

People Are Born To Shine!

لقد وُلدنا ليسطع نورنا!

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

مقطع مطبوع بإذن

الصحة النفسية

طرق للحفاظ على

المسيح في عيد الميلاد

في موسم الأعياد، إستمر في التركيز على ولادة
يسوع المسيح.

لا تغلّف نفسك في كومة من الهدايا وخبز الكعك،
بل ركّز على ما هو مهمّ حقًا - ولادة يسوع المسيح.

كل عام في الأوساط المسيحية هناك عادة بعض المناقشات الساخنة حول عيد الميلاد. نقاشات حول كيف أصبح العيد الديني علمانيًا للغاية، ومفرطًا في التركيز على التسوّق، ولم يعد يتمحور حول ولادة يسوع المسيح. بينما يتفق معظم المسيحيين حيال هذه القضايا، قد يكون من الصعب معرفة ما يجب القيام به حيال ذلك.

لقد توصلنا إلى أشياء بسيطة يمكنك القيام بها للحفاظ على تركيزك على يسوع - لست بحاجة إلى شهادات علمية في اللاهوت! هذه ليست قائمة إلزامية، بل بعض الأفكار لكي تتذكر وعائلتك وأصدقائك السبب الحقيقي لهذا العيد. إليك بعض الطرق البسيطة والمدهشة لتكريم قدسية ولادة يسوع.

في هذا العدد

حقائق مثيرة للاهتمام حول كعك الزنجبيل
من المحتمل أن الأنواع المختلفة تتشارك في الأصل.

علّم طفلك أن يقول شكرًا عندما يتلقّى الهدايا
امنح طفلك فرصًا لممارسة الشكر.

عيد ميلاد صديق للبيئة

نصائح لتوفير الطاقة في فترة الأعياد سوف تضعك على
رأس قائمة الهدايا بابا نويل.

القيادة بأمان خلال هذه الأعياد

فترة الأعياد تقدّم عددًا من التحديات فتجعل القيادة
الآمنة أمرًا صعبًا.

تأمّل المجيء العجيب مع عائلتك

هذه فرصة للتوقف والتفكير في حالتنا الروحية، وليس قوائم التسوّق لدينا.

أضئ شموع الميلاد

من خلال هذه الطريقة بإمكان أطفالك المشاركة بشكل أكبر في فترة العيد. فكّر في كل قراءة من
قراءات الميلاد وناقشها كأسرة وخطّط لتنفيذها في حياتك اليومية.

المسيح التكملة على الصفحة ٧

حقائق مثيرة للاهتمام حول كعك

الزنجبيل

خبز الزنجبيل هو منتج غذائي حلو الطعم بنكهة الزنجبيل وعادة ما يستخدم العسل أو الدبس بدلاً من السكر. تتنوع أطعمة خبز الزنجبيل، من كعكة طرية ورطبة إلى بسكويت الزنجبيل. من المحتمل أن الأنواع المختلفة تتشارك في الأصل.



في ألمانيا، يصنع خبز الزنجبيل على شكلين: شكل ناعم يسمى لبكوشين وشكل خشن، يرتبط بشكل خاص بالكرنفالات والأسواق مثل أسواق الميلاد التي تنظم في العديد من المدن الألمانية.

في بلدان الشمال الأوروبي، أكثر أشكال حلوى الزنجبيل شيوعاً هو صانع الفلفل. إنها كناية عن بسكويت رقيقة وهشة للغاية تُخبز بشكل خاص طيلة فترة عيد الميلاد.

في سويسرا، حلوى الزنجبيل المعروفة باسم "البير" عادة ما تكون كعكة زنجبيل مستطيلة بسماكة ثلاثة أرباع بوصة مع حشوة المرصبان.

في هولندا وبلجيكا، يتم تقديم خبز الزنجبيل الناعم والمتفتت عند الإفطار أو أثناء النهار، ويتم تقطيعه إلى شرائح كثيفة مع الزبدة.

في بولندا، يُعرف خبز الزنجبيل باسم بيرنيكي. أشهرها خبز التورون، وهو خبز الزنجبيل البولندي التقليدي الذي بدأ إنتاجه منذ العصور الوسطى في مدينة تورون.

في رومانيا، يُطلق على خبز الزنجبيل اسم تورته دولشي وعادة ما يُغطى بالسكر المتجمّد.

في البرازيل، يُعرف نوع من الكعك المشابه لخبز الزنجبيل باسم باو دو ميل، ويمكن أن يكون بحجم كعكة القهوة، أو بحجم القضمة، وعادةً ما يكون مغطى بالشوكولاتة.

هناك أيضاً مجموعة محلية مشهورة جداً من خبز الزنجبيل في بلغاريا. يطلق عليه اسم меденка ("مصنوع من العسل"). تقليدياً، يكون حجم البسكويت بحجم كف اليد، مستدير ومسطح ومغطى بطبقة رقيقة من الشوكولاتة. تشمل المكونات الشائعة الأخرى العسل والقرفة والزنجبيل وكبس القرنفل. كما أنها مصنوعة في كاراكول.

في الأصل، يشير مصطلح كعك الزنجبيل إلى الزنجبيل المحفوظ. ولاحقاً، أصبح يشير إلى حلوى مصنوعة من العسل والبهارات. غالباً ما يستخدم مصطلح "خبز الزنجبيل" لترجمة المصطلح الفرنسي خبز البهارات أو المصطلح الألماني ليبكوشين أو فيفركوشين.

دخل كعك الزنجبيل إلى أوروبا عام ٩٩٢ مع الراهب الأرمني غريغوري نيكوبوليس. قام بتعليم خبز الزنجبيل للمسيحيين الفرنسيين.

خلال القرن الثالث عشر، جلب المهاجرون الألمان خبز الزنجبيل إلى السويد. في القرن الخامس عشر، تظهر مراجع مبكرة من فادستينا إي، كيف كانت الراهبات السويديات يخبزن خبز الزنجبيل لتخفيف عسر الهضم في عام ١٤٤٤.

يعود تاريخ أول تجارة موثقة لبسكويت الزنجبيل إلى القرن السابع عشر، حيث تم بيعها في الأديرة والصيدليات وأسواق المزارعين في ساحات البلدة. في إنجلترا في العصور الوسطى، كان يُعتقد أن خبز الزنجبيل له خصائص طبية.

في إنجلترا، قد يشير خبز الزنجبيل إلى كعكة، أو نوع من البسكويت/البسكويت المصنوع من الزنجبيل. عادة ما يتخذ البسكويت شكل رجل. نُسب رجال بسكويت الزنجبيل لأول مرة إلى الملكة إليزابيث الأولى، التي زعم أنها استخدمت الأشكال لشخصيات أجنبية بارزة. اليوم، ومع ذلك، يتم تقديمها بشكل عام في زمن عيد الميلاد.

كيف تعلّم طفلك أن يقول شكرًا عندما يتلقّى الهدايا

أفضل وقت لتعليم طفلك منذ الصغر أن يقول شكرًا عندما يتلقّى الهدايا خلال فترة الأعياد.

برهن بالكلمات والأفعال المناسبة كيفية التصرف عند تلقي الهدية يمكنك تقديم درس عن تلقي هدية بالقول، "أودّ أن أوضح لك ما يجب عليك فعله عندما تتلقى هدية". برهن بالأفعال مع الكلمات المناسبة.

إمنح طفلك فرصًا للممارسة

التكرار ضروري للأطفال الصغار لتعلّم المهارات الاجتماعية. يجب أن تمنح طفلك أكبر عدد ممكن من الفرص لممارسة الشكر قبل أن يحصل على هدية بالفعل. كن مبدعًا.

شجّع طفلك عندما يتذكر أسلوب الإتيكيت المناسب. وإذا نسي، لا تنتقده أو تخرجه في الأماكن العامة

تذكر أن الأطفال الصغار يحتاجون إلى الكثير من التدريب. كرّر الدرس مرات عدّة. إمنحه المزيد من الفرص للممارسة.

المصدر: livingmontessorinow.com

كيف تعلّم طفلك أن يقول شكرًا عندما يتلقّى الهدايا

أفضل وقت لتعليم طفلك منذ الصغر أن يقول شكرًا عندما يتلقّى الهدايا خلال فترة الأعياد.

برهن بالكلمات والأفعال المناسبة كيفية التصرف عند تلقي الهدية يمكنك تقديم درس عن تلقي هدية بالقول، "أودّ أن أوضح لك ما يجب عليك فعله عندما تتلقى هدية". برهن بالأفعال مع الكلمات المناسبة.

إمنح طفلك فرصًا للممارسة

التكرار ضروري للأطفال الصغار لتعلّم المهارات الاجتماعية. يجب أن تمنح طفلك أكبر عدد ممكن من الفرص لممارسة الشكر قبل أن يحصل على هدية بالفعل. كن مبدعًا.

شجّع طفلك عندما يتذكر أسلوب الإتيكيت المناسب. وإذا نسي، لا تنتقده أو تخرجه في الأماكن العامة

تذكر أن الأطفال الصغار يحتاجون إلى الكثير من التدريب. كرّر الدرس مرات عدّة. إمنحه المزيد من الفرص للممارسة.

المصدر: livingmontessorinow.com

أيها الآب المحبّ،

ساعدنا على التّفكّر بولادة يسوع المسيح، حتى نتشارك الترانيم مع الملائكة، والبهجة مع الرعاة، والعبادة مع المجوس. أغلق الباب على الكراهية وافتح الباب على الحب في جميع أنحاء العالم. إزرع اللطف مع كل هدية والأمنيات الجيدة مع كل تحية. نجنا من الشرير ببركة المسيح، وعلمنا أن نفرح بقلوب صافية. أتمنى أن يجعلنا صباح الميلاد سعداء بأن نكون أولادًا لك، ومساء العيد يحملنا إلى أسرتنا بأفكار ممتنة، نسامح ونسامح، من أجل يسوع. آمين.

— روبرت لويس ستيفنسون

كيف تمضي ميلادًا صديقًا للبيئة

الأخضر هو أحد الألوان التقليدية لموسم الميلاد، لكن اللون الأخضر الذي علينا أخذه بعين الاعتبار هو اللون الصديق للبيئة. إليك قائمة ببعض النصائح الصديقة للبيئة والموفرة للطاقة والتي ستضعك على رأس قائمة سانتا في موسم الأعياد هذا.

استخدم مصابيح LED

هذه المصابيح الصغيرة الباعثة للضوء، تستخدم طاقة أقل بنسبة ٨٠٪ وتدوم ١٠ مرات أطول من المصابيح العادية، بالإضافة إلى أنها باردة عند اللمس.

التوفير في الإضاءة

قم بتشغيل أشجار الميلاد فقط عندما تكون في الغرفة للاستمتاع بها. أطفئ الزينة الخارجية قبل الخلود إلى النوم ليلاً، أو ضعها على جهاز توقيت.

أرسل البطاقات الإلكترونية

إستبدل البطاقات البريدية بالبطاقات الإلكترونية والبريد الإلكتروني لتوفير الورق ونفقات البريد. كما أن هذا سيقّبل من بصمتك الكربونية لأنه يوفر في استخدام الوقود لنقل البريد العادي.

تسوّق عبر الإنترنت

بدلاً من حرق الوقود أثناء البحث عن هدايا الميلاد، تسوّق عبر الإنترنت بدلاً من ذلك.

قدّم هدايا خضراء

خذ بعين الاعتبار تقديم هدايا صديقة للبيئة أو محلية الصنع لمن هم على القائمة الخاصة بك. من بين الهدايا الصديقة للبيئة: مواد توفير الطاقة- كتب عن الحياة الخضراء- الدراجات- تصاريح العبور الجماعي- هدايا لمتاجر الأطعمة الصحية أو المطاعم العضوية- عضوية في مزرعة أو تعاونية- تبرعات للمنظمات التي تدعم البيئة.

تشمل الهدايا المحلية الصنع: المخبوزات والمواد الغذائية الأخرى- اللوحات والصور- الفخار والسيراميك- الخياطة والحياكة- الحلى اليدوية الصنع- الأعمال الخشبية.

غلف الهدايا بأوراق صديقة للبيئة

شراء ورق لتغليف الهدايا مصنوع من مواد معاد تدويرها- غلف الهدايا بالأقمشة والمواد الأخرى- وفر ورق التغليف من الهدايا التي تتلقاها لاستخدامها في العام المقبل- أعد استخدام علب الهدايا والشحن، بدلاً من شراء صناديق جديدة- أعد تدوير ورق التغليف والصناديق بدلاً من رميها بعيداً.

إختر شجرة عيد الميلاد صديقة للبيئة

قم بزيارة مزارع لأشجار عيد الميلاد المحلية واقطع شجرتك الخاصة. حاول العثور

على مزرعة أشجار عضوية خالية من المبيدات لتقليل السموم في منزلك. الخيار الأكثر صداقة للبيئة هو شراء شجرة حيّة ثم قم بزرعها في فناء المنزل، بعد انتهاء العيد.

إصنع زينة طبيعية

بدلاً من شراء الزينة البلاستيكية والأكاليب التي يتم شحنها من الخارج، اصنعها بنفسك من أكواز الصنوبر والأكاليب والصدف وأحجار الأنهار والأغصان الدائمة الخضرة.

أعد تدوير الزينة

بعد الأعياد، تأكد من إعادة تدوير أو إستعمال الزينة وغيرها من الزخارف الطبيعية بدلاً من إرسالها إلى مكب النفايات.

قلّل من التنقل والسفر

بين التسوق والزيارات للأقارب وكثرة الحفلات والنشاطات الأخرى، غالباً ما يتضمن موسم الأعياد الكثير من السفر، والذي بدوره يضيف المزيد من التلوث إلى الغلاف الجوي.

وفر الطاقة

بينما يعد توفير الطاقة فكرة جيدة في أي وقت من العام، فإنه من المهم معالجتها خصوصاً خلال الأعياد ومع اقتراب فصل الشتاء الطويل.

إليك بعض الأفكار للتوفير بفواتير الطاقة بالإضافة إلى الحفاظ على البيئة في نفس الوقت:

- خذ بعين الاعتبار الحد من استخدام الموقدة هذا العام، وتأكد من إغلاق المشبث بمجرد إطفاء الحريق تماماً.
- قم بخفض منظم الحرارة عندما تكون نائماً أو خارج المنزل، أو قم بتكيب واحد قابل للبرمجة.
- إستبدل المصابيح المتوهجة بالمصابيح الفلورية المدمجة لتقليل فاتورة الكهرباء بنسبة ٧٥٪.
- تعتبر إضافة العزل في سطح العلية أفضل طريقة لتقليل فاتير التدفئة وتكييف الهواء.

٦ نصائح للقيادة بأمان في موسم الأعياد

٣- راقب سرعتك

إمنح نفسك متسعًا من الوقت والمسافة للتفاعل مع حركة المرور من حولك. مقابل كل زيادة في السرعة بنسبة واحد بالمئة، يزداد احتمال وقوع حادث بنسبة اثنين بالمئة، وتزداد فرصة الإصابة الخطيرة بنسبة ثلاثة بالمئة، كما تزداد فرصة الوفاة بنسبة أربعة بالمئة تقريبًا.

٤- قد بطريقة دفاعية

قد تكون زيادة حركة المرور أثناء الأعياد ووضع الطرقات في الشتاء محبطة. ضع سلامة كل شخص في سيارتك في المرتبة الأولى، من خلال السماح للسائقين العدوانيين أو عديمي الصبر بالمرور عنك أو عبور التقاطع أمامك حتى تتمكن من التحكم بالوضع.

٥- لا تقود تحت تأثير الكحول

إذا كنت تريد شرب الكحول، فلا تقوم بالقيادة. استخدم سائقًا خاصًا عندما تريد الفرشة في عطلة العيد، هذا هو الخيار الأكثر أمانًا.

٦- تجنب الانحرافات

عندما ترسل رسالة أو تقرأها، أنت تبعد عينيك عن الطريق لمدة خمس ثوانٍ. فالقيادة تتطلب كامل انتباهك. حتى تقوم بذلك بأمان، أركن سيارتك إلى جانب الطريق أو إبحث عن أقرب محطة استراحة عندما تضطر إلى استخدام هاتفك الخليوي.

المصدر: motus.com



يجتذب موسم الأعياد عددًا من التحديات التي تجعل القيادة الآمنة صعبة. خلال هذا الوقت من العام، يمكن أن تكون الظروف الجوية صعبة، ضوء النهار شبه معدوم، وسائقون وسط مناطق غير مألوقة. فيما يلي ست طرق يمكنك من خلالها القيادة بأمان وذكاء في موسم العطلات هذا.

١- التخطيط للمستقبل

قبل أن تبدأ رحلتك، تأكد من أن مركبتك في حالة جيدة للقيادة. هذا مهم جدًا لظروف القيادة في فصل الشتاء. تحقق من أحوال الطقس قبل الخروج، للتأكد من أن الطرقات آمنة للقيادة. ولا تنس مكشطة الزجاج الأمامي!

٢- ابق منتعشًا ويقظًا

تأكد من حصولك على قسط جيد من الراحة قبل القيادة لمسافات طويلة. خطط للرحلة حتى تتشارك القيادة وأخذ فترات راحة منتظمة لتجنب النعاس خلال القيادة.

أحب صفحتنا على الفيسبوك!

أنقر للانضمام إلينا للحصول على الأخبار اليومية والرسائل المهمة!

طفل الميلاذ

بَلْ أَخَلَى نَفْسَهُ، مُتَّخِذًا صُورَةَ عَبْدٍ، صَائِرًا شَبِيهًا بِالْبَشَرِ.
(فيلبي ٢: ٧)



تخيّل أن الذي جعل شجر الأرز ينبت من البذور، كجنين يبدأ حياته من جديد؛ الذي صنع النجوم، يسلم نفسه إلى الرّحم. الذي ملأ السماوات، يصبح في زماننا هذا، مجرد نقطة في صورة صوتية. يسوع، بطبيعته الإلهية، يجعل نفسه لا شيء (فيلبي ٢: ٧-٦). يا لها من فكرة مذهلة!

تخيّل المشهد، هو الذي وُلد في قرية بسيطة، بين الرعاة والملائكة والأضواء الساطعة في السماء، مع التهليل له من ثغاء الحيوانات. شاهده ينمو في الحكمة والقامة: كفتى، أذهل مدرّسيه مع إجابات على أسئلة كبيرة؛ كشاب في الأردن، نال على بركة أبيه من السماء؛ وفي البرية، يصارع الجوع بالصلاة.

شاهده بعد ذلك وهو يطلق مهمته لتغيير العالم- يشفي المرضى، يلمس الأبرص، ويسامح النجس. شاهده وهو يركع في البستان يشعر بالحزن وهم يعتقلونه بينما يفر أصدقاؤه المقربون. شاهده وهو يُبصق عليه ويُسمّر على عمودين خشبيين، يحمل خطايا العالم على كتفيه. لكن أنظر، أجل أنظر، بينما يُدحرج الحجر، رنين قبر فارغ وأجوف، لأنه حي!

شاهده يصعد ويرتفع إلى أعلى مكان. (٩ ص. ٧) شاهد اسمه يملأ السماء والأرض (الآيات ١٠-١١).

هذا هو صانع النجوم الذي أصبح نقطة على الموجات ما فوق الصوتية. ها هو طفل الميلاذ يأتي لدينا.

—شيريدان فويسبي

المصدر: odb.org

تأمل وصلاة

كيف ستكون الحياة والتاريخ لو لم يولد يسوع؟
ما هي الصلاة أو القصيدة التي تقدمها لله
لتشكره؟

يا يسوع، أشكرك لأنك جعلت نفسك لا شيء
حتى تغفر خطاياي.

إقتباس!

"في عمق الشتاء، علمت أخيراً أنّ
بداخلي ينام صيفاً لا يقهر".
_ ألبير كاموس

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 الإجتماعي. 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

تطوع في مساعدة المشردين

تطوع في ملجأ للمشردين أو تبرع بما تستطيع أو تعهد بالتطوع بعدد أيام معين شهرياً في العام المقبل. فالعمل التطوعي يساعد في أن تصبح إنساناً لطيفاً، متواضعاً ومحترماً للآخرين.

إذهب إلى الكنيسة عشية عيد الميلاد

مع الالتزامات العائلية، قد يكون من الصعب تخصيص وقت للذهاب إلى الكنيسة، ولكن إجعل زيارة الكنيسة شأنًا عائليًا، لذلك قبل عشاء عيد الميلاد، جد وقتًا للعبادة والتأمل في مدى حب يسوع لك.

ادعُ صديقًا لمرافقتك إلى الكنيسة

إذا كان لديك صديق جيد ولا يزور الكنيسة، أو لديك صديق بحاجة إلى دعم روحي، فادعوه للذهاب معك إلى الكنيسة. إن هذا يساعد في بناء علاقتكما فيما تتشاركان أيضًا كلمة يسوع المدهشة.

إتبع التقويم الليتورجي

الفرح بولادة يسوع المسيح لا يقتصر على يوم واحد. في الواقع، يشير زمن المجيء إلى بداية السنة الليتورجية وليس نهايتها. بعد عيد الميلاد، نتأمل في كيفية عيش مواسم التقويم الليتورجي في رحلة إيماننا خلال العام المقبل.

إذا بذلت القليل من الجهد، يصبح الحفاظ على المسيح في عيد الميلاد أمر سهل للغاية. يجب أن يتفوق إيمانك دائمًا على أي شيء علماني أو أرضي. لا تغلّف نفسك في كومة من الهدايا وخبز الكعك، بل ركّز على ما هو مهمّ حقًا - ولادة يسوع المسيح.

المصدر: beliefnet.org



اكتب ميلاد مجيد، وليس عيد سعيد

هذه طريقة تساعدك على مشاركة معنى عيد الميلاد مع الآخرين. إن مشاركة المسيح أمر جميل في عيني الله.

اخبز كعكة عيد ميلاد ليسوع

إنها طريقة ملموسة، تساعد الأطفال على إحياء قصة الميلاد المجيد.

قراءة الكتاب المقدس

قراءة قصة الميلاد مباشرة من الكتاب المقدس، تساعد في إنعاش ذاكرتك بكل التفاصيل الصغيرة. إبحث عن مرشد روحي يساعدك على تحقيق أقصى استفادة من الكتاب المقدس.

زَيْن شجرتك بزينة مسيحية

بدلاً من الكرات الفضية اللامعة والأقواس الكبيرة، استخدم مشاهد المذود والملائكة وتذكارات دينية ملموسة أخرى لتزيين شجرة عيد الميلاد.

إرسال بطاقات معايدة مسيحية

إختر بطاقات لعيد الميلاد تتضمن آيات من الكتاب المقدس أو الأعمال الفنية المسيحية. هذه طريقة لتشارك بفخر مع أصدقائك وعائلتك أنك مسيحي مستعد للاحتفال بميلاد يسوع المسيح، وليس قدوم سانتا.

شدّب قائمة التسوق الخاصة بك

يمكن أن يكون تقديم الهدايا في عيد الميلاد طريقة جميلة لتذكر هبة الله من ابنه للعالم. راجع قائمتك وفكر في أكثر من تريد تقديم هدية له، واستبدل الهدية بأشياء مناسبة.

قم بزيارة صديق أو قريب أو مريض

لا ينبغي أن ننسى أولئك الوحيدين أو المرضى في هذا العيد، وهذا ما يريدنا يسوع أن نفعله بالضبط.

قم بإعداد مغارة الميلاد في منزلك

مشهد المهد هو رمز أساسي في عيد الميلاد. وهو يصوّر الوقت الذي دخلت فيه مريم ويوسف إلى الإسطبل وأنجبت الملك يسوع المسيح.

اغفر لشخص ما

جاء يسوع ليغفر خطايانا، ونحن أيضاً ملزمون بالغفران للآخرين. صلّ وفكر إلى من تغفر وكيف، سواء كان شخصاً تحتاج إلى الاستغفار، أو في لحظة خاصة بينك وبين الله.

كيف أتذكر ناجي...

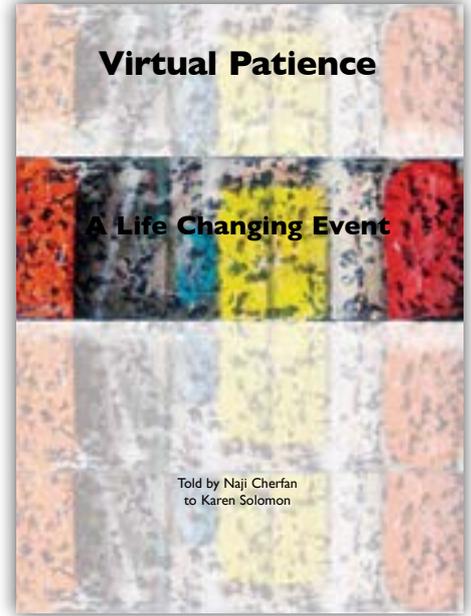
مقتطفات من كتاب "الصبر الحقيقي"

صفحة ٢٩

في الثامن من شهر حزيران ١٩٩٩، كتب ناجي شرفان هذه الكلمات وأرسلها بالفاكس إلى صديق له في اليونان: "أثناء وجودي في كندا أدركت أنه لم يكن هناك الكثير من الأشياء الغير المألوفة معي. فماذا لو لم تكن يدي اليسرى ورجلي اليمنى ١٠٠% على ما يرام. على كل، لا أحد كامل. أنا محظوظ جدا. بعض الناس ليس لديهم أي من الأرجل أو الأذرع. يجب أن أقبل الأشياء وأطور نفسي قدر الإمكان، وأن أكون سعيدًا بنفسي أولاً كما أنا ثم أبذل قصارى جهدي للتحسين. لن يكون هناك حدود لما يمكن أن يحققه عقلي".

بعد عشر سنوات من إصابة الدماغ التي سرقت بصره وكلامه وقدرته على الحركة، هذا الشاب يحقق أحلامه. لقد تعلم أن الصبر فضيلة وأنه يستفيد منه. إستمرت رحلة ناجي شرفان من الحادث فالغيوبة إلى العلاج ثم الحياة الطبيعية.

"يمكنهم لأنهم يؤمنون أنهم يستطيعون"
-فيرجيل



لقد وُلدنا ليسطع نورنا!

هذه نشرة الكترونية تصدر كل شهرين عن مؤسسة ناجي شرفان الإنسانية وتتركز 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 تتوجه بعمل أفرادها المتفاني التطوعي وتخص بالذكر إيزابيل بوغوسيان، ماريان دبس، المحامي كمال رحال، المحامي هارولد ألفاريز، زينة قسطنطين، جويس أبو جودة، ريتا قسيس، مارلين نصراني، ديالا غسطين نصراني، ديماريز، الأب جوزيف عبد الساتر، الأب جوزيف سويد، رين قسيس، الأب إيليا شلهوب، أئينا 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 جدا لهذه الجهود من رؤساء المحررين الذين يتطوعون لترجمة وتحرير الرسالة الإخبارية إلى عدة لغات وهي إيزابيل بوغوسيان للغة اليونانية، كريستينا باتلر للغة البرتغالية، ميري أي نادر للغة الفرنسية، البروفيسور ليديا والسفير اليخاندرو دياز للغة الإسبانية، هايكي ماير للغة الألمانية، رولي لايكمان للغة الهولندية، لينا رزق الله وريتا أبو جودة للغة العربية. لاشتراكاتكم، تعليقاتكم واقتراحاتكم، الرجاء الإتصال على 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 وكيلي نيمتز.

©٢٠٢١ مؤسسة ناجي شرفان الإنسانية. جميع حقوق النشر والتوزيع محفوظة.