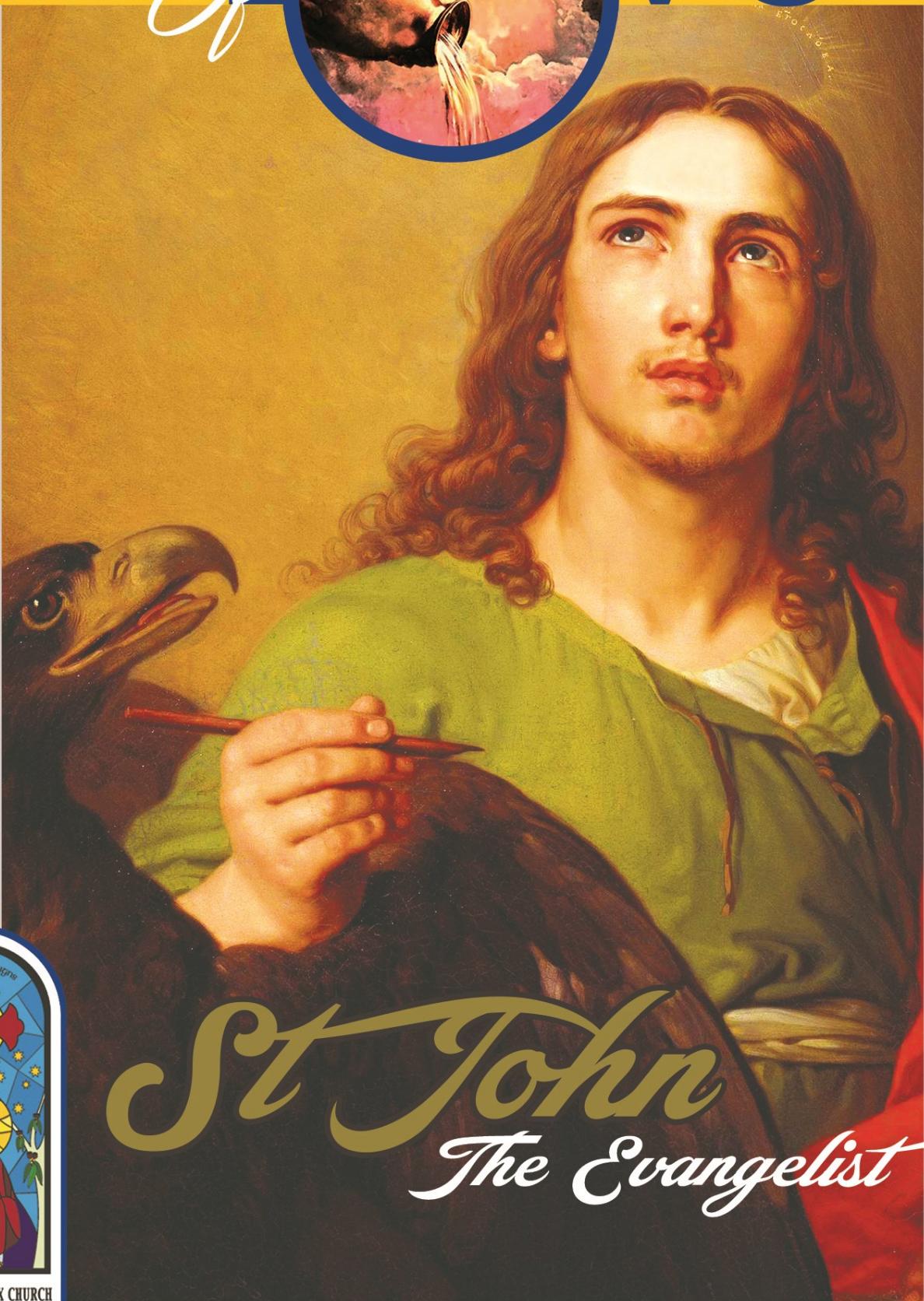


Issue:1288 - 229

7 December 2025 Sunday 29 Hathor 1742

Spring Of LOVE



St John The Evangelist



COPTIC ORTHODOX CHURCH
+ DIOCESE OF SYDNEY +
& AFFILIATED REGIONS
NSW • QLD • NT

Magazine published by the Coptic Orthodox Church Sydney under the guidance of H.G Bishop Daniel



And the apostles, when they had returned, told Him all that they had done. Then He took them and went aside privately into a deserted place belonging to the city called Bethsaida. 11 But when the multitudes knew it, they followed Him; and He received them and spoke to them about the kingdom of God....." Luke 9:10-17

"Enter by the narrow gate; for wide is the gate and broad is the way that leads to destructions, and there are many who go in by it. Because narrow is the gate, and difficult is the way which leads to life, and there are few who find it." Matthew 7:13-14...

The way to the Kingdom of God is through: "THE NARROW WAY".

Our beloved Lord taught us that if we want to gain Eternal Life, then on the earth, we will have to travel on the narrow way.

The Scriptures also tells us in Acts 14:22: "We must through many tribulations enter the kingdom of God". So in our topic, we will discuss 3 important issues:

- 1.what is the narrow gate?
- 2.what are the characteristics of the narrow gate?
- 3.who is the narrow gate for?

1. WHAT IS THE NARROW GATE?

In simple terms, the narrow

THE WAY TO THE KINGDOM OF GOD

gate means enduring tribulations, which is a sign that you are serious about your relationship with God. Tribulation is a necessary experience, and a fundamental characteristic of the spiritual path.

Our life on this earth is only a time of trial – it is to test to you: do you prefer your relationship with God, and your eternality? Or do you prefer the lusts of the world? If you prefer your relationship with God, then you must be willing to pay the price.

Enduring tribulations are also a way to tell you that you are travelling on the right way. If, for example, your life was easy, and you didn't need to struggle to resist sin and temptation, and everything around you was trouble-free, then you must ask yourself – am I travelling on the right path?

It's impossible to have one foot in heaven and one foot on earth, because where would your focus be?? If I was travelling on the narrow path, by concentrating on my spiritual life, then Satan would have attacked me by now, and tried to change my direction. But if I am not giving attention to God, and I am very relaxed about things around me, then it means the devil is happy with my actions, and for sure I must be travelling on the wrong road.

If we look at the example of any saint, we find that they all entered by the narrow gate, for the sake of their love to God, and that's why St Paul tells us in Philippians 1:29: "for it had been granted to them not only to believe in Him, but also to suffer for His

sake".

That's why when you face any tribulation, don't lose hope, but be happy and be confident, that you are walking on the right path that will lead to eternal life. St Anthony the great tells us: "This is the great work of a man: always to take the blame for his own sins before God and to expect temptation to his last breath. Whoever has not experienced temptation cannot enter into the kingdom of heaven. For without temptation no one can be saved.

2. WHAT ARE THE CHARACTERISTICS OF THE NARROW GATE?

There are many characteristics, but today we will discuss 5 of the main ones:

- 1.disciplining the body
- 2.self control
- 3.self denial
- 4.labouring in the service
- 5 renunciation

2.1: disciplining the body

St Paul said: "I discipline my body and bring it into subjection" (1 Cor 9:27). This discipline is a narrow gate by which you enter heaven, and it involves many spiritual exercises.

But what does it mean to "discipline the body"? It means keeping away from the lust of the flesh, the lust of the eyes, and from pride (1 John 2:16). It also means keeping away from the lust of the senses, which King Solomon warns us about when he said: "the eye that is not satisfied with seeing, and the ear is not filled with hearing" (Ecc 1:8).

- Adam and Eve, for example, didn't enter the narrow gate when they ate from the tree.

- Also the Israelites refused to enter by the narrow gate when they complained about the heavenly food, and wanted to eat meat instead.

- But the opposite was Daniel the prophet when he purposed in his heart that he would not defile himself with the portion of the king's delicacies..., but instead, he preferred to eat vegetables with his 3 friends. (Dan 1:8,12).

For this reason, spiritual people practice fasting and vigil, because by fasting, they resist the lust of the flesh for food, and by vigils they resist the lust of the body for rest and sleep, in order to spend their time in prayer and contemplation.

A spiritual person also makes sure that in their spiritual life, their body and spirit co-operate together in worship. For example, doing metanias is a wonderful example of this partnership – the body shows reverence and repentance by bowing, while the spirit is praising and glorifying God. In this way, the whole person – body and spirit worships God.

But one of the most important reasons to discipline the body, is to keep it pure. It is mentioned: "He who rules his spirit is better than he who takes a city" (Prov 16:32). This means that if you conquer your desires, then you are greater than one who conquers a city!

Those who walk according to the passions of the flesh, enter through the wide gate – which is the gate of bodily pleasures. King Solomon told us about this gate in his book of Vanity,

when he said: "Whatever my eyes desired I did not keep from them. I did not withhold my heart from any pleasure" (Ecc 2:10). But these pleasures are rejected by the spiritual person, who struggles against them, even to the point of bloodshed. This is because these pleasures stand in the way between you and God.

2.2: Self control

Self control is another characteristic of entering through the narrow gate. It means self control over your desires and lusts, and control over your thoughts, so that you don't have sinful thoughts or your mind wanders in meaningless things.

A person who is not spiritual would try to satisfy all his wants and desires, but a spiritual person watches over himself and practices control. A spiritual person is one who has his body and desires controlled by his mind and spirit, and his mind and spirit are controlled by the Holy Spirit. But an un-spiritual person, is one whose body and desires control his mind and his life.

Self control also means controlling your speech. That's why David said in Psalm 41:3, "Set a guard, O Lord, over my mouth; keep watch over the door of my lips."

Always be careful of what you say, and remember what the Lord said: "Every idle word men may speak, they will give account of it in the day of judgement. For by your works you will be justified, and by your works you will be condemned" (Matt 12:36). The church fathers say that 'idle word' means, any

word that does not give benefit to others.

2.3: Self denial...

The Lord said: "If anyone desires to come after Me, let him deny himself, and take up his cross and follow Me" (Matt 16:24). This type of person places God as the number one priority in his life, then people and finally himself. If he does this, then he will find true joy in his life (J-O-Y).

But self denial is not easy. A person who loves himself cares about his own prestige and dignity, and so, he can't practice self-denial. But to him the Lord says: "He who finds his life will lose it, and he who loses his life for My sake will find it" (Matt 10:39).

- Our beloved Lord showed us the greatest example of self-denial, when He sacrificed Himself for us.

- Also John the Baptist practiced self denial when he said concerning Jesus: "He must increase, but I must decrease" (John 3:30).

- And Jonathon the son of Saul, practiced self-denial when he gave preference to David, and accepted with happiness that he was chosen to be the next king, even though Jonathon was the son of a king.

A person who enters by the narrow gate trains himself to always make the Lord appear first in his life, and secondly, to give preference and comfort to others, and finally, for himself to take the last seat, as St Paul tells us: "In honour, giving preference to one another" (Romans 12:10).

2.4: Labouring in the

service...

Without a doubt, labouring for the sake of the Lord is a characteristic of the narrow gate. A spiritual person labours in carrying out the commandments of God, even when they seem difficult. He also labours to give comfort to those he serves.

Let us take Moses as an example. It would have been easier for him to stay in pharaoh's palace and live like a prince, enjoying all the luxury and prestige. But he preferred the riches of Christ more than the treasures of pharaoh, and also, he chose: "to suffer affliction with the people of God than to enjoy the passing pleasures of sin" (Heb 11:25). As a prophet and a shepherd, he endured this affliction for a long time with an open heart, and he endured the faults and weaknesses of others.

All the prophets and servants of the Lord laboured for the sake of God. In their time, they endured very terrible tribulations, but they were victorious in their spiritual life, and that's why we now venerate them. One example of St Athanasius.

He defended the faith with strength and deep understanding, and because of this, he was told: "The whole world is against you Athanasius!"

Another example is St Paul, who said: "But in all things we commend ourselves as ministers of God; in much patience, in tribulations, in needs, in distresses, in stripes, in imprisonments, in labours, in sleeplessness, in fastings... by honour and dishonour, by evil report and good report... we are hard pressed on every

side, yet not crushed; we are perplexed, but not in despair; persecuted, but not forsaken; struck down, but not destroyed – always carrying about in the body the dying of the Lord Jesus" (2 Cor 6:4-8 & 2 Cor 4:8-10).

Labouring for God's sake was the pride of the saints. Some saints like the apostle Paul, laboured in the ministry, and other saints like the hermits and anchorites, laboured in prayer and vigils. Labouring can also apply to your work, for example, Nehemiah and his men laboured in building the wall of Jerusalem. Also a student can labour to study hard in order to achieve success. All of this is entering through the narrow gate, and if you pass through this gate, you will enjoy the fruits later on. On the other hand, a person who is lazy in his spiritual life and practical life, will never be successful, but his end result will be destruction and failure.

2.5: Renunciation...

The Lord said to the young rich man: "If you want to be perfect, go, sell what you have and give to the poor, and you will have treasure in heaven; and come, follow Me" (Matt 19:21). But the young man couldn't do it because he loved his money too much. It was also the same with the foolish rich man who said to himself: "Soul, you have many goods laid up for many years; take your ease; eat, drink, and be merry" (Luke 12:18,19). And he was not aware that in one moment, that broad way was going to make him lose his life!

If it is difficult for you to

renounce everything, then at least you can practice this virtue by means of paying your tithes and offering your first fruits to God.

You may say, for example, my salary is not enough for me to pay my tithes, but if you think this way, then you can't enter through the narrow gate. Also, if you think this way, then the poor widow who paid her tithes of 2 mites (Luke 21:4), will rebuke you, and also the widow who gave Elijah the prophet the rest of her flour and oil, even when they were in a famine, will also rebuke you! Because of her virtue of renunciation, the Lord rewarded this widow saying, "The bin of flour shall not be used up, nor shall the jar of oil run dry, until the day the Lord sends rain on the earth" (1 Kings 17:14).

So can you see that even though the entry is a narrow gate, the reward is very wide!

The reward from the Lord the widow got, also applies to everyone here who pays their tithes. To you the Lord says: "Bring all the tithes into the store house, that there may be food in My house, and try Me now in this, if I will not open for you the windows of heaven and pour out for you such blessing that there will not be room enough to receive it" (Malachi 3:10).

3. WHO IS THE NARROW GATE FOR?

The narrow gate is for everyone. Even our beloved mother St Mary entered by the narrow gate. She was an orphan girl and lived in poverty, and then she gave birth to her son in a manger. But her greatest affliction was watching the crucifixion of her son, and so in her, the words of Simeon the elder were fulfilled who said: "A sword will pierce through your own soul" (Luke 2:35). Also John the evangelist who was the most beloved

apostle of the Lord, was imprisoned and exiled, and the rest of the apostles suffered persecution.

Also all the martyrs and confessors entered by the narrow gate. That is why the church places these saints on the highest rank in heaven, because through their tribulations, they proved their great love for the Lord. They kept in their hearts the words of St Paul who said: "Our light affliction, which is but for a moment, is working for us a far more exceeding and eternal weight of glory" (2 Cor 4:17). And that's why they were happy to travel on the narrow way. God never forgets any tribulation that we endure for His sake. Even to the angel of the church of Ephesus He says: "I know your works, your labour, your patience...and that you have persevered and have patience, and have laboured for My name's sake and have not become weary" (Rev 2:2,3).

Also, as much as we labour here on earth to stay on the narrow way, the Lord will reward us in heaven, as St Paul tells us in first Corinthians 3:8, "Each one will receive his own reward according to his own labour".

So when we endure tribulations, let us always keep these words in our mind and heart: "The sufferings of this present time are not worthy to be compared with the glory which shall be revealed in us" (Rom 8:18).

And finally, you must remember that the narrow gate is only narrow at the beginning, but when you keep struggling and growing in your spiritual life, you will find that it's no longer so narrow, and you'll enjoy much spiritual delight.

Bishop Daniel

Bishop of the Coptic Orthodox Diocese of Sydney & Affiliated Regions

JESUS COUNSELS THE RICH YOUNG RULER

Sermon by HG Bishop Daniel

Now as He was going out on the road, one came running, knelt before Him, and asked Him, "Good Teacher, what shall I do that I may inherit eternal life?" (Mark 10:17)

The Gospel Reading of Today is carrying very important messages for every one of us, by the grace of God we will share some of them as follows:

1- Some positive points in the characteristics of the man of today's story:
1-1. He knew that there

is something called the Eternal life.

1-2: He was very keen to inherit the Eternal life.

1-3: He went to the right person to ask, that is our Lord Jesus Christ.

1-4: He paid much respect to the Lord; He knelt before the Lord.

1-5: He kept the commandments of the Lord from his youth.

1-6: He was a successful man in his work, he got many possessions.

2- This man had these negative points:

2-1: He was slave to the love of money; he

trusted in his riches.

2-2: He did not get the benefit of having the pleasure to meet the Lord, and he did not obey His advice.

2-3: He went away and left the Lord.

3- Our Lord Jesus Christ set the system of the inheriting the Eternal life which consists of three steps as follows:

3-1: Implement the commandments of the Lord 'Do not commit adultery,' 'Do not murder,' 'Do not steal,' 'Do not bear false witness,' 'Do not defraud,' 'Honour your

father and your mother.'

"

3-2: Giving to the poor.

3-3: Carry the cross and follow Him.

Then Peter began to say to Him, "See, we have left all and followed You." (Mark 10: 28)

The main point in this sermon is Leaving things behind:

A- Spiritually:

1. We can leave the means that can lead us to sin.

2. We can leave our countries to another, to be among the people of God.

3. We can leave



STEP 01 Complete engagement registration

Ask your confession father to send you a registration link using sacraments.app



STEP 02 Enrol in a pre-marriage course

Recommended 6 months before wedding

Once your registration is complete, you will receive an email to enrol in a pre-marriage course.



STEP 03 Prepare civil documents

Must be at least 31 days before wedding

Complete the government's ***Notice of Intended Marriage*** form with a registered marriage celebrant father. If your confession father is not registered as a celebrant, ask him to nominate one.



STEP 04 Apply for your marriage permit

You will receive an email to pay the diocese admin fee and apply for your marriage permit. Your permit must include your booked church and registered marriage celebrant.



STEP 05 Get married!

You are now ready for your registered marriage celebrant father to conduct the sacrament of Holy Matrimony in the Coptic Orthodox Church. Congratulations!





The Copts and their Christianity

By Dr. Aziz S Atteya

4 b MONASTIC RULE 2

The Pachomian system reflected the personality of the soldier, the legislator, and the holy man.

Pachomius aimed at the humanisation of his monastic regime without losing the Christian essence of Antonian or Palaemonian sanctity. Every detail of a monk's daily activities was prescribed within the walls of a given monastery. Each monk had to have a vocation to make himself a useful human being to his brotherhood; all must labor to earn their daily bread, without losing sight of their intellectual advancement; and each must fully participate in the devotional duties of monastic life. Pachomian monasteries multiplied rapidly in their founder's lifetime, and all were enriched through wise administration as well as honest and selfless labor. In his famous work entitled "Paradise of the Fathers," the fourth-century Bishop Palladius states that he found in one monastery fifteen tailors, seven smiths, four carpenters, fifteen fullers, and twelve camel drivers besides unspecified numbers of bakers, cooks, basket and rope makers, millers, weavers, masons, instructors, and copyists of manuscripts - all living in complete harmony and perfect discipline within a structure that looked like a vast Roman fortification. To preserve good government in his expanding institutions, Pachomius established a closely knit Rule to guard against corruption and moral

deterioration. Three or four monasteries within reach of each other were united in a clan or a stake with a president elected from among their abbots, and all of the

monks in the clan met periodically to discuss local problems. All clans were organised under a superior general who summoned the whole brotherhood to a general council twice each year: once in the summer after the harvest for administrative and budgetary considerations, and again at Easter for making annual reports as well as for the announcements of new abbots and the transfer of office among the old ones. The last meeting ended with an impressive scene of prayer and mutual forgiveness of sins.

The fame of Pachomian foundations spread far and wide, not only within Egypt but also throughout the world. Monks came to live with the fathers of the desert from many nations - Greeks, Romans, Cappadocians, Libyans, Syrians, Nubians, and Ethiopians, to mention a few of those on record - and Pachomius devised a system of wards for each nation within every monastery. The Coptic cenobitic rule became the wonder of ancient Christendom. The planting of the Coptic system in Europe and other continents of the Old World was achieved by some of the greatest divines of the medieval world. We know that during one of his exiles in Europe, St. Athanasius spoke about Coptic monasteries at the Roman Curia of Julius I (337-52). But the real apostles of Coptic monastic rule were celebrated personalities who resided for years in Pachomian establishments in the Thebaid and sojourned as well in the convents of Kellia, Scetis, and Nitrea in the Western Desert. To quote

some of the illustrious names who made extended pilgrimages to the Coptic fathers of the desert, we must begin with St. Jerome (ca. 342-420), who translated the *Regula Sancti Pachomii* into Latin, which must have been used by St. Benedict of Nursia (ca. 480-550) in composing his famous Rule. Others included St. John Chrysostom (ca. 347-407); Rufinus (ca. 345-410), the renowned ecclesiastical historian; St. Basil (ca. 330-79), the Cappadocian author of the great Eastern liturgy used to this day and the founder of a Byzantine monastic order on the model of the Rule of St. Pachomius; St. John Cassian²³ (ca. 360-435), the father of monasticism in Gaul, who is known to have spent seven years in the Thebaid and Nitrea, Palladius²⁴ (ca. 365-425), Bishop of Helenopolis in Bithynia, who complied the lives of the desert fathers in "The Lausiac History"; St. Augen or Eugenius of Clysma (d. ca. 363), the father of Syrian asceticism; and many more from other parts of Europe in addition to some lesser known persons from Ethiopia, Nubia, and North Africa.

In reality, the Rule of St. Pachomius continued to influence European monasticism beyond the Middle Ages. St. Benedict failed to incorporate in his rule the Pachomian system of unifying the convents into clans with annual meetings for mutual surveillance of their activities. It is known that independent Benedictine houses became very rich in the long run, and that the Benedictine monks decided to discard toil and live luxuriously on the hired labor of local farmers, thus losing the virtue of the Pachomian system of surveillance by other members of the brotherhood. Most newer European orders of religion observed the same cooperative system.

BRING BACK THE SMILES

SUDAN

HELP THE MOTHER CHURCH IN EGYPT TO LOOK AFTER THE 100,000S OF SUDANESE REFUGEES

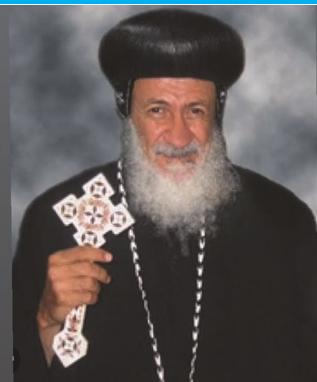
As violence keep escalating in Sudan, over 9 million children are facing severe food shortages. The Mother Church in Egypt taking a huge responsibility to support almost half million refugees.

We are targeting **\$50,000** DONATIONS FOR THIS CAUSE

ezdebit PayPal

St Wanás Foundation
St George Bank
BSB: 112 879
Account: 479 815 622
Reference: "your name"

www.stwanaskidscharity.org.au



RE: SOUTH SUDAN APPEAL

DEAR FAMILY AND FRIENDS
OUR COMMUNITY IN SOUTH SUDAN
NEED YOUR HELP. DONATIONS ARE
REQUIRED TO ASSIST BISHOP ELIA IN
SETTLING 700 PEOPLE WHO HAVE FLED
DUE TO THE WAR.

ST MARY & ST GEORGE CHARITY TRUST
BSB: 062 174
ACC: 1001 69 69

GOD BLESS YOU AND YOUR GENEROSITY
FOR MORE INFO, 0414 889 298

- SERMONS
- MUSIC
- VIDEOS
- READINGS

Bringing the Word of God from a timeless faith into your hearts and minds anytime, anywhere.

UPPER ROOM MEDIA

TREASURES OF
A TIMELESS FAITH

Upper Room Media is a service of the Orthodox church which brings you fresh Christian media in the form of sermons, music, blogs, videos and much more, everyday!

Download the app now at www.upperroommedia.org

The 21
A Journey into
the Land of
Coptic Martyrs

INTERNATIONAL BESTSELLER

Martin Mosebach



MESSAGE FROM THE CONSULATE OF EGYPT IN SYDNEY.

For those interested in acquiring the Egyptian ID or renewing it, please register as we have to have 200 names to be able to get a delegation from Egypt.

The number and names of members of the Egyptian community wishing to issue national ID cards for the first time, are currently being counted.

Notify the Consulate of your request by sending an email containing

1- Name

2- Date of birth

3- Mobile phone number

4- Personal email

5- Name of state and city of residence

6- A clear photocopy of the computerized birth certificate.

If you would like to renew your national ID, please add a copy of your current ID.



CONSULATE OF EGYPT IN SYDNEY.



KARAS TILING PTY LTD

ALL TYPES OF WALL & FLOOR TILING

Karas Tiling Specialists In:

- Residential Tiling
- Commercial Tiling
- Pool Tiling
- Outdoor Tiling
- Waterproofing
- Shower Sealing
- Bathroom Sealing
- Bathrooms/Renovations
- Kitchen Splashbacks
- Silicone Caulking
- Repairs & Replacements
- Kitchen & Laundry Renovations
- 3D Tile Designs

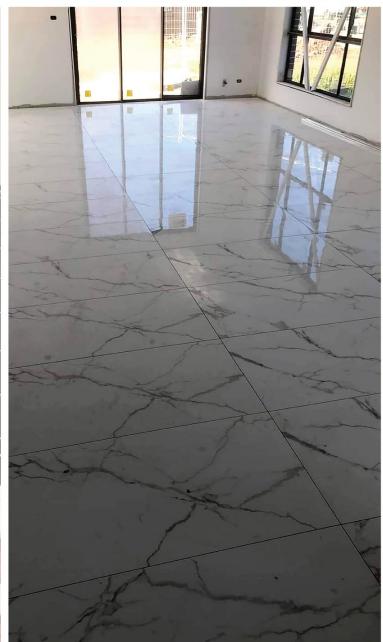
AND MUCH MORE WE CAN DO...

DON'T WAIT There is no job is too big or too small we are capable to handle anything.

CONTACT US ON : 0475 293 973 info@karastiling.com.au

www.karastiling.com.au

“WITH THE NAME LIKE KARAS TILING, IT HAS TO BE SUPERIOR & COMMITTED”



Ezakiel Timber Flooring

INSTALLATION,
LAMINATE,
BAMBOO
FLOATING
HARD WOOD
& DECKS

Free Quotation

0450 306 204

نعلن عن استعدادنا بعمل الارضيات الخشبية داخل وخارج البيت
باسعار جيده جدا نتكلم العربيه الاتصال بالسيد زياد

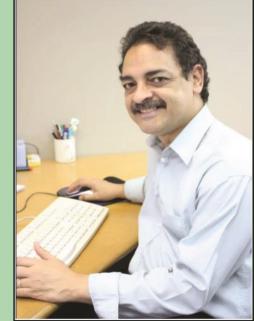


مهندس / عماد ميخائيل

A Dream Home

تصميمات معمارية حديثة

Mobile: **0415 779 251**



A Dream Home is designed by **Emad Mekhail**

Architect - Engineering - Construction



32 years of experience in Sydney

Email: emadmek@hotmail.com

We do a Full Service - Go To Your Place - Free Quote



AUSTRALIAN SUDANESE COMMUNITY INC.
ESTABLISHED SINCE 1972
REGISTERED UNDER CHARITABLE ACT NO CFP 13871
ASSOCIATIONS INCORPORATION ACT 1984 REG NO 2426136
P O BOX 10 PLUMPTON
NSW 2761

مشروع دار الخلود

نتشرف جمعية الجالية السودانية بدعوة حضراتكم بالاشتراك في المشروع
الخيري
والذى نال ثقة واعجاب الكثيرين في الدقة والنظام
الاشتراك الشهري قابل للزيادة في حالة ارتفاع قيمة الأرض وصاريف الدفن
تدفع الاشتراكات عن طريق البنك كل ثلاثة اشهر مقدما
المجنس ملتزم بسداد كافة النفقات حسب شروط العقد المبرم والاشتراك التلقى عليه:
المدافن في:

RIVERSTONE & PINE GROVE MINCINCINBURY

في حالة تغير العنوان ورقم التلفون نرجو اخطار الجمعية كتابة لتسهيل التواصل
معكم

كما ت تقوم الجمعية بكافة الخدمات المتعلقة بالسفارة السودانية من توكيلا - شهادة
قيد جواه واستخراج فيزا الدخول للسودان وخلافه
لمزيد من المعلومات يمكنكم الاتصال بكل من

فابق متى: 0433493578
فابق جندى: 0428270389

امير غربال 0423430564

ORIENTAL MASSAGE PTY LTD

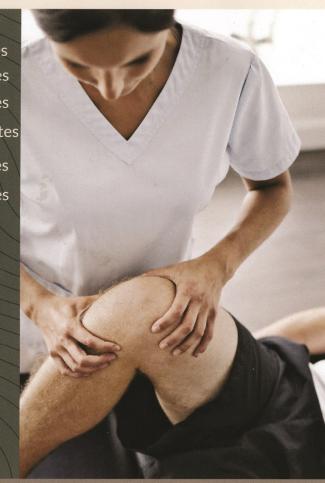
We are a Chinese Remedial Massage we accept private health insurance & eftpos available. Our prices is cheaper than normal. You can try our remedial massage, I guarantee you will come back.

We also do cupping massage and hot stones

-Remedial massage	\$45/ 30 minutes \$60/ 45 minutes \$75/ 60 minutes \$110/ 90 minutes
-Reflexology massage	\$60/ 45 minutes \$45/ 30 minutes
-Hot stone	Extra \$10
-Cupping	Extra \$20
services: Head, Neck & shoulder / Neck,Shoulder & Back/ Back &Legs/ Full Body	

602/34 Montgomery Street, Kogarah
NSW 2217

To Book Call or Text
PH: 0420723868





ODYSSEY FUNERALS

WHY CHOOSE US?

- Our experienced team are knowledgeable, empathetic and devoted to always providing you with dignity and professionalism. We will work with you to create a bespoke service that suits you and your loved ones wants and needs.
- We have an extensive understanding of different cultural traditions and customs specialising in Coptic Orthodox Funeral Services.
- We are available to you 24 hours a day providing you peace of mind during this difficult time. We'll look after every detail, so you can focus on healing before, during and after the service.
- We offer pricing that is within your means and will go above and beyond to arrange a funeral that honours your loved one and is aligned to your budget, personalised services starting at \$7,990.

يتمتع فريقنا ذو الخبرة بالمعرفة والتعاطف والمكرس لتزويدك دائمًا بالكراهة والاحترافية. سنعمل معك لإنشاء خدمة مخصصة تناسبك وتناسب رغبات واحتياجات أحبابك.

لدينا فهم واسع للتقاليد والعادات الثقافية المختلفة المتخصصة في خدمات الجنائز القبطية الأرثوذكسيّة.

نحن متواجدون لك على مدار 24 ساعة يومياً لنوفر لك راحة البال خلال هذا الوقت العصيب. سنعتني بكل التفاصيل، حتى تتمكن من التركيز على العزاء والراحة قبل الخدمة وأثناءها وبعدها.

نحن نقدم أسعاراً في حدود إمكانياتك وسنذهب إلى أبعد الحدود لترتيب جنازة تكرم من تحب وتتوافق مع ميزانيتك، وخدمات شخصية تبدأ من 7990 دولاراً.



A TRIBUTE TO LIFE'S JOURNEY

Hurstville, Blacktown and Canterbury

- 📞 Nevine Girgis on 1300 881 924 or 0415 319 753
- ✉️ info@odysseyfunerals.com.au
- 🌐 www.odysseyfunerals.com.au

St Nicodemus

Personalised Funerals by John Iskander

**Wholeheartedly serving the Coptic Orthodox Community
since 2009.**

**St Nicodemus Funerals is the trusted
end of life service provider.**

- Family Owned & Operated
- 24 Hours/7 Days a Week Personalised Service
- Customised Funerals to Suit Your Budget
- Private Viewings
- Dedicated Funeral Arranger & Director
- Empathetic, Compassionate and Professional Care
- Coptic Orthodox & Christian Ethos Practices
- Over 25 Years of Experience in Repatriations
- Grave Purchasing Consultations Free of Charge

Contact: John Iskander

Phone: 0425 291 964 or 1300 300 077

Address: Unit E8/13-15 Forrester St. Kingsgrove NSW 2208

Email: john@stnicodemusfunerals.com.au

info@stnicodemusfunerals.com.au

[Website: www.stnicodemusfunerals.com.au](http://www.stnicodemusfunerals.com.au)

St Nicodemus

Personalised Funerals by John Iskander

**Wholeheartedly serving the Coptic Orthodox Community
since 2009.**

**St Nicodemus Funerals is the trusted
end of life service provider.**

خدمة عائلية شاملة.

خدمة شخصية 7 أيام على مدار 24 ساعة.

خدمة جنائزات متنوعة ومرنة حسب الامكانيات المتاحة.

ترتيبات زيارة النظرة الأخيرة بخصوصية تامة.

منسق ومدير مخصص لخدمتكم.

خدمة مهنية بتعاطف وتعظيم كامل.

خدماتنا تتم طبقاً للأخلاقيات والعادات المسيحية الارثوذكسيّة.

خبرة لاكثر من 25 عام في إعادة جثمان المتوفي إلى الوطن.

نصائح ومساعدات مجانية لشراء مدافن في مختلف المواقع.

Contact: John Iskander

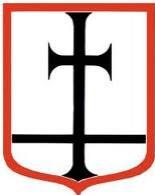
Phone: 0425 291 964 or 1300 300 077

Address: Unit E8/13-15 Forrester St. Kingsgrove NSW 2208

Email: john@stnicodemusfunerals.com.au

info@stnicodemusfunerals.com.au

[Website: www.stnicodemusfunerals.com.au](http://www.stnicodemusfunerals.com.au)



St. Mark Nubian Foundation

(ACN 168 959 966 / ABN 29 168 959 966)

P.O.BOX 574 ST MARYS NSW 1790 TEL: 61-2-0410 285 118 FAX: 61-2-9833 9299

EMAIL ADDRESS: - stmarknubianfoundation@gmail.com



“For this is the will of God, that by doing good you may put to silence the ignorance of foolish men” 1 Peter 2:15

“Blessed is he who considers the poor; The Lord will deliver him in time of trouble” (Psalm 41:1)

Hello everyone,
A request of love,
Please kindly pray for the ministry in Sudan.
If anyone has any small amount of money in Egypt and does not need it, you can donate it to us in Egypt, and we will buy medicines and send them to the Lord's brothers in Sudan, who are suffering from dengue fever and malaria and are unable to buy any medicine.
You can contact us, and we will give you our account in Egypt.
Otherwise, please deposit your donations in Australian dollars, into the following account.
And may God reward you all with all that is good.
Otherwise, your kind donation will be cheerfully received in our bank account as follows: -

Swift Code: - SGBLAU2S

BSB: - 112-879

A'cc:- 493911231

A'cc Name: St. Mark Nubian Foundation

Bank Name: St. George Bank

We ask our Lord and Saviour Jesus Christ to reward your good deed with His Heavenly rewards.

“We can issue you with our own Tax deductible receipt”

“He that pity upon the poor lendeth unto the Lord” (Pro 19:17)



St. Mark Nubian Foundation Board of Directors:

Fr. Yousef Fanous (Director & Presiding Member), Fr. Pishoy Botrous (Director & Vice President), Mobarak Alera (Director & Liaison Officer) and Emile Girgis (Director, Secretary & Treasurer)

سلام للجميع

رجاء محبه الصلاه من اجل الخدمه في السودان

لو في حد عنده اي مبلغ صغير في مصر وغير محتاج له، ممكن يتبرع به لنا في مصر، ونحن سوف نشتري ادويه ونرسلها إلى أخوه الرب في السودان، الذين بيعانوا من حمه الضنك والمalaria وعدم المقدرة على شراء اي دواء ممكن للاتصال بنا و نحن سوف نعطيه حسابنا في مصر غير ذلك، الرجاء ايداع تبرعاتكم بالدولار الاسترالي، على الحساب التالي
وأله يجازيكم كل خير.

والرب قادر ان يعوض تعب محبتكم بالباقيات عوضاً عن الفنيات.

Swift Code: - SGBLAU2S

BSB: - 112-879

A'cc:- 493911231

A'cc Name: St. Mark Nubian Foundation

Bank Name: - St. George Bank

وبإمكاننا اصدار ايصالات الاعفاء الضريبي الخاصه بنا.

ونحن اذ نتضرع الى الرب باسم سيدنا و مخلصنا يسوع المسيح و بشفاعة امنا العذراء والدة الاله و تضرعات جميع طغمات الملائكة و طلبات جميع القديسين و صلواتكم انتيم ايضاً، أن يكلل هذه المؤسسة بالنجاح و التوفيق لمجد اسمه القدس.

“من يرحم الفقير يقرض الرب و عن معروفه يجازيه ” (ام ١٧:١٩)





البروتينية
(Lipoprotein).
ويفرز هذا الانزيم مع
العصارة البكرية
ويعمل على تحليل
البروتينات أثناء عملية
الهضم.

(ج) - انزيم دي
هيدروجينز حمض

اللاكتيك Lactic acid dehydrogenase ويساعد
هذا الانزيم على تحويل علي تحويل حامض البيروفيك
الي حامض لاكتيك في عملية تحلحل الجلوكوز.

(د) - انزيم دي هيدروجينز الكحول Hepatic acid dehydrogenase ويوجد هذا الانزيم في الكبد ويعلم
علي اكسدة الكحولات المتكوتة في الجسم خلصه
الإيثانول والميثانول والإيثيلين جليكول مما يبطل مفعولها
السام.

(ه) - انزيمات البوليميريز RNA and DNA polymerase ويلعب هذان الانزيمان دوراً بارزاً في
عملية انقسام الخلايا وبناء البروتينات والاحماض النووي
RNA & DNA . والحقيقة انه يمكن لهم معظم
وظائف الزنك من خلال تنشيطه للانزيمات الضرورية
لليقيام بهذه الوظائف.

(2) الزنك ضروري للنمو: وعند غيابه في الغذاء
يتوقف النمو تماماً كاملاً في فترة سريعة.

(3) الزنك ضروري للنضوج الجنسي Sexual maturity
و خاصة في الذكور فهو ضروري لنمو
الاعضاء التناسلية وانتاج الحيوانات المنوية.

(4) الزنك ضروري لشفاء و التام الجروح لانه يلزم
لتكون البروتين في الخلية كما انه ضروري لانقسام
الخلايا.

(5) الزنك ضروري لتكوين المناعة الخلوية Cellular immunity
اذ تحتوي الغدد الليمفاوية وكرات الدم
البيضاء على تركيزات عالية من الزنك.

(6) الزنك ضروري لاحسات التذوق والشم ويؤدي
نقصه الى خلل في حدة هاتين الخاصيتين.

(7) يرتبط الزنك بهرمون الانسولين ويلزم
لتتخزينه . ولذا قد يكون له دوراً في تمثيل السكر بصورة
طبيعية وفي الوقاية من مرض السكر .

(8) تمثيل فيتامين (1) فالزنك ضروري لعمل بعض
الانزيمات الضرورية لتمثيل فيتامين (1) .

عزيزى القارئ ... عزيزتي القراءة ... الى اللقاء في
العدد القادم والتعرف على اعراض نقص الزنك
ومصادره الغذائية وايضا الاحتياجات الغذائية منه .

كاتب هذه المقالة هو :-

- خادم بكنيسة القديسة دميانة والقديس اثناسيوس الرسولي
بنشبول - سيدنى .

- رئيس قسم علوم الاغذية الاسيق بجامعة المنيا بصعيد
مصر

Former Head of Food Sci. Dept. Minia Univ.
Egypt

- رئيس جمعية كيمياء الزيوت الافريقية الاسيق

Former President of African Oil Chemists
Society (AFOCS)

الغذائية تقللان من فرصة امتصاص الزنك وغيره من
العناصر المعدنية.

(3) احتياجات الجسم: فعند زيادة الحاجة الى الزنك
كما هو الحال في بعض المراحل الفسيولوجية كالنمو
السريع والحمل والرضاعة تزداد كفاءة الامتصاص.

(4) كمية الزنك في الغذاء: حيث تقل النسبة
المئوية لامتصاص بزيادة كمية الزنك في
الغذاء.

(5) المصدر الغذائي للزنك: فالزنك في المصادر
الحيوانية اكثر امتصاصاً من الزنك في المصادر
النباتية للأسباب المذكورة سابقاً . وتقدر كمية الزنك في

(6) وجود امراض طفيليّة وأمراض سوء الامتصاص:
يقلل من امتصاص الزنك.

(7) عنصر الحديد: حيث يعمل عنصر الحديد على
اعاقة امتصاص الزنك . لذا يجب ان تكون مستحضرات
الزنك خالية من الحديد وتوخذ بمفردها وتوخذ على
معدة خالية حتى يمكن امتصاصها (ما لم ينصح الطبيب
المعالج بشيء اخر) .

تأثير المعاملات التكنولوجية على امتصاص
الزنك:-

(1) - يقل طحن الحبوب من محتواها من الزنك .

(ب) - يؤدي تسخين الاغذية في وسط قلوي
(قادعي) الى تكوين مركب ليسالانين Lysin alanine
وقد يؤدي ذلك الى ربط الزنك ويقلل من ائحة الحيوية .

(ج) - يؤدي ايضاً تسخين الاغذية الغنية بالسكرات
الى تكوين نوافع تفاعلات ميلارد Maillard
reactions والتي تعمل على استحلاب الزنك .

وظائف الزنك Functions of Zinc: منذ اكتشاف
أهمية الزنك في تغذية الإنسان في مطلع السنتين
والاحداث جارية لمعرفة وظائفه الفسيولوجية
والبيوكيميائية الكثيرة . وقد وجد ان الزنك ضروري
لجميع انسجة الجسم كما ان نقصه ادي الى ظهور كثير
من الامراض . ويمكن باختصار ذكر اهم الوظائف
الحيوية للزنك فيما يلى :-

(1) الزنك مكون ومنشط للانزيمات: يدخل الزنك
في تنشيط كثير من الانزيمات . فقد وجد انه اما ان يدخل
في تركيب الانزيم او يكون ضرورياً لتنشيطه دون ان
يشكل جزءاً من تركيبه الداخلي او انه ضروري
للتركيب والوظيفة معاً . وتسمى الانزيمات التي تعتمد
في عملها على العناصر المعدنية باسم الانزيمات
المعدنية Metalloenzymes . ويزداد عدد الانزيمات
التي يتبعن انها تعتمد في نشاطها على الزنك بسرعة .
واول ما اكتشف منها كان انزيم Carbonic anhydrase
في سنة 1943 ثم اكتشف انزيمات اخرى
وانتشرت القائمة لتشمل اليوم اكثر من 105 انزيم ومن
امثلتها:-

(1) انزيم Carbonic anhydrase ويوجد هذا الانزيم
بتراكيزات متعددة في كرات الدم الحمراء ويلعب دوراً
اما في نقل ثاني اكسيد الكربون من الدم الى الرئتين .
ايضاً يساعد هذا الانزيم على تكوين حامض
الهيدروكلوريك في المعدة والمحافظة على التوازن
الحامضي القاعدية في الجسم .

(ب) انزيم كريوكسي بيتيديز Carboxy peptidase
وهذا الانزيم ضروري لامتصاص البروتينات (وخاصة

ثقافة غذائية (98)

صحتك و عنصر الزنك (1)

ا.د. منير حنا إسكندر

لقد بزرت أهمية الزنك في تغذية الإنسان في مطلع
الستينيات عندما عرفت أهميته في معالجة حالات قصر
القامة وتأخر البلوغ الجنسي التي وجدت في مجموعات
من الشباب وقد بنت الدراسات الغذائية والطبية التي
اجريت في تلك الفترة عدم التوفير البيولوجي للزنك
في طعام هؤلاء الأشخاص . يعتبر الزنك (او
الخارصين) في المرتبة الثانية بعد الحديد بالنسبة
للعناصر المعدنية الصغرى . وتقدر كمية الزنك في
جسم الإنسان البالغ بحوالي 1.4 - 2.3 جرام وهذه
تمثل 0.08 % من إجمالي العناصر المعدنية و 0.002 %
من وزن الجسم . ويوجد الزنك في اعضاء الجسم
المختلفة مثل العظام والكبد والبنكرياس والرئتان
والعينان وافرازات البروستات والحيوانات المنوية . ويوجد
اعلي تركيز للزنك في العين . وينخفض مستوى الزنك
في النساء خلال الفترة الأخيرة من شهور الحمل
وفي حالة استخدام المستحضرات المانعة للحمل بطريق
الفم . ويوجد الزنك في كرات الدم الحمراء مرتبطة
بأنزيم انهايريز الكربونيك Carbonic anhydrase
الذي يلعب دوراً هاماً في نقل ثاني اكسيد الكربون بواسطة
الدم . ويوجد 75 % من الزنك الموجود في الدم في كرات
الدم الحمراء و 3 % في الكرات البيضاء والباقي في
مصل الدم حيث يتراوح تركيز الزنك فيه من 70 الى
125 ميكروجرام / 100 ملليمتر .

وتحتوي كرات الدم الحمراء للمولود على كمية اقل من
الزنك (276 ميكروجرام) من الشخص البالغ ولكنها
تأخذ في الزيادة اثناء النمو ما بين السنة السادسة والحادية
عشر حتى تصل الى التركيز الموجود في الشخص البالغ
ويحتوي المولود على حوالي 60 ملليجرام من الزنك
ويحصل على 1 : 1.5 ملليجرام من اللين الذي يتغذى به
ويحتفظ عادة بهذه الكمية . اما في الاطفال من 4 - 6
سنوات فان كمية الزنك (او الخارجين) المحتفظ بها
يوميا هي من 0.1 : 0.2 ملليجرام / كيلوجرام من وزن
الجسم .

امتصاص الزنك :- Absorption of Zinc

يمتص الزنك في الجزء العلوي من الامعاء
الدقique . ويجب ان يكون الزنك على صورة ذاتية او
مرتبطة بذانب (مثل بروتين ميتالوثيونين Metallothionein) حتى يمكن امتصاصه في الامعاء .
ويتراوح معدل امتصاص الزنك ما بين 25 - 40 %
ويتحدد الزنك مع بروتين الميثيونين Methionine (وهو حامض اميني غني في الكبريت) مكوناً ميتايثيونين
الذي يخزن في الامعاء و يتحكم في امتصاص الزنك .
ويتوقف امتصاص الزنك على العوامل الآتية:-

(1) وجود حامض الفيتيك والفيتات في الغذاء: وهذه
توجد في الاطعمة النباتية كالحبوب والبقوليات بينما تخلو
الاطعمة الحيوانية منها . ولذا نجد ان الوجبة الغذائية
المحتوية على نسبة عالية من الحبوب ومنتجاتها يقل فيها
امتصاص الزنك لان الفيتات ترتبط بالزنك وغیره
من العناصر المعدنية .

(2) الالياف: وهي ترتبط بالزنك وتقلل من
امتصاصه كما ان سرعة الاصدار وزيادة حركة الامعاء
الناتجة عن ارتفاع نسبة الالياف النباتية في الوجبة

صاحبى لسانه بيعالى

صاحبى لسانه بيعالى
كلامه سمع، والكلام منه بيعانى
الابيض عنده أسود، وهو مش دارى
يكتب ويكتب، ويلفت أغاني
وللناس نصده، يرتفع ويغالي
وللأخبار يجمع، وينشر إلى مدارى
لا عمره إحتفظ بمعلومة
واعترف إن دي خطبة مذومة
يتفى في كل، و沐لوماته مغلطة
طيب يا ع، دا كل كلمة بطلة
هتتحاصل علىها محاسبة جباره
يا ريش يا عمنا تفوق لنفسك
وبطله هلوسة وفقد لثتك
إفلق فشك وكفایه
تعيت أمثل الناس بكفایه
مفشن أجمل من الصمت
تكتسب الكل، وتبقى موضع فخر

لعله يوم جميل

لعله يا رب يوم جميل
الكل يهدى وبلاما تفكير
صباح أبيض ونهار فل
الكل يضحك وفي إيه الفن
الكل ينسى فهومه
ولا أحد يضيق ولا يطلع من هدوءه
لحظه هدوء يا إخوانا
خذل نفس يا أصحابنا
كله ينفعل وكله جميل
انسى هموكم فيه البديل
ربنا شايلك كل الخير

الحياة الجديدة
قصة يكتبها جورج حبيب

تحكي الحياة الجديدة قصة اسرتين هاجرتا من مصر الى أمريكا فتواجدهما مشكلات عده نتيجة الحياة الجديدة
(60)

كانت نبيلة قد طلبت من ابنها ماجد أن تذهب معه إلى محل الجواهري
لاختيار هدية عيد ميلاد خطيبته الدكتور فيولا.
ولأنها تعلم أن ابنها بخيلاً، وسوف يتجاهل الهدية أو إن أحضرها
فستكون رخيصة الثمن، ولا تليق بمكانة خطيبته التي غالباً ما تحضر إليه
الهدايا الثمينة، فقد قررت أن تذهب معه بنفسها.

وكان ماجد يعلم أن ذهاب والدته معه سيكلفه الكثير من وجهة نظره، لذلك
اتفق معها أن يذهبها معاً يوم السبت المقرب إلى الجواهري.
لكنه فكر أن يسيقها ويدعها وحده لحضور الهدية، فاشترى خاتماً له فص
زجاجي يشبه الألماس، وكان ثمنه الإجمالي 250 دولاراً فقط. رغم أن
والدته كانت قد اتفقت معه على أن الثمن لا يقل عن أربعة آلاف دولاراً
ولم يخبر أحداً بشرائه الخاتم إلى أن جاء يوم السبت، اليوم الذي اتفق مع
والدته نبيلة على الذهاب فيه إلى الجواهري.

و قبل الموعد بنحو ساعة قال لها مبتسماً: «أغضضي عينيك يا ماما،
عندى لك مفاجأة! «ثم أراها الخاتم كمفاجأة سارة، لكن نبيلة، التي تعرف
تصرفات ابنها جيداً ولا تثق فيه أبداً، ساوزَها الشك في الأمر.

ورغم أن منظر الخاتم كان مغرياً ويشبه كثيراً الخواتم الحقيقية، فإنها لم

لا نفع لهم أملأكمُهم وقد ذهبا.
وما الحياة إلا فتنٌ ريح،
فَلَلَّيْ: من هم بالريح قد مسّوك؟
كُلُّ سينمضى كأن حيَّاً يوم،
فلا كانوا هُمْ، ولا كأنَّهمُ وُجُوا.
واسأل من في القبور وقد رقدوا،
وكم كانوا ملء السمع والبصر.
ويا من أنت اليوم هنا،
أترَّاك بالغد ستكون موجوداً،
أم ستدّهَتْ معَ من ذهبا؟
فَلَذَّاك أصْحَّ وأنزَعَ الغفلة عن قلبك،
واعْمَلَ الحسَّنَ لِتَكُنْ مَعَ مَنْ وَصَلُوا.
وَكُلُّ حَكِيمٍ فِي هَذِهِ الْأَرْضِ
لِيَسْعِ لِيَلْغَى مَعَ الْقَدِيسِينَ فَقَدْ وَصَلُوا.
وَبَاطِلُ الْأَبْاطِيلِ حَكْمَةُ عِلْمِهَا مَنْ
دَرْسَوا،

فَمَنْ لِيَحْضُنِي وَمَنْ الْأَمِيَّ يَشْبِهُ؟ فَعَاشُوا غُرَيْبَاء، وَفِي الْأَرْضِ قَدْ رَهُوا.
بِقَمْ: جورج حبيب

وكَمْ حُويَّ مَنْ مَشَاهِدَ غَرِيبَةً؛
بَعْضُهَا لِأَصْدِقَائِي، وَالْعَضُّ لِأَهْلِي.
وَغَرِيبُ أَمْرُ الْحَيَاةِ؛
فَلَلَّا تَمُّلُّ فِيهَا يَعْطِيكَ درُوساً لَدَهُرِ.
وَلَكُنْ تُرِي، مَاذَا سِيَحْدُثُ غَدَّاً؟
إِنَّه لَأَمْرٌ فِي عِلْمِ رَبِّي.

تلوث أفكاري

تَلَوْثَتْ أَفْكَارِي،
فَمَنْ لِيَلْتَقِيَهَا؟
وَكَثُرَتْ أَحْمَالِي،
فَمَنْ ذَا أَحْقَفُهَا وَعَنِيَّتْهَا؟
وَتَاهَتْ قَمَاءِيَّ عنَ الْطَّرِيقِ،
فَمَنْ لِيَلْتَهِيَّهَا؟
وَأَدْمَعَتْ عَيْنِيَّ،
فَمَنْ لِيَحْضُنِي وَمَنْ الْأَمِيَّ يَشْبِهُ؟
وَتَرَكَنِي الْأَصْدِقَاءَ وَفَتَصِيقِي،
فَمَنْ لِيَيَاتِي وَبِخَوْبِي؟
وَخَفَّتْ فِي الْلَّيْلِ وَفَرَغَتْ،
فَمَنْ لِيَيَاتِي وَفِي حَضْنِيَّ يُذَارِبِي؟
وَبَحَثَتْ طَلَّا وَعَرَضاً،
فَلَمْ أَجِدْ — يا الله — غَيْرَكَ شَاهِدِي.

باطل الأباطيل

يَا مَنْ لَا تَرِي عِبُوكَ إِلَّا
الْفَحْشَةُ وَالْدَّهَبُ،
أَنْظُرْ وَتَمَّعْنُ فِي مَنْ رَخْلَا،

افرح وَهِيَصْ، وَصَبَاحُ الْخَيْرِ

ليه مكشر

يَا عَمَّا لِيَه دَائِمًا مَكْتَبَرِ
لَا بَتَضَّحَكَ، وَمِنْ جَنَابِكَ مُحْشَرِ
وَمَفِيشَ أَمْلَ وَفِي حَيَاتِكَ مُكْتَبَرِ
شَابِيكَ السُّوَادِ وَبَيْنَ الْأَلَوَانِ مُحْشَرِ
مَطْلُوبِ بِسِ تَنَسِّمَ، مَوشَ أَكْتَرِ
دَالِ الدِّنَّا فَانِيَّةِ وَالْعُمُرِ قَصِيرَ
حَاوِلْ تَفَرَّحَ وَبِلَاهَا تَفَكِيرَ
لَكَ رَبْ وَعَدَ، وَوَعْدُهُ أَكِيدَ
مُوشَ هَايْسِيَّكَ، وَلَوْ إِنْتَ بَعِيدَ
إِنْكَ بِسِ عَلِيَّه، وَبِوْمَكَ هَيْبِيَ عَيَّدَ
فَكَ يَا عِمَّ التَّكْشِيرَةِ
وَافِرَحَ، وَعَمِرَكَ مَا هَنْبَقِي فِي ضَيْقَةِ
وَصَلِّيَّ، وَمَعِ رِبِّنَا أَبْدَا وَدَرِيشَ
صَبَاحَكَ قَلْ يَا عَمَّا
وَوَرَدَةَ لَكَ مَنَا كَلَّا

مضى اليوم

مَضَى الْيَوْمُ وَلَا أَدْرِي
عَنِ الْغَدِ، فَهُوَ فِي عِلْمِ رَبِّيِّ.
وَهَا هِيَ الْأَيَّامُ تَمُّرُ، وَالسَّنُونُ تَجْرِي،
وَقَطْأَرُ الْحَيَاةِ مُسْرِرًا عَمَّا يَمْضِي.
الْكَلُّ يَنْسِي فُهُومَهُ
وَلَا أَحَدُ يَضَّلِّي وَلَا يَطْلُعُ مِنْ هُدوءِهِ
لَحْظَهُ هُدوءٌ يَا إِخْوَانَا
خُدُوا نَفْسَ يَا أَصْحَابَنَا
كُلُّهُ يَنْقَاعِلُ وَكُلُّهُ جَمِيلٌ
إِنْسَيُ هُمُوكَ فِي الْبَدِيلِ
رَبَّنَا شَابِيكَ كُلُّ الْخَيْرِ



تطمن. وقد أوهمها ماجد أنه أحضره من جواهري فاخير كان قد أوصاه
منذ فترة أن يُعَدَّ له هذا الخاتم. تفرست نبيلة في الخاتم وسألته عن ثمنه،
فأجابها متصاعداً ليخرج نفسه من الموقف: - «أيه يا ماما! مش عاجب
خاتم شيك وخلاص؟ أنا واثق إنه هيعجب فيولا جد، لأنى عارف ذوقها!»
لكن نبيلة لم تقنع بما قال، ونظرت إليه مشددة: - «جيـ الخاتم ده بكم؟!» «ولتكشف أمره، أو همته أن شكل الخاتم غير
مناسب، وأنه لابد من تبديلة، وطلبت منه أن يذهب معها الآن إلى محل
الجواهري لتجهيزه.

فرض ماجد، ورفع صوته قائلاً: - «أرجوك يا ماما، ملكيش دعوة
بالموضوع ده! دا موضوعي وأنا اللي أتصرف فيه!» «ولما أصرت والدته
على الذهاب، اعتذر متحججاً بأن لديه موعداً هاماً ولابد أن يذهب للحاق
به. لكن نبيلة ردت بسرعة قائلة: - «يوم الاثنين هاروح معاك، ولو وراك
مواعيد الدنيا كلها! هنروح الساعة ثلاثة، وأنا هكون جاهزة.»

مضى ماجد من أمامها مخدولاً إذ لم تنجح خطته، خاصةً بعدما طلبت منه
فاتورة الشراء، فلعلّم وتركتها وانصرفت. وقد تحدثت نبيلة بعد ذلك مع
مرقس بشأن ما حدث، وأعلنته بشقها في الأمر. فأصابه الحزن من
تصرف ابنه، وفكراً أيضاً في مشكلة ابنه الأصغر مدحت، الصيدلي، الذي
يستقى المرضي وبيبع لهم الأدوية الغالية الثمن بدلاً من الرخيصة التي لها
نفس المفعول. كما يقوم ببيع عينات الأدوية التي تأتية، بعد أن يغير
الاستير الخاص بائتها عينات. وكان مرقس قد جلس مع أبونا بيسو في
جلسة الاعتراف، وشكّ له ما يعنيه من تصرفات ابنه.

وإلى اللقاء في الحلقة القادمة.

كلمة منفعة

دراسة البابا شنوده الثالث

اتحاد بغير اختلاط ولا امتراء ولا تغيير ولا استحاله



المقصود أن وحدة الطبيعة هي وحدة حقيقة. ليست اختلاطاً مثل اختلاط القمح بالشعير، ولا امتراء، مثل مزج الخمر بالماء أو مزج اللبن بالماء. كما لم يحدث تغيير مثل الذي يحدث في المركبات، فمثلاً ثالثي أكبิด الكربون فيه كربون وأكسجين، وقد تغير طبع كل منهما في هذا الاتحاد وفقد خاصيته التي كانت تميزه قبل الاتحاد، بينما لم يحدث تغيير في الالهوت ولا في الناسوت بالاتصالهما في تجسد الكلمة. كذلك تمت الوحدة بين الطبيعتين بغير استحاله. فما استحال الالهوت إلى ناسوت، ولا استحال الناسوت إلى الالهوت، كما أن الالهوت لم يختلط بالناسوت، ولا امترأ به، إنما هو اتحاد، أدى إلى وحدة في الطبيعة.

مثال اتحاد الحديد والنار

استخدم هذا التشبيه القديس كيرلس الكبير والقديس ديسقورس. ففي حالة الحديد المحمي بالنار، لا تقول هناك طبيعتان: حديد ونار، إنما تقول حديد محمي بالنار، كما تقول عن طبيعة السيد المسيح إله متأس، أو إله متجسد، ولا تقول إنه إثنان إله وإنسان. وفي حالة الحديد المحمي بالنار لا توجد استحاله. فلا الحديد يستحيل إلى نار، ولا النار تستحيل إلى حديد. ولكنها يتحدا معاً بغير اختلاط ولا امتراء. وإن كان هذا الحال ليس إلى دوام، وهذا نقطة الخلاف. غير أننا نقصد التشبيه بالحديد في حالة كونه محمي بالنار، وله كل خواص النار وكل خواص الحديد.

وكذلك كانت طبيعة الكلمة المتجسد واحدة، ولها كل خواص الالهوت وكل خواص الناسوت.

مثال اتحاد النفس والجسد

استخدم هذا التشبيه القديس كيرلس عامود الدين، وعدد كبير من علماء الالهوت.

تتحد طبيعة النفس الروحانية، بطبيعة الجسد المادية الترابية، وينكون من هذا الاتحاد طبيعة واحدة هي الطبيعة البشرية. هذه الطبيعة التي ليست هي الجسد وحده، ولا النفس وحدها، وإنما هما الاثنان معاً متهددين بغير اختلاط ولا امتراء ولا تغيير ولا استحاله. فما استحال النفس إلى جسد، ولا استحال الجسد إلى نفس، ومع ذلك صار الاثنان واحداً في الجوهر وفي الطبيعة، بحيث تقول إن هذه طبيعة واحدة وشخص واحد.

فإن كانا نقبل مثال اتحاد النفس والجسد في طبيعة واحدة، فلماذا لا نقبل اتحاد الالهوت والناسوت في طبيعة واحدة؟!

تعبير "طبيعة واحدة" وتعبير "طبيعتين"

كما أن الطبيعة البشرية يمكن أن يقال عنها أنها طبيعة واحدة من طبيعتين، كذلك تقول عن الكلمة المتجسد إنه طبيعة واحدة من طبيعتين.

فإن قيل إن طبيعة الالهوت مُغايرة لطبيعة الناسوت، فكيف يتحدا، تقول أيضاً أن طبيعة النفس هي كذلك مُغايرة لطبيعة الجسد، وقد اتحدت معه في طبيعة واحدة هي الطبيعة الإنسانية.

ومع أن الإنسان تكون من هاتين الطبيعتين، إلا أننا لا نقول عنه مطلقاً إنه اثنان، بل إنسان واحد. وكل أعماله تنسبها إلى هذه الطبيعة الواحدة، وليس إلى النفس فقط، ولا إلى الجسد فقط. فنقول أكل فلان ولا نقول إن جسد فلان هو الذي أكل، فننسب الأمر إلى الإنسان كله، وليس إلى جسده فقط. كذلك كل ما كان يفعله المسيح كان ينسب إليه كله، وليس إلى لاهوته وحده أو إلى ناسوته وحده.

ولكن إحتكاكه ببعض الفقراء غير حياته للأبد وقد لاحظ أنه على الرغم من أن الفلاحين والفقراء لا يملكون 1% مما يملكونه هو من أموال وجاه وسلطته. إلخ. ولكنهم سعداء وراضين بحياتهم وعندما أكتشف أنهم يملكون شيء واحد فقط لا يملكونه هو، وهذا الشيء هو الإيمان. ولم يجد أي ملجاً أو ملاذاً سوى ما توصل له الفقراء، وفوراً تحول من الإلحاد للإيمان بال المسيحية ورأى "العظة على الجبل" ليسوع هي جوهر المسيحية بمعنى أن جوهر المسيحية هو أنك ليس فقط تحب أعداءك، بل إنك حتى لا تحاول أن تقاوم الشخص الشرير أو تصد عنه شره وهذه الفكرة عن التطرف في اللاعنف والمسالمة أثرت مباشرة على غاندي (وفي الحقيقة غاندي كان بيتواصل معاه مباشرة وأخر خطاب أرسله تولستوي كان لغاندي) وبعدها أثرت على مارتن لوثر كينج رائد حقوق السود في أمريكا ولكن طبعاً بنسخ مختلفة. وانتهى تولستوي بأن تخلي تماماً عن أملاكه الدينوية لأسرته وأستخدم ثروته في مساعدة الفقراء وقضى بينهم أغلب أوقاته وعاش في كوخ حياة رهباً.. لأنه حقا الكل باطل..

اما النموذج الثاني من البشر الذي عرف أو الذي اكتشف بأن الكل باطل فهو الفريد نوبيل المخترع السويدي، رائد الأعمال والكميائي المعروف باختراع الديناميت، وقد حصل على براءات اختراع عدّة لاختراعه العديد من المواد المتفجرة 1867، وأسس عدّة شركات ساهمت في جعله ثرياً جداً بل من أغنىاء العالم وبراءات اختراعاته البالغ عددها 355... وقد شاء القدر أن مات أخوه الصغير واحتاط أحدى الصحف فنشرت نعى عنه على أنه العالم نوبيل وعلى أنه مخترع الديناميت المستخدم في المدافع الحربية وغيرها وقرأ نوبيل نعيه وهو ما زال على قيد الحياة فلستيقظ ضميره وهو يرى أن البشرية تعانى من الأسلحة الفتاكية التي من أختراعه المهلك.. فحزن جداً ولهاذا قرر بأن يوهب كل ثروته بعد موته لمن يصنع السلام.. وبذلك تمنح جائزة نوبيل كل من يصنع الصلح والسلام للشعوب وأيضاً من ينفون في المخترعات العلمية لصالح البشرية.. و مع الأدراك بأن الحياة ليست سوى مرحلة مؤقتة...!.

اما البرت إينشتاين فهو نموذج آخر من العلماء فهو عالم فيزيائي ألماني معروف بكونه أحد أكثر علماء الفيزياء تأثيراً في القرن العشرين، بل ومخترع عديد من النظريات ومن أهمهم نظرية النسبية والذي باختراعه ونظريته النسبية والتي أدت بذلك إلى اختراع القبلة الذرية ثم الهيدروجينية..وحيث في 1945 ومع نهاية الحرب العالمية الثانية قد ثبتت أمريكا القبلة الذرية على هيروشيمما ونجازاكي في اليابان ومنها هلك مئات الآلوف بسبب الأشعاعات الذرية.. ولهاذا عندما رأى إينشتاين ما قد سببته اكتشافه ونظرياته من دمار للإنسانية قال نادماً كنت أتمنى أن أكون صانع ساعات تفيد الناس بدلاً من هلاكهم .. حيث كان إينشتاين من دعاة السلام. خلال خطاب وجهه لطلاب معهد كاليفورنيا للتكنولوجيا، أشار إينشتاين إلى أن العلم يميل في كثير من الأحيان إلى الحق الضرر أكثر مما ينفع..! وذلك ما يذكرنا دائمًا بأن الحياة، رغم قصرها، يمكن أن تكون غنية ومثمرة إذا عشناها بوعي وحكمة ومحبة وسلام لأن في النهاية الكل باطل وقبض الريح.

سلیمان الحکیم :... الكل باطل...!



هذا العالم فيحاولون تقديم الخدمات بأمانة ونشاط بل يسعون بتقديم المسيح للهالكين ولعدم المؤمنين والخدمة بوسائل ووسائل متعددة بطرق وتدبر حكيم..

بل وهنا أعرض نماذج فريدة من البشر كانوا معروفيين في العالم ومشهورين وحيث كانت أعمالهم تركت بصمات على كل العالم ولكن هؤلاء النجوم أدركوا تماماً بان الكل باطل وكانت نهاية حياتهم أهم من بداية حياتهم ".

وأبدأ بأشهر عملق في الأدب والروائي الروسي هو تولستوي (الكونت) ولا جدال كان اكبر كتاب عصره وتوفي عام 1910 - وعنه 3 كتب من أعظم 100 رواية في التاريخ (بالتسلوي مع شكسبير وكafka ومن كتبه : "الحرب والسلام" و"انا كارينينا" ثم كتابه: "مملكة الرب بداخلك" والكتاب الأخير له تأثير كبير في ولهذا قيل: "أهتمى يا نفسي وتيقظى وفهمى تلك الساعة المخوفة.." مسيحيته والتعقق فى تعاليم الرب.

وقد قيل على لسان القديس بولس: "أركضوا لكي تتسالوا" (فكان يعيش كأقطاعي لأنه من عائلة غنية جداً ذو جذور ضاربة في 1924:9).. ولعلنا ندرك لماذا كان القديس يسطس الأنطونى كان الأرستقراطية والشهرة (وأمه كانت أميرة) بذلك لم يحثك بأى شخص من العامة تقريباً إلا في خمسيناته، وصادف أن تلك الفترة كانت فترة مضطربة جداً من حياته، أكثر فترة تملكت فيها السوداوية والتشاؤم دائمًا يسأل عن "الساعة كام"!! ..

لهذا كثرين يدركون لأهمية الوقت ومدركون كيف أهمية النهاية وذلك منه وكان تقريباً على وشك الإنتحار، جاهدين بانتهاز فرصة الوقت وأدركوا بان الكل باطل بل وفي زوال

بقم وريشة: جون كرياقوس

لا يستطيع الإنسان أن يتذكر لأقوال أمثال وحكم وعظمة سليمان الحكيم وفي قوله: "رأيت كل الأعمال التي عملت تحت الشمس فإذا الكل باطل وقبض الريح" ... وهو ما يجعلنا نتذكرة القول وماذا ينتفع الإنسان لو ربح العالم كله وخسر نفسه..

وها ونحن في نهاية العام نتقط وકأننا كنا في شريط فيلم مصور من بسرعة وندرك أيضاً الوقت قد مضى ولا يمكن استرجاع الساعة وحيث الوقت يعني الحياة وبالتالي الحياة هي الوقت وكما لا انتقال للوقت عن الإنسان مدام حيا .. ومن ثمة أعطى الله الإنسان كل الحرية في الاستفادة فيما قد اعطاه له من ساعات (في حين

النواحي المادية ممكן تعويضها لو ضاعت مثل المال على العكس الوقت!) نعم فالوقت عطية ثمينة من رب وقد صل موسى النبي: "إحصاء أيامنا هكذا علمنا فنؤتى قلب حكمة"

وهكذا يحاول كل منا أن يفتدى الوقت الذي قد يمر سريعاً: وقيل أفنينا سنتنا كقصة.. لأن السنوات تفرض سريعاً فتقطير... وذلك من الأهمية أفتداء الوقت لأننا لا ندرك مدى أو شر الأيام وهذا أذكر قول أشعيا الذي: "فقد أرتد الحق إلى الوراء والعدل يقف بعيداً.. وصار الصدق معدوماً" (أش 14:59) أضف لذلك الوقت قد لا يسعف الصحة أو كبر عمر الفرد.. أو حتى قد يتناسى المرء في سعادة وفتنية أو أهمال وتكلس في طلب التوبة.. والرب قدم لنا مثال واضح عن العشر عذاري وأهمال الجاهلات وتجاهلهم مراعاة للتوقيت وفي عدم الاستعداد.. بل وفي قول صلاة نصف الليل حول لا نعرف التوقيت أو في عدم الاستعداد وهذا قيل: "أهتمى يا نفسي وتيقظى وفهمى تلك الساعة المخوفة.."

وقد قيل على لسان القديس بولس: "أركضوا لكي تتسالوا" (فكان يعيش كأقطاعي لأنه من عائلة غنية جداً ذو جذور ضاربة في 1924:9).. ولعلنا ندرك لماذا كان القديس يسطس الأنطونى كان الأرستقراطية والشهرة (وأمه كانت أميرة) بذلك لم يحثك بأى شخص من العامة تقريباً إلا في خمسيناته، وصادف أن تلك الفترة كانت فترة مضطربة جداً من حياته، أكثر فترة تملكت فيها السوداوية والتشاؤم دائمًا يسأل عن "الساعة كام"!! ..



Egyptians in Australia

- الاحصائية السكانية الاسترالية . The Australian Census .
- الكتاب الوثائقى المصرىين فى استراليا (أعداد وداد مينا الياس)

The documentary book about the Egyptians in Australia (By Wedad Mina Elias).

يعملون على تعميق هوية الانتماء للوطن الام مصر.

يحملون مصر دائماً ... الوطن الغالى...

كل مكان .. يذهبون اليه.

المراجع :-

انه طريق طويل للهجرة المصرية في استراليا، وبعد أكثر من سبعون عاماً لوجودهم على هذه الأرض التي ارتصواها وطنًا ثانياً تشعر بالفخر لعدد أوجه النجاح وعلى جميع الأصعدة وفي مختلف المجالات.

حسب إحصائية استراليا لعام 2021م أشارت أن عدد المصريين المولودين في مصر ويعيشون حالياً في استراليا 43,213 شخص (بخلاف أضافة الجيل الثاني والثالث) وعدد المسلمين المصريين المولودين في مصر ويعيشون في استراليا حسب نفس الإحصائية بعد 9,711 من مجموع 43,213. ولا يوجد جامع خاص بال المسلمين المصريين ولكن هناك عدد كبير من الجوامع يصل إلى 458 جامع ومسجد منتشرة في جميع أنحاء استراليا حتى تاريخ مايو 2025م. وعدد المسلمين عاماً في مختلف البلاد 813,392 حسب إحصائية 2021م.

الأقباط في استراليا.

حسب إحصائية 2021م أشارت أن العدد يتراوح بين 70,000 إلى 100,000 وقد يزيد عن هذا الرقم لأن قاعدة تسجيل البيانات السكانية الكبير يكتفون بكتابه (مسيحي) في خانة الديانة وليس تحديداً قبطي مسيحي. وبناء على ذلك نوته الكنيسة لشعبها الدقة لتحديد صحة البيانات.

حالياً في استراليا 64 كنيسة قبطية أرثوذكسية، وثلاثة أديرة للرهبان وأيضاً ثلاثة أديرة للراهبات، وأربعة مدارس من المرحلة الابتدائية حتى الثانوية العامة. كذلك تتفوق استراليا عن أمريكا وكندا بوجود كلية لاهوتية في كل من سيدني وملبورن.

St Cyril's Coptic Orthodox College – Sydney.

St Athanasius Coptic Orthodox College – Melbourne.

وهنا أحب أن أشير أن جميع هذه الممتلكات من كنائس وأديرة ومدارس ومعاهد أكاديميكية تم تمويلها بالكامل من أبناء الكنيسة القبطية في استراليا المحبين لعقيدتهم وإيمانهم وهم يمثلون 80% من تعداد المصريين عاماً.

المصريين حالياً ...

هناك عدد كبير من الأكاديميين المصريين في الجامعات ومختلف التخصصات والبحث العلمي. ونفر بوجود المرأة المصرية قامة ناجحة في جميع المجالات يسعون دائماً لتقديم الثقافة المصرية العريقة للمجتمع الاسترالي في أبهى صوره.

وحالياً هناك الدكتورة آن على

Anne Aly - Minister for small Business of Australia

والسيد بيتر خليل

Hon Peter Khalil – Assistant Minister for Defence.

المصريون .. في كل مكان وأستراليا خاصة يتميزون بالاستقرار واحترام القانون والنجاح .. والتماسك الأسري وانخراطهم في جميع المجالات.

وهم جالية مثمرة دائماً ...

محبة للوطن مصر ... دائماً

تنوية

بناء على طلب المجلس الاستشاري المصري برئاسة السيد مايكل زكي بمناسبة الاحتفال ب 75 عاماً للعلاقات الدبلوماسية الاسترالية المصرية والذي تم الاحتفال به 27 نوفمبر 2025م في مبني البرلمان الأسترالي.

أهدت (ويدون أي مقابل مادي) المؤرخة الإعلامية وداد مينا الياس مقتطفات من الكتاب الوثائقى (المصريين في أستراليا) لنشره في كتب باللغتين العربية والإنجليزية، وذلك إيماناً لتقديم الثقافة المصرية للمجتمع الاسترالي في أبهى صوره.



Australia and Egypt Celebrate 75 Years of Diplomatic Relations

الشباب المصري محبي الرياضة يقدمهم الشاب كمال لطفي.
في عام 1988 عاد صادق كان عادل صادق (معرض فرعوني باسم (معرض دهب الفراعنة) وتم عرضه في كل من سيني وملبورن وكوينزلاند. قامت بتمويله هيئة القمح الاسترالية، وشركة سنغافورة بالشحن الجوي، وشركة كوانتس بالنقل الداخلي وكان له تأمين قدره 43 مليون دولار وقتها.

كان واجهة مشهورة لمصر حيث استقبلته استراليا باستعداد هائل ، وطلاء كل اتوبيسات سيني باللون الازرق والذهبي مع صور فرعونية. وعلى مدى شهر كامل في سيني كان يبدأ من التاسعة صباحاً وحتى السابعة مساء. بينما يقف طوابير من الساعة السابعة صباحاً انتظاراً لمشاهدة تاريخ مصر الفرعوني الذي لا يضاهيه تاريخ آخر.

ومن المعارض التي تشرف كل مصرى معرض الغرفة التجارية المصرية.

كان ذلك في آخر الثمانينات في منطقة آيدج كليف. اشتهرت فيه 12 شركة مصرية بين قطاع عام وخاص، وشرف عليه المستشار التجاري وقتها الاستاذ فكري تادرس. وكان العرض أكثر من رائع في المستوى والتسويق والجودة. وانبهر المستوردين ورجال الأعمال بالمنتجات المصرية من الكريستال والسجاد والمفروشات والصناعات الخشبية والتي تعادل عليها كثير من المستثمرين الاستراليين.

عرض الملك رمسيس.

كان ذلك في نوفمبر 2023 في استراليا بمعرض الملك رمسيس والذي تم عرضه في متحف سيني وعرض فيه 181 قطعة أثرية.

معارض مصرية في أستراليا.

وفي عام 1983 عقد أول مؤتمر لمصريين في الخارج في جامعة القاهرة، حضره من أستراليا د. فريد فرج رئيسي ومعه صفتون البنا والصحفى سامي مجلى صاحب جريدة المحرر والسيد وسيلى براملى عن الجالية المصرية اليونانية الذى أسس أول نادى مصرى في كينجزفورد وأول إذاعه مصرية والصحفية وداد الياس رئيسة أول اتحاد نسائي مصرى في أستراليا.

مسار الجالية في أستراليا

في نظرة متأنية لمتابعة مسار الجالية المصرية في أستراليا ومنذ وجودها على هذه الأرض بعيدة عن الوطن والتي ارضاها كل قادم اليها وطن ثانى.

بدأت الهجرة المصرية للخارج بعد ثورة الضباط الأحرار في 23 يوليو 1952، مصر قبل ذلك التاريخ كانت أرضًا خصبة غنية مستقبلة لجاليات أجنبية عددها 2 مليون من تعداد الشعب المصري في ذلك الوقت 18 مليون يعيشون ويعملون وينتجون في سلام وجنباً إلى جنباً في وطن كريم يؤمن بالتنوعية الثقافية.

في صفحات الكتاب الوثائقى عن المصريين في أستراليا نجد انه في عام 1901 كان عدد المصريين 108 شخصاً، وفي عام 1947 كان عدد المصريين 803 شخصاً. هذه الأرقام بناء على مكان الميلاد وليس الجنسية. وأغلبها كانت لأبناء العاملين بالجيش الإنجليزي والذين كانوا في مصر مع عائلاتهم وبالطبع أبنائهم المولودين يحملون شهادات ميلاد مصرية. ثم يضاف لهم أيضاً أبناء الجاليات اليهودية واليونانية والإيطالية والارمنية وغيرها.

ثم بدأت الهجرة المصرية منذ عام 1954 حيث دخل أستراليا 8150 شخصاً أغلبهم من الجاليات الأجنبية التي كانت تعيش على أرض مصر.

وفي عام 1961 دخل أستراليا 16,286 مصرياً من الأقباط والمسلمين. والملحوظ أن نوعية هؤلاء المهاجرين كانت سلسلة ومتعددة ومترابطة في صفات قوية.

ثم بدأ نهر الهجرة المصرية يتدفق حتى وصل إلى 140,33 شخصاً عام 1991. وفي الإحصائية الرسمية للسكان في أستراليا أشارت أن ثالث المصريين حاصل على شهادة متوسطة، يضاف إليها تخصصات علمية جامعية متعددة. وبهذا تعتبر الجالية المصرية صاحبة أكبر نسبة تعليم بمقارنتها بالجاليات الأخرى. كذلك بالنسبة للاستقرار الاجتماعي، حيث يهتم المصري بشراء مسكنه تأميناً له ولأسرته.

والجالية المصرية من أعلى الجاليات المهاجرة احتراماً للقانون الاسترالي وانخفاض مستوى الجريمة بمقارنتها بالجاليات الأخرى. كذلك اندماج الجالية المصرية في مختلف الأنشطة الاجتماعية والسياسية والعلمية. وليس لهم مركزية التعامل في أحياء معينة بل ينتشرون على الخريطة الاسترالية في كل مكان.

صفحات مع المصريين
الصحفية: وداد الياس



أستراليا ومصر و 75 عام
للحوار الرسمي بين البلدين.

بدأت العلاقات الدبلوماسية بين البلدين متينة وقوية، حيث افتتحت أستراليا أولى سفارتها في الشرق الأوسط في القاهرة عام 1950م. وأفتتحت مصر سفارتها في كانبرا عام 1958م وكان السفير مصطفى يوسف أول سفير.

بالنسبة لأستراليا كان لها وجود في مصر قبل وجود سفارتها، حيث اشتهرت في الحرب العالمية الأولى وكانت ضمن مجموعة دول الحلفاء مع بريطانيا. وكان لأستراليا في مصر مستشفى عام في منطقة العباسية وذلك بين 1914 - 1919. حيث تواجدت أعداد كبيرة من الجيش الأسترالي بكل معداته الحربية. وكان لأستراليا وجود قوي للحفاظ على أمن قناة السويس، ومركزًا للتدريب قبل حملة (جاليبولي) كذلك دورها في منطقة العلمين عام 1942م.

وتطورت العلاقات بين أستراليا ومصر بشكل كبير خاصة بعد تزايد أعداد المهاجرين المصريين لهذا الوطن البعيد. وأصبح هناك تبادل تجاري قوي وصل عام 2023م إلى 650 مليون دولار. و يأتي هذا التعاون الاقتصادي في مجال الطاقة النظيفة والهيدروجين الأخضر والزراعة والسياحة والتكنولوجيا وخبرات أستراليا في إدارة الموارد المائية وتربيه الماشية هذا بالإضافة لتصدير اللحوم والقمح لمصر. وحجم الصادرات المصرية لأستراليا 50 مليون دولار أغلبها أطعمة وملابس جاهزة وسجاد ومنتجات قطنية.

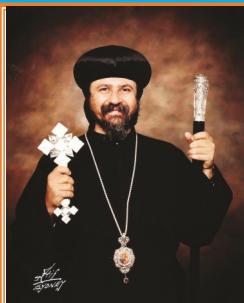
التمثيل الدبلوماسي المصري في أستراليا بدأ عام 1958م بسفارة كانبرا. ثم افتتحت قنصلية سيني عام 1978م. وقنصليه ملبورن عام 1983م.

علي مدى هذه السنوات كان لسفارتنا وقنصلياتنا دوراً كبيراً في رعاية المصريين سواء مهاجرين أو مبعوثين أو دارسين أو تنشيط سياحي وقضاء مصالح المصريين عامة، بالإضافة إلى العلاقات الرسمية بين البلدين.

كان لسفارتنا وقنصلياتنا دوراً في تشجيع الأنشطة الاجتماعية والمؤثر في مسار الجالية. وكان لقنصليه سيني خاصة نشاط مجتمعي مميز لخدمة الجالية المصرية حيث أصدرت في أول الثمانينات 1981م، أول مجلة مصرية (صوت مصر) أشرف عليها القنصل محمود رفعت والقنصل هاني خلف. وقام بتحريرها كل من فاروق جودة وداد الياس. وفي هذه الفترة أيضاً تم تكوين (فريق النيل لكرة القدم) من عدد من



The ambassador's remarks came during the celebration of 75 years of diplomatic relations between Egypt and Australia, a partnership that began in 1950 when Australia opened its 1st embassy in Cairo.



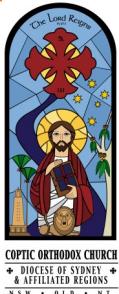
(4) حفظ وصايا الله ومحبة القريب :

الإيمان الحقيقي يثمر أعمالاً. محبة الله لا تفصل عن محبة القريب. حفظ الوصايا وخاصة وصية المحبة هو ثمرة الإيمان ودليل على محبتنا لله.

* الآية: * "إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونِي فَاحْفَظُوا وَصَائِيَّايِ." (يوحنا 14: 15)

* قول الكنيسة: يقول القديس باخوميوس أب الشركة: "إن كنت تطلب الكمال، فليكن أول وصايك محبة الإخوة".

الكنيسة القبطية الأرثوذكسية
كرسي الإسكندرية
إبپارشية سيدني وتوابعها.



عظة عن: " مَاذَا نَعْمَلْ لِنَرْثُ الْحَيَاةِ الْأَبَدِيَّةِ؟ "

أيها الأحباء، يسأل الكثيرون، كما سأل الغني السيد المسيح: " مَاذَا أَعْمَلْ لِأَرْثُ الْحَيَاةِ الْأَبَدِيَّةِ؟ " (مرقس 10: 17)

الإجابة ليست في عمل واحد، بل في رحلة إيمان وحب تكتشف من خلال علاقتنا مع الله. إليكم خمس نقاط أساسية على هذا الطريق:

(5) الثبات حتى النهاية:

البداية هي الإيمان بأن الخلاص هو هبة من الله، يمنحها لنا بنعمته من خلال ابنه يسوع المسيح. ليس بأعمالنا تبرر، بل بالإيمان به.

* الآية: * "لَأَنَّهُ هَكُذا أَحَبَّ اللَّهُ الْعَالَمَ حَتَّى يَذْلِلَ ابْنَةَ الْوَحْيَةِ، لِكَيْ لَا يَهْلِكَ كُلُّ مَنْ يُؤْمِنُ بِهِ، بَلْ تَكُونُ لَهُ الْحَيَاةُ الْأَبَدِيَّةُ." (يوحنا 3: 16)

* قول الكنيسة: يقول البابا شنوده الثالث: "الإيمان هو الباب الذي ندخل منه إلى كل بركة... هو الأساس الذي نبني عليه كل حياتنا الروحية".

كونوا معافين في الرب.

صلاتكم لاجلي.

+ الانبا دانييل

بنعم الله اسقف إبپارشية سيدني باستراليا وتوابعها.

(1) الإيمان باليسوع ملخصاً:

البداية هي الإيمان بأن الخلاص هو هبة من الله، يمنحها لنا بنعمته من خلال ابنه يسوع المسيح. ليس بأعمالنا تبرر، بل بالإيمان به.

* الآية: * "لَأَنَّهُ هَكُذا أَحَبَّ اللَّهُ الْعَالَمَ حَتَّى يَذْلِلَ ابْنَةَ الْوَحْيَةِ، لِكَيْ لَا يَهْلِكَ كُلُّ مَنْ يُؤْمِنُ بِهِ، بَلْ تَكُونُ لَهُ الْحَيَاةُ الْأَبَدِيَّةُ." (يوحنا 3: 16)

* قول الكنيسة: يقول البابا شنوده الثالث: "الإيمان هو الباب الذي ندخل منه إلى كل بركة... هو الأساس الذي نبني عليه كل حياتنا الروحية".

(2) التوبة واعتماد سر المعمودية:

الإيمان يحثنا على التوبة، وهي تغيير الفكر والحياة، ونحصل على غفران الخطايا ونولد ولادة جديدة من الماء والروح في سر المعمودية المقدس.

* الآية: * "تُوبُوا وَلِيَقْمَدْ كُلُّ وَاحِدٍ مِنْكُمْ عَلَى اسْمِ يَسُوعَ الْمُسِيحِ لِغُفرانِ الْخَطَايَا، فَتَقْبِلُوا عَطِيَّةَ الرُّوحِ الْقُدُّسِ." (أعمال الرسل 2: 38)

* قول الكنيسة: يقول القديس كيرلس الأورشليمي: "في المعمودية تغسل خططياك كلها. إن ماء المعمودية هو لك قبر وأم".

(3) الحياة في النعمة من خلال الأسرار المقدسة:

الحياة الأبدية لا تُربح بلحظة واحدة ثم ننساها، بل هي شركة مستمرة مع الله. نحافظ على هذه الشركة من خلال حياة النعمة، وبالأشخاص التغذية بالإفخارستيا (التناول) في سر القربان المقدس.

* الآية: * "مَنْ يَأْكُلْ جَسَدِي وَيَشْرُبْ دَمِي فَلَهُ حَيَاةٌ أَبَدِيَّةٌ، وَأَنَا أَقِيمُهُ فِي الْيَوْمِ الْآخِرِ." (يوحنا 6: 54)

* قول الكنيسة: يقول الأنبا بيوانس أسقف الغربية: "التناول هو لقاء حقيقي مع المسيح، يقوينا في رحلتنا نحو الملوك".



صدرت مجلتي بنبوع المحبة والمنارة اعتباراً من شهر فبراير 2022 في عدد مشترك وثوب جديد، جميع صفحاتها ملونة وستستمر على ذلك شهرياً لتتصدر في الأحد الأول من كل شهر احرص على الحصول على نسختك

لقراء الأعزاء يمكن أرسال التبرعات على

PO Box 447 South Hurstville NSW 2221

أو بالإيداع على حساب الرقم التالي

Account name

SYDNEY COPTIC MEDIA ASSOCIATION

BSB 062 196 Acc No 10576855

editor@elmanara.org.au

advertising@elmanara.org.au

الموقع الإلكتروني

www.elmanara.org.au

سلسلة "أصحابات متخصصة" (٤)

الراعي الأمين والرعاية الواثقة فيه



عظة قداسة البابا تواضروس الثاني
من كنيسة مارجرس
بمنشية البكري
يوم الأربعاء ٨ أكتوبر ٢٠٢٥

(رو ٢١: ٢). وفي صلاة الساعة الثالثة نقول: "تهنى طريقنا لأنك إله خلاصنا". إن كلمة "تهنى" هي أرقى درجة في استعداد العروس يوم زفافها، ويقول لها العريس في سفر التشيد: "كلك جيبل يا حبيبي ليس فيك عيته (صغيرة)" (نش ٧: ٤). الله يشيع أولاده من المائدة السماوية أي الإفخارستيا التي تهزم الشيطان عدو الخير. وفي الضيقات يمد إليهم يده ويكون معهم. يقول القديس كيرلس الأول شلبي: "السيخ هو مائتنا الذي يقمن لنا جسده ودمه عربون للحياة الأبدية". الراعي أيضًا يفيض بالبركات: "مسحت بالدهن رأسى كاسى ريا".

يقول القديس باسيليوس الكبير: الروح القدس هو الزيت الذي يلين القلب ويعطي الفرح. نحن نرسم بعد المعمودية بزيت المiron في ٣٦ موضعًا فيصبر الجسد كله مداشًا ومقسًا.

"كاسى ريا" أي متنى لتمامه.. كأس الإنسان يمتل بالفرح ويفيض. عندما أرسل السيد المسيح تلاميذه ليشرعوا رجعوا فرحين وقالوا له: "تبارك، حتى الشياطين تخضع لنا بأسنك" فقال لهم: "لا تفرجوا بهدا: أن الأرواح تُخضعُ لكم، بل أفرجوا بالآخر أن أسماءكم كُتُبٌ في السماء" (لو ١٠: ١٧، ١٨). وأنت بمجرد أن تشعر أن اسمك مكتوب في السماء يملك الفرح. فكنا نجاهد روحًا لكي تكتب أسماؤنا في الملوك ويكون لنا نصيب سماوي.

الكتاب المقدس قال أن نعمل ثلاثة أشياء "كل حين": صلوا كل حين (لو ١٨: ١)، افرجوا كل حين (اتس ٥: ١٦)، اشكروا كل حين (أف ٥: ٢٠). والثلاثة مرتبطين: فالصلة تحجب لك الفرح فتشكر، أو الفرح يجعلك تصلب وتشكر وهكذا.

٦ - الراعي يرافقتنا ويقودنا للأبدية "إِنَّمَا خَيْرٌ وَرَحْمَةٌ يَتَبَعَّلَنِي كُلُّ أَيَّامِ حَيَاتِي، وَأَسْكُنَتِي فِي بَيْتِ الرَّبِّ إِلَى مُدْنَى الْأَيَّامِ"

تصور أنك تمسي أمام خير ورحمة هي عطايا الله كل أيام حياتك. إن السكينة في بيت الرب هي الحضور المستمر، ويرمز بها للملوك. فإنه هو الراعي الذي يرافقنا ويطلل علينا ولا يتربكنا حتى يقولنا إلى الأبدية وبهينا المجد هناك.

القديس مكاريوس الكبير يقول: "السماء هي حظيرة الخراف حيث الراعي لا يفارق رعيته".

الخلاصة

أريدك أن تضعي هذا المزمور أمامك كل يوم وترتله وتحظله وتعيش معانيه. وليرثك تسجل بعض أعمال الله الجميلة معك.

إن الله هو الراعي الذي يقود رعيته، أما الرعاية فيجب أن تتق في الراعي، وتطبيع صوته، وتثبت معه في الراعي الخضر أي المائدة السماوية التي يقدّها، فتقول: "لا يغُزني شيء"، وتكون متأكدة أن: "خير ورحمة يتبعاني كل أيام حياتي، وأسكن في بيته الرب إلى مُدْنَى الْأَيَّامِ".

والراعي يرد الضال إلى الطريق ويقوده في مسارات الخير، أي يجعله يفكر بطريقة صحيحة ويتخذ قرارات صحيحة. كان بطرس تلميذًا للمسيح وحضر معجزاته وشاهد التجلي، لكنه في وقت الصليب انكر واحتاج من يهديه ويرده، فظهر له المسيح عند البجيرة وهو يصطاد مع يوحنا الحبيب وقال له ثلاثة مرات: "اتجّبني" وفي المرة الأخيرة قال بطرس: "يا رب، أنت تعلم كل شيء أنت تُعرف أني أخطئ" (يو ٢١: ١٥)، فقال له "ارجع خرافي" وبهذه الطريقة رده المسيح. من يترك الإنجيل ولا يقرأه ولا يعيشه ولا يفهمه ينحرف مساره ويبعد عن المسيح الذي لم يأت ليهلك الصالحين بل ليعدهم إلى حضنه ويهديهم إلى سبل البر.

٤- الراعي يرافق الإنسان في الصعوبات "إِنَّمَا أَدَّى سُرُّتُ فِي وَادِي ظَلَّمَتْ لَا أَخْافُ شَرًا، لَا كُنْتُ مَعِي عَصَاكَ وَعَكْزَاكَ هُمَا يَعْرِيَنِي"

هذه هي وظيفة الله الراعي أن يرافق الإنسان في المواقف التي تواجهه في حياته.. إن الإنسان لن يخلو من التعب والمشكلات لكن الله الراعي يعده سيكون مع كل منا.. ونلاحظ أن عبارات هذا المزمور تأتي كلها بصيغة المفرد. إن الكتاب المقدس يعلمنا أن "اسمَ الرَّبِّ بُرْجٌ حَسِينٌ" (أم ١٨: ٢٠) والتاريخ الروحي للمسيحية يعلمنا أنه بمجرد ترديد اسم ربنا يسوع يسجح حولنا برجًا حسيناً، ومن هنا جاءت الصلاة السمهية أو القصيرة أو الدائمة أو صلاة يسوع: "يا رب يسوع المسيح ارحمني أنا الخاطئ".

أما الفرق بين العصا والعناء فهو أن العصا تستخدم لحماية القطيع وإبعاد أي حيوانات أو ذئاب، أما العنا فهو للاستدراك راعي يدعم ويسمع.

لما ألقى الثلاثة فتية في أنتون النار، حول الله الأنتون إلى ندى بارد وظهر رابع شبيه بابن الآلهة في وسطهم. لقد ساروا في وادي ظل الموت لكنه كان معهم. وبالمثل دانيال النبي لما ألقى في جب الأسود، أتاه الملك في اليوم التالي، فقال له دانيال: "إِلَهِي أَرْسَلْتَ مَلَاكَهُ وَسَدَّقْوَاهُ الْأَسْوَدَ فَلَمْ تُضُرْنِي، لَأَنِّي وَجَدْتُ تِرْبَيَّا فَدَامَهُ، وَفَدَامَكَ أَيْضًا أَلَيْهَا الْمَلَكُ، لَمْ أَفْعُلْ دَنَبًا" (دا ٦: ٢٢). لم يخف دانيال من الأسود إنما الأسود هي التي خافت منه. هذه الأحداث التي كتبت في الكتاب المقدس تشجعنا، وهذه هي حلاوة أن نعيش بكتابنا المقدس.

يقول القديس أثناسيوس الرسولي: "في الضيقة اذكر أن الراعي معك فلا تخاف الموت لأن الموت صار بابا للحياة".

٥- الراعي يُشَبِّهُ وَيُفَرِّجُ وَيُفِيضُ بِالْبَرَكَاتِ "تَرَبَّ قَادِمِي مَائِدَةَ تَجَاهَ مُضَابِقِي مَسَحَتْ بِالْدَّهْنِ رَأَسِي كَاسِي رَيَّا"

ال فعل "يرتب" هو في الترجمة السبعينية "يهبى". وفي اللغة العربية كلمة "يهبى" لا تقال إلا عن العروس في يوم زفافها. لذلك في سفر الرؤيا يقول: "رَأَيْتُ الْمَيِّنَةَ الْمَقْدِسَةَ أُورْشَلِيمَ الْجَدِيدَ تَازَّلَهُ مِنَ السَّمَاءِ مِنْ عَنْدِ اللَّهِ مُهِيَّةً كَعْرُوسٍ مُرِيَّةً لِرَجْلَهُ".

سأكلمك اليوم عن مزمور الراعي (مز ٢٣)، سوف أتأمل معكم في بعض المعاني التي تقييمك وأنتم تصلون بهذا المزمور لتشيوا في معاني كلماته. هذا المزمور مكون من ست آيات فقط، لكن معانيه كبيرة جدًا.

تشبيهان يشبه بهما السيد المسيح نفسه
إن فكرة الراعي والرعاية من أهم الأفكار التي شرّحها السيد المسيح كثيّرًا في العهد الجديد. السيد المسيح لما أراد أن يشبه نفسه اختار تشبيهين معروفيين في الحياة الاجتماعية اليهودية وهما تشبيه الراعي (فكرة الطمائنية) وتشبيه العريس (فكرة الفرحة).

تأملات في كلمات المزمور

١- الراعي مصدر اكتفاء "الرَّبُّ رَاعِي فَلَا يَغُزِّنِي شَيْءٌ"

إن عطايا الله العظمى يعطيها لكل البشر مثل: الهواء والأكسجين والماء والشمس، لكن الإنسان أحياها يفسد عطايا الله (تلوث الماء والهواء إلخ). والله يسد كل احتياجات أولاد الروحية والمالية والنفسية، فكان يرسل الطعام لإليها عن طريق غراب، وكان يرسل من والسلوى لشعب إسرائيل في البرية.

يقول القديس أسطفانوس: "من له الرب راعي فإني شيء ينقصه إن غاب كل شيء يبقى الرب الراعي حاضرًا". معنى أنه مadam هناك راعي يرعى الإنسان على نخلة وعين ماء طوال حياتهم في فرح وفي ملة القدس.

٢- الراعي يقود إلى الخضراء والماء "فِي مَرَاعٍ خُضْرُ يُرِبِّضِنِي إِلَى مِيَاهِ الرَّاحَةِ يُورِثُنِي"

الراعي دائمًا يقود الغنم إلى المكان الذي فيه خضراء وماء وظلال، ويقودهم إلى مكان شبه مستوى ليس فيه مرتفعات عالية أو منحدرات.

إن المراجع الخضراء (المتجدة) هي كلمة الله المقدسة، التي كلما تقرأها تدخل إلى أعماق المعرفة. أما مياه الراحة فهي روح الله الذي يملأ الإنسان من خلال الصلاة وقراءة الإنجيل. وهنا نذكر المرأة السامرية التي ذهبت إلى البئر لتسقي وقت الظهيرة فقال لها السيد المسيح: "كُلُّ مَنْ يَشَرُّبُ مِنْ هَذَا الْمَاءَ يَعْطَشُ أَيْضًا" (يو ٤: ١٣)، فتركت جرتها التي تمثل العالم وبدأت تشرب وتشبع باليسوع.

القديس يوحنا ذهبي الفم يقول: "إن المراجع الخضراء هي الأسفار المقدسة والمياه الهاشة هي المعمودية وروح الله الذي يعلم فينا ويلهينا".

إذن المراجع الخضراء والماء الراحة هي الأسفار المقدسة والروح القدس. فانجذب الإنجيل دائمًا مقتولًا أمامنا لنقرأ فيه ونشبع ونتقابل مع شخص المسيح.

٣- الراعي لا يدع الغروف يشرد "يَرُدُّ نَفْسِي يَهُدِّنِي إِلَى سُلْبِ الْبَرِّ مِنْ أَجْلِ اسْمِهِ"

كلمة الله ترد علينا الروح: "عند كلّة هُمُومِي في داخلي، تغريّاتك تلذّذ نفسي" (مز ١٩: ٩).

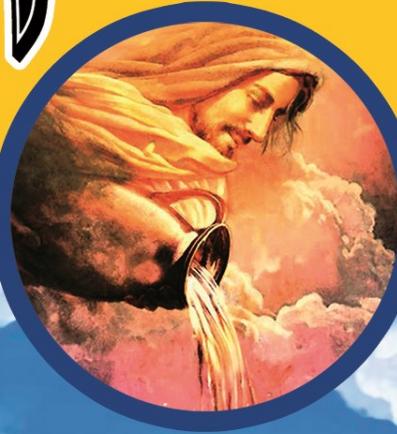
الاحد 29 هاتور 1742 7 ديسمبر 2025

العدد رقم 229 - 1288

المغاربة



يُسوع



مجلة تصدرها الكنيسة القبطية الارثوذكسيه سيدني تحت رعاية نيافة الحبر الجليل الأنبا دانييل

COPTIC ORTHODOX CHURCH
+ DIOCESE OF SYDNEY +
& AFFILIATED REGIONS
NSW • QLD • NT