كنيسة مارمرقس الرسول
اجتماع ابوسيفين للشباب الجامعي والخريجين

ينبوع المحبة

رسالة شبابية غير دورية - العدد التاسع أكتوبر ٢٠١٠

"ربنا موجود كله للخير"

+ اثناسيوس الجديد
+ الحب عند البشر أمراً غير طبيعي
+ البابا بطرس الجاولي وصلاته
+ كيف نتشفع؟
+ أهم أحداث ٢٠١٠
+ عصبية الأطفال

آية العدد

"أطيعوا مُرشديكم وإخضعوا لأنهم يسهرون لأجل نفوسكم كأنهم سوف يُعطون حساباً لكي يفعلوا ذلك بفرحٍ لا أنين لأن هذا غير نافع لكم"(عب 13: 17، 18)

يتحدث القديس يوحنا فم الذهب عن أهمية الخضوع للإرشاد الروحي، قائلاً: [إن عدم الرئاسة لأمر رديء، يسبب اضطراب وشغب وسوء نظام! وكما أنه إذا نُزع الرئيس عن الخورس لا يبقى ما عليه من لحن ونظام، وإذا أُبعد عن الجيش قائده لا يثبت في استقامة ... وإذا ما عدمت السفينة مدبرها تغرق،هكذا إذا أُبعدت الراعي عن المرعى تسيء إليه وتهلكه .

، وأما ما هو أصعب منه فهو عصيان المرؤوسين . فإذ لا يرضخ الشعب لرسم رئيسه يكون حاله أشبه بمن لا رئيس لهم، بل وأكثر شرًا. لأن الذين ليس لهم رئيس معذورون في سوء نظامهم ...أما من لهم رئيس ولا يطيعونه فلا عفو لهم وإنما يعاقبون].

في هذا العدد

١-المحبه
٢-السكتة الزوجيه.
٣-الشفاعة التوسليه.
٤-فن التعامل مع المراهق.
٥-البرهان والدليل على استحالة تحريف الكتاب المقدس.
٦-قبل أن ترتبط بشاب أو شابه ضروري أن تسأل ....
٧-أشجار مثمرة (أثناسيوس الجديد).
٨-شرح خيمة الاجتماع.
٩-عصبية الأطفال "خمسة كلمات لا تقال أمام الأطفال"....
١٠-أيهما أفضل الصمت أم الكلام؟
١١-أهم أحداث الكنيسه القبطيه ٢٠١٠.
١٢-القداس الإلهي. "تعليم اللغه القبطيه"
١٣-تاريخ الكنيسة (صلاة البابا بطرس).
١٤- بقلم الشباب (مش لوحدك).
١٥-شريعتي الزواج والطلاق في المسيحيه.
١٦-بانوراما ثقافيه.
١٧-الخدمة الروحيه والخادم الروحي.
١٨-علامات الحياة.
١٩-مسابقة العدد.
٢٠- تسالي مسيحية.

أكشف لي ذاتك....

لست أنا يارب الذي أذهب إليك، لأني لا أعرف طريقة الوصول جيداً.
عقلي قاصر، وروحي حبيسة، وأنا أيضاً مربوط في الجسد...
وهناك أشياء كثيرة تعطلني: منها شهواتي ورغباتي..
وأيضاً يارب لأني أحياناً أريد أن أقترب إليك ... ولكنني
كثيراً ما أسقط، وكثيراً ما أزل. والقداسة حلم أشتهيه...
ولكن أين لي به! فهل معني هذا أنني سوف لا أراك؟
أعطني يارب نقاوة القلب التي بها أرى وجهك. انضح علي بزوفاك فاطهر
اغسلني فأبيض أكثر من الثلج.

قداسة البابا شنوده الثالث

للأراء والمقترحات: yanbo3_alm7ba@yahoo.com

المحبه

عندما نتحدث عن الوصية العُظمى، أعني المحبه، ذُكر أنها تشمل فضيلتين هامتين: الأولى أن تحب الرب إلهك من كل قلبك ومن كل فكرك ثم قال «والثانية مثلها: تحب قريبك كنفسك بهاتين الوصيتين يتعلق الناموس كله والأنبياء» (مت 22 : 36 ـــ 40)

ومحبة القريب، هي محبه لكل الناس لأن البشر كلهم أقرباؤك كلهم أبناء آدم وحواء.

لقد خلق الله العالم كله من أب واحد وأم واحده، ليكونوا جميعاً أسره واحده تربطهم رابطة الدم وبالتالي رابطة الحب وحتى هذه الأم الواحده أخذها من أحد أضلاع الرجل الأول لكي ما يحبها ويقول» هذه الآن عظم من عظامي ولحم من لحمي» (تك 2 : 23)

لهذا كله كان عدم الحب بين البشر أمراً غير طبيعي

والعجيب أن أول إيذاء حدثنا عنه الكتاب المقدس، كان من إنسان ضد إنسان، ولم يكن من وحش إفترس إنساناً!! لقد قام على هابيل أخيه وقتله وبدأت البغضه والقسوه بين الناس، وتتابعت مأساة فقدان الحب في تاريخ البشريه، وكثرت قصص العداوه والبغضاء، وقصص الحسد وتصادم الأغراض ... وكان لابد من وصايا إلهيه لتُعالج الحال، وإستلزم الإصلاح أساسين: أحدهما إيجابي، والآخر سلبي:

العنصر الإيجابي: فهومشاعر الود والتعاطف والتعاون، وأما **العنصر السلبي:** فهوالكف عن الكراهيه والإعتداء لأن الكراهيه هي المشاعر الكامنه داخل القلب والإعتداء هوالتعبير الظاهر عن تلك المشاعر الداخليه والمطلوب هوالإرتقاء بكل مشاعر الإنسان، للوصول بها إلى مستوى الحب.

فأولاً ينبغي أن تكون محبتنا للناس داخل محبتنا لله لا تكون ضدها، ولا تزيد عليها، فلا تحب أحداً عن طريق كسر وصية من وصايا الله، فالأم التي تُحب إبنها بأن تدلله، أو أن تُغطي على أخطائه بحيث لا يعرفها أبوه، لا تكون محبتها حقيقيه ولا نافعه بل لا نسميها حبا وإنما تدليلاً.

والصديق الذي يُحب صديقه، بحيث يجامله في كل خطأ، ويخشى أن يُقدم له نصيحه مخلصه لئلا يجرح شعوره هذا لا يحبه بالحقيقه لذلك أيضاً فالأب الذي يحب إبنه يؤدبه (عب 12 : 6)

وقد قال الرب «من أحب أبا أوأما أكثر مني فلا يستحقني ومن أحب إبنا أوإبنه أكثر منى فلا يستحقني» (مت 10 : 37)

شرط آخر، هوأن يكون الحب عملياً

يقول القديس يوحنا الرسول في هذا «يا أولادي لا نحب بالكلام ولا باللسان، بل بالعمل والحق» (١يو3 : 18) وهكذا قال عن محبتنا للناس تظهر عملياً في معاملاتنا لهم.

وهكذا إرتبط الحب عموماً بالعطاء وبالبذل.

وقيل عن محبة الله لنا «هكذا أحب الله العالم حتى بذل إبنه الوحيد، لكي لا يهلك كل من يؤمن به، بل تكون له الحياة الأبدية» (يو3 : 16)

بنفس الوضع ينبغي أن نحب بعضنا البعض، حباً باذلاً ويصل البذل إلى قمته ببذل الذات وبالعطاء من الأعواز(مر 12 : 44)

ومن شروط المحبه أيضاً أن تكون طاهره

فليست محبه حقيقيه أن شابا يحب فتاه لكي يُفسد عفتها، ويُضيع أبديتها، ويفقدها سمعتها في المجتمع الذي تعيش فيه.

ومن شروط المحبه الحقيقيه أن تكون للجميع وإلا صارت تحيزاً أولوناً من القبليه.

هي محبه للكل، لا تفضيل بسبب الجنس أواللون أوالدين محبه بلا تحيز ولا إنحياز، إن يعقوب أبا الآباء لما ميز إبنه يوسف عن باقي أخوته، وأعطاه قميصا ملوناً، تسبب ذلك في حسدهم له، وجر عليه الكثير من الضيقات.

لهذا أيضاً ينبغي أن تكون المحبه عادله، وتكون المكافأه ملتزمه بالحق وبالموضوعيه.

وينبغي أن تكون المحبه أيضاً صادقه وروحانيه.

وكما قال الكتاب «المحبه فلتكن بلا رياء» (رو12 : 9) فالرياء يدل على أنها ليست محبه صادقه ويدخل في ذلك كلام المَلق والمديح الكاذب.

والقلب المُحب لا ينتقم لنفسه.

فالإنتقام لون من الكراهيه والعداوه ويدخل في (محبة) الذات لا في محبة الغير والكتاب يقول «لا تجازوا أحداً عن شر بشر»، «لا تنتقموا لأنفسكم أيها الأحباء» بل «إن جاع عدوك فأطعمه وإن عطش فإسقه» (رو12 : 17)

ومحبة الناس لها مجالات عديده.

منها محبة الأبوه والأمومه، ومحبة البنوه والأخوه ومحبة الأزواج، ومحبة الأصدقاء، ومحبة الكنيسه، ومحبة الخدام والمخدومين، ومحبة المجتمع عموما، وتوجد المحبه العامه التي تشمل العالم أجمع وما أكثر ما نقرأ عن الهيئات العالميه التي تعمل في نطاق الخير والإغاثة لأي شعب على وجه الأرض.

وفى ذلك تظهر أيضاً محبة الغرباء.

وقد أوصى الله كثيرا الغرباء فقال: «أحبوا الغريب، لأنكم كنتم غرباء في أرض مصر» (تث 10 : 19)

ترتفع المحبه إلى أعلى قممها، فتصل إلى محبة الأعداء.

وقال الرب في ذلك» سمعتم أنه قيل تحب قريبك وتبغض عدوك وأما أنا فأقول لكم: أحبوا أعداءكم، باركوا لاعنيكم، أحسنوا إلى مبغضيكم، وصلوا لأجل الذين يسيئون إليكم ويطردونكم» (مت 5 : 43 ، 44)

قد يقول البعض «من الصعب عليّ أن أحب عدوي فماذا أفعل؟» أقول لك: على الأقل لا تبغضه على الأقل إغفر له في قلبك، وإنسى إساءته إليك «تدرج في الفضيله إلى أن تُصلى من أجله أن يصلحه الله، ويقوده إلى التوبه، ويغفر له وهكذا تصل إلى محبته».

صديقك لا يعاملك بالمثل،دقه بدقه، بل يحتملك في وقت غضبك، ويصبر عليك في وقت خطئك ... ولا يتغير حبه ان تغيرت ظروفك أو ظروفه... (قداسة البابا شنوده الثالث)

السكته الزوجيه.

الصمت بين الزوجين مشكله تعاني منها العديد من الأسر،وهي مؤشر على أن العلاقه بين الزوجين تقترب من الجمود،لذا فهي تُمثل خطراً يهدد الحياه الزوجيه،ويضع علماء النفس علامات ثابته لهذه الحاله:

١-عندما يتجنب شريك الحياة كل إتصال وحوار وتفاعل..حينئذ يُعاني الطرف الآخر من الوحده وينطلق متألما باحثا عن احتياجاته الغير مشبعه.

٢-عندما يتجنب أحد الطرفين إظهار الحب والإهتمام،ويُحرم الآخر من الحب النفسي أو الحسي فيجبره على المعاناه والحرمان.

٣-عندما تُفقد القرارات المشتركه مكانها،ويحيا كل طرف في دائرته الخاصه،دون أن يطلب من الآخر أي رأي.

٤-عندما تنمو الذكريات الأليمه والتحاملات داخل النفوس إذ يحيا كل طرف في الماضي المملوء بالجراح والمواقف المحزنه.

٥-عندما يتجنب كل طرف لقاء العيون.

ويكون رد الفعل هو موقف من ثلاثه:

أ- تجميد العلاقات : يحاول فيه الطرفان الحفاظ على الشكل الخارجي فقط للعائله.

ب- الإتجاه للإنفصال : بالذات عندما يُفقد الاحترام وتتوالى التدخلات بدون فائده.

ج- البحث عن مساعده : هنا يبحث الشريكين عن شفاء للعلاقه الجريحه،وبناء علاقه زوجيه ناجحه.

والآن هل تعرف كيف تبدأ السكته الزوجيه؟

إنها تبدأ عادة من التوافه،إننا غالبا ما نواجه كوارث الحياه وأحداثها في شجاعه وصبر واحتمال ثم ندع بعد ذلك التوافه تغلبنا على أمرنا...

وهذه قائمه بالأمور التي تؤدي إلى الخلافات الحاده:

- إهمال المشاعر المتكرر.
- نسيان المناسبات الهامه في الحياه الزوجيه.
- غياب المجاملات البسيطه.
- كلمات النقد بالذات أمام الآخرين
- غياب اللمسات الرقيقه التي تعبر عن الحب.
- الصوت العالي الحاد المستفز.
- كثرة السخريه من عيوب الطرف الآخر.
- كثرة التوجيه والتحكم.
- تدخل الأهل والأصدقاء.
- الإلحاح المستمر.
- إهمال الطلبات العميقه ولو كانت صغيره.
- عدم الإنصات والإستماع لمشاعر الشريك.

أيها الزوج...أيتها الزوجه...ألم يحن الوقت بعد لنُراجع مواقفنا،ونكتشف حجم الخساره التي صنعناها بأنفسنا وبيوتنا وبأولادنا؟... ألم يحن الوقت لنتوقف عن إهدار الحياه في التفاهات؟فالحياه أقصر من أن نقصرها!

«فلنسلك إذا بلياقة»(رو١٣:٣١)...جاءت كلمة لياقه في العهد الجديد ٥ مرات،وبالرجوع للمعنى اليوناني للكلمة نجد أنها تعني الرقه والأناقه والزينه الحسنه،ولا شك أن هذه المعاني مطلب أساسي في رحلة الزواج الطويله.

✝ «الكلام الحسن شهد عسل حلو للنفس وشفاء للعظام»(ام ١٦:٤٢)،الكلمه الطيبه المشجعه لها أكبر أثر في النفس بينما الكلمات القاسيه هي سرطان الحياه الزوجيه ويصيبها بالعجز أو حتى الوفاه،ومع أن هذه حقيقه بديهيه إلا أننا جميعا لا نكف عن الإجتهاد للوصول لهذه الكلمات الجارحه...فإذا جاءتك مثلا زوجتك بطعام لا تستسيغ طعمه،فلا تصب جام غضبك عليها منتقدا الطعام ثم تنتقل إلى الهجوم على كل شيء تفعله،فإنك بهذا تشعل نار الجحيم بيديك،فإنه من المؤكد أنها ستكيل لك الإهانه بالإهانه،فبدلا من ذلك أشكرها أولا على تعبها وإمتدح إنشغالها بإعداد الطعام ثم قل لها:ربما يحتاج هذا الطعام إلى قليل من العنايه ليكون كما تعودت أن تتناوله من يديك،حينئذ سوف تعمل زوجتك أن يأتي الطعام في المره القادمه محتفظاً بحسن ظنك فيها.

✝ نقطه أخرى مهمه في اللياقه هي«المظهر الخارجي»..من علامات الإهتمام والتقدير للآخر أن أتزين لأقابله،فقد أعطى لعازر الدمشقي لرفقه زوجة إسحق آنية فضه وآنية ذهب وثيابا لتتجمل بها لكي تذهب وتلاقي زوجها(تك٢٤:٣٥)...إذا هي دعوه للجمال،دعوه لأن تتجمل الزوجه لزوجها والزوج لزوجته..وهنا نتحدث عن الأناقه والجمال وليس عن التبذير والمبالغه.

✝ قاوموا الملل...فالتجديد هو أحد أهم أسرار السعاده الزوجيه،لأن الرتابه والروتين مثل البركه الراكده تصيبها الأمراض ويدمرها السكون والمَلل..حتى في العلاقه مع الله نسمع عن الترنيمة الجديدة (رؤ٥:٩)،(مز١:٦٩)،والأغنيه الجديده(مز٣:٣٣) والخليقه الجديده(١يو٢:٧)...يعني هذا السعي الدءوب لإخراج العلاقه بالله من فخ الملل والرتابه التي تقتل الإبداع وتدمر الإبتكار...

وبالمثل الحياه الزوجيه...على الزوج والزوجه أن يبدعا معاً،والأمثله كثيره لا تُحصى...مثلا قومي بتغيير ترتيب المنزل،إخرجا للراحه والترفيه... وإذا رجعت ذات يوم إلى بيتك وفي يدك زهره جميله ألا يحرك ذلك حماس شريكة حياتك لمزيد من الحب والبذل لزوج يقدرها.

تقول الدكتوره دوروثى ديكى:كيف يقصر الرجل عن بذل المجهود في سبيل الهناء العائلي في حين أنه يركب الصعب ويخوض الأهوال في سبيل أن يكسب المال فأيهما أجلب للسعاده؟أكوام المال أم زواج قائم على الوفاق والحب!!

يقول د.ناثانائيل براندن:على كل زوج أو زوجه أن يقدم لشريك حياته تجديدا للحب كل يوم لكي يضمن إستمرار السعاده الزوجيه..ومن هذه النصائح ما يلي:

١-تكرار كلمة «أحبك»

٢-إنتقاء كلمات التقدير والإعجاب والمديح.

٣-مشاركة الأفكار والمشاعر،وكشف الأفكار مع تبادل الثقه.

٤-تبادل الهدايا البسيطه من وقت لآخر حتى بدون مناسبه معروفه.

٥-قضاء وقت قيّم للشركه وعمل أعمال مشتركه معاً.

٦-التعبيرات الجسديه للحب.

هذه هي نصائح علماء الزواج،وأيضا نصائح الواقع المعاش،علينا أن نجتهد لنصنع من زواجنا متعه متجدده،والذين يزرعون لزواجهم بالتعب والسهر والحب يحصدون السعاده والهناء،فزرع الدموع يعقبه حصاد الإبتهاج(مز١٢٦:٥)

الإنسان السوي يقيم توازناً في توزيع وقته، يعطى وقتاً لعمله ووقتاً لراحته، وقتاً لاحتياجات الجسد ووقتاً للوسائط الروحية، وقتاً لمسئوليات الأسرة ووقتاً لمطالب الخدمة ..وهكذا (قداسة البابا شنوده الثالث)

الشفاعة التوسلية

معنى كلمة الشفاعه:

الشفاعه هي التوسل أو الصلاه من أجل الآخرين وهي لا تنبعث من مجرد العاطفه أو المنفعه بل عن إدراك واع بأن علاقة الله بالإنسان ليست علاقه فرديه فحسب بل وإجتماعيه أيضاً فهي تمتد إلى علاقة الإنسان بالإنسان.

وتُذكر كلمة الشفاعة مرات عديده في العهدين القديم والجديد

- **ففي العهد القديم:**

تدل عليها كلمة egp(بغى) العبريه والتي تعطى معنى قريب من المعنى العربي للكلمة «أراد شيء وطلبه وألح عليه» ، «يقدم إلتماساً بغرض قبوله» ، «يتوسط»، وقد ترجمت هذه الكلمة إلى «يلح» في (راعوث 1 :16،أرميا7 :16)، و«يلتمس» في (تك 23 :8)، (أي 21 :15)، و«يتوسل» في (أرميا27 :18)، و«يتضرع» في (أرميا15 :11)

- **أما في العهد الجديد:**

فقد دلت عليها entugcanw(أنتيجخانو) بمعني يلتمس أو يتوسل (أع25 :24)، (رو8 :26)، (عب7 :25)، كما ترجمت إلى «صلاة» في (اتي4 :5)، و«ابتهالات» في (اتي2 :1).

ويتضح من هذه الشواهد أن الكتاب المقدس بعهديه القديم والجديد يوافق على هذه الشفاعه إذ يقول (صلوا بعضكم لأجل بعض) (يع5 :16)، والقديسين أنفسهم كانوا يطلبون صلوات الناس عنهم. فالقديس بولس كان يطلب من أهل تسالونيكى في رسالته «صلوا لأجلنا»(2تس3 :1)

فإن كان القديسين يطلبون صلواتنا أفلا نطلبها نحن منهم وإن كنا نطلب الصلاه لأجلنا من البشر الأحياء أفلا نطلبها من القديسين الذين أكملوا جهادهم وإنتقلوا إلى الفردوس يتمتعون بالمسيح.

ولكن هل يستجيب الله لشفاعة العذراء والقديسين؟

سوف نذكر مثلاً واحداً من عشرات الأمثله التي يحتوى عليها الكتاب المقدس في قبول الشفاعه. فالله إستجاب لشفاعة السيدة العذراء في عرس قانا الجليل رغم أن ساعته لم تكن قد جاءت بعد ليبدأ خدمته (يو2 :1-8).

إن كانت السيده العذراء قد توسلت من أجل أصحاب الحفل في أمورهم الماديه وإستجاب لها الرب،أليس من الأولى أن نطلب شفاعتها من أجلنا لكي تطلب من إبنها الحبيب من أجل حياتنا الروحيه والجسديه والآن وهي قد إنتقلت إلي السماء ولكنها مازالت عضو في الكنيسه وجسد المسيح تشفع في أبنائها المحتاجين إلى صلواتها وطلباتها من أجلهم أمام الرب يسوع ولعل ظهوراتها العديده هي أكبر دليل على إهتمامها بأولادها والتشفع لهم.

ولكننا ينبغي أن نعلم أننا حينما نطلب شفاعة العذراء والملائكه وصلوات القديسين من أجلنا فإننا لا نقدم لهم صلاه أو عباده فالعباده والصلاه لا تُقدم إلا للرب يسوع المسيح وإنما نحن نطلب منهم كأحباء لنا مثلما يطلب الطفل الصغير من أمه أن تطلب من أبيه من أجله ولكن أبيه يحبه ويفعل له كل شيء صالح ونافع.

ولا يعني طلبنا لتوسلاتهم من أجلنا أن نمتنع نحن عن الصلاه أمام الله من أجل أن يستجيب طلباتنا فلابد أن نصلي وبلجاجه ويدعمنا في هذه الصلاه أعضاء جسد المسيح من القديسين الذين أرضوا الله بمحبتهم.

شفاعة العذراء:

ومن الطبيعي أننا عندما نطلب شفاعة شخص ليتشفع لنا عند أحد فإننا نطلب الأقرب له ومن أقرب مكانه عند الرب يسوع أكثر من أمه العذراء مريم؟ لذلك فإن شفاعتها أكثر مكانه من شفاعة القديسين فهي والدة الإله والشفيعه لجنس البشريه كلها. إنها فيض الحنان والطلبات الذي يغمرنا منذ أن قالت نعم للرب وقبولها بتجسد الرب بداخلها وحتى يومنا هذا وهي أصبحت الطريق المفتوح دائماً بين الرب وجنس البشريه بإعتبارها فخر جنسنا ووالدة الإله.

وهى لا تتشفع لجنسها عامةً بل تتشفع لكل فرد على حده في أحزانه وأفراحه فنحن لديها كأبناء لها كيسوع تطلب دائماً لنا الصالح والمُفرح. فهي لا تصلي وتطلب من أجلنا في الحياه الروحيه فقط بل والجسديه كما ذكرنا حتى أبسط الأشياء التي نتمناها ونطلب شفاعتها لتتحقق تطلبها هي من أجلنا ببركة صلوات أمنا العذراء مريم الشفيعه المؤتمنه لجنسنا .

أمثله للشفاعه

- **في العهد القديم:**

1-شفاعة إبراهيم عن سادوم وعموره.

2-إقامة الميت إكراما لعظام اليشع النبي.

3-موسى النبي من أجل بَرص مريم.

4-طوبيا يقول:

«فإنما نحن بنو القديسين وإنما ننتظر تلك الحياة التي يهبها الله للذين لا يصرفون إيمانهم عنه أبدا»(طب 2 :18)

5-قال أليفاز لأيوب في تجربته:

«إدعُ الآن فهل لك من مجيب وإلى أي القديسين تلتفت» (أي 1 :5)

في العهد الجديد:

1-فصعد دخان البخور مع صلوات القديسين من يد الملاك أمام الله (رو 8 :4)

2-شفاعة أمنا العذراء في عرس قانا الجليل.

وهذا على سبيل المثال لأن الكتاب مليء بالشفاعه.

فن التعامل مع المراهق

تبدأ مرحلة المراهقه فسيولوجياً منذ حوالي عمر تسعة أعوام حتى حوالي خمسة عشر عاماً.. في شكل نشاط الغدد الجنسيه وإفراز الهرمونات الجنسيه من هذه الغدد فتحدث التغيرات المختلفة في كل أجزاء جسم المراهق.... ويبدأ الطفل في الإحساس برجولته والطفله في الإحساس بأنوثتها تدريجياً.

ونحن لسنا بصدد هذه التغيرات الفسيولوجيه ولكن هذه التغيرات يصحبها تغيرات في المشاعر والأحاسيس حيث يحاول الطفل أن يكون رجلاً والطفله أن تكون فتاه.

ولكن غالباً يستمر الكبار في التعامل معهم كأنه مازالوا أطفالاً ويعاملونهم نفس معاملة الأطفال دون محاولة الحوار والتفاهم معهم في أحاسيسهم النفسيه والعاطفيه والجنسيه **فيضطر المراهقون للإرتباط الشديد بصداقات من نفس الجنس للحوار والتفاهم وإظهار مشاعرهم وغالباً ما يتناقشون فيما يخص الحب والجنس ويتناقلون المعلومات بينهم ولكن معظم هذه المعلومات تكون خاطئة وحسب رؤية المراهقين لها.** كما أن المراهق غالباً ما يعاني من **إزدواجية المشاعر.**

هل يرتبط بوالديه أم ينفصل عنهم لكي يشعر بالنضج؟

هل يخضع لهم أم يتحداهما؟!

من هذا يصبح موقفه خليط بين سلوك الطفل وسلوك الراشد.

فإذا فهم الأباء نفسية الأبناء من خلال الحوار والتفاهم تمر هذه المرحله بسهوله.

أسلوب التعامل السليم مع المراهقين:

بالنسبة للمراهق:

• يجب أن يقترب الأب منه نفسياً ويناقشه بحب مهما كان عناد المراهق وأسلوبه الأستفزازي.

• كما أن الأم يجب أن تشعره بالحب والحنان والإهتمام. مع تجنب الملامسات الشديده أو خلع ملابسها أمامه.

• **تشجيع المراهق والإعجاب بآرائه** تجاه الأمور وتركه لتجربة الجديد وإذا حدث فشل نعتبر أن هذا أمراً طبيعياً وأن الإنسان يتعلم من فشله.

• **الحوار معه في الأمور العاطفيه والجنسيه** علي أنها أمور طبيعيه ولكن المهم أن يتعامل معها بحكمه واعتدال حتى مرحله النضج.

• يبدأ المراهقين في **الإستحلام** أثناء النوم وعند حدوث القذف يعتقدون أن ما حدث أمراً مروعاً فهم لا يعلمون ماذا حدث "البعض يظن أنه تبول لا إرادي ولكن بصورة غريبه."

العادة السريه:

إن العديد من الدراسات الطبيه الحديثه تشير إلي أن العاده السريه لا تؤدى أو تسبب أي ضعف أو مرض جسدي. كما تشير إلي أن حوالي ٩٥٪ من الشباب قام بممارسة العاده السريه في أي فتره من عمره. ومن الناحيه النفسيه لن تحدث مشكله عند الكبر في حالة ممارستها في مرحلة الشباب.

ولكن الافراط فيها:

• يدعم الإحساس بالأنانيه وأخذ المتعه من الذات دون مشاركه حقيقيه مع الطرف الأخر مما يؤثر سلبياً على العلاقه الزوجيه مستقبلاً حيث أن العلاقه الجنسيه أساساً نوعاً من العطاء والمشاركه مع الحياه وليست متعه ذاتيه.

• أو الخيال الخاطئ أثناء العاده السريه بأن يتخيل الفرد جسم المرأة فقط ويدعم هذا الخيال في شكل خيال لممارسات غير طبيعيه قد يكون شاهدها في بعض الأفلام الجنسيه أو الانترنت مما يدعم ارتباط الجنس بالجسد فقط.

فبعد الزواج يعتبر الفرد الزوجه مجرد أداة لإشباع رغباته الجنسيه حيث أن ميله الجنسي إرتبط بجسد المرأه فقط وقد يتركها أحياناً ويمارس العاده السريه فهو لم يتعلم المشاركه والعطاء والأخذ في العلاقه الجنسيه.

أما السويه النفسيه فهي أن يرتبط الجنس بالحب والإحساس بالآخر والرغبه في المشاركه والتفاعل معه.

بالنسبة للفتاة في سن المراهقه:

• يجب أن تقترب الأم منها نفسياً وتناقشها بحب وتوضح لها **التغيرات الجسمانيه** التي سوف تظهر عليها.

خصوصاً قبل بداية الدوره الشهريه حتى تعرف المراهقه معنى الدوره الشهريه وأنها أمر طبيعي سوف يحدث وتكون مستعده نفسياً لتتقبله. فبعض الفتيات لعدم معرفتهم بذلك وفجأه يحدث نزول دم الدوره الشهريه يسبب لهن حاله من الرعب والخوف الشديد.

• والأب لابد أن يشعر بحبه وحنانه وقبوله لها ويتجنب الحوار أو التلميح فيما يخص التغيرات الجسمانيه لديها.

• قد تراود المراهقه أحلاماً جنسيه.

بعض المراهقات يروا **أحلام جنسيه** تجاه المقربين الأب أو الأخوات وهذه الأحلام من الناحيه النفسيه عاديه حيث يتخطاها المراهقون ويستبدل الأب بالرجل لدى الفتاه والأم بالمرأه لدي الشاب فما الأب أو الأم ألا نموذج لهم في خيال المراهقين.

العادة السرية:

الكثير من الفتيات قد يلجأن إلي العادة السرية أيضاً ولكن بنسبة أقل من المراهقين. وقد تحدث نفس المشكلات مثل المراهق بالاضافه إلي أن الإفراط فيها قد يجعلها تحتفظ بالإثارة الجنسية من الخارج فلا تستطيع أن تشعر بالعلاقة الزوجية الطبيعية في المستقبل وتعوق أحساس المشاركة الطبيعية مع الزوج.

وفي النهاية إن فهم الأباء نفسية الأبناء والأبناء للآباء من خلال الحوار والتفاهم يجعل هذه المرحلة تمر بسهولة.

يجب ألا تأخذ القوة أسلوباً شمشونياً أو عالمياً ، ولا تعنى القوة الإنتصار على الغير وإنما كسب الغير

(قداسة البابا شنوده الثالث)

البرهان والدليل على استحالة تحريف الكتاب المقدس

» كتاب كتبه دواد الذي زنى وقتل وبطرس الذي أنكر الإيمان وشاول الذي قاوم الفكر أكثر من أربعون من البشر العاديون. فهل البشر لا يخطئون؟

» كتاب ترجم للغات كثيره فهل إحتفظ بنفس الأفكار؟

» كتاب إحتوى الناسخ والمنسوخ وهل يصلح لأن يكون كتاباً مقدساً؟

» كتاب إحتوى ما هو ضدد العقل وهل يمكن أن يكون كتاباً سمويا؟

الكثير من الاتهامات التي توجه للكتاب المقدس والتي قُتلت بحثاً وسوف نتحدث بتلخيص عن مدى صحتها.

1–الكتاب المقدس هو أكثر الكتب التي أخذت وقت في كتابتها. أشترك في كتابته أكثر من أربعون كاتباً من أماكن وبيئات مختلفه ما بين أوروبا وفلسطين وبابل (العراق) ومصر... والتي تحتوي على ثقافات مختلفه والأزمنه مختلفه منذ موسى النبي وحتى القديس يوحنا الحبيب. وعملوا هؤلاء الكتاب في وظائف مختلفه، فموسى عمل بالرعي وسليمان ملكاً ونحميا ساقياً وبطرس صياداً ولوقا طبيباً و وبولس فيلسوفاً **ورغم كل هذا الإختلاف نجد وحدة الكتاب المقدس** وتناسقه بلا أدنى تضاد. فلو جمعنا أربعين شخصاً مختلفين في درجات التعليم فمنهم من حصل على الابتدائيه وآخرون جامعيون وآخرون حاصلوا على الدكتوراه ومنهم الشباب ومنهم الشيوخ ومنهم الغنيً ومنهم الفقيرً وطالبناهم بالكتابه في موضوع واحد. فمن المستحيل أن نجد وحدة وتناسق وإنسجام تام في كتابتهم دون تضاد أو إختلاف في الرأي. فما السبب؟

هؤلاء الكتاب كتبوا كتاباتهم بوحي من الروح القدس الذي يقودهم ونحن لا نؤمن بعصمة أحد من الأنبياء فبطرس الذي أنكر الإيمان أمام الجاريه إعترف به أمام الملوك وندم داود كثيراً على فعلته وبشر بولس وتعب كثيراً من أجل نشر الإيمان بعدما عرف خطيته. فلماذا نذكر خطاياهم ولا نذكر توبتهم وتعبهم.

2–ونجد في الكتاب المقدس التدرج أيضاً فقبل شريعة العهد القديم كان الإنتقام إنتقاماً مضاعفاً. ولكن عندما جاءت شريعة العهد الجديد كانت كخطوة في طريق الكمال وحجمّت الشر فمثلاً لو أخذنا الإنتقام والتسامح كمثل فنجد قول السيد المسيح»سمعتم أنه قيل عين بعين وسن بسن وأما أنا فأقول لكم لا تقاموا الشر. بل من لطمك على خدك الأيمن فحول له الآخر أيضاً» وأيضا»لا تجازوا أحداً عن الشرّ بشرّ. إن كان ممكناً فحسب طاقتكم سالموا جميع الناس».

3–وهذا يقودنا لنقطة **الناسخ والمنسوخ**. أي أن يأتي الله بشريعه أو حكم ثم يأتي بالضد له وهذا غير صحيح فسوف نفهم من قول السيد المسيح «لا تظنُّوا إني جئتُ لأنقض الناموس أو الأنبياء، ما جئتُ لأنقض بل لأكمل «(مت 5 :17) **وهي خطة التدرج** أي أن اليهوديه كانت تمهيداً للمسيحيه وسنجدها في قول الإنجيل «لأن غاية الناموس هي المسيح «(رو1 :4) وكان السيد المسيح له المجد يقول دائماً في أحاديثه (مكتوب) أو (أما قرأتم) أو (ينبغي أن يتم المكتوب). أما عن القول بأن **ترجمة الكتاب المقدس ساعد على تحريفه** نستطيع القول العكس أن ترجمة الكتاب المقدس ساعدت على إنتشاره وبذلك صارت هناك إستحاله في تحريفه هذا لو أغفلنا الأثر البالغ للكتاب المقدس في الكثير من شعوب الأرض.

4–أما عن **شهادة الكتاب المقدّس لنفسه** أي النبوات التي حواها الكتاب المقدس. فمثلاً النبوات التي تختص بالسيد المسيح نحو ثلاث مائه نبوه ومنها نبوة أشعياء بوحي الروح القدس أن العذراء تحبل وتلد «ها العذراء تحبل وتلد ابناً وتدعو إسمه عمانوئيل»(أش7: 14) وقد حدد دانيال النبي زمن مجيئه ووقت صلبه وتحدثت نبوات أخرى عن أن السيد المسيح يأتي من نسل إبراهيم وعن هروب السيد المسيح إلي أرض مصر وأشياء أخرى كثيرة ونبوات أخرى تحدثت عن سقوط ممالك وقيام ممالك فمثلا لا يصدق أن مدينة بابل ذات الأسوار الحصينه سوف تسقط يوماً وقد حدث وسقطت. فهناك الكثير من الكتب التي تتحدث عن النبوات في الكتاب المقدس والتي تستفيض في شرح النبوات.

5–ولو تحدثنا عن **شهادة التاريخ للكتاب المقدس** فنجد أنه هناك العديد من النسخ المحفوظه في متاحف العالم والتي لا تختلف عن النسخ التي في أيدينا الآن مثل النسخة الفاتيكانيه والتي كُتبت باليونانيه بأمر الملك قسطنطين سنة 328م وأيضاً النسخه السينائيه و النسخه الأسكندريه و النسخه الأفراميه وليس هذا فقط ولكن أيضاً كتابات الآباء والتي تقتبس من الكتاب المقدس حتى قال البعض أن الكتاب المقدس يمكن جمعه بالكامل من خلال كتابات الآباء.

6–ويجب ألا نغفل **شهادة مشاهير التاريخ للكتاب المقدس** فمثلاً إسحق نيوتن قال «إن البحث النزيه أثبت صدق الكتاب المقدس وإن كل ما جاء به يحمل في طياته البراهين الكافيه» وأيضاً نلسون جويك والذي قال «تاريخ الكتاب المقدس صحيح بدرجه مذهله كما تشهد بذلك الحفريات والآثار» وأيضاً جورج واشنطن والذي قال مستحيل حكم العالم حكماً عادلاً بدون الله والكتاب المقدس وأيضاً غاندي (الزعيم الهندي) الذي قال الكتاب المقدس تاج الكتب والموعظه على الجبل درة في هذا التاج.

في الكتاب المقدس غذاؤنا اليومي لأننا نحيا بكل كلمة تخرج من فم الله انه خبز الحياة وغذاء الروح

(قداسة البابا شنوده الثالث)

7–لو تحدثنا عن **أمثله للحقائق العلميه التي ذُكرت في الكتاب المقدس** منذ آلاف السنين والتي إختلف العلم فيها معه وعاد وإتفق بعدما تطور العلم وبقى الكتاب المقدس ثابتاً. فمثلاً بينما كان الإعتقاد أن الأرض محموله على قرني ثورٍ بينما قال الكتاب « ويعلق الأرض على لا شيء»(أي 26 :7) وأيضاً بينما ظل العلماء يعتقدون أن الأرض مسطحه حتى القرن الخامس عشر ثم جاء جاليليو وقال أن الأرض ليست مسطحة وإنها تدور حول الشمس فقالوا له: إما أن يكون الخطأ في منظارك أو في عينيك. قال الكتاب قبل ذلك بكثير»الجالس على كرة الأرض» (أش 4. : 22).

وهناك العديد من **الأسئله المنطقيه التي يجب أن توجه لأصحاب دعاوي التحريف**.ومنها

أليست التوراة والإنجيل كلام الله؟ فكيف يسمح الله بتبديل وتحريف كلماته؟! الجميع يعلمون أن العهد القديم في أيدي اليهود وفي أيدي المسيحيين والجميع يعلمون كيف يغالي اليهود في الحفاظ علي كتاب الله بدرجه تفوق التصور. حتى إنهم قد أحصوا عدد كلماته وحروفه وعدد كلمات (الله) . . . الخ.

فلو قامت فئة من اليهود بتحريف جزء من العهد القديم. هل كان يصمت المسيحيون؟! ولو حدث العكس. هل كان يصمت اليهود؟!

لو حدث تغيّير في كلام الرسل سواء الشفهي أو الكتابي. **هل كان يصمت اليهود** وهم يرون ديانتهم وقد إهتزت؟! وهل يصمت علماء الوثنية وهم يرون إخوتهم يدخلون للمسيحيه؟! ثم **ألم يكن المبتدعون علماء درسوا الكتاب ولكنهم ضلوا الطريق**؟ ألم يكن في حوزتهم نسخ من الكتاب المقدّس؟! وهل لو قام بعض المسيحيين بتحريف أجزاء من الكتاب هل يصمت هؤلاء الهراطقه؟!

وهل أراد المسيحيون تشويه صورة إلههم فنادوا بأنه صُلِب عرياناً على الصليب؟!

كانت كرازة الرسل في منتهى الصعوبه إذ هم ينادون بإله مصلوب كانت كرازتهم ضد العقل ومع ذلك كانوا يصرون عليها «ولكننا نحن نكرز بالمسيح مصلوباً لليهود عثرة ولليونانيين جهالة»(١ كو ١ : 23). ألم يكن من المنطقي حذف مواقف الضعف التي ظهر فيها السيد له المجد؟!

ألم يكن من المنطقي حذف ما تعرض له الإله المتجسد من إهانات وسخريه وإستهزاء ولطم وضرب وبصاق وجلد وصلب؟!

ألم يكن من المنطقي حذف خوف التلاميذ أثناء الصلب؟! ألم يكن من المنطقي حذف الشك الذي ظهر فيه التلاميذ إذ أنهم لم يصدقوا القيامه إلا بعد ظهور المسيح لهم؟!

لو إفترضنا جدلاً حدوث تحريف في العهد القديم أما كان يحذف اليهود صور الضعف التي ظهر فيها أنبياؤهم؟!

سكري وعري نوح وخداع يعقوب ومخالفة موسى وزنى وقتل داود..الخ. وأيضاً مع نهاية القرن الأول كانت المسيحيه قد انتشرت في قارات العالم. وفي نهاية القرن الرابع صارت المسيحيه هي الديانه الرسميه في العالم كله وصار الأباطره من المسيحيين.

وهنا تتوالي الأسئله:

- في أي عصر من العصور حدث التحريف؟!
- وفي عهد أي من الملوك تم التحريف؟!
- كيف أمكن جمع كل النسخ من جميع بلاد العالم؟!
- هل تم تحريف النسخ جميعها وإعادتها إلى أصحابها؟!
- أم هل تم إعدامها ونشر الجديد عوضاً عنها؟!
- ألم تنجو نسخه واحده من هذه المذبحه؟!
- وهل صمت التاريخ عن ذكر هذه الحادثه؟!
- وهل خرس جميع المؤرخين وأُمسكت أيديهم عن الكتابه؟!
- وهل غيّر ملايين المسيحيين معتقَداتهم في لحظه وغمضه عين؟!
- وهل صمت المسيحيون وإستسلموا للتغيير دون أدنى مقاومه تُذكر؟!
- أين الشجعان الذين تحدوا العذابات؟!
- هل خافوا وإرتعبوا وإستسلموا للتحريف؟!

والأهم أن القانون ينادي بأنه على المدعي إقامة البينه.

فهل للمدعين التحريف إقامة البينه؟!

وما هي هذه البينه؟ إنها النسخه الأصليه للكتاب المقدّس التي لم يصبها التحريف.

هل من المعقول أن أقابل صديقي مينا جرجس بطرس فأقول له: يجب أن تعلم إن إسم أبيك ليس جرجس بطرس وعندما يسألني: إن لم يكن إسم أبي جرجس بطرس. فما إسمه؟

أقول له :أنا لا أعرف. لكني أعرف شيئاً واحداً وهو أنك يجب أن تثق بي. وقد أعذر من أنذر. هل هذا معقول؟! وهل إن لم يصدقني يكون ملوم؟! أم أنني أصير في نظره مثل مجنون!

لهذا عزيزي القارئ

إن كانت المسيحيه قد إنتصرت على أعظم فلسفه في العالم حينذاك وهي الفلسفه اليونانيه. وإن كانت المسيحيه قد إنتصرت على أعظم مدرسه وثنيه في العالم حينذاك وهي مدرسة الإسكندريه. وإن كانت المسيحيه قد إنتصرت على أعظم قوه عسكريه في العالم حينذاك وهي الإمبراطوريه الرومانيه. فكيف انتصرت المسيحيه على كل هذا بكتاب مُحّرف مُزيّف؟!

ولهذا نستطيع الجزم بأنه
لا برهان ولا دليل على تحريف الكتاب المقدس.

إن الناس لا تنقذها مجرد العظات، فالعظات قد تحرك الضمير وربما مع ذلك قد لا تتحرك الإرادة نحو الخير فنحن نحتاج إلى قلوب تنسكب أمام الله في الصلاة لكي يعمل في الخطاة ويجذبهم إلى طريقه (قداسة البابا شنوده الثالث)

قبل ان ترتبط بشاب او شابه ضروري أن تسأل الأسئله العشره التاليه:ـ

1. ما هو طموحك المستقبلي وما هدفك في الحياه؟

إن لـكل إنسان أمنيه في حياته يسعـى لتحقيقها سواء في المجال الاجتماعـي أو الديني أو الأسري أو العملـي وغيره ومن المهم في بداية التعارف بين الخطبين أن تكـون الرؤيه المستقبليه لطرفين واضحة وكلما كانت الرؤيه واضحه كلما قل الخلاف بين الزوجين في المستقبل

2. ما هو تصورك لمفهوم الزواج؟

إن هذا السؤال من الأسئله المهمه بين الطرفين وذلك حتى يتعارف الطرفـان علـى بعضهمـا أكثر،تقول إحـدى المتزوجـات فوجئت عندمـا عرفـت أن مفهوم الـزواج عند زوجها هـو مجرد تحقيق رغباته الجسديـه فقط وأما الزوجه فلا إحـترام لها وتقدير لها وكل المسئوليات ملقاه عليها،وقال زوج كم فوجئت عندما علمت أن مفهوم الزواج عند زوجته أنه لمجرد إنجاب الأبناء فقط،فمعرفة مفهـوم الزواج الصحيح عند المقبلين على الزواج من الأمور التي تساعد على الإستقرار الأسري مستقبلاً.

3. ما هي الصفات التي تحب أن تراها في شريك حياتك؟

جميـل أن يتحدث الإنسان عن مشاعره وما يحب وما يكره وأجمل من ذلك كله أن يكـون مثل هذا الحوار قبل الزواج بين الخطيبين حتـى يستطيع كل طـرف أن يحكم علـى الطرف الآخـر إذا كان يناسبه من عدمه.

4. هل ترى من الضروري إنجاب الأطفال في أول سنه زواج؟

لعـل البعض يعتقـد أن هـذا السـؤال غـير مهـم ولكـن كم من حالـه تفكك وإنفصال حصلـت بين الأزواج بسبـب هذا الموضوع وخصوصاً إذا بدأ أهـل الزوج أو الزوجه يضغطون على الزوجين في موضـوع الإنجـاب ولكن على الزوجـين أن يتفقـا فيما بينهما على هذا الموضوع وأن لا يكـون سبباً من أسباب المشاكل الزوجيه في المستقبل،ونحـن لم نقـل أن الأفضـل الإنجـاب في أول سنة أو التأخير وإنما نترك هذه المسالة لإتفاق الخطيبين.

5. هل تعاني من أي مشاكل صحيه؟ أو عيوب خلقيه؟

لاشـك أن معرفـة الأمراض التـي يعانـى منها الطـرف الآخر لا قـدر الله تؤثـر في قـرار الإختيار الزوجي بـل أن إخفاء المرض علـى الطرف الآخر يعتبر من الغش في العقد فلابد أن يكون ذلك واضحـاً بين الطرفـين سوا كان به عاهـة مستديمه أو مخفيه في أماكن خفيـه من الجسم أو مرض السكر أو غيرها من الأمراض أو عيوب التي يعانى منها المُقبل على الزواج

6. هل أنت إجتماعي ؟ هل لك أصدقاء؟

إن العلاقـات الاجتماعيـه هـي أبـرز مـا يميـز الإنسـان ومهم أن يكـون الإنسـان إجتماعـي الطبـع يألف ويؤلف يحـب و يتحب ومهـم عند التعارف أن يتعـرف على الطرف الآخـر من الناحيه الاجتماعيه،كمعرفة أصدقائه وقوة علاقته بهم وهل هو من النوع الإجتماعي أو الإنطوائي.

7. كيف هي علاقتك بوالديك؟وأخوتك؟

إن معرفـة علاقـة الخطيبين بالأهل أمر في غايـة الأهميه وذلك لأنـه كما يقـال أن الزواج ليـس عقداً بين طرفين فقـط وإنما هو عقداً بين عائلتين فالزوج لن يعيش مع زوجته بمفرده منقطعا عن العالم من حوله وإنما سيعيشان معاً وكلما كانت العلاقه بالوالدين حسنه كلما بارك الله في هذا الزواج وكتب لهذه العائله التوفيق.

8. بماذا تقضي وقت فراغك؟وما هي هوايتك؟

كلما إزداد التعرف على الطرف الأخر كلما كان القرار بالإختيار سهـلاً وميسراً وإن معرفة ما يحب الإنسـان عمله في وقت فراغه دليل علـى شخصية ومعيار لطموحه وأهدافـه في الحياه ونظرته للمستقبل وشخصيته.

9. هل لك نشاط خيري أو خدمه داخل الكنيسه؟

يُفضـل أن تكـون الفتـاه والفتى يقتطعـا جزء مـن وقتهما للعمل الخـيري التطوعي والخدمه وذلك من خـلال تقديم عمل انمائي أو مساعـدة أو حضـور مجالس الخير والإستفـادة منها فإن هذا النشاط مما يجدد الحياه الزوجيه ويقوى العلاقه بينهما،ويسعيان في هذه الدنيا من أجل هدف واحد وهو مرضاة الرب

10. ما رأيك لو تدخلت والدتي أو والدتك في حياتنا الشخصيه؟

إن هـذا السـؤال ينبغـي أن يُطـرح قبـل الخطوبـة وذلـك ليتعـرف كل واحـد منهما علـى الآخر في هـذا الجانب ومدى حساسيته،فيتفقـا إذا اختلفـا في وجهة النظر على سياسه في التعامل بينهما وطريقة حـل الخلاف في حالة تدخل الوالدين في علاقتهم الخاصة.

كن واقعيا فكر في حل مشاكلك ولا تركز على الاكتئاب وإن لم تجد حلا لمشكلتك انتظر الرب أو احتمل وعش في واقعك

(قداسة البابا شنوده الثالث)

أشجار مثمرة

قداسة
البابا شنوده الثالث
والقديس أثناسيوس الرسولي

يتعرض قداسة البابا شنوده الثالث –أطال الله حياته سنيناً عديده – كثيراً إلى حروب شعواء بسبب دفاعه المستميت عن العقيده المسيحيه وتعاليم الكتاب المقدس، ولا عجب في ذلك فقد عانى قبله القديس أثناسيوس الرسولي بابا الإسكندريه العشرون من حروب كثيره بسبب دفاعه عن الإيمان المستقيم حتى لُقّب «بحامي الإيمان» حيث تعرض البابا «أثناسيوس» لضغوط شديده من قبل الإمبراطوريه نفسها، بما لها من قوه وصله بأتباع الفكر الآريوسي؛ وذلك للرضوخ لقبول التعاليم الآريوسيه الضاله التي نادت بأن الابن كان في وقت ما غير موجود، وإنه غير مساو للآب، إلا أنه لم يرضخ لهم، بل تمسك بالتعليم الأرثوذكسي السليم،غير مُبال بالموت وبطش الأباطره، والنفي، ومؤامرات الآريوسيين، وحاشية الإمبراطور، الذين كانوا على صله قويه بأتباع الفكر الآريوسي، لدرجة أن قيل له «العالم كله ضدك يا أثناسيوس» فكان رده عليهم :»وأنا أيضاً ضد العالم»!.

هكذا فقد قامت الدنيا ولم تقعد على قداسة البابا «شنوده»؛ لرفضه الصريح والحاسم للحكم الصادر عن المحكمه الإداريه العليا بإلزامه بإعطاء تصاريح زواج ثاني للمطلقين، لمُخالفة الحُكم لتعاليم الكتاب المقدس ونصوص الإنجيل، وقد أعلنها قداسة البابا بكل حسم عندما قال أمام العالم كله في تعقيبه على الحكم بقوله «نحن لا يُلزمنا أحد إلا تعاليم الكتاب المقدس»، وقال قداسته خلال المؤتمر الصحفي العالمي الذي عقده بالمقر البابوي على خلفية الأزمه: «إلزام الكنيسه بأحكام ضد شريعتها، هو أمر لا تقبله ضمائرنا، ولا نستطيع أن ننفذه، وموضوع الزواج الثاني للمُطلقين هو قضية دينيه بحته» « حتى جاء الحكم المنصف من قبل المحكمه الدستوريه العليا بوقف الحكم الصادر من المحكمه الإدارية العليا القاضي بإلزام البابا شنوده الثالث بالتصريح بالزواج الثاني للأقباط.

حقاً إن قداسة البابا يُعرف بسماحته ومحبته للجميع، لكنه في دفاعه عن العقيده المسيحيه الأرثوذكسيه السليمه يستطيع بقوة الله أن يقف ضد العالم كله إذا حارب العقيده السليمه ويقول كما قال القديس أثناسيوس الرسولي: وأنا أيضاً ضد العالم.

الذي هدفه هو الله ينبغي أن يتألم من أجله، ويبذل ذاته من أجله، عالما أن تعبه ليس باطلا في الرب
(قداسة البابا شنوده الثالث)

شرح خيمة الاجتماع

خيمة الإجتماع هي كنيسة العهد القديم،وتمثل أيضاً حياة الصلاه مع الشعب في ذلك العهد..
وسنرى الآن تطبيقها وإمتيازاتها في العهد الجديد؟

1-مذبح المحرقه(مذبح النحاس):

أول ما يراه الداخل للخيمه،وهذا المذبح يُذبح عليه الذبيحه ويمثل هذا المذبح الصليب في العهد الجديد،وهذا يعبّر على أن الدخول إلى حياة الصلاه لا يكون إلا بالصليب.
وكان المخطئ يجلب الذبيحه ويضع يده عليها معترفاً بخطاياه ولا يستطيع أن يتقدم أكثر ويمسك الكاهن بالذبيحه ويذبحها ويقول لجالبها»قد غفر الرب لك خطيتك»،ويحدث هنا غفران للخطايا لكن لا يحدث تبرير،لا يتراءى المخطئ أمام الله،لكن بعد الصليب تُغفر خطايانا ويكون لنا أيضا لقاء مع الله.
فعندما نَرشم الصليب في الصلاه نشعر دائماً أننا محبوبين،مرغوب فينا بالرغم من جميع خطايانا»الذي أحبني وأسلم نفسه لأجلي»(غل2:20)،وعندما نرشم الصليب أمام حروب الشياطين نعلن مع المسيح «أن رئيس هذا العالم يأتي وليس له فيّ شيء»(يو14 :30)

2-المرحضة:

إناء من النحاس به ماء ليغسل الكهنه أياديهم وأرجلهم،والمرحضه تكون للتطهير وترمز طقسياً للمعموديه،فيدخلون لكي يغتسلون روحياً قبل الدخول إلى المناره الذهبيه(ترمز طقسيا إلى الميرون)وبعد ذلك يتجهون إلى مائدة خبز الوجوه(ترمز طقسياً إلى التناول)...وهذه هي قصة حياة الإنسان في العهد الجديد:

1-العماد 2- ندهن بالميرون
3-التناول

3-المناره الذهبيه:

يوجد فيها ثلاثة أشياء:
1- زيت (هو الروح القدس) 2- نور (هو المسيح)
3- فتيله (هو الإنسان)
يظل الإنسان عباره عن فتيله مدخنه إلى أن يتشبع بالزيت فيمتلئ من الروح القدس ويستطيع أن يُظهر نور المسيح ويظهر شخص المسيح فينا،وتذكر دائماً أنك لن تستطيع أن تمتلئ بالروح القدس وتتحد بالمسيح من غير مخدع الصلاه..
يقول أحد الآباء أن الوحده تبدأ في مخدع الصلاه.

4-مائدة خبز الوجوه:

وهي توجد على يمين المناره الذهبيه،ويوضع على المائده إثنتا عشر رغيف ومعهم البخور...ورقم 12 هو رقم الكمال..
كمال الشبع،عندما تدخل إلى مخدع الصلاه تشعر بالشبع الحقيقي،المسيح يملأ كل كيانك في كل الإتجاهات،ويفسر بعض الآباء رقم 12 على أنه شهور السنة فيكون الشبع في كل الإتجاهات وفي كل الأيام.

5-مذبح البخور:

نرى في مذبح البخور الشفاعه وشركة القديسين «فصعد دخان البخور مع صلوات القديسين من يد الملاك أمام الله»(رؤ8:4)،فندخل هنا في شركه مع صلاة القديسين،ونتعلم الشفاعه في الصلاه...كثيراً ما نقول لا نستطيع أن نُصلي إلا صلاة قصيرة بسبب ضيق الوقت،ولا نعرف ماذا نقول في صلاتنا،لكن لو تثقلنا بهموم الناس أكثر من إنشغالنا بذواتنا سنعرف حينها ماذا نصلي وسنجد الوقت لذلك...الشفاعه تُعلمنا كيف نذكر الناس الذين نقابلهم في اليوم ونقدمهم على مذبح البخور بقلب طاهر ونقي...يُحكى عن خادم كان يذكر كل من يقابلهم في صلاته من كبيرهم إلى صغيرهم وكأنه يعيش يومه كله في مخدع الصلاه.

6- تابوت العهد:

أ- موضوع فيه ثلاثة أشياء:
1- لوحي العهد (رمز للكلمه).
2- قسط المن (رمز للتجسد).
3- عصا هرون التي أفرخت.
ب- وغطاء التابوت يسمي كرسي الرحمه،والكروبيم مظللين للتابوت وعينيهم متجه نحو الغطاء...ويدخل رئيس الكهنه هذا المكان مره واحده في السنه وينضح(يرش)عليه بالدم، والكروبيم (يمثلون الدينونه كما في تك3:24) ينظرون إلى الدم...ولكن من خلال سر التجسد والفداء نستطيع أن نتراءى أمام الرب ونتحد معه،فبعد أن دخلنا في شركة مع صلوات القديسين إتجهنا نحو تابوت العهد فنشعر أننا في محضر الله الرهيب جداً لكننا في محضر الرحمه.
وكانت تُصنع خيمة الإجتماع من خيوط فيها ثلاثة ألوان رئيسيه:
1-الأسمانجوني (لون السماء).
2-الأرجواني (كان رداءاً للملوك).
3-القرمز (الدم).
ونتذكر هنا المجوس الذين قدموا للمسيح:
1- الذهب (يقابل اللون الملوكي).
2- اللبان (يستخدم للبخور ويصعد للسماء..يقابل الاسمانجوني).
3- المر (يقابل القرمز).
بعض المواد المستخدمه في خيمة الإجتماع ومدلولاتها:
1-جلود الكباش المحمره:تعني أنها مصبوغه باللون الأحمر،وترمز إلى طاعة المسيح حتى الموت،الحمل الذي قدم ذاته حتى الموت.
2-جلود التخس:هو جلد ناشف جداً وليس له منظر ولا جَمال، ويرمز إلى صورة الكنيسه قدام العالم.
3-جلود الماعز:كان يُصنع منه رداء الأنبياء قديماً،وتشير إلى أن المسيح جاء ليتمم كل ما قاله الأنبياء.

خمسة كلمات لا تقال امام الطفل

هناك الكثير من الكلام والحديث الذي يجب أن ينتهي الناس من فعله أمام الطفل أو فعله للطفل

خمس كلمات لا تقال أمام طفل،خمسة أنواع من الكلام لا ينبغي أن يقال للطفل أو أمامه مثل:

1– أنت غبي:

لا تقل هذه الكلمة له أبدا فذلك ينقص من شأنه أمام أقرانه ومن الممكن أن تنشأ عقد نفسية في رأسه حول هذه الكلمة.

2– كلمات السب أو اللعن:

لا تقل ذلك أمامه ولا تشتم أحدا أمامه فتلك الكلمات البذيئة تبني له شخصية مهزوزة غير محترمة.

3– تمني الموت للطفل:

لا تقل له «لو أنك مت حين ولدتك أمك» أو ما شابه ذلك مما يعطيه الحسرة على نفسه ومن الممكن أن يدعوه ذلك للانتحار.

4– أنت كسلان ولا تصلح لشيء:

فهذه العبارة خطيرة جداً إن قلت للطفل ذلك فستعطيه عدم الوثوق بنفسه بأنه يستطيع أن يعمل شيء أو يدرس بشكل أفضل.

5– استخدام « لا » كثيرا:

«لا تفعل..لا تفعل..لا تفعل كذا وكذا..» بل استعمل عبارة أخرى مثل «أعتقد أن تلك الطريقة هي الأنسب والأحسن وأنت تستطيع أن تعملها» فذلك سيدعمه على عملها..

عصبية الأطفال

من الظواهر التي كثير ما يشكوا منها الأباء والأمهات ظاهرة عصبية الأطفال ونحن في هذه السطور سنلقي الضوء على هذه الظاهرة بشيء من التفصيل

أولا: تعريف العصبية:

هي ضيق وتوتر وقلق نفسي شديد يمر به الإنسان سواء الطفل أو البالغ تجاه مشكلة أو موقف ما يظهر في صورة بكاء و صراخ أو مشاجرة مع أقرانه

أسباب العصبية لدى الأطفال:يرى علماء النفس أن العصبية لدى الأطفال ترجع إلى احد السببين الآتيين:

1. أسباب عضوية مرضية مثل:

اضطرابات الغدة الدرقية،سوء الهضم،مرض الصرع وفى حالة وجود سبب عضوي لابد من اصطحاب الطفل إلى الطبيب المختص لمعالجته منه فلابد من التأكد من خلو الطفل من الأمراض العضوية قبل البحث عن أسباب نفسية تكمن وراء عصبية الطفل وفى حالة التأكد من خلو الطفل من تلك الأمراض السابقة علينا أن نبحث في السبب الثاني للعصبية وهو

2. أسباب نفسية واجتماعية وتربوية:

وتتمثل في:-

أولاً: عصبية الوالدين أو احدهما مما يجعل الطفل يقلد هذا السلوك الذي يراه أمام عينية صباحاً ومساءاً.

ثانيا:غياب الحنان والدفء العاطفي داخل الأسرة.

ثالثا:عدم إشباع حاجات ورغبات الطفل المنطقية والمعتدلة.

رابعا: القسوة في التربية مع الأطفال سواء بالضرب أو السب أو عدم تقبل الطفل وتقديره أو تعنيفه لأتفه الأسباب

خامسا:التفريق في المعاملة بين الأطفال سواء الذكور أو الإناث أو الكبار والصغار.

سادسا:هناك دور رئيسي للمدرسة فربما يكون احد المعلمين يتصف بالعصبية مما يجعل الطفل متوتراً ويصبح عصبيا

مظاهر العصبية لدى الأطفال:

قضم الأظافر،مص الأصابع، إصرار الطفل على القيام بعض الحركات اللاشعورية مثل تحريك الفم أو الأذن أو الرقبة أو الرجل وهزها بشكل متوتر ومتواصل، صراخ الطفل بشكل دائم في حالة عدم الاستجابة لمطالبة،كثرة المشاجرات مع إقرانه.

خطوات العلاج:

1– أن يتخلى الوالدين عن العصبية في معاملة الطفل

إشباع الحاجات السيكولوجية والعاطفية للطفل بتوفير أجواء الاستقرار والمحبة والحنان والأمان والدفء وتوفير الألعاب الضرورية.

2–لابد أن يتخلى الأباء والمعلمون عن القسوة في معاملة الطفل أو ضربه أو توبيخه أو تحقيره.

3– البعد عن الإسراف في حب الطفل وتدليله لأن ذلك ينشئ طفل أناني لا يحب إلا نفسه.

4–عدم التفريق في المعاملة بين الإناث والذكور.

5–إعطاء الطفل شيئاً من الحرية وخاصة فيما يتعلق بشراء الألعاب أو ملابسه وعدم التدخل في كل شيء في شؤون الطفل لأنه يخلق جو من القلق والتوتر بين الأباء والأبناء.

6–استخدام أسلوب النقاش والحوار والإقناع مع الطفل العصبي بدلاً من الصراخ في وجهه.

7–تعزيز السلوك الايجابي للطفل سواء بالمكافآت المادية أو الذهاب إلى مكان يحبه أو بالتحفيز المعنوي عن طريق إطلاق عبارات المدح والثناء.

8–إتاحة الفرصة للطفل من ممارسة نشاط الاجتماعي مع الأطفال الآخرين وعدم الإفراط في الخوف على الطفل من حيث تفاعله مع الآخرين يساعد في نمو الشخصية الاجتماعية.

9–مراقبة ما يشاهده الطفل في التلفاز وعدم السماح له برؤية المشاهدة التي تحتوي على عنف أو إثارة وعدم لعب الألعاب العنيفة في الكمبيوتر.

إن كان واحداً من أولادك يريد أن يكون قوياً لا تحطم فيه هذه الرغبة إنما وجهها توجيهاً سليماً بأن يكون قوياً في روحياته،في إرادته في إنتصاره على الخطية،في خدمته و في قوة أقناعه للغير (قداسة البابا شنوده الثالث)

أيهما أفضل الصمت أم الكلام؟

يقف أمامنا سؤال هام: أيهما أفضل الصمت أم الكلام؟

"لكل شيء تحت السموات وقت" (جا3: 1) فلا يجوز الصمت حين ينبغي الكلام، ولا يجوز الكلام حين يجب الصمت، وقد قال الآباء: الصمت من أجل الله جيد، والكلام من أجل الله جيد. ولقد خلق الله الإنسان كائنا عاقلا ناطقا، لكي ينطق ولكن بعقل. كما أن الله خلق للإنسان أذنين ولسانا واحدا، لكي يسمع أكثر مما يتكلم، كما جعل الأذنين مفتوحتين بإستمرار. أما اللسان فجعله في فم مغلق بشفتين وحول اللسان أسوار من الأسنان، كل ذلك لكي يستمع أكثر مما يتكلم، وقد جعل الله الأذنين كلا منهما في إتجاه، الواحده منهما في اليمين والأخرى في اليسار. لكي من الناحيه الرمزيه يستمع الإنسان إلى الرأي وإلى الرأي الآخر، وبين الأذنين توجد الرأس ترمز إلى العقل والفكر، للحكم بين الرأي والرأي الآخر.

لقد قدم لنا التاريخ أمثله من الصامتين:

كان النساك المتوحدون يرون أن الصمت أفضل، لأنهم بذلك يتفرغون للحديث مع الله وليس مع الناس. أما الصمت بالنسبه للناس العاديين فإنه يعطيهم مزيدا من التفكير، وبعدا عن أخطاء اللسان، وبالتالي حكمه في التدبير. والإنسان الحكيم إذا سُأل سؤالا يصمت قليلا ثم يجيب، لكي يُعطي مجالا ليُقدِّم أحسن إجابه. وذلك لأن التعمق فيما ينبغي أن يُقال هو أفضل من التَّسرُّع في الإجابة عن شيء قبل فهمه جيدا وإستيعابه بعمق.

إن كان حكماء كثيرون قد فضلوا الصمت على الكلام، ففي الواقع ليس كل صمت فضيله، وليس كل كلام خطيئه أو نقصاً. فكما أننا في بعض الأحيان ندان على كلام خاطئ أو متسرع، فأننا في أحيان أخرى ندان على صمتنا.. فالمسأله تحتاج إلى حكمه وتمييز، لنعرف متى نتكلم وبأي أسلوب؟ ومتى نصمت؟ وإلى متى؟ لا شك أن هناك كلام نافعا ومفيدا حين نتكلم بالصالحات.... والصمت حاله سلبيه، بينما الكلام حاله إيجابيه، وإنما يدرب الناس أنفسهم على الصمت، كحاله وقائيه من أخطاء اللسان: إلى أن يتدربوا على الكلام النافع.

وسوف نقدم هنا أمثلة للكلام النافع:

وهو كل كلمه تفيد السامع لبنيان عقله وروحه، ولثقافته وهدايته: ومن ذلك كلمة النصح والإرشاد لمن يحتاج إليها، حتى لا يضل الطريق، وكلمة الحكمه التي يجعلها السامع نبراسا له في طريق الحياه، وكلمة التشجيع لإنسان على حافة اليأس أو في حالة إنهيار، لكي تبعث فيه الرجاء من جديد. وكلمة العزاء لشخص حزين. كذلك كلام التعليم على شرط أن يكون تعليما سليما. يضاف إلى ذلك كلمة البَركه من أب لابنه، أو من أستاذ لتلميذه، كذلك كلمة التوبيخ المُخلصه التي تصدر من صديق أو مرشد أو أب، لكي تحذر شخصا يسير في طريق خاطئ حتى يصحح سلوكه أو يمتنع عن خطأ سيفعله.... كل ذلك يدخل في نطاق كلام المنفعه، لأن من يسمعه ينتفع به.

هناك كلام يدخل في حدود الواجب، وهو لازم وملزم، فلا يجوز التقصير في واجب التعليم والتهذيب والتربيه.

وحينئذ تكون الفضيله أن نتكلم حين يجب الكلام.

ويقابل هذا نوع عكسي، يطيل الكلام بغير داع، ويمكن تلخيص كلامه في ربعه أو عُشره،

قد يكون السبب في كثرة الكلام هو التكرار: تكرار نفس العباره أو اللفظه أو القصه كلها، وقد يكون سبب إطالة الحديث هو زيادة الشرح، كما لو كان السامع قليل الفهم أو قد تأتي الإطالة من الداخل في تفاصيل كثيره ممله.

وقد يكون سبب كثرة الكلام، هو حماس المتكلم لأمر معين، ويريد أن ينقل الحماس إلى السامع ظاناً أنه بكثرة الكلام عن الموضوع سيجعله يقتنع به.

وقد يقتنع السامع، ولكن المتكلم يظل يتكلم، إما لرغبته في زيادة التثبيت والإقناع، أو لأن هناك شحنه في داخله لا يستريح إلا إذا قام بتفريغها، وقد يكون الأمر مجرد طبع في المتكلم أنه يعيد ويزيد في كلامه، عن أي موضوع!

والإطاله في الحديث قد تؤدى إلى الملل، وإلى الضيق، فيسرح السامع ولا يهتم، أو يحاول التخلص من هذا الحديث بطريقة ما، أو يهرب من المتكلم كلما صادفه، إن كانت كثرة الكلام طبيعيه فيه.

وكثرة الكلام فيها عدم مراعاة لوقت السامع ومشغولياته، وعدم مراعاة أيضا لنفسيته وأعصابه، ولنوعية فهمه، لذلك درب نفسك على أن تتكلم بميزان.

الصعب لمن يحيا في وسط المجتمع أن يصمت صمتا "مطلقا" ولكنه يمكنه أن يتدرب على الصمت بما يأتي:

١- الإجابات المختصره القصيره:-

فما تكفي كلمه أو جمله للإجابه عنه، لا داعي للتطويل فيه والإسهاب وكثرة الشرح تكفي الجمله الواحده.

٢- عدم الكلام في كل موضوع:

هناك موضوعات ليست من اختصاصاتك فلا داعي للكلام فيها وبخاصةً ما يتعلق بأسرار غيرك.

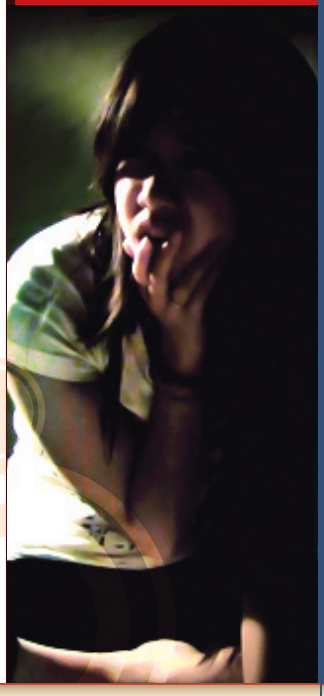
كذلك لا داعي للكلام في أمور ليست من تخصصك كبعض أمور فنيه وسياسيه تفوق معرفتك.

٣- البعد عن أخطاء اللسان:

مثل الإدانه والتهكم وكلام العبث والثرثره والجدل غير النافع وكلام الغضب والإهانة.... الخ

٤- عدم البدء بالكلام إلا للضرورة:

إذا كلمك احد جاوب باختصار وإن لم يكلمك أصمت إلا إذا كان هناك أمر يُلزمك بالكلام بحيث إذا ظللت صامتاً تقع في خطأ معين.



إن كنت لا تستطيع إن تغير حياتك و تجدد قلبك لأنك عاجز فانك قادر أن تسلم حياتك إلى الله الذي يقدر أن يجددك

(قداسة البابا شنوده الثالث)

أهم أحداث الكنيسة القبطية 2010

أحداث نجع حمادي:

وقعت أحداث نجع حمادي عشية ليلة الميلاد الموافق الأربعاء ٦-١-٢٠١٠ والذي راح ضحيتها:

١-رفيق رفعت ٢٨ سنه
٢-بيشوي فريد ٢٧ سنة
٣-ايمن زكريا ٢٥ سنة
٤-بولا عاطف ١٨ سنة
٥-ابانوب كمال ٢٠ سنة
٦-مينا حلمي ١٧ سنة
٧-أيمن حامد ٢٨ سنة
وأسفرت عن تسعة مصابين.

■ استقبل البابا شنوده الثالث بالمقر البابوي بالعباسيه في يوم ١٨-٢-٢٠١٠ أسر شهداء حادث نجع حمادي وقدم لهم تعازيه،ووافق قداسته على أن يتضمن كتاب السنكسار أسماء شهداء نجع حمادي.

■ منح قداسة البابا شنوده الثالث بركه لكل أسرة شهيد مسيحي تتضمن الإنجيل موقعا عليه بخطه ومبلغ ٤٠ ألف جنيه...وكلف الأنبا كيرلس أسقف نجع حمادي بتوصيل المبلغ مع تعازيه لأسرة الشرطي المسلم أيمن حامد الذي لقى مصرعه في الحادث.

■ في السبت ١٧-٧-٢٠١٠ الإحتفال بالعيد السادس والخمسين لرهبنة قداسة البابا شنوده الثالث،والذي يوافق ١٨ يوليو من كل عام..ففي مثل هذا اليوم سنة١٩٥٤ تمت رسامة الشاب نظير جيد بإسم الراهب انطونيوس السرياني،ثم تم رسامة قداسته أسقفا للتعليم سنة ١٩٦٢ وبعد ذلك البابا شنوده الثالث البطريرك ١٧ في تاريخ الكنيسة القبطية اعتبارا من نوفمبر ١٩٧١.

■ في مساء ١٠-٣-٢٠١٠ عقد قداسة البابا شنوده الثالث مؤتمرا صحفيا سيحضره عدد من الأساقفة عقب انتهاء لقاء الأربعاء ليقدم العزاء بإسمه وبإسم الكنيسة في وفاة شيخ الأزهر الدكتور محمد سيد طنطاوي.

■ أصدر الرئيس محمد حسني مبارك قرارا جمهوريا بإنشاء كنيسة لطائفة الأقباط الأرثوذكس بمدينة ١٥ مايو بمحافظة حلوان.

■ تلقى الدكتور أحمد الطيب شيخ الأزهر الشريف الجديد إتصالا هاتفيا من قداسة البابا شنوده الثالث هنئه خلاله بتوليه منصبه الجديد كما وعده بزيارته إلى مشيخة الأزهر في أقرب فرصه ممكنه لتهنئته.

■ بعث قداسة البابا شنوده الثالث ببرقية تهنئه للرئيس مبارك بمناسبة الاحتفال بعيد ميلاده ٨٢ متمنيا له دوام الصحة والعافيه.

■ في ٢٩-٦-٢٠١٠ التقى قداسة البابا شنودة الثالث مع الشيخه فريحة الأحمد الجابر الصباح شقيقة سمو أمير الكويت وحضر اللقاء الأنبا أرميا و الأنبا يؤانس سكرتير البابا وابونا بيجول الأنبا بيشوى و عدد من القيادات التابعه للسفاره الكويتيه و إستمر اللقاء لمدة نصف ساعه و قالت الشيخه فريحه :أن رسالتي لقداسة البابا هدفها أخذ بركة البابا ومحبته الكبيره لنا حيث إحتفظ في مكتبي بجميع الهدايا التي قدمها البابا لنا،وأشارت إلى أن الإجراءات المطلوبه لبناء كنيسة بالكويت هي إجراءات بسيطه وغير معقده،و هو ما حدث بكنيسة مار مرقس عندما طلبت الكنيسة مساحة ٥٠٠٠ متر فأعطيناهم ٦٥٠٠ متر،وأضافت أيضاً:تربطنا علاقات قويه بالأقباط في الكويت ونعيش جميعاً كإخوه...وأكد قداسته على كلام الشيخه وقال:تربطنا علاقه طيبه بالشيخه فريحه ودولة الكويت.

■ حكم المحكمه الإداريه وإلزام الكنيسه بالزواج الثاني،وأكد قداسة البابا شنوده الثالث على عدم إلزام الكنيسة بأي حكم قضائي بخصوص الزواج الثاني والذي تحكمه فقط تعاليم الإنجيل مشيرا إلى أن الحكم الصادر حكم مدني في حين أن الزواج تحكمه شرائع دينيه ويقوم بإتمامه رجل دين وليس قاضيا،وطالب البابا بتطبيق الأحكام القضائيه وفقا لأحكام كل دين من الأديان الكتابيه المعترف بها وأشار إلى أن الكنيسه لا يمكن لها أن توافق على فكرة الزواج الثاني حرصاً على الأسرة المسيحيه وعدم إنهيارها،وذكر قداسته أيضا أن المجمع المقدس لعام ١٩٣٨ قد وضع قاعدة "لا طلاق إلا لعلة الزنا"،من جهة أخرى طالب البابا بالعمل بمشروع قانون الأحوال الشخصيه الذي تم التوقيع عليه من مختلف الطوائف المسيحيه والذي يفيد بأنه"لا حكم بالطلاق إلا بعلة الزنا".

■ ٩-٥-٢٠١٠ قرر قداسة البابا شنودة الثالث انسحاب الكنيسة القبطيه الأرثوذكسيه من مجلس كنائس الشرق الأوسط وإيقاف جميع إشكال التعاون مع المجلس،وأرسل قداسته الاستقاله إلى أمين عام المجلس جرجس صالح رافضاً وساطة عدد من بطاركة الكنائس الأخرى المشاركه في المجلس،وذلك بسبب هجوم أشاره البابا ثيوفيلوس الثالث بطريرك الروم الأرثوذكس بالقدس على الكنيسه الأرثوذكسيه واتهامه لها بالخيانه وذلك في الإجتماع الأخير الذي تم بالأردن في١٩-٤-٢٠١٠ ،وأكد الدكتور صفوت البياض رئيس الطائفه الانجيليه بمصر صحة إستقالة البابا،كما أعلنت الكنيستان السريانه والأردن الأرثوذكس في لبنان تجميد نشطهما في مجلس كنائس الشرق الأوسط تضامنا مع الكنيسة القبطيه المصريه.

■ حضر أبونا باولص بطريرك أثيوبيا لزيارة مصر في لقاء مع قداسة البابا شنوده الثالث في يوم الجمعة الموافق١٣-٧ وحضر معه قداسة الكاثوليكوس أرام الأول رئيس الكنيسه الأرمنيه في كليكيا بلبنان وتعتبر هذه الزياره بدء علاقه للكنيسه القبطيه المصريه مع كنيسة أثيوبيا.

في حياة التسليم اترك الوقت لله و لا تحدد له مواعيد، فهو أدرى بعملة و هو أكثر معرفة منك بالوقت الصالح (قداسة البابا شنوده الثالث)

القداس الإلهي

القداس الباسيلي

القداس الغريغوري

القداس الكيرلسي

تستخدم كنيستنا القبطيه 3 قداسات هي:

1. القداس الباسيلي: وضعه القديس باسيليوس الكبيروفيه يخاطب الله الآب الذي أحبنا وصالحنا بابنه يسوع المسيح.

2. القداس الغريغوري: وضعه القديس غريغوريوس الثيئولوغوس(الناطق بالإلهيات) وفيه يخاطب يسوع المسيح الذي تجسد لأجل خلاصنا وتألم على الصليب .

3. القداس الكيرلسي: وضعه القديس كيرلس عامود الدين البابا الرابع والعشرين.

وفيه يتهيأ للمصلي أن يشارك بجميع حواسه في الصلاه ،ففي سر الافخارستيا ترى العين مادة الخبز والخمر وأيضا الحركات الطقسيه التي يمارسها الكاهن أثناء إتمام السر،والأذن تسمع ألحانا ذات نغمات معزيه،والأنف تستنشق رائحة البخور العطره ،أما حاسة التذوق فتعمل وقت التناول.

أولاً: تسبحة عشيه:

1. أيام الخليقه وحياة التسبيح:

❖ يبدأ الكاهن عند رفع بخور عشية بصلاة المزامير، وعند الإنتهاء منها، يبدأ الشمامسه والشعب في لحن (ني اثنوس تيرو...) (المجد لإلهنا سبحوا الرب يا كل الأمم، ولتباركه كل الشعوب، لأن رحمته قد قويت علينا...) (مز116) وفي هذا المزمور نجد فيه أن الخليقه كلها بما فيها الإنسان،تسبح وتمجد الله، وهذا يشير إلى حالة التسبيح والتمجيد التي عاشتها الخليقة قبل السقوط.

❖ وبعد الإنتهاء من اللحن، يقال الهوس الرابع وهو عباره عن الثلاثه مزامير الأخيره في سفر المزامير وهي 148و149و150،والهوس الرابع يمثل حياة التسبيح المستمر وهو ما كانت عليه الخليقه كلها والإنسان خاصة وهو في جنة عدن،عند بداية الخليقه وقبل السقوط.

❖ وبعد الإنتهاء من الهوس الرابع تقال الإبصاليه الخاصه باليوم وهي تقدم تمجيدا لإسم الخلاص.

2. السقوط والوعد بالخلاص:

❖ بعد الابصاليه تقال الثيئوطوكيه الخاصه باليوم،وثيئوطوكيه كلمه يونانيه معناها (والدة الإله) والثيئوطوكيه تمجيد للسيده العذراء مريم والدة الإله،فكأن الجنس البشري الممثل في ادم وحواء،يتقدم بالشكر والتمجيد للسيده العذراء،التي من نسلها ولد السيد المسيح،الذي يسحق رأس الحيه.

❖ بعد الثيئوطوكيه تقال الشيرات الأولى والثانيه يوم السبت أو لبش اليوم في باقي أيام «سبـ[illegible]» هي إمتداد السلام لوالدة الإله،والشكر والتمجيد لها.أما اللبش فهو تفسير للثيئوطوكيه،أي تكرار وتأكيد التمجيد للسيده العذراء والدة الإله.

❖ وبعد ذلك تقال ختام الثيئوطوكيات الواطس أو الأدام حسب اليوم وهنا تشير إلى طلبات أدم وحواء لمراحم الله،بعد سقوطهما وطردهما من الجنه لكي ما ينظر الرب إليهما وإلى نسلهما ويتحنن عليهم .

3. الغروب من شمس البر:

«بعد أن اخطأ ادم وحواء أخرجهما الله من الجنة»(تك3 :23) وإبتعد الإنسان عن التمتع بالوجود الدائم مع الله،و لذلك إزداد عمل الخطيه بين البشر وبالتالي زادت الفجوه بين الإنسان والله،فهذه الحاله التي عاشتها البشريه بعد السقوط،تماثل تماما الوقت الذي تقام فيه صلاة رفع بخور عشيه،فنلاحظ أنه مع بداية الصلاة كانت الشمس ما تزال مشرقه ومع قرب إنتهائها يسدل الليل بستره،ومع إستكمال باقي الصلاة يكون الظلام قد إمتَد وعم كل شيء.

تعليم اللغة القبطية

«طوبى للشعب الذي يعرف التسبيح،يا رب بنور وجهك يسلكون»(مز89 :15)

الحروف المتحركه: هي الحروف التي تحدث صوتا في الكلمه بدون مساعدة حرف آخر متحرك وبدون مساعدة «الجنكم»...(والجنكم هو «في . / ” ●شرطة مائلة فوق الحرف■=إ)

ي	أوَوَ	أو	إي	إي	A	آ
U	w	o	y	i	E	a

قاعدة أل u – إبسلن:

1–إذا سبقتها o (أداة نكره) تنطق ”و“ طويله ومضمومه، وتبقى ou (أوُو).

2–إذا سبقتها a،e تنطق v، مثل eva إيـڤا (ومعناها حواء).

3–في بقية الحالات تُنطق ي .

أمثـــــله:–

أداة تنكير(نكره) للمفرد بنوعيه	A = ou	أوُ
مجد	Glory = wou	أوَأوُ
مجد	a glory = ouwou	أوُأوَأو
1(واحد)	One = ouai	أوُ إي
بيت	yi	إي

لعل إنساناً يسأل بأيهما نبدأ بخشوع الجسد أم خشوع الروح ؟ إبدإ بأيهما،إن بدأت بخشوع الروح سيخشع الجسد معها وإن بدأت بخشوع الجسد سيخشع الروح معه (قداسة البابا شنوده الثالث)

تاريخ الكنيسه

سر صلاة البابا بطرس الجاولي وفيضان النيل..

ويَذكر إبن المقفع (5) حادثة غريبه عن فيضان النيل بعد صلاة هذا البابا القديس فيقول: ولم يفى النيل بمياهه فى الفيضان الذى ينتظرة المصريين كل سنة فخاف الناس من وطأة الغلاء والوباء والجوع.

فأستغاثوا بمحمد على باشا طالبين منه أن يأمر الرؤساء الروحيين بأن يرفعوا الأدعيه والصلوات من أجل النيل ليبارك الرب فى مياهه فيروى الأرض ويخضر الزرع وينبت العشب ففعل،وقام اليهود ثم الروم ثم السوريون فلم تتحرك مياه النهر من موضعها ثم طلبت الحكومه من البابا بطرس الجاولى أن يصنع نظير ما صنع أصحاب الأديان الأخرى.

فإستدعى لفيف من الأكليروس وجماعه من الأساقفه وخرج بهم إلى شاطئ النهر و أحتفل بتقديم سر الإفخارستيا وبعد إتمام الصلاه غسل أوانى الخدمه وطرح مياهها فى النهر وطرح أيضاً قربانه من البركه فى مياة النهر فتلاطمت فى الحال امواجه وأضطربت ويقول أبن المقفع فى وصف نيل مصرً:»وفارت كدست يغلى وفاضت»فبادر تلاميذ البطريرك رافعين أدوات الإحتفال فلم يتمموا ذلك إلا وقد أدركتهم المياة فعظمت بذلك منزلة البطريرك والأقباط لدى محمد على باشا»

ولما كان محمد علي رجلاً بعيد النظر رأى إحتياجاً شديداً لمساعدة الأقباط نظراً لميلهم إلى الهدوء والسكينه فأستخدم الكثير منهم في خدمة الوطن بما إمتازوا به من الأعمال الحسابيه وضبط الإيرادات والمصروفات وغيرها حتى قال أحد الإنجليز الذي حضر إلى مصر سائحاً في تقرير رفعه إلى رئيس مجلس وزراء انجلترا:»إن الأقباط بمثابة محراث الفلاح في مصر»،ولإتساع مصالح البلاد على يد محمد علي كثر عدد الموظفين فأخذ نفوذهم في الإمتداد وأصبح بينهم وجهاء كثيرين وعم السلام والأمان أرجاء البلاد،وأيضاً الذي ساعد على ذلك حبرية البابا بطرس الجاولي وما فعله مع البلاد وحاكمها محمد علي باشا.

وفى عهده ايضا حدث أن ابنة محمد علي باشا (زهرى باشا) زوجة أحمد بك الدفتردار كان قد إعتراها روح نجس، وعانى الأطباء أتعاباً شاقه في معالجتها ولم يستطيعوا أن يشفوها إذ لم يكن ذلك مرضاً طبيعياً،وكان صيت أنبا صرابامون أسقف المنوفيه مالئاً القطر المصري فذكر لمحمد علي باشا عن إمكان أئمة النصارى في شفاء إبنته مما جعله أن يدعو الأب بطرس البطريرك إلى مباشرة ذلك، وكان يعلم أن ابنته معتراة من روح نجس فإستدعى الأب صرابامون وأمره أن يتوجه إلى السراي حيث سكنت الأميره زهرى باشا فلبَّى دعوته وتوجه فكانت السراي غاصه بالجنود والجماهير فلما إبتدأ يصلي على الأميره تحرك الشيطان فيها وألقاها صرعى على الأرض وشرعت تصرخ بأصوات إرتجت لها السراي حينئذ أكمل الصلاة ورسم علامة الصليب على الماء وضرب به وجه الأميره فصرخ الشيطان بصوت مزعج وخرج منها بصوت مزعج، وقامت الأميره صحيحه وضربت الموسيقى فرحاً،وبُشِّر محمد علي بذلك وجاء إلى ابنته فوجدها متعافيه فرغب أن يكافئ الأب صرابامون بصرة من النقود (قيل بها مبلغ 4 ألاف جنيه) وقدمها للأب فأبى أن يقبلها وإعتذر له قائلاً:»ليس من شؤون وظيفتي أن أربح بمواهب الرب مالاً يحوجني إليه فلباسي كما ترى فرجيه صوف أحمر،وطعامي الخبز وطبيخ العدس فعوض عن ذلك اسأل دولتكم أن تميلوا بتعطفاتكم نحو ابناء الطائفه القبطيه وتخدموا بنيها». فأجابه إلى ذلك،وألح عليه أن يقبل تلك العطيه فأخذ منها شيئاً قليلاً وفرقه أثناء مرور على العساكر،ومن ذلك الحين صار لهذا الأسقف والبطريرك البابا بطرس منزلةً سامية في عيون الحكام بسبب هذه الحادثه،وأُسندت كثير من الوظائف الحكوميه للأقباط.

البابا بطرس السابع الشهير بأسم بطرس الجاولي رقم 109

سمي بالجاولي لأنه من قرية الجاولي مركز منفلوط محافظة أسيوط، ولم يعرف إسمه قبل رهبته.

لم يطق العيش في العالم وإشتهى الحياه الملائكيه وإستولت على مشاعره حياة النسك والوحده فترهبن بدير الأنبا أنطونيوس بأسم الراهب منقريوس(وهي تسميه مصريه قديمه مشتقه من منقرع أحد الملوك الذي بنى الهرم الثالث).

وهو أول بابا في تاريخ كنيسة الأسكندريه كان مطراناً عاماً وكان أمره عجيباً ففي سنة 1808م تنيح الأنبا يوساب مطران أثيوبيا فأرسل إمبراطور أثيوبيا إلى البابا مرقس الثامن يطلب خلفاً للمطران الراحل فأختير القمص مرقريوس الأنطوني (البابا بطرس الجاولي) ليكون مطراناً لأثيوبيا فتأجلت رسامته بتدبير إلهي ثم جعله البابا مرقس الثامن بطريقه لم تحدث من قبل مطراناً عاماً للكرازه المرقسيه وأبقاه معه في البطريركيه وحمل معه بعض الأمور الإداريه،وقام البابا مرقس الثامن برسامة الأنبا مكاريوس الثاني مطراناً لمملكة أثيوبيا،وإستمر حوالي ستة أشهر معيناً للبابا مرقس حتى تنيح في شيخوخه صالحه في 21 ديسمبر 1809م،وبعد ذلك إجتمع الأساقفه والأراخنه فوجدوا ضالتهم المنشوده في هذا الأب فتمت رسامته بعد ثلاثة أيام من نياحة البابا مرقس في يوم الأحد 24 ديسمبر 1809م ليصبح البابا رقم 109.

وكان هذا البابا ناسكاً وزاهداً في العالم متقشفاً، وكان يشغل كل ذهنه السماويات،وكان لا يتكلم كثيراً صامتاً ومتسماً بالحكمه.

الذين اختبروا الضيقة فقط ولم يختبروا المعونة الإلهية فهم قوم لم يفتحوا عيونهم جيدا لكي يبصروا الله

(قداسة البابا شنوده الثالث)

مش لِوحدِك

هذا الموضوع يراودني منذ شهور فكل من يتحدث أو يناقش مشاكل الغربه يناقشها من خلال الرجل المغترب(الإقامه–العمل–السكن–الراتب....)ولهم الحق لأن الرجل المغترب يمثل أغلبيه عظمى.

ولكن نحن وإن كنا أقليه فلنا مشكلاتنا الخاصه التي تؤثر مباشرةً على من نقيم معهم،فرأيت أن أضع هذا الموضوع لكل سيده مغتربه تتعرض لتحديات الغربه وهمومها الكثيره...لمن تمر بالكثير من التحديات التي يمكن أن تكون وراء مشاعر سلبيه ومشاعر تشاؤم تؤثر على صحتها النفسيه التي تؤثر على حياتها عموماً خصوصاً في ظل إنشغال من حولها عنها في العمل والحياه،كمثل:–

–إبتعادها عن أهلها وأسرتها ومجتمعها.

–وشعور الغربه والوحده وقلة الأصدقاء.

–قلقها على مستقبلها ومستقبل أولادها وتربيتهم تربيه صحيحه ملائمه لمجتمعنا وعاداتنا وتقاليدنا.

–وربما قلقها على زوجها ومستقبل حياتها الزوجيه.

والأهم من كل هؤلاء كيف تبدأ وتشق طريقها في وسط كل هذا،تثبت ذاتها وتحقق نجاحاً.

هذه بعض الأمور التي تضع أغلب المغتربات تحت ضغط نفسي كبير يؤثر على صحتها العامه والنفسيه وأحوال من حولها.

ولكن لابد من تجاوز هذه المرحله والتصميم علي النجاح،فلستِ وحدك من صادف تلك العقبات لذلك سنحاول أن نطور الأفكار ونزيد الخبرات ونرفع من الهمَم وننظم الحياه حتى تكون الحياه أجمل وأسهل وتصبحين (امرأة فاضله) و(معيناً نظيره)تبنى مجتمعاً رائعاً...

في بادئ الأمر تكون الحياه جميله منذ قدومك وحتى مده ليست بطويله تكون أشبه بشهر العسل تبهرك فيها المنزل والحياه الجديده ويكون الزوج فيها متفرغاً بعض الشيء لزوجته القادمه حديثاً ويتعامل معها معاملة الضيافه فتعجبك تلك الحياه ولكن سرعان ما يأتي وقت العمل ويذهب وقت العسل وتجدين نفسك وحيده لا تعلمي ما الذي يحدث وكيف تخرجي من ذلك الشعور بالفراغ،وتبدئي بالتفكير في أهلك وصديقاتك وكنيستك وحياتك السابقه المليئه بالأحداث والجديد وربما يأخذك اليأس إلى تفضيل تلك الحياه كنوع من الاستسهال وإما أن تكبتي تلك المشاعر التي تؤثر على تعاملك مع الآخرين.و حتى لا تصلى إلى تلك المرحله لابد من أن تعلمين بعض الأشياء وتفعلين بعض الأشياء.

تعلمين:

١. إنك لست وحدك في حياتك فالله معك،فقط صلى له،فبالصلاه تكون العلاقه مستمره بينك وبين أعظم صَديق يمكن أن تعرفيه فهو يقف بجوارك في غربتك،حقيقه نعرفها جيداً ولكن لا نبالي بها «لأنكم بدوني لا تقدرون أن تفعلون شيئا».إلي جانب السلام الذي يبعثه الله بداخلنا بواسطة وجوده في حياتنا.اطلبي منه البركه في حياتك.

2. اعلمي جيداً أنك محظوظه بوجودك بجوار زوجك لأن كثيرات ترنو إلى هذا الحلم ولم تجده وتشكري الله على ذلك ولا تدعى مشاعر الوحده والفراغ وإشتياقك لأهلك يدمر إحساسك بالرضا والشكر.

3. البلد التي قدمتي إليها هي شيء جديد بالنسبه لكى فلا تقارني حياتك بها بحياتك السابقه فلكل منهما مزاياه وعيوب.

4. إن وجودك بجوار زوجك دون أي اهتمامات أخرى لا يعني فقدان أهميتك فأنت بمثابة الثقل لهذه الأسره.أنت التي ستنقلين له الدفء الأسري..تشاركيه همومه ويشاركك إهتماماتك.وإلا سيصبح ما الفرق بين حياته معكِ وحياته بدونك..يجب أن تكوني فخوره بأهميتك هذه وتكوني في صورة المرأه الفاضله التي تدير بيتها بحنان وقوه ونظام وحب وكأنك الملكه التي تدير مملكتها.

5. أنتي قدمتي إلى بلد جديده بعاداتها وتقاليدها مختلفه بعض الشيء عن ما نشأتى عليه،ويجب عليكِ أيتها الزوجه أن تأخذي من كل بلد الثقافه التي تناسبك سواء كنتِ تأخذينها من تعاليم الأهل أو المجتمع الجديد ولكن يجب أن تكون صالحه ومفيده حتى تستطيعِ تربية أولادك عليها.

تفعلين:

١. سارعي بالذهاب إلى الكنيسه واسألي عن مواعيد القداسات والإجتماعات والخدمات الأخرى حتى تتمكني من الإستفاده بها مثل خدمة التوظيف.وإذا كان لديكي أطفال لا تنسي السؤال عن مواعيد مدارس الأحد التي تناسبهم والمواظبه عليها.

2. عليك فور مجيئك ان تسألي عن أرقام الهواتف المهمه كالإسعاف والطوارئ وأيضا خدمة الصيانه والمستهلك لأي جهاز موجود بالمنزل ودونيها.

3. قومي بترتيب البيت على طريقتك الخاصه والمميزه حتى تشعري زوجك أن هناك فارق.

4. اطلعي علي كل الورقيات الموجوده بالبيت كعقد الإيجار والكهرباء.... إلخ

6. كذلك قومي بجولة مع زوجك سيراً على الأقدام في المنطقه التي تسكنون فيها لمعرفة ما الخدمات القريبه من المنزل كأقرب بقاله أو مغسله أو فرع جمعيه...إلخ.حتى ما إذا استدعي الأمر لذهابك أنتِ إليها إذا كان زوجك منشغلا أو كنوع من توزيع المهام.وطبعاً لابد من معرفة العنوان جيداً.

7. عليكِ أن تبادري بتكوين صداقات ومعارف(يفضل من الكنيسه) حتى إذَا أنشغل عنك زوجك لا تشعري بالوحده وحتى تتسع دائرة معارفك ومجتمعك الذي تكونيه.

8. حاولي أن تسألي كل من تتعرفي عليهم عن خبراتهم التي إكتسبوها هنا و أي سؤال يجول بذهنك حول الحياه الجديده حتى توفري علي نفسك معاناة إكتساب الخبرات.

9. يمكن أن تستغلي وقت فراغك في تعلم مهارات جديده تساعدك في الحصول على فرصه عمل أو حياتك بصفه عامه كتطوير مهاراتك في الكمبيوتر أو اللغه.

10. وفي النهاية إذا إتبعتي هذه الخطوات البسيطه ستكونين وضعتي قدميكي على أول الطريق.

(إله السماء يعطينا النجاح ونحن عبيده نقوم ونبنى)

النفس القوية لا تقلق ولا تضطرب،ولا تخاف،ولا تنهار،ولا تتردد..أما الضعيف فإنه يتخيل مخاوف وينزعج بسببها

(قداسة البابا شنوده الثالث)

شريعتي الزواج والطلاق في المسيحية

لا شك أننا نعيش اليوم في مجتمع قد اختلت فيه مجموعة كبيرة من القيم الروحية والمعايير الأخلاقية،وانتشرت فيه ثقافات غريبة ومفاهيم بعيدة عن إيماننا المسيحي وتعاليم الكتاب المقدس حتى وصلت للعبث بمفهوم الزواج لتشويه قدسيته والخروج به عن نطاق شريعة الزوجة الواحدة–التي تعتبر ركناً أساسياً من أركان الزواج المسيحي.

مفهوم الزواج:

الزواج هو الوضع الطبيعي بالنسبة للبشر يميل إليه الإنسان بفطرته فخلق الله لآدم حواء من أحد أضلاعه (تك٢: ٢١– ٢٢) لتكون له زوجة.

والزواج في المسيحية له عقدان:عقد ديني وعقد مدني؛فهو ليس تعاقداً مدنياً فقط يتم بين طرفين ويسجل في سجلات الدولة،ولكنه أيضاً سر مقدس من أسرار الكنيسة السبعة يرتبط فيه رجل واحد بامرأة واحدة برباط إلهي مقدس على يد كاهن شرعي من خلال طقس كنسي يحل فيه الروح القدس على الزوجين بطريقة سرية غير منظورة فيصير الاثنان جسداً واحداً وليسا اثنين رغم وجود التمايز الجسدي والشخصي بينهما "إذاً ليسا بعد اثنين بل جسد واحد.فالذي جمعه الله لا يفرقه إنسان" (مت١٩: ٦) ،ولذلك لا يمكن لأحد أن يفك رباط الزوجية المقدس إلا الله وحده حسب شريعته وليس كما يحدث في التعاقدات المدنية أو الاجتماعية الأخرى حيث يمكن فسخ العقد إذا أخل أحد الطرفين أو كلاهما بشروط التعاقد.

الزواج والطلاق في الكتاب المقدس:

المصدر الأول والأساسي للتشريع في المسيحية هو الكتاب المقدس،لذلك أي تشريع يخالف تعاليم الكتاب المقدس لا تعترف به الكنيسة بل تقاومه وتصدر ضده القوانين وتعتبر كل من يأخذ به محروماً (غلاطية١: ٨).

وعن شريعتي الزواج والطلاق فنصوص الكتاب المقدس زاخرة بالتعاليم عنهما كما يلي:

أولاً: في العهد القديم:

عندما أراد الله أن تمتلئ الأرض من البشر (تك١: ٢٨) ،بعد سقوط آدم وحواء ولم يكن من بشر غيرهما في الأرض حينذاك،كان قادراً أن يخلق لآدم أكثر من حواء واحدة وكانت الأرض أحوج إلى ذلك إلا أنه لم يرد أن يكون لآدم الأول سوى حواء الأولى فقط،وبهذا قد وضع الله الأساس الأول للزواج وهو زوج واحد لزوجة واحدة.

وعندما أراد الله أن يجدد البشرية مرة أخرى بعد الطوفان لم يضع قانوناً للزواج غير القانون الذي وضعه منذ البدء وهو قانون الزوجة الواحدة،حيث لم يكن هناك غير نوح البار وبنيه الثلاث وكان لكل واحد منهم زوجة واحدة فقط (تك٧: ١٣)

ورغم أن الكتاب المقدس ذكر الكثير من الأشخاص الذين اتخذوا لأنفسهم أكثر من زوجة سواء قبل إعطاء الشريعة أو بعدها إلا أن الله لم يأمر بذلك،ولكنه تسامح فيه لأن المستوى البشرى المعاصر لم يكن يسمح وقتذاك بالسمو الذي أراده الله للإنسان منذ البدء،وذلك في ظل انتشار الوثنية وانحدار الإنسان إلى الزنا بل وأكثر من ذلك الشذوذ،ولكن الله استخدم معهم سياسة التدرج حيث وجّه نظرهم أولاً أن يكون غرض الزواج ليس الزوجات وإنما البنين لإكثار الشعب الذي يعبد الله ويحفظ الإيمان،ثم بعد إعطاء الشريعة بدأ يُنقّي الشعب ويرفع مستواه حيث حرَّم عليه الكثير من الزيجات مثل التزوج بالأخت (لا١٨) ،ثم بالابتعاد عن النساء في ظروف روحية معينة (لا٢٢: ٦) ،وفي ظروف خاصة بهن (لاويين١٥: ١٩، ٢٧) ،وبذلك قد كشف الله له ولو من بعيد قبساً من جمال البتولية وسموها.

ومثالاً آخر لسياسة التدرج التي استخدمها الله مع شعبه تشريع الطلاق،حيث لم يكن هناك طلاق منذ البدء،ثم ظهر بعد فساد البشرية،ولم يلغه الله دفعة واحدة،لكنه سمح به لليهود بسبب قساوة قلوبهم حيث كان من الممكن أن يقتل الرجل منهم زوجته ويذبحها إذا كرهها،ولكن قيدهم بكتاب طلاق يُعطى للمطلّقة،ثم وبخهم علانية على الطلاق مظهراً لهم كراهيته (مل٢: ١٥– ١٦) ،وأخيراً ألغى الطلاق في العهد الجديد لغير علة الزنا.

ثانياً: في العهد الجديد:

يقول السيد المسيح له المجد: "وأما أنا فأقول لكم:إن من طلق امرأته إلا لعلة الزنا يجعلها تزني ومن يتزوج بمطلقة فإنه يزني" (مت٥: ٣٢) ،ويقول أيضاً رداً على الفريسيين الذين جاءوا ليجربوه بخصوص الطلاق: "إن موسى من أجل قساوة قلوبكم أذن لكم أن تطلقوا نساءكم ولكن من البدء لم يكن هكذا وأقول لكم:إن من طلق امرأته إلا بسبب الزنا وتزوج بأخرى يزني والذي يتزوج بمطلقة يزني" (مت١٩: ٨، ٩) ،وهذا يُظهر بطريقة لا تحتمل الجدل شريعة "الزوجة الواحدة" ،وشريعة الطلاق لعلة الزنا فقط.

وجاء في (مرقس١٠: ١١) "من طلق امرأته وتزوج بأخرى يزنى عليها وإن طلقت امرأة زوجها وتزوجت بآخر تزني" وهنا قد اعتبر الطلاق باطلاً لأنه لغير علة الزنا وتبعاً لذلك اعتُبر الزواج الأول مازال قائماً لم ينفصل،ولذلك فإن تزوج غيرها يزني عليها،وكلمة "عليها" تدل على جرم هذا الذي اتخذ زيادة على زوجته الواحدة التي لا تحل له زوجة أخرى عليها،وفي هذا قد ساوى السيد المسيح بين المرأة والرجل في وحدة الزواج.

وبذلك يتضح لنا أن الله قد تتدرج في تشريعه مع مستوى الناس،لكي يرفعهم تدريجياً إلى المستوى الذي يريده لهم حتى وصل بهم في المسيحية إلى الطهارة التي أرادها لهم منذ البدء،والتي كانت شريعة "الزوجة الواحدة" أحد مظاهرها.

إن الإنسان الناجح فى صلاته هو الإنسان الناجح فى توبته، صمم في صلاتك أن تأخذ من الله القوة لترجع إليه (قداسة البابا شنوده الثالث)

١٠ أطعمة تحافظ على صحتك

إيقاع حياتنا السريع جعل الكثير منا لا يهتم بنوع الطعام الذي يتناوله، وبالتالي فالنتيجة الوحيدة لإهمال نوعية الطعام هي الكسل والإصابة بالعديد من الأمراض، ولأن صحتك تهمنا إليك قائمة بعشرة أطعمة تحافظ على صحتك:

١- الحبوب والبقول:

هي مصدر غني بالألياف وتقي أمراض الجهاز الهضمي.

2- الأوراق الخضراء (مثل السبانخ والخس والجرجير):

تحتوى على حمض الفوليك الذي يعمل على تقوية الجهاز العصبي والوقاية من الأنيميا، كما تحتوى على نسبة عالية من فيتامين «ب» المضاد للأكسدة ويقي تلف الأعصاب الطرفية.

3- فصيلة القرع (مثل اليقطين وأنواع القرع والكوسة):

غنية بفيتامين «أ» الذي يحافظ على نضارة الجلد، كما أنه مضاد للأكسدة فيقي أمراض القلب والسرطان.

4- بذر الكتان:

يقي أمراض القلب وألم المفاصل، كما أن له دورا فعالا في تعويض الهرمونات لدى المرأة.

5- اللحوم الحمراء والعدس والسبانخ:

تحتوى على نسبة عالية من الحديد الذي يقي أنيميا الدم.

6- المكسرات:

غنية بالعديد من الفيتامينات والمعادن مثل: الزنك له دور في الحفاظ على نضارة الجلد وتقوية الذاكرة وتحمل ضغوط العمل والحياة، والكالسيوم والفسفور للحفاظ على كتلة العظام، وفيتامين «أ و»هـ» فهو مضاد للأكسدة كما أنه يقلل الكولسترول ويقي أمراض القلب، خاصة اللوز والجوز.

7- الماء:

يزيد من رطوبة ومرونة البشرة، كما أنه يقلل من ظهور التجاعيد، ويساعد على حرق الدهون وتقليل نوبات الصداع.

8- البروكولي:

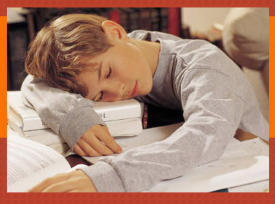
مصدر نباتي للكالسيوم.

9- منتجات الألبان وخاصة الزبادي:

تمد الجسم بالكالسيوم وبالتالي الوقاية من هشاشة العظام.

١٠- الأسماك الزيتية (السردين، السالمون، التونة، الأنشوجة، الماكريل):

هي أسماك غنية بالدهون المفيدة والـ«أوميجا3»، الذي يقي أمراض القلب والشرايين ويقلل من نسبة الكولسترول.



إذا جافاك النوم

كلنا يحتاج إلى النوم بشكل يومي لأنه فرصة للجسم لإعادة البناء و إراحة النفس والعقل كي تعادونا حالة النشاط في اليوم التالي،لكن الأرق لم يترك أحدا إلا وزاره ذات ليلة،ويتحول الليل من محل للسكون والهدوء إلى ساعات من المعاناة ليقضي بعدها يوما من الإرهاق والتشتت الذهني والمزاج السيئ والعصبية،وهناك أشياء تزيد عوارض الأرق مثل:العمل لساعات طويلة أمام الكمبيوتر،مشاهدة التلفاز لمدة طويلة،تجارب إنسانية مؤلمة،ولكي تتغلب على الأرق هناك عدة طرق ينصح بها الأطباء للحصول على النوم الهادئ:

١-حمام دافئ:هو أفضل الوسائل للاسترخاء،لكن من دون الإفراط فيه..فالمياه الساخنة تُنهك الجسم إذا بقي فيها لفترة طويلة.

2-الحليب الدافئ:إن كوباً منه قبل النوم بربع ساعة يهدئ الجهاز العصبي بسبب مادة الكالسيوم الموجودة فيه.

3-شاي الأعشاب:للذين لا يحبون الحليب،ويمكنهم أيضا شرب كوب مغلي من اليانسون أو النعناع.

4-وجبة خفيفة:تناول وجبة قليلة البروتين وكثيرة الكربوهيدرات نسبياً،ككوب من العصير وقطعة من الكعك قبل ساعة من موعد النوم.

5-الامتناع عن المنبهات:ينصح بالابتعاد عن المنبهات خصوصا في ساعات المساء الأولى.

6-التهوية الجيدة:إن النوم في مكان يدخله الهواء المنعش وبدرجة حرارة مقبولة هو أسهل بكثير من النوم في أماكن سيئة التهوية وعالية الحرارة.

7-الفراش:يجب أن تكون المراتب مريحة لأنها تساعد على الاسترخاء وهي جيدة للهيكل العظمي أيضا.

8-وضعية النوم:يفضل بدء النوم على الجانب الأيمن لأن النوم على الجانب الأيسر يجعل الرئتين والكبد والمعدة تضغط على القلب،أما النوم على البطن فهو غير صحّي بالمرة.

9-التمارين الرياضية:إن التمارين الرياضية والنشاط الجسدي عموماً خلال النهار ضرورية لنوم هادئ.

10-ساعات النوم:حافظ على وقت نوم محدد حتى لو لم تشعر بالنعاس،ليصبح للجسم ساعته الداخلية التي تدفعه للاسترخاء في أوقات معينة.

11-عدم المكوث في الفراش:عندما تشعر بأنك غير قادر على النوم بعد نصف ساعة من المحاولة اترك السرير ولا تعود إليه قبل الشعور بالنعاس مجددا.

12-الاستيقاظ:استيقظ في ساعات محددة حتى في أيام العطل لتترك للجسم بعضاً من الحاجة إلى النوم،وإياك والغفوات الصغيرة لأنها تطيّر النعاس.

13-الهدوء:تجنب وجود الساعات ذات الأصوات في غرف النوم لأنها ستمنعك من النوم عند أول بادرة أرق.

14-النظام الغذائي المعتدل:النظام الغذائي المعتدل في كميات الكربوهيدرات والغني بالكالسيوم يسهم في جلب الاسترخاء إلى الجهاز العصبي،لأنه يساعد على إفراز هرمون السيروتنين الذي يساعد على النوم،كما أن الأغذية الغنية بالدهون وخاصة قبل النوم كفيلة بأن تجعلنا متيقظين ومتعبين طوال الليل لصعوبة هضمها وقد تسبب الحموضة وإنهاك للجهاز الهضمي،كما يمكنك محاربة الأرق من خلال إتباع نظام غذائي متوازن مكون من ثلاث وجبات رئيسية بجانب ثلاث وجبات خفيفة بينها.

احرص على نقاوة أفكارك ولا تقبل فكر يأتي إليك وإن وصل إليك فكر خاطئ احذر من التمادي فيه

(قداسة البابا شنوده الثالث)

الخدمه الروحيه والخادم الروحي

إن الخدمه هي نتيجه طبيعيه لشيء أعظم منها هو«المحبه»فهي حب في القلب فاض على هيئة خدمه،وهي شهوه في قلب الخادم أن يوصل الناس إلى الله على قدر ما يستطيع،وبخاصة الذين اؤتمن على خدمتهم،ولذلك إذا خلت الخدمه من الحب أصبحت جافه،وتحولت إلى مجرد تدريس معلومات،أو إلى نشاط علمي أو إجتماعي،أما عندما نحب المخدومين فحينئذ نصل إلى مثالية الخدمه،وإذا تأملنا حياة السيد المسيح له المجد نجد دعامتها المحبه،فقد قيل عنه أنه «أحب خاصته الذين في العالم، أحبهم حتى المنتهى»(يو١٣: ١) ،وحتى عمل الفداء قيل عنه أيضاً«هكذا أحب الله العالم حتى بذل ابنه الوحيد لكي لا يهلك كل من يؤمن به بل تكون له الحياه الأبدية»(يو٣: ٦١) ،لذلك فلنحاول أن تمتلئ قلوبنا من الحب نحو المخدومين على قدر ما تتسع قلوبنا للحب؛فلا تستطيع أن تكون ذا تأثير روحي في إنسان إلا إذا كانت هناك محبه بينك وبينه،وبهذه المحبه يثق بك ويقبل كلامك ويفتح لك قلبه فتعرف إحتياجاته الروحيه،وبذلك يمكنك أن توصله إلى الله وملكوته.

والخادم الذي يحب مخدوميه تكون خدمته لهم ممزوجه بالعاطفه،فإذا غاب واحد منهم يحزن لغيابه لأنه مشتاق إليه،وعندما يفتقده تظهر عاطفته في الإفتقاد،فالخدمه ليست خدمة رسميات أو شكليات،بل محبه لله والناس،والخادم المحب في كل نشاط خدمته لا يركز على ذاته لكي يبدو خادماً صالحاً وأميناً في الخدمه،وليس خوفاً من محاسبة الله،إنما يخدم حباً لمخدوميه،ويبحث عن كل ما هو مشوِّق ونافع لهم.لا لكي يكون الدرس ممتازاً ومثالياً،وإنما لأن المحبه من طبيعتها إسعاد الآخرين،والعمل على منفعتهم،والتعب والبذل لأجل ذلك،والخدمه هي غذاء الروح الذي يقدمه الخادم لأرواح مخدوميه،ليشبعهم بكلمة الله الصالحه حسبما قال الرب:»يا ترى من هو الوكيل الأمين الحكيم الذي يقيمه سيده علي عبيده،ليعطيهم طعامهم في حينه»(لو٢١: ٢٤) يعطيهم وجبه دسمه من الكتاب المقدس، والتأملات،وسير القديسين،ومن التراتيل والألحان،بل ومن اللاهوت والعقيده.كل ذلك في أسلوب روحي مبسط محبب للنفس،يربطهم بالله وبصفاته الجميله.

ولعل سائلاً يسأل:كيف يستطيع خادم أن يقدم وجبه روحيه دسمه لأولاده،في ساعةٍ واحدةً أسبوعياً؟.

والجواب هو أن التأثير الروحي لا يرتكز على طول الوقت،وإنما علي قوة الكلمه الروحيه الصادره من إنسان روحي يتكلم روح الله من فمه،أو كلمة الله القويه الفعاله التي شبهها الكتاب بسيف ذي حدين.إن كلمه واحده سمعها الأنبا أنطونيوس في الكنيسة غيرت حياته كلها،وصارت سبباً في إيجاد حياه ملائكيه في الكنيسه كلها.فالخدمه لا يعوزها الكلام الكثير،إنما الكلام الروحي المؤثر الذي يحمل قوة الروح،القوي في إقناعه،وفي تأثيره،والذي يدفع إلي التنفيذ.أما الخدمه التي لا تأثير لها ولا روح،فإنها تشبه بذاراً فقدت أجنتها.والمطلوب هو الخدمة التي تدخل إلي العمق،وتحرك القلب،وتعمل عملاً،وتكون لها قوة دافعه.

والخدمة هي طبيعة عطاء عند الخادم بدون تغصب ولا ضغط على إرادته،وهي غيره مقدسه،شعله من النار داخل القلب،تجعله ملتهباً بمحبة الناس،والسعي إلي خلاصهم بحيث لا يهدأ إلا اذا استطاع توصيلهم إلي الله.

وكما قال القديس بولس الرسول:»من يعثر،وأنا لا ألتهب؟!»(٢ كو١١: ٩٢) فالذي يحب الناس،وتملكه الغيره نحو خلاص نفوسهم لا تتقيد خدمته بمجموعه معينه،بل يحب الكل،ويضع أمامه قول الرسول»صرت للكل كل شئ لأخلص علي كل حال قوماً»(١كو٩: ٢٢) لأخلص علي كل حال قوماً»(١كو٩: ٢٢) فيخدم الكل في كل مناسبة،وفي كل مكان،في محيط الأسرة،والدراسة،والعمل،والكنيسة،والنادي... إلخ إنه كسيده «يجول يصنع خيراً»(أع١٠: ٨٣) ،فالخدمه هي خير متحرك نحو الناس،يدفعهم إلى الله بكل الطرق:بكلمة منفعه أو بركه أو معونه يتحرك بها قلب الخادم نحو سائر القلوب حيث يلتقي بهم.ليست ذاته ثمينه عنده،إنما يبذلها بذلاً لأجل خير الناس.والخدمه عمل روحي؛فهي أصلاً من عمل الله نفسه لأن الله هو الراعي الصالح،وهي شركه مع الروح القدس الذي يعمل لبناء الملكوت،ونحن مجرد آلات في يديه.يعمل فينا وبنا ومعنا. يعطي كلمة للمتكلمين،ويعطي تأثرا للسامعين.وما الخادم سوى أداة في يد الروح.أما إذا كانت الخدمه مجرد عمل بشري،فإنها تكون باطله بلا نفع.

والخدمه واجب روحي على كل إنسان،وكل إنسان يمكنه أن يخدم،ولكن حسب تنوع المواهب.هناك من يخدم في مجال الفقراء وعمل الرحمه،وآخر يخدم المرضى،وثالث يخدم في حل مشاكل الناس،ورابع يخدم في مجال التعليم،إن أذنت له الكنيسة بذلك،وخامس يخدم عن طريق القدوه الصالحه.أما الذي لا يخدم فهو إنسان مقصر في واجب مفروض عليه في حدود إمكانياته،وهو مقصر في حق إخوته.فإن قصرت في الخدمه أو امتنعت عنها ينبغي أن تعترف بذلك أمام أبيك الروحي لأن تقصيرك في الخدمه يدل على أن محبتك غير كامله نحو الآخرين ونحو الله وملكوته وأولاده.

وأخيراً الخدمه هي تسليم أكثر من التعليم.هي تسليم الحياة للآخرين،تسليم الصوره الإلهيه لهم،تسليم النموذج الحي. فالخادم هنا هو وسيلة إيضاح للحياة الروحيه السليمه بكل فضائلها،ولذلك يجب أن يكون الله هو مركز الخدمه لأن كثيراً من الخدام يتحدثون في موضوعات عديدة،ما عدا الله! لا ترى الله في كلماتهم.ولا يدخلون الله في قلبك،ولا في حبك،ولا في فكرك،ولا في حياتك!.فلكي تفيض على غيرك يجب أولاً أن تمتلئ من فيض نعمة الله،لأن الناقص لا يفيض.

قداسة البابا شنوده الثالث

اهتم بذكر الشواهد في إجابة السؤال الاول

السؤال الأول:

أ-أذكر آيات عن الصور في هيكل سليمان.

ب-أذكر آية عن أن منع الصور والتماثيل لم يكن منعاً مطلقاً وإنما منع إتخاذها للعباده.

ج- ما الذي كان يرمز إلى المعموديه في العهد القديم ، وبه كان يصبح الشخص عضواً في العهد القديم ، وبه كان يصبح الشخص عضواً في شعب الله ؟

د-في سر الإفخارستيا نستخدم خبزاً مختمراً . إلي أي شيء يرمز الخمير بصفه عامه أذكر الدليل و الشاهد . وإلي أي شيء يرمز الخمير في سر الأفخارستيا ؟

س- أول كهنوت عرفته البشرية هو كهنوت رؤساء الآباء (كهنوت رب الأسره) . أذكر أمثله من نوح ، وأيوب ، وإبراهيم .

ش-جاء بعد ذلك الكهنوت الهاروني . إختيار الله لهرون ، ومسحه كاهناً . متي تم ذلك؟

ص-نوع ثالث هو كهنوت ملكي صادق . متي ذكر في العهد القديم ، وفي المزامير ، وفي العهد الجديد ؟

ن- ما الفرق بين الأنواع الثلاثه من الكهنوت التي ذكرناها ؟

و-أثبت أن بعض ألقاب المسيح قد منحها لتلاميذه (علي الأقل ثلاثة ألقاب بالشواهد).

هـ- الله يربط الزوجين معاً (إذكر آيه وهذه الرابطه تتم عن طريق وكلائه). أذكر آيتين لإثبات من هم الوكلاء عنه .

السؤال الثاني:-

أ-اذكر معلومه أو فكره موجزه عن سائح ، وشهيد ومتوحد ، وناسك ، وكل منهم إسمه مرقس.

ب- من هم الآباء الكبادوكيون ؟ وما هي أسقفياتهم ؟

ج- ما هي أول كنيسه في القاهره التي إستخدمت مقراً للكرسي البابوي ؟

د-ما هو أول قداس عُرف في العصر الرسولي في أورشليم ؟

س-ما معني كلمة (سبت) وإلى أي شيء كانت ترمز ؟ ومتي تحققت؟

الطبيب الشافي

العلامات الدالة على الحياه

(التنفس - النبض - ضغط الدم - الحراره) نستطيع أن نحافظ على حياه أي مصاب بضروريات الحياه اللازمه له:

مسلك هواء مفتوح.

تنفس ملائم .

دوره دمويه متصله.

مواصفات طبيعيه وقياسيه لا يوجد بها إنحراف أو إضطراب. وأهم الحالات التي يتعرض فيها المصاب للخطر بشكل خاص بسبب الإخلال بضرورات الحياه وهي:

- فقدان التنفس أو إضطرابات القلب أو كليهما.
- النزيف الشديد.
- حاله من غياب الوعي قد تؤدى إلى إعتراض مسلك الهواء وبالتالي توقف التنفس. .

أولاً التنفس(Respiration)

هي عمليه أساسيه لحياه الإنسان فحين تتوقف تقف معها كل العمليات الحيويه في الجسم والغرض منها هو إدخال الأكسجين في التنفس وإخراج ثاني أكسيد الكربون في الزفير. والأكسجين يستخدم في التفاعلات الكيميائيه داخل الجسم لتكون مركبات ضروريه أو لإحراق بعض المركبات .

وإذا توقف التنفس يمكن لبعض أجزاء الجسم أن تظل حيه لبعض الوقت بينما أعضاء أخرى حساسه جداً لفقدان الأكسجين وأهمها خلايا المخ فتموت هذه الخلايا خلال3 - 5 دقائق من إنقطاع الأكسجين وهي عمليه غير رجعيه وتؤدى إلى فقدان الحياه.

وعمليه التنفس هامه جداً في التخلص من CO_2 لأنه إذا تراكم بالجسم يؤدى إلى إضطراب عمل خلايا المخ وإضطراب في الإدراك والتحكم في الوظائف الحيويه ويستمر تدريجياً وتحدث غيبوبه وقد تحدث الوفاه إذا لم يقل CO_2 في الدم - ويساعد على الحفاظ على وسط الدم ليس حامضاً أو قلوياً.

وهناك نوعين من الموت:

١- موت إكلينيكي(CLINICAL DIED)
و فيه يتوقف التنفس ونبض القلب

٢- الموت الحيوي:(DILATED FIXED PUPIL)
وهو موت خلايا المخ ويكون الموت الإكلينيكي رجعياً أي يمكن تداركه بينما الموت الحيوي لا رجعة فيه

وتتكون عمليه التنفس من شهيق وزفير بمعدل 16 : 20 دوره في الدقيقه في الشخص البالغ وفى الأطفال تكون 36 دوره / الدقيقه

آلية التنفس...

أ)التنفس الطبيعي:

عندما يتنفس المريض بطريقه سليمه نلاحظ العلامات الآتيه :-

١- (View - See) (عن طريق الرؤيه)

يكون التنفس الطبيعي مصحوباً بارتفاع وانخفاض الصدر والبطن بانتظام .

٢- Listen :(عن طريق السمع)

يمكن الإنصات بالأذن لسماع صوت دخول وخروج الهواء من فم وأنف المصاب ولابد أن يكون غير مصحوب بأي صوت آخر مثل (الخرخره - اللهاث).

٣- (الإحساس)

يمكن أن نحس الهواء إذا وضعنا وجهنا بجانب أنف المصاب

يكون لون جلد المصاب لوناً طبيعياً ولا يكون مزرقاً أو محمراً.

التنفس غير الطبيعي : عكس ما سبق.

أسباب انسداد مجرى الهواء :

انسداد المسالك التنفسيه العليا يمكن أن يؤدى إلى فقدان الوعي وتوقف القلب.

كيفية إسعاف انسداد المسالك الهوائيه

هذا ما سوف نناقشه في العدد القادم

العلامات الدالة على الحياة

التنفس - النبض - ضغط الدم - الحرارة

الصلاة هي فتح القلب لله لكي يدخله ويطهره

(قداسة البابا شنوده الثالث)

تسالي مسيحية

الكلمات المتقاطعة

حل مسابقة العدد السابق

	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠
١	ع	ز	ر	ا	ا	ل	ك	ا	هـ	ن
٢	أ	ل	أ	ج	ن	أ	س	■	أ	أ
٣	ز	ل	هـ	■	ب	■	م	و	ج	ن
٤	ر	■	■	ل	■	م	■	ن	س	ح
٥	■	س	ر	أ	ل	ز	ى	ج	هـ	■
٦	أ	ى	ن	و	د	أ	■	ب	■	د
٧	ش	م	ع	و	ن	■	ك	■	ح	ى
٨	ب	أ	ب	أ	ل	ض	أ	ن	■	م
٩	ى	و	■	ت	■	ر	م	ث	ل	أ
١٠	ن	ن	س	■	ت	هـ	ل	ر	■	س

أفقيـا

١. آمن بواسطة فيلبس.
٢. صاحب الرسالة – متشابهة.
٣. خلصنا «معكوسة» – جد داود.
٤. سئم «معكوسة» – في الطاولة – جنس اصفر.
٥. صيت – سبى إليه شعب الله.
٦. متشابهة – للتخيير – متشابهان.
٧. سما «معكوسة» – آله موسيقية – من صفات الله.
٨. من قواد داود «مبعثرة» – من السيارات.
٩. نصف أحاز – تجدها في مولر – من الهراطقة «معكوسة».
١٠. من تلاميذ بولس الرسول.

	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١
١											
٢	■							■			
٣						■					
٤			■			■					
٥		■					■				
٦				■	■			■			■
٧				■	■			■	■		
٨							■				
٩			■			■					
١٠								■	■		

رأسيـا

١. والدات الزوجات أو الأزواج.
٢. مرام «معكوسة» – يصاحب «مبعثرة».
٣. نال الخلاص – شتم داود «معكوسة».
٤. والد يوآب قائد جيش داود – من الأخشاب.
٥. من الأسباط – من حركات الكلاب «مبعثرة».
٦. للتخيير – ميكروسكوب فضائي شهير.
٧. طفل أسرف والده في تحقيق رغباته «معكوسة» – متشابهان – نصف روما.
٨. فحشاء «معكوسة» – نصف قياس.
٩. قديس مدينة نهيسا «مبعثرة» – نصف شباط.
١٠. أحد ملوك إسرائيل.
١١. قاتل ملك سيسرا – والد.

الذي هدفه هو الله لا يكن ذا قلبين ولا يكن متردداً
(قداسة البابا شنوده الثالث)

من بستان
الرهبـــان

تحدث القديس أرسانيوس عن إنسان وفي الحقيقه كان يتحدث عن نفسه فقال:كان أحد الشيوخ جالساً في قلايته متفكراً فأتاه صوت قائلا:هلّم فأريك أعمال الناس.فنهض إلى خارج فرأى رجلاً أسود يقطع حملاً من الحطب وبدأ يجرب أن كان يستطيع حمله فلم يستطع.فبدلا من أن يُنقص منه قام وقطع حطبا وزاد عليه..وهكذا صنع مراراً كثيرةً..ثم انه مشى قليلا فرأى رجلا آخر واقفاً على حافة بئر يتناول منه الماء وصبّه في جرن مثقوب.فكان الماء يرجع إلى البئر ثانيةً..وجاز قليلا فرأى رجلين راكبين فرسين حاملين عمودا على المجانبة.كل من طرف وسائرين بعرض الطريق فلم يتضع أحدهما ليكون خلف الآخر فيُدخلون العمود طوليا وعلى ذلك بقيا خارج الباب.وأردف قائلا :هؤلاء هم الحاملون نير ربنا يسوع المسيح بتشامخ ولم يتواضعوا أو يخضعوا لمن يهديهم لذلك لم يستطيعوا الدخول إلى ملكوت السماوات.أما قاطع الخشب فهو إنسان كثير الخطايا فبدلا من أن يتوب يُزيد خطايا على خطاياه.وأما المستقي الماء فهو إنسان يعمل الصدقه من ظلم الناس فيَضيع عمله.

ياإلهي اتمني ان اكون
تلفـــــازاً ؟؟!!

طلبت معلمه من طلبتها في المدرسه الابتدائيه أن يكتبوا موضوعاً يطلبون فيه من الله أن يعطيهم ما يريدون.وبعد العوده إلى منزلها جلست تقرأ ما كتبوا فأثار عاطفتها موضوع فدمعت عيناها.وصادف ذلك دخول زوجها البيت.فسألها:ماذا يبكيك يا زوجتي؟فقالت:موضوع التعبير الذي كتبته أحدى الطالبات...اقرأه بنفسك.فأخذ يقرأ...

"إلهي.أسألك هذا المساء طلباً خاصاً جداً.إجعلني تلفازاً.فأنا أريد أن أحل محله.أريد أن أعيش مثله..لأحتل مكاناً خاصاً في المنزل فتصبح أسرتي حولي.ويأخذون كلامي مأخذ الجد.وأصبح مركز إهتمامهم.فيسمعونني دون مقاطعه أو توجيه أسئله.
أريد أن أتلقى العنايه التي يتلقاها التلفاز حتى عندما لا يعمل.أريد أن أكون بصحبة أبي عندما يصل إلى البيت من العمل.حتى وهو تعِب..وأريد من أمي أن ترغب فيَّ حتى وهي منزعجه أو حزينه.وأريد من إخوتي وأخواتي أن يتخاصموا ليختار كل منهم صحبتي.أريد أن أشعر بأن أسرتي تترك كل شيء جانباً كل حين.لتقضي بعض الوقت معي!
وأخيراً وليس آخراً.أريد منك يا إلهي أن تجعلني أستطيع إسعادهم وأن أرفّه عنهم جميعاً.يا رب إني لا أطلب منك الكثير أريد فقط أن أعيش مثل أي تلفاز.

إنتهى الزوج من القراءه فقال:يا إلهي، إنها فعلاً طفله مسكيه.ما أسوأ أبويها.فبكت المعلمه مره أخرى وقالت:"إنه الموضوع الذي كتبته إبنتنا".

المكان الرئيسي

✝ أنما الموت هو التفريط في إنجيلنا.
✝ إنما الموت هو التطليق من غير زنى.
✝ أنه موتٌ إن نسيت ماقيل عنك أن أبواب الجحيم سوف لا تقوى عليك.

قداسة البابا شنوده الثالث

ليس كل إنسان يصلح للتعليم وإنما كما قال الكتاب: "أما المعلم ففي التعليم" (رو ١٢:٧) وكما قال بولس الرسول لتلميذه تيطس: "أما أنت فتكلم بما يليق بالتعليم الصحيح" (تي ٢:١) وقال له أيضاً: "مقدماً في التعليم نقاوة" (تي ٢:٧).

المكان الرئيسي؟

قيل عن بسمارك Bismarck أكبر السياسيين في أوربا في زمنه، إنه دُعي إلى حفل، فلم يضعه المنظمون في المكان اللائق به. ولاحظ رئيس البروتوكول ذلك، فأسرع إليه معتذراً وقال له: "أنا آسف يا سيد بسمارك، لأنه كان يجب أن تجلس في المكان الرئيسي" فأجابه بسمارك في هدوء: "لا داعي مطلقاً لأن تأسف. فحيثما جلس بسمارك، يكون هذا هو المكان الرئيسي"... فهذا هو عزيزي القارئ قداسة البابا شنودة العالم والمعلم الذي أينما وجد شهدت له السماء والجميع على مكانته وعلمه لذلك نهدي له هذه القصيدة تعبيراً عن حبنا لهُ ومكانته في قلوبنا بمناسبة عيد جلوسه الرب يديمه على كرسيه.

وأبٌ أنت

أنت، من أنت؟ رسول ههنا؟ أنت أبهى من رسول، أنت قلب
أنت قلب واسع في حضنه عاش جيل كامل أو عاش شعب
أنت نبع من حنان دافق أنت عطف أنت رفق أنت حب
وأب أنت ونحن يا أبي عشنا بالحب على صدرك نحبو
يا قويا ليس في طبعه عنف وديعا ليس في ذاته ضعف
يا نبيلا كلما عوديت كم كنت تنسى الشر للجاني وتعفو
يا حكيما. أدب الناس وفي زجره حب وفي صوته عطف
لك أسلوب نزيه طاهر ولسان أبيض الألفاظ عف
لم تنل بالذم إنسانا ولم تذكر السوء إذا ما حل وصف
أنما بالحب والتشجيع قد تصلح الأعوج والأكدر يصفو
وأبا أنت ونحن يا أبي عشنا بالحب على صدرك نحبو

أسرة تحرير المجلة