

## Psalms 34

## الْمَزَامِيرُ 34

1 I will bless the Lord at all times;  
His praise shall always be in my  
mouth.

2 My soul shall make its boast in the  
Lord; the humble shall hear and be  
glad.

3 O magnify the Lord with me, and  
let us exalt His name together.

4 I sought the Lord, and He answered  
me, and delivered me from all my  
fears.

5 They looked to Him and were  
radiant; and their faces were not  
ashamed.

1 أَبَارِكُ الرَّبَّ فِي كُلِّ حِينٍ. دَائِمًا  
تُسَبِّحُهُ فِي فَمِي. 2 بِالرَّبِّ تَفْتَخِرُ  
نَفْسِي. يَسْمَعُ الْوَدْعَاءُ فَيَفْرَحُونَ.  
3 عَظِّمُوا الرَّبَّ مَعِيَ، وَلْنُعَلِّ  
أَسْمَهُ مَعًا. 4 طَلَبْتُ إِلَى الرَّبِّ  
فَاسْتَجَابَ لِي، وَمِنْ كُلِّ مَخَافِي  
أُنْقَذَنِي. 5 نَظَرُوا إِلَيْهِ وَاسْتَنَارُوا،  
وَوُجُوهُهُمْ لَمْ تَخْجَلْ.

6 This poor man cried, and the Lord heard, and saved him out of all his troubles.

7 The angel of the Lord encamps around those who fear Him and delivers them.

8 O taste and see that the Lord is good; blessed is the man who takes refuge in Him.

6 هَذَا الْمِسْكِينُ صَرَخَ، وَالرَّبُّ  
أَسْتَمَعَهُ، وَمِنْ كُلِّ ضِيقَاتِهِ خَلَّصَهُ.  
7 مَلَائِكَةُ الرَّبِّ حَالٌ حَوْلَ خَائِفِيهِ،  
وَيُنَجِّيهِمْ. 8 ذُوقُوا وَأَنْظُرُوا مَا  
أَطْيَبَ الرَّبِّ! طُوبَى لِلرَّجُلِ  
الْمُتَوَكِّلِ عَلَيْهِ.

90 fear the Lord, all you saints, for there is nothing lacking to those who fear Him.

10The young lions do lack and suffer hunger, but those who seek the Lord shall not lack any good thing.

11Come, hearken to me, you children; I will teach you the fear of the Lord.

9 اَتَّقُوا الرَّبَّ يَا قِدِّيسِيهِ، لِأَنَّهُ لَيْسَ

عَوَزٌ لِمُتَّقِيهِ. 10 الْأَشْبَالُ اِحْتَاجَتْ

وَجَاعَتْ، وَأَمَّا طَالِبُو الرَّبِّ فَلَا

يُعَوِّزُهُمْ شَيْءٌ مِنَ الْخَيْرِ.

11 هَلُمَّ أَيُّهَا الْبَنُونَ اَسْتَمِعُوا إِلَيَّ

فَأُعَلِّمَكُم مَخَافَةَ الرَّبِّ.

18The Lord is near to  
the broken-hearted and  
saves those who are of a  
contrite spirit.

19Many are the  
afflictions of the  
righteous, but the Lord  
delivers him out of them  
all.

18قَرِيبٌ هُوَ الرَّبُّ مِنَ

الْمُنْكَسِرِي الْقُلُوبِ، وَيُخَلِّصُ

الْمُنْسَحِقِي الرُّوحِ. 19كَثِيرَةٌ هِيَ

بَلَايَا الصِّدِّيقِ، وَمِنْ جَمِيعِهَا

يُنَجِّيهِ الرَّبُّ.

## Matthew 6

25 Because of this I say to you, do not be anxious about your life as to what you shall eat and what you shall drink; nor about your body as to what you shall wear. Is not life more than food, and the body more than clothing?

26 Observe the birds of heaven: they do not sow, neither do they reap, nor do they gather into granaries; and your heavenly Father feeds them. Are you not much better than they?

## مَتَّى 6

25 «لِذَلِكَ أَقُولُ لَكُمْ: لَا تَهْتَمُّوا لِحَيَاتِكُمْ بِمَا تَأْكُلُونَ وَبِمَا تَشْرَبُونَ، وَلَا لِأَجْسَادِكُمْ بِمَا تَلْبَسُونَ. أَلَيْسَتْ الْحَيَاةُ أَفْضَلُ مِنَ الطَّعَامِ، وَالْجَسَدُ أَفْضَلُ مِنَ اللَّبَاسِ؟ 26 أَنْظُرُوا إِلَى طُيُورِ السَّمَاءِ: إِنَّهَا لَا تَزْرَعُ وَلَا تَحْصُدُ وَلَا تَجْمَعُ إِلَى مَخَازِنَ، وَأَبُوكُمُ السَّمَاوِيُّ يَقُوتُهَا. أَلَسْتُمْ أَنْتُمْ بِالْحَرِيِّ أَفْضَلَ مِنْهَا؟

27 But who among you, by taking careful thought, is able to add one cubit to his stature?

28 And why are you anxious about clothing? Observe the lilies of the field, how they grow: they do not labor, nor do they spin;

29 But I say to you, not even Solomon in all his glory was arrayed as one of these.

30 Now if God so arrays the grass of the field, which today is and tomorrow is cast into the oven, shall He not much rather clothe you, O you of little faith?

27 وَمَنْ مِنْكُمْ إِذَا أَهْتَمَّ يَقْدِرُ أَنْ يَزِيدَ عَلَى قَامَتِهِ ذِرَاعًا وَاحِدَةً؟ 28 وَلِمَاذَا تَهْتَمُّونَ بِاللِّبَاسِ؟ تَأْمَلُوا زَنَابِقَ الْحَقْلِ كَيْفَ تَنْمُو! لَا تَتَعَبُ وَلَا تَغْزِلُ. 29 وَلَكِنْ أَقُولُ لَكُمْ: إِنَّهُ وَلَا سُلَيْمَانُ فِي كُلِّ مَجْدِهِ كَانَ يَلْبَسُ كَوَاحِدَةٍ مِنْهَا. 30 فَإِنْ كَانَ عُشْبُ الْحَقْلِ الَّذِي يُوجَدُ الْيَوْمَ وَيُطْرَحُ غَدًا فِي النَّارِ، يُلْبِسُهُ اللَّهُ هَكَذَا، أَفَلَيْسَ بِالْحَرِيِّ جِدًّا يُلْبِسُكُمْ أَنْتُمْ يَا قَلِيلِي الْإِيمَانِ؟

31 Therefore, do not be anxious, saying, ‘What shall we eat?’ or ‘What shall we drink?’ or ‘With what shall we be clothed?’

32 For the nations seek after all these things. And your heavenly Father knows that you have need of all these things.

31 فَلَا تَهْتَمُّوا قَائِلِينَ: مَاذَا نَأْكُلُ؟ أَوْ  
مَاذَا نَشْرَبُ؟ أَوْ مَاذَا نَلْبَسُ؟ 32 فَإِنَّ  
هَذِهِ كُلَّهَا تَطْلُبُهَا الْأُمَمُ. لِأَنَّ آبَاءَكُمْ  
السَّمَاوِيِّ يَعْلَمُ أَنَّكُمْ تَحْتَاجُونَ إِلَى هَذِهِ  
كُلِّهَا.

## I PETER 5

5In the same manner, you younger men be subject to the older men; and all of you be subject to one another, being clothed with humility because God sets Himself against the proud, but He gives grace to the humble.

6Be humbled therefore under the mighty hand of God so that He may exalt you in due time;

7Casting all your cares upon Him, because He cares for you.

## بُطْرُسَ الْأُولَى 5

5كَذَلِكَ أَيُّهَا الْأَخْدَاثُ، اخْضَعُوا لِلشُّيُوخِ، وَكُونُوا  
جَمِيعًا خَاضِعِينَ بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ، وَتَسَرَّبَلُوا  
بِالتَّوَاضُّعِ، لِأَنَّ: «اللَّهُ يُقَاوِمُ الْمُسْتَكْبِرِينَ، وَأَمَّا  
الْمُتَوَاضِعُونَ فَيُعْطِيهِمْ نِعْمَةً». 6فَتَوَاضَعُوا تَحْتَ يَدِ  
اللَّهِ الْقَوِيَّةِ لِكَيْ يَرْفَعَكُمْ فِي حِينِهِ، 7مُلْقِينَ كُلَّ  
هَمِّكُمْ عَلَيْهِ، لِأَنَّهُ هُوَ يَعْتَنِي بِكُمْ.



8 Be sober! Be vigilant! For your adversary the devil is prowling about as a roaring lion, seeking anyone he may devour.

9 Whom resist, steadfast in the faith, knowing that the same afflictions are being fulfilled among your brethren who are in the world.

8 أَصْحُوا وَأَسْهَرُوا. لِأَنَّ إِبْلِيسَ خَصَمَكُمْ  
كَأَسَدٍ زَائِرٍ، يَجُولُ مُلْتَمِسًا مَنْ يَتْلَعُهُ هُوَ.  
9 فَقَاوْمُوهُ، رَاسِخِينَ فِي الْإِيمَانِ، عَالِمِينَ أَنَّ  
نَفْسَ هَذِهِ الْأَلَامِ تُجْرَى عَلَى إِخْوَتِكُمُ الَّذِينَ  
فِي الْعَالَمِ.

10 Now may the God of all grace,  
Who has called us unto His eternal  
glory in Christ Jesus, after you  
have suffered a little while,  
Himself perfect you, establish,  
strengthen, and settle you.

11 To Him be the glory and the  
power into the ages of eternity.  
Amen.

10 وَاللّٰهُ كُلِّ نِعْمَةٍ الَّذِي دَعَانَا اِلَى مَجْدِهِ  
الْاَبَدِيِّ فِي الْمَسِيحِ يَسُوْعَ، بَعْدَمَا تَأَلَّمْتُمْ  
يَسِيْرًا، هُوَ يُكَمِّلُكُمْ، وَيُثَبِّتُكُمْ، وَيُقَوِّيْكُمْ،  
وَيُمْكِّنُكُمْ. 11 لِّلّٰهِ الْمَجْدُ وَالسُّلْطَانُ اِلَى اَبَدٍ  
الْاَبَدِيْنَ. اٰمِيْنَ.

**Sermon by Lecturer Anette Weber, 28  
September 2025 – 1 Peter 5:5b-11**

**عظة – أنيتا فيبر – 28.09.2025 – رسالة  
بطرس الأولى 5، 5ب-11**

**Dear congregation,**

1. God opposes the proud,  
but gives grace to the needy. (1 Peter 5:5b)

A day in June at the Kreuzkirche:

The international community café is meeting.

On the bench outside the hall, two young people are  
sitting. They are exhausted, having often slept outside.

They have been traveling through northern Germany for  
a while, always fearing deportation to another EU  
country, where they would face imprisonment and  
abuse.

**عزيزي المجتمع،**

١. "الله يقاوم المستكبرين، وأما المتواضعين  
فيعطيه نعمه." (1 بطرس 5:5ب)  
يوم من أيام حزيران في كنيسة الصليب:  
يجتمع "مقهى اللقاء الدولي".  
علي المقعد أمام القاعة يجلس شابان. لقد  
استنفدت قواهما، فقد ناما في العراء.  
منذ فترة وهما يتنقلان في شمال ألمانيا،  
يعيشون دائماً في خوف من أن يتم إرجاعهما  
إلى بلد أوروبي آخر حيث يتهدهما السجن  
وسوء المعاملة.

2. At the community café, they find people who speak their language and can help them express their concerns. A young caregiver at the café makes many calls, trying to find accommodation for the night for the two of them.

The young woman is crying. The young man sits next to her with his head lowered.

That evening, I meet other women who have no social problems in a nice restaurant.

٢. في "مقهى اللقاء" يجد الناس من يتكلم لغتهم ومن يمكنهم طرح همومهم عليه. بعض الزوار يأتون بانتظام ل يبحثوا عن أصدقاء وليجدوا مكاناً آمناً في الليل للصلاة.

الفتاة الشابة تبكي. الشاب يجلس بجانبها ورأسه مطأطأ.

في تلك الليلة ألتقي أيضاً نساء أخريات، ليس لديهن مشاكل اجتماعية، في مطعم جميل.

3. They talk about a meeting with other representatives of the women's association.

One of them says:

It was terrible. The room where we met, where the assembly also took place, was far too hot. The three-course meal that was served had cold potatoes. It was all very annoying.

We from Bremerhaven left early and consoled ourselves by shopping in the nice little town.

٣. يروين عن اجتماع مع ممثلات من جمعية نسائية. إحداهن تقول:

"لقد كان الأمر فظيلاً. القاعة التي التقينا فيها، والتي كانت تُعقد فيها الاجتماعات أيضاً، كانت حارة جداً. وعند تقديم وجبة الثلاثة أطباق، كانت البطاطس باردة. لقد كان كل شيء مزعجاً جداً.

فنحن نساء بريمرهافن غادرنا مبكراً وواسيناً أنفسنا بالتسوق في البلدة الصغيرة الجميلة."

4. I think: What kind of worries do we have in our women's association, while these two young people, threatened with deportation, don't even have a roof over their heads!

By the way, we took the young people in at the Kreuzkirche's church asylum.

God gives His grace to the needy. (5b)

٤. أفكر: ما هي هذه الهموم التي نواجهها في جمعيتنا النسائية، بينما هذان الشابان المهددان بالترحيل لا يملكان حتى سقفاً فوق رأسيهما!

لقد استقبلنا هذين الشابين في "اللجوء الكنسي" بكنيسة الصليب.

< "أما المحتاجون فيمنحهم الله نعمته." (5ب)

5. Humble yourselves, therefore, under God's mighty hand. (6)

Nine years ago, my husband was very ill. He was hospitalized with cancer.

We talk about what is important for us as Christians in this situation.

I say: pray, pray, and pray again that God heals you and you recover quickly.

٥. < "فاتضعوا إذن تحت يد الله  
القوية." (6)

قبل 9 سنوات كان زوجي مريضاً  
جداً. بسبب إصابة بالسرطان دخل  
المستشفى.

كنا نتحدث عما هو مهم بالنسبة لنا  
كمسيحيين في مثل هذا الوضع.

وأنا كنت أقول: صلّ، صلّ، واصل  
الصلاة حتى يشفيك الله وتشفى  
بسرعة.

6. But my husband says: First, accept that God has sent me this illness.

Today I think both are important: to fight in prayer for God's help and to accept what God sends us.

Accepting is harder for me. But acceptance also has its time.

٦. لكن زوجي كان يقول: أولاً يجب أن أقبل أن الله قد أرسل لي هذا المرض.

اليوم أفكر أن كلا الأمرين مهمان: أن نصلي طالبين عون الله، وأن نقبل ما يرسله الله إلينا.

أما أنا فأجد صعوبة أكبر في القبول. لكن القبول أيضاً يحتاج إلى وقته.



7. Humble yourselves, therefore, under God's mighty hand. (6)

Then He will lift you up,  
when the time comes.

In a Christian calendar, I found the following story:

A farmer had a small field that he worked with his old horse. He and his son could barely make a living from it.

٧. "فاتضعوا إذن تحت يد الله القوية، لكي يرفعكم في حينه." (6)  
في أحد التقاويم المسيحية وجدت القصة التالية:

كان هناك فلاح يملك حقلاً صغيراً، وكان يفلحه بحصانه العجوز. بالكاد كان يستطيع العيش مع ابنه مما يجنيه.

8. When the horse ran away, the neighbors came and said:

“What bad luck.” The farmer replied:

“How do you know it's bad luck?”

A week later, the horse returned, bringing with it ten wild horses. The neighbors came and said:

“What good luck!” The farmer replied:

“How do you know it's good luck?”

٨. عندما هرب الحصان، جاء الجيران وقالوا: "يا له من سوء حظ!"

فأجابهم الفلاح: "ومن أين تعرفون أن هذا سوء حظ؟"

بعد أسبوع عاد الحصان، وجلب معه عشرة خيول برية.

جاء الجيران وقالوا: "يا له من حظ رائع!"

فأجابهم الفلاح: "ومن أين تعرفون أن هذا حظ جيد؟"

9. The son caught the horses and chose the wildest one. When he tried to ride it, the horse threw him off, and he broke his leg. The neighbors came and said:

“What bad luck!” The farmer replied: “How do you know it's bad luck?”

Soon, messengers of the king arrived: “There is war – all young men must go.”

But not the farmer's son, because he had broken his leg.

(Story of good and bad luck from the Neukirchener calendar, 7 March 2025)

٩. أمسك الابن الخيول، وأخذ أكثرها شراسة. وحين حاول أن يركبها، طرحه الحصان أرضاً فكسر ساقه.  
جاء الجيران وقالوا: "يا له من سوء حظ!"

فأجابهم الفلاح: "ومن أين تعرفون أن هذا سوء حظ؟"

قريباً جاء مبعوثو الملك: "هناك حرب – على جميع الشبان أن يلتحقوا!"  
لكن ابن الفلاح لم يؤخذ معهم، لأنه كان بساق مكسورة.

(حكاية "الحظ وسوء الحظ" من تقويم نويكيرشنر بتاريخ 7.3.2025)

10. A young Christian from our congregation tells:

I have no money left. Yesterday, I gave my last 2 € to a beggar at the station. I was actually going to buy bread with it, but I thought: God won't let me starve. Shortly afterward, a woman calls me:

١٠. شاب مسيحي من جماعتنا روى قائلاً:

"لم يكن عندي مال. آخر 2 يورو كنت أملكها أعطيتها أمس لمتسول في محطة القطار. كنت في الأصل أريد أن أشتري لي خبزاً. لكنني قلت لنفسي: الله لن يتركني بلا طعام. وبعد وقت قصير اتصلت بي امرأة..."

11. "Would you like to come to eat? I've cooked something nice. You're warmly invited!"

The young Christian says:

So, I didn't go to bed hungry yesterday.  
God took care of me.

Humble yourselves, therefore, under God's mighty hand. (6)

Then He will lift you up,  
when the time comes.

١١. "هل ترغب أن تأتي لتناول الطعام؟"

لقد طبخت شيئاً لذيذاً. دعوة من القلب!"

الشاب المسيحي يقول: "وهكذا لم أنم البارحة جائعاً. الله اهتم بي حقاً."  
< "فاتضعوا إذن تحت يد الله القوية، لكي يرفعكم في حينه." (6)

12. Cast all your anxiety on Him, because  
He cares for you. (7)

I once heard a great sermon on this verse.  
The pastor said:

Imagine your worries as a ladder to  
heaven.

You bring your worries up the ladder to  
God.

Then you let go of your worries. You leave  
them with God, because He cares for you.

١٢ . أَلْقُوا كُلَّ هَمِّكُمْ عَلَيْهِ، لِأَنَّهُ هُوَ  
يَعْتَنِي بِكُمْ. (7)

لقد سمعتُ مرةً وعظّةً رائعةً عن  
هذه الآية. قال الواعظ: تصوّروا  
همومكم مثل سُلّمٍ إلى السماء. أنتم  
تصعدون بهذا السُلّم إلى الله  
وتحملون همومكم إليه. ثم تتركونها  
هناك. تتركون همومكم عند الله. لأنه  
هو يهتم بكم.

13. Then you happily go back down the ladder. You no longer have the worries. God takes care of them.

I still remember what I thought when I heard that sermon.

Yes, that's what I'll do: bring my worries up the ladder to God.

١٣ . ثم تنزلون من السلم بفرح . لم  
تعودوا تحملون الهموم . الله يتكفل  
بها . وما زلت أذكر ما فكرتُ فيه  
حينها عندما سمعت الوعظة : نعم ،  
هذا ما سأفعله – أصد بسلم همومي  
إلى الله .

14. But then, when I'm back down, the worries come back. I start overthinking and then, with my worries, climb the ladder back to God.

So, I'm always going up and down the ladder.

Cast all your anxiety on Him, because He cares for you. (7)

It's not that simple. I practice this every day.

١٤ . ولكن بعد ذلك، عندما أكون قد نزلت، تعود الهموم من جديد. أبدأ بالانشغال والتفكير بها، ثم أعود مرة أخرى مع همومي صاعدًا السُّلم إلى الله. وهكذا أبقى صاعدًا نازلًا على هذا السُّلم. "ألقوا كل همّكم عليه، لأنه هو يعتني بكم" (7). الأمر ليس سهلاً. إنني أدرّب على ذلك من جديد كل يوم.



15. Cast all your anxiety on Him, because  
He cares for you. (7)

One Sunday in March:

Susanne arrives at church stressed:

I'm supposed to sing again in the service. I  
don't think it will work today.

This morning, I had no voice at all! I don't  
know how it's going to work...

The cantor encourages her:

Susanne, it will be fine!

١٥. "ألقوا كل همّكم عليه، لأنه هو  
يعتني بكم" (7).

في أحد أيام الأحد من شهر مارس:  
جاءت سوزانه إلى الكنيسة متوترة  
وقالت: "ينبغي أن أغني مجددًا في  
القُداس. أظن أن الأمر لن ينجح  
اليوم. هذا الصباح لم يكن لدي أي  
صوت! لا أعلم كيف سيكون  
الحال...". لكن قائد الجوقة شجّعها  
قائلًا: "سوزانه، سيكون الأمر على  
ما يرام!"

16. The pastor prays for her before the service.

Then her performance. I have never heard Susanne like this before! Her singing touches me deeply, straight to my heart!

Susanne has gone beyond herself. Other worshippers also say: Oh, that was beautiful!

After the service, Susanne says: I believe God gave me my voice today. I am so grateful!

١٦ . صلى الراعي من أجلها قبل  
بدء القداس . ثم جاء دورها . لم أسمع  
سوزانه هكذا من قبل قط! غناؤها  
اخترق أعماقي، وصل مباشرة إلى  
القلب! لقد تجاوزت نفسها وتألقت .  
حتى الحاضرون في القداس قالوا:  
"آه، ما أجمل ذلك!" وبعد انتهاء  
القداس قالت سوزانه: "أعتقد أن الله  
هو من أعطاني الصوت اليوم . أنا  
ممتنة جدًا!"

17. Cast all your anxiety on Him,  
because He cares for you. (7)

I'm driving our car at a normal speed  
across Elbinger Platz. Suddenly, I get  
flashed by a speed camera. Why, I  
wonder. I wasn't speeding.

Was the traffic light red? Then I would  
have to give up my driver's license,  
because I recently paid a higher fine for  
speeding!

١٧. "ألقوا كل همّكم عليه، لأنه هو  
يعتني بكم." (7)

كنت أقود سيارتنا بسرعة عادية عبر  
ميدان إلبينغر. فجأة التقطني الرادار.  
سألت نفسي: لماذا؟ لم أكن أسير  
بسرعة زائدة. هل كانت الإشارة  
حمراء؟ إن كان الأمر كذلك،  
فسأضطر لتسليم رخصة القيادة،  
لأنني قبل فترة قصيرة دفعت غرامة  
كبيرة بسبب السرعة الزائدة!

18. Three weeks later, I receive a yellow letter, a delivery notice from the public order office. I'm scared and decide not to open the letter right away.

I pray: Jesus, help me. Please let me not lose my driver's license!

I open the letter: I have to pay a fine.

But it's not that high. No license suspension! Thank you, Jesus!

١٨ . بعد ثلاثة أسابيع وصلني ظرف أصفر من مكتب المخالفات، رسالة رسمية. شعرت بالخوف ولم أفتح الرسالة في البداية. صليت: "يا يسوع، ساعدني. اجعلني لا أفقد رخصة القيادة!" فتحت الرسالة: كان عليّ أن أدفع غرامة مالية. لكنها لم تكن عالية. لا سحب للرخصة! شكراً لك يا يسوع!

19. Cast all your anxiety on Him,  
because He cares for you. (7)

One Friday in October, I meet a woman  
in front of the Kreuzkirche. She looks  
very sad. I start a conversation with her.  
She talks about her illnesses and how  
lonely she is. I say: My husband can  
pray for you.

١٩. "ألقوا كل همّكم عليه، لأنه هو  
يعتني بكم." (7)

في أحد أيام الجمعة من شهر  
أكتوبر، التقيتُ أمام كنيسة الصليب  
بامرأة بدت حزينة جداً. بدأتُ أتحدث  
معهـا. أخبرتني عن أمراضها وعن  
شعورها بالوحدة. فقلت لها: "زوجي  
يمكنه أن يصلي من أجلك."

20. He is still in the church. The kindergarten devotion has just finished. When the woman comes out of the church after the prayer, she is beaming. She looks relaxed and seems to have new courage. She walks away with steady steps.

Cast all your anxiety on Him, because He cares for you. (7)

٢٠. كان ما يزال في الكنيسة، إذ انتهت للتو صلاة الروضة مع أطفال الحضانة. بعد أن صلى الرجل للمرأة وخرجت من الكنيسة، بدا وجهها مشرقًا. ظهرت مرتاحة وكأنها نالت شجاعة جديدة. بخطوات ثابتة واثقة تابعت طريقها. "ألقوا كل همكم عليه، لأنه هو يعتني بكم."

(7)

21. Be alert, be vigilant! (8a)

Hold fast to your faith. (9a)

Finally, I can pick up the keys I ordered at the locksmith. On my keychain, I have several keys that look similar. To distinguish them, some keys have colored plastic caps.

٢١. "تحلّوا بعقل صافٍ، وكونوا ساهرين!" (٨أ)

"تمسّكوا بالإيمان." (٩أ)

أخيرًا استطعت أن أستلم المفاتيح التي طلبتها من محل صانع المفاتيح. عندي على حلقة مفاتيحي عدّة مفاتيح متشابهة. وللتمييز بينها، تحمل بعض المفاتيح أغطية بلاستيكية ملوّنة.

22. Since these plastic caps are already looking quite shabby, I buy new caps when I pick up the keys. I ask the dealer to dispose of the old caps.

He says: Disposing of them costs 5 € or a prayer, and he smiles.

Then I'd rather have a prayer, I reply.

I fold my hands, ask for his first name, and pray for him.

٢٢. وبما أن هذه الاغطية البلاستيكية بدت قديمة وبالية، اشتريت عند استلام المفاتيح الجديدة أغطية جديدة. طلبت من البائع أن يتخلص من الأغطية القديمة. فقال مازحًا: "التخلص منها يكلف 5 يورو أو صلاة." فابتسمت وقلت: "إذن صلاة أفضل." ضمنت يديّ، وسألت عن اسمه الأول، ثم صليت من أجله.



23. After the prayer, there's a brief silence. Then I say goodbye. Only then do I notice another customer who is waiting. I wonder what he thought about my spontaneous prayer.

But then I'm happy about my courage to pray and walk away feeling lighthearted.

٢٣ . بعد الصلاة ساد صمت قصير .  
ثم ودّعته . وفقط عندها لاحظت  
زبوناً آخر كان ينتظر . تساءلت : ماذا  
عساه يفكر عن صلاتي العفوية هذه ؟  
لكنني شعرت بالفرح لشجاعتني في  
الصلاة ، وغادرت بخطوات خفيفة  
متهاللة .

24. Be alert, be vigilant! (8a)

Hold fast to your faith. (9a)

On a Tuesday in June, I go to my yoga class again.

The yoga instructor is not feeling well.

She says: Today, I can only guide you with limitations. I pulled a muscle in my chest this morning and have strong pain.

٢٤. "تحلّوا بعقل صافٍ، وكونوا  
ساهرين!" (٨)

"تمسّكوا بالإيمان." (٩)

في يوم ثلاثاء من شهر يونيو، ذهبتُ  
مجددًا إلى حصّة اليوغا.

25. After the yoga class, when everyone has already left the room, I go to the yoga instructor and say: I'll pray for you.

Thank you, she says.

The following week, at the beginning of the class, she tells all the participants:

Thank you, Anette, your prayers helped.

My pain is almost gone.

I'm happy that the yoga instructor publicly thanked me for my prayers and God's help.

٢٥ . كانت معلمة اليوغا ليست في مزاج جيد . قالت : "اليوم يمكنني توجيهكم فقط بقدرات محدودة . لقد أصبت هذا الصباح بشد في منطقة الصدر وأشعر بالألم شديد ."

بعد انتهاء حصة اليوغا، وبعد أن غادر الجميع الغرفة، ذهبت إلى معلمة اليوغا وقلت لها: "سأصلي من أجلك".  
فقالت: "شكرًا".

في الأسبوع التالي، في بداية الحصة، قالت معلمة اليوغا أمام جميع المشاركين: "شكرًا لك، أنيت، صلواتك ساعدتني. الألم لدي تقريبًا زال."  
سعدت جدًا بأن معلمة اليوغا شكرت علنًا صلواتي ومساعدة الله.

26. Be alert, be vigilant! (8a)

Hold fast to your faith. (9a)

On TV, there's an exciting football match. In the end, the Portuguese win. After the game, a Portuguese player is interviewed. He says: I am overjoyed. I am very thankful. He keeps looking up.

٢٦. "تحلّوا بعقل صافٍ، وكونوا  
ساهرين!" (٨)

"تمسّكوا بالإيمان." (٩)

كان يُعرض على التلفاز مباراة كرة  
قدم مشوقة. في النهاية فاز  
البرتغاليون. بعد المباراة، أُجري  
حوار مع لاعب برتغالي، فقال: "أنا  
سعيد جدًا. ممتن جدًا." وخلال حديثه  
كان ينظر إلى الأعلى عدة مرات.

27. At the end of the interview, the football player says on camera, in front of millions of viewers: Thank you, God, while looking up. This surprises and touches me. It's good when we dare to speak about prayer publicly or even pray in public.

٢٧. في نهاية المقابلة، قال اللاعب أمام الكاميرا وأمام ملايين المشاهدين: "شكرًا لك يا الله"، ونظر إلى الأعلى أثناء ذلك. لقد أدهشني ذلك وأثر بي. من الجيد أن نجروء على الحديث عن الصلاة علنًا أو حتى الصلاة في الأماكن العامة.

28. Be alert, be vigilant! (8a)

Hold fast to your faith. (9a)

Along with this verse, there are two sentences from our sermon text that I want to remember and hold on to:

Humble yourselves, therefore, under God's mighty hand. (6a)

and

Cast all your anxiety on Him, because He cares for you. (7)

٢٨. "تحلّوا بعقل صافٍ، وكونوا ساهرين!" (٨)

"تمسّكوا بالإيمان." (٩)

بجانب هذه الآية، هناك جملتان أساسيتان من نص الوعظة التي أود أن أتذكرها وأتمسك بها:

"فاخضعوا بتواضع تحت اليد القوية لله." (١٦) و...

"ألقوا كل همّكم عليه، لأنه هو يعتني بكم." (٧)

29. Our sermon text today ends with a beautiful encouragement:

God has called you to share in His eternal glory through His great grace.

In communion with Christ, you share in it.

For only a short time, you must suffer.

Then He will restore you, make you strong, empower you, and give you firm support.

To Him be the power forever and ever.

Amen.

٢٩ . ينتهي نص وعظمتنا اليوم بكلمة جميلة: "لقد دعاكم الله بفضله العظيم لتنالوا نصيبًا من مجده الأبدي. وفي الاتحاد بالمسيح تشاركون في هذا المجد. عليكم أن تتحملوا المعاناة لفترة قصيرة فقط، ثم سيعيد رفعكم ويقوّيكم، يمنحكم القوة ويثبتكم. له الملك والقدرة إلى الأبد. آمين."