

فيلو باشير

مجلة فيلوباتير - السنة الثانية
العدد السابع - يونيو ٢٠١٨

«انِّي لَقَدْ رَأَيْتُ مَشَقَّةَ
شَعْبِي الَّذِينَ فِي
مِصْرَ، وَسَمِعْتُ أَيْنُهُمْ
وَنَزَلْتُ لِأُنْقِذَهُمْ.»
(أع ٧: ٣٤)



نيافة الأنبا كاراس

+ لانعلم لماذا، ولكننا نشكر. لانعلم متى، ولكننا ننتظر.
لا نعلم كيف، ولكننا نؤمن.

.We do not know why, but we thank
. We do not know when, but we wait
.We do not know how, but we believe

+ لا تجعل اذانك تسمع ما لم تره عيناك،
ولا تجعل فمك يقول ما لا يشعر به قلبك

Donotleyouearshearwhatyoueyes
have not seen, do not let your mouth
say what your heart does not feel

+ الطريق إلى الكمال طويل !!..
ليس المهم بأن تصل إلى آخره، ولكن المهم
حينما تنتهي حياتك تكون علي هذا الطريق
!!..It's a long road to perfection
It's not important to reach its end,
however, what's important is to
remain on this road till the end
of your life journey. "

+ لا تخف من الغد ولكن خف انه لربما لا يكون غد.
Fear not from tomorrow, but fear
"for there may not be tomorrow

+ عندما كنت قهرض وانت صغير ويسألك الطبيب
من اي شيء تألم فتتظر لأملك لتجاوب عنك لانها
تشعر بما تشعر به، فلا تنساها وانت كبير، ان
كانت هنا أكرمها وان كانت في السماء صلي لها.
When you were sick in your youth
and your mother took you to visit
the doctor.. The Dr. asks you what
hurts, you then looked at your mother
to answer for you, for she knew
more how you felt. Therefore, do not
forget her after you're older. Honor
her while she's still around, and pray
for her if she's in heaven.

كلمة منفعة

+ القوة الوحيدة التي تستطيع أن تحول
العدو الى صديق هي قوة المحبة.
The only power that can turn an ene-"
"!!..my to a friend is the power of love

+ الله ليس لديه تليفون ولكن أكلمه في أي
وقت، ليس لديه فيسبوك ولكن يمكن أكون
صديقه، وليس لديه تويتر ولكن اتبعه دائماً.

God has no phone, but I can talk to
Him any time, He has no Facebook,
but I can be His friend, and He has no
.Twitter, but i can always follow him

+ كثيرون لا يتمتعون بالعشرة مع الله
لأنهم يعيشون بروح العبودية وليس بروح
البنوه. فلا تعيش كعبد ولكن كأبن.

Many people do not enjoy their life
with God because they live in the
spirit of slavery not In the spirit of
sonship. Do not live as a slave but
.as a son

+ أحيانا يجب أن نصمت كأننا لم نفهم،
وتجاهل كأننا لم نرى، وننسى كأننا لم نعرف.

Sometimes we have to be silent as
we don't understand, ignore as we
don't see and forget as we don't know

+ الحديث مع الناس قد يجلب الحزن
وقد يكون بدون فائدة، ولكن الحديث
مع الله دائماً مفرح وله بركات كثيرة.

Talking with people may bring sad-
ness and without profit,but talking
with God always gives happiness
.and has many blessings

+ الله معنا، لا نخف، عينيه علينا، وذراعيه
يظللنا، وأذناه مفتوحة لصلواتنا، ونعمته تكفيانا.

God is with us so we are not afraid,
His eyes are upon us, His arms are
overshadow us, His ears are open
to our prayers and His grace is suf-
ficient for us

+ الكنيسة لا تتحرك مع العالم ولكنها تتحرك
العالم، لأن "الله في وسطها لا تتزعزع". (مز 46: 5)

The church doesn't move with the
world, but she can move the world,
Because " God is in the midst of her,
She shall not be moved." (ps 46:5)

+ يبدو لنا ان المسيح نائم في السفينة، أو يأتي
في الهزيع الرابع، ولكنه دائماً في الوقت المناسب
ينتهز الريح ويصير الهدوء فالنشق في محبته.

It may seem to us that Jesus is asleep"
in the ship or comes in the fourth
watch, but He always comes at the
right time to rebuke the wind and
".make a calm, so let ustrust in Hislove

+ ثق ان الله ينظر للإنسان الذي له "أيدي مرفوعة،
عيون دامعة ، ركب منحنية ، وقلب منكسر."

Believe that God is looking at the"
man with lifted hands,tearing eyes,
"bowed knees and a broken heart

+ يا ليتنا ان نخرج من هذا العالم
بنفس النقاء الذي دخلنا به اليه.

We wish to leave from this world by
.the same purity we were born with

+ كل ما يُغضينا في الآخرين يمكن
أن يكون فرصة لتصحيح انفسنا.

All that bother us in others, can be"
an opportunity to correct ourselves

+ أفضل طريقة تستطيع بها ان تف
ضد العالم، انك تركع امام الله.

The best way you can stand against
the world, is you bow down before
.the lord



مجلة فيلوباتير

حادرة عن بطريركية الأقباط الأرثوذكس كنيسة العذراء وأبي سيفين
BELLEVILLE NJ
Philopateer.magazine@gmail.com

أسرة مجلة فيلوباتير

تحت إشراف
أبونا يوسف حليم / أبونا لوقا إستفانوس

التحرير والإعداد: وائل مسعود

مساعدتي التحرير : مينا مقار / بيتر ميخائيل

الإستشارات المالية والقانونية
عماد إلياس / سامح بطرس
صموئيل باسيلي / يوسف عطا الله / نادر فرانسيس
/ رفيق خليل

(أسرة التحرير)
نيافة الأنبا كاراس / نيافة الأنبا ديفيد
أبونا يوسف حليم / أبونا لوقا إستفانوس / أبونا بيشوي اندراوس
/ أبونا جان بخيت
نادر عطا الله / عاطف شنودة / مها إلياس / د.سوزي خليل / مهدوح جرجس /
أيمن خليل / د.جهيل مقار / مرقص جبران / أميره مسعود
يوسف عطا الله / غادة جورج / بيتر ميخائيل /
جورج مجلي / كاترين حليم / يوسف يوسف / شيري رزق

الدعاية والإعلانات
عاطف ميخائيل / بيتر داوود / أندرو فيليبوس / كريم تادرس
/ نرهمين جريس
التصوير والفوتوغراف : نشأت مكاريبوس / سمير عبده
الترجمة والنسخ
أ. نبيلة بانود / أمير حليم / ربي ساويرس / أيمن خليل

التسويق والجرافيك : جاكوب / أيمن عازر

الكبيوتر والميديا : رامز عريان

التجميع والتوزيع : عماد متري / جورج جرجس / كمال عريان



إضحك

- واحد حانوتي ربنا فتحها عليه و
فتح محل فكهاني .. كل يوم في
المحل يقعد ينادي : الموووووووز
علينا حق !!!

- غيب خطف بنت غيبه راكبة تاكسي فضلت تصوت
قالها: هتسكتي ولا أنزلك ؟
قالت له : لأ خلاص ، هسكت.

رسالة الله لك هذا الشهر:

"ان رأيت ظلم الفقير ونزع الحق والعدل في البلاد، فلا ترتع من الأمر،
لأن فوق العالی عالیاً يُلاحظ، والأعلى فوقهما" (سفر الجامعة 5: 8)

في هذا العدد

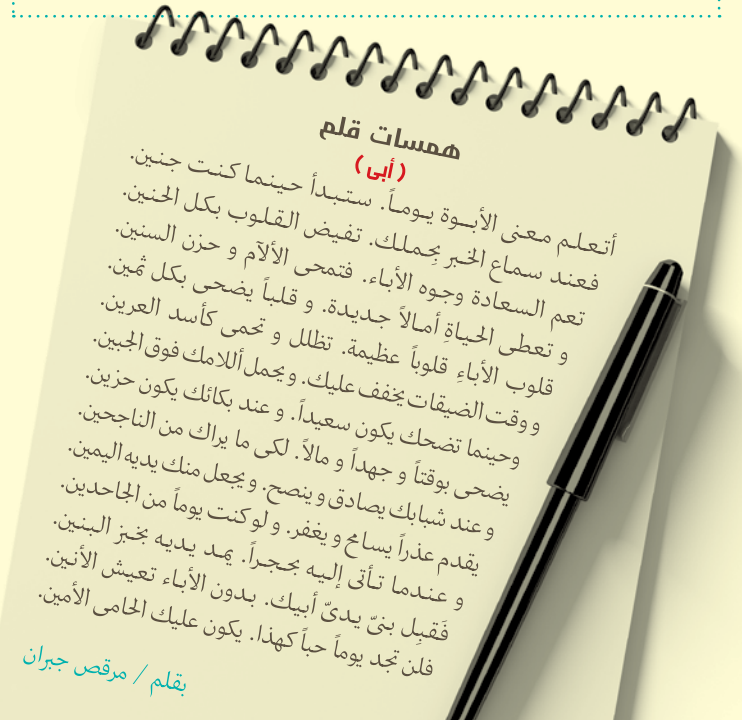
غلاف العدد - المسيح الراعى الصالح

كلمة منفعة - الأنبا كاراس ٣

زقاق عم جرجس - الأنبا ديفيد ٤

سفينتي وأعماق النفس - القس لوقا إستفانوس ٥

قرأت لك - القمص يوسف حليم ٦



همسات قلم (أبي)

أتعلم معنى الأبوة يوماً. ستبدأ حينما كنت جنين.
فعند سماع الخبر بميلك. تفيض القلوب بكل الحنين.
تعم السعادة وجوه الآباء. فتمحى الآلم و حزن السنين.
و تعطى الحياة أملاً جديدة. و قلباً يضحى بكل ثمين.
قلوب الآباء قلوباً عظيمة. تظلل و تحمي كأسد العرين.
ووقت الضيقات يخفف عليك. وجمال الألامك فوق الجبين.
و حينما تضحك يكون سعيداً. و عند بكائك يكون حزين.
يضحى بوقتاً و جهداً و مالا. لكى ما يراك من الناجحين.
و عند شبابك يصادق و ينصح. و يجعل منك يديه اليمين.
يقدم عذراً يسامح و يغفر. و لو كنت يوماً من الجاحدين.
و عندما تأتى إليه بحجرأ. يمد يديه بخبز البنين.
فقبل بنى يدى أبيك. بدون الآباء تعيش الأنين.
فلن تجد يوماً حياً كهذا. يكون عليك الحامى الأمين.
بقلم / مرقص جبران

كلمات من نور

الهي انت تحتضن وجودي برعايتك وكأنك لا تتطلع لآخر سواي ... تسهر علي
و كأنك نسيت الخليقه كلها ... تهبني عطايك و كأنى انا وحدي موضوع حبك
... ليتنى احبك يا الهي كما أحببتى اولاً . القديس اغسطينوس

ان محبه الله لنا لا تدرك ولا تتغير ومحبه لنا لم تبدأ من الوقت الذي صولنا
فيه معه بدم ابنه ، ولكن أحبنا قبل أنشأ العالم ، وقبل ان نولد حتي . بذلك
نصير أبناءه مع ابنه الوحيد .
يوحنا ذهبي الفم

شيري رزق

قرأت لك

بقلم / أبونا يوسف حليم



هذا الكتاب قام بترجمته ونشره في ٤ أجزاء كنييسة مارجرجس باسبورتنج. نقدم هنا عرضاً لفصول الجزء الأول فقط:

(١) هدف الجهاد الروحي هو الحصول على الكمال المسيحي، والمقصود بالكمال هو الاقتراب إلى الله والالتصاق به.

(٢) أول مبدأ في الجهاد الروحي: لا تعتمد على ذاتك ولا قدرتك.

(٣) ثاني مبدأ: إجعل ثققتك الكاملة في الله وقدرته ومحبه ورجته.

(٤) المقياس الذي يفرق بين المعتمد على ذاته والمعتمد على الله هو ما يحدث بعد السقوط في الخطية: المعتمد على نفسه يجزن ويكتتب ويندهش لسقوطه.

(٥) ليس الحزن المفرط بعد السقوط فضيلة لأنه يكون نتيجة لانفضاح صورة الإنسان أمام نفسه، لكن المعتمد على الله يجزن لكن لا يزعج فالسقطات ليست مستحيلة عليه. (٦) أي عمل روحي ولو بسيط يحتاج نفس مشاعر الإحساس بعدم الثقة بالنفس والاعتماد الكامل على عمل الله، الذي يرسل المعونة والإرشاد في الوقت المناسب. (٧) بعد مبدأ عدم الاعتماد على الذات

نحتاج إلى تداريب من أجل البناء الروحي. وأول تدريب هو صفاء الذهن الذي نناله: بالصلاة - وفحص الأمور والتمعن فيها بعمق لمعرفة الصالح وذلك بإرشاد الروح القدس.

(٨) أهمية فحص الأمور بدقة هي أننا قد نحاو بالمحبة أو الكراهية لأمر ما في تسرع مصدرين الحكم بحسب الظاهر، فيصاب الذهن بظلمة. لكن فحص الأمور بعيداً عن الأهواء مُتَحَنِّناً من الذهن فقط يُبقي الذهن في الحرية والنقاوة. (٩) يجب أيضاً حماية الذهن من تقيض الجهل: أي المعرفة الزائدة وحب الاستطلاع للأمور العالمية. إجمع عقلك دائماً إلى داخل نفسك بكل تركيز ممكن.

(١٠) بعد تدريب العقل نحتاج إلى تدريب الإرادة لتكون مطابقة لإرادة الله. يجب أن يكون هدف كل عمل هو إتمام إرادة الله وإرضاءه عن طريق: ١- التدريب المستمر على هذه المحاولة الروحية. ٢- حفظ الاشتياقات ملتهبة دائماً نحو الله.

(١١) يساعد على تدريب الإرادة تذكر إنعامات الله وحبه وخلصه. (١٢) في الإنسان إرادتان متصارعتان: الإرادة العاقلة والإرادة الحسية (إرادة الأوجاع)، الأولى ينشطها الله والثانية الرغبات الجسدية التي مهما كانت تبدو صغيرة يمكن أن تنمو وتكبر وتستمر تعمل في القلب فيظل غير نقي من أوجاعه ولم يتحرر من الإففاق على الذات ويتعطل كل فو لإرضاء الله.

(١٣) على الإنسان أن يجاهد لكي تنتصر إرادة الله فيه أمام كل صراع بين الإرادتين: هذا الفصل يعطي التداريب العملية لإتمام ذلك (عارض الشهوة الرديئة أولاً - ثم إكرهها - أخيراً مارس الفضيلة المعارضة).

(١٤) أحياناً تبدو الحرب شديدة ومقاومة الخطية مستحيلة، لكنها حيل العدو حتى نبأس ونلقي اسلحتنا، فطالما الإرادة لم تمهل نحو هذا الدافع الوجداني فنحن بين المنتصرين مهما كان الوجد طاعياً.

(١٥) الحرب مستمرة طول العمر ضد الأوجاع، وبالذات حب الذات والإففاق عليها الذي هو السبب في فشلنا في كل حروبنا.

(١٦) إبدأ الجهاد كل صباح باسم الله متسلحاً بعدم الاعتماد على نفسك - رجاء شديد في الله - صلاة العقل في القلب "باري يسوع المسيح ارحمني" - التغصب في الأعمال الشاقة المناسبة.

(١٧) محاربة الأوجاع تحتاج إلى خطة بدلاً من التخبط العشوائي: الدخول إلى القلب لمعرفة الأوجاع المتسلطة والمتحكمة بنوع خاص - التسلح ضد هذا الوجد بالذات - محاربة أي أوجاع عارضة - العودة مرة أخرى إلى الوضع الرئيسي الذي يحافظ علة قوتنا.

(١٨) يمكن التغلب على الضغوطات المفاجئة غير المتوقعة بأن تتخيل في الصباح كل المواقف المحتمل أن تتعرض لها أثناء النهار، وكل ضغوطات الأوجاع والشهوات والمثيرات المحتمل أن نقابلها، وبالتالي نعد أنفسنا لإخادها دون أن نسمح لها بالاستمرار.

فوائد شرب الماء

د. جميل مقار

Clifton Medical Group

All Your Medical Needs Right Here
Dr.Makar -
Dr. Pinzon - Dr. Yang
Phone: 862.249.4901
862.249.4902

1700 Route 3 West, Clifton,
NJ 07012



دائماً ما نسمع عن أهمية شرب الماء، وبغض النظر عن صحة المقولة المتداولة عن شرب ثمانية اكواب من الماء يوميا، فنحن لا نشرب الماء الكافي لاحتياجات جسمنا اليومية.

بعض خبراء التغذية يقولون أننا نحصل على الماء

من الفاكهة والخضروات، ولكن هل نحن نتناول الخضروات والفاكهة بالقدر الكافي؟ بالإضافة إلى ذلك ان طبخ الخضروات يجففها من الماء.

ان ثلث الجسم تقريبا يتكون من الماء، العمليات الحيوية في الجسم تتم بفضل الماء، من هنا نقدّم لك قائمة بفوائد الماء للجسم:

١- يتكوّن الدم من ٨٠٪ من الماء ويحتاج إلى المزيد ليستطيع تكوين الخلايا الجديدة.

٢- العظام تتكون من ٥٠٪ من الماء، ولهذا تحتاج العظام للماء لتظل قوية وتحمل وزن الجسم.

٣- يحتاج جهاز المناعة الى الماء ليستطيع مواجهة الاجسام الغريبة عن الجسم وايضا لتقليل الالم عن طريق تقليل الالتهاب.

٤- كلما زادت كمية الماء الداخلة الى الجسم زادت قدرة الجسم على طرد السموم والمواد الضارة.

٥- تحتاج المفاصل الى الماء لتحصل على المرونة اللازمة للحركة فهو يقلل آلام التهابات المفاصل، كما يزيد من عمر الغضاريف التي تمتص الصدمات وتمنع خشونة المفاصل.

٦- الماء ينظم ويسرع من العمليات الحيوية داخل الجسم ولذا ينصح الاطباء الاشخاص ذوي الوزن الزائد بشرب المزيد من الماء.

٧- الماء ينظم درجة حرارة الجسم.

٨- الماء ينظم الكهرباء اللازمة للخلايا العصبية والجهاز العصبي للجسم لضمان سرعة ودقة نقل الاشارات العصبية.

٩- الماء يكافح جفاف خلايا الجسم.

١٠- كل خلية وكل عضو في الجسم يحتاج الى الماء لكي يعمل جيدا.

ولهذا كخطوة للاهتمام بالصحة يجب علينا شرب كميات كافية من الماء النقي يوميا، مع الاخذ في الاعتبار ان افضل وقت لشرب الماء هو عندما تكون المعدة خالية من الطعام صباحاً لتجنب حدوث عسر هضم نتيجة تخفيف انزيمات وأحماض هضم الاكل بالماء.



إعرف نفسك



في الاعداد السابقة تكلمنا عن مكونات الانسان جسد ونفس وروح وشرحنا مكونات الجسد والروح ثم تكلمنا عن مكونات النفس وهي الإرادة والفكر، واليوم بنعمة السيد المسيح وإرشاد الروح القدس نتكلم عن العاطفه وهي المكون الثالث للنفس.

العاطفه هي القدره على الانفعال والتأثر والتفاعل مع المؤثرات الداخلية والخارجية + فنحن نستطيع ان نخبر الشعور بالحب والتعلق بشخص او شئ أو الشعور بالكراهية تجاه شخص.

- وكان لما فرغ من الكلام مع شاول ان نفس يونانان تعلقت بنفس داؤد وأحبه يونانان كمنفسه ١ صم ١٠:٨

- اخبرني يامن تحبه نفسي أين ترعى ؟ أين تريض عند الظهيرة نش ٧:١ - وأبدت الرعاة الثلاثة في شهر واحد وضاعت نفسي بهم وكرهتني أيضا نفسهم زك ٨:١١

-كرهت أنفسهم كل طعام و اقتربوا الى أبواب الموت مز ١٠٧:١٨

+ كذلك تخبر مشاعر الفرح والحزن والرضا والمرارة - وانتي أيضا يجوز في نفسك سيف لتعلن أفكار من قلوب كثيرة لو ٢:٣٥

- فضايق داؤد جدا لان الشعب قالوا برجه لان انفس جميع الشعب كانت مره كل واحد على بنيه وبناته وأما داؤد فتشدد بالرب إلهه ١ صم ٦:٣٠

- لماذا انت منحنية يانفسي مز ٤٢ - فرح نفس عبدك لاني إليك ارفع نفسي مز ٨٦

- ارجعي يانفسي الى راحتك لان السرب احسن إليك مز ١١٦

+ اختبار الشعور بالرغبة في تحقيق او نوال شئ معين - تشتاق بل تتوق نفسي الى ديار الرب مز ٨٤

- بنفسي اشتيتك في الليل أش ٩:٢٦

كثيرا من الناس تتخذ قرارات مصيرية بناء على مشاعرها دون تحكم الفكر والاراده واستخدام المعرفة البديهية للروح كما سبق وشرحنا في الاعداد السابقة ولذلك يعيشون هؤلاء حياه مزقه في اتجاهات متعددة تبيجه جهل الانسان لنفسه ولذلك بحثنا بنعمة الله في هذا الموضوع اعرف نفسك وقدمنا لكم المختصر المفيد لتكون قراراتنا مبنية على ما اراده الله لنا وما أعطانا من تكوين جسدي ونفسي وروحي يوضح قدره الهنا محب البشر الصالح الذي له كل مجد وكرامة الى الابد أمين.

يوسف يوسف



شائباً فعاش وذهب سعيداً...! ومنهم من عزف علي أوتار الحياة فصممت أذناه وتبلدت مشاعر الحب داخله فعاش وذهب نادماً...! فهل سيجي يوماً نرجع فيه لبدأتنا مثلك يا صديقي حيث لا ماضي نكي عليه أو مستقبل نخشى جروحه ، ونخرج من دائرة وهم العالم وأهوائه؟! هل سيجي يوماً يفشل فيه الشيطان أن يهزمننا؟! حينها استدعوني أنت صديقاً لك! وائل مسعود

طويلة حتي ينفذوا وصية سيدهم في أن يرجعوا ويصيروا أطفالاً مثلك لينالوا ملكوت السموات ، وأنت يا صديقي تعيش سعادة الملكوت علي الأرض فلا خطيه تُدان بها ولا حتي شيطان يستطيع أن يهزمك. هل جال بخاطرك يوماً أن تبقي كما أنت ولا تترك هذا الملكوت الذي تعيشه علي أرضنا ، ولا تصبح مثقلاً بالدنيا مثل من يخاطبك الآن...!! كل حي جاء للعالم ننعيم بما أنت فيه، منهم من أدرك حكمة البقاء طفلاً ولم يلتمس من شوائب شرور هذا العالم

أنت وأنا جئنا للعالم أطفالاً كئدي الورود أنقياء ، كل يوماً يمضي بعمرنا تتمني الرجوع لذكريات تلك الأيام البريئة... اليوم أشعر وكأني أخذت معك أيها الطفل الذي كان يسكن بداخلي منذ زمن بعيداً وأنت تسمعي ، فكم تمنيت ألا ترحل عني وتركني ؛ ليتني بقيت طفلاً مثلك يا صديقي، أعيش فقط حاضراً بلا قلق ، فلا تاريخاً لي أسمه الماضي ولا مجهولاً أخشاه أسمة المستقبل! أرتضي ببسمه تعلو وجهي، ونظرة حب لمن حولي... يعيش القديسون في نُسكاً وجهاد سنيناً

شخصيات من الكتاب المقدس (ناحوم) بقلم / مها إلياس

"اذلتك لا اذلك ثانية" مع ان الله سمح بخراب نينوى و نينوى هي عاصمة آشور. و قد كانت هذه النبوءة مدة طويلة بعد توبة نينوى على يد يونان النبي. هذه النبوءة معزية لشعب اللة لان ملكة آشور كانت من الممالك التي سي اليها شعب اللة. اللة آله غيور على شعبه ومنتقم من اعداءه. ولأنة قدوس لا يحمّل الشر و مع انه ينتقم من مبغضية ولكنه بطيء الغضب لعل الانسان يتوب. اللة قادر على نزع الاشرار لأنة يجارب عن اولاده في كل زمان.

ناحوم معناه نياح أو راحة. تنبا ناحوم النبي بخراب نينوى و نينوى هي عاصمة آشور. و قد كانت هذه النبوءة مدة طويلة بعد توبة نينوى على يد يونان النبي. هذه النبوءة معزية لشعب اللة لان ملكة آشور كانت من الممالك التي سي اليها شعب اللة. اللة آله غيور على شعبه ومنتقم من اعداءه. ولأنة قدوس لا يحمّل الشر و مع انه ينتقم من مبغضية ولكنه بطيء الغضب لعل الانسان يتوب. اللة قادر على نزع الاشرار لأنة يجارب عن اولاده في كل زمان.



Don't Suffer With Pain...

www.njspineandpain.com

Individualized Compassionate Care and Treatment
Plans with Special Attention is Offered at:



NEW JERSEY
SPINE & PAIN
INSTITUTE



Joseph G.A. Ibrahim, MD, FAAPMR

Most
Insurances
Accepted

19 East 27th Street, Bayonne
201-436-0033

59 Seeley Avenue, Kearny
247 3rd Avenue, Suite 402, New York

Dr. Ibrahim is board certified in physical medicine and rehabilitation with board certification sub specialty of Interventional pain medicine. He specializes in the use of minimally invasive techniques to treat spine disorders, disc problems and other musculoskeletal disorders. When you can pin-point the source of neck, back and other painful conditions, it is half the battle. Treatable Conditions include

- Neck Pain
- Myofascial Pain Syndrome
- Back Pain
- Sciatica
- Failed Back Surgery Syndrome
- Vertebral Compression Fracture
- Complex Regional Pain Syndrome I (RSD)
- Complex Regional Pain Syndrome II (Causalgia)
- Painful Diabetic Neuropathy
- Post Herpetic Neuralgia
- Peripheral Joint Pain
- Pelvic Pain
- Headache
- Facial Pain
- Cancer Pain

Now Offering On-Premise Physical Therapy

We take pride in the high level of personal and compassionate care we deliver to our patients. Our emphasis is on rehabilitation and exercise with our patient's health our only priority.



Nabil H. Gerges, D.D.S.

Office Hours By Appointment

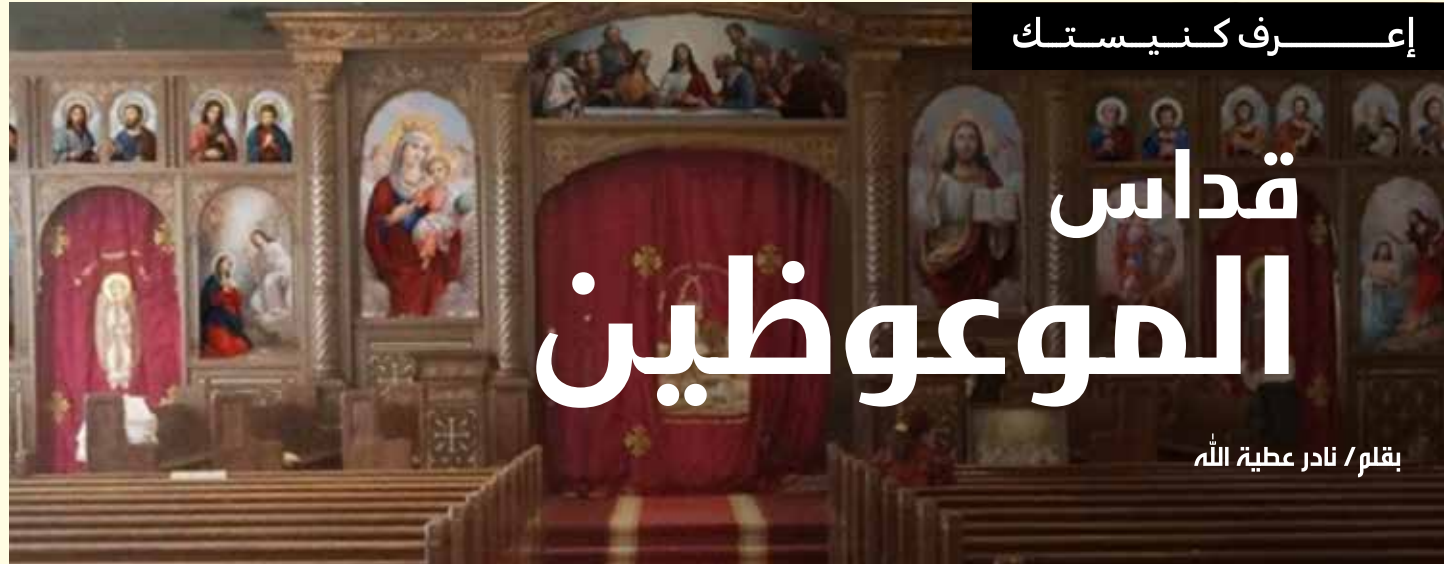


Tel: (973) 458 1156 | Fax: (973) 458 1155

nabilgergeselfar@gmail.com

167 Grove St. Lodi, NJ 07644

500 Mt. Prospect Ave. Newark, NJ 07104. Newark, NJ 07104



إعرف كنيستك

قداس الموعوظين

بقلم / نادر عطية الله

بقداس الموعوظين ودورات البخور كلها كانت تكون لوحدها، إن جاز هذا التعبير مثل في الصوم الكبير بعض الكنائس والأديرة ترفع بخور باكر بعد التسبحة ثم بعد الظهر الساعة ١، ٢ يصلون القداس فكانت الكنيسة تفعل ذلك مع الموعوظين، تجعل الصلوات والقراءات ودورات البخور كل هذا لوحدة ثم في وقت لاحق يكون الجزء الخاص بالمؤمنين فقط: تقديم الحمل صلوات الإفخارستيا - التقديس - القسمة - تناول. كانت صلاة الصلح من ضمن صلوات المؤمنين ولم يكن أضيف إلى ليتورجية الموعوظين، ومن هنا هذا المسمى جاء السيناكسيز المتصل، المتصل الذي هو يكون كله مع بعض، تشبیه آخر الذي يرفع بخور باكر والقداس بعده مباشرة والسيناكسيز المنفصل مثل نظام الصوم الكبير رفع بخور لوحدة والتقديس لوحدة، لذلك كان هناك القراءات وعظه الأب الأسقف للموعوظين ثم ينصرف الموعوظين بعد الأواشي، ثم يبدأون تقديم الحمل مع صلاة الصلح مع صلوات الإفخارستيا ثم التقديس والقسمة والتناول. وكلمة سيناكسيز أي الكل مجتمع حول الإفخارستيا. كنيسة إسكندرية لأن كان فيها موعوظين كثيرين لهذا قداسها عمل بنظام السيناكسيز المنفصل ولو أنه الآن متصل.

والانافورا هي لحظة رفع الابروسفارين -procver in. وهي كلمة يونانية معناها رفع القربان. وسميت ليتورجية باعتبار أنها خدمة، خدمة لهؤلاء الذين يدخلون إلى الإيمان، فهي خدمة تقدمها الكنيسة خصيصاً لهم، والحقيقة فيها صلوات تقرا أثناء القراءات لكي يفتح الله أذان وأذهان الموعوظين لكي يفهموا ما يقال. أحد الآباء يقول: "في قداس الموعوظين تخطب النفس للرب يسوع"، لذلك بولس الرسول يقول: "لأنني خطبتكم لرجل واحد، لأقدم عذراء عفيفة للمسيح" لهذا هو يعطيها نفسه، فالكنيسة هي عروس المسيح. لقاءنا مع المسيح في الإفخارستيا، سيناكسيستعبير يطلق على القداس وهو التفاف المؤمنين حول الكنيسة المقدسة والأب "ديكس" أطلق على القداس لفظ سيناكسيس، سماه منفصل ومتصل، متصل أي الجزء الخاص بالموعوظين أو الذي يحضره الموعوظين غير مرتبط ببعض مثل القداس الغريغوريوالقداس الباسيلي، غير القداس الكيرلسي الذي عمله القديس مرقس الرسول وأضاف إليه أشياء القديس كيرلس عمود الدين، نجد أنه كل الأواشي قبل التقديس فكل الصلوات وكل القراءات كلها منفصلة تماماً عن صلب القداس التي هي التقديس والتأسيس والقسمة والتناول. فالسيناكسيس المتصل يعني القداس كله، والمنفصل يجعل الجزء الخاص

هذا هو الجزء الذي يحضره الموعوظين، لكن هو للكل، ليتورجية الموعوظين هو لكل المؤمنين والموعوظين لكن هو الجزء المسموح للموعوظين بحضوره، فلا نقول إنه يخص الموعوظين فقط. ما هي ليتورجية الموعوظين:

تشمل القراءات: البولس، الكاثوليكون، الإبركسيس، السنكسار، المزمور، الإنجيل والعظة. وفي مرحلة من المراحل كان هناك فقط ليتورجية الموعوظين وهي قراءات فقط وفي فترة أخرى أضيف إليها الأواشي التي هي الثلاث أواشي الكبار: السلامة والآباء والاجتماعات وسميت بالكبار لأن طلبتها كبيرة نقول فيها صلوات كثيرة: هذه الكائنة من أقاصي المسكونة إلى أقاصيها ثم يكمل "كل الشعوب وكل القطعان باركهم.. إلخ". وكان الشماس بعد الأواشي يقول "أنصتوا بحكمة الله يا رب ارحم بالحقيقة" وكان الشماس يقول هذا لأنه كان الموعوظين يخرجون فكان يقصد بهذا أن ينصتوا ثم يقال قانون الإيمان. وفي فترة ثالثة أضيفت صلاة الصلح باعتبار أن الموعوظين تصالحهم الكنيسة مع الله ولذلك لما نقول علي ليتورجية الموعوظين تشمل هذه الثلاثة أجزاء. ليتورجية الموعوظين تشمل الجزء التعليمي والثلاثة أواشي الكبار وجزء صلاة الصلح، كل هذا نسميه ما قبل الأنافورا anavora،



We are living now with so much love and many things can't be explained by words. You, our fathers, gave us everything we needed and we still remember the great memories with you...You are living in the future that will never end. We continue to miss you until we meet you in the future to celebrate Father's Day with you.

Gouda & Adly Massoud's Families

نعيش الحاضر بكل ما أعطيتمونا من رصيد حبا ومعاني لن تدرکها الكلمات، ونرتوي بذكريات الماضي الجميله معكم. أنتم تعيشون في المستقبل الذي لن ينتهي وسيظل إشتياقنا لكم حتي نلقاكم في ذلك المستقبل لنحتفل بعيد الأب معكم..!

أسرة جودة & عدلي مسعود

كلمات لجبران خليل جبران



الانسانية ترى يسوع الناصري مولوداً للفقراء عائشاً كالمساكين مهاناً كالضعفاء .. مصلوباً كالمجرمين ... فتبكيه وترثيه وتندبه وهذا كل ما تفعله لتكريمه .

منذ تسعة عشر جيلاً والبشر يعبدون الضعف بشخص يسوع ، ويسوع كان قوياً ولكنهم لا يفهمون معنى القوة الحقيقية . ما عاش يسوع مسكيناً خائفا ولم يمت شكياً متوجعاً بل عاش نائراً واصلب متمرداً ومات جباراً !! لم يكن يسوع طائراً مكسور الجناحين بل كان عاصفة هوجاء تكسر بهيوبها جميع الأجنحة العوججة .

لم يجيء يسوع من وراء السقف الأزرق ليجعل الالام رمزاً للحياة بل جاء ليجعل الحياة رمزاً للحق والحرية .

لم يخف يسوع مضطهديه ولم يخشي أعداءه ولم يتوجع أمام قاتليه ... لم يهبط يسوع من دائرة التور الأعلى ليهدم المنازل ويبني من حجارته الأديرة والصوامع ، ويستهووي الرجال الاشداء ليقودهم قساوسة ورهبانا ...

لم يجيء يسوع ليعلم الناس بناء الكنائس الشاهقة والمعابد الضخمة في جوار الاكواخ الحقبية والمنازل الباردة المظلمة ، بل جاء ليجعل قلب الإنسان هيكلاً ونفسه مذبحاً وعقله كاهناً .

هذا ما صنعه يسوع الناصري وهذه هي المبادئ التي ضلحت لأجلها بأختياره الكامل ، وبإصرار تام .. ولو غفل البشر .. لوقفوا اليوم فرحين متهللين مُنشدنين أهزاج الغلبة والإنصهار!!



رسالة بين قلمين

الظلم يرد

إلي الظلم



أنا أقدر شعورك وبلاغة أسلوبك في الكتابه عنى لان ذلك يوحي إلى ضمناً إننى قد نلت منك انت أيضاً ، فمملكتي تُسمى ملكة الظلم وعملائي يُدعون الظالمين ولهم ضحايا في كل مكان وزمان ، يبدو أنك أصبحت واحد منهم ولكن عدوي اللدود واسمه العدل يريد ان يهون عليك فلنسمع ماذا يقول. العدل يتكلم: ان ملكة الظلم بدأت تتسع عقب سقوط آدم و حواء في الخطيه فقام قايين و قتل أخيه هابيل تك:٤:٨ وفي أيام نوح الارض امتلات ظلماً تك:٦:١١ ويوسف الصديق ظلم من اخوته ومن إمرأه سيده ومردخان ظلم من هامان وسوسنه من الشخين الخ والسيد المسيح نفسه ظلم "أما هو فلم يفتح فاه " آس ٥٣:٧ وسوف يستمر الظلم للنهائيه من يظلم فليظلم بعد رؤيه ١١:٢٢ ولكن م ق بطرس علمنا ان احتمال الظلم فضيله فقال: لان هذا فضل ان كان احد من اجل ضمير نحو الله يجتمل أحرانا متألماً بالظلم ١ بط ١٩:٢ ، م ق لوقا أوضح ان هناك نهايه للظلم والظالمين حيث يقول لهم الرب في يوم الدينونه ابعدوا عنى يا جميع فاعلى الظلم لو ١٣:٢٧ فأنا العدل المنتصر في النهايه هنا رد الظلم وقال : انا ارى هذا اليوم بعيدا لذلك سأستمر في عملي اما عن ختامك لرسالتك بأننى سأرجو من المظلوم سماحا فقد حدث بالفعل في قصه الغنى ولعازر ولكن هيهات ان أتوقف عن عملى الى النهايه.

يوسف يوسف.



ماذا بك يا قلمي واهن وحزين ...؟! كتريف يخرج منك الحبر باكياً حين تلامست مشاعر يداي بك ، وأدرکت إنني سأكتب لمن جاء من الظلام ، والظلام منه يستغيث. وكأنك ترفض يا قلمي أن تطفئ ضياء كلماتك بوجوده. فحين تندفق منك يا ظلم قطرات مرراً تذوقها وتئن منها القلوب تصبح كظلاً في الليل تسير.. أنت تحتبى وراء ستار العدل باسماً وتحترق من نيرانك شمس كل مظلوم..! أهكذا موازين العدل راكده، وترتفع بها أصوات الظلم منتصره؟! إن كانت هكذا الدنيا نُصت لصوت المنتصر بظلمه، ويبقى المظلوم بالسكون محتبياً، فسوف يجي يوماً حين تجتمع بصوت الله وعدله أرضاً أو سماءً ، ستخبيء أصواتكم أيها الظالمون كشجرة جافة في وسط البحر وحيدته تحاشاها الشواطى وتلطمها الأمواج. تشجع يا قلمي وأسعي لتوقف نريف دموع حرك فسوف يكون صوتك أقوى من وميض وبرق العواصف حين يكون الله هو القاضي ليحكم... أيها الظالم مهمل، فعداً تموت، وتصبح بين أسوار الحكم حاط، ستدان بظلمك وترجوا من المظلوم سماحاً...! وائل مسعود.



تنمية بشرية

٦ خطوات هامة للنجاح

الإيجابي في تغيير واقعك الذي لا تريده .. هناك عدة طرق لمساعدتك على تحويل خيالك إلى واقع. فحاول إيجاد الأمور الإيجابية في الأوضاع السلبية .. حاول دائما تقييم تجاربك حتى الفاشلة منها على أنها خبرات تضاف لحياتك ، وأنها دروس تعلمت منها أن تكون أكثر صلابة.

١- إبحث عن أشياء تحبها

عندما تجد شيئا تُحبهه بالفعل تحبه وتؤمن به، سوف تنجح ، وتفتاني في بذل الساعات الطويلة والاستثمار بوقتك وقدراتك ، وستكون أكثر عطاء واستمتاعا ، لأنك تحقق خطوات ثابتة كل يوم ، وتستعد لتحقيق ذاتيتك وتنمية قدراتك كل يوم .. وكلما شعر الإنسان بالنمو والتقدم ترسخت لديه الثقة بأنه قادر على تحقيق المزيد ، لذلك نجد الناجحين يستمرون بتحقيق إنجازات كبرى الواحدة تلو الأخرى.

إلى جانب ذلك لا بد ألا تفقد قدرتنا على التعلم المستمر ، لأنه بإمكاننا أن نتعلم بعض الأساليب التي من شأنها أن تغير الطريقة التي تتعامل بها مع أنفسنا ، وبالتالي كيفية تناولنا للحياة عندما نواجه المشاكل أو التحديات .. قالت رئيسة وزراء بريطانيا السابقة مارجريت تاتشر ذات مرة: «الرغبة في الفوز تُولد في معظمنا ، وإرادة الفوز مسألة تدريب ، أما أسلوب الفوز فمسألة شرف».

٢ - أدخل حيز التنفيذ

من كنوز الكلمات هذا المثل الهام : «الأفعال أبلغ من الأقوال» وقد قال بابلو بيكاسو :«الفعل هو المفتاح الجوهري لكل النجاحات» .. تمعّن في هذه الحكمة بعين فني حقيقة وستفيد كثيرا .. والآن - وبعد أن تتخذ القرار للنجاح - سوف تشعر برغبة جامحة للفعل. فالفعل هو الطريق الوحيد للنجاح ، فإذا لم تكن تتخذ أفعالا جادة وكبيرة فأنت لست على طريق ونهج النجاح «السليم» .. قارن بين درجة ومستوى الأفعال التي تتخذها وبين نجاحك ، ولتكن على دراية كاملة بأنك لا تستطيع أن تتقدم مالم تقم بكم هائل من الأفعال .. لاجلس متسكعا ، تنتظر لحظة فارقة بحياتك، وحدث عظيم يصنع الفرق بشكل مفاجئ، فهذا لن يحدث أبداً إلا إذا أعددت له العدة .. قم بنفسك وحقق اللحظة الفارقة ، فالإنسان الناجح إنسان منشغل بنفسه .. والإنسان الناجح يقوم بالأفعال كل يوم، وكل فعل يعتبره إنجازاً ، وكل إنجاز يُقرّبه لأهدافه.

٣ - ثابر

يقول ديل كارنجي : «الحماسية التي يدعمها حس ومثابرة الخيول، هي الجودة المطلوبة التي غالبا ما تحقق النجاح» فلكي تنجح يجب أن تثابر، ويكون لديك الشعور بعدم الاعتمادية .. فهل أنت مثابر؟ المثابرة تعني أن تكون مثل طابع البريد.. يقال أن قيمة طابع البريد الحقيقية تكمن في قدرته على الالتصاق بالشيء حتى يصل محطته المنشودة .. لذا، عليك أن تلتصق بأهدافك مهما كانت إلى أن تصل ، فإن الجزء الأكبر من النجاح يكمن في قدرة الأشخاص على التمسك في ظل وجود الرياح، وفي كل الظروف ، خصوصا عندما يتخلى الآخرون عن كل شيء .

٤ - إفشل

الإخفاق أوّل عتبة في سلم الصواب، والافشل هو خارطة طريق النجاح، ولكن لا بد من الصمود والإلحاح؛ وكما يقولون فمَنْ تمسك بالإلحاح، لاح له ضياء الصباح .. وأكد ذلك ودبيري : الهزيمة ليست أسوأ الاخفاقات .. عدم المحاولة هو الافشل الحقيقي.

٥- إفشل مرة أخرى

يقول «مايكل جوردان» لقد فشلت مرارا ومرارا وتكرارا في حياتي ، وهذا هو السبب في أنني ناجح ” ويقول علماء النفس : عندما تُطلق لخيالك العنان كي ترسم الصورة التي تحبها في حياتك ، فإنك بذلك تستخدم قوة التفكير

هناك ٦ مبادئ جوهريّة تؤدي للنجاح إن النجاح ليس حكرا على نخبة أو فئة بحد ذاتها، إنما يملكه الشخص الذي يقرر النجاح .. فالنجاح ليس حكرا لمجموعة من الأشخاص المؤثرين ، بل يملك مفاتيح النجاح الشخص الذي يعتلي إرادة نفسه ، ويتولى المسؤولية الذاتية تجاه حياته ومستقبله ، ويقهر الهزيمة الداخلية من خلال إتباعه لمبادئ النجاح ، والالتزم بها بكل ما أوتي من إرادة. عندما يلتزم الفرد بمتابعة مبادئ النجاح سوف تتهشم كافة الموانع التي تحول دوما دون وصوله لأهدافه ، وتحطم كل مواطن الضعف أمام إرادة النجاح، تلك الإرادة التي يستمدّها من الله سبحانه وتعالى، ويستتبر بها من سيرة العظماء ، ويستبصر من خلالها طريقه نحو آفاق جديدة في حياته .. عندما تقرر أن تنجح سوف تضغط لإنجاز مهامك وأعمالك، ولن تنظر إلى الخلف مرة أخرى أبدا أبدا، وان نظرت، فستكون نظرة اعتزاز وأنت تنظر.. فقط انظر نظرة اعتزاز بأنك تخطو نحو الأمام.

١- قرر أن تنجح

إبراهيم لنكون قال: «دائما ضع في الاعتبار أن القرار الخاص بك لتنجح هو أكثر أهمية من أي شيء آخر» إن قرارك بتبني مسار النجاح يعني قطع كل خيار آخر لعدم النجاح .. فعندما تقرر أن تنجح فأنت تؤمن بأنه عليك أن تمتنع عن كل خطوة تسهم في تدهورك بأي شكل من الأشكال، فأنت الآن قد اتخذت لنفسك مسارا مختلفا وليس لديك أي مانع بقطع صلتك بكل الأسماء السامة ، والأحداث المؤلمة ، وتلك الأيدي والألسن التي تسعى لإغراقك في أحوال النفوس الفاشلة. يرى خبراء التنمية البشرية أن « البيئة المحيطة بالشخص تؤثر بشكل أو بآخر في طريقة تعامله مع الأمور، بالإضافة إلى الخبرات التي يكتسبها منذ طفولته، لذا يُعتبر البعض عن إبطائه في شكل ثورة عارمة، فيما يكبت البعض الآخر هذه المشاعر في داخله، فيصاب بأمراض جسدية أو نفسية، وهذه الأساليب هي محاولات وقتية ، لأن المشاعر السلبية ستظل تُؤرق صاحبها .. من هنا، يجب التحدث إلى صديق، أو قريب يكون اختصاصي نفسي للتعبير أو التنفيس عن تلك المشاعر المحبطة» .. عاهد نفسك ألا تعود إلى تلك الجسور المحطمة، لأنك تعلم بأنك لن تعبر من هناك مجددا. القرار ليس أمنية .. القرار هو المعرفة واليقين بأنك ستصل إلى مبتغاك، لأنك لن تتنازل عن أهدافك ، وإرادتك لن تلين ، ولن تستكين، القرار هو الثقة الكاملة بما سوف تحقق مع إرادة الله.

Mark Collision, LLC Auto Body - Auto Repair



FATHI BOKTOR

PHONE: 908-355-2211
CELL: 908-906-2019
FAX: 908-768-3040

621 ST. GEORGE AVE. ROSELLE, NJ - 07203
freddiesautobody@gmail.com

