أَحَاطُوا بِي واكتنفوني. باسْمِ الرَّبِّ أُبِيدُهُمْ. أَحَاطُوا بِي مِثْلَ النَّحْلِ. انْطَفَأُوا كَنَارِ الشَّوْكِ. باسْمِ الرَّبِّ أُبَيِّدُهُمْ. دَحَرْتَنِي دُحُورًا لأَسْقُطَ، أَمَّا الرَّبُّ فَعَضَدَنِي. قُوَّتِي وَتَرَنُّمِي الرَّبُّ، وَقَدْ صَارَ لِي خَلاَصًا". ولكن الربّ عضد المسيح (مز118: 13،14)، "إِذِ استمع إِلى صراخه" (مز118:5) "مِنَ الضِّيقِ دَعَوْتُ الرَّبَّ فَأَجَابَنِي مِنَ الرُّحْبِ". وأقامه منتصراً على الموت، (مز118: 18-16) "يَمِينُ الرَّبِّ مُرْتَفِعَةٌ. يَمِينُ الرَّبِّ صَانِعَةُ بَأْسٍ، لا أَمُوتُ بَلْ أَحْيَا وَأُحَدِّثُ بِأَعْمَالِ الرَّبِّ، تَأْدِيباً أَدَّبَنِي الرَّبُّ، وَإِلَى الْمَوْتِ لَمْ يُسْلِمْنِي.". بعد أن كانوا قد صَلبوه إذ أوثقوا الذبيحة بربط إلى قرون المذبح. والمذبح هو الصليب والذبيحة هي المسيح، والقرون رمز للقوة، فالمسيح استسلم تماما دون إبداء أية مقاومة كمن هو بلا قوة.

وكوْن الذبيحة موْثقة بقوة بقرون المذبح فهذا يعني:

1. قوة الخلاص (القرون رمز القوة في المجتمعات الرعوية).
2. إشتياق المسيح لهذا الخلاص (إش5-2:27).

وإذ ترى الكنيسة عمل المسيح الخلاصي تطلب من الجميع أن يُسبِّحوا الله على عمله.

إذا رأوا وأدركوا قوة الخلاص وقوة دم المسيح.

تربية الأطفال

ما هي المدة الواجب أن أقضيها مع طفلي؟

الأم والطفل كيان واحد منذ لحظة تكوينه في رحم الأم، وأصبح مصير الإثنين مرتبط ببعضهما منذ ذلك الحين ويُصرِّح الكثير من العلماء النفسيين أن الحبل السّرِّي بين الأم وطفلها لا ينقطع حتى بعد الولادة تظل الأم والطفل لديهما رابط مشترك خفي لا يوجد له تفسير إلا أنه جزء لا يتجزأ منها.

وبرغم ذلك الإرتباط النفسي العجيب الذي أوجده الله في قلوب كل الأمهات إلا أن روتين الحياة السريع أدخل على هذا الإرتباط الرائع بعض من التعقيدات، ومنها العمل بأوقات طويلة وإنشغال الأم بمتطلبات المنزل والعمل طول اليوم، وذلك بالتأكيد يؤثر على التكوين النفسي للطفل، لأن الأم بالنسبة له هي مصدر الأمن والثقة الكاملة في حياته. إن إبتعادها أو إختفائها عنه يُعدّ مصدراً من مصادر التشتت والخلل في هذا الشعور.

ومن هنا ظهر لدى الأمهات الضرورة لتواجد طريقة أو أسلوب يعزز الشعور بأمان الطفل، ويُعيد له أيضا ثقته بما حوله ويُعوِّض المدة التي يفتقدها الطفل لتواجد والدته أمامه. ومن هذه الاساليب: –

أسلوب المشاركة:

أي أن نقوم بمشاركة الطفل في إهتماماته مثل الرسم ولعب رياضة واللعب بالألعاب، أي في إهتماماته التي يُفضِّل أن يقوم بها والتي في الغالب يقوم بها لوحده في غيابها.

تخصيص وقت لتبادل أحداث اليوم:

برغم ما مررتي به من أحداث في يومك لا بد أن تنهي كل ذلك في وقت دخولك المنزل، وتحترمي الوقت المتبقي لكِ في المنزل وتخصصي لطفلك وقت من اليوم لتتعرفي على ما مر به في يومه من أحداث.

أسلوب للتواصل بين الأم وطفلها:

بالرغم مما تمر به الأم من مشكلة في قضاء الوقت مع طفلها، إلا أن ذلك لا يمنع أبداً من إيجاد أسلوب تواصل دائم للأم مع طفلها بأي شكل، سواء بالتليفون أو بالمراسلات النصّية أو بأي طريقة أو أسلوب يمكّن الطفل من العثور عليها وقت إحتياجه لها.

تخصيص يوم كامل ومتفرغ للطفل:

للقضاء معه كل إسبوع إن أمكن، ويكون دائماً مرتبط لديه أنه «وقتي أنا في هذا اليوم»، ليس كتعويض عن إبتعادي عنه أكثر من أنه وقت اندماجي في حياة طفلي والدخول إلى عالمه.

أن أشارك طفلي في آرائه:

حول كل شيء مرتبط بالأسرة وأجعله يشعر أنه عضو له أهميته في هذه الأسرة، هذا يسمح لي أيضاً أن أراقب اختياراته برفاقه وأقرانه وألاحظ ما يمكن أن يكسبوه من سلوك.

وأخيرا يبقى في مخيلة القارئ عما هي المدة الواجب قضاءها مع طفلي ليكون متّزن نفسياً وشخصاً سوياً؟؟

تكون إجابتي على هذا التساؤل هي الوقت الدائم في حياتك كلها، أي كل وقت يستغيث بكِ فيه ويكون في أمسّ الحاجة إليكِ ويجدك أمامه لتعاونيه، هو الوقت الذي يجب أن تقضيه مع طفلك.

تاريخ الكنيسة

تابع تاريخ البطاركة

في هذا العدد

تابع القرن الرابع

أبونا منسى يوحنا

البابا بطرس الثاني «البطريرك الحادي والعشرون»:

نشأ بالإسكندرية وتتلمذ على يدي البابا أثناسيوس الرسولي، فتهذَّب بعلمه وتمثَّل بقداسته حتى رآه جديرا بالإرتقاء إلى رُتب الكهنوت فرسمه قسًّا ثم أسقفًا، ولكثرة علمَه وتقواه أوفده إلى سورية لمقاومة إنتشار البدع فيها بالإشتراك مع القديس باسيليوس الكبير أسقف الكبادوك.

ولما شعر البابا أثناسيوس بقرب رحيله أشار لشعبه وكهنته عليه كخلفٍ له فسُيِّم بطريركاً سنة ٣٧٣م في عهد فالنس قيصر.

وجد الأريوسيون أن فرصتهم قد ضاعت بسيامة البابا بطرس الثاني بطريركاً، لكن وجود فالنس الإمبراطور الأريوسي شجَّعهم على الشكوى ضد البابا بأنه لا يستحق هذا المركز، فأرسل إلى والي مصر الأريوسي «بلاديوس» يأمره بنفي البابا بطرس وإقامة لوسيوس الأسقف الأريوسي بدلا منه.

كان لوسيوس هذا مصرياً نال الأسقفية بطريقة غير شرعية خارج البلاد، والآن بأمر الإمبراطور فالنس إنطلق لوسيوس إلى مصر ومعه كتيبة ضخمة تحت قيادة ماجينوس أمين خزينة الملك وأوزوسيوس البطريرك الدخيل، وهجم القائد على الكنيسة بهدف إغتيال البابا، وتحت ضغط المؤمنين ولسلامهم إضطر إلى الهروب والإختفاء في قصر مهجور على شاطئ البحر.

إنطلق البابا الإسكندري إلى روما فقابله أسقفها داماسوس بما يليق به من الإكرام واستضافه عنده خمس سنوات. وشجَّعه البابا بطرس على أن يعقد مجمع ليحرم فيه بدع أبوليناريوس ومارسيل ومكدونيوس، لينفي عن كنيسة رومية شبهة موالاتها للهراطقة. فخضع داموس لمشورته وعقد ذلك المجمع.

إقتحم لوسيوس الكرسي المرقسي بالسلطة الزمنية، فهجر الأرثوذكسيين الكنائس مفضلين الإقامة في منازلهم على الصلاة خلف الهراطقة. وأخيراً إذ إنشغل فالنس بالحرب مع الفرس رجع البابا بطرس من رومية؛ فاستقبله الشعب بكل حفاوة وطردوا لوسيوس الدخيل الذي انطلق إلى فالنس ليشتكي، وفي نفس العام قُتل فالنس وخابت آمال لوسيوس.

ولما رأى الملك ثيؤدوسيوس الذي خلف فالنص أن كنيسة القسطنطينية قد تأخرت وانحط شأنها بسبب اهتمام ملوكها بأضطهاد الأرثوذكسيين أناط البابا بطرس بإصلاحها، وبالفعل بذل كل جهد لإصلاح شأنها حتى تسلَّم القديس غريغوريوس النزينزي هذه الإيبارشية كطلب شعب القسطنطينية يعاونه في ذلك البابا بطرس، وقد قبل غريغوريوس اللاهوتي الأمر بعد ضغط شديد.

طمع مكسيموس في كرسي القسطنطينية فذهب إليها وتظاهر بمصادقته للقديس غريغوريوس، بعد ذلك ذهب إلى الإسكندرية واستطاع بمكره أن يخدع البابا لترشيحه للبطريركية عوض القديس غريغوريوس الثيئولوغوس (النزينزى). ثار الشعب القسطنطيني على ذلك ورفضوا سيامته بل وطردوه طالبين القديس غريغوريوس بطريركاً. تظلَّم مكسيموس لدى الإمبراطور ثيؤدوسيوس الذي رفض إقامة أسقف دون رغبة الشعب. وعندما فشل ذهب إلى البابا بطرس ليسنده، وإذ إكتشف حيلته رفض مساندته ضد الشعب، وطلب من الوالي أن ينفيه لتصرفاته الخاطئة. أراد البابا إزالة ما حدث من لبس في الأمر وتوضيح موقفه أمام شعب القسطنطينية لكنه رحل سريعاً في ٢٠ أمشير (سنة ٣٨٠م).

البابا تيموثاؤس الأول «البابا الثاني والعشرون»:

جلس على الكرسي الإسكندري بعد بطرس أخيه في شهر برمهات سنة ٩٧ ش و٣٨٠م في عهد ثيؤدوسيوس قيصر، وقيل أنه كان يُلقَّب بالفقير وذلك لأنه وزَّع كل ما يمتلكه. وكان تلميذاً للقديس أثناسيوس الرسولي وشاطره في كثير من أتعابه، وذهب معه إلى مجمع صور سنة ٣٣٥م، حيث أثبت براءة معلمه عندما جاء الأريوسيون بامرأة زانية تتهم البابا أنه إرتكب معها الشر، فقام تلميذه يتحدث كأنه هو البابا، فصارت المرأة تَصرّ أنه هو الذي صنع معها الشر، فإنفضحت خديعتها.

وما كادت الكنيسة تتطهَّر من وباء بدعة آريوس حتى ظهرت هرطقة مكدونيوس النصف آريوسي بطريرك القسطنطينية منكر لاهوت الروح القدس، فإنعقد المجمع القسطنطيني سنة ٣٨١م وحضره البابا تيموثاؤس وإشترك مع أعضاء هذا المجمع للقضاء على تلك البدعة وحرموا أيضا أناساً آخرين لعقائد أخرى شنيعة تظاهروا بها في السيد المسيح. لكن دخلت الكرامة الزمنية في الكنيسة إذ جعل المجمع كرسي الإسكندرية في الدرجة الثانية بعد رومية والقسطنطينية مراعاة لخاطر مَلِكَيّ رومية والقسطنطينية؛ فإنسحب البابا وأساقفته إحتجاجاً على تصرُّف المجمع المخالف لتصرُّف الكنيسة بالإجماع لمدة نحو اربعة قرون. وقد إهتم بالعمل الرعوي وترميم الكنائس حتى تنيَّح في ٢٦ أبيب سنة ١٠٢ش (٣٨٥ م).

متي نتخلص من الأدوية بعد فتحها

عند فَتْحنا علبة الدواء نستمر في إعطاء الطفل منها إلى أنْ تنتهي صلاحيتها؟ فلا بد أن نُفرِّق بين عاملين: الصلاحية والفعالية، بمعنى أنَّ الدواء يبقى صالحاً للاستخدام ٣ سنوات، ولكن إلى متى يكون فَعّالاً؟

هذه لسْتة ببعض الأدوية وطرق إستخدامها:

١. **دواء الشرب:** إذا تم فَتْحه يجب التخلُّص منه بعد شهر واحد.

٢. **المُعلَّق:** إذا تم فَتْحه يجب التخلص منه بعد أسبوعين (الأدوية التي نقوم بإذابتها في المياه ورجَّها في الزجاجة).

٣. **المضاد الحيوي:** إذا تم فتحه يجب التخلُّص منه بعد أسبوع من تاريخ حلّه.

٤. **قطرات ومراهم العين:** إذا تم فَتْحها يجب التخلُّص منها بعد ٤ أسابيع.

٥. **قطرات الأنف والأذن:** إذا تم فَتْحها يجب التخلُّص منها بعد ٤ أسابيع.

٦. **بخّاخات الفم:** يمكن إستخدامها إلى أن تنتهي الصلاحية الموجودة على العبوّة، وهي تكون محفوظة في عبوّة معدنية.

٧. **بخاخات الأنف:** إذا تم فَتْحها يجب التخلُّص منها بعد ١٢ أسبوع.

٨. **الكريمات:** إذا تم فَتْحها يجب التخلُّص منها بعد ١٢ أسبوع.

٩. **نقط الفم:** إذا تم فَتْحها يجب التخلُّص منها بعد ٤ أسابيع.

١٠. **الحُقَن البودرة:** عند حَلّها توضع في الثلاجة وصلاحيتها ٤٨ ساعة.

The Resurrection

The rising of Jesus Christ from the dead was the biggest event that shook Jews and they tried to fight it in all ways to the extent that they said about resurrection that this last deception will be stronger than the first deception, which is Christ's Preaching.

Christ rose from the dead by Himself without anybody raising Him. All those who were raised before, were raised by others: Elijah revived the son of the Widow of Zarephath of Sidon. In addition, Elisha raised the son of the Shunammite Woman. Moreover, Christ raised the daughter of Jairus, the son of the Widow of Nain, and Lazarus. However, Christ Himself rose by Himself because He had the power of resurrection in Him and it was not possible for death to capture Him because He had the life in Him (Jon 1:4). In addition, Christ rose regardless of the tight guarding, the tomb securing, the stone sealing and the large stone, which was against the door of the tomb. He left the tomb on a time that nobody knew, on Sunday at dawn, and the large stone remained in its place until an angel came and rolled back the stone to announce the resurrection that had already happened. Thus, the women were able to see the empty tomb.

The Lord Christ indicated with His resurrection that He was more powerful than death and that His death was not a weakness of Him neither was His silence during His trial a weakness of Him. If He had talked, he would have refuted the listeners and convinced them. However, this was not His aim; His aim was to redeem us. Therefore when they asked Him to descend from the cross He did not although He was capable of doing it… But His aim was to die for us to go through passions on our behalf and to pay the price of sin as propitiation and redemption for us. He cried out with a loud voice when He yielded up His spirit while His body was extremely worn out, dried out of its blood and water and exhausted from the whipping, walking, beating, bleeding and hanging on the cross. Moreover, He died in body, but in His, Godhead He was alive and never dying.

In His death, He preached salvation to those who rested in hope, He managed to open the closed Paradise and enter the robber along with Adam and his sons, the Old Testament saints.

مسابقة العدد

لماذا نصوم 9 ساعات قبل التناول من الاسرار المقدسة؟
أذكر سبع مواضع في الصلوات الطقسية، يُذكر فيها إسم القديس مارمرقس الرسول.
أذكر أسماء البلاد التي كرز فيها مارمرقس (فى آسيا وأوروبا، وأفريقيا).
ماذا كانت هرطقة كل من: آريوس، مقدونيوس، نسطور ، أوطاخى، ابليوس، أبوليناريوس؟.
وماذا كانت وظيفة كل منهما قبل قطعه؟
وما هو المجمع الذي قطع كلًا منهم؟ وما تاريخ انعقاده؟
من هو الذي ضلت منه الآتان ثلاثة أيام؟
قال في سفره " شعبي يسأل خشبه وعصاه تخبره"؟

الجندي

قصة قيلت عن جندي كان راجعاً من الحرب إلى منزله، فقد إتصل تليفونياً بوالديه من سان فرانسيسكو:

–يا أمي و يا أبي، أنا عائد توّاً من الميدان إلى البيت، ولكن لي طلب أسألكم أن تُلبُّوه. لديَّ صديق عزيز أريده أن يأتي معي إلى البيت.

– بالتأكيد، نحن نحب إستقباله.

– هناك أمرٌ ما لا بد من معرفته، وهو أنه أُصيب بشدة في القتال. فقد داس على لَغَم أرضي وفَقَدَ ذراعه وساقه. إنه ليس لديه أي مكان آخر للذهاب إليه، وأريد له أن يأتي ليعيش معنا.

وبعد تردُّد أجاب الأب:

– إنه لأمرٌ مؤسف سماع ذلك، يا بُنيَّ. ربما يمكننا مساعدته في إيجاد مكان آخر يعيش فيه.

– لا يا أمي ويا أبي، أنا أريد له أن يعيش معنا.

– يا ابني أنت لا تعرف ما تطلبه. شخصٌ مثل هذا وبهذه الإعاقة سيكون سبب عبء رهيب علينا. لدينا حياتنا الخاصة للعيش بهناء، ونحن لا يمكن أن نسمح لشيء من هذا القبيل أن يتداخل في حياتنا. أعتقد أن عليك أن تأتي إلى البيت وتنسى هذا الرجل. ولا بد أنه سوف يجد وسيلة للعيش من تلقاء نفسه.

وعند هذه الكلمة، أغلق الابن سمَّاعة الهاتف، ولم يسمع الوالدان شيئاً من إبنهما أكثر من هذا.

إلا أنهما وبعد بضعة أيام، تلقَّيا اتصالاً هاتفياً من مركز الشرطة في سان فرانسيسكو: لياتوا لإستلام إبنهما

وسافر الأبوان بالطائرة إلى سان فرانسيسكو، ونُقلا بمعرفة الشرطة للتعرُّف على إبنهما.. ولكن يا للرعب! فقد اكتشفا ويا للحزن، ما لم يَقُل لهما أحد من قبل، أن ابنهما بذراع واحد وساق واحدة!

ربما خجل الإبن أن يَصدم أباه وأُمه بحقيقة ما حدث له، فذَكَرَ ما حدث له بهذه الصورة.

الأب والأم في هذه القصة هما مثل الكثيرين منا. فمن السهل علينا أن نُحب مَنْ هم حِسان المظهر أو مُمتعون في علاقتهم معنا ليكونوا معنا ويحيطوا بنا، ولكننا لا نحب الناس الذين قد يُسبِّبون إزعاجاً لنا أو نشعر تجاههم بعدم الارتياح. أما الناس ذوو الصحة الجيدة أو الوسامة والملابس النظيفة فلن نبقى بعيداً عنهم. أما نحن، فالحمد لله، ليس هناك مَن يعاملوننا بهذه الطريقة!

ولكن ما يزال هناك شخص يحبنا الحب غير المشروط، ويُرحِّب بنا في الأسرة الكبيرة أي الكنيسة إلى الأبد، بِغَضّ النظر عن كيف أفسدنا حياتنا بالأنانية وباحتقارنا لِمَن نظنّ أنهم أدنى منا!

وهذه الليلة، وقبل أن تدسَّ نفسك تحت الغطاء لتستدفئ، قف وأرفع صلاة إلى الله أن يُعطيك قوة أنت في إحتياج إليها لكي تقبل الناس كما هم، وأن يُعيننا جميعاً لنكون أكثر تفهُّماً لأولئك الذين يختلفون عنا أو قد يُثيرون اشمئزازنا!

الفنان الالماني هولمان والمقبض

رسم الفنان الألماني هولمان هانت لوحة إشتهرت على مرّ السنين، كانت تلك اللوحة تمثّل الرب يسوع المسيح واقفاً خارج باب منزل، ويده تقرع على الباب.

عندما إنتهى هولمان من عمله، عرض تلك اللوحة على أحد أصدقائه الفنانين ليبدي رأيه فيها. تأمل صديقه مليّاً في اللوحة ثم قال: إنها رائعة حقا، لكن عيبها الوحيد هو أن الباب بلا مقبض!

أجاب هولمان: ذلك لأن المقبض في الداخل، تفتحه أنت.

إن كل من يفتح قلبه للرب يسوع، يدخل إلى حياته المسيح، ويخلق فيه قلباً جديداً، وعقلاً جديداً، وروحاً جديدة.

أن يدخل الرب يسوع إلى قلبك هو أن يحوِّل ذلك الإيمان العقلي والمعرفي الذي لديك إلى حقيقة فعلية تحوي كيانك وتُغيرّ مسلك حياتك، الولادة الجديدة، هي الخليقة الجديدة في المسيح، هي بداية علاقة روحية مع الرب يسوع، حيث يكون الرب سرّ حياتك ومركز حياتك وهدف حياتك. حينها يكون الرب يسوع هو السيِّد والدافع لأفكارك وأقولك وأعمالك.

عندما وُلِد الرب يسوع في بيت لحم، تهللت ملائكة السماء وأضاء نجم في الأعالي.

عندما دخل الرب يسوع بيت زكا وقلب زكا تحوّل زكا من جائب ضرائب، يشي بالناس طمعا في الربح، محبة للمال، إلى شخص يعطي الفقراء والمحتاجين...

عندما دخل الرب يسوع القرى والمدن، جعل في الناس تغييرا، فأحبه الكثيرين وتبعوه.

عندما دخل الرب يسوع الهيكل، طهّره من الفساد، وأرجعه مركزاً للعبادة والقداسة.

عندما صُلِب الرب يسوع على الصليب، حدث تغيير في قلب اللص .

وفي السماء عندما دخل الرب يسوع إلى قدس الأقداس السماوي لكي يُطهّر قلبي وقلبك من خطايانا، فَرِحَت السماء بالخلاص الذي تم.

فَكُلَّ مكان دخله الرب يسوع، أجرى فيه تغييراً كبيراً. وهو يريد أن يجعل من حياتك وحياتي شيء أفضل.

تذكَّر تلك الصورة التي رسمها Holman Hunt، أن مقبض الباب من الداخل، وأنت وحدك تملك مفتاح قلبك. لن تتعب يد الرب، ولن يكلّ عزمه. أنه قريب منك جداً، كل ما عليك أن تفعل هو أن تُصلّي إليه قائلاً: "يا رب أدخل إلى قلبي اليوم واصنع مني إنساناً جديداً".