

What do we consider "bad" in a person? Are they his desires? In actuality, people's capacity to desire is the most beautiful thing about being human for the following reason: a person without desire cannot logically desire, crave, or want God's love. A wholesome individual without desire reflects a weak spiritual relationship with God, and he/she will likely show weakness when responding to His calls.

Let us consider Mary Magdalene... she was the sinner of her entire village. The thief on Christ's right was also a man living in sin, yet he was the first to enter Heaven. How is it that these are the faces and lives that represent Christianity. Our Christian faith is inconceivable! These are exactly the types of people that Christ was and is searching for. Because everything God creates is good, a human with "bad" qualities always has the opportunity to transform those troubles into something beautiful. Our struggles are secret jewels

Havel & Philautia

Our ego can be our biggest weakness and hardest challenge to overcome when trying to progress in one's spiritual life. Our ego on one hand steps on others to lift itself up, while also seeking those around it to fall down before its image in worship. We may not be consciously acting in this manner, but it can be the driving force in our subconscious mind. Today, our ego can be misconstrued as "freedom and independence." When we think about everything ourselves, we leave no room for God to fill our minds. In troubled situations, our ego acts like our problem solver and seeks solutions that increase our own validation. Our world constantly teaches us to distract ourselves with entertainment and we tend to get lost in this constant cycle of going from one stimulus to the next. Through this process, we tend to lose ourselves in our ego and pursue earthly desires. The Hebrew word for van-

Few commandments of Anba Pachomius

1- Be meek, so that the Lord may rule over you and fill you with knowledge and understanding, for it is written: He guides the meek with wisdom, and teaches the humble His ways.

2- Do not despise or condemn anyone, even if you see him falling into sin, because judgment comes from the arrogance of the heart. As for the humble person, he considers all people better than he is.

when used for God. For example, Mary Magdalene had a hunger for love that she used in every possible wrong way. Nonetheless, when she turned to Christ, she channeled those same, powerful desires into tools to seek and remain with Him. So, is there a girl out there today that is just as "bad" as Mary Magdalene? Is there a criminal like the thief on the right? I hope these people exist as we need them, believe me. We need people like these!

A young man was said to have been out partying all night long. Consider if this same young man chose to spend his night standing before God in unceasing prayer?! Someone else confessed that he/she had a filthy mind. This person would spend hours meditating on evil thoughts; however, idle pondering is akin to contemplation. What if this time and dedication were put into spiritual contemplation? We know that St. Moses the Strong was also extremely aggressive in his evil ways. Nevertheless, he was just as aggressive in his repentance to God.

ity is havel, which in its root means smoke or vapor. When we try to pursue anything else but God, it is analogous to chasing the wind. Chasing anything else but God is like running after havel. It has no essence and leads us to a never-ending pursuit of pleasure that will never be fulfilled. Our society has taught us that we have accomplished a state of "peace" when we are perfectly relaxed and no external factors can interrupt our comfort. However, the harsh reality of this misconception is that this is the true definition of self-love- philautia. Philautia is a dead end and leads us to attempt to fill a never growing void- whether this be money, material items, or academia.

There is a very deep connection between our physical body and soul- Psychosomatic in greek. When we live in luxury and comfort, we forget the reality of hunger, pain, and thirst; ultimately, we forget how to live as human beings. This loss of physicality can lead to one getting lost in their thoughts

3- Humble yourself in everything, and if you know all wisdom, make your speech the last of all.

4- If you see a person who is humble in heart and pure, then this is greater than all other scenes, because through him you see God who is invisible.

5- If someone slanders you, do not slander him, but rejoice and thank God. And if someone honors you, your heart does not rejoice, but grieve, because when Paul and Barnabas were honored by people, they rent their clothes. And Peter and the rest of the apostles, when they were slandered and perse-

Truly, Christianity today needs people who are strong-willed, persistent in performing God's service, and passionate about living out their Christian walk. The Lord's commandments are not ordinary. Who but the stubborn, courageous, and unordinary can successfully follow Him?

So, you have sinned?! Your sins and weaknesses are the very superpowers that enable you to draw near to God. For this reason alone you ought to return to your loving Father! I ask you again, what "bad" exists in people? Rather than scrutinize about what I lack or do wrong, I should ask the Lord to transform those "bad" qualities into good. The struggles we abhor and feel embarrassment over are the means by which we can best serve Him! The Body of Christ is weakened when people such as those we discussed choose not to return to God.

Excerpt from a sermon by Fr. Beshoy Kamel's

and ego. In order to redirect our attention and lose our ego we must rethink what it means to be a human and ultimately answer the question, "How does one live WELL in the world that God created?" Wisdom will be attained when we begin to analyze how we live rather than how we think. We must strive to know what it means to live and survive as a human being before God.

Selfishness and the ego must die in order to fully live in Christ. We must remember we have no one but God and he is the only one who can satisfy us. When we surrender ourselves fully to the Lord, we will taste the peace of the one true King. Dependence on God and understanding our weak human nature, can be the first step in diminishing our ego and surrendering ourselves to the Lord.

From the Book (Elements) by a Priest of the Oriental Church

cutted they rejoiced because they were counted worthy to be humiliated for the sake of the greatest name... Also, Christ your Lord was called a false prophet, Beelzebub, and he had a demon, and he did not complain. So acquire meekness of heart, and remember that your Lord and your God was led like a lamb to the slaughter and did not open his mouth.

6- Eve sought the glory of divinity, and she was stripped of human glory. Likewise, whoever seeks the glory of people is deprived of the glory of God.



venmo

@ArchangelMichael-Church



Awake, O sleeper

Imagine with me a ball that was thrown over a high mountain, and it began to roll in a continuous rush from top to bottom, and it could not stop and say, Where am I? Rather, it is rolling around without thought, without awareness, without feeling, and without will... and it does not know where all this is leading...! And it doesn't want to stop, or it can't stop....But for how long?

Until a great stone hits it, blocks its way and stops it, and says to it, Where are you going? Wake up to yourself.... wake up....this successive decline leads you to loss...! It stops....and looks....and finds that it has fallen a lot from what it was before.

This is how the sinner is....He is like a drugged person, not knowing where he is. His spiritual sense is disabled,

Purpose Vs Joy

One day I wondered if there is true happiness on earth ... the only true happiness I heard of is the eternal joy in heaven, which I know very little about, but is there joy on earth?... Well, despite how challenging life can be on earth, I believe joy can exist, but unlike the one in heaven, it is an earthly, temporary one, driven by fulfilling our purpose in life.

But what's my purpose in life?...and how does it impact my happiness? I have been asking this question most of my life, and I have yet to find a convincing answer. Sometimes I wonder if I'm already living my purpose, and sometimes I feel it has yet to come. Somehow, I'm led to believe that my purpose in life should be a big one, with a much bigger impact on my surroundings than the simple life I live today, but God tells me stop asking about your purpose, and just seek guidance

he does not feel what he is in, nor the danger of what he is doing. He is heedless, unaware of himself. So it is well said of the prodigal son, when he awakened spiritually, that he 'returned to himself'. The sinful person is in a whirlpool in which he forgets himself, forgets God and forgets his values. Perhaps he thinks he is fully awake, while the angels are screaming: What is wrong with this person?! And for how long will he sleep?! He needs someone to awaken his conscience, and raise his soul from the death of sin so Christ may shine for him.... Truly, when Satan wants to afflict a person, he first numbs his conscience and leads him to a state of slumber and negligence that disrupts his spiritual sense, so he does not realize his awfulness.

Among the causes of spiritual slumber are busyness, a perverted environment, and indulging in the gratification of instincts and bodily desires. A per-

and I will show you the way.

But how does my purpose in life drives my joy?... We all have different roles and goals in life, and what makes us happy may never be the same... some may feel happy for having a successful career, or for achieving financial goals, and some may feel happy for being in love with someone, or by just living a simple peaceful life, etc., the reasons are many, but I'm finding out that my ultimate joy always comes through putting the needs of others above my own, and in that perspective, I can see how a good purpose in life can be an excellent drive for true happiness.

Occasionally, I ask myself why am I here, and why was I created? I don't know, only God knows, but after going through life for so long, I have concluded that my purpose in life is never the same, it's just not a fixed one, it actually changes with every new stage of my life. In other words; while my goals change every day, my purpose also change, based on whatever spiritual element God injects into my life.

son who is not watchful to his salvation is like that ball, which needs someone to stop it if it does not stop on its own. Hear what the psalmist says: "I lay down and slept, and then woke up, for the Lord is with me." God always knocks on the door of the sinner until he wakes up and returns to his first love. God does not leave us without awakening us from our heedlessness because He loves us so much and rejects anything that separates us from Him. God may allow some hardships until we wake up, such as failure, illness, or financial loss. Sometimes he reminds us of sacred memories we used to live before, urging us to repent. He manages to send his saints to awaken our hearts, just as Saint John the Short was sent to Saint Paesa to awaken her from her slumber of sin.

From The Book (The Spiritual Awakening) By Pope Shenouda The Third

Living through my late adulthood years, I'm not sure what my next steps in life will be, and I try not to think about them, it's all in God's hands.. I just tell myself "stay the course, work hard to spread goodness, and stop worrying about how big or small your purpose might be, just let God guide you". Life is a wonderful gift giving to all by God, and despite the struggles we face, with his limitless love and compassion we can face all the pains. Through fulfilling whatever tasks God gives us, we receive lots of blessings and joy, and even if that happiness was a temporary one, it could by God's hands define our long-term destiny to eternal life.

Every one of us must have a purpose in life, and it must be driven by God's will and the role he wants us to play in life. Through the completion of such purpose, we receive our blessings and joy, but It's up to us to accept it, or reject it.. I know rejecting it will lead to a very disappointing end ... A new year is here, and it's time for me to pull out my report card.... so I pray, help me God...

استيقظ أيها النائم

تَصَوَّرْ معي كرة أُلقيت من فوق جبل عال، فأخذت تتدحرج في إندفاع مستمر من فوقٍ إلي أسفل، و هي لاتملك ذاتها لتقف و تقول أين أنا؟ إنما هي تتدحرج بلا فكر، بلا وعي، بلا حس، و بلا إرادة....و هي لاتعرف إلي أين يقودها كل هذا!... و لا تشاء أن تقف، أو لا تستطيع أن تقف....و لكن إلي هتي؟

إلي أن يصدها حجر كبير في إنحدارها، يعترض طريقها و يوقفها، و يقول لها إلي أين أنت ذاهبة متدحرجة؟ أفيقي إلي نفسك...إستيقظي....هذا الإنحدار المتتابع يقودك إلي الضياع!.. فتقف...و تنظر.... فتجد أنها هبطت كثيرًا عن ما كانت عليه.

هكذا الخاطيء...فهو مثل إنسان مخدر،

من يحب نفسه يهلكها

أين هي نفسك؟ ماذا لو سُئلت أين نفسك الآن ؟ هل ستجيب كما أجاب قايين لا أعرف ، أحارس أنا علي أخي؟ أم أنك حقًا تعرف أين هي؟ إحدز من أن يقوم قايين بداخلك (الانسان العتيق ، الجسدي ،الارضي) و يقتل هابيل (الإنسان الجديد ، الروحي ، السماوي) فتصبح هائما علي وجهك ، تائها في الأرض. لا تدري أين الطري ، فتهلك. إنته لثلا يتسلط جسدك علي روحك بمساعدة نفسك التي تقع بينهما و تساند إحدهما ضد الآخر.

فما هي النفس ؟ النفس هي القاعدة التي تصدر عنها العواطف و تحوي الحياة الجسدية. و هي موضوعة بين الجسد (الارضي بشهواته و ميوله و رغباته) و الروح (القاعدة التي تستقبل التأثيرات و تعبر عنها و التي تتصل بالله و تحبه). فإما تتحد مع الجسد متعاطفه معه ضد الروح فتصير جسدية أو تتحد بالروح ضد الجسد و تصير روحانية. الجسد يشتهي ضد الروح و الروح ضد الجسد و هذان يقاوم احدهما الآخر حتي تفعلون ما لا تريدهونه (غل٥: ١٧). فإهتمام الجسد هو موت إن عشتم حسب الجسد فستموتون (رو ٨: ١٣). إنما روح الانسان هي نفخة من الله فتجعله نفسًا حية ذات جسد حي، و بالمعمودية يصير الإنسان مولودًا من فوق، أي من الله ، مولود من الماء و الروح (الميلاد الثاني) ليحيا حسب الروح مع أنه يعيش بالجسد.

هذا الجسد بشهواته و غرائزه خلق علي غير فساد ليخضع و ينضبط بالروح. بل بقيادة الروح يصير جسداً كاملاً مترنًا و يُركي لحياة أهدأ و أطول و أسعد (حسب الجسد و ليس روحيا فقط).

لا يدري ما هو فيه. إحساسه الروحي فمُعطلٌ، فهو لا يشعر بما هو فيه، و لا خطورة ما يفعله. علي رأي المثل (سارقاه السكين)... هو في غفلة، خارج نفسه. لذلك حسنا قيل عن الإبن الضال، لها إستيقظ روحياً، إنه رجع إلي نفسه'. الإنسان الخاطيء هو في دوامة ينسي فيها ذاته و ينسي الله و ينسي القيم. ربما يظن نفسه في هلء اليقظة، بينما الملائكة تصرخ: ما بال هذا الإنسان نائما؟! و إلي هتي يستمر في نومه؟! إنه يحتاج إلي من يوقظه. ينخس ضميره و روحه، يقيهه من الأموات ليضي له المسيح....حقًا إن الشيطان حينما يريد أن يوقع شخصًا، يخدر ضميره أولاً و يقوده إلي حالة الغفوة و الغفلة التي تعطل الحس الروحي، فلا يدرك ما هو فيه.

من أسباب الغفوة الروحية هي المشغوليات، البيئة المنحرفة، و الإنغماس

نظرًا لإتحاد النفس بالجسد بدون ضبط و قيادة الروح لهدة، و خروج شهواته و غرائزه عن مستواها الطبيعي ، تصير هذه النفس جسدية تميل إلي الخطية و كسر الوصية فيصعب عليها البدء في الحياة الروحية، فيكون ****الصراع**** بين الانسان المولود من الله (الإنسان الجديد المتحد بالروح القدس) و بين الجسد المتمرد و النفس المنحازة له (الإنسان العتيق). فيحتاج الي الوصايا بالخطوات العملية لتحرير روح الإنسان الجديد من سطوة الجسد و تحالفه مع النفس (الانسان العتيق)، إنسان يميل إلي الخطية و الشهوات و الفرور و الحرية الكاذبة حيث تكون النفس هي مركز (تفكيره و عمله ،و حبه و بغضته و حزنه و فرحه و سلامه و خوفه و مجده و حتي عبادته). يعمل لثمتدح نفسه و يخدم و يصلي و يطيل الصلاة لتظهر نفسه قديسة عابدة، فتتال كرامة من الناس بينما يشعر بالكسل او الملل في صلواته الفردية حيث لا ينتبه أحد ولا يمدح . لكي يُفجّدوا من الناس قد إستوفوا أجرهم (مت٢:٦). فهذا لا يحصد سوي حفنة من التراب.

النفس هي الذات ، التي أوصانا رب المجد أن نبغضها بل و نميتها فلا نعطيها ما تشتهي أو تطلب بل نضبطها فيسهل قيادتها و توجيهها. من يجب نفسه يهلكها و من يبغض نفسه في هذا العالم يحفظها الي حياه ابدية"(يو ١٢: ٢٥)، مر٨: ٣٥)،(مت١٠: ٣٩)،(لو ١٧: ٣٣). فالنفس دائما تبحث عن الظهور و المجد الباطل.

إذن، كيف ينحل الانسان العتيق ليحيا الجديد ؟

قبول كامل لها يختاره الله من وسائل لإماتة العتيق، رغم حرارة هذه الوسائل و صعوبتها،

في إشباع الغرائز و الشهوات الجسدية. الإنسان الغافل عن خلاصه هو مثل تلك الكرة، التي تحتاج إلي من يوقفها إن لم تقف من ذاتها. إسمعوا ما يقول المزمور: "أنا اضطجعت و نمت ثم إستيقظت، لأن الرب معي". الله دائما يقرع علي باب الخاطيء حتي يفيق و يرجع إلي محبته الأولي. الله لا يتركنا دون أن يوقظنا من غفلتنا لأنه يحبنا كثيرا و يرفض أي شيء يفصلنا عنه. فقد يسمح الله ببعض الضيقات حتي نستيقظ، مثل الفشل، أو المرض، أو الخسارة الهادية. يذكرنا أحيانا بذكريات مقدسة كنا نعيشها قبلًا لحتنا علي التوبة. يدبرإرسال قديسيه لينخسوا قلوبنا، كما أرسل القديس يوحنا القصير إلي القديسة بائيسة كي تصحو من غفلتها.

من كتاب (اليقظة الروحية) للبابا شنودة الثالث

كما إن قبول الضربات و الضيقات و التأديب مع الصلاة و الشكر يعمل علي سرعة إنكسار النفس الجسدانية أمام عمل الروح القدس الداخلي.

عدم عرقلة خطة الله لإهلاك الذات بالهروب من التأديب و محاولة إيجاد حلول بشرية خاطئة للفرار من الضيقة التي سمح الله بها للإنسان كوسيلة لتفتيته. مار إسحق السرياني يقول: (من يتذمر علي التجارب تتضاعف عليه).

عدم التظاهر بموت العتيق (رغم عدم هوته) أو نضح الجديد قبل نموه.

عدم التسرع في حمل مسئوليات روحية قبل الإمتلاء الروحي.

الخضوع لكلمة الله الكاشفة بلا ملل حتي تحرر الروح. (من كتاب حبه حنطة) (أبونا هتي المسكين)



من وصايا الأنبا باخوميوس أب الشركة

١. كن وديعاً لِيُحَكِّمَك الرب و يملأك معرفة

و فهماً، لأنه مكتوب: إنه يهدي الودعاء بالحُكم و يعلم المتواضعين طريقه.

٢. لا تحتقر أحداً من الناس و لا تدينه و لو رأيتَه ساقطاً في الخطيئة، لأن الدينونة تأتي من تعاطف القلب، أما المتضع فإنه يعتبر كل الناس أفضل منه.

٣. إتضع في كل شيء و إذا كنت تعرف جميع

الحكمة فإجعل كلامك آخر الكل.

٤. إذا رأيت إنسانًا متواضع القلب طاهرًا، فهذا أعظم من سائر المناظر، لأنك بواسطته تشاهد الله الذي لا يُرى.

٥. إن إفتري عليك أحد فلا تفتّر أنت عليه، بل إفرح و أشكر الله. و إذا أكرمك إنسان فلا يفرح قلبك، بل إحزن، لأن بولس و برنابا لما أكرهما الناس شقًا ثيابهما. و بطرس

المتحولون

ما الذي نعتبره شيئاً في شخص ما ؟ هل هي رغباته، أم تصرفاته، أم معتقداته، أم ماذا ؟

في الواقع أن قدرة الإنسان علي الرغبة

هي أجمل ما فيه، لأنه لا يمكن للإنسان بلا رغبة ان يرغب منطقياً في محبه الله أو أن يتوق إليه أو يريده.

فمثلاً مريم المجدلية ..كان يسكنها سبعة شياطين و الجميع ينبذها، و

اللص اليمين .. أول من دخل السماء رغم حياته في الخطية. فكيف يمثل هؤلاء المسيحية ؟

إيماننا المسيحي لا يمكن إدراكه عقليًا، إنما إيمانياً ! فهؤلاء هم من جاء المسيح ليبحث عنهم. فكل ما يخلقه الله هو جيد. فالإنسان ذو الصفات السيئة لديه فرصة ليحولها الي شيء جميل.

صراعاتنا هي جواهر سرية عند ما نستخدمها من أجل الله. علي سبيل المثال، كانت مريم المجدلية تعاني من الجوع الي الحب، و الذي استخدمته بطريقة خاطئة و مع ذلك عندما إلتفتت الي المسيح وجّهت تلك الرغبة نفسها الي أدوات لمعرفته و البقاء معه.

فهل هناك اليوم من هي اسوء من مريم المجدلية ؟و هل من مجرم مثل اللص اليمين ؟ نعم فنحن بحاجة حتي لهؤلاء الاشخاص .

قد يقضي شابًا ليلة في إحتفالات و قد يختار هذا الشاب نفسه قضاء

إتركها هذه السنة أيضا

كان هذا هو رد المزارع علي صاحب الكرم عندما طلب منه أن يقطع شجرة التين المغروسة في كرمه لأن لها ثلاث سنين (ترمز لمراحل العمر)، لم تأتي بثمر و معطلة للأرض. فقال له: يا سيد إتركها هذه السنة أيضًا، حتي أنقب التربة من حولها و أضع سمادًا فلعلها تنتج ثمرًا و إلا فيبعد تقطعها. (لو ١٣: ٨)

ربنا يسوع صاحب الكرم، غرس كرمه و سيج حوله و حل بمجده فيه و بني برجاً في وسطه ليحرسه ليلا و نهاراً. عينا الرب عليها دائما من أول السنة الي آخرها(مت ١١: ١٢). نحن كرمه كان لحبيبي كرم علي اكمه خصبه، فنقبه و نقيّ حجارته و غرسه كرم سورق و بني برجاً في وسطه ، يفتقدنا من حين الي آخر يطلب ثمرًا فلا يجد، فينتظر و يتأني علينا و يطيل أناته. ثم يأتي مجددا فلا يجد الثمر. فيتسأل ماذا يُصنع لكرمي و أنا لم أصنعه ؟ (أقطعها) هذا هو العدل الإلهي ، كل غصن في

و باقي الرسل لها إفتروا عليهم و جلدوهم فرجوا لأنهم حُسبوا أهلاً لأن يُهانوا من أجل الإسم الأعظم... أيضًا دُعي المسيح ربك ضالاً و بعلزبول و به شيطان، و لم يتذمر. فإقتن وداعة القلب، و إذكر أن ربك و إلهك سيق كخروف للذبح و لم يفتح فاه.

٦. لقد طلبت حواء مجد الألوهية فتعرتت من المجد الإنساني، كذلك من يلتمس مجد الناس يُحرم من مجد الله.

ليلته في الصلاة و الوقوف أمام الله، بينما آخر يقضي ساعات في التأمل في أفكار شريرة.

ماذا لو وضع هذا الوقت في التأمل الروحي ؟ نحن نعلم أن القديس الأنبا موسي القوي كان عنيقاً و عدوانياً للغاية بطرقه الشريرة. كما أنه كان أيضًا عنيقاً في توبته الي الله. حقا تحتاج المسيحية اليوم الي أشخاص ذوي إرادة قوية، مثابرين في خدمة الله و متحمسين للحياة في مسيرتهم نحو السماء. وصايا الله ليست سهلة للإنسان الطبيعي. فلا يمكن تنفيذها بنجاح و الإستمرار فيها الا من هو قوي الإرادة و مثابر، و هذه هي سمات الإنسان الروحي الجديد.

فهل اخطأت يوما؟! خطاياك و ضعفك هما القوي العظمي التي تمكنك من الإقتراب من الله، و لهذا السبب وحده يجب أن تعود الي أبوك المحب.

هل علمت الآن ما هو "السيئ" في الآخر؟ بدلا من التدقيق فيما نفتقر إليه أو ما نفعله من أخطاء يجب علينا طلب المعونة من الله ليحول كل ما هو سيئ الي خير. فالصراعات التي نمقتها و تشعرنا بالضعف هي الوسيلة التي يمكننا من خلالها الخدمة علي أفضل وجه. يضعف جسد المسيح عندما يختار هؤلاء الأشخاص امثلة مريم المجدلية و اللص اليمين عدم العودة الي الله و الإستمرار في الشر لشكهم في قبول الله لهم أو عدم معرفتهم ما يفتقدون اليه من سلام و فرح.

تغذية و تعزية. أيضًا قراءة الكتب الروحية و سير القديسين (لنقتدي بهم و نتبع خطواتهم).

(٣ الإثمار: نحيا حياة نقيه بتوبة مستمرة، فننمو روحيا مستمدين كل إحتياجتنا من مصدر الحياة و مانحها فنثمر ثمار تليق بالتوبة، ثمار الروح القدس (محبة، فرح، سلام ، طول اناة، لطف، صلاح، إيمان، وداعة، و تعفف) و تأتي بثمر ثلاثون و ستون و مئة.

ها قد تركنا هذه السنة أيضا، و وهبنا فرصة جديدة. فلنحاسب أنفسنا قبل أن نسمع صوته قائلا: إعط حساب وكالتك (لو ١٦: ٢).

في بداية عام جديد، ليتنا ننقب داخلنا و نجمع الزؤان لتحرق فننجو من لهيب هذه النار. ليتنا نفحص قلوبنا أمام فاحص القلوب و الكلي، و نكشف له خطايانا التي فعلناها بإرادتنا فيُغفر لنا التي فعلناها بغير إرادتنا أيضا، و التي فعلناها بمعرفة فيغفر لنا التي فعلناها بغير معرفة أيضا، طارحا كل آثامنا في بحر النسيان لأنه" إن إعترافنا بخطايانا فهو أمين و عادل حتي يغفر لنا و يطهرنا من كل إثم (ايوا: ٩)