

Matthew 6

25. 'I tell you, do not worry. Don't worry about your life and what you will eat or drink. And don't worry about your body and what you will wear. Isn't there more to life than eating? Aren't there more important things for the body than clothes?

26 Look at the birds of the air. They don't plant or gather crops. They don't put away crops in storerooms. But your Father who is in heaven feeds them. Aren't you worth much more than they are?

27 Can you add even one hour to your life by worrying?

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. انظُرُوا إِلَى طُيُورِ السَّمَاءِ: إِنَّهَا لَا تَزْرَعُ وَلَا تَحْصُدُ وَلَا تَجْمَعُ إِلَى مَخَازِنَ، وَأَبُوكُمُ السَّمَاوِيُّ يَقُوْتُهُا. أَلَسْتُمْ أَنْتُمْ بِالْحَرِيِّ أَفْضَلَ مِنْهَا؟

27. وَمَنْ مِنْكُمْ إِذَا أَهْتَمَّ يَقْدِرُ أَنْ يَزِيدَ عَلَى قَامَتِهِ ذِرَاعًا وَاحِدَةً؟

28. 'And why do you worry about clothes? See how the wild flowers grow.

They don't work or make clothing.

29. But here is what I tell you. Not even Solomon in all his royal robes was dressed like one of these flowers.

30. If that is how God dresses the wild grass, won't he dress you even better?

Your faith is so small! After all, the grass is here only today. Tomorrow it is thrown into the fire.

28. وَلِمَاذَا تَهْتَمُونَ بِاللِّبَاسِ؟ تَأْمَلُوا زَنَابِقَ

الْحَقْلِ كَيْفَ تَنْمُو! لَا تَتَعَبُ وَلَا تَغْزِلُ.

29. وَلَكِنْ أَقُولُ لَكُمْ: إِنَّهُ وَلَا سُلَيْمَانَ فِي كُلِّ

مَجْدِهِ كَانَ يَلْبَسُ كَوَاحِدَةٍ مِنْهَا.

30. فَإِنْ كَانَ عَشْبُ الْحَقْلِ الَّذِي يُوجَدُ

الْيَوْمَ وَيُطْرَحُ غَدًا فِي التَّنُّورِ، يَلْبَسُهُ اللَّهُ

هَكَذَا، أَفَلَيْسَ بِالْحَرِيِّ جِدًّا يَلْبَسُكُمْ أَنْتُمْ يَا

قَلِيلِي الْإِيمَانِ؟

31. So don't worry. Don't say, "What will we eat?" Or, "What will we drink?" Or, "What will we wear?"

32 People who are ungodly run after all those things. Your Father who is in heaven knows that you need them.

33. But put God's kingdom first. Do what he wants you to do. Then all those things will also be given to you. 34 So don't worry about tomorrow. Tomorrow will worry about itself. Each day has enough trouble of its own.

31. فَلَا تَهْتَمُّوا قَائِلِينَ: مَاذَا نَأْكُلُ؟ أَوْ مَاذَا نَشْرَبُ؟ أَوْ مَاذَا نَلْبَسُ؟

32. فَإِنَّ هَذِهِ كُلَّهَا تَطْلُبُهَا الْأُمَمُ. لِأَنَّ آبَاءَكُمْ السَّمَاوِيِّ يَعْلمُ أَنَّكُمْ تَحْتَاجُونَ إِلَى هَذِهِ كُلَّهَا.

33. لَكِنِ اطْلُبُوا أَوَّلًا مَلَكَوتَ اللَّهِ وَبِرَّهُ، وَهَذِهِ كُلُّهَا تُزَادُ لَكُمْ.

34. فَلَا تَهْتَمُّوا لِلْغَدِ، لِأَنَّ الْغَدَ يَهْتَمُّ بِمَا لِنَفْسِهِ. يَكْفِي الْيَوْمَ شَرُّهُ.

**Sermon by Lector Helmut Heiland for 8
September 2024 on Matthew 6:25-3**

Dear congregation,

1. "Do not be anxious!" - this is what we hear from Jesus in the words of the Sermon on the Mount. Powerful words! "Do not worry!" How is that supposed to work? To stop worrying? How is that supposed to work, to stop worrying about our lives and the lives of our loved ones? I assume that Jesus was referring to a certain type of worry here. He certainly didn't mean caring and the worries that go with it. Such care refers to a completely normal human activity that is associated with responsibility, care and love. We should certainly not put this kind of worry aside and disregard it; after all, caring for our neighbor is one of our tasks as Christians.

**عظة القارئ هلموت هايلاند بتاريخ 8 سبتمبر
2024 حول متى 6: 25-3**

أيها الجماعة الأعزاء،

1. "لا تقلقوا!" - هذا ما نسمعه من يسوع في كلمات عظة الجبل. كلمات قوية! "لا تقلقوا!" كيف من المفترض أن يعمل هذا؟ أن نتوقف عن القلق؟ كيف من المفترض أن يعمل هذا، أن نتوقف عن القلق بشأن حياتنا وحياتنا أحبائنا؟ أفترض أن يسوع كان يشير إلى نوع معين من القلق هنا. إنه بالتأكيد لم يقصد الرعاية والهموم التي تصاحبها. تشير هذه الرعاية إلى نشاط بشري طبيعي تمامًا مرتبط بالمسؤولية والرعاية والحب. لا ينبغي لنا بالتأكيد أن نضع هذا النوع من القلق جانبًا ونتجاهله؛ ففي النهاية، رعاية جارنا هي إحدى مهامنا كمسيحيين.

2. The situation is somewhat different when it comes to provision. Of course you have to make provisions in life, but they must remain within a certain framework. I think Jesus is mainly referring to worries that are completely unjustified because you have no influence on the solution. Most of the time, these worries stem from the fear that life will not turn out the way we expect or want it to. If these worries then drive us to become active, to work ourselves to the bone in order to realize these wishes, then there is already a blasphemy hidden in this understanding. We then assume that we can prevent the feared evil ourselves according to the rule "Every man forges his own destiny."

2. يختلف الوضع بعض الشيء عندما يتعلق الأمر بالتدبير. بالطبع عليك أن تتخذ التدابير اللازمة في الحياة، ولكن يجب أن تظل هذه التدابير ضمن إطار معين. أعتقد أن يسوع يشير بشكل أساسي إلى المخاوف التي لا مبرر لها على الإطلاق لأنك لا تملك أي تأثير على الحل. في معظم الأحيان، تنبع هذه المخاوف من الخوف من أن الحياة لن تسير بالطريقة التي نتوقعها أو نريدها. إذا دفعتنا هذه المخاوف إلى أن نكون نشطين، وأن نعمل حتى النخاع من أجل تحقيق هذه الرغبات، فهناك بالفعل تجديف مخفي في هذا الفهم. ثم نفترض أننا نستطيع منع الشر الخيف بأنفسنا وفقًا للقاعدة "كل إنسان يصنع مصيره بنفسه".

3. Whatever your worries may be, Jesus suggests another way: "You don't need to worry because God cares for you like a father." "God is always there for you and reliably accompanies you on your journey through life!" This word "Don't worry!" then speaks of a promise, a pledge. And this reference is appropriate, because back then Jesus was speaking to people who followed Him, who believed in God, and who can be expected to count on God. So this is also a speech to us as Christians today.

3. أياً كانت مخاوفك، يقترح يسوع طريقة أخرى: "لا داعي للقلق لأن الله يهتم بك كأب". "الله موجود دائماً من أجلك ويرافقك بشكل موثوق في رحلتك عبر الحياة!" هذه الكلمة "لا تقلق!" تتحدث عن وعد وتعهد. وهذه الإشارة مناسبة، لأنه في ذلك الوقت كان يسوع يتحدث إلى أشخاص يتبعونه، ويؤمنون بالله، ومن المتوقع أن يعتمدوا على الله. لذا فإن هذا خطاب لنا أيضاً كمسيحيين اليوم.

4. Whether we resign ourselves to our worries or spit in our hands, this kind of worrying is always associated with sin.

Why? In the one case, resignation, you distrust God's help; in the other, drudgery (trying hard), you believe that the solution depends on you.

4. سواء استسلمنا لقلقنا أو بصقنا في أيدينا، فإن هذا النوع من القلق يرتبط دائماً بالخطيئة. لماذا؟ في الحالة الأولى، الاستسلام، فأنت لا تثق في مساعدة الله؛ وفي الحالة الثانية، العمل الشاق (المحاولة الجادة)، فأنت تعتقد أن الحل يعتمد عليك.

5. How does Jesus proceed? First of all, He explains to His disciples why it makes no sense to worry. He makes it clear to them and to us that worry is useless. "Who can add just a little span to his life by worrying?" Which of you can prolong your life by worrying? We know the answer: No one. No one can, and certainly not by worrying. Not even by taking excessive precautions. Life is in God's hands.

5. كيف يتصرف يسوع؟ أولاً، يشرح لتلاميذه لماذا لا معنى للقلق. ويوضح لهم ولنا أن القلق لا طائل منه. "فمن يقدر أن يزيد عمره بقليل من القلق؟" من منكم يستطيع أن يطيل عمره بالقلق؟ نعرف الإجابة: لا أحد. لا أحد يستطيع، وبالتأكيد ليس بالقلق. ولا حتى باتخاذ الاحتياطات المفرطة. الحياة في يد الله.

6. The opposite is more likely to be the case. Worrying about things that you cannot influence creates stress and tends to shorten your life.

Instead, Jesus points us to our heavenly Father, whose children we all are and remain. He talks about how this Creator God holds the lives of birds and flowers in His hands and how much more He will take care of us.

6. من المرجح أن يكون العكس هو الصحيح. فالقلق بشأن أشياء لا يمكنك التأثير عليها يسبب التوتر ويميل إلى تقصير حياتك. وبدلاً من ذلك، يثيرنا يسوع إلى أبينا السماوي، الذي نحن جميعاً أبناءه وسنظل كذلك. ويتحدث عن كيف يحمل هذا الإله الخالق حياة الطيور والزهور بين يديه وإلى أي مدى سيعتني بنا.

7. By the way, we can rule out a misunderstanding about the birds and recognize what kind of worries Jesus is talking about. The birds continue to build their nests in order to raise their offspring. They take the necessary precautions, but they do not worry. These kinds of worries fall under the heading of care or charity. The birds rely on God. From His hand they take life as it comes.

7. بالمناسبة، يمكننا أن نستبعد سوء الفهم بشأن الطيور ونتعرف على نوع القلق الذي يتحدث عنه يسوع. تستمر الطيور في بناء أعشاشها من أجل تربية ذريتها. تتخذ الاحتياطات اللازمة، لكنها لا تقلق. هذا النوع من القلق يندرج تحت بند الرعاية أو الإحسان. تعتمد الطيور على الله. من يده تأخذ الحياة كما تأتي.

8. Even when things get difficult, there is no point in worrying. They do not help in any way. Of course, we must remain active and do what is necessary and within our power. For everything else, only trust will help: God is our Father and takes care of us. We can come to Him in prayer and tell Him our needs. Our Father in heaven has promised to be with us until the end of the world. Of course, this includes being in contact with God and turning to Him daily and speaking to Him, which means praying.

8. حتى عندما تصبح الأمور صعبة، فلا جدوى من القلق. فهو لا يساعد بأي شكل من الأشكال. بالطبع، يجب أن نظل نشطين ونفعل ما هو ضروري وفي حدود طاقتنا. أما في كل شيء آخر، فإن الثقة وحدها هي التي ستساعدنا: الله هو أبونا ويعتني بنا. يمكننا أن نأتي إليه في الصلاة ونخبره باحتياجاتنا. لقد وعدنا أبونا السماوي أن يكون معنا حتى نهاية العالم. بالطبع، يتضمن هذا التواصل مع الله والتوجه إليه يوميًا والتحدث إليه، وهذا يعني الصلاة.

9. Even if this claim is just cheap talk for many who do not believe in God, it is true if you take this promise seriously. When I look back on my life, I find it confirmed: As the creator of this world, God is in control of our lives with all their nuances. As a loving father, if we acknowledge Him as a father and behave accordingly, He will provide us with everything we need to live. In my life, almost nothing has gone the way I wanted and planned, and yet God has turned everything into a blessing. As in the example with the birds.

9. حتى لو كان هذا الادعاء مجرد كلام رخيص بالنسبة للعديد من الذين لا يؤمنون بالله، فهو صحيح إذا أخذت هذا الوعد على محمل الجد. عندما أعود بذاكرتي إلى حياتي، أجد أنه مؤكد: بصفته خالق هذا العالم، فإن الله يتحكم في حياتنا بكل تفاصيلها. بصفته أبًا محبًا، إذا اعترفنا به كأب وتصرفنا وفقًا لذلك، فسوف يوفر لنا كل ما نحتاجه للعيش. في حياتي، لم يحدث شيء تقريبًا بالطريقة التي أردتها وخططت لها، ومع ذلك حول الله كل شيء إلى نعمة. كما في المثال مع الطيور.

10. We have to listen carefully again: "They do not sow, they do not reap, they do not gather into barns; and yet your heavenly Father feeds them." He feeds them. He gives them what they need to live. He also provides us with what is necessary, not with what we want, are used to and expect. We usually worry at a very high level and think that God must see it the same way.

10. علينا أن نستمع بعناية مرة أخرى: "إنهم لا يزرعون ولا يصدون ولا يجمعون في مخازن، وأبوك السماوي يقوتهم". إنه يقوتهم، ويعطيهم ما يحتاجون إليه ليعيشوا. كما يزودنا بما هو ضروري، وليس بما نريده، أو ما اعتدنا عليه، أو ما نتوقه. عادة ما نشعر بالقلق على مستوى عالٍ جدًا ونعتقد أن الله يجب أن ينظر إلى الأمر بنفس الطريقة.

11. The problem with worrying becomes even clearer here. Those who worry unnecessarily, excessively and wrongly are still using themselves as a yardstick. Either you try to organize your life in such a way that you don't have to worry by making provisions, taking precautions and making an effort. But that won't work, because all the planning and plowing only creates stress, but cannot predict the future. Or, if you rely on God, you want to dictate to Him what we need so that we don't have to worry. But the more you have, the better off you are, the more things you have to worry about.

11. إن مشكلة القلق تتضح هنا أكثر. إن أولئك الذين يقلقون بلا داع وبشكل مفرط وخاطئ ما زالوا يستخدمون أنفسهم كمقياس. فإما أن تحاول تنظيم حياتك بطريقة لا تضطر معها إلى القلق من خلال اتخاذ التدابير اللازمة واتخاذ الاحتياطات وبذل الجهد. ولكن هذا لن ينجح، لأن كل التخطيط والحرق لا يؤديان إلا إلى خلق التوتر، ولكنهما لا يستطيعان التنبؤ بالمستقبل. أو إذا اعتمدت على الله، فأنت تريد أن تملئ عليه ما نحتاج إليه حتى لا نضطر إلى القلق. ولكن كلما كان لديك المزيد، كلما كان وضعك أفضل، وكلما زاد عدد الأشياء التي يجب أن تقلق بشأنها.

12. I still remember the conversations in the staff room at school very well. Many of my colleagues had become modestly wealthy over time and had acquired a few luxuries, one had a swimming pool, the other a sauna, a conservatory, a sailing yacht, a house in the South of France or a small share package. And they had to take care of everything, and everything worried them. What could happen, what unforeseen costs could be incurred.

12. ما زلت أتذكر المحادثات التي دارت في غرفة هيئة التدريس بالمدرسة جيداً. لقد أصبح العديد من زملائي أثرياء بشكل متواضع بمرور الوقت واكتسبوا بعض الكماليات، فكان لدى أحدهم حمام سباحة، والآخر ساونا، وصوبة زجاجية، ويخت شراعي، ومنزل في جنوب فرنسا أو شقة صغيرة. وكان عليهم أن يعتنوا بكل شيء، وكان كل شيء يقلقهم. ما الذي قد يحدث، وما التكاليف غير المتوقعة التي قد يتكبدونها.

13. The most glaring example for me was a colleague who had bought a few tens of thousands of D-Mark worth of Telekom shares and now constantly followed the stock market prices. When the prices started to fall after the first high, he was constantly worried about his losses, even though the shares were still worth many times what he had paid for them. A wise woman says: The more diverse the possibilities of modern man seem to be, the more diverse are the starting points for worrying when these possibilities do not materialize in our lives as we think they will.

13. كان المثال الأكثر وضوحاً بالنسبة لي هو زميل اشترى بضعة عشرات الآلاف من أسهم شركة تيليكوم بقيمة عشرات الآلاف من المارك الألماني، وكان يتابع أسعار سوق الأسهم باستمرار. وعندما بدأت الأسعار في الانخفاض بعد أول ارتفاع، كان يشعر بالقلق المستمر بشأن خسائره، على الرغم من أن الأسهم كانت لا تزال تساوي أضعاف ما دفعه فيها. تقول امرأة حكيمة: كلما بدت إمكانيات الإنسان الحديث أكثر تنوعاً، كلما كانت نقاط البداية للقلق أكثر تنوعاً عندما لا تتحقق هذه الإمكانيات في حياتنا كما نتصور.

14. A pastor from Loxstedt provided me with the counter-model. He spent seven years as a missionary in an Andean village in Peru at an altitude of almost four thousand meters. The people there only had the bare necessities and couldn't provide for anything, but they were always cheerful, he said. He was now in Loxstedt because he had to be back in Germany for a few years so as not to lose contact. And here, the pastor said, people have everything, but they always walk around in a bad mood and worry all the time. The pastor found these three years in Germany extremely stressful and longed to return to the small Andean village.

14. لقد زودني أحد القساوسة من قرية لوكستيدت بالنموذج المعاكس. فقد أمضى سبع سنوات كمبشر في قرية أنديزية في بيرو على ارتفاع أربعة آلاف متر تقريباً. وقال إن الناس هناك لم يكن لديهم سوى الضروريات الأساسية ولم يكن بوسعهم توفير أي شيء، ولكنهم كانوا دائماً مبتهجين. وهو الآن في لوكستيدت لأنه كان عليه أن يعود إلى ألمانيا لبضع سنوات حتى لا يفقد الاتصال. وقال القس إن الناس هنا لديهم كل شيء، ولكنهم يتجولون دائماً في مزاج سيئ ويشعرون بالقلق طوال الوقت. وقد وجد القس أن هذه السنوات الثلاث التي قضاها في ألمانيا كانت مرهقة للغاية وتوق إلى العودة إلى القرية الأنديزية الصغيرة.

15. These poor people had no other choice: they had to rely on God. That is why a poor person is more likely to enter the kingdom of heaven than a rich person. Therefore, do not worry means: put your life in God's hands, let it go and do not want to manage everything yourself. Be content with what God gives. After using the example of birds and flowers to show us the futility of worrying, Jesus gives us a strategy on how we can get out of this whirlpool of worry.

15. لم يكن أمام هؤلاء الفقراء خيار آخر: كان عليهم الاعتماد على الله. ولهذا السبب فإن الشخص الفقير أكثر احتمالاً لدخول ملكوت السموات من الشخص الغني. لذلك، لا تقلق يعني: ضع حياتك بين يدي الله، واتركها ولا ترغب في إدارة كل شيء بنفسك. كن راضيًا بما يعطيه الله. بعد استخدام مثال الطيور والزهور لإظهار عبث القلق، يقدم لنا يسوع استراتيجية حول كيفية الخروج من دوامة القلق هذه.

16. "Seek first the kingdom of God and his righteousness, and all these things will be added to you." (Matthew 6:33) I do not understand Jesus' words to mean that we should not make provisions. That we can sit back like in paradise and trust that God will provide enough food. We no longer live in paradise. If a farmer wants something to grow in his fields next year, he has to prepare them. If a retailer wants to sell Christmas items during the Advent season, he has to order them shortly after Easter. So you have to make provisions like the birds.

16. "اطلبوا أولاً ملكوت الله وبره، وهذه كلها تزداد لكم" (متى 6: 33). لا أفهم كلمات يسوع بمعنى أننا لا ينبغي لنا أن نستعد. يمكننا أن نجلس مرتاحين كما في الجنة ونثق في أن الله سيوفر لنا ما يكفينا من الطعام. لم نعد نعيش في الجنة. إذا أراد المزارع أن يزرع شيئاً في حقله العام المقبل، فعليه أن يعده. إذا أراد بائع التجزئة بيع سلع عيد الميلاد خلال موسم المجيء، فعليه أن يطلبها بعد عيد الفصح بفترة وجيزة. لذا عليك أن تستعد كما تفعل الطيور.

17. But Jesus also takes this into account. This falls under the sentence "It is enough that every day has its own plague." So you have to do what you have to do every day, prepare the field, place orders, but not worry about whether it will grow well, whether the weather will be right and whether the harvest will be good. There's not much you can do about that, you have to leave it to God and trust Him. You shouldn't make too many plans either, but accept what God puts in front of you. These are mostly incidents that we find disturbing, but with which God often leads us on a successful path. He knows the future, we don't.

17. لكن يسوع يأخذ هذا الأمر بعين الاعتبار أيضًا. وهذا يندرج تحت الجملة "يكفي أن يكون لكل يوم بلائه". لذا عليك أن تفعل ما عليك فعله كل يوم، أن تحضر الحقل، وتضع الأوامر، ولكن لا تقلق بشأن ما إذا كان الحقل سينمو جيدًا، وما إذا كان الطقس سيكون مناسبًا وما إذا كان الحصاد سيكون جيدًا. ليس هناك الكثير مما يمكنك فعله حيال ذلك، عليك أن تترك الأمر لله وتثق به. لا ينبغي لك أيضًا أن تضع الكثير من الخطط، بل تقبل ما يضعه الله أمامك. هذه في الغالب حوادث نجدها مزعجة، لكن الله يقودنا بها غالبًا إلى مسار ناجح. إنه يعرف المستقبل، أما نحن فلا.

18. Another example from my life. I went on a scooter trip during the Easter vacations. I wanted to spend the night in a youth hostel and get to know the place where I was planning a school trip in April. But I wasn't accepted because a sports club had booked the hostel as a training camp for the whole vacation. In my distress, I remembered that there was a monastery nearby that took in guests. I called and was accepted. That was in the early days when I started holding church services.

18. مثال آخر من حياتي. ذهبت في رحلة على دراجة بخارية خلال إجازة عيد الفصح. كنت أرغب في قضاء الليل في نزل للشباب والتعرف على المكان الذي كنت أخطط فيه لرحلة مدرسية في أبريل. لكن لم يتم قبولي لأن ناديًا رياضيًا حجز النزل كمعسكر تدريبي طوال الإجازة. في محنتي، تذكرت أن هناك ديرًا قريبًا يستقبل الضيوف. اتصلت وتم قبولي. كان ذلك في الأيام الأولى عندما بدأت في إقامة الخدمات الكنسية.

19. And in the back of my mind the whole time I was worried about what I should say in my next sermon about a text from 1 Peter. In my eyes, they were all just moral appeals, and so were the sermons that I was able to get as templates. The visit to the monastery, which was just an annoying disruption in my vacation plans, proved to be the solution and an end to my worries. There was a small shelf with spiritual literature above the beds. Before falling asleep, I reached into the shelf to find some bedtime reading. And I found a brochure with an interpretation of 1 Peter.

19. وفي أعماقي كنت طوال الوقت قلقًا بشأن ما يجب أن أقوله في عظتي التالية حول نص من رسالة بطرس الأولى. في نظري، كانت كل هذه مجرد نداءات أخلاقية، وكذلك كانت العظات التي تمكنت من الحصول عليها ك نماذج. أثبتت الزيارة إلى الدير، التي كانت مجرد إزعاج مزعج لخطط إجازتي، أنها الحل ونهاية لمخاوفي. كان هناك رف صغير به أدب روحي فوق الأسرة. قبل أن أنام، مددت يدي إلى الرف لأجد بعض قراءات ما قبل النوم. ووجدت كتيبًا به تفسير لرسالة بطرس الأولى.

20. Just what I needed for my sermon. I threw my vacation plans overboard and instead of staying one night, I stayed three nights, which turned out to be a lifesaver. By the time I left, I had the draft of my sermon ready and one less thing to worry about. Blaise Pascal wrote: "Lord, your spirit is so good and sweet in all things that even the calamity that comes upon your chosen ones is an effect of your mercy."

20. هذا هو بالضبط ما كنت أحتاجه لعظتي. لقد تخلّيت عن خططي للإجازة، وبدلاً من البقاء ليلة واحدة، بقيت ثلاث ليالٍ، وهو ما كان بمثابة منقذ لي. وبحلول الوقت الذي غادرت فيه، كنت قد أعددت مسودة عظتي، ولم يعد لدي ما أشغل بالي به. كتب بليز باسكال: "يا رب، إن روحك طيبة وحلوة في كل شيء، حتى أن الكارثة التي تصيب مختاريك هي نتيجة لرحمتك".

21. "Seek first the kingdom of God and his righteousness, and all these things will be added to you." This sentence does not mean to always think of God first and then of myself and those I love. Rather, it means that while I take care of my loved ones, my tasks and duties, I think of God and let Him guide me. I take care of myself in God's way, according to His commandments.

21. "اطلبوا أولاً ملكوت الله وبره، وهذه كلها تزداد لكم". هذه الجملة لا تعني أن أفكر دائماً في الله أولاً ثم في نفسي ومن أحب. بل تعني أنه بينما أعتني بأحبائي وبمهامي وواجباتي، أفكر في الله وأدعه يرشدني. أعتني بنفسني على طريقة الله، وفقاً لوصاياه.

22. This is what Jesus means when He says elsewhere that you have to lose your life if you want to gain it. Only when we let go of our own plans and don't always think that we have to do everything ourselves will we discover the opportunities that God has already prepared for us. He gives us happiness. If we only rely on ourselves, God has to nudge us through incidents and misfortunes by blocking all other paths.

22. هذا ما يعنيه يسوع عندما يقول في مكان آخر أنه يجب عليك أن تفقد حياتك إذا كنت تريد أن ترجحها. فقط عندما نتخلى عن خططنا الخاصة ولا نفكر دائماً أنه يتعين علينا القيام بكل شيء بأنفسنا، سنكتشف الفرص التي أعدها الله لنا بالفعل. إنه يمنحنا السعادة. إذا اعتمدنا فقط على أنفسنا، فيجب على الله أن يدفعنا عبر الحوادث والمصائب من خلال سد جميع الطرق الأخرى.

23. So far, we have been talking about how Jesus can relieve us of worries. But Jesus also addresses another topic. He is not just a life coach. He is the Son of God. He wants to lead people to God and thus open up eternal life for us. And worries get in the way. Mark 4:19: When Jesus interprets the parable of the sower for his disciples, he explains that the worries people have about their everyday lives, about prosperity and satisfying their needs, are like thorns that overgrow and choke the word of God.

23. حتى الآن، تحدثنا عن كيف يمكن لیسوع أن يخفف عنا الهموم. لكن يسوع يتناول أيضًا موضوعًا آخر. فهو ليس مجرد مدرب حياة. إنه ابن الله. يريد أن يقود الناس إلى الله وبالتالي يفتح لنا الحياة الأبدية. والهموم تقف في طريق ذلك. مرقس 4: 19: عندما يفسر يسوع مثل الزارع لتلاميذه، يشرح أن هموم الناس بشأن حياتهم اليومية، بشأن الرخاء وإشباع احتياجاتهم، تشبه الأشواك التي تنمو وتخنق كلمة الله.

24. Those who are constantly preoccupied with dreaded problems of the future cannot enjoy the present. They cannot experience the fullness of the day or appreciate the beauty of the moment. For this you need silence, leisure, peace for the soul. If one's thoughts and heart are not filled with superficialities, deeper layers of the soul are freed and penetrate into consciousness, for example the question of the meaning of life or the question of what comes after death. And then God comes into play, because only He can answer these questions.

24. إن أولئك الذين ينشغلون باستمرار بمشاكل المستقبل المرعبة لا يستطيعون الاستمتاع بالحاضر. ولا يستطيعون تجربة اكتمال اليوم أو تقدير جمال اللحظة. ولهذا فإنك تحتاج إلى الصمت والراحة والسلام للنفس. فإذا لم تكن أفكار المرء وقلبه مليئة بالسطحية، فإن طبقات أعمق من النفس تتحرر وتخترق الوعي، على سبيل المثال مسألة معنى الحياة أو مسألة ما يأتي بعد الموت. ثم يأتي الله للعب، لأنه وحده القادر على الإجابة على هذه الأسئلة.

25. Seen in this light, the habit of constantly worrying is a sin before God, because it leads us away from God. With his call "Do not worry!", Jesus not only helps His disciples to live a more intense life, but He also removes an obstacle that blocks our path to God and prevents God's word from reaching us.

25. في ضوء هذا، فإن عادة القلق المستمر هي خطيئة أمام الله، لأنها تقودنا بعيدًا عن الله. بدعوته "لا تقلقوا!"، لا يساعد يسوع تلاميذه على عيش حياة أكثر كثافة فحسب، بل يزيل أيضًا عقبة تعترض طريقنا إلى الله وتمنع كلمة الله من الوصول إلينا.