

دير النبلير

التفاحه (الحريكي شمري)

الرياضة الروحية
طريقة التأمل والصلاة



برنامج الرياضات لعام ٢٠١٠ في دير التفاحه
هاتف دير التفاحه: ٠٩٩١ ١٣٣٤٥٤

للمحز	لواصظ	الموضوع	الرياضة	الشهر	تعمز
٠٩٨٨١٩٨٣٨٢ ٠٢١٢١٢٣٥٤٩	الأب زيموند	أنا أتق بك يا يسوع	رياضة روحية	١١-٥	تعمز
٠٩٤٤٠٢٣٠٧٣ ٠٩٨٨٠٦٨٠٨٣ ٠٦٧٠١١٩١٢٥	الأب مراد بي سيف الأب نورس السمور الأب داني بونس	التعمق في الإيمان	رياضة صامتة مع مرافقة فردية لمدة ٥ أيام، تستكمل حتى ٨ أيام لمن يريد اكتشاف الله في حياته ويختارها	١٣-٤	آب
٠٩٤٧٤٠١٨٩٣ ٠٢١٢١٢٣٥٤٩	الأب بسامي حلاق	يا رب ماذا تريدني ان أفعل	رياضة روحية للمبتدئين في الحياة الروحية	٣٠-٢٤	
٠٩٩٢٧٨٣٤٣٩ ٠٣١٢٤٧٨٠٧٢	الأب فرنسيس فاندرلوفت	الصمت والسلام	رياضة صامتة يتخللها تمارين صمت	٨-٢	
٠٩٩٢٧٨٣٤٣٩ ٠٣١٢٤٧٨٠٧٢	الأب فرنسيس فاندرلوفت	الصمت والسلام	رياضة صامتة يتخللها تمارين صمت	١٧-١١	أيلول
٠٩٩٩٠١٨٧٢٣	الأب ميشيل بركمباير	أجد الله في كل شيء	رياضة روحية	٢٦-٢٠	
٠١١٧٢٨٠١٣٧ ٠٩٤٤٥٦٥٢٥١ ٠٩٩١٢٢٢٨٤٨	الأب بولو دالوليو	التأمل الإخطائي	رياضة روحية	٢٩ أيلول- ١٥ تشرين	ت
٠٩٩٢٧٨٣٤٣٩ ٠٣١٢٤٧٨٠٧٢	الأب فرنسيس فاندرلوفت	المسيحي رسول	رياضة روحية	١٣-٧	

للوصول الى التفاحه: الاستعلام عند التسجيل

رسم الاشتراك لرياضة ٥ أيام ٢٥٠٠ ل.س
كل يوم إضافي ٥٠٠ ل.س

دير النبلر

النفالحة (الدريكيشي)

إن هذا الدير هو للتأمل والصلاة لا للاصطياف.

فُيرجى من كافة المترولين المحافظة على هذه الصفة

والغاية التي من أجلها وجد.

كما يُرجى المحافظة على الصمت والتقيّد بالنظام الداخلي

الموجود في الغرف لتعيش معاً مجد الله الأعظم.

الإنسان ليسبح الله ربنا ويكرمه ويخدمه وبذلك يخلص نفسه

* يستقبل الدير متروّلي كل رياضة

ابتداءً من الساعة الرابعة بعد الظهر

من يوم بديتها وتنتهي الرياضة في

الساعة التاسعة صباحاً من يوم نهايتها.

ويعتذر الدير عن تقديم وجبة الغداء

ليوم الوصول أو ليوم الرحيل.

* على كل متروّلي أن يجلب معه

لوازمه الشخصية بما فيها المناشف. ولا

داعي لإحضار الشراب. كما يُستحسن

إحضار لمبة جيب «بيل».

* يتمّ التسرّب جيل على كل رياضة

بالاتصال مسبقاً بالأب المسؤول عنها.

ودفع رسومها المحددة. وعلى الناحية

المالية ألا تكون عائقاً يحول دون

المشاركة.

* المسؤول عن الرياضة له وحده الحق

في أن يسمح للمتروّلين بالتأخر عنها

أو الانسحاب منها قبل نهايتها. وفي كل

الأحوال، ينبغي دفع الاشتراك المالي

بكامله.

* في حال الانسحاب،

يرجى إعلام الأب أنطون مساميري

هاتف ١٣٣٤٥٤ (٠٩٩١) أو الأب

المسؤول عن الرياضة بهذا الانسحاب

قبل أسبوع من تاريخ بدء الرياضة.

* نعتذر عن قبول أي شخص بدون

تسجيل مسبق. وفي حال الاعتذار،

الرجاء عدم إرسال بديل.

* الرياضات الروحية هي طريقة للتأمل والصلاة.

فكما يُقال إنّ للتّرهّ والمشي والركض رياضة بدنية،

كل طريقة تعّد للنفس وتوقّتها لقمع ما فيها من أهواء

فروية هي رياضة روحية.

* في الرياضة الروحية يبحث الإنسان عن مشيئة الله

في حياته ويهتدي إليها في تنظيم حياته وخلص

نفسه.

* الرياضات الروحية ليتغلب الإنسان على نفسه

وينظم حياته.

يُخلق الإنسان ليسبح الله ربنا ويكرمه ويخدمه

وبذلك يخلص نفسه

كل الأشياء على وجه الأرض خلقت لتساعد الإنسان

على بلوغ غايته، فلذلك يستخدمها بقدر ما تساعده

على بلوغ هذه الغاية، ويتعد عنها بقدر ما تعيقه.

أنصّر المسيح ربنا أملي موضوعاً على الصليب

وأنساعل:

ما فعلته من أجله، ما أفعله من أجله،

وما سأفعله من أجله.

أعتبر من هو الله الذي خلّطت إليه، وأستعرض صفاته

وأقابلها مع صفاتي:

حكيمته وجهلي، قوّته وضعفي، برّه وإثمي،

صلاحه وفسادي.