



كلمة منقعة - البابا شنوده الثالث

- ثلاث نصائح في التجارب

- ❖ إذا أحاطت بك تجربة وضيقة، فلا تضطرب، ولا يملك عليك الحزن والضجر. فما أسهل أن تجوز الضيقة في سلام قلبي وهدوء نفسي، إن تذكرت العبارات الثلاث الآتية، في عمق وفي إيمان:
- ❖ ربنا موجود - كله للخير - أنتظر الرب.
- ❖ شعورك بأن الله موجود يطمئنك من جهة أنك لست واقفاً وحدك. فهناك من يسندك، الله الذي قال لنا إنه حتى شعور رؤوسنا جميعها محصاة (مت 10: 30) الله الذي يحبك ويدافع عنك، ولا يسمح أن يسلمك لأعدائك. قال الكتاب:
- ❖ "الرب يقاتل عنكم، وأنتم تصمتون" (خر 14: 14)
- ❖ فمهما أحاطت بك الضيقات، اطمئن وقل في نفسك: (ربنا موجود) إن كان عدوى قوياً، فالله أقوى منه. وإن كان الموضوع معقداً، فالله قادر أن يحل كل مشكلة.
- ❖ (غير المستطاع عند الناس، مستطاع عند الله) (لو 18: 27).
- ❖ ضع الله بينك وبين الضيقة، فتختفي الضيقة ويبقى الله المحب. ولا تضع الضيقة بينك وبين الله، لنلا تختفي عنك المعونة الإلهية، وتبقى الضيقة أمامك، فتشكو وتتذمر.
- ❖ يطمئنك أيضاً أن تقول لنفسك وسط الضيقة: (كله للخير).
- ❖ يوسف الصديق باعه أخوته كعبد، ثم لفقت له امرأة فوطيفار تهمة باطله وألقي في السجن ومع ذلك آل كل ذلك إلى الخير. هم قصدوا به شراً، والله قصد به خيراً، فحول الشر إلى خير. حقاً يشجعنا هنا قول الرسول:
- ❖ (كل الأشياء تعمل معاً للخير، للذين يحبون الله) (رو 8: 28).
- ❖ كم من ضيقات كانت نتيجتها خير. فعش بالرجاء والإيمان، في هذا الخير المقبل، وليس في الضيقة الحاضرة.
- ❖ صل إلى الله أن يكون معك ويقويك. وإن تأخرت الاستجابة، لا تتضايق ولا تفقد سلامك. يعزيك قول المزمور: (أنتظر الرب. تقو وليتشدد قلبك، وانتظر الرب) (مز 27: 4).
- ❖ قد يبدو أن الله تأخر، ولكنه لا بد سيأتي، ولو في الهزيع الأخير من الليل، فانتظره بقلب قوى.
- ❖ احتمال الضيقة فضيلة كبيرة. وأكبر منها الفرح في الضيقة.

From "Words of Spiritual Benefit"

For H.H. pope Shenouda III

THREE ADVICES IN TRIBULATIONS

- ❖ If you are encircled by tribulation or an affliction do not be troubled and do not let sadness or weariness control you. How easy it is to pass through an affliction with a peaceful heart and quietness if you remember the following three phrases, in depth and in faith:
- ❖ God exists - All is good - Wait on the Lord.
- ❖ Feeling that God exists gives you comfort as you are not on your own. There is the One who supports you, God who told us that even, "*the very hairs of your head are all numbered.*"
- ❖ (Matt. 10:30). God who loves you and defends you would not deliver you to the hands of your enemy. The Bible says, "*The Lord will fight for you and you shall hold your peace.*" (Exo.14:14).
- ❖ Whatever tribulations surround you, do not worry and tell yourself, "God exists". If my enemy is strong, God is stronger and if the matter is complicated, God is capable of solving any problem. "*The things which are impossible with men are possible with God.*" (Luke 18:27).
- ❖ Put God between you and the trouble, it will disappear and the loving God will remain. Do not put the trouble between you and God as God's help may disappear and the trouble remains facing you, then you shall complain and grumble.
- ❖ It is also a comfort to say to yourself during tribulations, "all is for good".
- ❖ Joseph, the Righteous, was sold as a slave by his brothers and the wife of Potiphar accused him unjustly and he was thrown in prison. In spite of that, all was for good. They meant him evil and God meant good, so He changed the evil into good. Here, the saying of the Apostle encourages us, "*And we know that all things work together for good to those who love God.*" (Rom. 8:28).
- ❖ Many are the tribulations that ended good. Live them in hope and faith in the good that is about to come and not in the distress that is already here.
- ❖ Pray that God may be with you and strengthen you. And if the answer was delayed, do not be annoyed and lose your peace.
- ❖ You'll find comfort in the Psalm that says, "*Wait on the Lord, be of good courage and he shall strengthen your heart; wait, I say, on the Lord!*" (Ps. 27:14).
- ❖ It might seem that good is late but it will surely come, even in the last hour of the night, so wait with a strong heart.
- ❖ Enduring tribulations is a great virtue. The one that is bigger is rejoicing during the tribulation.

Church's web site www.stmarkmontreal.ca
Pour visite, Prière contactez et laissez un message

Père / Mikhail Aziz:

(514) 591-9747 Fax# (514) 593-7498

fmikhail@stmarkmontreal.ca

Père / Victor Nasr:

(514) 918-2484

frvictor@stmarkmontreal.ca

Tablettes de services +++ جدول مواعيد الخدمة

+ La Messe	Lun	10½ - 1	AM/PM	+ القداس الإلهي
+ La Messe	Mar	10½ - 1	AM/PM	+ القداس الإلهي
+ Confessions Père Victor	Mar	7 - 9½	PM	+ إترافات أبونا فيكتور
+ Étude Bible pour les gradués	Mar	8 - 10	PM	+ درس كتاب للخريجين
+ La Messe	Merc	4½ - 7	PM	+ القداس الإلهي
+ La Messe	Jeu	10½ - 1	AM/PM	+ القداس الإلهي
+ La Messe	Vend	4½ - 7	PM	+ القداس الإلهي
+ Réunion de Prière	Vend	7½ - 8	PM	+ اجتماع صلاة
+ Réunion de la famille	Vend	8 - 9½	PM	+ اجتماع الأسرة
+ Réunion des Jeunes (Sec 3, 4, 5)	Vend	8½ - 10½	PM	+ إجتماع الشباب
+ Classe de Copte et Louange pour les enfants (8 - 14 ans)	Sam	12½ - 2	PM	+ درس لغة قبطية واتسبحة للأطفال سن (8 - 14)
+ Classe de Cantiques (Grade 1-6)	Sam	2 - 3	PM	+ درس ألحان (Grade 1 - 6)
+ Club des anges	Sam	3 - 7	PM	+ نادى الملائكة
+ Étude de Bible	Sam	6 - 7	PM	+ درس كتاب
+ Vêpres / Louanges	Sam	7 - 10½	PM	+ عشية / تسبحة
+ La Messe	Dim	8½ - 11½	AM	+ القداس الإلهي
+ préparation de service (pour graduates)	Dim	12½ - 1½	PM	+ أعداد خدمة (الخريجين)
+ Réunion des serviteurs	Dim	1½ - 2½	PM	+ إجتماع الخدام

أخبار الكنيسة

1. يبدأ الصوم الكبير غدا، كل عام وأنتم بخير ومواعيد القداسات كما يلي:

الإثنين؛ الثلاثاء و الخميس	من ٣٠، ١٠ صباحاً - ١ مساءً
الأربعاء و الجمعة	من ٣٠، ٤ - ٧ مساءً

2. لا يوجد قداس الهي ايام السبت أثناء الصوم الكبير

Church news

1. The great lent will start tomorrow, the Holy Liturgies schedule will be as follows:

Monday, Tuesday and Thursday	From 10:30AM - 1:00 PM
Wednesday and Friday	From 4:30 - 7:00 PM.

2. The Saturdays Holy liturgys will stop during the great lent.