

# People Are Born to Shine!

## NOUS SOMMES NÉS POUR BRILLER!

Tirant sa source de la Foi Chrétienne, cette publication est conçue pour inspirer et soutenir toute l'humanité, indépendamment de toute nationalité, race ou religion.



ACTES DE GENTILLESSE

## CERCLE COMPLET

L'extension récente de l'organisme Hand of Hope (main de l'espoir) me ramena au lieu que j'aime tant.

Nairobi, Kenya. J'avais encerclé sur mon calendrier la date de ce voyage.

Chaque année, Hand of Hope, Joyce Meyer Ministries World Missions conduit des missions médicales et dentaires, gratis, autour du monde. Et en tant que l'une de leurs coordinatrices médicale, j'ai eu la chance de voyager partout jusqu'au bout du monde... et observer Dieu accomplir ses miracles à travers les vies des personnes qui ont désespérément besoin d'aide.

Mais pour moi, cette mission devait devenir très spéciale.

Car, voyez-vous, Nairobi est ma ville natale. Actuellement, ma famille est originaire de la Louisiane.

Mais depuis mon enfance, mes parents -Don et Amy Matheny- avaient toujours été des missionnaires indépendants au Kenya. En fait, vingt cinq ans auparavant, ils avaient fondé le Nairobi Lighthouse Church (le Phare de l'Église de Nairobi).

Mon plus beau rêve était de retourner un jour à Nairobi, avec une certaine compétence pour aider son peuple...

L'aîné de six enfants, je retournai aux États-Unis à 18 ans pour suivre des cours à l'École de la Bible... (Bible School) ... et par la suite l'École d'Infirmier. Mon plus beau rêve était de retourner un jour à Nairobi, avec une certaine compétence pour aider son peuple, ainsi que l'avaient fait mes parents, tant d'années auparavant.

Mais la vie a une façon de vous surprendre. A travers une série d'événements, je demeurai aux États-Unis et entrepris le volontariat au nom de l'organisme Joyce Meyer Ministries aux extensions médicales et dentaires. Ce fut là où je découvris ma vocation. Et une chose amenant une autre, aujourd'hui j'ai le privilège de travailler pour ces extensions à plein temps.

Et durant l'été 2013, mon occupation me ramena vers un lieu très proche de mon cœur...

*“IL EN FAUT SI PEU”*

Le rêve que j'entretenais de devenir un jour une infirmière au Kenya fut exaucé d'une façon que je n'aurai pu imaginer. Ici, j'étais à la tête de l'équipe médico-dentaire de Hand of Hope, en



### DANS CETTE ÉDITION

#### LES AVANTAGES DES AMANDES POUR LA SANTÉ

Savez-vous combien les amandes sont bénéfiques pour la santé?

#### COMMENT PÉDALER AVEC SÉCURITÉ

Des conditions de base mais importantes pour partager votre conduite avec le trafic général.

#### ÉNERGIE RECYCLABLE

L'énergie recyclable est propre, bon marché, domestique et, en fait illimitée.

LA SUITE À LA PAGE 6

[www.najicherfanfoundation.org](http://www.najicherfanfoundation.org)

## NUTRITION

# SAVEZ-VOUS COMBIEN LES AMANDES SONT FAVORABLES POUR VOTRE SANTÉ?

## *Les effets bénéfiques des amandes*

- 1. ELLES DIMINUENT LES RISQUES D'UNE CRISE CARDIAQUE.** Ceux qui consomment des noix cinq fois par semaine ont à peu près 50 pour cent de réduction du risque d'une crise cardiaque, selon l'École de Santé Publique Loma Linda (Loma Linda School of Public Health)
- 2. ELLES RÉDUISENT LE "MAUVAIS" CHOLESTÉROL.** Ajoutées à l'alimentation, les amandes ont un effet favorable sur le niveau de cholestérol dans le sang.
- 3. ELLES PROTÈGENT LES PAROIS DES ARTÈRES CONTRE LES DÉGÂTS.** On a découvert que les flavonoïdes qui se trouvent dans la peau des amandes opèrent, en synergie avec la vitamine E, ainsi, réduisant les risques d'une crise cardiaque.
- 4. LES AMANDES AIDENT A LA FORMATION SOLIDE DES DENTS ET DES OS.** Le phosphore qui se trouve dans les amandes rend possible leur solidité.
- 5. ELLES FOURNISSENT DES BONS LIPIDES POUR PERDRE DU POIDS.** Quoique les noix ont une grande concentration de gras, leurs consommateurs sont en général plus minces en moyenne que ceux qui n'en mangent presque jamais.
- 6. LES AMANDES RÉDUISENT LE NIVEAU DE SUCRE ET D'INSULINE DANS LE SANG APRÈS LES REPAS.**
- 7. ELLES AIDENT AU BON FONCTIONNEMENT DU CERVEAU.** Les amandes contiennent des riboflavines et L-Carnitine, substances qui tonifient l'activité du cerveau et peuvent aussi atténuer les risques de la maladie Alzheimer.
- 8. ELLES NOURRISSENT LE SYSTÈME NERVEUX.** Selon l'Ayurveda, les amandes aident à développer un niveau intellectuel élevé et la longévité.
- 9. ELLES ALCALISENT LE CORPS.** Les amandes sont le seul genre de noix et l'une des rares protéines qui produisent de l'alcaline. Quand le corps n'en a pas suffisamment, il risque l'ostéoporose, une basse énergie et la prise de poids.

Source: cara2.com



## VOULEZ-VOUS PARFAIRE L'ŒUVRE NCF ?

La fondation Naji Cherfan a été fondée après la transition du bien-aimé Naji Cherfan. Notre but principal est de louer le Seigneur à travers un travail de communauté. La fondation vise à améliorer la qualité de vie des plus pauvres des pauvres de tout âge, tant pour ceux qui ont une bonne santé et ceux qui ne l'ont pas, pour ceux qui souffrent de lésions au cerveau de toute sorte, suite à un accident, un incident cardio-vasculaire etc... tout en favorisant les valeurs Chrétiennes.

Si vous aimez les accomplissements de l'œuvre NCF et souhaitez y participer, nous vous invitons à devenir un membre de la Direction. Le but est de partager nos inspirations et activités dans votre pays. Pour plus d'informations, contactez-nous SVP au numéro +961 (0)4 522221.

[info@najicherfanfoundation.org](mailto:info@najicherfanfoundation.org)

## Citation !

“ Une société qui abandonne ses enfants et ses vieillards sectionne ses racines et noircit son future.”

—Pope Francis

# COUP DE SOLEIL



## DÉFINITION

**COUP DE SOLEIL** - peau rouge, douloureuse, brûlante au toucher - se manifeste en général dans les quelques heures à la suite d'une trop grande exposition aux rayons Ultraviolets (UV) provenant du soleil ou de source artificielle, comme des lampes à bronzer. L'insolation peut durer jusqu'à plusieurs jours pour disparaître.

Des expositions au soleil intenses et répétées augmentent le risque d'abîmer la peau et de certaines maladies; parmi ces dernières sont inclus la peau sèche ou ridée, les taches sombres, la peau durcie et les cancers de la peau tel le mélanome.

Vous pouvez éviter les coups de soleil et les conditions parallèles en protégeant votre peau.

Cela est spécialement important quand vous êtes à l'extérieur, même lorsque les jours sont frais ou nuageux.

## PRÉVENTION

Utilisez ces astuces pour éviter les coups de soleil, même lorsqu'il fait frais, nuageux ou brumeux. Et soyez spécialement attentifs autour de l'eau, de la neige et du sable parce qu'ils reflètent les rayons du soleil. En plus, les rayons UV sont plus intenses dans les hauteurs.

- **ÉVITER LES EXPOSITIONS AU SOLEIL ENTRE 10 AM et 4 PM.** Les rayons solaires sont les plus intenses durant ces heures. Limiter la période de temps sous le soleil.
- **COUVREZ-VOUS.** Portez des vêtements à couture très serrée pour vous couvrir, y compris bras et jambes, destinés particulièrement à procurer une protection solaire. Portez également un chapeau à large bord pour mieux vous protéger.
- **UTILISEZ DES PRODUITS ANTI-SOLAIRES GÉNÉREUSEMENT ET FRÉQUEMMENT.** Quelque soit le type de votre peau, utilisez un anti-solaire spécialisé avec un SPF de 15 ou plus. Appliquer le généreusement, et recommencer toutes les deux heures.
- **PORTEZ DES LUNETTES DE SOLEIL QUAND VOUS ÊTES À L'EXTÉRIEUR.** Offrez à vos yeux la meilleure protection en choisissant la protection UV la plus élevée.
- **N'ATTENDEZ PAS DE PROTECTION D'UNE CRÈME DE BASE COLORÉE.** Certaines personnes pensent qu'utiliser une crème de base bronzée évitera les brûlures; en partant par l'idée que quelques sessions

“ En vérité je vous le dis: si vous avez la foi et ne doutez pas, vous ne ferez pas seulement ce qui avait été fait au figuier, mais même si vous dites à cette montagne “ soulèves-toi et jettes-toi dans la mer”, cela arrivera. Et toutes les choses que vous demandez dans la prière, avec la foi, vous les aurez.”

-MATTHIEU 21:22

LE RECOIN DE LA PRIÈRE

de bronzage artificiel préviendraient d'éventuels coups de soleil.

Aucune recherche ne soutient cet argument. Une crème de base colorée n'est pas un substitut pour une bonne protection solaire.

## MODE DE VIE ET REMÈDES FAITS MAISON

Une fois que les brûlures du soleil sont là, vous ne pouvez vraiment faire quelque chose pour limiter les dégâts; Mais les astuces suivantes peuvent réduire la douleur ou le désagrément:

- **PRENEZ UN ANALGÉSIQUE.** Vendus sans prescription médicale, les analgésiques peuvent aider à calmer la douleur jusqu'à ce que les rougeurs et les brûlures s'apaisent.
- **RAFRAICHISSEZ LA PEAU.** Appliquez sur les endroits affectés une compresse fraîche - telle une serviette imprégnée de l'eau du robinet. Ou prenez un bain ou une douche fraîche.
- **APPLIQUEZ UN HYDRATANT.** Lotion ou gel aloe vera, ou crème hydrocortisone à appliquer sur la peau. Une crème à faible dose en hydrocortisone (0.5 à 1 pour cent) peut amoindrir la douleur et les renflements et précipiter la guérison.
- **SI DES AMPOULES SE FORMENT, NE LES CASSEZ PAS.** Ils

LA SUITE À LA PAGE 4

NOTRE PAIN QUOTIDIEN

# UNE PORTE DE SECOURS



Pour des nouvelles quotidiennes et des messages inspirants, rejoignez-nous sur notre page



[www.facebook.com/najicherfanfoundation](http://www.facebook.com/najicherfanfoundation)

“Lors de mon dernier séjour à Londres, je décidai de prendre le métro pour atteindre ma destination. Ainsi, je payai mon ticket et descendis dans les profondeurs de Londres pour attraper mon train. Mais sortir de la gare peut devenir une expérience effrayante pour quelqu’un qui ne serait pas familier avec le système. Si vous ne trouvez pas la porte de sortie, vous pouvez très facilement vous perdre dans les tunnels.

Se retrouver seul dans les souterrains presque déserts est un sentiment troublant, aussi, croyez-moi, ce n’est pas un choix à faire. Il va sans dire que je fus bien content lorsque je découvris le panneau indicateur “SORTIE” et je le suivis pour ma sécurité.

Paul nous rappelle que lorsque nous sommes vulnérables à tomber dans le péché, “Dieu est fidèle; il ne vous permettra pas d’être tenté au-delà de ce que vous pouvez supporter. Mais lorsque vous êtes dans la tentation, Il vous trouvera une porte de sortie” (1Cor. 10:13 niv). Il est facile d’assumer que Dieu n’est pas avec nous lorsque nous sommes tentés dans le péché. Mais ce verset nous assure qu’Il est présent et pas seulement quelque part par là. En fait, Il travaille activement à nous fournir une porte de sortie afin de pouvoir tout supporter.

Ainsi, la prochaine fois que vous sentez que la tentation se présente, souvenez-vous que vous n’êtes pas sans espoir. Il existe une “porte de sortie” divinement pourvue. Cherchez le signal indicateur et suivez-le jusqu’à votre sécurité.

Seigneur, rappelez-nous que Votre présence dans les moments de tentations signifie que nous nous pouvons ne pas chuter.

Donnez-nous le désir de rechercher Votre porte de sortie afin que nous apprenions la joie de vivre une vie qui Vous sera agréable.

Dieu œuvre sans répit afin de vous éloigner du danger d’être égarés dans le péché.

Source: odb.org

## SUITE DE LA PAGE 3

contiennent le fluide naturel de votre corps, (sérum) et forment une couche protectrice. En plus les craquer diminue le processus de guérison et augmente le risque d’infection. Si nécessaire, couvrez les légèrement de gaze. S’ils se cassent, nettoyez l’endroit avec un savon doux et de l’eau, appliquer une crème antibactérienne et recouvrez d’un bandage humide.

- **BUVEZ BEAUCOUP DE LIQUIDES SPÉCIALEMENT DE L’EAU.** L’exposition au soleil et la chaleur peuvent causer une perte de fluide corporel à travers la peau. Boire des liquides aide le corps à récupérer.
- **TRAITEZ LA PEAU QUI PÈLE AVEC SOIN.** Dans les

jours qui suivent le coup de soleil, l’endroit affecté peut commencer à peler. C’est tout simplement le moyen que prend le corps pour se débarrasser de la couche supérieure de la peau abîmée. Tant que votre peau pèle, continuez à utiliser une crème hydratante.

- **PROTÉGEZ VOS BRÛLURES CONTRE D’AUTRES EXPOSITIONS AU SOLEIL.** Restez loin des rayons du soleil ou protégez-vous en quand vous sortez à l’extérieur.
- **ÉVITEZ D’APPLIQUER DES PRODUITS “CAINE” COMME LE BENZOCAINE.** De telles crèmes peuvent irriter la peau ou causer des réactions allergiques.

Source: mayoclinic.org

# COMMENT PÉDALER AVEC SÉCURITÉ



Pédaler peut être très amusant et c'est un moyen remarquable de préserver la ligne. Néanmoins, il comporte des risques, surtout lorsque vous partagez la route avec un trafic motorisé. Pour rester sauf, il est important de posséder un vélo en bonne condition et de faire attention à des requis de base mais très essentiels pour le partager avec le trafic général routier.

## INSPECTEZ VOTRE VÉLO

- 1- Vérifiez votre équipement de cyclisme Assurez vous que votre vélo tient la route et est sûr et sans danger.
- 2- Vérifiez l'état des freins. Sont-ils en bonne fonction? Sont-ils propres?
- 3- Vérifiez les pneus du vélo. Sont-ils suffisamment gonflés?
- 4- Vérifiez l'état des chaînes. Sont-elles propres, sans débris, et capable de rouler sans difficulté?
- 5- Considérez la taille du vélo en fonction de la vôtre.

## VÊTEMENTS APPROPRIÉS

- 1- Portez des couleurs vives, une veste réfléchive ou encore des lampes de signalisation.
- 2- Portez des chaussures confortables; Nouer les lacets.
- 3- Utiliser des bandeaux ou élastiques pour les pantalons. Ils maintiendront en place leurs pans qui risquent de battre dans les bâtons des roues.
- 4- Ne nouez pas de tissu autour de votre taille. Il risque de se délier et s'enrouler autour des roues.
- 5- Portez un casque est toujours une excellente idée en pédalant, afin d'accroître la sécurité. Les blessures crâniennes sont celles qui sont le plus fatales lors d'un accident cycliste.
- 6- Protégez-vous les yeux. La poussière, les cailloux ou même les insectes peuvent voler et se retrouver dans vos yeux, incapacitant temporairement la vision.

## ÊTRE BIEN DÉGAGÉ ET VISIBLE

*SUIVEZ CES CONSEILS POUR ÉVITER DE PASSER INAPERÇUS:*

- 1- Utilisez un éclairage approprié. Toutes formes de vélo sont petites et plus difficiles à distinguer que d'autres véhicules.
- 2- Utilisez des voies visibles de position: Conduire quelques mètres d'un coté ou d'un autre ne semble pas devoir faire une grande différence quant à être visible puisque vous seriez de toute façon dans le champ optique d'un conducteur.
- 3- Prenez garde pendant la nuit. Avancez moins vite que durant le jour; car vous avez besoin du temps pour réagir au danger.
- 4- Faites des signaux appropriés avec vos mains. Cela est particulièrement important pour tourner à gauche, car cela comprend la nécessité de traverser.
- 5- Signalez des avertissements adéquats. Lorsque vous dépassez des passants ou d'autres cyclistes, il est essentiel que vous les avertissiez de votre présence. Non seulement par politesse mais afin de réduire les risques de collisions.
- 6- Prenez garde des véhicules garés. Lorsque vous conduisez en parallèle avec des véhicules garés, laissez assez d'espace afin de permettre à leurs portes de s'ouvrir complètement au moment même ou vous passez par là.

## AMÉLIOREZ LA SÛRETÉ DU VÉLO DE VOS ENFANTS

- 1- Enseignez leur comment pédaler avec sécurité dans un lieu également sauf.
- 2- Assurez-vous que vos enfants portent leur casque en pédalant.
- 3- Expliquer aux autres enfants que pédaler à très grande vitesse encourt de sérieux dangers.
- 4- Découvrez des lieux sûrs pour permettre aux enfants de pédaler avec plaisir, des routes sans danger pour aller à l'école et partout ailleurs.

Source: [wikihow.com](http://wikihow.com)



#### SUITE DE LA PAGE 1

association avec ma famille et le Phare de l'Église de Nairobi, afin d'aider tant de personnes dans le besoin.

Pendant une semaine, nous soignons des patients dans les taudis de Huruma au Kenya.

Leur nombre augmentait tous les jours. Comme les nouvelles se répandaient, nous commençons à recevoir des patients qui avaient voyagé de très loin à travers la campagne.

Lorsque le bébé Anne arriva à la clinique, elle couvrait 104° F de fièvre et n'avait rien mangé depuis plusieurs jours. Sa mère avait très peur. Nous lui avons tout de suite administré des médicaments et des fluides afin de baisser sa température, et par la suite un simple examen, qui confirma qu'elle souffrait de malaria. Sans ce test, la petite Anne serait sans doute morte. Mais nous la sauvâmes à temps...

J'ai beau refaire cela tant de fois, je ne cesse d'être stupéfaite devant le fait qu'il faut si peu pour sauver une vie. Tant de personnes dans ces taudis ne peuvent se permettre un médecin et très souvent les personnes en charges locales n'ont aucun accès aux médicaments ni même à de simples tests médicaux.

LE JOUR OÙ JE RENCONTRAI LE BÉBÉ MOISE, le quatrième jour de cette extension, il se passa quelque chose que je n'oublierai jamais. L'un de nos premiers patients était un citoyen du Kenya ayant deux semaines. Une femme l'avait trouvé abandonné quelque part dans les champs et elle l'avait nommé avec raison Moise... ensuite nous l'avait ramené car elle n'avait plus de lingettes ni de nourriture pour nourrissons.

A part une simple infection des yeux, Moise était vigoureux et en bonne santé. La femme voulant continuer à s'en charger, nous la mîmes en contact avec une clinique des environs qui les suivraient de près.

Nous l'avions aussi introduit à un orphelinat affilié avec le Phare de L'Église de Nairobi, juste au cas où sa situation deviendrait difficile à entretenir.

Mais Moise toucha vraiment une corde sensible pour moi... Il y a dix-huit ans, il y avait une famille Allemande qui fréquentait l'Église de mes parents. Ils tenaient dans les bras un bébé qui avait été abandonné dans ces mêmes taudis du Kenya, à Huruma. Ils aimaient et soignaient ce nourrisson mais ils devaient retourner chez eux, en Allemagne, et, sans les documents nécessaires, ils ne pouvaient ramener cet enfant avec eux.

Ce jour-là, mes parents prirent une décision qui devait par la suite affecter nos vies à jamais. Ils acceptèrent la responsabilité du bébé, cet enfant qui deviendrait un jour David, mon frère adoptif.

Lorsque David revint à la maison avec nous, il n'avait que sept semaines seulement... et il devint un membre de notre famille depuis. Après avoir eu cinq filles, il devint le fils que mes parents n'eurent jamais. Il est réellement le fils Africain de mon père.

En ce qui me concerne, la vie entière de David est un coup d'œil dans le cœur de Dieu, en ce qu'Il s'intéresse amplement pour nous atteindre quelques soient les circonstances.

Le jour où Moise vint à la clinique, je courus rejoindre David et lui dis "il faut que tu vois ça!"

David était très touché et il courut aussitôt pour acheter à Moise des langes et du lait. Ensuite il s'assit et le tint dans ses bras pour le nourrir.

En tant que sa sœur, c'était un moment très précieux. C'était comme un retour dans le temps et revivre David sauvé à nouveau. Ce jour-là, nous avons bien prié pour Moise et nous l'avons béni. C'est un souvenir que je garderai toujours comme un trésor.

### *PLUS DE 5,000 DE "SERVIS"*

Vers la fin de la semaine, notre équipe avait soigné 5,169 patients en tout. Nous avons également eu la chance de prier pour des milliers, avec plus de 265 personnes offrant leur vie au Seigneur! et cela va au delà des nombres...

Je crois sincèrement que nos actes d'amour -soit servir ces personnes- aura un plus grand résultat que celui que l'on puisse imaginer.

En ce qui me concerne, mon expérience à Nairobi referma un cercle parfait, là où tout commença. Et cet Automne -en Septembre- notre équipe médicale retournera au Kenya. C'est une opportunité d'atteindre encore plus de personnes avec l'amour du Christ.

Et c'est une autre occasion pour moi d'aider les personnes et la localité que j'aime tellement.

*Par Laura Matheny*

*Source: Hand of Hope - Joycemeyer.org*

# LES AVANTAGES DE L'ÉNERGIE

## RECYCLABLE ÉNERGIE ÉOLIENNE ET SOLAIRE

### POURQUOI RENOUVELER L'ÉNERGIE?

L'énergie recyclable est propre, aux moyens de tous, domestique et effectivement illimitée.

Elle ne produit pas d'émissions et par conséquent elle fournit de l'air et de l'eau plus purs pour tous. La puissance recyclable crée de l'emploi et engendre des revenus pour les communautés locales. Ces revenus, provenant des fermes solaires et éoliennes aident à stimuler l'économie locale qui a besoin de nouvelles routes, écoles, bibliothèques et hôpitaux.

L'énergie éolienne est aujourd'hui l'une des plus efficaces sources bon-marché de la nouvelle génération, en compétition avec de nouvelles installations de charbon, de gaz et de source nucléaire. Ses frais diminuent régulièrement depuis quelques années avec l'amélioration de la technologie des turbines éoliennes. En ce moment, plus de 400 usines Américaines construisent des tours, hélices et autres constituants.

L'énergie éolienne et solaire sont des sources garanties d'électricité qui peuvent diversifier l'énergie économique de notre nation.

### RELATIF A L'ÉNERGIE ÉOLIENNE

Le vent est de l'air en mouvement causé par des facteurs naturels comme le réchauffement inégal de la surface de la terre, le mouvement de rotation de la terre et les irrégularités de la surface de la terre. L'énergie éolienne a été utilisée depuis des siècles pour pousser les bateaux, pomper l'eau et moulinier le blé. Au vingtième siècle, les moulins à vent ont souvent été utilisés à travers les Great Plains (Grandes Plaines) pour pomper l'eau et générer de l'électricité.

### COMMENT EST PRODUITE L'ÉNERGIE ÉOLIENNE

Les turbines éoliennes qui sont en général de 200 pieds ou plus de hauteur, servent à harnacher le vent et le transformer en énergie. Lorsque le vent souffle, il tourne les hélices des turbines. Ces hélices sont connectées avec un arbre commandé qui tourne avec les hélices. Cette manche est attachée à un générateur qui crée de l'électricité. Cette électricité ainsi créée prend la forme d'un courant alternatif.

### LES EFFETS FAVORABLES DE L'ÉNERGIE ÉOLIENNE

Les turbines ne déchargent pas d'émissions qui polluent l'air et n'ont pas besoin d'eau pour refroidir. Non seulement l'énergie éolienne fournit une source propre d'électricité, elle aide en plus à maintenir les taux d'électricité à bas niveaux et protège les consommateurs contre la volatilité des coups de combustible fossile.

### A PROPOS DE L'ÉNERGIE SOLAIRE

La plus recyclable énergie des Panneaux d'Énergie Recyclable provient soit directement soit indirectement du soleil. L'énergie solaire peut être utilisée pour générer de l'électricité, ainsi que pour le chauffage à eau chaude et la réfrigération solaire. L'énergie solaire est produite quand le soleil brille dans la journée et elle est complémentaire à l'énergie éolienne en ce que cette dernière tend à atteindre son sommet de production la nuit.

### COMMENT L'ÉNERGIE SOLAIRE EST-ELLE FORMÉE

L'énergie solaire concentrée se sert de miroirs pour réfléchir et concentrer les rayons solaires vers un receveur qui recueille l'énergie solaire et la transforme en chaleur. L'énergie thermique peut ensuite être utilisée pour produire de l'électricité à travers des turbines à vapeur ou des moteurs thermiques poussant un générateur.

### LES EFFETS FAVORABLES DE L'ÉNERGIE SOLAIRE

Utiliser l'énergie solaire ne produit pas de pollution de l'air ou de l'eau, et pas des gaz de serre. L'énergie solaire est prédictible et est la plus efficace quand les taux des services publics sont au plus hauts.

Source: [cleanlineenergy.com](http://cleanlineenergy.com)



## COMMENT JE ME SOUVIENS DE NAJI...

### PETIT CARNET DE PENSÉES ET D'ÉCRITS INSPIRÉS (PÉRIODE DURANT LA CONVALESCENCE)

"Nous sommes tous nés pour briller..." Avec cette déclaration, Najj reforme ce carnet contenant des idées et des écrits qui l'avaient inspiré pendant qu'il récupérait d'une commotion traumatique au cerveau. Les sentiments de Courage, foi et détermination l'avaient motivé pour filtrer les informations qu'il avait rassemblé à travers l'expérience afin de partager ce qu'il avait appris avec les autres. Ceci constitue le message d'espoir et d'encouragement d'un être humain envers quiconque qui traverse des moments difficiles qui altèrent une vie.

**TÉLÉCHARGEZ "LE PETIT CARNET DE PENSÉES ET D'ÉCRITS INSPIRÉS" EN: ANGLAIS, ALLEMAND, GREC, ESPAGNOL, PORTUGAIS, ARABE ET FRANÇAIS DE NOTRE WEBSITE:**

[www.najicherfanfoundation.org](http://www.najicherfanfoundation.org)

### LA LUMIÈRE

Lorsque je découvris la lumière en moi, je la laissai grandir. Maintenant je réalise la parole de Jésus :

" Ayez foi en la lumière ", ce qui signifie que la lumière a toujours été, est et sera Jésus.

Nous cherchons l'équilibre... la capacité de voir la réalité sans nous illusionner. Nous sommes formés d'un corps, d'un esprit et d'une âme. L'âme est la plus belle, bien que nous soyons incapables de la visualiser. L'esprit doit être assez développé pour envoyer des messages, lesquels finissent par se transformer en actions et attitudes. C'est ainsi que se forment personnalité et caractère. Ce n'est qu'en retrouvant Dieu que vous vous retrouverez. Le corps est temporaire, il est la manifestation physique de nos vies. " Car c'est Dieu qui agit en toi, afin de vouloir et travailler selon Son plaisir ". (Philippiens 2 :13) Je montre ma foi Chrétienne à travers la vie que je mène et non seulement à travers mon identité. Le fait de compter mes bénédictions et non seulement mes échecs, me permet d'avancer au lieu de tenter de toujours chercher un



*" Car c'est Dieu qui agit en toi, afin de vouloir et travailler selon Son plaisir ".*

*(Philippiens 2 :13)*

sens à tout. Le fait d'avoir un objectif m'aide à m'organiser et prendre les bonnes décisions.

" Hier est le passé, demain est le mystère, mais le présent est un cadeau ". (Source, inconnue)

—Najj Cherfan

## NOUS SOMMES NÉS POUR BRILLER!

"Nous sommes nés pour briller" est une publication bimensuelle et électronique appartenant à la Fondation Najj Cherfan (The Najj Cherfan Foundation) et qui se concentre sur la spiritualité et la santé. Le but de "Nous sommes nés pour briller" est de réveiller la conscience et perception chez nos lecteurs sur les aléas de la santé et la prévention des maladies, tout en leur inspirant à vivre une vie plus remplie, plus abondante guidée par les Valeurs Chrétiennes. Cette publication est dédiée aux personnes de tout âge, à celles en bonne santé et à celles qui ne le sont pas, et à tous ceux qui ont subi quelconque dommage au cerveau, résultant d'un accident, d'une attaque cérébrale etc...

Le contenu qui a été sélectionné avec soin provient de sources internet considérées de confiance et précises pour vous vous fournir des nouvelles récentes de bonne santé et de bien-être spirituel. La Fondation Najj Cherfan ne porte aucune responsabilité en cas d'informations erronées. La NCF souhaite témoigner par la gratitude envers l'œuvre de ses volontaires, en particulier envers Isabelle Boghossian, Marianne Debs, Me. Kamal Rahal, Me. Harold Alvarez, Zeina Constantine, Joyce Abou Jaoude, Rita kassis, Marleine Nassrany, Diala Ghostine Nassrany, Dima Rbeiz, Père Joseph Abdel Sater, Père Joseph Soueid, Reine Kassis, Nabil Khoury, Roland Khoury, Père Elia Chalhoub, Valéria de Provença, Athena and Christina Georgotas, Violette Nakhle, Sawzan Bechara, Leopoldine Theophanopoulos, Roly Lakeman, Christina Monfeli, Maria Goreti Rosa Freitas, Myriam Salibi, Professeur Lydia et ambassadeur Alejandro Diaz et tout les volontaires sur le terrain qui viennent à l'appui de la NCF et la soutiennent en répandant la parole de Jésus à travers leurs institutions, églises, hôpitaux, établissements etc...

Ce journal est disponible en anglais, arabe, grecque, italien, hollandais, portugais, espagnole, allemand...

Rédacteur en chef de l'édition française : Myriam Salibi

Pour s'abonner, veuillez vous inscrire dans notre site internet: [www.najicherfanfoundation.org](http://www.najicherfanfoundation.org) ou téléphonez au +961 (0)4 522 221.

ÉDITEUR: CCM Group, Consultant Editorial: George C. Cherfan; Rédacteur en Chef: Christina A. Bitar; finition: Département Artistique, CCM Group

États-Unis: Contributeurs: Sara Cherfan, Kelley Nemitz et Patricia B. Cherfan.

(c) 2014 par la Fondation Najj Cherfan. Tous droits inclus dont la restriction de la publication et de la distribution.