

## Matthäus 3

13. Jesus came from Galilee to the River Jordan. He wanted to be baptised by John.

14. But John tried to stop him. So he told Jesus, 'I need to be baptised by you. So why do you come to me?'

15. Jesus replied, 'Let it be this way for now. It is right for us to do this. It carries out God's holy plan.' Then John agreed

## مَتَّى 3

13. حِينَئِذٍ جَاءَ يَسُوعُ مِنَ الْجَلِيلِ إِلَى الْأُرْدُنِّ إِلَى يُوْحَنَّا لِيَعْتَمِدَ مِنْهُ.

14. وَلَكِنْ يُوْحَنَّا مَنَعَهُ قَائِلًا: «أَنَا مُحْتَاجٌ أَنْ أَعْتَمِدَ مِنْكَ، وَأَنْتَ تَأْتِي إِلَيَّ!».

15. فَأَجَابَ يَسُوعُ وَقَالَ لَهُ: «أَسْمَحِ الْآنَ، لِأَنَّهُ هَكَذَا يَلِيْقُ بِنَا أَنْ نَكْمِلَ كُلَّ بَرٍّ». حِينَئِذٍ سَمَحَ لَهُ.

**16. As soon as Jesus was baptised, he came up out of the water. At that moment heaven was opened. Jesus saw the Spirit of God coming down on him like a dove.**

**17. A voice from heaven said, 'This is my Son, and I love him. I am very pleased with him.'**

16. فَلَمَّا اعْتَمَدَ يَسُوعُ صَعِدَ لِلْوَقْتِ  
مِنَ الْمَاءِ، وَإِذَا السَّمَاوَاتُ قَدْ  
انْفَتَحَتْ لَهُ، فَرَأَى رُوحَ اللَّهِ نَازِلًا  
مِثْلَ حَمَامَةٍ وَآتِيًا عَلَيْهِ،

17. وَصَوْتُ مِنَ السَّمَاوَاتِ قَائِلًا:  
«هَذَا هُوَ ابْنِي الْحَبِيبُ الَّذِي بِهِ  
سُرَرْتُ».

**Sermon for 14 January 2024,  
Hebrews 12:12-15, Lector Stoffers**

**1. Tired faith: On a scale from 1 to 10, rate your own tiredness this morning (1: still in a deep sleep, 5: the coffee is working, 10: I can tear up trees). Strengthening exercises for hands and knees. I'm sure everyone here has developed a strategy to combat tiredness: Coffee, morning exercise, time to wake up slowly, radio on, routines, windows open, water in the face, ... You have to learn to deal with everyday tiredness somehow.'**

**عظة 14.1.24، عبرانيين 12: 12-15، المحرر ستوفرز**

1- الإيمان الذي أصبح متعبًا: قيم تعبك هذا الصباح على مقياس من 1 إلى 10 (1: لا تزال في نوم عميق 5: القهوة تعمل 10: أستطيع أن أمزق الأشجار) تمرين تقوية لليدين والركبتين. من المؤكد أن الجميع هنا قد طوروا استراتيجية حول كيفية مكافحة التعب: القهوة، تمارين الصباح، وقت الاستيقاظ ببطء، تشغيل الراديو، الروتين، النوافذ المفتوحة، الماء في الوجه، ... عليك أن تتعلم كيفية التعامل مع التعب اليومي بطريقة ما.

**2. What does it look like in everyday life? Is there also such a thing as tiredness and powerlessness? As far as I'm concerned: definitely! I know very well the days when my trust in Jesus snores away in deep sleep. Even the best strategy and the most beautiful morning ritual won't help. My everyday life with Jesus is sometimes pretty sleepy. I read a passage from the Bible in which we also find these thoughts. These are sentences from the letter to the Hebrews, a Christian community in the 1st century that had become tired and sluggish: Hebrews 12:12-15:**

**2- كيف يبدو هذا في الاعتقاد اليومي؟ هل هناك شيء مثل التعب وقلة القوة؟ بقدر ما يهمني: بالتأكيد! أعرف جيدًا تلك الأيام التي تشخر فيها ثقتي بيسوع في نومي العميق. أفضل استراتيجية وأفضل طقوس الصباح لا تساعد. حياتي اليومية مع يسوع تكون في بعض الأحيان هادئة للغاية. قرأت فقرة من الكتاب المقدس نجد فيها أيضًا هذه الأفكار.**

**12. So put your hands to work.  
Strengthen your legs for the journey.  
13. 'Make level paths for your feet to  
walk on.' Then those who have  
trouble walking won't be disabled.  
Instead, they will be healed.**

**14 Try your best to live in peace with  
everyone. Try hard to be holy.  
Without holiness no one will see the  
Lord.**

**15. Be sure that no one misses out on  
God's grace. See to it that a bitter  
plant doesn't grow up. If it does, it  
will cause trouble. And it will make  
many people impure.**

12. لذا ضع يديك في العمل. تقوية ساقيك للرحلة.

13. "اجعلوا مسارات مستوية لتمشي عليها

أقدامكم". عندها لن يُعاق الذين لديهم صعوبة في  
المشي. وبدلاً من ذلك، سوف يتم شفاءهم.

14 ابذل قصارى جهدك للعيش في سلام مع الجميع.  
حاول جاهداً أن تكون مقدساً. بدون القداسة لن  
يرى أحد الرب.

15. تأكد أن لا أحد يخسر نعمة الله. احرص على  
أن لا ينمو نبات المر. إذا حدث ذلك، فإنه سوف  
يسبب المتاعب. وسوف يجعل الكثير من الناس  
نجسين.

**3. Get up and run. The church of the Hebrews is a tired bunch. The people have become slack in their faith, they are threatened with stagnation. They argue about trivial matters, some no longer come to the church services and the initial passion for Jesus has waned. Some things may sound familiar to us. Weak hands, trembling knees out of fear of the morning, a faith that has fallen asleep or has grown old. How can we counter this? How does fear give way, how does new strength come into an overtired life of faith?**

3- هذه هي الجمل من الرسالة إلى العبرانيين،  
المجتمع المسيحي في القرن الأول الذي أصبح  
متعبًا وخاملًا: عبرانيين 12: 12-15

انهض وابدأ بالجري. الكنيسة العبرية متعبة  
جدا. لقد أصبح إيمان الناس أضعف وهناك  
خطر التوقف التام. إنهم يتجادلون حول  
أشياء تافهة، ولم يعد البعض يأتون إلى  
خدمات الكنيسة وتضاءلت العاطفة الأولية  
ليسوع. قد تبدو بعض الأشياء مألوفة  
بالنسبة لنا.

**4. Weak knees gain strength when you take careful steps with them, as you did in the gymnastics exercise before. It's like rehab after a broken leg: the leg that has become weak is strengthened again. After months of inactivity, it is slowly moved again, and more weight is placed on it day by day. This is tedious, long-lasting work. It is similar with a faith that has become weary. The letter to the Hebrews sends our faith onto the treadmill. "Strengthen your weary hands and feeble knees and take sure steps with your feet!" (v. 12+13)**

4- أيدي مرتخية، وركب مرتعشة خوفاً من الصباح، إيمان قد نام أو ضعف مع تقدم السن. كيف يمكن معالجة ذلك؟ كيف يختفي الخوف، وكيف تأتي القوة الجديدة إلى حياة الإيمان المتعبة؟

تكتسب الركبتين الضعيفتين القوة عندما تتخذان خطوات حذرة بهما، كما فعلتا في تمرين الجباز من قبل. إنه مثل إعادة التأهيل بعد كسر في الساق: يتم تقوية الساق الضعيفة مرة أخرى. وبعد أشهر من التوقف، يتم نقله ببطء مرة أخرى، مما يزيد الضغط عليه يوماً بعد يوم. هذا عمل شاق وطويل الأمد. ومثله الإيمان الذي قد تعب. الرسالة إلى العبرانيين تضع إيماننا على المحك. "شددوا أيديكم المرهقة وركبكم المرتعشة، وامشوا بأرجلكم خطوات ثابتة" (ع12+13)

**5. Effort is called for, fitness training for faith. Incidentally, the invitation is not addressed to a single person, but is in the plural. We are dependent on each other for training. Those whose hands are stronger at the moment should give a helping hand to those who are on wobbly legs. And vice versa: if your hands are tired, don't be afraid to look for support. Get up and start walking! This is medical advice for someone who needs to retrain their leg muscles. The next two verses deal with how this can be applied to our faith, because they are also about running, about chasing after things.**

5- مطلوب جهد، وتدريب اللياقة البدنية للإيمان.  
وبالمناسبة: الطلب ليس موجهاً للفرد، بل هو بالجمع.  
نحن نعتمد على بعضنا البعض عند التدريب. من كانت  
يداه أقوى في هذه اللحظة عليه أن يمد يد العون لمن  
يرتجف قدميه. والعكس صحيح: إذا كانت يداك  
متعبتين، فلا تخف من البحث عن الدعم. انهض وابدأ  
بالجري! هذه نصيحة طبية لمن يحتاج إلى إعادة  
تدريب عضلات ساقيه. الآيتين التاليتين تتحدثان  
عن الشكل الذي يمكن أن يبدو عليه هذا عند  
تطبيقه على إيماننا، كما أنهما تتحدثان أيضًا عن الجري  
والمطاردة.



**6. Pursue peace. v. 14: "Pursue peace with everyone". Obviously there were some quarrels in the church that receives this letter, otherwise they would not have to be exhorted to peace. Peace does not come automatically. What comes automatically is envy, mistrust, blasphemy, distance. This often creeps into our interactions as if by magic. Pay attention to this the next time you watch a movie or series. How quickly misunderstandings arise, one person no longer likes the other and the whole circle of friends is at loggerheads.**

6- اركض خلف السلام. " 7.14: اتبعوا السلام مع الجميع". من الواضح أنه كانت هناك بعض المشاجرات في المجتمع الذي تلقى هذه الرسالة، وإلا فلن يحتاجوا إلى حثهم على صنع السلام. السلام لا يأتي تلقائياً. وما يأتي تلقائياً هو الحسد، وسوء الظن، والغيبة، والبعد. غالباً ما يتسلل هذا إلى تفاعلاتنا كما لو كان بمفرده. انتبه لهذا في المرة القادمة التي تشاهد فيها فيلماً أو مسلسلاً. مدى سرعة ظهور سوء الفهم، حيث لم يعد أحد الأشخاص يحب الآخر، وأصبحت دائرة الأصدقاء بأكملها على خلاف.

**7. Catfights, macho behavior, clichés are unpacked and are sometimes not far removed from our everyday lives, except that an argument is usually not resolved in 40 minutes of airtime.**

**Conflicts are not a bad thing in themselves. If they are handled well, they can sometimes take us further than the most beautiful hugs and moments of blissful harmony. But such constructive conflict requires a fundamentally peaceful attitude.**

7- لقد تم حل شجار القطط، والسلوك الرجولي، والكليشيات، وفي بعض الأحيان ليست بعيدة عن حياتنا اليومية، إلا أنه في حالتنا لا يتم حل الجدل عادةً خلال 40 دقيقة من وقت البث. الصراعات ليست سيئة بطبيعتها. إذا تم تنفيذها بشكل جيد، فمن المحتمل أن تأخذنا إلى أبعد من أجمل العناق ولحظات الانسجام السعيد. لكن مثل هذه النزاعات البناءة تتطلب موقفا سلميا في الأساس.

8. "If it is possible, as far as it depends on you, live at peace with everyone", Romans 12:18 advises us. This already resonates: It is not always possible. There are situations that cannot be resolved, at least not foreseeably. There are people with whom we simply can't get along, and there are always clashes. If you are at odds with someone else, you don't necessarily have to blame yourself. Never-theless, we are called upon to train, to move towards peace.

8- تنصحنا رسالة رومية 12:18: "على قدر اهتمامكم، سلاموا مع الجميع". وهذا يعني بالفعل: أن هذا ليس ممكنًا دائمًا. هناك حالات لا يمكن حلها، على الأقل ليس في المدى المنظور. هناك أشخاص لا يمكننا الانسجام معهم وتستمر الأمور في الحدوث. أي شخص يعيش في خلاف مع شخص آخر ليس عليه بالضرورة أن يلوم نفسه. ومع ذلك، نحن مدعوون إلى التدريب والتحرك نحو السلام.

**9. A key to a life of peace is mentioned at the beginning of the chapter: Heb. 12:2 "Let us look to Jesus, the author and perfecter of faith." Looking to Jesus and pursuing peace: the two are closely connected. We succeed in living peace when we look to Jesus. Looking to him reminds us that He has come to pacify our quarrelling relationships. He forgives us where we are at odds with Him. We live from this forgiveness, we need it! We live in peace with God Himself, Jesus stands for this.**

9- في بداية الإصحاح يُعطى مفتاح حياة السلام: عب. 12:2 "لننظر إلى رئيس الإيمان ومكمله يسوع" النظر إلى يسوع والسعي إلى السلام: الاثنان مرتبطان ارتباطًا وثيقًا. إن عيش السلام ممكن عندما نركز على يسوع. إن النظر إليه يذكرنا: لقد جاء لتهدئة علاقاتنا المتضاربة. يغفر لنا عندما نعيش في خلاف معه. نحن نعيش من هذا المغفرة، ونحن بحاجة إليها! نحن نعيش في سلام مع الله نفسه، ويسوع يدافع عن ذلك.

**10. Therefore, nothing should prevent us from living in peace with one another, from approaching someone and saying: "Please forgive me." This is what the period of silence before the Kyrie is for in every church service. Specifically, it means: Take time to look at Jesus and look at yourself. When you realize that you have not pursued peace, get up again and start anew. By asking God for for-giveness and also the people with whom you are at odds. Don't disregard this, approach each other and ask for forgiveness, don't throw away the opportunity that Jesus offers us: To live in peace. Pur-sue it, that means: do everything you can.**

10- لهذا السبب لا ينبغي أن يمنعنا شيء من العيش في سلام مع بعضنا البعض، أو من الاقتراب من شخص ما والقول: "أرجوك سامحني." إن جزء الصمت قبل غناء كيري مخصص لهذا الغرض في كل خدمة كنسية. على وجه التحديد، يقول: خذ وقتًا لتنظر إلى يسوع وتنظر إلى نفسك. أينما أدركت أنك لم تسعى للسلام، انهض مرة أخرى وابدأ من جديد. من خلال الاستغفار من الله ومن الأشخاص الذين على خلاف معهم. لا تستهينوا بهذا، اقتربوا من بعضكم البعض واطلبوا المغفرة، ولا تتخلصوا من الفرصة التي يقدمها لنا يسوع: العيش بسلام. طارده، وهذا يعني: افعل كل ما بوسعك لتحقيقه.

**11. Pursue sanctification. v. 14: "... and sanctification, without which no one will see the Lord." Sanctification means living a life pleasing to God. Being and living in a way that is pleasing to God. Can you train sanctification, chase after it? Some see sanctification as a quality that we must try to acquire. Jesus died for you, now live in a way that pleases God! Just like a small child who has completely soiled himself while eating spaghetti and is given a fresh change of clothes by his mother. But now it must also make an effort to keep the fresh clothes clean and free of stains.**

11- متابعة القداسة. آية 14 "... والقداسة التي بدونها لن يرى أحد الرب." التقديس يعني أن نحيا حياة ترضي الله. كن وعش بما يرضي الله. هل يمكنك التدريب على القداسة والسعي وراءها؟ يفهم البعض التقديس على أنه صفة يجب علينا أن نحاول اكتسابها. لقد مات يسوع من أجلك، والآن من فضلك عش كما يشاء الله! مثل طفل صغير قام بتلوين نفسه بالكامل أثناء تناول السباغيتي وتغييره والدته. الآن عليك أن تبذل جهدًا للتأكد من أن الملابس الجديدة تظل جميلة ونظيفة ولا تتعرض لأي بقع.

**12, Sanctification in this understanding means: "Roll up your sleeves and make a real effort to lead a holy, God-pleasing life! God has forgiven you and given you a new life. Now take good care that you prove yourself in this life!" But sanctification is not a certain behavior, sanctification is a state. "Be" is not a quality that we can acquire. Sanctification is something that Jesus gives us.**

12- في هذا الفهم، يعني التقديس:  
"شمروا عن سواعدم وابدلوا جهدًا حقيقيًا  
لتعيشوا حياة مقدسة تقية! لقد غفر الله  
لك وأعطاك حياة جديدة. والآن اهتم  
جيدًا أن تثبت نفسك في هذه الحياة!"  
لكن التقديس ليس سلوكًا معينًا،  
التقديس حالة. "كن" ليست صفة يمكننا  
اكتسابها. التقديس هو شيء أعطانا إياه  
يسوع.

**13. What is deficient and full of stains in our lives, Jesus has taken upon Himself. What cannot stand before the holy God, Jesus has taken away and made good through His death and resurrection. He paid the bill for us and thereby bought us the state of sanctification. Through Jesus we are pleasing to God, acceptable to God, holy. He guarantees that we can stand before God without spaghetti stains on our T-shirts. We cannot achieve this ourselves. We can only accept it as a gift.**

**13- كل ما هو معيب ومليء بالبقع في حياتنا، أخذه يسوع على عاتقه. ما لا يمكن أن يقف أمام الله القدوس، أخذه يسوع وأصلحه بموته وقيامته. لقد دفع عنا الفاتورة واشترى لنا بذلك حالة القداسة. من خلال يسوع نحن أتقياء، مقبولون عند الله، قديسين. إنه يدافع عن حقيقة أننا نستطيع الوقوف أمام الله دون بقع السباغيتي على قمصاننا. لا يمكننا أن نفعل هذا بأنفسنا. ولا يمكننا قبولها إلا كهدية.**



**14. And even if new stains happen to us again and again: Ultimately, what matters in the life of a Christian is not how many stains are on our T-shirt. What matters is that Jesus puts a freshly laun-dered T-shirt on us. This is the grace spoken of in v.15. Does this mean that it doesn't matter how we live? Actually, with this message we can get away with anything, Jesus will stand up for us in the end anyway.**

14- وحتى لو حدثت لنا بقع جديدة طوال الوقت: في النهاية، في حياة المؤمن، لا يهم عدد البقع الموجودة على قميصنا. ما يهم هو أن يسوع يضع علينا قميصًا مغسولًا حديثًا. هذه هي النعمة التي يتحدث عنها في الآية 15. هل هذا يعني أنه لا يهم كيف نعيش؟ في الواقع، يمكننا أن نفعل أي شيء بهذه الرسالة؛ وسيدافع يسوع عنا في النهاية على أي حال.

**15. In the picture with the spaghetti child: Even if half of the plate ends up on the child instead of in the child next time - it doesn't matter. Mom has a whole cupboard full of fresh clothes and simply changes the child's clothes every time. No problem, it can eat as it likes and is always dressed cleanly afterwards.**

15- التحدث في الصورة مع طفل السباغيتي: حتى لو انتهى الأمر في المرة القادمة بنصف الطبق على الطفل بدلاً من الطفل - فلا يهم. الأم لديها خزانة كاملة مليئة بالغسيل الطازج وتقوم ببساطة بتغيير الطفل في كل مرة. لا توجد مشكلة، يمكنه أن يأكل كما يريد وسيرتدي ملابس نظيفة دائماً بعد ذلك.

قد يبدو الأمر بسيطاً جداً، لكن هذا الرأي يفتقد شيئاً واحداً. أجزؤ على قول ذلك في صورة الطفل وهو يأكل السباغيتي، وآمل أن يصبح الأمر واضحاً للغاية: في كل مرة يتسخ فيها الطفل أثناء تناول الطعام، تكون الأم هناك لتلبسه ملابس جديدة بعد ذلك.

16. Sounds pretty simple, but this view overlooks one thing. I dare to say this in the picture of the child eating spaghetti and hope that it becomes clear: Every time the child gets dirty while eating, the mother is on hand to re-dress it afterwards. The new set of clothes does not fall from the sky. Of course the mother has bought it, she has washed it after the last meal, hung it up, ironed it, perhaps mended a hole in it and put it in the wardrobe. The fresh garment doesn't just appear, it takes effort and work to dress the child again and again.

16- المجموعة الجديدة لا تسقط من السماء. بالطبع اشترتها أمي، وغسلتها بعد الوجبة الأخيرة، وعلقتها، وكويتها، وربما سدت ثقبًا فيها ووضعتها في الخزانة. لا تبدو قطعة الملابس الجديدة هكذا فحسب، بل يتطلب الأمر جهدًا وعملاً حتى تتمكن من ارتداء الطفل مرارًا وتكرارًا.

**17. God didn't just do a bit of laundry to give us a new, holy life. It cost Him the life of His Son Jesus Christ. It was a high price that He paid. And although He offers us forgiveness over and over again, He doesn't just shake it out of His sleeve.**

**Dietrich Bonhoeffer expresses it with the term "costly grace" and says: "Grace is costly because it cost God the life of His Son and because what is costly to God cannot be cheap to us."**

17- لم يقم الله فقط بغسل القليل من الملابس ليمنحنا حياة جديدة مقدسة. لقد كلفه حياة ابنه يسوع المسيح. لقد كان ثمناً باهظاً دفعه. وعلى الرغم من أنه يقدم لنا المغفرة مراراً وتكراراً، إلا أنه لا ينزعها من جعبته فحسب. ويعبر عنها ديتريش بونهوفر بمصطلح "النعمة باهظة الثمن" فيقول: "إن النعمة باهظة الثمن لأنها كلفت الله حياة ابنه ولأن ما هو عزيز على الله لا يمكن أن يكون رخيصاً لدينا".

**18. One last time I use the example: the mother loves her child, without reservation. However, she cannot say the same about the spaghetti stains. God is troubled by the spaghetti stains in our lives. Every single one. But He is very good at distinguishing between the stained T-shirt and the precious person inside. And the fact that we are always attracted to Him again and again despite new stains is grace. This grace is not to be missed (v. 15). Because it costs God so much to be gracious, we should not disregard it. And because God is gracious, we should not act as if we could become holy by ourselves.**

18- سأستخدم المثال للمرة الأخيرة: الأم تحب طفلها دون أي قيود. ومع ذلك، لا يمكنها قول الشيء نفسه عن بقع السباغيتي. إن الله منزوع من بقع السباغيتي في حياتنا. كل واحد على حده. لكنه يستطيع التمييز جيدًا بين القميص الملطخ والشخص الثمين بداخله. وحقبة أننا نتجذب إليه باستمرار مرارًا وتكرارًا، على الرغم من البقع الجديدة، هي النعمة. لا ينبغي تفويت هذه النعمة (ع15). ولأن رحمة الله تكلف الكثير، فلا ينبغي لنا أن نستبعد ذلك. ولأن الله رحيم، فلا ينبغي لنا أن نتظاهر بأننا نستطيع أن نصبح قديسين بمفردنا.

**19. Pursuing sanctification means: stop the religious spasm of pretending that you can make yourself holier. Accept that Jesus makes you holy and marvel at it. Thank Him for it every day, remind your-self of it again and again. And then live according to this gift. The little child learns from day to day to make fewer stains on its clothes, it strives to do so. We cannot strive to become holy. God does that for us. But because we are holy through Him, let us make every effort to live like it!**

19- إن السعي إلى التقديس يعني إيقاف الصخب الديني المتمثل في التظاهر بأنك تستطيع أن تجعل نفسك أكثر قداسة. اقبل أن يسوع يجعلك مقدسًا وتتعجب من ذلك. اشكره على ذلك كل يوم، واستمري في تذكير نفسك به. ثم عيش بحسب هذه العطية. يتعلم الطفل الصغير يومًا بعد يوم تقليل البقع على ملابسه، وهو يبذل جهدًا للقيام بذلك. لا يمكننا أن نسعى جاهدين لنصبح مقدسين. الله يفعل ذلك لنا. ولكن لأننا مقدسون من خلاله، فلنعمل كل ما في وسعنا لنعيش هكذا!

**20. Back to the beginning: If a healed leg that was broken is to regain its strength, then it must be exercised. If your faith has become tired, then start training it again. Make every effort to live in peace and ask for forgiveness where this is not the case. Accept that you are holy and live according to this gift. Amen!**

20-العودة إلى البداية: إذا أرادت الساق المكسورة أن تستعيد قوتها، فإنها تحتاج إلى التدريب. إذا تعب إيمانك، ابدأ في تدريبه من جديد. ابدل كل جهد لتعيش بسلام واطلب المغفرة عندما لا يكون الأمر كذلك. اقبل أنك قديس وعش بحسب هذه العطية. آمين.