

## كلمة العدد

### ميلاد السيد المسيح بالجسد «التجسد الإلهي»



إعداد: الياس شفيق نينو

عيد ميلاد ربنا يسوع المسيح بالجسد هو رأس الاعياد. وكل الأعياد السيديّة الأخرى، الظهور، التجلي، الآلام، الصلب، القيامة والصعود تتبع الميلاد. فلولا الميلاد ما كانت قيامة ولولا القيامة ما كان لهدف التجسد أن يتحقّق. كل هذه الأعياد واحدة ونعيش أحداثها في كل قداس إلهي، وبحسب الآباء كل عيد هو ميلاد وكل عيد هو فصح وكل عيد هو عنصرة. ونشترك من خلال القداس الإلهي بكل أحداث التجسد الإلهي.

ان ميلاد المسيح هو حدث تاريخي لأنه جرى في لحظة محددة من التاريخ عندما كان أوغسطس قيصر امبراطوراً لروما وهيرودس حاكماً لليهودية، وقد شدّد الانجيليون على تاريخية الحدث، وهذا يعني أن المسيح قد اتخذ جسداً بشرياً حقيقياً وأن التجسد لم يكن مجرد مظهر خارجي أو خيال وأن الإله الكامل والإنسان الكامل قد أصبح موجوداً وأن ما جرى للمسيح إنما جرى مرة واحدة فقط في التاريخ. لهذا قال القديس يوحنا الدمشقي أن المسيح هو «الأمر الجديد تحت الشمس» وهذا يعني أنه منذ خلق العالم والإنسان لم يكن هناك أي جديد في العالم لأن كل شيء يتكرّر. ولادة الإنسان تتكرّر وهي نتيجة كلمة الله «نعمل الإنسان على صورتنا كشبهنا وأثمروا واكثروا واملأوا الأرض واخضعوها» (تك ١: ٢٦-٢٨).

نشيد الملائكة المميّز «المجد لله في الأعالي وعلى الأرض السلام» (لو ٢: ١٤) هذا السلام هو الذي أتى مع ولادة المسيح، وهو الذي أعطى الإنسان السلام مع الله ومع أخيه الإنسان ومع نفسه أيضاً.

النجم الذي رآه المجوس في الشرق والذي قادهم إلى بيت لحم لم يكن نجماً عادياً بل بحسب القديس يوحنا الذهبي الفم هو ملاك الرب الذي قادهم. هذه لم تكن حادثة عادية بل فوق العادية، كما يظهر من صفات هذا النجم، فهو لم يكن يتحرك



فقط بل كان يقف أيضاً، وكان منخفضاً أكثر من غيره من النجوم وكان لامعاً أكثر منها وكان يظهر في النهار في حين لم يكن أي نجم آخر يظهر في نور الشمس. وكان يتحرك بطريقة غريبة من الشرق إلى الغرب وعند النهاية تحرك من أورشليم إلى بيت لحم «ووقف فوق المغارة حيث كان الصبي» (مت ٢: ٩).

نسأل طفل المغارة أن يعم السلام في العالم وخاصة في بلادنا المقدّسة التي وُلد فيها السيد المسيح ملك السلام، والتي تئن من القهر والقتل والإرهاب والتشريد.

وكل عام وأنتم بالف خير . يتبع في العدد القادم

لقاء العدد  
مع المهندس  
سعيد ابو جابر

صفحة ٨+٩

سمو الاميرة بسمة تكرم  
الفائزين بمسابقة رسم  
الملتقى التربوي

صفحة ٥

جلالة الملكة رانيا العبدالله  
تسلم مدير المدرسة  
شهادة الاعتمادية الصحية

صفحة ٥

الدكتور احسان حمارة  
يفتتح بازار الجمعية

صفحة ٣



# لماذا ولد المخلص

## في مغارة؟

### القديس نيقلاوس الصربي

سألنتي هذا السؤال منذ زمن طويل لكن اعذرني لأنني انتظرت هذا اليوم المبارك لكي أجيبك ، عندما تكون كل أفكارنا متوجهة نحو تلك المغارة التي أشرفت منها للعالم شمس البرّ .

التواضع هو الفضيلة الأولى التي علّمها المسيح للناس في الموعدة على الجبل . وقد ظهر هو بنفسه مثلاً لهذه الفضيلة بولادته في مغارة للغنم وليس في قصر ملكي .

العبرة المهمة الثانية التي أعطها الرب للعالم بولادته في مغارة تتلخص في أنه ضيق على نفسه ليعطي مكاناً للآخرين والرضا بما هو ضروري ليحصل الآخرون على احتياجاتهم الضرورية . كما قال الرسول الإلهي: "فإن كان لنا قوتٌ وكسوة فلنكتفِ بهما" ( ١ تي ٦ : ٨ ) . أليس هذا درساً للعالم الحاضر الذي يعيش أزمة؟ هناك عبرة أخرى وهي أن المكان لا يجعل من الإنسان شخصاً مهماً ، إنما الإنسان يجعل المكان مهماً . الإنسان هو القيمة الكبرى على الأرض . الغنى والبريق الخارجي لا يزيدان من كرامة الإنسان كما أن الفقر لا يُفقص منها . أتعلم ما قاله الرب عن يوحنا المعمدان؟ "ماذا خرجتم لتنظروا؟ إنساناً لابساً ثياباً ناعمة؟" (مت ١١ : ٨) . الملك هيرودس يسكن في القصور ويلبس الثياب الناعمة ، لكنه ليس إنساناً بل ثعلباً . وبيلاطس في خدره ليس بإنسان لكنه ذئب روماني . وهكذا الفريسيون ليسوا أناساً ولكنهم أبناء الأفاعي . إنما يوحنا الذي لا مأوى له أعظم من هؤلاء الساكنين في القصور ، فليس هناك مولودٌ من النساء أعظم من يوحنا المعمدان .

هناك أيضاً عبرة أخرى من الرب وهي أن ملكوت السماوات أهم من كل الأشياء التي في العالم . ويمكن

للإنسان أن يقتني ملكوت السماوات بصرف النظر عن مكان ولادته ومكان معيشته ، سواء أكان في المدينة أو في القرية أو في الصحراء أو في المغارة . لقد أراد الرب أن يلقي درساً للعالم الذي كان ينتظر أن يشرق النور من المدن الكبرى وهو أن النور الحقيقي يمكن أن يشرق من مغارة حقيرة . وهذا ما أثبتته لاحقاً الكثيرون من النساك والشيوخ العظام ومصاييح الروح الحقيقية .

وبرأيي الشخصي ، هناك سبب مهم آخر لولادة المسيح في مغارة . توجد في الأراضي المقدسة لغاية الآن أربعة جبال كبيرة وهي قائمة منذ أيام المسيح . الجبل الأول في بيت لحم حيث ولد المسيح ، والثاني جبل التجربة حيث جُرب المسيح من الشيطان ، والثالث جبل الجلجلة حيث صُلب المسيح وقُبر وقام من بين الأموات ، والرابع جبل الزيتون الذي منه صعد المسيح إلى السموات . أهم أربعة أحداث في حياة المُخلص مرتبطة بهذه الجبال الصامدة . لم يبقَ أثر للبيت في الناصرة الذي عاش فيه المسيح ولا في كفرناحوم حيث سكن ولم يبقَ هناك أي بيت سكن فيه أثناء تجواله ، ولا قصر هيرودس ولا دار بيلاطس ، ولا حتى هيكل سليمان . كل ما هو مصنوع

بأيدٍ بشرية تهتّم مع الزمن ولكن هذه الجبال الأربعة المصنوعة بيد الله لا زالت قائمة إلى الآن .  
وذلك لكي لا يشكّ أحدٌ في أن الرب يسوع بالحقيقة وُلد وجُرب مثل إنسان وُصَلب من أجل خطايا البشر وقام من الأموات وبمجد صعد إلى السموات إلى ملكوته الأزلي حيث ينتظر أبراره . لقد عرف الله قلب الإنسان المتحجّر وأفكار البشر المتقلّبة ، لذلك فإنه ربط بحكمة هذه الأحداث العظيمة الأربعة

بأربعة جبال صامدة . لو أن المسيح ولد في بيت في مدينة أو قرية فهل كان سيبقى هذا البيت محفوظاً للآن ليشهد لنا على ميلاده؟ حتى المدينة التي ولد فيها الإسكندر الكبير غير موجودة الآن . كما لم يعد هناك الكثير من المدن والممالك التي ولد فيها أناس عظماء ، أما مغارة المسيح المقدّسة في بيت لحم فهي موجودة وقائمة وتشهد لميلاده وتواضعه ومحبهه للجنس البشري وعطفه على المساكين والفقراء .



اختارتها: سينا غاوي

## خاطرة

ان فقدت مكان بذورك التي بذرتها يوماً ما سيخبرك المطر أين زرعتها ، لذا ابذر الخير فوق أي أرض وتحت أي سماء ومع أي أحد فأنت لا تعلم أين تجده ومتى تجده . ازرع جميلاً ولو في غير موضعه ، فلا يضيع جميل أينما زرع . فما أجمل العطاء فقد تجد جزاءه في الدنيا أو يكون لك ذخراً في الآخرة . لا تسرق فرحة أحد ولا تقهر قلب أحد .

## أقوال ماثورة وحكم

الغرب ليسوا عابرة ونحن أغبياء ، «هم فقط يدعمون الفاشل حتى ينجح ، ونحن نحارب الناجح حتى يفشل»  
صغار العقول يرون في الإعتذار مهانة ، أما كبار العقول فيرون الإعتذار رقياً وتسامحاً  
أعمارنا قصيرة فالبصمة الجميلة تبقى وان غاب صاحبها .



جمعية الثقافة والتعليم الأرثوذكسية

عطاء.. تطور.. تميز

برعاية رئيس الهيئة الإدارية لجمعية الثقافة والتعليم الأرثوذكسية  
الدكتور احسان عيسى حمارنة

سيتم افتتاح البازار الخيري السنوي والذي تقيمه اللجنة الاجتماعية والنسائية

الاربعاء ١٦/١٢/٢٠١٥ في المركز الثقافي الرياضي / القاعة الكبرى

المبنى الجديد من الساعة العاشرة صباحاً وحتى السادسة مساء

في المدرسة الوطنية الارثوذكسية / الشميساني

ميلاد مجيد وكل عام وانتم بألف خير



ملاحظة : الدخول من بوابة  
رقم ٨ مقابل مبنى الصليب  
الاحمر

## • حفل خريجي دورات التأهيل الديني

برعاية قدس الأرشمندريت خريستوفورس عطالله وبحضور رئيس الهيئة الادارية د. إحسان حمارنة وعدد من أعضاء الهيئة الإدارية، قامت لجنة مدارس الأحد / خريجو دورات التأهيل الديني بإقامة لقاء الخريجين السنوي من الفوج الأول إلى الفوج الرابع عشر تحت عنوان «أنا الكرمة وأنتم الأغصان» (يو ١٥: ٥) في النادي الأرثوذكسي الأحد ٢٠١٥/١١/٨.

أثناء الاستقبال تم توزيع استبيانات للخريجين والمشاركين لجمع أكبر قدر من المعلومات للاستفادة منها في تطوير مجال الخدمة في الكنيسة الأرثوذكسية، والإعلان عن الدورات التي تقدمها الجمعية.

اشتمل اللقاء على فيديو قصير يحتوي عدداً من صور الخريجين، وقام رئيس الهيئة الإدارية بالترحيب بالخريجين وتوزيع الدروع التكريمية على خدام مدارس الأحد الذين تجاوزت سنوات خدمتهم العشر سنوات، ثم ألقى قدس الأرشمندريت خريستوفورس محاضرة بعنوان «أنا الكرمة وأنتم الأغصان». وبعدها تُرك المجال للأسئلة والمناقشة.



تحت رعاية رئيس الهيئة الإدارية لجمعية الثقافة والتعليم الأرثوذكسيّة د. إحسان حمارنة، قامت لجنة مدارس الأحد / خريجي دورات التأهيل الديني بعقد محاضرة بعنوان «الاتيكيت وفن التعامل مع الآخرين» على مسرح فؤاد يغنم. القاها استشاري التنمية المهنية والذاتية المدرب باسل شاهين.

ركز المحاضر على العديد من الجوانب المتعلقة في كيفية التعامل مع الآخر من خلال لغة الجسد والحركات ونبرة الصوت، بالإضافة إلى التعرف على أنواع الشخصيات وطرق التعامل مع كل منها.



## • تكريم المد رسة في برنامج الاعتماد الصحي



تحت رعاية جلالة الملكة رانيا العبدالله المعظمة الرئيسة الفخرية للجمعية الملكية للتوعية الصحية أقيم حفل تكريم للمدارس المشاركة في برنامج الاعتماد الصحي لجميع المستويات (البرونزية، الفضية والذهبية) الاثنتين ٢٣/١١/٢٠١٥ في قاعة اكسبو زارة .

ووزعت جلالته الشهادات على المشاركين في البرنامج، واستلم مدير المدرسة السيد موسى ناجي شعبان الشهادة من جلالته لحصول مدرستنا على المستوى البرونزي لعام ٢٠١٤/٢٠١٥.



## • مسابقة رسم الملتقى التربوي:

برعاية سمو الأميرة بسمة بنت طلال المعظمة أقيم احتفال لتكريم الفائزين في مسابقة رسم الملتقى التربوي السبت ٢٨/١١/٢٠١٥ في فندق هولندي إن والطلبة الفائزين هم:

ماريا غوكسيان من الصف الثاني CP حصلت على المركز الثاني على فئتها ودرع

مايكل خوري من الصف السادس CP حصل على المركز الأول على فئته ودرع أسامة ملكاوي من الصف الثامن ب حصل على المركز الأول على فئته ودرع حلا الزوبعي من الصف ١٢ IT حصلت على المركز الأول على فئتها ودرع بإشارف المعلمات ريما بعاره، ديمة قاقيش ونسرین قندح .



## • تخريج دوري الصغار:



تحت رعاية مدير المدرسة الأستاذ موسى ناجي شعبان نظمت مباريات اليوم الختامي لدوري الصغار في المدرسة الجمعة ٢٠١٥/١١/١٣ بمتابعة من أولياء الأمور وحضور مندوبي المؤسسات الداعمة الذين قدموا الهدايا لأبنائنا الطلبة، وقدم مدير المدرسة الهدايا التكريمية للمؤسسات وكأسا تذكارية لكل طالب مشارك في الدوري. وأقيم الدوري بتنظيم منسق التربية الرياضية أيوب يوسف بطارسة.

## • مهرجان الألعاب التراثية:

أقيم على ملاعب مدرستنا مهرجان الألعاب التراثية الذي تنظمه جمعية يوم القدس، وبإشراف من مدرستنا السبت ٢٤/١٠/٢٠١٥. شارك في المهرجان عشر مدارس خاصة. وفاز الطالب كرستي نصري ضبيب بالمركز الأول في لعبة الدردال. وفازت الطالبة هيلين جميل عنز بالمركز الأول في لعبة الحجلة. أشرف على النشاط الأستاذ سليم البندك.



## • مسابقة الرسم الفنية البيئية – مدرسة البيان:



فاز الطلبة التالية أسماؤهم في مسابقة الرسم الفنية التي نظمتها مدرسة البيان السبت ٢٠١٥/١١/١٤ بإشراف المعلمة ريما بعاره وهم:

- الطالبة هيلين مرعشليان من الصف ١١ أدبي فازت بالمركز الأول وشهادة تقديرية وميدالية ذهبية.
- حصل كل من الطالب أسامة ملكاوي من الصف ٨ ب والطالبة رين البهو من الصف CP/E٢ على شهادات مشاركة.

## • مسابقة رسم مدرسة عبد الحميد شرف:

شارك الطلبة التالية أسماؤهم في ورشة رسم نظمتها مدرسة عبد الحميد شرف الاثنين ٢٠١٥/١١/٢ بمرافقة المعلمة ريما بعاره، وتم إعلان النتائج الاثنين ٢٠١٥/١١/٩ وكانت على النحو الآتي:

- الفئة الأولى: ماريا غوكاسيان/ الصف CP/C المركز الثاني.
- الفئة الثانية: فادي خوري/ الصف ٥ د المركز الثالث.
- تينا تافينيان/ الصف ٦ ج المركز الثالث.





## • رسم جداريات:

رسمت المعلمة ريماء بعاره والأستاذ فادي حدادين جداريات في ساحة المدرسة على شكل ألعاب يمكن الاستفادة منها بتعبئة فراغ من قبل الطلبة في المرحلة ٦-١٢ وهي ألعاب تعليمية هادفة الثلاثاء ١٣/١٠/٢٠١٥.

## • يوم توعية صحية:

نظمت رئيسة قسم الإرشاد والمرشدتان التربويتان خلود قاقيش و كارول طوباسي يوم توعية صحية لطلبة الصف التاسع بالتعاون مع الاتحاد الدولي لطلبة كلية الطب بالأردن السبت ٣١/١٠/٢٠١٥ للسنة الثانية على التوالي، وقد قدم الدكتور ماهر زبانه محاضرة عن (أسباب الوفاة بالوقت الحاضر).



وقد اختتم النشاط بمسابقات وألعاب هادفة للطلبة. ومن الجدير بالذكر أن عددا من الطلبة المنظمين والمشاركين بهذا النشاط هم من الطلبة الأوائل والمتميزين خريجي المدرسة الوطنية الارثوذكسية / الشميساني.

## • يوم المهنة للمرحلة ٩-١٢:

نظمت المرشدة التربوية خلود قاقيش و المرشدة كارول طوباسي والسيدة الكساندرا قمحاوي منسقة الجامعات السبت ٧/١١/٢٠١٥ يوما للمهنة لطلبة الصف الحادي عشر على مسرح المدرسة، حيث استضاف النشاط السادة: الخريج علاء قرايين علوم اكتوبرية، السيد محمد الحشكي كاتب ومخرج، والخريجة خلود السقاف إدارة بنوك.



## • بطولة مديرية عمان الأولى في كرة

### السلة:

حقق فريق طالبات المدرسة الوطنية الأرثوذكسية/ الشميساني بكرة السلة للمرحلة الثانوية بطولة مديرية عمان الأولى حاصدا المركز الأول وكأس البطولة، بعد الفوز في المباراة النهائية على فريق مدرسة راهبات الناصرة.

## • بطولة مديرية عمان الأولى لألعاب القوى:

حصل فريق ألعاب القوى للمرحلة الأساسية الدنيا على المركز الأول وكأس المجموع العام ضمن بطولة مديرية عمان الأولى لألعاب القوى.



## • رحلة النادي العلمي:

نظم النادي العلمي زيارة تعليمية لطلبة نادي الآثار والتصوير إلى مدينة البتراء الوردية الخميس ٢٩/١٠/٢٠١٥ حيث تعرف الطلبة على تاريخ المدينة وآثارها وقاموا بتصويرها.



# لقاء العدد مع م. سعيد أبو جابر

## ( قصة نجاح وتميز )

ويروي أبو جابر تفاصيل مثيرة عن تجربة إقامته في الولايات المتحدة، «خلال إقامتي هناك كنت أحرص على العمل والدراسة معا، إشتغلت في مجالات متعددة: المطاعم، قص الحشائش، النجارة والدهان، كما عملت في شركة هندسية هناك بعد أن نلت درجة البكالوريوس في الهندسة».

ويعتبر المهندس سعيد أن للمهنية العالية للمجتمع الأميركي سواء في الدراسة أو العمل تأثيراً كبيراً على حياته العملية اللاحقة.

بعد عودته الى الأردن عمل المهندس سعيد أبو جابر في القطاع الاستشاري الهندسي حيث حاول نقل الافكار والخبرات التي إكتسبها في الولايات المتحدة الى الاردن سواء من الناحيتين الفنية أو الادارية. في بداية حياته المهنية في الأردن عمل أبو جابر في شركة أميركية هندسية تعمل في الأردن، وبعدها بسنوات أسس شركته الخاصة، واليوم هو على رأس شركة إتحاد المستشارين والتي تعد من بين أكبر وأفضل الشركات الإستشارية الهندسية في الاردن، والتي تم تأسيس فروع لها في الدول العربية المجاورة فضلا عن قيامها بالعديد من المشاريع في دول العالم حيث يبلغ إجمالي عدد الموظفين فيها نحو ٧٠٠ موظف.

يقول أبو جابر «كان للتربية المنزلية من والديّ المستندة على الصدق والأمانة تأثير هام على مسيرتي المهنية الى جانب الخبرة العملية التي إكتسبتها خلال إقامتي في الولايات المتحدة»، ويضيف «إعتمدت في حياتي العملية على أسس التحليل المنطقي، والتي تتضمن قبول وإحترام الرأي الآخر، الصدق والأمانة، تجنب معاملة الآخرين بما لا يرضاه لنفسك، وأهمية تحقيق الفائدة المرجوة للجميع.

لقاء العدد هذا الشهر مع أحد أعمدة قطاع الهندسة والانشاءات في الاردن .ضيفنا هو المهندس سعيد أبو جابر والذي تمكن من كتابة قصة نجاح مهنية متميزة من خلال إسهامه في تاسيس شركة إتحاد المستشارين للهندسة والبيئة التي حصدت العديد من الجوائز أبرزها جائزة الملك عبد الله للتميز .

المهندس سعيد من مواليد مدينة السلط عام ١٩٤٧، عاش في السلط حتى بلغ العاشرة، إنتقل بعدها وعائلته الى عمان لإستكمال دراسته الثانوية في كلية ترانسة، خصوصا أنه لم يتوفر في خمسينات القرن الماضي صفوف عليا في المدارس الخاصة في السلط. يعزو أبو جابر تفوقه في الدراسة الى اصرار والدته المنحدرة من مدينة الناصرة على توفير أفضل الفرص التعليمية لابنائها الخمسة وهم ثلاثة أولاد وبناتان. بعد إنهائه الدراسة الثانوية توجه الى جامعة بيرزيت للدراسة هناك، لكن حرب ١٩٦٧ أجبرته على العودة الى عمان ليلتحق بعد ذلك بالجامعة الاميركية في بيروت لدراسة الرياضيات والفيزياء. لم يتوقف طموح المهندس سعيد الاكاديمي عند هذا الحد إذ توجه الى الولايات المتحدة لنيل درجتي البكالوريوس والماجستير في الهندسة المدنية بتخصص الطرق والانشاءات. يقول أبو جابر «توجهت لاميركا في البداية لدراسة هندسة الحاسوب، لكن عدم وجود جامعة في تلك المنطقة تدرس الحاسوب دفعني لتغيير التخصص الى الهندسة المدنية. الدراسة في الولايات المتحدة تجربة مميزة تعلمت منها الكثير، فلفترة فكرت في البقاء والاستقرار هناك، لكنني عدت بناء على رغبة والديّ في العام ١٩٧٥».



ذلك سروري بهذا العمل لخدمة الجمعية وخدمة أبنائي في ذات الوقت».

يشير أبو جابر كذلك الى أن إتحاد المستشارين تقدم مؤخرا باقتراحات من خلال مهندسي شركتنا المتخصصين في التخطيط العمراني بوضع أفكار مبدئية للإستفادة من أرض أم الكندم لتدر دخلا سنويا للجمعية تساعد على القيام بواجباتها تجاه المجتمع الاردني، موضحا «نتوقع أن يتم دراسة بدائل عدة للإستثمار في قطعة الارض من النواحي التربوية، الدينية، الاستثمارية والسكنية وأية أفكار أخرى، وسوف تتمحور البدائل حول أفضل السبل لديمومة الإستثمار وجني العوائد السنوية للجمعية.

أما عن أفكاره لتطوير العملية التربوية في المؤسسات التعليمية التابعة للجمعية فيرى أبو جابر أن «الحاجة الماسة اليوم هي لتشجيع التحليل والتفكير والإبتكار لدى الطلبة تماشيا مع الخبرات التربوية العالمية، الى جانب تحفيز الطلبة على المطالعة ومتابعة الإبتكارات العلمية الحديثة وزيارة المتاحف والإشتراك في المسابقات وتقديم الأعمال الإبداعية.

ويشدد أبو جابر على أهمية ربط الناحية النظرية بالتطبيق العملي وتهيئة بيئة تعليمية مناسبة للطلبة الموهوبين واستخدام الاسئلة المثيرة والتحفيزية التي ينتج عنها الابداع والابتكار.

**إعداد وتحرير الإعلامية ندين النمري عكاوي**

**عضو اللجنة الثقافية**

أما الخطوات اللازمة للنجاح وفقا لأبي جابر فهي الإبتكار في جميع أساليب العمل، متابعة آخر المستجدات العالمية من أساليب العلم والإدارة، التعلم المستمر والتدريب المتواصل، والسعي للتميز في كل مدخلات العمل، الإستثمار في العاملين في المؤسسة ودعمهم الدائم وتشجيعهم على الإبتكار والتميز والإخلاص في العمل.

الى جانب ذلك يؤمن المهندس سعيد بأهمية المسؤولية الإجتماعية لشركات القطاع الخاص تجاه المجتمع، ولذلك أسس إتحاد المستشارين جمعية تابعة له تحمل إسم «جمعية الواعدات» والتي تدرّب السيدات على مشاريع إنتاجية خاصة بهن. تعمل هذه الجمعية غير الربحية منذ عشر سنوات في مجالات تدريب النساء لإنجاح مشاريعهن الخاصة سواء من حيث التسويق أو المحاسبة أو غيرها.

يشير أبو جابر كذلك الى علاقته الخاصة بجمعية الثقافة والتعليم الأرثوذكسية، ويقول «أصبحت عضوا عاملا في الجمعية في عهد المهندس المرحوم فؤاد فراج، وقد كلفنا حينها بأعمال الدراسة والإشراف على عدد من مشاريع الجمعية مثل التوسعات والابنية الاساسية للمدرسة سواء من خلال عملي كشريك في ركن الهندسة حينها أو لاحقا من خلال عملي كشريك في شركة اتحاد المستشارين»، ثم يستطرد ويقول «تزامن هذا العمل الإستشاري الهندسي مع فترة دراسة أبنائي الأربعة في المدرسة حيث ضاعف



## • النشاطات

قامت جميع مجموعات روضة أولى بستان بزيارات تعليمية إلى مركز الدفاع المدني بهدف التعرف على أنواع وسائل النقل البرية والخدمات التي يقدمها مركز الدفاع المدني.



بهدف زيادة الوعي لدى الأطفال بموضوع النظافة وأثرها على الصحة وتعويدهم على العادات الصحية والنظافة الجسدية تم عرض مسرحية بعنوان «أحب النظافة» قدمها نادي الـ (Fun Science) لجميع مجموعات الروضة.



# المجد لله في العلى وعلى الارض السلام وفي الناس المسرة بمناسبة إضاءة الشجرة معلنا قدوم عيد الميلاد المجيد



نقولا فيليب عقروق

المزينة بغير الطريقة المألوفة لألوان العيد الثلاثة كالأزرق مثلاً، توضع أضوية ملونة أو ذهبية على الشجرة كما توضع في أعلاها نجمة تشير إلى نجمة بيت لحم التي دلت المجوس في

الطريق. وتزين الشجرة أيضاً بالسلاسل أو بالملائكة أو بالأجراس وغيرها مما يتوافر في المحلات. يوضع تحت الشجرة أو بقربها مغارة الميلاد أو مجموعة صناديق مغلقة بشكل مُزين تحوي الهدايا التي يتم فتحها وتبادلها عشية العيد.

ميلادا مجيدا واما سعيدا

وكل عام وانتم بخير



عادة تزيين شجرة عيد الميلاد سابقة للمسيحية، ومرتبطة بالعبادات الوثنية في إكرام وعبادة الشجرة، وكانت منتشرة على وجه الخصوص في ألمانيا. ولذلك لم تحبذ الكنيسة في القرون الوسطى الباكرة عادة تزيين الشجرة. وأول ذكر لها في المسيحية يعود لعهد البابا القديس بونيفاسم ٦٣٤-٧٠٩ والذي أرسل بعثة تبشيرية لألمانيا. ومع اعتناق سكان المنطقة للمسيحية لم تلغ عادة وضع الشجرة في عيد الميلاد بل حولت رموزها إلى رموز مسيحية، وألغيت منها بعض العادات كوضع فأس وأضيف إليها وضع النجمة رمزاً إلى نجمة بيت لحم التي هدت المجوس الثلاثة. غير أن انتشارها ظل في ألمانيا ولم يصبح عادة اجتماعية مسيحية ومعتمدة في الكنيسة إلا مع القرن الخامس عشر، حيث انتقلت إلى فرنسا وفيها تم إدخال الزينة إليها بشرائط حمراء وتفاح أحمر وشموع، واعتبرت الشجرة رمزاً للشجرة الحياة المذكورة في سفر التكوين من ناحية ورمزاً للنور - ولذلك تمت إضاءتها بالشموع - وبالتالي رمزاً للمسيح وأحد ألقابه في العهد الجديد «نور العالم»

تقاليد لاحقة نسبت إضاءة الشجرة إلى مارتن لوثر في القرن السادس عشر، غير أنه وبجميع الأحوال لم تصبح الشجرة حدثاً شائعاً، إلا مع إدخال الملكة شارلوت زوجة الملك جورج الثالث تزيين الشجرة إلى إنكلترا ومنها انتشرت في الولايات المتحدة وكندا وأستراليا وتحولت معها إلى صبغة مميزة لعيد الميلاد منتشرة في جميع أنحاء العالم. كانت الأشجار التي توضع في المنازل وتزين لمناسبة العيد أشجاراً طبيعية، غير أنه حالياً تنتشر الأشجار الصناعية مكانها بأطوال وأحجام وأنواع مختلفة. غير أن عدداً من المحنفلين لا يزال يستعمل الأشجار الطبيعية. وقد نشأت شركات تهتم بزراعة أشجار الصنوبر الإبرية الخاصة بالميلاد وتسويقها قبيل العيد؛ تزيين الشجرة حالياً بالكرات مختلفة الأحجام، وإلى جانب الكرات التي تنتوع ألوانها بين الذهبي والفضي والأحمر، مع وجود بعض الأشجار



إختارها: المهندس  
جابي فريد عوض

أعضاء الجسم كافة.  
في حالة النمو السرطاني لا  
يستعمل التفاح فقط مضاداً  
للأكسدة، ولكن أيضاً لتحسين  
فعالية جهاز المناعة، وبالتالي  
يساعد على تثبيط نمو الخلايا  
بمراحلها الأولى.

بالإضافة إلى تقوية جهاز المناعة ومكافحة النمو  
السرطاني، يساعد التفاح في ضبط مستويات  
الكوليسترول وسكر الدم، ومنع حدوث أمراض  
القلب وتحسين طهارة الفم.

إن حقيقة احتوائه على ٨٠٪ ماء وعدد كبير من  
الفيتامينات الضرورية، تجعله واحداً من أكثر  
أنواع الطعام المتوفر صحةً.

### السِر يكمن في الألياف الغذائية.

يعتبر التفاح مصدراً حيوياً للألياف الغذائية، فأكل  
تفاحة واحدة باليوم (مع قشرتها) تعطينا ٤، ٤ غم  
من الألياف الغذائية أي ٢٠٪ من القيمة الموصى  
بها يومياً.

الألياف الغذائية هي مواد موجودة داخل الطعام  
والتي نستخرجها من النباتات، ولها دور كبير  
ومهم في تنشيط الجهاز الهضمي وتحفيز عمله،  
لأنها لا تهضم وتبقى مكانها داخل الجسم وتبقىك  
تحت شعور الشبع لفترة طويلة من الوقت.

يكمن السِر في مضغ التفاحة، فشرب عصير  
التفاح لا يعطينا الفائدة المرجوة إذ نحصل على  
السكريات والفيتامينات لكن لن نحصل على  
الألياف الغذائية.

إن التفاح مصدر عظيم للألياف الغذائية وخاصة



# المعلوماتية من صفحات الأنترنت

## لماذا التفاح صحي جداً؟

جميعنا يعرف المقولة القديمة « تفاحة واحدة باليوم  
تبعد عنك الطبيب »

« an apple a day keeps the doctor away. »

لكن، هل سألت نفسك كيف تقوم تفاحة واحدة في

## اليوم بجميع هذه الفوائد الصحية؟

اقرأ هذا المقال لتعرف الأسباب، من تقوية الجهاز  
المناعي، ومنع انتشار الخلايا السرطانية إلى  
التخلص من الوزن الزائد.

لنرحب بالتفاحة اليومية.

## كيف تساعدنا التفاحة؟

هنالك بحث علمي نشر عام ٢٠٠٨ من قبل المركز  
الألماني لأبحاث السرطان أشار إلى أن التفاح له  
منفعه صحية ذات أهمية كبرى.

عند مقارنة مجموعة أشخاص لم يتناولوا التفاح  
ومجموعة أخرى تناولوا تفاحة واحدة أو أكثر في  
اليوم، وجد أن المجموعة الثانية كانت أقل تعرضاً  
لسرطان الفم والحنجرة والثدي والأمعاء، والكلية  
والمبايض.

تدعم هذه النتائج بحثاً علمياً أخر قام به علماء في  
جامعة كورنيل، توصلوا فيه إلى أن لدى قشرة  
التفاحة خواص قوية مضادة للأكسدة، ومثبطة  
لنشاط خلايا السرطان والثدي. وكلما زاد تركيز  
التفاح قلت كثافة خلايا السرطان.

الانتشار السرطاني هو عدم امكانية ضبط انتشار  
الخلايا المستقلة داخل الجسم، ويحصل خلال  
ثلاث مراحل رئيسية :-

المرحلة الأولى: تتضمن تغييراً هاماً (تحولاً) في  
DNA للخلايا.

المرحلة الثانية: يصبح فيها السرطان خبيثاً وينتشر  
بسرعة.

المرحلة الثالثة: تنتقل الأورام السرطانية إلى

والألياف تملأ المعدة وتعطيك شعوراً بالشبع وتقلل امتصاص الجسم للسكريات الحرارية.

وبالتالي إذا أردت أن :-

- تخسر وزنك عليك بتفاحة واحدة في اليوم .
- تقوي نظام المناعة في جسمك عليك بتفاحة واحدة في اليوم .
- تمنع الخلايا السرطانية عليك بتفاحة واحدة في اليوم .
- تسيطر على مستوى الكوليسترول عليك بتفاحة واحدة في اليوم .

وجود مجموعة الالياف تسمى ( بكتين ) ، وهي مجموعة من الكربوهيدرات المركبة تنظم عمل الأمعاء وتحسن مستوى الكوليسترول الجيد، وهي مانع قوي للأكسدة ومضاد للبكتيريا.

نتائج الأبحاث من جامعة ( UCLA ) أظهرت أن الشخص الذي يتناول البكتين بدل الألياف العادية، يضاعف الوقت الذي تأخذه المعدة للتفريغ من ساعة واحدة لساعتين ، وهذا يعني بأننا لا نشعر بالجوع لفترة أطول، فأخذ تفاحة واحدة قبل وجبة الطعام الرئيسية سوف يساعد على نقص معتبر للوزن. حيث أن التفاح

## النزاهة القانونية

# مياه الشرب في قانون الصحة العامة



إختيار أ. سالم نجمة

لدى مختبراتها أو أي مختبرات أخرى معتمدة لديها... وأولها أيضاً في المادة ٣٨ مراقبة مصادر مياه الشرب وشبكاتهما للتأكد من عدم تعرضها للتلوث، وكيفية معالجة مياه الشرب

ونقلها وتوزيعها وتخزينها لضمان توافر الشروط الصحية في هذه العمليات بما في ذلك نوعية المواد المستعملة في عمليات معالجة مياه الشرب ونقلها وتخزينها وتوزيعها وتعبئتها ومنع استعمال أي مادة يمكن أن تضر بصحة المستهلك.

وأمر في المادة ٣٩ كل مسؤول عن مصدر أو شبكة مياه أو خزان أو محطة أو مصنع لتعبئة مياه الشرب تبليغ الوزارة وسلطة المياه فوراً عن أي تلوث للمياه التي تقع تحت إشرافه.

ومنع في المادة ٣٧ إستيراد مياه الشرب وإدخالها الى المملكة الا بعد فحصها وإجازتها من الوزارة.

وعاقب القانون بالحبس مدة لا تقل عن أربعة أشهر ولا تزيد على ثلاث سنوات أو بغرامة لا تقل عن خمسة الاف دينار ولا تزيد على عشرة الاف دينار أو بكلتا هاتين العقوبتين المسؤول عن مصدر أو شبكة مياه أو خزان أو محطة أو مصنع لتعبئة مياه الشرب الذي يبيع أو يوزع مياه ملوثة أو غير معالجة أو غير مطابقة للقاعدة الفنية.

عرّف قانون الصحة العامة في المادة ٣٥ مياه الشرب على أنها المياه المطابقة للقاعدة الفنية او المواصفات القياسية المعتمدة الخاصة بمياه الشرب او المياه المعبأة او المياه المعدنية... وعرّف مصدر المياه أنه جميع مصادر المياه الجوفية او السطحية العامة والخاصة... وعرّف شبكة المياه على أنها جميع الانشاءات والتمديدات والمعدات التي تستعمل لمعالجة المياه ونقلها بما في ذلك محطة المعالجة وخزانات التوزيع ومحطات التقوية.

وأولى القانون الوزارة في المادة ٣٦ وبالتنسيق مع الجهات ذات العلاقة وبمقتضى التشريعات الخاصة، مراقبة مياه الشرب ايا كان مصدرها، للتأكد من صلاحيتها من الناحية الصحية وإتخاذ الاجراءات اللازمة لمنع استعمال أي مياه غير صالحة للشرب بما في ذلك أخذ عينات منها وفحصها

## تهنئة وتبريك

يتقدم رئيس وأعضاء الهيئة الإدارية لجمعية الثقافة والتعليم الأرثوذكسية بالتهنئة

والتبريك لكل من:-

السيد الياس نينو وزوجته السيدة سلوى خوري نينو بمناسبة اليوبيل الذهبي لزوجهما



بتاريخ ٢٠١٥/١١/٦ وعقبال الماسي .

الزميلة لانا نينو قرمش بمناسبة حصولها على درجة الماجستير

بالادارة التربوية من جامعة عمان العربية بتقدير امتياز .

الأب باسم حداد «ذيوزورس» بمناسبة سيامته كاهناً في كنيسة دخول السيد إلى الهيكل

الاحد ٢٠١٥/١١/٢٢ ليخدم الرعية في كنيسة ميلاد السيدة العذراء في جبل التاج .

الزميل المعلم بشاره دحابره من المدرسة الوطنية الأرثوذكسية الشميساني بمناسبة سيامته

شماساً في كنيسة دخول السيد إلى الهيكل الجمعة ٢٠١٥ / ١١ / ٢٠



عضو اللجنة الثقافية د. عودة السلطان بمناسبة حصوله على درع

الخدمات الطبية الملكية والذي تسلمه من اللواء الطبيب معين

الحباشنة مدير الخدمات الطبية الملكية .

الزميل فراس قطامي بمناسبة اكليله على دينا عيسى دبابنه الجمعة ٢٠١٥/١١/٦

الزميلة فوميا المصري بمناسبة مولودها الجديد «ماريا سابا»

الزميلة منار حداد بمناسبة مولودها الجديد « وسام جاسر»

الزميلة شفا الداود بمناسبة ولادة حفيدها الاول « توفيق يزن ملكاوي»

الزميلة وفاء الربضي بمناسبة مولودها الجديد « ورد الربضي »

الزميلة دانا صوالحة بمناسبة مولودها الجديد «رايا صوالحة»

## أعضاء اللجنة الثقافية

السيد الياس شفيق نينو (المقرر) ، الاستاذ الدكتور يوسف متري المسنات (نائب المقرر)

وعضوية السيدات والسادة: الاستاذ سالم عيسى نجمه، د. عودة أيوب السلطان ، م.يوسف نخله هنديله، ندين

النمري عكاوي، سائدة الشامي كشك والاستاذ عطاالله أنضوني هنديله مدير العلاقات العامة في الجمعية.

التدقيق اللغوي : أ.د. يوسف متري مسنات

## المعطي المسرور يحبه الله

يتقدم رئيس وأعضاء الهيئة الادارية بالشكر الجزيل للمتبرعين كافة على تبرعهم السخي  
تبرعات شهر 2015/11

الاسم	المبلغ	الغاية
شركة فاين لصناعة الورق الصحي	300	تبرع لبطولة فوكس للشباب الارثوذكسي لكرة القدم
شركة المجموعه الفنيه العربيه	150	تبرع لبطولة فوكس للشباب الارثوذكسي لكرة القدم
السيد عازر اديب فانوس	150	تبرع لبطولة فوكس للشباب الارثوذكسي لكرة القدم
شركة ابراهيم فيليب الشامي	150	تبرع لبطولة فوكس للشباب الارثوذكسي لكرة القدم
السيد جورج متري مشحور	150	تبرع لبطولة فوكس للشباب الارثوذكسي لكرة القدم
مستودع ادوية حبش	150	تبرع لبطولة فوكس للشباب الارثوذكسي لكرة القدم
فاعل خير	500	تبرع اقساط جامعيه
فاعل خير	1850	تبرع لصندوق التكافل
السيدة فيوليت خضر عصفور	177	تبرع لغايه معينه عن طلاب المدرسه
السيدة فيرا خميس جبران وابنتها جبرالدين جبران	200	تبرع للجمعيه
السيد اكرم قطامي	200	تبرع للجمعيه
<b>المجموع</b>	<b>3977</b>	

### أحر التوازي

- رئيس وأعضاء الهيئة الإدارية لجمعية الثقافة والتعليم الأرثوذكسية وجميع أعضائها العاملين والمؤازرين وأجهزتها التربوية والإدارية يشاركون أصحاب العزاء حزنهم ويسألون الله أن يمنحهم الصبر، والى جنات الخلد:
- آل تلغراف وآل فراج بوفاة العضو العامل المرحوم الياس يعقوب عبده تلغراف «أبو يعقوب» زوجته الفاضلة الكسندرا فراج والد كل من مها وهيام ويعقوب وعيسى، تعزية خاصة للسيدة فريدا عكاوي عضو هيئة إدارية سابقة بوفاة خالها.
  - عشيرة الهلسة وآل قسوس بوفاة المرحومة اعتدال موسى القسوس «أم غازي» تعزية خاصة للسيدة مي قسوس بوفاة زوجة عمها.
  - آل ناصر وآل مريع بوفاة المرحوم زهير سليمان ناصر «أبو عماد» والد عماد وفادي ولبنى. وتعزية خاصة للزميلة لبنى ناصر من روضة وهبة تماري بوفاة والدها.
  - آل اللحام وآل شيبان بوفاة المرحومة عفيفة موسى شيبان «أم نعمة» والدة العضو العامل نعمة وسيادة مطران اللاتين في الأردن مارون اللحام وجريس وروز. وتعزية خاصة للزميلة رنا اللحام بوفاة جدتها.
  - الزميلة رولا الحلو بوفاة جدتها المرحومة أنطوانيت عماري «أم باسل»
  - آل راشد وآل حواتمه بوفاة المرحوم راشد متري راشد «أبو متري» زوجته الفاضلة هند حواتمه وتعزية خاصة للزميلة ايلين متري راشد من مدرسة الشميساني بوفاة والدها.
  - آل الكور بوفاة المرحوم جليل حنا الكور شقيق قسطندي ويوسف وفايز واوجني وهنرييت. تعزية خاصة للسيد طارق الكور عضو لجنة تنمية الموارد والسيدة ميرنا الكور عضو مجلس اولياء الأمور والمعلمين بوفاة عمهم.

لهم الرحمة جميعاً . . . . الرب أعطى والرب أخذ فليكن اسم الرب مباركاً.

# من أقوال السيّد المسيح له المجد

اختارها : الياس شفيق نينو

## «طوبى للذين آمنوا ولم يروا» (يو: ٢٠: ٢٩)

تابع تفسير العدد الماضي :-

- ٥ - **سر الكهنوت** : عندما يرسم كاهن وتوضع عليه اليد يأخذ سلطان ممارسة الأسرار ومع ذلك هو لا يرى هذا السلطان ولكنه يؤمن به ونحن نؤمن به أيضاً .
  - ٦ - **سر المعمودية** : نؤمن أن في المعمودية يُولد الإنسان ولادة جديدة . نحن لا نرى هذه الولادة ويخرج الإنسان منها إبناً للكنيسة وابناً لله دون علم منا ولكننا نؤمن بذلك .
  - ٧ - **سر الميرون** : نؤمن أن بسر الميرون يصبح الإنسان هيكلًا للروح القدس دون علم منا أو معرفة ولكننا نؤمن بذلك .
  - ٨ - **سر الزواج** : بصلاة الاكليل يُصبح الزوج والزوجة «جسداً واحداً» (مر ١٠: ٨) دون معرفة منا ولكننا نؤمن بذلك .
  - ٩ - **النعمة** : نؤمن بالنعمة وأنها هي التي تعمل في الإنسان وتدفعه للتوبة والخدمة دون معرفة منا بما هي النعمة .
  - ١٠ - **روح الإنسان** : لا أحد منا يرى الروح ولكننا نؤمن ان للإنسان روحاً ، وعندما يموت الإنسان نقول ان روحه صعدت ، بينما لا نرى الروح وهي صاعدة ولا نعلم إلى اين تذهب هذه الروح ولكننا نؤمن أن الروح تخرج من الجسد بموت الانسان . فالجسد من تراب والى التراب يعود والنفس إلى بارئها تؤول .
  - ١١ - **الملائكة ، الشياطين** : نؤمن بها وبوجودها ولكننا لا نراها .
  - ١٢ - **المعجزات** : نؤمن بحدوثها نلمسها ونراها ولكن لا نعرف كيف تحدث .
- إذاً يجب علينا أن نؤمن بما لا يُرى وتطبيق ذلك في حياتنا ، لان أعيننا ليست هي المقياس ولأن الله روح وأعيننا مادية . نعم يا رب نحن لا نراك بأعيننا ، ولا نلمسك بأيدينا ولكننا نؤمن بك بأرواحنا فزدنا إيماناً .

الاخراج الفني

والطباعة

مطبوعة رفيدي



Rafidi Print

www.rafidiprint.com

جمعية الثقافة والتعليم الأرثوذكسية

Orthodox Educational Society

هاتف: ٥٦٧٦٥٨٩ / ٥٦٧٤٤١٨ / ٩

البريد الإلكتروني

oes@oes.edu.jo

info@oes.edu.jo

الموقع الإلكتروني

www.oes.edu.jo

www.facebook.com/groups

13301842671034671

رسالة المحبة

إعداد و تحرير

اللجنة

الثقافية

عطاء.. تطور.. تميز

