

# People Are Born To Shine!

## لقد وُلدنا ليسطع نورنا!

رسالة إخبارية متجذرة في الإيمان المسيحي خلقت لإلهام ودعم جميع الناس،  
بغض النظر عن الجنسية والعرق والدين.

عيد الميلاد

# رسالة الميلاد

## ٢٠١٨

للسنة التاسعة على التوالي، وخلال شهر كانون الأول، قام فريق مؤسسة ناجي شرفان الخيرية بالتعاون مع متطوعين، بجولة في المستشفيات ودور الأيتام ودور رعاية المسنين في بيروت وجبل لبنان في مهمة واحدة- للاحتفال بميلاد يسوع مع البعيدين عن منزلهم وأحبائهم.

# امتألت الأماكن بالتراتيل الميلادية، بالصلوات والآمال الجديدة!

## في هذا العدد

### صديق جورج المفضل

قررت حينها أنني سأفعل ما بوسعي لجعل ذلك الرجل المسن "جورج" سعيداً.

### السلامة على الطرق في العالم

يشير تقرير جديد لمنظمة الصحة العالمية (WHO) إلى أن الوفيات الناجمة عن حوادث المرور في تزايد مستمر، حيث بلغت الوفيات السنوية ١,٣٥ مليون شخص.

### كيف نوقف تصحر الغابات الخضراء

يجب أن نتحرك على الفور للحد من قطع الغابات، إذ يقدر الخبراء أنه سيتم تصحير الكرة الأرضية من الأشجار في غضون ٣٠ عامًا.

كانت فرصة، للأيتام والمسنين والمرضى وعائلاتهم والممرضات والأطباء وفرق الرعاية الطبية التي تعمل خلال عيد الميلاد، للاحتفال بالهتاف والصلوات والفرح!

تعاونت مؤسسة ناجي شرفان الخيرية مع الأب روجيه شرفان من أبرشية بيروت، الأب إيلي خليل، الأخت فيرجيني. امتألت جميع الأماكن التي زرتها بتراتيل عيد الميلاد، بالصلوات والآمال الجديدة! خلال الزيارات، تم توزيع الصلوات، الشوكولاتة، الحلويات والهدايا على كل شخص يحتفل بميلاد يسوع.

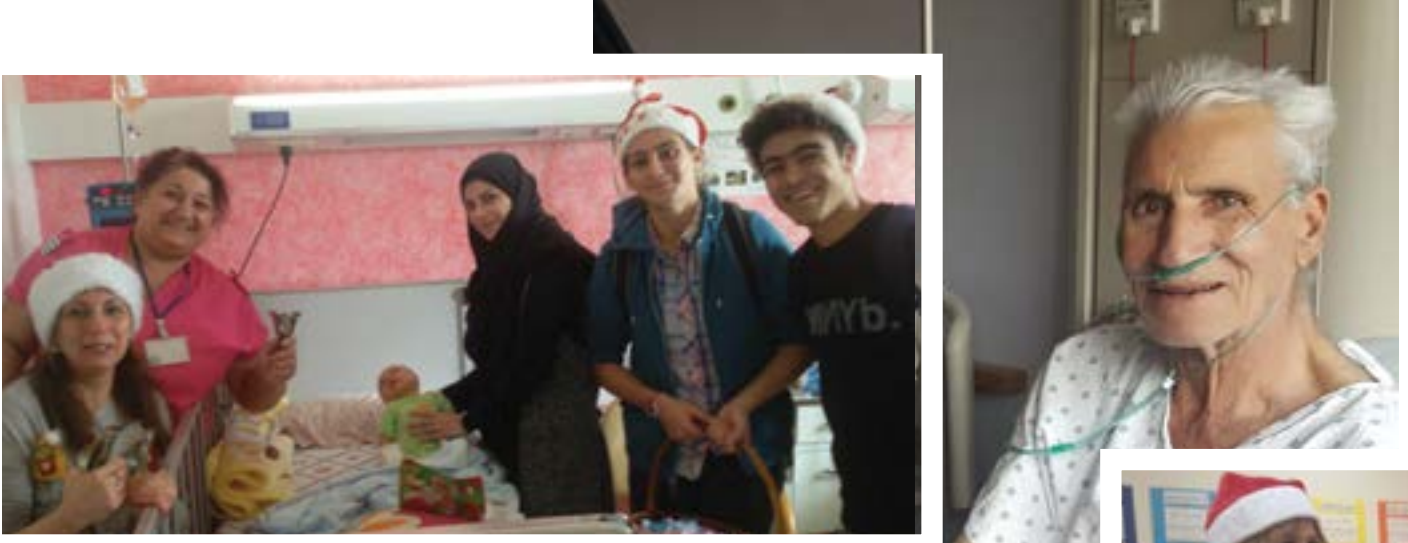
قال الأب روجيه: "إن الاستماع إلى قصصهم هو مصدر ارتياح لهم".

وقالت ريتا أبو جودة من فريق مؤسسة ناجي شرفان: "في العطاء عرفت السعادة الحقيقية".

"إنه شعور مدهش، للمرة الأولى أخوض هذه التجربة الفريدة." قالت كريستيل، وهي طالبة جامعية متطوعة.

## ميلاد مجيد!

# رسالة الميلاد ٢٠١٨



مشاهد من  
رسالة الميلاد ٢٠١٨



# أفضل صديق لجورج: قصة من وحي الميلاد



أنا طفلة وحيدة لأمي نعيش لوحدها. عشنا في الستينات في شقة صغيرة في المدينة مقابلة لشقة خالتي وأولادها. كل سنة، ليلة الميلاد، تدعو أمي كل الناس الوحيدين للإحتفال بعيد الميلاد معنا في بيتنا المفتوح للجميع. تؤمن والدتي بأن الميلاد هو لقاء الأحبة في الأعياد ولا أحد يجب أن يكون وحيداً، ولو استطاعت لوضعت إعلان في الجريدة لتدعو العالم كله.

كانت كل غرفة من شقتنا الصغيرة، ما خلا غرفتي، ممتلئة بالمحتفلين ليلة عيد الميلاد. كان النوم أمراً مستحيلاً، ولكنني كنت أحاول أن أغفو، لأن سانتا لن يترك هدايا للفتيات الصغيرات اللائي يبقين مستيقظات (أو هكذا قيل لي). بينما كنت أستلقي في فراشي، كنت أتساءل كيف يعرف سانتا أن كنت نائمة أو لا وسط كل الضوضاء، وكيف كان يتسلل ويترك الهدايا مع كل من حوله. وكما يبدو، شرح لي الكبار الذين أعرفهم بأنهم يعرفون سانتا، فقط الأطفال لم يكن من المفترض أن يسترقوا النظر.

كل عام، في منتصف الليل، تخرجني أمي إلى غرفة المعيشة لفتح الهدايا التي تركها سانتا ثم الهدايا من الأصدقاء المجتمعين عندنا. كان تقليد عيد الميلاد له سحره ومثير للغاية، وأظن بأنني كنت أسعد طفلة في المدينة.

استمر تقليد "البيت المفتوح" عشية عيد الميلاد، حتى عندما انتقلنا إلى الضواحي. كنت في الثانية عشرة من عمري وفي الصف السادس. كانت شقتنا الجديدة ذات عشب مشدّب، حديقة زهور وأشجار جميلة أمام بابنا مباشرة. كانت أمي تدير المجمع السكني، وكجزء من راتبها، عشنا في شقة جميلة مؤلفة من غرفة نوم واحدة. في عيد الميلاد الأول هناك، دعت أمي أي شخص، يقضي عيد الميلاد لوحده، تعرفت عليه من الجيران وزملاء العمل، والفتيات اللاتي يعملن في المتاجر، وساعي البريد... والقائمة طويلة.

عندما كنت طالبة في المدرسة الثانوية، انتقلنا للعيش في شقة من غرفتين نوم في نفس المجمع، كان من الجيد أن يكون لي غرفتي الخاصة. لم يمض وقت طويل على انتقالنا، حتى انتقل جار جديد إلى الشقة

المجاورة. كان اسمه جورج، وكان رجلاً مسناً، يومئ برأسه تحية عندما يرانا. كان عيد الشكر عندما انتقل إلى جوارنا، كنا نحضر البقالة، عندما سألته أمي عما إذا كان لديه خطط لقضاء الإجازة، فأجاب بالنفي وبأنه سيقضيها بمفرده، حينئذ ذكرت والدتي بأن منزلها مفتوح للجميع عشية عيد الميلاد.

"أرجو أن تنضمّ إلينا"، قالت له والدتي، فhez رأسه بالنفي. وقال "أظنّ أنني لن أكون رفيق جيد، لقد فقدت زوجتي منذ بضعة أشهر". وامتلات عيناه بالدموع وانصرف. "شكراً لك على أي حال!" قالها وذهب إلى شقته وأغلق الباب بهدوء.

فُطر قلبي نصفين عندما قال ذلك، فقررت منذ ذلك اليوم أنني سأبذل قصارى جهدي لجعل هذا الرجل الكبير السن والذي يدعى جورج، سعيداً. توالى الأشهر، وفي طريق العودة من المدرسة إلى البيت، كنت أقطف زهرة أو نبتة لأتركها على باب منزله. ذات مرة وجدت قشرة الزيز فوضعتها وغادرت، ولم أعرف ما إذا كان يحبها، ولكنني وجدت هذا رائع. لم أخبر جورج أبداً أن الهدايا التي تسقط على بابه كانت مني، وأنني كنت أسرع إلى شقتي المجاورة. كنت أحضر كل أنواع الأشياء التي أجدها في طريقي من المدرسة لأتركها على باب جورج.

عندما جاء الثلج، كنت أكتب رسائل وأتركها على عتبة بابه: "مرحباً جورج!" مع وجه مبتسم.

اعتقدت حقاً أنني كنت خبيثة ولم أكن أعرف أنه كان يعرف أنني من يترك هذه الأشياء على بابه. ذات يوم ربيعي جميل، قرب نهاية العام الدراسي، وحين كنت على وشك وضع وردة بريّة على عتبة باب جورج، عندما فتح الباب.

"مرحباً عزيزتي"، قال مبتسماً. لقد شعرت بالحرج والذهول.

"مرحباً"، قلت له بخجل.

# تقرير جديد لمنظمة الصحة العالمية يسلط الضوء على التقدم غير الكافي لمعالجة انعدام السلامة على طرق العالم

يشير التقرير الجديد الصادر عن منظمة الصحة العالمية (WHO) إلى أن وفيات حوادث الطرق في ارتفاع مستمر، حيث يبلغ عدد الوفيات السنوية 1.35 مليون. يبرز التقرير الوضع الحالي عالمياً حول السلامة على الطرقات لسنة 2018 أن الإصابات الناجمة عن حوادث المرور هي السبب الرئيسي لوفاة الأطفال والشباب الذين تتراوح أعمارهم بين ٥-٢٩ سنة.



الأطفال في المقاعد المخصصة لهم؛ في بنية تحتية أكثر أماناً مثل الأرصفة والممرات المخصصة لراكبي الدراجات الهوائية والدراجات النارية؛ في وضع معايير محسنة للسيارات مثل تلك التي تفرض التحكم الإلكتروني في الاستقرار والكبح المتقدم وفي تعزيز الرعاية بعد تحطم المركبات.

ويوثق التقرير أن هذه التدابير قد ساهمت في تخفيض الوفيات الناجمة عن حوادث المرور في 48 دولة من البلدان ذات الدخل المتوسط والمرتفع. ومع ذلك، لم تظهر أي دولة ذات دخل منخفض انخفاضاً في إجمالي الوفيات، ويعزى ذلك إلى حد كبير لعدم وجود هذه التدابير.

في الواقع، لا يزال خطر الوفاة على الطرق المرورية أعلى بثلاثة أضعاف في البلدان المنخفضة الدخل منه في البلدان المرتفعة الدخل. المعدلات الأعلى في إفريقيا (26.6 لكل 100,000 نسمة) والأدنى في أوروبا (9.3 لكل 100,000 نسمة). من ناحية أخرى، منذ الإصدار السابق للتقرير، سجلت ثلاث مناطق في العالم انخفاضاً في معدلات الوفيات الناجمة عن حوادث المرور: الأمريكتان وأوروبا وغرب المحيط الهادئ.

"هذه الوفيات هي ثمن غير مقبول ندفعه مقابل التنقل على الطرقات" يقول الدكتور تيدروس أدهانوم غيبريسوس، المدير العام لمنظمة الصحة العالمية. "لا يوجد عذر للتقاعس عن العمل، هذه المشكلة لها حلول مثبتة. هذا التقرير هو دعوة عاجلة للحكومات والشركاء لاتخاذ إجراءات كبيرة لتنفيذ هذه التدابير."

يوثق هذا التقرير أنه على الرغم من الزيادة في العدد الإجمالي للوفيات، فقد استقرت معدلات الوفيات بالنسبة لحجم سكان العالم في السنوات الأخيرة. هذا يشير إلى أن الجهود الحالية للسلامة على الطرق في بعض البلدان ذات الدخل المتوسط والعالي قد خففت من الوفيات.

قال مايكل ر. بلومبرج، مؤسس ورئيس بلومبرغ للأعمال الخيرية والسفير العالمي لمنظمة الصحة العالمية للأمراض غير السارية والإصابات: "السلامة على الطرقات هي قضية لا تحظى بأى اهتمام كما يجب- وهي حقاً إحدى فرصنا العظيمة لإنقاذ الأرواح في جميع أنحاء العالم. يمكن للسياسات التوعوية وخطط التنفيذ، وتصميم الطرقات الذكية، وحملات التوعية القوية للجمهور، أن تنقذ حياة الملايين على مدى العقود المقبلة."

يُعزى إحراز التقدم في بعض البلدان وإلى حد كبير، في تشريع أفضل حول المخاطر الرئيسية مثل القيادة بسرعة وتحت تأثير الكحول، وعدم استخدام أحزمة الأمان، وعدم وضع الخوذات الواقية عند قيادة الدراجات النارية، ووضع

# كيف نوقف التصحر؟



المساهمة الأكثر أهمية التي يمكن تقديمها هي المساعدة في تقليص الطلب على المنتجات التي تعتمد على قطع الغابات، كما يمكنك البدء بالدعوة إلى برامج إعادة التدوير والمشاركة فيها. الورقة مصنوعة من الأشجار التي تعيش في الغابات والأحراج. اليوم هناك صناعات تركز على إعادة تدوير الورق حيث تتم معالجة الورق المستخدم وتحويله إلى منتجات ورقية جديدة. إذا انتشرت هذه الممارسة فسينخفض قطع عدد الأشجار على كوكبنا.

ينبغي على الحكومات في جميع أنحاء العالم البدء بتنفيذ التشريعات التي تمنع بشكل قاطع عملية إزالة الغابات. إذ يجب فرض العقوبات على الأطراف المخالفة، بهذه الطريقة، سينخفض عدد الأشخاص والشركات التي تمارس القطع والحرق للغابات.

## التصحر تكلمة على الصفحة ٦

### صلاة من أجل السلام

أيها الله الأب، إن قلبي مليء بالفوضى والارتباك.

أشعر كما لو أنني أغرق في ظروف قلبي مليء بالخوف والارتباك.

أحتاج حقاً إلى القوة والسلام فأنت وحدك قادر أن تهبهما لي، فأنا اخترت الراحة فيك.

باسم يسوع، أصلي، آمين.

~ ماري ساذرلاند.

لسنوات، أدى قطع الغابات إلى تدمير أجزاء كبيرة من غابات كوكبنا. إن أحد أكبر التحديات الرئيسية للحكومات ولدعاة حماية البيئة على حد سواء، هو كيفية وقف إزالة الغابات حتى لا تصبح الظروف البيئية الحالية أسوأ.

منذ مئات السنين، كان معظم سطح الأرض مغطى بالغابات. ولكن لقرون مضت، كان الناس يقطعون الأشجار ويحرقون الغابات من أجل بناء مناطق سكنية وإنشاء قرى، وبما أن عدد السكان نما على مر السنين، كان هناك حاجة إلى مزيد من التوسع والتطور. ذات يوم، كانت الزراعة المصدر الرئيسي لدخل الأسرة، لكن الناس نفذ صبرها من الدخل البطيء في ظل نمو عدد السكان السريع، مما زاد حالات الفقر والبحث عن مصدر للمال لإطعام أنفسهم وأطفالهم، كل ذلك شكّل قلقاً لدى الحكومات في جميع أنحاء العالم.

بحلول منتصف القرن العشرين، بدأ الناس في تبني التصنيع بسهولة، والذي كان يوصف بأنه الطريق السهل للخروج من الفقر والبطالة والإنتاج البطيء. بالتأكيد، تم تحفيز التنمية وخلق فرص عمل مع ظهور صناعات جديدة، في المقابل كان لا بد من التضحية بالغابات والمساحات الخضراء في مقابل النمو السريع للمصانع والصناعات المختلفة.

منذ الثورة الصناعية، انخفض إجمالي مساحات الغابات على الأرض بشكل كبير، لقد أثر ذلك على التنوع البيولوجي، وعلى التغيرات المناخية الشاملة والتعرية البيئية.

لقد حان الوقت لإبطاء أو إيقاف التصحر، يكون هذا ممكن إذا أجمع سكان الأرض على هذه المبادرة الفردية.

## كيف نوقف التصحر

دعاة حماية البيئة والثروة الحرجية يطالبون الناس والحكومات بالتصرف فوراً بشأن المشكلة المتعلقة بممارسات إزالة الغابات المستمرة في جميع أنحاء العالم. والرسالة هي: يمكن وقف إزالة الغابات عندما يصبح الناس أكثر وعياً بالضرر البيئي. وهذا يعني، لتسريع الجهود المبذولة لوقف التصحر، يجب أن تبدأ المبادرات من كل فرد فينا.



قابلني والتر خارج الغرفة وأعطاني الأخبار التي كسرت قلبي مرة أخرى. "ليس لديه وقت طويل، السرطان منتشر في جسمه."

بعد أن جمعت نفسي، عدت إلى الداخل للجلوس مع جورج لفترة من الوقت، كنت أريد إخباره بالكثير، ولكن كان من الصعب عليه التحدث، كان الألم سيئاً للغاية. قلت له كم كان يعني لي، وكم أحببته، أمسك بيدي، كانت قبضته ضعيفة ولكن دافئة. قال: "أفضل صديقة". ابتسم واستسلم للنوم. كانت تلك آخر مرة رأيته فيها.

بعد وفاته و في عشية عيد الميلاد، طرقت بابنا وقد كانت باقة جميلة من أزهار عيد الميلاد والصنوبر، موجهة إلى أمي ولي. تقول الرسالة: "قبل موته، طلب جورج مني أن أتأكد من حصولكما على هذه الهدية عشية عيد الميلاد. كان يقول إن صداقتكم ساعدته في أصعب الأوقات من حياته. شكرا لكونكما خيرة الأصدقاء لأخي. بارك الله بكما في عيد الميلاد هذا، ودائماً. والتر".

عشية كل عيد ميلاد، وفي كثير من الأحيان خلال العام، أنظر إلى السماء وأقول مرحباً يا صديقي جورج. إن قلبي يمتلئ فرحاً كلما تذكرت هذه الهدية الجميلة التي رتبها لنا قبل أن يقول ليلة سعيدة للعالم. بدأت صداقتنا بكل بساطة، مع هدية صغيرة على عتبة الباب، وأصبحت واحدة من الصداقات الجميلة جداً في حياتي.

المصدر: [dailygood.org](http://dailygood.org) Originally published on [Kindspring.org](http://Kindspring.org)

تنظيمها بحيث لا تحدث أثراً سلبياً على البيئة والتنوع البيولوجي. ويمكن إبطاء عملية القطع ووضع برنامج يلزم بإعادة غرس شجرة جديدة بمقابل كل شجرة مقطوعة.

إذا لم يتصرف أهل الأرض على الفور، سوف تختفي الغابات عن سطح الأرض وتتصحر الكرة الأرضية في غضون ثلاثين عاماً، بحسب تقدير الخبراء، وستحدث تغيرات كارثية كالظروف الجوية القاسية والفيضانات والانهيارات الأرضية.

ساعد في وقف إزالة الغابات الآن قبل فوات الأوان.

المصدر: [https://EzineArticles.com/expert/Nathalie\\_Fiset/20773](https://EzineArticles.com/expert/Nathalie_Fiset/20773) and <http://EzineArticles.com/510045>

وقال: "أعلم أنك كنت تتركين لي الرسائل والهدايا، وهذا يعني الكثير بالنسبة لي. وجدت نفسي أنتظر هذه الهدايا الصغيرة بفارغ الصبر. ليس لديك أي فكرة عن مدى السعادة التي قدمتها لي خلال الأشهر القليلة الماضية. هل ترغيبين في الدخول؟" لقد ترددت. لم أكن أعرفه جيداً. ليس كفاية.

"اخبرك شيئاً؟ ربما ترغيبين أنت وأمك في أن تكونا ضيفتي على العشاء في أي وقت. أنا أحضّر جيداً الفلفل الحار! لقد قبلنا دعوتك للعشاء، فقد كان على حق - لقد صنع الفلفل الحار اللذيذ. وهكذا، بدأت صداقتنا، وقد حضر جورج إلى المنزل المفتوح عشية عيد الميلاد، على الرغم من أنه بقي لفترة قصيرة فقط. كنا نذهب للتنزه أحياناً عندما أعود من المدرسة، ومن وقت لآخر كان جورج يصحبني لتناول الغداء معه وحيناً آخر يصحبني وأمي لتناول العشاء عندما يكون لديها متسع من الوقت. عندما كان يسافر، كان يرسل لي دائماً بطاقة بريدية ويحضر لي هدية صغيرة. أنا أحبه.

عندما كان عمري 19 عاماً وكنت في الكلية، تلقيت مكاملة من أمي تخبرني بأن جورج دخل إلى المستشفى. عندما ذهبت

لزيارته، أضاءت وجهه ابتسامة.

"هذه هي أفضل صديقة لي"،

قال لأخيه والتر، وعرفنا

ببعض. رأيت والتر

فوجئ بهذا اللقب

الجميل "أفضل

صديقة" الذي أطلقه

أخوه على مراهقة. لقد

كان شرف لي، ولكنني كنت

قلقة للغاية بشأن صديقي.

تابعونا لأخبار يومية  
ورسائل ملهمة!  
أحب صفحة الفيسبوك  
الخاصة بنا!



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

## التصحر تكملة الصفحة ٥

على الحكومات حماية الغابات المطرية والغابات الجافة ويجب إعلانها محميات وطنية، حتى لا تستطيع أي شركة من مسها، كما يمكن تحويلها إلى متنزهات وطنية بحيث يمكن الحفاظ على الحالة العامة لهذه الغابات.

## إعادة التحريج

إعادة التحريج هو الضد لإزالة الغابات. إذا كان قطع الغابات بمثابة جرح للطبيعة، فإن إعادة التحريج هي عملية الشفاء المطلوبة، بحيث تتم إعادة زراعة الغابات بالأشجار، وفي غضون بضعة سنوات فقط، تكون الغابات قد نمت وعادت للحياة من جديد.

لا يمكن تجنب قطع الغابات في بعض الحالات- ولكن يمكن

# الرسول

«هَآنَذَا أُرْسِلُ مَلَائِكِي فِيهِئِي الطَّرِيقَ أَمَامِي. وَيَأْتِي بَعْتَةٌ إِلَيَّ هَيْكَلِهِ السَّيِّدِ الَّذِي تَطْلُبُونَهُ، وَمَلَائِكُ الْعَهْدِ الَّذِي تُسْرُونَ بِهِ. هُوَذَا يَأْتِي، قَالَ رَبُّ الْجُنُودِ» ( ملاخي 3: 1 )



في العام الجديد، أطلب من الرب مساعدتك في مشاركة أخباره الجيدة مع الآخرين.

## تأمل:

كتب ملاخي، آخر كتاب في العهد القديم، عن رجل يعني اسمه "الرسول". اعتقد ملاخي أنه معاصر لعزرا ونحميا، خدم لليهود الذين عادوا من المنفى البابلي. على الرغم من أن المعبد قد أعيد بناؤه (عزرا ٦: ١٤-١٥)، فقد تم تشويه خدمة المعبد وتضحياته لعدة أسباب: عدم احترام الخشوع لله، وتقديم تضحيات ملطخة (ملاخي ١: ٦-٩، ١٢-١٤)، وإهمال متعمد للعشر (٣: ٨-٩). والأسوأ من ذلك أن الكهنة قد تدنسوا بسبب الزيجات المختلطة والخيانات الزوجية (١: ١٦-١٧). لأن الكهنة الذين كانوا بمثابة "رسل الرب" قد فشلوا في وظيفة الكهنوت (٢: ٧-٩)، يتحدث ملاخي عن "رسول المستقبل الذي سيمهد الطريق لـ "رسول العهد" (٣: ١). بعد أربعمئة عام، حدد يسوع يوحنا المعمدان كذاك الرسول (متى ١١: ٩-١٠؛ ١٧: ١٢-١٣) ك.ت. سيم.

مصدر: odb.org

"عندي رسالة لك!" امرأة تعمل في المؤتمر الذي كنت أحضره سلمتني ورقة، وتساءلت عما إذا كان ينبغي علي أن أكون متوتراً أو متحمساً. ولكن عندما قرأت، "لديك ابن أخ!" علمت أنه علي أن أفرح. يمكن للرسائل أن تجلب أخباراً جيدة أو أخباراً سيئة أو حتى كلمات تحد. في العهد القديم، استخدم الله أنبيائه لتوصيل رسائل أمل أو احكام، ولكن عندما نعيد النظر عن كثر، نرى أن حتى كلماته في الأحكام كانت تهدف إلى التوبة والشفاء والعودة. يظهر كلا النوعين من الرسائل في ملاخي ٣ عندما وعد الرب بإرسال رسولا أمامه ليمهد له الطريق. أعلن يوحنا المعمدان عن مجيء الرسول الحقيقي، يسوع (راجع إنجيل متى ٣: ١١) - "رسول العهد" (ملاخي ٣: ١) الذي سيحقق وعد الله. لكنه سيتصرف "مثل النار التي تنقي أو تغسل كالصابون" (آيات ٢)، لأنه سوف يطهر أولئك الذين يؤمنون بكلمته. أرسل الرب كلمته لتطهير شعبه لأنه يريد خيرهم. رسالة الله هي رسالة محبة وأمل وتحرير. لقد أرسل ابنه الوحيد ليكون رسولا يتحدث لغتنا- أحياناً برسائل تقويم، ولكن دائماً برسائل أمل، يمكننا أن نثق برسالته.

يا ربي يسوع المسيح، ساعدني، ليس فقط في فهم رسالتك ولكن لكي أعيشها.

## مقتبس!

"السقوط هو جزء من الحياة.  
النهوض من جديد هو عيش الحياة."

— جوزي ن. هاريس

## هل تودون المساهمة في انتشار عمل مؤسسة ناجي شرفان؟

أُنشئت مؤسسة ناجي شرفان الإنسانية بعد وفاة الحبيب ناجي. هدفنا الأساسي هو تسبيح الله من خلال العمل الاجتماعي. تعمل المؤسسة لتحسين نوعية حياة أفقر الفقراء من جميع الأعمار سواء الذين يتمتعون بصحة جيدة أو الذين يعانون من مشاكل صحية، وخاصة الذين يعانون من إصابات دماغية من أي نوع، ناجمة عن حادث، سكتة دماغية وغيرها، عن طريق الترويج للقيم المسيحية. إذا كنتم تحبون العمل الذي تقوم به مؤسسة ناجي شرفان الإنسانية وترغبون بالمساهمة به، نحن ندعوكم لأن تصبحوا أعضاء في المؤسسة. الهدف هو المشاركة في أفكارنا ونشاطاتنا في بلادكم. الرجاء الإتصال بنا للمزيد من المعلومات: +9614522221

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

# كيف أتذكر ناجي...

(مأخوذ من كتاب ناجي: "الصبر الحقيقي")



كان ناجي متحمساً للعودة إلى حياته في أثينا، لكن حماسه تحول باضطراب إلى ارتباك عاطفي يتنازع بين ماضيه وحاضره. الناس والأماكن والمواقف السابقة من حياته شكلت ضغطاً ساحقاً عليه وعلى مشاعره. لقد طاف بين ما تذكر أنه يستطيع فعله وما يمكنه فعله بالفعل، لم تجلب له الرحلة المتعة والراحة أو الرضا التي يحتاج.

خلال هذه الرحلة، كتب في مذكراته: "في أغسطس 1999، تحسنت صحتي بحوالي 85% أكثر. لننسى الأمر، سأمشي الطريق كله. عندما تفعل شيئاً، إفعله بشكل صحيح، فقط إفعل ذلك، فقط إفعل ذلك. قلت في نفسي، أعط نفسك سنة أخرى وأنظر النتيجة. بدأت أقدر الحياة، وأصبحت أقدر قيمة الأشياء، وأخيراً توقفت عن أخذ الناس كأمر مفروغ منه. في يوم من الأيام، استيقظت وأدركت أنني وجدت على هذه الأرض وأنقذت مرات عديدة لسبب ما ولأكون جزءاً من هذا العالم. في الماضي، كنت أقول دائماً أن حياتي انتهت وأن الأمر قد انتهى يا رجل. إنني الآن أقول، لقد بدأت الحياة للتو".

لقد آمن بهذه الكلمات، وأصبح إنساناً جديداً. وفي أحد الأيام، استيقظ وأدرك أن المال ليس شيئاً إذا قورن بالصحة الجيدة أو بقيمة الحياة. وهذا الاكتشاف يتناقض مع مراهق الأمس الذي كان يعتقد بنظام "الرغبة والإكتساب". هذه الفلسفة الجديدة قدمت له الاستقرار العقلي والنفسي وتقدير قيمة الناس والأشياء من حوله. فتحسنت مهاراته التنظيمية، واحتفظ بجدول أعمال يسجل فيه برنامج اليومي.

\_من كتاب ناجي "الصبر الحقيقي" صفحة ٢٤.

خلال هذا الوقت، قرر ناجي أيضاً التركيز على حالته الصحية. أفلح عن التدخين وبدأ يتناول المزيد من الوجبات المغذية. لقد أظهر هذا النوع من العزم من قبل عندما كان بعد في الثانوية، يتبع نظام غذائي ويتدرب في النادي الرياضي. الآن لديه هدف مماثل حيث أن النتيجة تعتمد على قدرته الجديدة في التركيز واستخدام الانضباط الذاتي.

لقد أدرك الآن أن انتقاد والحكم على الآخرين يؤدي إلى انتقاد والحكم على الذات. لقد فعل كل شيء من تلقاء نفسه وشعر أنه أنجز الأشياء لأنه كان يشعر بقيمته الذاتية. استند في فكرة الإنجاز على صفاته الداخلية عوضاً عن الممتلكات الخارجية، من خلال السماح لعقله بالاسترخاء من أجل التركيز، أنشأ واقعاً افتراضياً، جمع هذا الواقع بين حقيقة إعاقته وحلم الشفاء.

"في الماضي، كنت أقول دائماً أن حياتي انتهت وأن الأمر قد انتهى يا رجل. ولكنني الآن أقول، لقد بدأت الحياة للتو".

بترقب كبير، خطط ناجي لزيارة أثينا خلال شهر يوليو من عام 1999. كان وصوله مليئاً بالأصدقاء القدامى والأنشطة القديمة والذكريات. هذه الذكريات حيرته وأحزنته. كان يحلم بالعودة إلى ما كان عليه سابقاً، ولكن على قدر ما كان متحمساً لذلك، كانت الحقائق باردة وصعبة. كان ناجي أفضل بكثير ويتحسن بوضوح، لكنه لم يكن قد عاد كما كان قديماً أو حتى الشخص الذي كان يأمل أن يكون. على الأقل ليس بعد.

خلال هذه الأسابيع في اليونان، احتفظ بدفتر يوميات، وفي أحد الأيام كتب "أريد أن أكون أفضل من ناجي الذي كنته سابقاً، ليس بالضرورة جسدياً، ولكن بالتأكيد أكثر حكمة. لقد تعلمت الكثير من هذا الحادث. أحد الأساليب التي يجب أن أتبعها لأعود تقريباً مثل قبل هي التركيز المكثف من أجل أن أصبح أقوى من قبل".

## People Are Born To Shine!

هذه نشرة الكترونية تصدر كل شهرين عن مؤسسة ناجي شرفان الإنسانية وتركز على الروحانيات والصحة. إن هدف النشرة هو زيادة الوعي بين قرائنا حول التحديات الصحية والحد من انتشار الأمراض، مع حثهم على عيش حياة أفضل مبنية على القيم المسيحية. هذه النشرة مهداة للناس من جميع الأعمار، أولئك الذين يتمتعون بصحة جيدة والذين يعانون من مشاكل صحية، والذين يعانون من إصابات دماغية من أي نوع، ناجمة عن حادث، سكتة دماغية، الخ. لقد تم انتقاء المحتويات بدقة من مصادر تعتبر موثوقة ودقيقة غير أن مؤسسة ناجي شرفان الإنسانية لا تتحمل المسؤولية عن أية معلومات غير دقيقة. تود مؤسسة ناجي شرفان أن تنوّه بعمل أفرادها المتفاني التطوعي وتخص بالذكر إزابيل بوغوسيان، ماريان دبس، المحامي كمال رحال، المحامي هارولد الفاريز، زينة قسطنطين، جويس أبو جودة، ريتا قسيس، مارلين نصراني، ديالا غسطين نصراني، ديما ريز، الأب جوزيف عبد الساتر، الأب جوزيف سويد، رين قسيس، الأب إيليا شلهوب، أثينا و كريستينا جورجوتاس، فاليريا دي بروفينسيا، نبيل خوري، فيوليت نخلة، سوسن بشارة، رولان خوري، ليوبولدين تيوفانوبولس وجميع المتطوعين الميدانيين الذين يقومون بدعم المؤسسة عبر نشر كلمة السيد المسيح من خلال منشاتهم، كئاتهم، مستشفياتهم أو مؤسساتهم الخ...

يتوفر هذه العدد باللغات العربية والإنجليزية واليونانية والهولندية والفرنسية والإسبانية والبرتغالية والألمانية. إن إدارة المؤسسة والموظفين ممتنون جداً لهذه الجهود من رؤساء المحررين الذين يتطوعون لترجمة وتحرير الرسالة الإخبارية إلى عدة لغات وهي إيزابيل بوغوسيان للغة اليونانية، كريستينا باتلر للغة البرتغالية، ميريام صليبي وريتا أبوجوديه للغة الفرنسية، البروفيسور ليديا والسفير اليخاندرو دياز للغة الإسبانية، هايكي ماير للغة الألمانية، رولي لايمان للغة الهولندية، لينا رزق الله وريتا أبو جودة للغة العربية.

لاشتركاتكم، تعليقاتكم واقتراحاتكم، الرجاء الإتصال على [info@najjcherfanfoundation.org](mailto:info@najjcherfanfoundation.org)

الناشر: مجموعة CCM، مستشار التحرير: جورج ك شرفان؛ رئيس التحرير: سنا شرفان؛ الترجمة والتعريب: ريتا أبو جودة.

التصميم: الدائرة الفنية، مجموعة CCM، الولايات المتحدة الأمريكية؛ ريتا أبو جودة، NCF لبنان. المساهمون: سنا شرفان وكيي نيمتز.

© ٢٠١٨ مؤسسة ناجي شرفان الإنسانية. جميع حقوق النشر والتوزيع محفوظة.