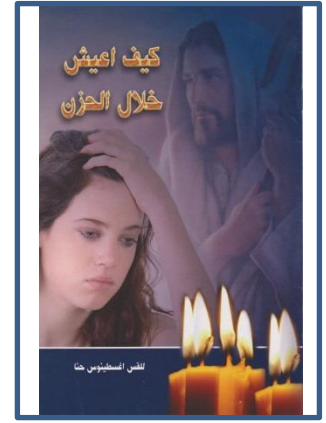


كيف اعيش خلال الحزن

للقس اغسطينوس حنا



مراحل الحزن :

- ١- الصدمة.
- ٢- التخدير او فقدان الحس.
- ٣- الوهم والخيال والشعور بالذنب.
- ٤- صرف الحزن.
- ٥- ذكريات مؤلمة.
- ٦- التعلم ان نعيش مرة اخرى.
- ٧- التكيف يحتاج الى وقت.
- ٨- الموت ليس هو النهاية.

من اقوال المسيح المعزية

أنتم ستحزنون، ولكن حزنكم يتحول إلى فرح ، المرأة وهي تلد تحزن لأن ساعتها قد جاءت، ولكن متى ولدت
الطفل لا تعود تذكر الشدة لسبب الفرح، لأنه قد ولد إنسان في العالم ، فأنتم كذلك، عندكم الآن حزن. ولكني سأراكم
أيضا فتفرح قلوبكم، ولا ينزع أحد فرحكم منكم (يو ١٦ : ٢٠ - ٢٢)