

## كلام مفيد

### سوء الظن

يقولون "ان بعض الظن اثم"، وهذا قول حق، فكثيرا ما نقع في حرج تجاه اناس نحمل لهم الحب والتقدير، ولكن الاستعجال باصدار حكمنا عليهم يتسبب في فهمهم بشكل خاطئ. وأحيانا نتسرع باتخاذ مواقف نجدها لاحقا خاطئة لا نملك الصبر في الحكم عليها، ولا نعطي مساحة للاخرين لتوضيح مواقفهم، وهذا يحدث في مواقف كثيرة في الحياة سواء في محيط العمل أو المحيط العائلي أو محيط الصداقة.

فمثلاً تجد من يقول: لقد سلمت فلم يرد السلام، وآخر يقول لقد جلست فقام من المكان، وثالث يقول لماذا لم يلبى دعوتي، وهكذا الخ... ولكن هل سأل أحدنا قبل أن يأخذ موقف تجاه الآخرين عن سبب قيام الآخرين بذلك التصرف أياً كان؟ لا أعتقد فكثيراً ما نأخذ موقفاً ونحكم على الآخرين قبل أن نعرف السبب. وما أن نعرفه إلا ونجد انفسنا قد وقعنا في المحذور.

هذا الامر يتكرر كثيراً مع الاباء الكهنة في الكنائس، فأحيانا يكون الكاهن مشغولاً بأمر ما، وبدون قصد يمر بجانب شخص دون ان يسلم عليه، او ان يسلم هو على الكاهن فينسى ان يمد له يده دون قصد حيث فكره مشغول بمشكلة او شيء اخر، فيظن صاحبنا ان الكاهن لا يهتم به، وهكذا يبدأ بغضب ويتضايق وربما لا يحضر للكنيسة مرة اخرى. وبسبب هذا الغضب يحدث التسرع في الحكم على الآخرين دون ان يعذرهم او يحسن الظن بهم، وفي هذا يقول معلمنا سليمان الحكيم "الرجل الغضوب كثير المعاصي" (ام 29: 22). وسوء الظن بالآخرين أحد هذه المعاصي. يحكى ان حطاباً توفيت زوجته وكان يسكن في كوخ صغير مع طفله الصغير. وكان لدى الحطاب كلباً يحبه وثق فيه، وكان يترك الطفل في رعاية الله وحراسة ذلك الكلب.

وذات يوم بينما كان الحطاب عائداً من عمله، وقرب الكوخ سمع نباح الكلب من بعيد، فأسرع في المشي إلى أن اقترب منه فوجد فمه ووجهه ملطخا بالدماء، فظن أن الكلب قد خانته وأكل طفله! فانتزع فأسه وضرب الكلب بين عينيه فخر صريعاً.

وبمجرد دخوله الكوخ تسمر في مكانه وجثا على ركبتيه وامتلأت عيناه بالدموع عندما رأى طفله يلعب على السرير! وبالقرب منه ثعبان كبير الحجم ميتاً وغارقاً في دمائه، فادرك الحقيقة لكن بعد فوات الأوان وحزن بشدة على كلبه الذي كان ينبج فرحاً لانقاذ الطفل، لكن الحطاب تسرع وقتله بلا تفكير.

هكذا نحن عندما نحب ونثق فيمن نحب، يجب ألا نتسرع، في لحظة غضب، في تفسير تصرفات من نحبه ونثق بهم ونأخذها على محمل سيء، بل نترث لنفهم وجهات نظر الآخرين مهما كانت حتي لا نخسرهم ونندم حيث لا ينعف الندم. فلا نكون مثل هذا الحطاب الارعن الذي بحماقة تصرف تجاه كلبه الوفي الذي انقذه وانقذ طفله من موت محقق.

هذا الكلام مفيد لمن يريد ان يستفيد.

## ليس الصوم معناه الجوع

يبدأ غدا الصوم الكبير حسب طقس وترتيب الكنيسة القبطية الارثوذكسية، والصوم كما هو معروف في معناه هو الانقطاع عن الطعام لفترة معينة من النهار يعقبها تناول الاطعمة النباتية والابتعاد عن تناول اللحوم وكافة المنتجات الحيوانية والاسماك.

والصوم بهذا المفهوم ليس معناه الجوع او اذلال الجسد، فالهدف من الصوم ليس مجرد حرمان الجسد واذلاله، لأن حرمان الجسد بالانقطاع او تغيير نوع الطعام ليس غاية في حد ذاته، بل هو وسيلة لتنشيط الروح، لأن الجسد يشتتهي ضد الروح، والروح ضد الجسد. ونحن نصوم لنحيا في الروح ورتفع فوق مستوى الجسد. فالصوم تقرب الى الله اكثر واكثر، لأن في الصوم اعتكاف وفرصة للصلاة والتأمل والقراءات الروحية.

وإذا كان الصوم لا يعني الجوع؟ فماذا يعني اذا؟ انه يعني التوبة فهو ضبط للارادة وانتصار على الرغبات. كما أنه يعني الثبات في الله، ويتأتى ذلك بالصوم عن الزلات كما نقول في مديحة الصوم الكبير "الصوم الصوم للنفس ثبات.. صوموا صوما عن الزلات".

والصوم هو تدريب تدريب النفس على أمرين هما:

**1- التخلص من الخطية بالتوبة:** فلا بد للانسان أن يضع في ذهنه ان يحيا حياة البر والقداسة، وان يكون فكره مقدساً، وقلبه طاهراً نقياً، والجسد كله يكون مقدساً.

**2- اكتساب الفضائل الروحية:** فالصوم تصحبه الصلاة والصدقة والاعتكاف للعبادة "قدسوا صوما نادوا باعتكاف". كذلك يكتب الصائم فضيلة الرحمة والاحسان على الفقراء والمساكين. وفضائل اخرى كثيرة. فاذا لم يتحقق الأمران معاً يكون الصائم قد أتعب نفسه، وحرَم ذاته من أنواع اطعمة شهية ولذيذة دون فائدة روحية، وهذا ما يحدث لغالبية الصائمين بلا حكمة وارشاد.

والعبارة الشهيرة التي يقولها الكثيرون "الصوم ليس معناه تغيير نوع الطعام بل تغيير القلب والفكر"، لذلك يقول مار اسحق السرياني "الذي يصوم عن الغذاء ولا يصوم قلبه عن البغضة والحقد، ولسانه ينطق بالباطيل فصومه باطل، لأن صوم اللسان أفضل من صوم الفم، وصوب القلب أفضل من كليهما". ويقول القديس يوحنا فم الذهب "لا تقل إني صائم بماء وملح، وأنت تأكل لحوم الناس بالذم والإدانة".

بقي أن نقول ان الصوم الكبير كما انه رحلة توبة تمر عبر دروب كثيرة من المتاعب والتجارب، لكنها في النهاية تصل بالصائم الى الثبات في الله والتمتع بالعشرة معه، ففي نهاية الصوم نحفل بفرح قيامة المسيح وقيامتنا نحن من موت الخطية. فليكن صومنا فترة للتدريبات الروحية، ولا يكون مجالاً للتباهي أو تقليد الآخرين، أو تحقيق هدف صحي كعمل رجيم مثلاً. صوموا صوماً نادوا باعتكاف. كل عام وانتم بخير.

## صورة وخبر:



شهد مقر دير القديس البابا اثناسيوس الرسولي بابيارشية ايرلندا واسكتلندا وشمال شرق انجلترا وتوابعها يوماً بهيجاً حيث قام نيافة الانبا انتوني اسقف الابيارشية ومعه نيافة الانبا انجيلوس الاسقف العام بانجلترا صباح السبت 4 فبراير برسامة الراهب بيشوي سانت اثناسيوس قسيساً. ويرى في الصورة القس بيشوي عن يسار نيافة الانبا انتوني والاباء رهبان الدير وعدد كبير من كهنة الابيارشية. تهنئة قلبية للاب الراهب القس بيشوي سانت اثناسيوس، وتمنياتنا الطيبة بالصحة وطول العمر لنيافة الانبا انتوني والاباء كهنة الابيارشية.

## أخبار .. أخبار .. أخبار

## أول دير قبطي للراهبات في أوروبا

بموافقة ومباركة قداسة البابا شنودة الثالث يقوم نيافة الأنبا أنتوني اسقف ايرلندا واسكتلندا وشمال شرق انجلترا وتوابعها بتأسيس دير للراهبات بالإبشارشية باسم St George Abbey وهو اول دير قبطي للراهبات في أوروبا. للمساهمة ونوال بركة هذا المشروع الرجاء ارسال تبرعاتكم على رقم الحساب التالي :  
**Bank Name : Nat west - Sort Cod : 60-02-32 - Account No : 66540348**  
 وللمزيد من المعلومات الاتصال بنيافة الأنبا أنتوني على موبايل رقم : .. . . . . **Mobile: 07899795788**

**Invitation**

**Under the auspices of H H Pope Shenouda III  
 And His Partner H G Bishop Antony**

You are cordially invited to the twentieth anniversary celebration of the consecration of St Mark's Coptic Orthodox Church, Scotland

**On:** Sunday 26 February 2012. **At:** St Marks Coptic Orthodox Church, 264 Links Street, Kirkcaldy, Fife KY1 1QE.

Join us in celebrating the Divine Liturgy at ten o'clock in the morning, followed by a reception until five o'clock.

## تعزيات

انتقل من عالمنا الفاني المتنيح

**الدكتور بيتر يونان سريان**

زوج السيدة اودري ونجل الاستاذ يونان سريان زوج السيدة سميرة جرجس، وشقيق السيدة مي زوجة د. مارك، والسيدة رانا زوجة د. باتريك، وشيعة الجنازة من كنيسة العذراء ومار مينا بمانشستر. نياحا لروحها الطاهرة وتعزيات الروح القدس للأسرة. **Tel: 01254240797**

انتقلت من عالمنا الفاني المتنيحة

**جوزفين زكي تادرس**

والدة السيدة ايفا يونان زوجة د. الفريد اديب وجدة دانيلا وايمانويل وشقيقة ماري، وجرجس زكي، وعمة ناصر وسوزي وخالة نادية وريتا ومنيرفا كامل. بكنيسة مار مرقس بلندن. نياحا لروحها الطاهرة وتعزيات الروح القدس للأسرة.

**Tel.: 0207 3853305**

انتقلت من عالمنا الفاني المتنيحة

**كاميليا اسرائيل اندراوس**

والدة راجي نجيب بيرايتون وايمون ورجاء زوجة نصر بقطر بكنيسة مار مرقس بلندن، ونادية وحياء زوجة القمص غبريال يوسف بعطبرة وسعاد بأمرمان ونعمات وتاسوني صوفيه وداؤود بالقاهرة وخالة كل من نجاتي وميشيل وفادية ونجوى فكر ومرثا مباركة سامي وعمة صلاح جرجس بيرايتون. نياحا لروحها الطاهرة وتعزيات الروح القدس للأسرة.

**Mob: 07753281459 Raji Naguib  
 Mob: 07888732635 Nasr Boktor**

انتقلت من عالمنا الفاني المتنيحة

**سونيا ارباجيس**

والدة خريستو وأنا وبول ولوسي وجورج بكنيسة السيدة العذراء بجولدز جرين، نياحا لروحها الطاهرة وتعزيات الروح القدس للأسرة.

**Mob: 07956220241**

انتقلت من عالمنا الفاني المتنيحة

**منجدة تاوضروس**

والدة عادل زوج السيدة مرثا، ونصر زوج السيدة رجاء، وماجدة زوجة مجدي شكري بلندن، وامين بقطر بالسودان، واميل باستراليا، وجدة كل من ابرام وكيرلس وباتريك. وشيعة الجنازة من كنيسة مار مرقس بلندن. نياحا لروحها الطاهرة وتعزيات الروح القدس للأسرة.

**Mob: 07888732635 Nasr  
 Mob: 07958467915 Adel**

## تهاني .. تهاني .. تهاني



✦ الشماس بيتر ساويرس وزوجته الدكتورة ميرا بكنيسة مار مرقس بلندن، رزقا بمولود سمياه Jacob الف مبروك مع تهانينا القلبية. **Mob: 07968261816**

✦ شريف هرماس وزوجته لويزا بكنيسة مار جرجس والبابا أنثاسيوس بنيوكاسل رزقا بمولود أسمياه George. الف مبروك مع تهانينا القلبية. **Mob: 07411742361**

✦ باهر عبد الملاك وزوجته Zoe بكنيسة مار مرقس بلندن رزقا بمولود سمياه George الف مبروك مع تهانينا القلبية. **Mob: 07515690426**



✦ تهانينا القلبية بزواج مايكل متري والانسة سالي حنا بكنيسة مار مرقس بلندن. الف مبروك. **Mob: 07897348884**

✦ تهنة قلبية بخطوبة الشماس داني فريدي على الانسة سارة كمال اسكاروس بكنيسة السيدة العذراء والانبا شنودة بكرويدون. الف مبروك.



## تذكارات



الذكرى السنوية للأب  
 الفاضل المتنيح  
 القمص  
**انطونيوس فرج**  
 كاهن كنيسة مار  
 مرقس بلندن

تقيم الاسرة وابناؤه واحباؤه القداس الالهي صباح السبت 25 فبراير ويعقب القداس مائدة اغابي كعادة كل تذكار سنوي. نياحا لروحها الطاهرة وتعزيات الروح القدس للأسرة ولاحيائه في كل مكان.

## مرضى

✦ السيدة جوفانا انجلو والدة سوزان زوجة الدكتور ادوارد شفيق بكنيسة القديس يوحنا الحبيب ببروملي نصلي ونطلب لها الشفاء. **Tel: 020 83182353**

✦ السيدة ايلين القمص جرجس زوجة وديع رزق بكنيسة مار مرقس بلندن، نصلي ونطلب ان يمد لها الله يد الشفاء. **Tel: 0208 5632717**

✦ اذكر يارب اخوتنا واخواتنا المطروحين على فراش المرض في منازلهم او في المستشفيات، الذين ليس لهم احد يذكرهم، انعم عليهم بالصحة والعافية والشفاء.

'Congregation Newsletter' A Free Spiritual, Educational and Social Newsletter, issued every fortnight, distributed free for the Coptic congregation in UK and Ireland. [www.copticnews.co.uk](http://www.copticnews.co.uk) - email: [ekladious@yahoo.co.uk](mailto:ekladious@yahoo.co.uk)

"الرسالة الاخبارية": رسالة روحية، تعليمية، اجتماعية، تصدر كل اسبوعين وتوزع مجانا على الشعب القبطي في المملكة المتحدة وايرلندا.

**Correspondent & Editors:**

**Ekladious Ibrahim:** Tel: 020 89977628, **Mob 07931 803963 Rafat Abdel-Baki:** Tel: 020 88130379, **Mob: 07958624330**