

عظة 11.1.2026 – أُفُقُ للتَّنَفُّسِ (1) – جون أورتبرغ

Sermon 11.1.2026 "Aufatmen" 1 (Ortberg)

1. The spiritual impulses today come from the Christian faith magazine "Aufatmen". Committed and experienced Christians, often pastors, write here about their own life and faith experiences, as well as the experiences of people they've met, with God. Today, we focus on how we find healing and steadfastness in dealing with our weaknesses and problems.

1. تأتي التأمّلات الروحية اليوم من مجلة «Aufatmen» الإيمان المسيحي. يكتب فيها مسيحيون مؤمنون ومجرّبون، غالبًا من القساوسة، عن خبراتهم الشخصية في الحياة والإيمان، وعن خبرات أشخاص التقوا بهم في علاقتهم مع الله. موضوع اليوم هو: كيف نجد الشفاء والثبات وسط ضعفنا ومشاكلنا.

2. John Ortberg from the USA writes about "The Community of the Withered Hand". He tells the story of how pastors in Ethiopia hear the story of the man with the withered hand from Luke 6 and then begin to talk about their own inadequacies. It becomes a conversation that changes and frees them.

يكتب جون أورتبرغ من الولايات المتحدة عن «جماعة اليد اليابسة». ويروي كيف استمع قساوسة في إثيوبيا، في أفريقيا، إلى قصة الرجل ذي اليد اليابسة من إنجيل لوقا الإصحاح السادس، ثم بدأوا يتحدثون عن عجزهم الشخصي. كان ذلك حوارًا غيرهم وحرّره.

3. The Community of the Withered Hand. Thirty-five years ago, I was invited along with another pastor named Paul as a speaker to a two-day meeting of a small group of pastors in Ethiopia. Back then, the churches there met underground. Ethiopia was ruled by a brutal Marxist dictator named Mengistu, under whose regime hundreds of thousands of people died.

3.

قبل خمسة وثلاثين عامًا، كنتُ مع قسٍّ آخر
يُدعى بول مدعوّين كمحاضرين إلى لقاء
استمر يومين لمجموعة صغيرة من
القساوسة في إثيوبيا. في ذلك الوقت كانت
الكنائس هناك تجتمع سرًّا، لأن البلاد كانت
تحت حكم دكتاتور ماركسي وحشي يُدعى
منغستو، مات في عهده مئات الآلاف.

4. Paul spoke about a story from the Gospels about a man with a crippled or withered hand (Luke 6:6-11). Paul mainly focused on the weakness and inadequacy of the man. His right hand was useless - the hand with which he could work and accomplish things.

4.

تحدّث بول عن قصة من الأناجيل عن رجل كانت يده مشلولة أو يابسة (لوقا 6: 6-11). وركّز بشكل خاص على ضعف هذا الرجل وعجزه. كانت يده اليمنى غير صالحة للاستعمال، وهي اليد التي يعمل بها الإنسان وينجز بها أموره.

معظم الأشخاص الذين يَذكر العهد

الجديد شفاءهم جاؤوا إلى يسوع وطلبوا

منه الشفاء. أمّا هذا الرجل ذو اليد

المشلولة فلم يطلب الشفاء. لا نعرف

السبب. ربما كان يخجل من إعاقته

الجسدية، وربما كان يُخفي يده في ثوبه

متمنيًا ألا يلاحظ أحد إعاقته.

5. Most people whose healings are recorded in the New Testament come to Jesus and ask for healing. The man with the withered hand did not ask for healing. We don't know why. Perhaps he was ashamed of his physical disability. Maybe he hid his hand in his garment, hoping no one would notice his handicap.

6. But Jesus noticed. And He addressed him: "Come and stand here in the middle." Show what you are ashamed of. Reveal your weakness. Then the man stood up. Everyone stared at his hand. Even the people he most wished wouldn't be there stared at his hand.

6.

لكن يسوع لاحظ ذلك، وناداه قائلاً: «قم
وقف في الوسط». أي: أظهر ما تخجل
منه، اكشف ضعفك. فقام الرجل، وكان
الجميع يحدّقون في يده، وخصوصًا
أولئك الذين كان يتمنى ألا يكونوا
حاضرين.

7. Physically uninjured, capable religious people with strong right hands, pointing their healthy fingers at the sinners and the ashamed ones. Then Jesus spoke a second time and said: "Stretch out your hand." Jesus drew attention to the man's disability, to the part of his body that he was most ashamed of.

7.

كانوا أناسًا متدينين، أصحاب، أقوياء، بأيدي
يمنى سليمة، يشيرون بأصابعهم القوية
إلى الخطاة والمُخزّين. ثم قال يسوع
للمرة الثانية: «مَدِّ يدك». وجّه يسوع
الانتباه مباشرة إلى إعاقة الرجل، إلى
العضو الذي كان يخجل منه أكثر من أي
شيء.

8. Again and again, Paul reminded us in the hot, crowded room in Ethiopia that Jesus told the man to do exactly what the man could not do: "Stretch out your hand." And so it is with us, Paul said. What God asks of us is exactly what we cannot do. Then something happened. These pastors began to do what the man in the story did. They gave insight into their weaknesses.

8.

وكان بول يكرر في الغرفة الحارة
والمزدحمة في إثيوبيا أن يسوع طلب
من الرجل أن يفعل بالضبط ما لا
يستطيع فعله: «مدّ يدك». وهكذا هو
الأمر معنا نحن أيضاً، قال بول. فالله
يطلب منا ما لا نقدر عليه بقوتنا.

9. They asked for help. They stood up from their chairs and began to confess. They spoke about their fear of the government and being arrested. They spoke about their envy of other people's calling, or their families, their appearance, or their homes. They lamented their deep inadequacy. They spoke about conflicts in their small congregations. And somehow, a strength became palpable.

9.

ثم حدث أمر غير متوقع. بدأ هؤلاء
القساوسة يفعلون ما فعله الرجل في
القصة. فتحوا قلوبهم وكشفوا عن
ضعفهم، وطلبوا المساعدة، ووقفوا من
مقاعدهم وبدأوا بالاعتراف.

10. Just as the man with the withered hand was healed by Jesus, so were relationships healed. People were renewed on the inside. Hope was rekindled. This happened because they admitted their helplessness. Hope grew because the people longed for something so desperately that they had nothing more to lose and nothing left to hide.

10.

تحدّثوا عن خوفهم من الحكومة ومن
الاعتقال، وعن غيرتهم من دعوة
الآخرين أو من عائلاتهم أو مظهرهم أو
بيوتهم. عبّروا عن شعورهم العميق بعدم
الكفاءة، وتكلّموا عن النزاعات في
كنائسهم الصغيرة. وكان هناك إحساس
بقوة حاضرة في المكان.

11. Healing occurred through the painful admission of ugliness, fear, and shame. It happened through the community of the withered hand. This is how we can describe a community of people whose pain and brokenness are no longer hidden and who, through the revelation of their weakness, draw unexpected strength from God and others.

.11

كما شُفي الرجل ذو اليد اليابسة على يد
يسوع، شُفيت العلاقات، وتجدد الناس
من الداخل، وتولدت رجاء جديد. حدث
هذا لأنهم اعترفوا بعجزهم، ونما الرجاء
لأنهم كانوا يشترقون بشدة لشيء ما، ولم
يعد لديهم ما يخسرونه أو ما يُخفونه.

12. It is a paradoxical place where the confessions you believe will kill you make you alive within. And where the experience of your helplessness gives you new strength to help others. It is also a place where shame loses its power because people with wounds are especially welcomed.

12.

جاء الشفاء من خلال الاعتراف المؤلم
بالقبح والخوف والعار، ومن خلال
«جماعة اليد اليابسة» – أي جماعة من
الناس لم يعودوا يُخفون ألمهم
وانكسارهم، بل يستمدّون من كشف
ضعفهم قوة غير متوقعة من الله ومن
الآخرين.

13. Jesus particularly associated with such limited and marginalized people. In fact, Jesus Himself embodied this exclusion and wounding. He literally bore the mark of crucifixion in the palms of His hands, which were pierced with nails. And His resurrected body carried those marks further - he invited Thomas to look at them and touch them. Jesus' wounds became a sign of His glory. (John Ortberg, The Community of the Withered Hand, Aufatmen 4/2025, 69+70, shortened and edited by Götz Weber)

13.

إنه مكان متناقض، حيث الاعترافات التي تظن أنها ستقضي عليك، تُحييك من الداخل، وحيث اختبار عجزك يمنحك قوة جديدة لمساعدة الآخرين. إنه مكان يفقد فيه العار سلطته، لأن أصحاب الجراح مرحّب بهم. لقد عاش يسوع وسط هؤلاء المهمّشين والمتألّمين، بل جسّد هو نفسه هذا الألم، إذ حمل آثار المسامير في يديه. وحتى بعد قيامته بقيت هذه الجراح علامة مجده، حين دعا توما ليراها ويلمسها.

**Was ist meine verdorrte Hand, was
sind meine Probleme?**

**What is my withered hand, what are
my problems?**

ما هي يدي الذابلة، وما هي مشاكلتي؟

1. Thomas Härry from Switzerland often advises people who appear successful on the outside but struggle with inner life crises. He says: It is important to navigate these inner crises well and to become steadfast through them. God the Father and Jesus are the great role models of steadfastness in this regard.

1.
توماس هيري من سويسرا يقدّم المشورة كثيرًا للأشخاص يبدوون ناجحين من الخارج، لكنهم يعانون في داخلهم من أزمات حياتية عميقة. ويقول: المهم هو أن نعبر هذه الأزمات الداخلية بطريقة صحيحة، وأن نصبح أكثر ثباتًا. الله الأب ويسوع هما النموذجان الأعظمان في الثبات.

2. Thomas Härry writes:

Sometimes we think that the most challenging turbulences in our lives come from the outside: a conflict, a financial crisis, a devastating critique. Yes, such things can hit us hard. In fact, in many cases, the inner turbulences that result from them affect us more than the external ones. They can unsettle us, paralyze us, or make us angry.

2.

يكتب توماس هيري: أحيانًا نعتقد أن أصعب الاضطرابات في حياتنا تأتي من الخارج: نزاع، ضيق مالي، أو نقد قاسٍ ومدمر. نعم، هذه الأمور قد تصيبنا بقوة. لكن في كثير من الحالات، تكون الاضطرابات الداخلية الناتجة عنها أكثر إزعاجًا لنا من الأسباب الخارجية نفسها.

3. Often, it is not an external event that affects us, but the traces that such a storm leaves inside us. Most external turbulences affect us because they cause inner ones. If a person lacks the necessary inner stability, a level of uncertainty can arise that is disproportionate to the original trigger.

3. فالذي يرهقنا غالبًا ليس الحدث الخارجي بحد ذاته، بل الآثار التي يتركها هذا العاصف في داخلنا. إن معظم الاضطرابات الخارجية تزعجنا لأنها تُحدث اضطرابات داخلية. وإذا افتقد الإنسان إلى الاستقرار الداخلي اللازم، فقد ينشأ مقدار من القلق والاضطراب لا يتناسب إطلاقًا مع السبب الأصلي.

4. Again and again, people come to me seeking advice because certain inner turbulences rob them of sleep and make them doubt themselves. Samuel works in the IT industry and leads a team of software developers. Leading his team is demanding because there is a lack of appreciation and good communication among them.

4.

مرارًا وتكرارًا يأتي إليّ أشخاص يطلبون المشورة، لأن اضطرابات داخلية معينة تحرمهم النوم وتجعلهم يشكّون في أنفسهم.

5. What troubles him the most, however, is the fact that he and his wife Barbara cannot have children. Having children was one of his greatest life dreams. Now, he and his wife argue more and more. Two weeks ago, in a moment of rage, he struck Barbara. Samuel is confused, disappointed, and at his wit's end.

5.

صموئيل يعمل في مجال تكنولوجيا المعلومات ويقود فريقًا من مطوري البرمجيات. قيادة فريقه مهمة صعبة، إذ يفتقر التعامل المتبادل إلى التقدير والتواصل الجيد.

6. Anna leads a charity with several employees. She is a real powerhouse and brimming with ideas. But she takes on too much work. She covers her disappointment about not having found a man yet with work. She escapes into overwork to avoid feeling her pain. She has been running on empty for weeks. Nightmares and insomnia are taking a toll on her.

6. لكن ما يثقله أكثر هو حقيقة أنه وزوجته باربرا لا يستطيعان إنجاب أطفال. كان إنجاب الأطفال أحد أكبر أحلامه في الحياة. والآن تتزايد الخلافات بينه وبين زوجته. قبل أسبوعين ضرب باربرا في لحظة انفعال. صموئيل مشوّش، محبط، ومنهك تمامًا.

7. Samuel and Anna are not helped by programs on how to do their job better or lead their teams more efficiently. They need help on how to deal with their own life crises. When Jesus trained His twelve disciples over three years, He spoke a lot about dealing with envy, inner conflict, worries, the dangers of power, our tendency toward sin, and unforgiveness.

7.

أما أنا فتدير منظمة إغاثية تضم عددًا من الموظفين. إنها امرأة قوية مليئة بالأفكار. لكنها تحمل على نفسها أكثر مما تحتمل. فهي تغطي خيبة أملها لعدم عثورها حتى الآن على شريك حياة بالانغماس المفرط في العمل.

8. Jesus wants to help people face the great, existential struggles of their lives. Jesus wants to help us deal with inner turbulences. Jesus wants to help us become steadfast. We become steadfast through well-managed crises, by proving ourselves in success, failure, mistakes, and pain. Steadfastness is the fruit of constantly realigning ourselves to the same rewarding goal.

8.

تهرب أنا إلى الانشغال الدائم كي لا
تشعر بآلمها الداخلي. لقد وصلت منذ
أسابيع إلى أقصى طاقتها. الكوابيس
والقلق الليلي وقلة النوم تنهكها بشدة.

9. Steadfastness arises when a person's inner and outer life align.

When habits lead to good inner attitudes and values, which in turn lead to mature actions and behaviors. How does this happen? The Bible says: the decisive role is not played by us. Our steadfastness does not begin with us, but with God.

9.

صموئيل وأنا لا نُحل مشكلتهما
ببرامج تُعلّمهما كيف يؤدّيان عملهما
بشكل أفضل أو كيف يقودان فرقهم
بكفاءة أعلى. إنهما بحاجة إلى
مساعدة للتعامل مع أزماتهما الحياتية
الداخلية.

10. Those who carry steadfastness and perseverance within themselves are consistent, incorruptible, resilient, and reliable. These qualities are primarily found in God. He is more steadfast, reliable, and enduring than any of us. This is especially evident in His faithfulness towards us humans.

10.

عندما درّب يسوع تلاميذه الاثني عشر على مدى ثلاث سنوات، تحدث كثيرًا عن التعامل مع الحسد، والصراع الداخلي، والهموم، ومخاطر السلطة، والميل إلى الخطية، وعدم الغفران.

11. There is no being in the universe who meets us with as much patience as God does. God is unwaveringly willing to bless, save, and renew those who make it hard for Him. It is difficult to comprehend, but this God simply does not give up! In Romans 15, Paul calls him "the God of patience", the "God of steadfastness" (verse 5).

يريد يسوع أن يساعد الناس على مواجهة الصراعات الوجودية الكبرى في حياتهم. يريد أن يساعدنا على تجاوز الاضطرابات الداخلية، وأن نصبح ثابتين. نصبح ثابتين من خلال أزمات نُحسن التعامل معها، حين نثبت في النجاح والفشل، في الأخطاء والآلام.

12. In the New Testament, God's steadfastness is revealed in his Son, Jesus Christ. We can therefore orient ourselves to His example and learn from Him what it means to become a person characterized by endurance and steadfastness: "Let us run with endurance the race set before us, fixing our eyes on Jesus, the author and perfecter of our faith. For the joy set before him, he endured the cross.

12.

الثبات هو ثمرة التوجه المتجدد
باستمرار نحو الهدف نفسه، الهدف
الذي يستحق العناء. وينشأ الثبات
عندما ينسجم داخل الإنسان مع
خارجيه، وعندما تقود العادات إلى
مواقف وقيم داخلية صالحة، تثمر
بدورها سلوكًا ناضجًا وتصرفًا
سليمًا.

13. He despised the shame, and after his resurrection, he sat down at the right hand of the throne of God. Consider him who endured such opposition from sinners, so that you will not grow weary and lose heart." (Hebrews 12:1b-3) In Gethsemane – before his arrest and subsequent crucifixion – Jesus struggled with the inner turmoil caused by the suffering He was about to endure.

كيف يحدث ذلك؟ تقول الكتاب المقدس إن الدور الحاسم لا نلعبه نحن. فثباتنا لا يبدأ من ذواتنا، بل من الله. فالشخص الذي يحمل الثبات والمثابرة يكون ثابتًا، غير قابل للرشوة، مقاومًا، ويمكن الاعتماد عليه. وهذه الصفات نجدها أولاً وقبل كل شيء في الله.

14. The words from Hebrews 12 describe the attitude that ultimately prevailed in His heart. Even under the most difficult circumstances, Jesus remained steadfast, despite the immense pain, tears, and humiliation it cost Him. And here it becomes clear: steadfastness does not begin with you or me. The most credible model of steadfastness in human form is Jesus, the Son of God. (Thomas Härry, Rein in den Sturm, Aufatmen 4/2025, 75-77, shortened and edited by Götz Weber)

14.

في العهد الجديد يتجلى ثبات الله في
ابنه يسوع المسيح. لذلك يمكننا أن
نقتدي به ونتعلم منه ما يعنيه أن
نكون أشخاصًا يتسمون بالمتابعة
والثبات. فحتى في بستان جثسيماني،
وقبيل اعتقاله وصلبه، صارع يسوع
التمزق الداخلي. ومع ذلك، بقي ثابتًا
رغم الألم والدموع والإذلال. وهكذا
يتضح مرة أخرى: الثبات لا يبدأ
عندك ولا عندي، بل النموذج
الأصدق للثبات في صورة إنسان هو
يسوع، ابن الله.