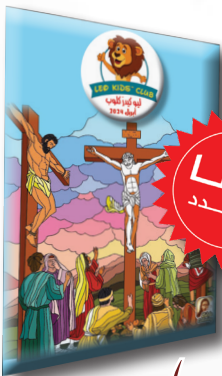


أرسالة النور والعجايب

www.omelnourwelagypy.com

السنة الـ 11
العدد 119

أبريل
2025



مجاناً
مع العدد



في هذا العدد:

الجزء الأول من:
حوار مع..

الفنان: **عمار الراهب**

إِلَيْكَ الْقُوَّةُ يَا مَلِكُ



بِسْمِ الْآبِ وَالْإِبْنِ وَالرُّوحِ الْقُدُسِ
الْمُوَاحِدِ آمِينَ

رسالة النور
والعجايب

السنة الـ 11 - العدد 119
أبريل 2025

بركة وصلوات
قداسة البابا تواضروس الثاني

وشريكه في الخدمة الرسولية
نيافة الأنبا دوماديوس

أسقف ٦ أكتوبر وأوسيم

وإشراف روجي

القس دانيال القمص مكاري

القس أبانوب صبحي

هيئة التحرير

والمراجعة اللغوية والقسم الفني

ماجد مكرم - أمل وديع

د. ميلاد فايز موسى

د. سالي طلعت - نادر حبيب - بافلي أمير

رانيا فيكتور - دميانة ماجد

أمير مكرم



طبعت في
م. ميخائيل صبحي

مجلة روحية اجتماعية ترفيهية
تصدر شهرياً عن



كنيسة السيدة العذراء والشهيدة فيلومينا
وكنيسة مار ميخا والبابا كيرلس السادس
بهرم سيتي
مطراية 6 أكتوبر
تأسست في ديسمبر 2014 م
وأصدر العدد الأول في
يناير 2015 م.

«كَانَ مِنْ هَمَّنَا أَنْ نَجْعَلَ
فِيْمَا كَتَبْنَاهُ فُكَاهَةً لِلْمُطَالَعِ،
وَسُهُوْلَةً لِلْحَافِظِ
وَفَائِدَةً لِلْجَمِيعِ».
(٢ مك ٢: ٢٦).

تقرأ في هذا العدد

كلمات نافعة القمص بيم ٤	شركة ألامه الأنبا دوماديوس ٤	ثلاثيات الصوم ٢ البابا تواضروس الثاني ٣	أحد الشعانين البابا شنودة الثالث ٣
صحة وجمال ٨	بركة حياتنا ٧	حول العالم ٦	بأقلامهم ٥
تنمية بشرية مسيحية ١٢	العائلة المقدسة ١١	طريقك إلى طفلك ١٠	سفرة وطبولة ٩
الديوان ١٦	حوار العدد ١٥	حوار العدد ١٤	خريطة الكنز ١٣



<https://omelnourwelagypy.com>
Romelnourwelagypy
romelnourwelagypy@gmail.com



SCAN ME

فليستكن صانعي الخيرات



تحدثنا
من قبل عن الاستعداد للصوم وكيف يجب
أن نهي أنفسنا إلى تقبل وتحمل التجارب..

فقد تحمل السيد المسيح له المجد التجربة على الجبل
بالصوم المقدس وفي ختام أسبوع الآلام نرى قمة الحب
المزوج بقمة الألم!! فيعطينا الرب مثلاً آخر في تقبل
وتحمل الألم.. فكما تقبل الرب يسوع التجربة، تقبل
وتحمل الألم أيضاً معطينا مثلاً حياً وعملياً أن كل ألم
وتجربة يعقهما فرح وراحة.. كل صليب يعقبه حتماً قيامة..
إذا فلننظر للتجربة والضيق وحتى الألم بشكر وفرح
منتظرين خلاص الرب واليوم الذي سنفرح فيه قائلين مع
المرتل في المزمور: «هَذَا هُوَ الْيَوْمُ الَّذِي صَنَعَهُ الرَّبُّ، نَبْتَهِجُ
وَنَفْرَحُ فِيهِ» (مز ١١٨: ٢٤)..

ونحن الآن في هذه الأيام المقدسة وما أجملها أيام.. ذروة
الصوم المقدس، وفي منتصف هذا الشهر نستقبل أجمل
أسبوع في السنة.. أسبوع الآلام، مروراً بجمعة ختام الصوم
وسر مسحة المرضى (طقس القنديل)، وسبت لعازر وأحد
الشعانين وصلوات البصخة، والخميس الكبير والجمعة
العظيمة.. ونختتم هذه الأيام ونستعد ليوم سبت النور أو
سبت الفرح، وأيضاً عيد القيامة المجيد..

ولا ننسى قبله في اليوم الثاني من هذا الشهر تذكاري تجلي
كلية الطهر والدة الإله القديسة العذراء مريم على قباب
كنيستها بالزيتون.. وكذلك عيد البشارة المجيد في السابع
من هذا الشهر.. هل يوجد أيام أجمل وأقدس من هذه؟!
الله يعطينا بركة هذه الأيام المقدسة ويقوينا ويعيننا
على احتمال التجارب والألم ويثبتنا دون السقوط..
ويا ليتنا نتقدس بهذه الأيام المقدسة، ونسير مع مخلصنا في
طريق الآلام حتى الجلجثة، لكي نقوم أيضاً معه من ظلمة
خطايانا.. ونتغير عن شكلنا بتجديد أذهاننا.. له المجد
الدائم إلى الأبد آمين..

كل عام وحضرناكم بخير.

صلوا من أجلنا..

أبريل ٢٠٢٥

أفكار

كلمتنا - في هذا العدد

أبريل 2025

2

أحد الشعانين

لمثلث الرحمات البابا شنودة الثالث



لأن مملكته روحية..
المسيح رفض أن يملك على أورشليم، ولكنه يفرح
أن يملك على قلبك..
قلبك عند الله، هو أعظم من أورشليم. إنه
هيكل للروح القدس ومسكن لله. ففكر كثيرًا هل
الله يملك عليك كلك؟! قلبك وفكرك وحواسك
وجسدك ووقتك..!
قل له تعال يا رب واملك.. هوذا أنا لك..
إن كانت مملكتك يا رب ليست من هذا العالم..
فتعال عندي لك مملكة تناسبك، تسند فيها رأسك
وتستريح.. لعلك تجد راحتك في قلبي.. وإن وجدت
فيه عصاة أو متمردين عليك.. تقلد سيفك على
فخذك أيها الجبار.. استله وانجح واملك (مز ٤٤).
لا تتشغل بالسعف في هذا اليوم، بل انشغل باستقبال
المسيح في قلبك ملكًا عليه، فأنت تحتاج أن يملك الرب
عليك، لكي يدبر أهل بيتك حسنًا.

في أرجاء المسكونة،
ومن طقس الصلاة في

هذا العيد أن تسوده نغمة الفرحة فتزده الألحان
بطريقة الشعانين المعروفة وهي التي تستخدم في
هذا اليوم وعيد الصليب، وهي بذلك تبهج بهذا
العيد كقول زكريا النبي: «ابتهجي يا ابنة صهيون..
اهتفي يا ابنة أورشليم.. هوذا ملكك يأتي إليك..
وهو عادل ومنصور.. وديع وراكب على حمار وعلى
جحش ابن أتان» (زك ٩: ٩، ١٠).
انه يوم عيد سيدي، نحتفل فيه بألحان الفرحة،
قبل أن ندخل في ألحان البصخة الحزينة. وفيه
استقبل اليهود المسيح ملكًا على أورشليم، وخلصهم
من حكم الرومان، ولكنه رفض هذا الملك الأروحي.

كلمة شعانين عبرانية من «هو شيعه نان»
ومعناها يا رب خلص، ومنها الكلمة اليونانية
«أوصنا» التي استخدمها البشيريون في الأناجيل، وهي
الكلمة التي كانت تصرخ بها الجموع في خروجهم
لاستقبال موكب المسيح وهو في الطريق إلى أورشليم.
ويسمى أيضًا بأحد السعف وعيد الزيتون،
لأن الجموع التي لاقته كانت تحمل سعف النخل
وغصون الزيتون المزينة، فلذلك تعيد الكنيسة وهي
تحمّل سعف النخل وغصون الزيتون المزينة وهي
تستقبل موكب الملك المسيح.

ومن طقس هذا اليوم أن تقرأ فصول الأناجيل
الأربعة في زوايا الكنيسة الأربعة وأرجائها في رفع
بخور باكر، وهي بهذا العمل تعلن انتشار الأناجيل

ثلاثيات الصوم المقدس (٢)

لقداسة البابا تواضروس الثاني



خامسًا: أحد
السامرية (يو
١٠: ٤٢-٤٣)
مراحل

١-مرحلة يهودي
- سيد: في
بداية مقابلتها
مع المسيح لم

تر فيه سوى أنه رجل «يهودي» الجنس وهي امرأة
سامرية، وهناك عداوة مستحكم بين الجنسين.. ولكن
حلاوة كلام المسيح جعلتها تسترسل معه في الحوار،
وخفت من حديثها إلى أسلوب أكثر رقة، ولذا نادته
بلقب «سيد» كتعبير عن الاحترام والتوقير فقط.
٢- مرحلة نبي - مسيا: وعندما كشف سرها وخطيتها
برقة بالغلة رأت أنه «نبي»، ولذا انتهزت الفرصة
لتسأل عن موضع السجود هل هو في أورشليم أم في
السامرة؟ وعندما أجابها المسيح إجابة روحية خالصة لم
تسمعها من قبل.. راجعت معلوماتها ورأت أنه المسيا.
٣-مرحلة المسيح - مخلص العالم: بعدما حضر التلاميذ
تركزت هي المسيح عائدة إلى مدينتها لتخبر أهلها عن

نستكمل في هذا العدد ما بدأناه العدد الماضي عن
رحلتنا الثلاثية مع أحاد الصوم الكبير التي هي بمثابة
محطات زمنية للصوم، حيث نجد ثلاثية رائعة في كل
محطة وقد تحدثنا العدد الماضي عن: أولاً: أحد الرفاع،
ثانيًا: أحد الكتوز، ثالثًا: أحد التجربة.. ونستكمل سويًا:
رابعًا: أحد الابن الضال (لو ١٥: ١١-٣٢) ثلاث اختيارات
هنا الأحد يقدم ثلاثة شخصيات بثلاث صفات أساسية
يمكنك أن تختار منها:

١- الأب المحب: حيث نقابل الأب المشتاق الذي يحترم
إرادة الآخر (ابنه) ولا ييأس من خطاه ويتحنن عليه
عندما يرجع ويقبل توبته. وهذا يمثل الإنسان الذي
يقدر أن يسامح وينسى لأنه يحب.
٢- الابن النائب: وهو الابن الشاطر الذي رجع إلى نفسه
وبإرادته وعاد إلى صوابه قبل أن يتجرف أكثر في خطايه.
وهو يمثل الإنسان الشجاع الذي اعترف بخطيته، وأخذ
الخطوة العملية ليحتمي في بيت أبيه أي الكنيسة.
٣- الابن المتذمر: وهو الأخ الكبير الغضوب المتذمر من
عودة أخيه الأصغر. وهو يمثل الإنسان الذي يعيش
مغتربًا ومبتعدًا بكيانه حتى وإن كان يعيش بجسده في
داخل بيت أبيه.

هذه المقابلة العجيبة مع «المسيح». وصارت كارتزة تشهد
بما سمعت ورأت وأحست.. وبعد أن مكث المسيح يومين
في مدينتهم.. أعلنت مع أهل مدينتها أن «هذا هو
بالحقيقة المسيح مخلص العالم».

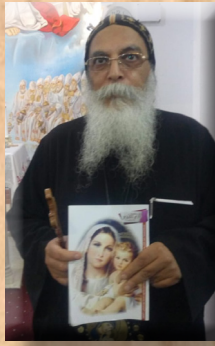
سادسًا: أحد المخلع (الوحيد) (يو ١٠: ١٨-١٩) ثلاث مشاهد
١- وحيد.. قبل المسيح: كان مهملاً متروكًا وحيدًا عبر
سنوات طويلة، لم يجد من يد له يد المعونة.. يمثل
صورة الضيق والتعاسة وخيبة الأمل المتكررة وحالة
العزلة عبر ٣٨ سنة.. وقد عبر عن كل ذلك بعبارة غاية
في الرقة «ليس لي إنسان» وبالرغم من أنه كان مطروحًا
في ساحة بيت حسدا (وتعني بيت الرحمة) إلا أنه كان
يعاني من عدم الرحمة من كل الذين حوله، فهو بلا
أمل، بلا صحة، بلا رحمة.
٢- مخلع.. أمام المسيح: وعندما جاءه المسيح جاءته
الرحمة، ولكن المسيح احترام إرادة المريض وسأله أولاً
أتريد أن تبرأ؟ وهذا السؤال موجه لكل خاطئ يود
التوبة، كما أن حديث المسيح معه كان عن الشفاء
وليس عن المرض، وهكذا يبدو مسيحنا متحنن يشفق
على شعبه، ومجيئه هو مجيء الشفاء والفرح.
٣- صحيح.. بعد المسيح: ويسمع المريض أمر المسيح
بالشفاء، فيقوم في الحال بإيمان وطاعة ويحمل سريره
ويسير، وتبديد مظاهر ضعفه ومرضه، وينطلق صحيحًا
معافيًا.. ويتضح من مقابلته مع المسيح بعد واقعة
شفائه أن خطيته كانت سبب مرضه، ويشجعه المسيح
على أن يسلك بحذر من الخطية ونراه بعد ذلك يقدم
شهادة قوية أمام اليهود.

شركة الآله

مقال يكتبه لنا خبيصاً

نيافة الأنبا دوماديوس

أسقف ٦ أكتوبر وأوسيم



الله الذي يقابل الشر بالحب.

٣- آلام التجارب الإلهية

• هذه التجارب تنشئ فرحاً وتعزية في قلوب
المجربين بعد اجتياز التجربة. لذا يقول الكتاب
«إِحْسِبُوهُ كُلَّ قَرْحٍ يَا إِخْوَتِي حِينَمَا تَقْعُونَ فِي تَجَارِبِ
مُتَنَوِّعَةٍ» (يع ١: ٢).

+ تجارب من أجل التنقية:

• مثل تجربة أيوب الصديق.. كان الغرض منها
تنقيته من البر الذاتي.

+ تجارب من أجل التزكية:

• مثل أبونا إبراهيم، الذي أعطاه إسحق بعد
الكبر. ثم قال له: «خُذْ ابْنَكَ وَحِيدَكَ، الَّذِي تُحِبُّهُ،
إِسْحَاقَ.. وَأَصْعِدْهُ هُنَاكَ مُحْرَقَةً..» (تك ٢٢: ٢).

+ تجارب من أجل الحفاظ من الكبرياء:

• مثل بولس الرسول الذي سمح له الله بشوكة
في الجسد كي لا يتكبر من فرط الإعلانات، فقد كان
يصعد إلى السماء الثالثة ويرى ما لم تره عين وما لم
تسمع به أذن وما لم يخطر على قلب بشر.

٤- آلام الخدمة

• مثل السيد المسيح الذي تألم كثيراً من أجل
السرور الموضوع أمامه.. ومثل بولس الرسول الذي
تألم كثيراً في شذائد وضربات وأسفار كما ذكر في
(٢كو ١١).. مثل الآباء الرسل والأساقفة والكهنة
والخدام..

أي نجاهد ضد الشيطان والخطية والجسد والعالم
والذات. وأيضاً في الصلاة وقراءة الكتاب المقدس
والميطانيات والصوم..

٢- آلام حفظ الوصية

+ حفظ وصية المحبة كأعظم وصية:

• لا يقف الألم عندك إلى الامتناع والجهد ضد
الخطية إنما ينبغي أن يمتد إلى حفظ الوصية،
السيد المسيح على الصليب قال: «يَا أَبَتَاهُ، اغْفِرْ
لَهُمْ، لِأَنَّهُمْ لَا يَعْلَمُونَ مَاذَا يَفْعَلُونَ» (لو ٢٣: ٣٤)،
وقال بطرس الرسول: «غَيْرَ مُجَازِينَ عَنْ شَرِّ بَشَرٍ أَوْ
عَنْ شَيْئَةٍ بِشَيْئَةٍ، بَلْ بِالْعَكْسِ مُبَارِكِينَ، عَالِمِينَ
أَنَّكُمْ لِهَذَا دُعِيتُمْ لِكَيْ تَرْتُثُوا بَرَكَتَهُ» (١ بط ٣: ٩).

+ حفظ وصية العطاء:

• تعطي بدون مقابل: كما يعطينا المسيح خلاصاً
وحباً وغفراناً دون أن ينتظر شيئاً منا.. كن مثل

كل عام وحضراتكم بخير بمناسبة اقتراب
أقدس أيام السنة وهو أسبوع الآلام المقدس،
ونستعد لنشترك مع رب المجد في رحلة الآلام،
ليس فقط الآلام ولكن لنصل معه إلى المجد..
لأنه حتماً كان يصحبها المجد «إِنْ كُنَّا نَتَأَلَّمُ مَعَهُ
لِكَيْ نَتَمَجَّدَ أَيْضاً مَعَهُ» (رو ٨: ١٧)، وهنا يطيب لنا
أن نتذكر آلام الصليب وكيف أنها كانت بداية
الأمجاد.

+ ارتباط الآلام مع الأمجاد

• لا يوجد ألم بدون مجد، ولا مجد بدون ألم.. فالآلام
التي تحملها السيد المسيح طوال أسبوع الآلام كانت
بداية لأمجاد القيامة.
• أيضاً الآلام التي بحسب مشيئة الله تنتهي بمجد
مثل (يوسف العفيف - الثلاثة فتية ودانيال) هذه
قاعدة أساسية في المسيحية.

+ أنواع الآلام

١- آلام الجهاد الروحي

كما قال الكتاب: لا نكلل إن لم نجاهد قانونياً.



كلمات نافعة لك ولي.. القمص بيمن بهيج

أجمل اقوال ديل كارنيجي:

- ١- "إن أفضل طريقة لكسب الجدل هو تجنبه.
- ٢- "لا يمكن تحقيق النجاح إلا إذا أحببت ما تقوم به.
- ٣- "لا شيء أقوى من إرادة الإنسان على هذه الأرض.
- ٤- "تذكر أن اليوم هو الغد الذي كنت قلقاً عليه بالأمس.
- ٥- "لقد علمتني تجارب ثلاثين عاماً، أن من العماقة أو تلوم
احداً.
- ٦- "كل أمة تحسن أنها أرق من الأمم الأخرى وذلك يولد
الوطنية والحروب.
- ٧- "لا تجعل قانونك: "أنا أعمل لأعيش" بل اجعل قانونك أنا

أعمل لأحقق ذاتي.

- ٨- "أصعب اللحظات تلك التي تعترم فيها على اتخاذ قرار
يؤملك ولكنه صائب.
- ٩- "تقبل ماضيك دون ندم، تعامل مع حاضرك بثقة، واجه
مستقبلك دون خوف.
- ١٠- "لكي تتعامل وتتجاوز مع الإنسان الفخس حاول أن
تستخدم معلوماته وأفكاره.
- ١١- "الرجل الذي يبرء المرأة ملاكاً له، عليه أن يكون لها جنة..
فالملائكة لا تعيش في الجحيم.
- ١٢- "إن نصف القلق الموجود في العالم بسبب أناس يحاولون
اتخاذ قرارات قبل أن يكون لديهم المعلومات الكافية.
- ١٣- "لا تذكره من يغار منك بل احترم تلك الغيرة فيه، لأن
غيرته ليست سوى اعترافه بأنك أفضل منه.
- ١٤- "معظم الأشياء المهمة في الحياة هي نتاج أشخاص آمنوا
بالمحاولة رغم أنه لم يكن هنالك أمل في ذلك.

كنوز جراحات المسيح



جروحًا عميقة وعبودية وخضوع أكثر للخطية.
• وجروح تلك الخطايا تظل تنزف بمرور الزمن حتى
بعد ارتكابها بسنين عديدة

العلاج والشفاء

• جلدات الرب يسوع وحدها التي تشفينا من
جراحات الخطية العميقة في النفس.. ففي كل
مرة نشفى من تلك الجراحات القديمة فلنتذكر أن
هذا الشفاء إنما هو ناتج عن جراحات الرب يسوع
وجلداته من أجلنا.
• والشكر الواجب.. فلننحني تحت الصليب ولا
نكف عن تقبيل قدمي المخلص، ونتأمل جراحاته
لنكتشف فيها خطايانا التي تسببت فيها ونبكي
عليها، وننال الشفاء ونشكره ونعده بدوام محبتنا
له.

من تأملات أبونا بيشوي كامل

نادر حبيب

بعد ١٠ سنوات بحث عنها الأمير الذي كان
على علاقة خاطئة معها إلى أن علم بوجودها
في الدير، فذهب هناك وهدد بحرق الدير إذا
لم تخرج لمقابلته، وعندما أعلموها الراهبات،
هدأت من روعهم وخرجت له، ولما رآها لم
يعرفها، فسألها عن أفادوكسيا، فأجابته أنها
ماتت منذ ١٠ سنوات، فقال لها إنك تخدعيني،
وعندما أراد أن يمد يده عليها، رشمت عليه
بعلامة الصليب، فانفتحت الأرض وابتلعتة هو
والـ ١٠٠ جندي المرافقين له!

وعندما سمع الملك والد الأمير بذلك ذهب
للدير وهدد بحرقه، فطلبت القديسة إمهالها
١٠ دقائق للصلاة، وبعد انتهاء الصلاة قام الأمير
من موته وقص عليهم كيف ذهب للجحيم
وهو مكان مظلم جدًا ووجد الرب يسوع
المسيح وكان منيرًا جدًا ويقول له: «من أجل
أفادوكسيا ابنتي سوف أعطيك فرصة أخرى
للتوبة».. وبالفعل تهرب في أحد الأديرة.. أما
قديستنا فعندما تنبحت رئيسة الدير رشحوها
الراهبات أن تكون رئيسة عليهن حتى نياحتها.

بركة شفاعتها معنا أجمعين؟؟؟ **د. إبراهيم لويس**
استاذ متفرغ بمركز البحوث الزراعية



القديسة أفادوكسيا

قديسون مجهولون

القديسة أفادوكسيا

كانت أشهر راقصة في مدينة بعلبك بلبنان..
كانت أشر إنسانة.. وكانت تعبد النار ..
كانت جميلة جدًا وغنية جدًا.. كان هناك
قديس اسمه جيروم من فلسطين وبينما كان
يصلي سمعته أفادوكسيا يقول: «يارب يسوع
المسيح ارحمني أنا الخاطئة.. ابها الإله الحبيب
انا أجبك جدًا».. تعجبت جدًا وسألت نفسها
ياترى من هذا؟ ولمن يسجد؟ هل يوجد من
يحب إلهه كل هذا الحب؟! إنه طوال الليل
يصلي له.. ويسجد له وهو متهلل!!
ذهبت لأنها كانت تبحث عن حب لم تجده..
لم تجد راحة أبدًا في من عرفتهم.. ذهبت له في
اليوم التالي وقالت له: إذا سمحت كلمني عن
إلهك..

ولما ابتدأ يكلمها.. بكت.. فتحت باب قلبها
للبرب.. ثم عاشت في أحد الأديرة..

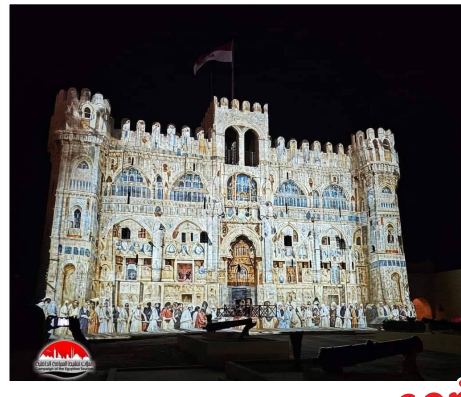
• تعلمنا الكنيسة أن نقول كيرالييسون في كل
كل صلاة ٤١ مرة مقابل ٣٩ جلدة وإكليل الشوك
والحرية، لكي تثبت في أذهاننا دائمًا تلك الجلدات
المقدسة التي بها ننال الشفاء المستمد من كنوز
جراحات الرب يسوع المسيح المتداخلة، وهذه
الدماء السائلة.
• فبعد أن ربط الجند الرب يسوع المسيح، تعاونوا
جميعًا في جلده بسياطهم ٣٩ جلدة حسب القانون
الروماني.

وهكذا عدو الخير في تعامله معنا، بعد أن يربط

شجرة التين

ناس كثير في الدنيا... مثل شجرة تين بغير ثمار
تلاقيها مخضرة ومورقة... تبص عليها وتحترق
واحد فرحان بنفسه... يعشق المنظر والافتخار
تلاقي كلامه كثير... تفتكره واحد من الأبرار
يجب يعلم بالكلام غيره... دايماً لاف ليه الأنظار
كالقبور المبيضة تلاقية... ليس عليه غبار
كالتينة تلاقية راسخ... لكن عند التجربة ينهار
ناسي إنه مهما يراني هنا... سيأتي وقت تنكشف الأسرار
ستسقط الأوراق حتمًا... وتظهر حقيقته في ضوء النهار
يا من أنت بلا ثمار... توب للرب الجبار
قوله اتركني هذه السنة... ولا تلقني في النار
اطلب شفاعته أم النور... والملائكة والقديسين الأبرار
سيتحنن قلب الأب... ويعطيك فرصة للإثمار
أبدًا بالصوم والصلاة... ووصايا الرب لك أنوار
واظب دايماً على تناول... فتثبت في الكرامة باقتدار
تثمر ثلاثين وستين ومائة... ويكون لك عند الأب اعتبار
ليكن رضا المسيح هدفك... والأبدية أمام عينيك متارة.

د. ميشيل وليم سكر



عروض الصوت والضوء بقلعة قايتباي الإسكندرية

يقدم عرض الصوت والضوء في قلعة قايتباي الأيقونية في الإسكندرية تجربة غامرة تأخذ الزوار في رحلة مشوقة عبر التاريخ الغني والمثير لواحدة من أكثر المدن احتفاءً في مصر.. على خلفية هذه القلعة التاريخية المهيبة، يجمع العرض بين تكنولوجيا الإضاءة المتقدمة والإسقاطات البصرية المذهلة والسرد التاريخي ليضيف حياة جديدة على ماضي المدينة العريق.

تعد قلعة قايتباي من أهم الحصون الدفاعية على ساحل البحر الأبيض المتوسط.

بنائها السلطان المملوكي الأشرف أبو النصر قايتباي في

الفترة ما بين (٨٨٢-٨٨٤ هـ / ١٤٧٧-١٤٧٩ م) على أنقاض
فنار الإسكندرية القديم بالطرف الشرقي لجزيرة فاروس
(الأنفوشي حالياً) لتحصين مدينة الإسكندرية وحمايتها من
الغزوات البحرية.

بافلي أمير

باب بدايته طيبة الذكر / وداد حنين



بركة
حياتنا

كيف يؤثر "الونس" على الصحة النفسية لكبار السن؟

في زمن تتسارع فيه وتيرة الحياة، يجد الكثير من كبار السن أنفسهم على هامش المشهد اليومي، بعد أن كانوا يومًا في قلبه. ومع انشغال الأبناء، وتباعد الأهل، وفقدان الأصدقاء، قد يتسلل الشعور بالوحدة إلى قلوبهم بصمت، ليحدث أثرًا بالغًا على صحتهم النفسية والجسدية.

المشي، الطبخ، مشاهدة فيلم، أو حتى ترتيب الصور القديمة.. هذه الأنشطة تفتح أبواب الحديث والذكريات.

٦- الاستعانة بجهات داعمة:

هناك مبادرات مجتمعية وجمعيات تهتم بكبار السن وتقدم لهم الدعم النفسي والاجتماعي، من المفيد الاستفادة منها.

ختامًا

كبار السن لا يحتاجون الكثير... فقط «ونس»، اهتمام حقيقي يشعرهم بأنهم ما زالوا في القلب، وفي الصورة. فليكن لنا دور في منحهم لحظات دافئة تبعد عنهم شبح الوحدة، وتمنحهم حياة أكثر بهجة وأمانًا.

أمل وريع

مدربة تنمية بشرية

كيف تساعد كبار السن على التغلب على العزلة؟

١- الاهتمام العاطفي والزيارات المنتظمة:

لا شيء يعوّض تأثير جلسة دافئة أو مكالمات صادقة.. الاهتمام البسيط له وقع كبير في قلوب كبار السن.

٢- دمجهم في الحياة اليومية:

شاركهم في اتخاذ القرارات الأسرية، أو اطلب رأيهم في أمور الحياة، فهذا يشعرهم بالقيمة والانتماء.

٣- تشجيعهم على تكوين صداقات جديدة:

عبر النوادي الاجتماعية، أو مراكز كبار السن، أو حتى عبر مجموعات الأنشطة الثقافية أو الكنسية.

٤- تعليمهم استخدام التكنولوجيا:

لمساعدتهم على البقاء على تواصل مع الأهل والأصدقاء عبر تطبيقات المكالمات المرئية ومواقع التواصل.

٥- ممارسة أنشطة مشتركة:

مثل حضور الاجتماعات الكنسية المناسبة،

«الونس»، أو الشعور بالدفع العاطفي والاجتماعي من وجود أشخاص يشاركوننا اللحظات والاهتمام، هو حاجة إنسانية لا تقل أهمية عن الطعام أو الدواء، خصوصًا في مرحلة الشيخوخة.

كيف تؤثر الوحدة على كبار السن؟

الشعور بالوحدة ليس مجرد حالة عابرة، بل يمكن أن يتحول إلى حالة مزمنة لها تبعات نفسية وصحية خطيرة، منها:

- + الاكتئاب واضطرابات المزاج.
- + القلق والشعور بانعدام الأمان.
- + الضعف الجسدي بسبب قلة الحركة أو التغذية غير المتوازنة.
- + اضطراب النوم نتيجة غياب الروتين أو غلبة التفكير السلبي.
- + تدهور الوظائف المعرفية مثل التركيز والذاكرة.

طحة وجمال



«إطالة العيد» نصائح لوجه نقي ومتوهج غير مرهق

الوصول إلى بشرة نقية وخالية من العيوب وعلامات الإرهاق أمر يتمناه الكثيرون وخاصة السيدات، ولدى الكثيرين روتين للعناية بالشعر لغسله ورعايته، وهو الأمر الذي يمكن اتباعه أيضًا على الجلد والبشرة.



• في اليوم الأول للروتين، تأتي ليلة التقشير، فنصحت السيدات أولاً بتنظيف الوجه، ثم بمجرد أن يجف يستخدم منتج كيميائي مقشر، وليس مقشراً فيزيائياً للوجه، ثم تطبيق الكريم المرطب المفضل لديك بعد ذلك.

• وفي اليوم الثاني، ابدئي بتنظيف وجهك واستخدام مركب الريتينويد هو من المركبات التي تُستخدم في كريمات العناية بالبشرة، فإذا كنت تستخدمين الريتينويد، مثل تريتينوين أو الريتينول، يمكنك إما وضع كمية صغيرة من المنتج مباشرة على وجهك.

أما إذا كان لديك حساسية، فيمكنك وضع طبقة رقيقة من المرطب على تلك المناطق الحساسة مسبقاً، مثل تحت عينيك أو على خطوط ابتسامتك، لتقليل قوتها ثم ترطيب الوجه.

• اليوم الثالث والرابع من الروتين هي أيام التعافي، وهما الخطوتان الأخيرتان في نظام روتين العناية، حيث يجب تنظيف الوجه أولاً، ثم استخدام سيروم حمض الهيالورونيك.

وتنصح خبيرة الأمراض الجلدية بوضع السيروم على بشرة رطبة للحصول على كل الفوائد، ثم ترطيب الوجه بزيت مرطب، والنتائج هي بشرة متوهجة وجميلة كل يوم.

لا يمكن غسل الشعر يومياً؛ لأن ذلك سيؤدي إلى ضعفه وجفافه، بل يتم غسل الشعر كل بضعة أيام مع استخدام منتجات معينة مثل الأقنعة لترطيب الشعر والشامبو والسيروم، وعلى الأرجح لا يتم هذا كل يوم.

روتين العناية بالبشرة

على غرار روتين غسل الشعر، يمكن اتباع روتين العناية بالبشرة من خلال استخدام منتجات معينة في ليالٍ معينة من الأسبوع، فيما يعرف مؤخراً بـ «دورة البشرة».

بهذه الطريقة يمكنك تجنب وضع طبقات من منتجات العناية بالبشرة ومستحضرات التجميل، وستحصل بشرتك على الفوائد كاملة وستصبح متوهجة وواضحة وأكثر إشراقاً.

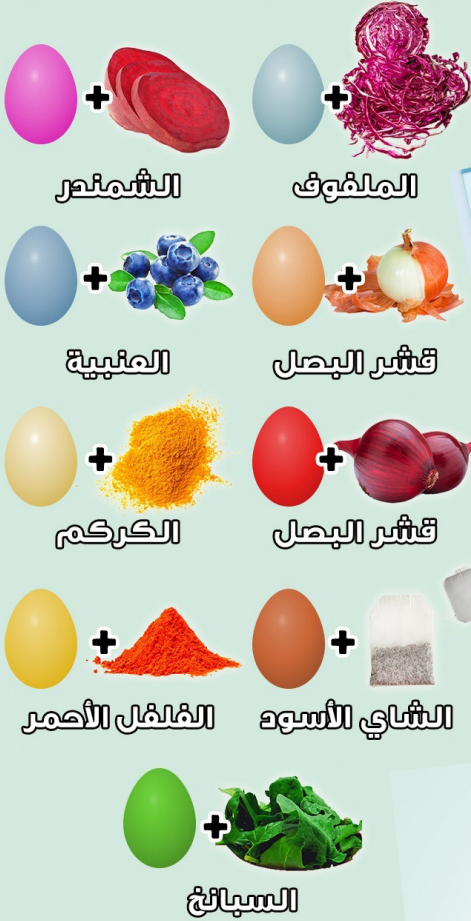
نصائح لروتين البشرة

يقوم روتين العناية بالبشرة على جدول زمني لمدة أربعة أيام، يتم خلالها القيام بما يلي: التقشير، والريتينويد، والتعافي ثم التكرار. وقدمت ويتني بو، طبيبة الأمراض الجلدية، لموقع «women's health»، نصائح بشأن الروتين للجلد، موضحة أن هذا الروتين ليلى مع الإبقاء على الروتين النهاري الذي يمكن أن يظل كما هو.



شم النسيم

كيفية تلوين
بيض شم النسيم
بألوان طبيعية.



شم النسيم في

كيف تختار الفسيخ والرنجة بشكل صحيح؟

علامات الرنجة والفسيح الجيدة





الطفل العنيد

كيف نوجهه دون كسر شخصيته؟

العناد سلوك طبيعي في مرحلة الطفولة، بل إنه مؤشر على تطور شخصية الطفل واستقلاليته.. ومع ذلك، قد يُشكل تحدياً للوالدين إذا لم يُدار بطريقة صحيحة.. فالتعامل مع الطفل العنيد بأساليب قاسية أو صارمة قد يؤدي إلى نتائج عكسية، في حين أن توجيهه بحكمة يساعده على تطوير شخصيته دون كسر إرادته.

• ضع قواعد واضحة وثابتة، ولكن كن مرناً عند الحاجة.

• اجعل القواعد قائمة على المنطق، وشرح للطفل أسبابها بدلاً من فرضها بالقوة.

٦. **تعليم الطفل التعبير عن مشاعره**
• ساعده على وصف مشاعره بالكلمات بدلاً من العناد أو البكاء.
• استخدم قصصاً أو مواقف حياتية لتوضيح أهمية التواصل بدل العناد.

خاتمة

العناد ليس مشكلة، بل هو جزء طبيعي من نمو الطفل. الطريقة التي تتعامل بها الوالدان معه تُحدد ما إذا كان سينمو ليصبح شخصاً مستقلاً وواثقاً أم طفلاً متمرّداً وضعيف الشخصية. التوجيه بحب وصبر هو المفتاح لتربية طفل قوي الشخصية دون كسر إرادته.

مثل «ما رأيك أن نجرب هذا معاً؟» بدلاً من «افعل هذا الآن!».

٢. **التفاوض وليس التحدي**
• لا تدخل في صراع قوة مع الطفل، بل حاول إقناعه بخيارات بديلة تمنحه الشعور بالسيطرة.

• استخدم أسلوب «الخيارات المحدودة»، مثل: «هل تفضل تنظيف غرفتك الآن أم بعد العشاء؟».

٣. **تقديم القدوة الحسنة**
• الأطفال يتعلمون من تصرفات الكبار، لذا كن هادئاً وصبوراً في التعامل مع المواقف.

٤. **التشجيع بدل العقاب**
• استخدم أسلوب التعزيز الإيجابي، مثل المدح عند التصرف الجيد، بدلاً من العقاب المستمر.

• تجنب التوبيخ أو الإهانة، لأنها تؤثر على ثقة الطفل بنفسه.

٥. **تحديد القواعد بوضوح**

لماذا يُصبح الطفل عنيداً؟

هناك عدة أسباب تدفع الطفل إلى العناد، منها:

• **الرغبة في الاستقلالية**
حيث يسعى الطفل إلى إثبات ذاته واتخاذ قراراته بنفسه.

• **الشعور بالإحباط**
عندما لا تلبى احتياجاته أو يُجبر على فعل شيء لا يريده.

• **البيئة الأسرية المتوترة**
كثرة الأوامر والنواهي أو المشاحنات بين الوالدين تؤثر سلباً على الطفل.

• **التقليد**

قد يكون العناد مجرد تقليد لسلوك أحد الوالدين أو أفراد الأسرة.

كيف نوجه الطفل العنيد بطريقة سليمة؟

١. **التواصل الفعال**
• استمع لطفلك بهدوء وفهم مشاعره قبل إصدار الأوامر.

• استخدم لغة إيجابية عند التحدث معه،



الأطفال والضغط الأسرية

يؤكد علماء النفس أن مرحلة الطفولة لها أهمية بالغة في تشكيل شخصية الفرد في المستقبل حيث تترك خبرات الطفولة وتجاربها بصمات قوية تستمر إلى مرحلة الرشد. فحياة الإنسان سلسلة مترابطة يتأثر فيها الحاضر بالماضي. لذا إذا وفرنا لأطفالنا طفولة سعيدة ومستقرة فإنهم سينشأون راشدين أسوياء خالين من العقد والاضطرابات النفسية. وبما أن الطفل يتسم بالمرونة وقلة الخبرة فإن للوالدين دورًا حاسمًا في تكوين شخصيته وتوجيهه.

الأسرة أولاً

تُعد الأسرة اللبنة الأساسية في تنشئة الطفل ورعايته، ولكنها تواجه في الوقت الراهن العديد من التحديات والمشكلات التي أحدثت تغيرات جوهرية في بنيتها ووظائفها؟ فقد أثر التحضر، والتصنيع، والتطور التكنولوجي، وانتشار التعليم على أدوار الأسرة وعلاقاتها، مما أدى إلى ظهور مشكلات أثرت على التنشئة الاجتماعية السليمة. وتتم عملية التنشئة في اتجاهين رئيسيين:

أولاً: رعاية الطفل من الناحية الجسدية، من خلال توفير الغذاء والرعاية الصحية والاحتياجات الأساسية.

ثانيًا: إشباع الحاجات النفسية، من خلال العاطفة والاحتواء والدعم الأسري.

أهم المشكلات الأسرية التي تؤثر على

التنشئة السليمة

هناك العديد من المشكلات الأسرية التي

تعوق عملية التنشئة وتؤدي إلى اضطرابات نفسية لدى الأطفال، من أبرزها:

١- اضطراب العلاقة بين الوالدين

كثرة الخلافات الزوجية والتعاسة الأسرية تؤثر سلبًا على استقرار الطفل النفسي.

٢- الإدمان

يُعد إدمان المخدرات أو الكحول كارثة تهدد استقرار الأسرة بأكملها.

٣- العصبية الزائدة لدى الوالدين

يؤثر ذلك على علاقتهم ببعضهم البعض، وينعكس سلبًا على الأبناء.

٤- القدوة السيئة

إذا كان أحد الوالدين يُمثل نموذجًا سلبيًا في السلوك، فإن ذلك يؤثر على الطفل الذي قد يكتسب هذه العادات الخاطئة.

٥- التنشئة الاجتماعية الخاطئة

مثل التسلط، القسوة، الإهمال، الرفض، أو التفرقة بين الذكور والإناث، مما يؤثر على نفسية الطفل وثقته بنفسه.

٦- اضطراب العلاقات بين الوالدين والأبناء

قد يظهر ذلك في أشكال عديدة، مثل فقدان الحب والاهتمام، ضعف التواصل، وعدم وضوح الحدود السلوكية. كما أن تناقض آراء الوالدين في تربية الطفل يُسبب له ارتباكًا نفسيًا؛ فإذا عاقبه الأب وكافأته الأم، يشعر الطفل بعدم العدل والاضطراب.

نحو حياة أسرية مستقرة

من خلال إدراكنا لهذه المشكلات وأسبابها، يمكننا العمل على تجنبها والسعي لتحقيق بيئة أسرية مستقرة وآمنة لأطفالنا، حيث يكون الحب والاحترام والتفاهم هم الركائز الأساسية لبناء شخصية قوية ومتزنة.

د. سالي طلعت



تنمية بشرية مسيحية



يكتبه لنا خصيصة المدرب والمحاضر العالمي:

د. ميلاد فايز موسى

مؤسس ورئيس المركز الهولندي للتنمية البشرية بهولندا

Facebook: Dr. Milad Mousa

ارسم صورتك بنفسك

إن كل شخص منا يعمل و يشعر ويتصرف بطريقة تتسق تمامًا مع صورة الذات داخله، بصرف النظر عن واقعية تلك الصورة، و كما يؤكد علماء التنمية البشرية أن العالم الخارجي ما هو إلا انعكاس للعالم الداخلي، فإن أية تغييرات سلوكية حقيقية لن تحدث ما لم يتم تغيير الصورة الداخلية للذات..

نفسك فوراً .

٣- السلوك

الأفكار تؤدي إلى معتقدات ثم إلى توقعات ثم إلى سلوكيات من نفس النوع، هذا التابع هو الذي تبنى عليه حياتنا، عندما نبنى أفكاراً إيجابية ومعتقدات وتوقعات إيجابية لابد أن تصاحبها سلوكيات إيجابية لتقوية صورتنا الذاتية عن أنفسنا.

ارسم حياتك من جديد، اكتب خطة منظمة مترجمة إلى سلوكيات وأهداف لتؤكد الصورة الجديدة، تأكد تمامًا من أنك بالنسبة لصورتك الذاتية «لست مجرد فرشاة وألوان.. بل أنت الفنان»، إننا بتغيير أفكارنا ومعتقداتنا وسلوكياتنا نبنى لأنفسنا صورة ذاتية رائعة ونسعد بحياتنا، ويكون يومنا حلو وجميل.

وبنعمة ربنا.... بكرة أحلى!!!

د. ميلاد فايز موسى

مدرب معتمد من البورد الهولندي NTINLP

وماستر كوتش معتمد من البورد الأمريكي

ABNLP

ركز على أهدافك وأحلامك و كل ما يفيدك، إنك عندما تطلع على قائمة الطعام في مطعم وتختار نوعاً، فإنك تزيل بفعالية بقية قائمة الطعام، وهكذا الأمر مع اختيارات صورتك الذاتية، عندما يضع العقل الواعي هدفاً فإنه يزيل كافة البدائل.

٢- المعتقدات

المعتقدات قوية، وهي الجمل التي قيلت لك عن نفسك وصدقها فأصبحت راسخة في تكوين صورتك الذاتية، لذلك من أهم مبادئ التربية السليمة أن كل كلمة تقال بعد كلمة «أنا» أو «أنت» للطفل لابد أن تكون إيجابية، لأنها تترسخ في عقله الباطن وترسم صورته الذاتية عن نفسه، التي تكون أساس تصرفاته وسلوكياته عندما يكبر.

المعتقدات قوية لأنها هي التي توجد المجتمعات و تنظم حياتنا و تحدد قدراتنا، وفي نفس الوقت خيالنا أكثر قوة، لأنه يمكنه تغيير معتقداتنا عن أنفسنا، تبني من الآن المعتقدات القوية النافعة لك لتكوين صورة ذاتية أفضل، تبني جملاً إيجابية تصف بها نفسك، يكفي أن تتعود على ترديد عبارة «أنا ابن الملك» لتحسن صورتك الذاتية عن

هذه الصورة التي تكونت في مرحلة الطفولة من التربية والمدرسة والمحيط الذي نشأنا فيه والأشخاص المؤثرين في حياتنا، والرائع والمدهش أننا يمكننا تغييرها في أي مرحلة من مراحل العمر، لأن أي شيء قد تم تعلمه يمكن أن يعاد تقيمه وهدمه، وأي شيء يتم هدمه يمكن أن يعاد تعلمه من خلال المعلومات الجديدة لاستبدال المعلومات القديمة، بمعنى أن صورة الذات الغير إيجابية يمكن محوها، مثل شريط التسجيل، و من ثم يتم استبدالها بصورة ذاتية جديدة إيجابية.

الصورة الذاتية تتكون من:

أفكار - معتقدات - سلوكيات

١- الأفكار

عندما تقبل أي فكرة عن نفسك من أي مصدر خارجي وتعتقد أنها صادقة، عندها سيكون لها تأثير قوي جداً على صورتك الذاتية، من الآن راقب أفكارك جيداً، احترم آراء الآخرين وفي نفس الوقت لا تضع في عقلك إلا المفيد منها، ركز على تجاربك الإيجابية الناجحة، ونقاط القوة داخلك،



الآلام

أسبوع



الإثنين

يسوع يظهر الهيكل ويذعن شجرة التين؛
الله يهد هؤلاء الذين سينقبضون الذبيحة



أحد الزعفر

دخول المسيح الممك؛
إعداد الله للذبيحة



الثلاثاء

يسوع يهطم في الهيكل للمرة الأخيرة؛
إرسال الله الدعوة للدمع بالذبيحة



الأربعاء

خيانة يهوذا؛ طيب مريم؛
الله ينتظر قبول الدعوة

St-Takla.org



خميس العهد

يسوع يقدم جسده ودمه
في العشاء الأخير؛ الله يقدم ذبيحته



أجمعت العظيمة

موت المسيح على الصليب؛
الله يشتم راحة طيب الذبيحة



أحد القيامة

قيامه المسيح؛ الله يعطينا
الحياة الأبدية (الكنز الحقيقي)



سبت النور

المسيح يأخذ القديسين من
الجحيم لتفردوس؛ الله يقبل قدسيه



خريطة الكنز

حوار مع..

الفنان

عمار
الراهب

الجزء
الأول

حوار مع: ماهر مكرم

حوارنا هذا العدد -والعدد القادم إن شاء الرب وعشنا- مع الفنان الجميل/ عماد الراهب، أحد الفنانين -الذين كانوا ومازالوا- يتمتعون بالدراما الدينية الرائعة، فقد قام بالبطولة في أفلام عديدة مثل: أبوفام، مكسيموس ودوماديوس، بالإضافة لمشاركته في أعمال أخرى عديدة، وفي الأفلام السينمائية شارك في بطولة أفلام مع كبار النجوم مثل: نور الشريف (الكلام في المنوع)، عادل إمام (عريس من جهة أمنية)، أحمد زكي (معالي الوزير)، وتعامل مع المخرج العالمي/ يوسف شاهين من خلال فيلم إسكندرية - نيويورك، بالإضافة للمسلسلات التلفزيونية: أوان الورد، الملك فاروق.. ومؤخرًا شارك في دراما رمضان هذا العام في مسلسل (النص) مع أحمد أمين..
فإلى هذا الحوار الشامل الشيق..

+ بطاقة تعارف..

- الاسم: عماد شوقي الراهب - (الشهير بـ عماد الراهب).

- المؤهل: آداب تاريخ - بعد دراسة في علوم فيزياء.

+ البداية الفنية..

البداية لم تكن بالتمثيل!! ولكن في العزف على الكمان مثل أبي الذي علمني العزف عليها، وزاد على ذلك أنه اشترى لي (ماندولين)، تقدر أن تقول أنني منذ الصغر فنان، لذلك كانت حياتي في أحلام اليقظة لها علاقة بالناحية الفنية منذ المرحلة الإعدادية، أحلم أن أعزف في الأوبرا، أسجل شريط كاسيت... ولذلك فأنا أعتبر نفسي فنانًا طول عمري..

+ وماذا عن التمثيل؟

- البداية مع فريق التمثيل بكلية العلوم عام ١٩٩١م، وكنت في السنة الثانية أيام حرب الخليج فتوقف النشاط، ولكنه عاد في السنة التالية، فأحضروا لنا مخرجًا كبيرًا وهو المخرج/ نادر صلاح الدين، وهو الآن سيناريست ومخرج (مسرح مصر)، بوحة، اللببي ٨ جيجا.. وأفلام أخرى كثيرة، وعمل أول مسرحية غنائية في مصر..

ففي عام ٩٢م كان يبدأ مشواره في الإخراج من خلال إخراجة في الجامعات، فهذا الرجل علمني مسرح، ولم يعلمني تمثيل، وهذا ماشدني لهذا الموضوع، أنني التحقت بورشة وتعلمت كل ما في المسرح من: إضاءة، ديكور، ولماذا الميزانيس يُعمل هكذا، لماذا الحركة تتم هكذا، كيفية التقطيع في الكلام.. وأنا في الأصل كنت طالبًا في علوم قسم فيزياء، أحب البحث والافتتاح، فسألته سؤالًا،

فقال لي: إسمعني.. بتسأل السؤال ده ليه؟!

+ هل تذكر السؤال؟

- ليس تمامًا.. ولكنه سؤالًا تكنيكال، مثل: ممثل أراد أن يرسم حركة معينة، فقال له: لا تفعل.. أثبت حتى الجملة الفلانية وبعدها تحرك.. فأعجبه أنني أسأله في هذا الأمر..

وحتى الآن نحن صديقان جدًا.. هذه كانت أول علاقتي بالتمثيل، والتي جعلتني أكتشف لماذا لم أكن أحب التمثيل مع فريق الكنيسة لأنه كان مستواه

بدايتي
لم تكن
مع التمثيل..
الموسيقى
سبب
قربي للفن

ضعيفًا ويفتقد للحرفية، ولذلك عندما تعلمت مسرح بدأت أعمل تمرينات (إعداد ممثل) في الكنيسة عام ٩٣م حينما كنت أخدم في أسرة إعدادي..

كانت نقلة غريبة عليّ، فأنا لم أكن متخيلًا أنه ستكون لي علاقة بالتمثيل، ولكنني أحببت الموضوع كله -أعني المسألة الفنية- وأنت تعرف أن الموضوع كله مرتبط ببعضه، لأن المسرح هو (أبو الفنون) مرتبط: بالموسيقى، والتعبير، وبالرمز، والديكور، والألوان، والرقص والتعبير الحركي.. إلخ كل حاجة تجدها في المسرح، فالسينمائيون بدأوا في المسرح ثم نقلوا هذا الفن بعد اختراع آلة الكاميرا إلى السينما، حيث كانت البداية بالكاميرا ثابتة الصورة، حتى تم اكتشاف أن وضع ٢٥ فريم يوحي لك أن الصورة تتحرك، فاستخدمت لتسجيل الحياة، حتى استخدمها أحد المسرحيين في تسجيل الدراما، ثم تطور التكنيك من تسجيل وان شوط ثم التقطيع إلى مشاهد، وبالتجارب الكثيرة وال فشل في البداية إلى أن وصلنا لما نحن فيه الآن كل هذا يعرفنا أن المسرح هو أبو كل هذا.

+ وماذا عن قرار الاحتراف؟

- كانت تقدم مسرحية في الهناجر موسم ٩٥/٩٦م اسمها (ديوان البقر) كانت ورشة إعداد ممثل وفي ختامها عُرضت وكانت بداية الفنان/ ماجد الكدواني ومثل فيها الفنان/ خالد صالح على ما أذكر، ولفت نظري الكدواني جدًا، لم أتمكن من الالتحاق بهذه الورشة بسبب المذاكرة، وهذا الأمر كان مستفزعًا جدًا بالنسبة لي، فلذلك عندما سمعت عن ورشة جديدة في الهناجر ذهبت على الفور، وكانت مع د/ هناء عبد الفتاح- الله يرحمه-



الفنان عماد الراهب مع المحرر أثناء إجراء الحوار

أستاذ التمثيل بمعهد المسرح -فقد كان رجلاً عظيماً- وكان راجعاً فوراً من بولندا حيث ناقش رسالة الدكتوراة وقد أخرج مسرحية بولندية اسمها (حفل مانيكان)، وبالفعل تقابلت معه في منتصف شهر أكتوبر..

(ويتذكر ضاحكاً فيقول): أتذكر يومها أنني خرجت من منزلي وأنا مقرراً الذهاب للهناجر-وعلى الله- من يعرفني هناك؟ لا أحد.. من أعرفه هناك؟ لا أحد.. أين الهناجر أصلاً؟ لا أعلم.. وبالفعل دخلت إلى البروفة وسألت عن د/هنا، فقالوا لي: نقول له مين؟ فأجبت: لا.. ماتقولوش!!

وكنت أشعر من داخلي برعشة.. فأنا لا أدري ماذا سوف يحدث، مع حالة (استبياح).. بمعنى لا بد من حدوث خطوة جديدة.



وأثناء عمل الميكياج في أحد الأعمال الدرامية وأتذكر جيداً عندما قلت له: أنا عاوز أمثل.. فابتسم وقال لي: من أنت؟ فقلت له: أنا عماد الراهب، رئيس فريق تمثيل كلية علوم، ممثل أول جامعة منذ ٥ سنوات.. فقال لي: أهلاً وسهلاً عاوز إيه؟ قلت: عاوز أمثل.. قال: أنظر على المسرح، بيعملوا إستعراضات، إذن نحن في أواخر مراحل العمل.. قلت له: هل ينفع أن أساعد في الإخراج؟ قال: اسمك عماد؟ .. (بما معناه نحن بنقفل المسرحية) قلت له: بص يا د/ هنا.. أنا هاأجي أحضر البروفة.. هاتطردني؟.. فأجاب ضاحكاً: يا حبيبي تنور.. ثم تركني ومضى!! يومها تعرفت على مساعده أ/إيهاب عز العرب -متع الله بالصحة- وأتت تعرفت على -صديقتي حالياً- المخرجة العزيزة/ عفت يحيى، ولفت نظرهم حالة الجرأة التي كنت فيها، وبعد ذلك مثلت مع عفت من إخراجها..

كان عندي حالة (استبياح) والحاح من أجل أن أبدأ في التمثيل

المهم.. أنني كنت أذهب للبروفة فعلاً لمدة أسبوع، وبدأ طاقم العمل يعرفونني وأتعرّف عليهم، ولكن دون أي مشاركة مني بالتمثيل، أذهب كأني لاجئ.. إلى اليوم الذي وجدت د/هنا في حالة نرفزة ويقول: أنا مايتلويش ذراعي.. يعني إيه عيان؟.. (فقد كان من الواضح غياب أحد الممثلين)، ثم نظرت لي وقال: أنت قلت أنك بتمثل.. تعالى كدة.. اقرأ.. وقرأت فقال: أوكيه.. عماد يعمل الدور.. وكان مدة المشهد ٤ دقائق فقط.. وكان هذا أول دور لي..

وكان الجزء الأول عبارة عن مانيكانات، الفصل الثاني عبارة عن حفلة في بيت صاحب المصنع، بعد ٤ أيام بدأت في تمثيل الفصل الأول كله مانيكان.

+ وتوالت الأعمال..

- بالفعل.. بعدها مثلت في مسرحية أخرى اسمها (الرجل الأحن) عملت فيها دوراً لطيفاً وكانت بطولة الفنان/ توفيق عبد الحميد - متعه الله بالصحة- بعدها شاركت في مسرحية (الرمال المتحركة) للمخرجة/ عفت يحيى، عمل مسرحي - وكانت تعرف أنني أعزف على آلة الكمان- فطلبت مني أن أعزف لايف وأنا أمثل فوجدتها مشكلة لأننا لم

نتمرن (فصل حواس) جيداً، فقالت لي ابدأ في التمرين، وكان ذلك عام يوليو ٩٧م، ثم المهرجان التجريبي آخر سبتمبر ٩٧م، أن كل الأنشطة التي قلت لك عنها من يناير إلى آخر سبتمبر من عام ٩٧م والحمد لله ربنا كان موفقني جداً، وكان النجم خالد الصاوي -قبل النجومية- وافق أن يمثل في آخر ١٠ دقائق، وعرضناها في المسرح التجريبي وشاهدها شخصيات فنية كبيرة.

بعد حوالي أسبوعين وجدت الأستاذة/هدى وصفي بعثت لي بمن يقول لي إنك لمحظوظ فالمخرج/ رضا النجار يريد شخصاً يمثل ويعزف على الكمان!!

وبالفعل ذهبت حيث مكتب د/ هدى وكان موجود المرحوم أ/ رضا النجار والمرحوم أ/ كرم النجار والذي اعتبر كل واحد منهما والدي فنياً، فوجدت أ/ رضا يقول لـ د/ هدى: كرم كتب لي سيناريو فيه دور بطولة من الجدة للجدلة ١٦ حلقة طالب عازف كمان في الكونسرفتوار، فهل أحضر عازف لايوجد التمثيل، أم أحضر ممثل لايوجد العزف ما يؤدي إلى فشل

المسلسل.. ثم وجه لي الحديث: هل تعزف على الكمان؟ فأجبت بالإيجاب.. فسأل وهل أنت ممثل؟ فأجبت: أنا ممثل أول في الجامعة لمدة ٥ سنوات..

كل هذا في ١٠ شهور حدثت النقلة من: فريق الكلية، لأشباه المحترفين (أي هواة مع محترفين)، ثم اكتمال النقلة مع أ/ رضا النجار، الذي شاركني في سهرة تلفزيونية بعنوان (آخر العمر) إنتاج المرحوم أ/ فؤاد الألفي، ثم مسلسل في شركة صوت القاهرة تجهيزاً للمسلسل الذي تحدثت عنه، ثم فيلم (الكلام في الممنوع) بطولة النجم الراحل/نور الشريف..

+ بدايتك مع الأفلام الدينية..

- حضرت تصوير جزء من فيلم (سمعان الخراز) وهناك تعرفت بالمخرج/ ماجد توفيق والأستاذ الكبير/ شنودة جرجس المعد بالتلفزيون المصري -رحمهما الله- والذي كان معهما أ/ ملك مدير الإضاءة، كان ثلاثتهم رواد الأفلام الدينية في بدايتها، ثم بدأت بالمشاركة في الأفلام بعد ذلك..

+ بالرغم من مشاركتك الكثيرة في الأفلام الدينية، إلا أننا لا نجدك في أدوار بطولة كثيرة؟ ما السبب؟

- فعلاً.. لقد سؤلت هذا السؤال كثيراً.. فبالرغم من أن المخرج الراحل/ ماجد توفيق قد أخرج حوالي ٤٠ فيلماً، شاركت معه في ٢٥ فيلماً، ولكن البطولة كانت في فيلم واحد فقط (مكسيموس ودوماديوس)، لأنني كنت أنظر لها على أنها خدمة، فلا يضبرني أن

المشاهد يراني في دور صغير..

+ ما أدوارك التي تعزف بها في الأفلام الدينية؟

- إجابة هذا السؤال وغيره من الأسئلة الشيقة.. نستكملها معاً عزيزي القارئ بالعدد القادم إن شاء الرب وعشنا..

ماجد مكرم



أثناء تأديته دوره في أحد الأفلام المسيحية

الدعوات

إعداد: ماجد مكرم

مراجعة



صورة من تاريخ كنيسةنا

نعرض لك عزيزي القاري صورة لآخر ثلاث بطاريكة وهم يؤدون طقوس غسل الأرجل يوم خميس العهد «فإن كنت وأنا السيد والمعلم قد غسلت أرجلكم، فأنتم يجب عليكم أن يغسل بعضكم أرجل بعض» (يو ١٣: ١٤) ننشرها بمناسبة عيد (خميس العهد) هذا الشهر وكل عام وأنتم بخير!!!

دراسة مبسطة للكتاب المقدس

٢٥ - الرسالة إلى فلبيون

كاتب الرسالة وتاريخها

+ كتبها بولس الرسول حوالي عام ٦٢ م أو ٦٣ م. بينما كان في أسره الأول بروما، إلى فلبيون الذي معنى اسمه «المقبل الودود» متشفعا لأنسيموس - أي «النافع والمحتاج إليه»- عبده الذي كان قد سلب منه شيئاً وتركه وهرب إلى رومية وهناك تقابل مع بولس وتجدد فطلب منه بولس الرجوع إلى سيده فلبيون الذي طلب منه أن يعامل أنسيموس لا كعبد بل كأخ وأن يكملنا بعضهما بعضاً، ومع أن أنسيموس كان عبداً من ولاية فريجية التي يخبرنا التاريخ أنها كانت تضم من أربا وأحط العبيد، إلا أنه أستحق أن يكتب من أجله رسالة تشغل حيزاً من الإنجيل، ويكرز بها في العالم تذكاراً... بل وأستحق أن يكتب من أجله عظماء الكتاب المقدس.

محور السفر

+ الغفران، الجواز، الاحترام.
+ ربنا يسوع المسيح محرراً.
+ المسيحية في التصرف، والاستفادة من كل المواقف.

فلبيون

+ فلبيون لم يكن يهودياً ولد في لاودوكية وسكن في كولوسي كان غنياً من أشرف كولوسي وكان تاجراً رومانياً وثنياً دائم التجوال بين مدينة أفسس التجارية لشراء السلع وبمعها ولعقد صفقات ضخمة.
+ في إحدى جولاته التقى بالرسول بولس أثناء رحلته الثالثة (أع ١٩: ١٠) وهو ينادي بدعوته في مدرسة تيرانس (أحد الفلاسفة اليهود الذين اعتنقوا المسيحية على يد

بولس الرسول) وأمن على يديه... وأن كان البعض يرى أنه أمن على يدي أبرقاس تلميذه.
+ تحلى بالتقوى وحول قصره العظيم إلى كنيسة تقام فيها الصلوات، وكان له ثروة عظيمة عاش مع زوجة مؤمنة وابنه أركحيس الأسقف.
+ مقيم أسقفاً على كولوسي.

أنسيموس

عبد فلبيون الذي اشتراه بسبب ذكائه وقوته وأعطاه اسم بمعنى «نافع» باليونانية، إلا أنه سرق منه بعض الأشياء ربما مالا وهرب إلى روما، هناك التقى بالرسول أثناء سجنه وأمن على يديه وصار نافعاً للرسول في خدمته لكنه أعاده إلى سيده يحمل هذه الرسالة، حتى يعفو عنه سيده اختياراً، ويقوم الرسول بتسديد ثمن المسروقات.

أهميتها

+ مع أنها رسالة شخصية لكنها كشفت عن الحياة الرسولية والفكر الكنسي الرسولي والأبوة الروحية والحكمة.
+ النعمة تضع كل شيء في موضعه فلا تجعل أحد يسلب حق الآخر، فبينما كان بولس أسقفاً للكنيسة كان فلبيون سيداً متواضعاً، وكان أنسيموس عبداً مباركاً... الكل مرتبط معاً بروح واحدة، فلا يطلب أنسيموس من سيده أن يعامله كأخ، لأن المحبة لا تطلب ما لنفسها، لأنه لو طلب ذلك لصار متكبيراً وبيد أن يسلب حق سيده، ولكن الأولى به أن يخدم بنفس الروح الواحد كما للمسيح ذاته... ومن ناحية أخرى يعلم الروح القدس فلبيون إن لا يحتقر عبده أنسيموس بل يعامله كأخ.

آية هذا العدد شاهدها (مز ٩١: ١٦) مكتوبة بيد محرر الصفحة بالخط الفارسي، ننشرها بمناسبة احتفالنا بالخلاص الإلهي على عود الصليب هذا الشهر...
وكل عام وحضرات القراء الأعزاء بخير!!!

فرعونيات القطائف



صورة جدارية في أحد المقابر الفرعونية لرجل يحمل طبقاً به قطائف، وهي أكلة مصرية قديمة عمرها ٤٠٠٠ عام وكانت تؤكل في الأعياد والمناسبات، وقد ذكرت في (سفر العدد ١١: ٨) في وصف طعام المن «وكان طعّمه كطعم قَطَائِفَ بَزَيَّتٍ»!!!