

People Are Born To Shine!

Μια εφημερίδα ριζωμένη στη Χριστιανική πίστη και δημιουργημένη για να εμπνέει και να υποστηρίζει όλο τον κόσμο, ανεξαρτήτως εθνικότητας, φυλής και θρησκείας.



ΠΡΑΞΕΙΣ ΚΑΛΟΣΥΝΗΣ



Το φετινό Θέμα είναι διαθρησκευτικό, με σκοπό να Εξαπλωθεί η Αγάπη και η Ειρήνη, και να Ενθαρρυνθεί η Ανοχή.
Τρεις χορωδίες με διαφορετικά **πιστεύω** στη σκηνή (Χριστιανοί, Σουνίτες και Σίιτες)



Μη-Χριστιανοί ήταν φιλοξενούμενοί μας στη σκηνή για να μοιραστούν μαζί μας τη γιορτή και τη χαρά μας.

Στις 9 Δεκεμβρίου 2012, 180 εθελοντές συγκεντρώθηκαν στη σκηνή, αποφασισμένοι να περάσουν ένα διαφορετικό είδος Χριστουγέννων και να μοιραστούν αυτές τις στιγμές με παιδιά από ιδρύματα και ορφανοτροφεία.

Ένα μοναδικό γεγονός για τον 3ο χρόνο, μια ερασιτεχνική χορωδία απαρτιζόμενη από άτομα κάθε ηλικίας, τρεις γενιές φίλων και συγγενών, με μαέστρο το Διευθυντή της Χορωδίας και Συνθέτη Πατέρα Khalil Rahme, και μαζί τους η συμφωνική ορχήστρα νεολαίων, LeBAM με τον μαέστρο Serghei Bolun.

Η LeBAM, η Λιβανέζικη Εταιρεία Συγκροτημάτων για την προώθηση της μουσικής, είναι έμπνευση του Ghassan Moukhaiber. Η LeBAM δημιουργήθηκε μαζί με τον Ghassan Tueni και τον Walid Gholmieh, ο οποίος είναι διευθυντής της Ανώτερης Εθνικής Σχολής Μουσικής του Λιβάνου. Η οργάνωση άρχισε με μια σχολή στην Beit Meri πριν από 3 χρόνια και τώρα έχει σχολές και στις πόλεις Baskinta, Jdeideh και Baaklin Chouf.

Φοιτητές έρχονται από τα περίχωρα και τα όργανά τους είναι χωρίς χρέωση. Δάσκαλοι, οι περισσότεροι από την Εθνική Σχολή, παίρνουν μία μικρή τυπική αμοιβή. Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφτείτε την ιστοσελίδα www.lebam.org.

Η εικονική May Arida ήταν η Νονά της φετινής εκδήλωσης.

Μη-Χριστιανοί ήταν φιλοξενούμενοί μας στη σκηνή για να μοιραστούν μαζί μας τη γιορτή και τη χαρά μας.

Ο Nagy El Khoury από τη Διαθρησκευτική Πρωτοβουλία της 25ης Μαρτίου, του Ευαγγελισμού της Θεοτόκου, έγινε μέλος της οργανωτικής επιτροπής για να φτιάξει αυτή την πρόσκληση των μη-Χριστιανών.

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ συνέχεια στην σελίδα 2

ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ

Μεταδίδοντας χαρά

Μια αποστολή να γιορτάσουμε τα Χριστούγεννα με εκείνους που δεν μπορούν να τα γιορτάσουν στο σπίτι.

Τα επτά οφέλη των καρότων για την υγεία

Τα καρότα είναι γνωστά ως το λαχανικό, που είναι εύκολο να το καλλιεργήσεις, είναι νόστιμο και υψηλής θρεπτικής αξίας.

Ασφάλεια στο αυτοκίνητο κατά το χειμώνα

Tips και συμβουλές για να παραμείνουμε ασφαλείς στο δρόμο.

Δώρο Θεού στην Ανθρωπότητα

Σκέψεις για την ομορφιά του εορτασμού των Χριστουγέννων μαζί. Μία επιστολή από τον George Cherfan.



ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ συνέχεια από την σελίδα 1

Για να ζωντανέψει κανείς το ρόλο του «Λίβανος το Μήνυμα», τον οποίο έφερε στο φως ο Πάπας Ιωάννης Παύλος ο δεύτερος, ο Σύλλογος των Αποφοίτων του Notre Dame de Jamhour πήρε την πρωτοβουλία από τις 25 Μαρτίου του 2007 να οργανώνει πνευματικές εκδηλώσεις με τον τίτλο «Μαζί γύρω από την Παναγία». Στις 18 Φεβρουαρίου 2010, η απόφαση του Υπουργικού Συμβουλίου ήταν να δηλώσει την 25η Μαρτίου, την «Ημέρα του Ευαγγελισμού», ως μια Ισλαμο-Χριστιανική Εθνική Εορτή. Έτσι, δημιουργήθηκε η πρώτη συνδυασμένη και επίσημη γιορτή στην ιστορία των δύο αυτών θρησκειών. Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφτείτε την ιστοσελίδα www.ndj.edu.lb.

Φιλοξενούμενες χορωδίες συμπεριελάμβαναν τη Χορωδία Al-Mabarrat, με μαέστρο τον Mohamad Meselmani. Μέσω των ορφανοτροφείων της, η Εταιρεία Al-Mabarrat στοχεύει να διαπλάσει το χαρακτήρα των ορφανών σωματικά, διανοητικά, επιστημονικά, πνευματικά και κοινωνικά. Αξίζει να αναφερθεί ότι υπάρχουν 11 ορφανοτροφεία που ανήκουν στην Εταιρεία Al-Mabarrat, με συνολικά 4.000 ορφανά σε όλη την έκταση του Λιβάνου. Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφτείτε την ιστοσελίδα www.mabarrat.or.lb.

Η Χορωδία Fayha, με μαέστρο τον Barken Taslakian, ήταν η καλεσμένη μας για το φινάλε. Αυτή η ομάδα από την Τρίπολη τραγουδάει a capella, που σημαίνει χωρίς συνοδεία οργάνων. Η χορωδία αυτή αποτελείται από 40 εντυπωσιακά μέλη. Έχουν κερδίσει πολλά βραβεία, συγκεκριμένα «Arabs Got Talent» και επίσης πρώτο βραβείο στο «Διεθνές Φεστιβάλ Χορωδιών της Βαρσοβίας». Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφτείτε την ιστοσελίδα www.fayhachoir.org.

Η γιορτή αυτή δεν ήταν κερδοσκοπικό γεγονός. Οι μισοί από το ακροατήριο πλήρωσαν για τα εισιτήριά τους, για να μπορέσουν να προσκαλέσουν τους άλλους μισούς, οι οποίοι προέρχονταν από μη-προνομιούχο περιβάλλον.

Για μερικούς, τα Χριστούγεννα είναι εποχή για δώρα, χαρά και χρόνο με την οικογένεια. Αλλά για άλλους, είναι εποχή επιβίωσης και θλίψης. Με σκοπό να βοηθήσουμε στη μετατροπή της απελπισίας σε ελπίδα, αυτή ήταν η τρίτη χρονιά που οργανώσαμε το εν λόγω γεγονός.

Τα εισιτήρια πουλήθηκαν εντός μιας εβδομάδας, χωρίς καθόλου διαφημιστική καμπάνια.

Ελάτε μαζί με τους 11.000 ανθρώπους, οι οποίοι ήδη παρακολουθούν την εκδήλωσή μας στο Facebook, ή επισκεφτείτε την ιστοσελίδα www.ChristmasCarolingforaCause.org



Ο συνεργάτης μας για τα MME, LBC, πρόβαλε την εκδήλωση την Ημέρα των Χριστουγέννων.

Οι εθελοντές που παίρνουν μέρος στην οργάνωση προέρχονται από διαφορετικά επαγγελματικά υποστρώματα, συμπεριλαμβανόμενων γιατρών, δικηγόρων, αρχιτεκτόνων, φαρμακοποιών, ψυχολόγων, επαγγελματιών από το χώρο της δημόσιας υγείας, κινηματογραφιστών, παραγωγών, επαγγελματιών στα MME, ειδικών στην Πληροφορική, γυναικών επιχειρηματιών, κοινωνικών ακτιβιστών και οικογενειάρχων.

Διευθυντής της σκηνής ήταν η Ranya Rahbany.

Η εκδήλωση αυτή, που ήταν μια πρωτοβουλία και ιδέα της Patricia Cherfan, οργανώθηκε μαζί με το Ίδρυμα Naji Cherfan.



Μεταδίδοντας Χαρά

Για τέταρτη συνεχή χρονιά, εθελοντές του Ιδρύματος Naji Cherfan περιηγήθηκαν στα νοσοκομεία στις 25 Δεκεμβρίου, σε μια αποστολή να γιορτάσουν τα Χριστούγεννα με εκείνους που δεν μπορούσαν να γιορτάσουν τα γενέθλια του Χριστού, στην άνεση των σπιτιών τους.

Η Χορωδία της Εκκλησίας St. Takla Church Sed El Boucheriyei, υπό τις οδηγίες του Πατέρα Joseph Soueid, και μαζί με εθελοντές από την ενορία του και υποψήφιους ιερείς, οδήγησε αυτή την ομάδα οικογένειας και φίλων να μοιραστούν τη χαρά της γέννησης του Ιησού.

Το νοσοκομείο St. Joseph ήταν το κύριο νοσοκομείο που επισκέφθηκαν. «Αισθανθήκαμε ότι ήμασταν στον ουρανό, περπατώντας στους δρόμους του» είπε ο Πατέρας Joseph Soueid.

Προσευχές για τον Άγιο Αυγουστίνο μοιράστηκαν και διαβάστηκαν σε κάθε δωμάτιο, ενώ παράλληλα μοιράστηκαν γλυκά και σοκολάτες σε όλους.

Ασθενείς και οι οικογένειές τους, νοσοκόμες και γιατροί γιόρτασαν τα Χριστούγεννα με χαρά και γέλιο.

Καλά Χριστούγεννα!

ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Τα επτά οφέλη των καρότων για την υγεία



Τα καρότα είναι γνωστά ως το λαχανικό, που είναι εύκολο να το καλλιεργήσεις, είναι νόστιμο και υψηλής θρεπτικής αξίας. Τα καρότα αρέσουν τόσο στα παιδιά όσο και στους ενήλικες, επειδή έχουν γλυκιά γεύση και είναι τραγανιστά.

Τα καρότα ή *Daucus* καρότα, είναι λαχανικά που καλλιεργούνται καθ' όλη τη διάρκεια της χρονιάς, ειδικά σε ορεινές περιοχές, που έχουν υγρασία, χαμηλές θερμοκρασίες και είναι περίπου 1.200 μέτρα πάνω από το επίπεδο της θάλασσας.

Τα καρότα είναι μια καλή πηγή βιταμινών B1, B2, B6, και K, βιοτίνης, ινών, καλίου και θειαμίνης. Εδώ παρατίθενται επτά καλά των καρότων που αφορούν στη σωματική υγεία:

1. Πρόληψη Καρκίνου

Αρκετές μελέτες έχουν δείξει ότι τρώγοντας καρότα, μπορεί να μειωθεί η πιθανότητα να αναπτυχθεί καρκίνος του μαστού, του πνεύμονα και του εντέρου. Πρόσφατα, ερευνητές απομόνωσαν σε καρότα μια ουσία, που λέγεται *falcarinol*, η οποία ενδεχομένως είναι κατά κύριο λόγο υπεύθυνη για αυτή την αντικαρκινική δράση.

2. Βελτίωση της Όρασης

Ο αμφιβληστροειδής του ματιού χρειάζεται βιταμίνη A για να λειτουργήσει. Η έλλειψη βιταμίνης A προκαλεί νυχτερινή τύφλωση. Τα καρότα είναι πλούσια σε β-καροτίνη, μια ουσία η οποία μεταβολίζεται σε βιταμίνη A στο συκώτι.

3. Πρόληψη Στεφανιαίας Νόσου

Μελέτες έχουν αποδείξει ότι μια δίαιτα υψηλή σε καροτινοειδή συνδέεται με χαμηλότερη πιθανότητα στεφανιαίας νόσου. Επίσης, θεωρείται ότι όταν τρώμε τακτικά καρότα, μειώνονται τα επίπεδα χοληστερόλης.

4. Μείωση της Πιθανότητας Εγκεφαλικών Επεισοδίων

Σύμφωνα με έρευνα από το Πανεπιστήμιο του Harvard, άνθρωποι που τρώνε περισσότερα από έξι καρότα την εβδομάδα, είναι πολύ λιγότερο πιθανό να υποστούν εγκεφαλικό επεισόδιο από εκείνους που τρώνε μόνο ένα καρότο το μήνα.

5. Θρέψη του Δέρματος

Τα καρότα έχουν εκκαθαριστικές ιδιότητες που είναι αποτελεσματικές στην αποτοξίνωση στο συκώτι, κι επομένως είναι δραστικά για να εμποδίζουν την ακμή η οποία δημιουργείται από τοξίνες από το αίμα. Το καρότο είναι επίσης χρήσιμο για τη θεραπεία των ανώμαλων τόνων του δέρματος λόγω της εμφάνισης λεκέδων.

6. Αντιγήρανση

Τα καρότα περιέχουν μεγάλη ποσότητα β-καροτίνης, η οποία είναι αντιοξειδωτική, και βοηθά το σώμα να αντιμετωπίζει κυτταρικές βλάβες που προκαλούνται στο σώμα, όταν μπαίνουν στο αίμα βλαβερές ουσίες. Επίσης, καθυστερεί τη γήρανση των κυττάρων.

7. Υγεία των Δοντιών

Τα καρότα μπορούν να βοηθήσουν στον καθαρισμό των δοντιών, και να προσφέρουν τον καλύτερο τρόπο να παραμείνει καθαρό το στόμα μετά από τα γεύματα. Με φυσικό τρόπο τρίβουν τα δόντια, απομακρύνοντας από αυτά τις γλοιώδεις ουσίες και αυξάνουν την αιμάτωση των ούλων.

Πηγή: althonlinezine.info

Θα Προωθήσετε τη Δουλειά του NCF;

Το Ίδρυμα Naji Cherfan ιδρύθηκε μετά το θάνατο του αγαπημένου μας Naji Cherfan. Ο κύριος στόχος μας είναι να υμνούμε τον Κύριο μέσα από Κοινωνική εργασία. Το Ίδρυμα εργάζεται για τη βελτίωση της ζωής των φτωχότερων από τους φτωχούς ανθρώπους, ιδιαίτερα για εκείνους που έχουν υποστεί εγκεφαλικούς τραυματισμούς, ενώ προωθούμε τις Χριστιανικές αξίες.

Εάν σας αρέσουν οι εργασίες του NCF και επιθυμείτε να συμμετάσχετε, σας προσκαλούμε να γίνετε μέλος της Επιτροπής μας. Ο στόχος μας είναι να μοιραστούμε την έμπνευσή μας και τις δραστηριότητές μας στη χώρα σας. Παρακαλούμε επικοινωνήστε μαζί μας για πληροφορίες.

info@najicherfanfoundation.org

Αξιομνημόνευτο!

Αξιοσημείωτο!

Η ροή των ευλογιών στη ζωή μας
συσχετίζεται άμεσα με το κατά πόσο
εμείς δίνουμε τις ευλογίες
αυτές σε κάποιον άλλον

. –Thomas Kinkaid

Ασφάλεια στο αυτοκίνητο

Μέτρα για το Χειμώνα



ΠΡΙΝ ΞΕΚΙΝΗΣΕΤΕ ΕΝΑ ΤΑΞΙΔΙ

- Να ξέρετε τις συνθήκες που υπάρχουν στους δρόμους και τον αναμενόμενο καιρό.
- Να φύγετε νωρίτερα και να αφήσετε περισσότερο χρόνο για να φτάσετε στον προορισμό σας.
- Να ξέρετε τι μπορεί και τι δεν μπορεί να κάνει το αυτοκίνητό σας μέσα στο χιόνι.
- Να ειδοποιήσετε άλλους ότι θα φύγετε και για τον προορισμό σας.
- Να ξέρετε ότι δεν υπάρχει σήμα για τα κινητά τηλέφωνα σε όλες τις περιοχές.

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟΥ ΣΑΣ ΓΙΑ ΤΟ ΧΕΙΜΩΝΑ

- Να ελέγξετε την πίεση και την κατάσταση των λάστιχων του αυτοκινήτου σας.
- Να χρησιμοποιείτε αλυσίδες αν χρειάζεται.
- Να ελέγξετε τα φρένα σας.
- Κρατήστε τους υαλοκαθαριστήρες σε καλή κατάσταση.
- Εξασφαλίστε υγρά για τους υαλοκαθαριστήρες.
- Κρατήστε την μπαταρία και τις επαφές της σε καλή κατάσταση.

Ο Kunhadi είναι ένας μη κυβερνητικός οργανισμός που ιδρύθηκε μετά το θάνατο του πολυαγαπημένου Hadī από αυτοκινητιστικό ατύχημα. Η αποστολή του Kunhadi είναι η εισαγωγή μίας καινούργιας κουλτούρας οδήγησης μεταξύ των νέων που θα τους κρατά ασφαλείς στους Λιβανέζικους δρόμους. Ο στόχος τους είναι να επιτευχθεί μια καλύτερη κατανόηση των ζητημάτων οδικής ασφάλειας από την κοινωνία και να βρεθούν λύσεις για τα υποκείμενα προβλήματα και τους παράγοντες που οδηγούν σε τραυματισμούς και θανάτους από αυτοκινητιστικά ατυχήματα. Για περισσότερες πληροφορίες, παρακαλούμε επισκεφθείτε την ιστοσελίδα του Kunhadi: www.kunhadi.org.

Πηγή: kunhadi.org

- Να χρησιμοποιείτε αντιψυκτικό.
- Κρατήστε το επίπεδο της βενζίνης μέσα στο νεπόζιτο γεμάτο, σε επίπεδο περισσότερο από το μισό.
- Ελέγξτε ότι λειτουργεί σωστά το καλοριφέρ.

ΤΟ ΤΑΞΙΔΙ

- Διατηρήστε τα παράθυρα καθαρά.
- Να χρησιμοποιείτε πάντα τη ζώνη ασφαλείας σας.
- Να οδηγείτε με τα φώτα αναμμένα- αλλά όχι τα μεγάλα φώτα, γιατί αυτά αντανακλούν στο χιόνι και σας δυσκολεύουν να βλέπετε.
- Να σβήνετε τον έλεγχο cruise, όταν οδηγείτε σε χιόνι ή σε υγρές οδικές συνθήκες.
- Να οδηγείτε πιο σιγά- να αποφεύγετε απότομες αλλαγές ταχύτητας ή κατεύθυνσης.
- Να διατηρείτε μια απόσταση ασφαλείας μεταξύ του αυτοκινήτου σας και του οχήματος μπροστά σας.
- Όταν οι καιρικές συνθήκες είναι πολύ άσχημες, να χρησιμοποιείτε τα φώτα κινδύνου (alarm).

ΜΙΚΡΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ

- Μην πανικοβάλλεστε. Αν αρχίσετε να γλιστράτε, πάρτε σιγά-σιγά το πόδι από το γκάζι, μην χρησιμοποιείτε τα φρένα και βάλτε σταδιακά με το τιμόνι το όχημά σας στην κατεύθυνση που θέλετε να πάτε.
- Αν κολλήσετε μέσα στο χιόνι, ισιώστε τις ρόδες και πατήστε γκάζι σταδιακά. Αποφύγετε να γυρίζουν πολύ γρήγορα οι ρόδες. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε άμμο ή στάχτες κάτω από τις ρόδες, για να βοηθήσουν να φύγετε σιγά-σιγά.

ΕΠΙΒΙΩΝΟΝΤΑΣ ΜΕΣΑ ΣΕ ΜΙΑ ΘΥΕΛΛΑ

- Να καθίσετε μέσα στο όχημα.
- Να προβάλετε σήμα κινδύνου.
- Μερικές φορές να ανάβετε τη μηχανή για να διατηρείται η θερμοκρασία.
- Να κάνετε μικρές ελαφρές ασκήσεις.
- Μην κάθεστε σε μια θέση για πολύ ώρα.
- Να μοιραστείτε με σειρά το χρόνο για να κοιμηθείτε.
- Να καθίσετε κοντά-κοντά για να κρατήσετε τη ζέστη των σωμάτων σας.
- Να χρησιμοποιήσετε όλα τα υπάρχοντα υλικά για τη μόνωση των σωμάτων σας.
- Να μην κάνετε υπερβολικές ασκήσεις ή προσπάθειες.
- Να χρησιμοποιήσετε εξοπλισμό για επείγουσες καταστάσεις.

ΓΩΝΙΑ ΤΗΣ ΠΡΟΣΕΥΧΗΣ

*Μείνε κοντά, Θεέ μου,
σ' αυτούς που ξυπνάνε,
ή επιβλέπουν, ή δακρύζουν
απόψε, και δώσε
σ' αυτούς που κοιμούνται
την προστασία
των αγγέλων Σου.
Φρόντισε τους αρρώστους,
Κύριε Χριστέ.
Ξεκούρασε τους
κουρασμένους.
Ευλόγησε εκείνους
που πεθαίνουν.
Χάρισε καταπράννηση
σ' εκείνους που
υποφέρουν.
Χάρισε οίκτο τους
θλιμμένους.
Προστάτεψε τους
χαρούμενους.
Και όλα για την αγάπη Σου.
Αμήν.*

Η προσευχή για τον Άγιο Αυγουστίνο
μοιράστηκε κατά τη διάρκεια της
Χριστουγεννιάτικης αποστολής του 2013
του ιδρύματος NCF

Ένα Μήνυμα Από το Θεό



Ο Θεός, ο οποίος σε διάφορους χρόνους και με διάφορους τρόπους μίλησε κατά τους περασμένους αιώνες στους Πατέρες της εκκλησίας δια των προφητών, έχει τις τελευταίες αυτές μέρες μιλήσει σ' εμάς δια του Υιού Του.

- Επιστολή προς Εβραίους 1:1-2

Η ΒΙΒΛΟΣ ΣΕ ΕΝΑ ΧΡΟΝΟ: ΕΠΙΣΤΟΛΗ ΠΡΟΣ ΕΒΡΑΙΟΥΣ 1:1-9

Το 1971, ο Ray Tomlinson πειραματίστηκε με τους διάφορους τρόπους, με τους οποίους οι άνθρωποι μπορούσαν να επικοινωνήσουν μέσω των υπολογιστών. Όταν έστειλε ένα μήνυμα από τον υπολογιστή του διαμέσου ενός δικτύου σε μια διαφορετική μονάδα εντός του γραφείου του, είχε στείλει το πρώτο e-mail. Τώρα μετά από δεκαετίες, περισσότερο από ένα δισεκατομμύριο e-mails στέλνονται κάθε μέρα. Πολλά περιέχουν πολύ σημαντικά νέα από οικογένειες και φίλους, ενώ άλλα μεταφέρουν διαφημιστικά νέα, που δεν χρειάζονται, ή καταστροφικούς ιούς. Ο βασικός κανόνας για τη χρήση του e-mail είναι: «Μην το ανοίξεις, εκτός αν έχεις εμπιστοσύνη στον αποστολέα.»

Ο Θεός έστειλε σ' εμάς ένα μήνυμα διαμέσου του Προσώπου του Υιού Του και μπορούμε να έχουμε εμπιστοσύνη στον Αποστολέα. Στην Παλαιά Διαθήκη, ο Θεός μίλησε στους ανθρώπους δια των προφητών και πολλοί απώθησαν το Λόγο Του. Αλλά όλα οδηγούνται στο εξής: «Ο Θεός, τον παλιό καιρό, αφού, πολλές φορές και με πολλούς τρόπους μίλησε στους πατέρες μας διαμέσου των προφητών, σ' αυτές τις έσχατες ημέρες μίλησε σε μας διαμέσου του Υιού, Τον οποίο έθεσε κληρονόμο των πάντων, διαμέσου του οποίου έκανε και τους αιώνες.» (Επιστολή προς Εβραίους 1: 1 – 2)

Μπορούμε να θαυμάζουμε το ανεξήγητο μυστήριο του Πατέρα Παντοκράτορα, που εισήλθε στον κόσμο ως μωρό, και όμως να παραμένουμε διστακτικοί και να δυσκολευόμαστε να αγκαλιάσουμε τον Χριστό πλήρως και να δώσουμε τις ζωές μας στα χέρια Του.

Τα Χριστούγεννα μας φέρνουν το αλησμόνητο μήνυμα της αγάπης, της σωτηρίας και της ελπίδας που μας έστειλε ο Θεός. Θα έχετε εμπιστοσύνη στον Αποστολέα για να ανοίξετε το μήνυμά Του σήμερα;

*Αγνός παρατείνει τη δόξα Του,
Γεννημένος για να μην πεθάνει πια ο άνθρωπος.
Γεννημένος να υψώσει του γιους της γης,
Γεννημένος να τους δώσει δεύτερη γέννηση. –Wesley
Το αιώνιο μήνυμα της εκ του Θεού ελπίδας, περιμένει να ληφθεί.*

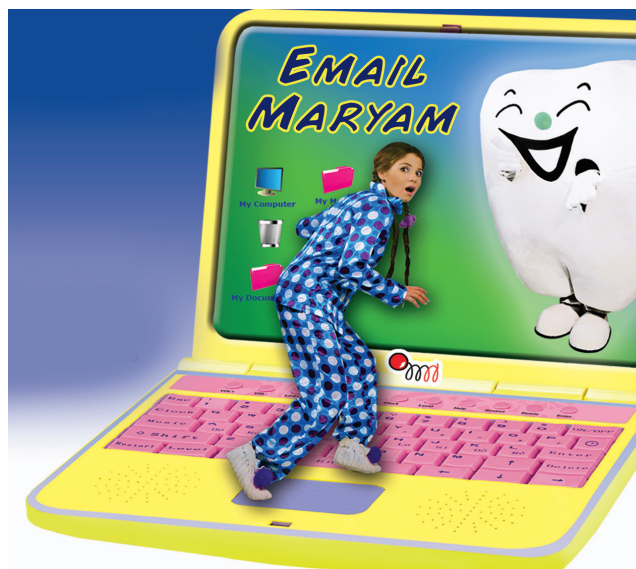
Πηγή, odb.org, daily bread, David C. McCasland

Κάνουμε μαζί Χριστούγεννα

Το ίδρυμα NCF συνεργάστηκε με το ίδρυμα Χριστιανικής αγάπης Hadath για να οργανώσει μια Χριστουγεννιάτικη εκδήλωση στις 31 Δεκεμβρίου για περισσότερα από 600 παιδιά από πτωχές οικογένειες.

«Τα Χριστούγεννα δεν θα έρχονταν στα σπίτια τους, αν δεν τα είχαν γιορτάσει μαζί μας φέτος,» είπε η κυρία Malvina Tarraf, πρόεδρος της φιλανθρωπικής οργάνωσης. Μια προικισμένη ομάδα με αρχηγό την Giselle Hachem Zared, του Θεάτρου Odeon, ζωντάνεψε την εκδήλωση αυτή, και δίνοντας μια ειδική έκπτωση για την εκδήλωση, παρουσίασε το ωραίο έργο που ονομάζεται Email Maryam.

Εκτός αυτού, η Giselle πήρε την ευκαιρία αυτή για να πει την ιστορία του Χριστού στα παιδιά που συμμετείχαν, και τραγούδησε Χριστουγεννιάτικα τραγούδια με όλο τον κόσμο!



Το Δώρο του Θεού στην Ανθρωπότητα



Αγαπητοί Φίλοι,

Επιτρέψτε μου, να περάσω λίγα λεπτά μαζί σας, για να αναλογιστούμε την ομορφιά να γιορτάζουμε τα Χριστούγεννα μαζί και το δώρο που ο Θεός ο Δημιουργός έχει στείλει στον κόσμο, το μωρό Ιησού μέσα σ' ένα στάβλο.

Η Βίβλος λέει ότι ο Θεός αγάπησε τόσο πολύ τον κόσμο, που έφερε τον μοναδικό του γιο να γίνει (Ανθρωπος) σαν εμάς για να μπορούμε να ξανακερδίσουμε τον Παράδεισο που χάσαμε, όταν ο Αδάμ και η Εύα απέτυχαν.

Εκείνο το δώρο είναι αυτό που γιορτάζουμε κάθε Χριστούγεννα, καθώς θυμόμαστε την υπόσχεση του Θεού να μας στείλει το Σωτήρα....και εμείς με τη σειρά μας, ανταλλάζουμε δώρα, ανανεώνουμε την αγάπη μας, βάζουμε τέλος στις εχθρότητές μας και προσπαθούμε να δώσουμε πίσω στο Θεό αυτό που του χρωστάμε (την ύπαρξή μας, και ζωή στον κόσμο αυτό και στο νέο κόσμο που θα έρθει.)

Τι μπορούμε να δώσουμε πίσω στο Θεό, το Δημιουργό μας, στον οποίο ανήκουν τα πάντα; Μπορούμε να Του δώσουμε τίποτα; Ναι, μπορούμε να δώσουμε στο Θεό πολλά.....ιδέ την αγάπη και τις καρδιές μας. Αυτά είναι αυτό που θέλει ο Θεός από εμάς. Δεν θέλει πολλά!

- Να αγαπάμε αλλήλους
- Να αγαπάμε τους εχθρούς μας και να τους συγχωρήσουμε
- Να συγχωρήσουμε αυτούς, οι οποίοι μπορούν να μας κοροϊδέψουν ή μας εκμεταλλεύονται
- Να αγαπάμε όλους τους ανθρώπους, άσχετα με τη φυλή, το χρώμα, τον τίτλο, το επίπεδο, κ.λπ....
- Να αγαπάμε τους άστεγους, τους πτωχούς ορφανούς και τις πτωχές χήρες, που πολλές φορές δεν έχουν κρεβάτι ούτε στέγη για την προστασία τους, ούτε ψωμί να τρώνε όταν πεινάνε, ούτε λεφτά να αγοράσουν τα φάρμακά τους
- Να διδάσκουμε στους εαυτούς μας και στα παιδιά μας να ζούμε σαν να μην είχαμε τίποτα, να παραμένουμε ταπεινοί και πρόθυμοι να υπηρετήσουμε, αφού η ζωή είναι δώρο του Θεού, και η υγεία, η επιτυχία, η διασημότητα, κ.λπ. είναι επίσης ευλογίες του.

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ

- Να διδάσκουμε στους εαυτούς μας και στα παιδιά μας πώς να μοιραζόμαστε αυτά που έχουμε με αυτούς που είναι λιγότερο καλότυχοι και προνομιούχοι από εμάς
- Να ενθαρρύνουμε τα παιδιά μας. Αυτό δεν μπορεί να γίνει μόνο λέγοντάς τους τι να κάνουν και τι να μην κάνουν, αλλά κυρίως δίνοντας ένα ζωντανό παράδειγμα για τα παιδιά μας στην πραγματική ζωή, διότι τα παιδιά συνήθως μιμούνται τους γονείς τους.

Για παράδειγμα:

- Να ενθαρρύνουμε τα παιδιά μας να έχουν το Θεό πρώτο στη ζωή τους (όχι ως αριθμό 20 στη λίστα προτεραιοτήτων)
- Ο Θεός είναι ένας Γονιός κι εμείς είμαστε τα παιδιά του, αν εμείς το αποδεχόμαστε αυτό και το πιστεύουμε
- Ο Θεός θέλει να έχει μαζί μας σχέση όπως Πατέρα και γιου, Μητέρας και κόρης, Παππού και Γιαγιάς. Όμως, πολλές φορές κλείνουμε την πόρτα μας στο πρόσωπο του Θεού, λόγω των πολλών επειγόντων προτεραιοτήτων στη ζωή και αυτό δεν Τον ευχαριστεί. Εμείς δεν είμαστε δυστυχείς, όταν είμαστε μακριά από τους αγαπημένους μας;

Ο Θεός θέλει να ζήσουμε για πάντα, όχι μόνο εκατό χρόνια, και να κληρονομήσουμε όλα αυτά που Εκείνος δημιούργησε για εμάς, όπως εμείς θέλουμε να κληρονομήσουν τα παιδιά μας ό,τι έχουμε.

Πάνω απ' όλα, ο Θεός θέλει να είναι δικά μας και να διαχειριζόμαστε όλα τα πράγματα στον κόσμο, στον Ουρανό και κάτωθεν, διότι όταν ο Ιησούς έρθει πάλι, δεν θα υπάρχει πια θάνατος. Δεν θα υπάρχουν άλλοι πόλεμοι, βία, σκοτωμοί και μίσος, αφού ο Θεός, μαζί με τους Αγίους και τους Αγγέλους, θα κυριεύσει έναν αιώνιο κόσμο χωρίς τέλος.

Ο καινούργιος κόσμος που θέλει ο Θεός να έχουμε, θα είναι χωρίς ασθένειες, φτώχεια, ελλείψεις ή γήρανση, και χωρίς θάνατο. Η Βίβλος λέει ότι Εκείνος θα μας σκουπίσει τα δάκρυά μας και δεν θα επιτρέψει πια τον αποχωρισμό από τους αγαπημένους μας!

Αυτό είναι το δώρο του Θεού, το μωρό το οποίο γεννήθηκε 2.000 χρόνια πριν, σε ένα στάβλο, για να μας δώσει αιώνια ζωή και να μας διδάξει πώς να συγχωρούμε και να παραμένουμε ταπεινοί, ανεξάρτητα από το ποιοι είμαστε!

Για να κερδίσουμε την ωραία αυτή υπόσχεση της αιώνιας ζωής, ο Θεός μας προσκαλεί όλους να παρακολουθήσουμε τη διδασκαλία Του και να την εφαρμόσουμε στην καθημερινή μας ζωή. Η απόφαση είναι δική μας....αν επιλέξουμε τη διδασκαλία του Θεού, θα ζήσουμε μαζί με τους αγαπημένους μας στον καινούργιο κόσμο για πάντα, διότι ο Θεός είναι η πηγή της ζωής.

**Καλά Χριστούγεννα και τις Καλύτερες Ευχές
για έναν Καινούργιο Χρόνο γεμάτο Υγεία,
Ειρήνη και Χαρά σε όλους σας.**

—G.C. Cherfan

ΠΩΣ ΘΥΜΑΜΑΙ ΤΟΝ NAJI...

Ήταν κατά τη διάρκεια της δεκαετίας του 1990 και θυμάμαι ότι μπήκα στο πρώτο εξάμηνο Θετικών Επιστημών εκείνο το πρωί. Όλοι συζητούσαν τα γεγονότα του σαββατοκύριακου, ανεξαρτήτως αν είχαν παρευρεθεί εκεί για να τα δουν ή όχι. Τα γεγονότα συνήθως συμπεριελάμβαναν τον Naji. Ένιωθα περήφανος για τον οικογενειακό μου δεσμό που είχα με τον Naji και που εγώ μπορούσα να διορθώσω οποιαδήποτε παρερμηνεία τους. Ο Naji είχε ένα χάρισμα και γοητεία που ήταν ελκυστικά σε όλους, μέσα και έξω από τη σχολή. Είχε ένα ειδικό ταλέντο- όταν έμπαινε σ' ένα δωμάτιο, ξαφνικά έλαμπαν με θαυμασμό τα πρόσωπα όλων όσων παρευρίσκονταν. Αυτό το «ιδιαίτερο ταλέντο» ήταν η αγάπη και ο ενθουσιασμός του για τη ζωή.

Ο Naji ήταν λίγο νεότερος από μένα, αλλά πάντοτε τον σκεφτόμουν σαν τον δεύτερο μεγαλύτερο αδερφό μου. Όταν ήρθε εκείνη η τρομερή μέρα, και ακούσαμε την είδηση του ατυχήματος, πολλοί καλοί φίλοι, οι οποίοι αγάπησαν τον Naji όπως εγώ, παρηγόρησαν την οικογένειά του. Όπως όμως εξελίχθηκαν τα πράγματα, ήταν ο Naji που μας παρηγορούσε! Αυτός δεν παραιτήθηκε ποτέ, ούτε για μία στιγμή. Ήταν σίγουρος ότι θα βρει έναν τρόπο να γίνει καλά και ο ενθουσιασμός του για τη ζωή δεν είχε μειωθεί καθόλου. Ο Naji δεν ήταν ποτέ θύμα των γεγονότων της ζωής του. Ήταν ένας άνθρωπος που εξερεύνησε τα όρια της ζωής. Και όταν αυτά τα όρια τον ώθησαν καθοδικά, σηκώθηκε πάλι και



πάλεψε. Αν κάποιος με ρωτούσε για τον Naji, πώς θα μπορούσα να βρω τις κατάλληλες λέξεις για να τον περιγράψω. Ο Naji είναι το αγόρι που ποτέ δεν έχασε το πάθος του.

Abeer Stefanou

2013

Καλή Χρονιά!

από το Ίδρυμα Naji Cherfan σε όλους τους φίλους μας παγκοσμίως.
Είθε η καινούργια χρονιά να σας πλημμυρίσει με ευλογίες και πολλή αγάπη...

People Are Born To Shine!

Το *People are Born To Shine* είναι ένα διμηνιαίο, ηλεκτρονικό ενημερωτικό δελτίο που ανήκει στο Ίδρυμα Naji Cherfan με έμφαση στην πνευματικότητα και την υγεία. Ο στόχος του *People are Born to Shine* είναι να ευαισθητοποιήσει τους αναγνώστες μας για τις προκλήσεις της υγείας και πρόληψης των ασθενειών, ενώ τους εμπνέει να ζήσουν μια πληρέστερη, πιο πλούσια ζωή που να διέπεται από τις χριστιανικές αξίες.

Αυτό το ενημερωτικό δελτίο είναι αφιερωμένο σε εκείνους που επηρεάζονται από βλάβες του εγκεφάλου.

Το περιεχόμενο έχει επιλεγεί προσεκτικά από πηγές που θεωρούνται αξιόπιστες και ακριβείς, ωστόσο το Ίδρυμα Naji Cherfan δεν αναλαμβάνει καμία ευθύνη για ανακριβείς πληροφορίες.

Για συνδρομές, σχόλια, εισφορές και προτάσεις παρακαλώ επικοινωνήστε μαζί μας: info@najicherfanfoundation.org

Εκδότης: CCM Group; Σύμβουλος Έκδοσης: George C. Cherfan; Αρχισυντάκτης: Christina A. Bitar; Σελιδοποίηση: Δημιουργικό Τμήμα, CCM Group, USA; Συνεισφέροντες: Sana Cherfan, Kelley Nemitz, και Patricia B. Cherfan.

© 2013 by The Naji Cherfan Foundation. Με την επιφύλαξη όλων των δικαιωμάτων, συμπεριλαμβανομένης της δημοσίευσης και διανομής.