رسالة
فرق السيدة - منطقة لبنان
العدد ٤٤ - كانون الأوّل ٢٠٢٥

"فيكَ نَستَريح"

عيد الزوجين

المتشفّعون

الصلاة القلبيّة

محتوى العدد

كلمة التحرير	٣
دعوة الى السلام الداخلي	٤
فيكَ نَستَرِيح	٧
المسيرة مع الربّ	١١
الراحة في اللّه	١٦
هنري كافاريل نبيّ في زمانه	١٩
الشباب نور الرجاء	٢٣
صلاة القدِّيس اغُسطينوس	٢٥
المتشفّعون رِئَتا فِرَق السيّدة	٢٦
الصلاة القلبيّة	٢٨
نشاطات وأخبار منطقة لبنان	٣١

Sommaire

Éditorial	35
Invitation à vivre la paix intérieure	36
Cheminement avec le Seigneur	39
Quand Dieu nous attend...	43
Prière	46

رسالة فرق السيدة
منطقة لبنان
العدد ٤٤
كانون الأوّل ٢٠٢٥

Lettre publiée par les
Équipes Notre-Dame
Région Liban
N° 44 - Décembre 2025

فريق التحرير
الأب الياس شماطه
(المستشار الروحي للفريق)
انطوانيت وفداء بطرس
ألين وايلي اليليّا

الإخراج الفنّي
رجا اسكندر

www.endliban.org
END Liban

كلمة التحرير

أنطوانيت وفداء بطرس

" فَأنا أُريحكُم "

عجيبٌ هو مفهوم الرّاحة؛ إذ تتقاطع فيه الأماني والخيبات، فالإنسان في عُمق تجربته، مزيجٌ من القلق والاطمئنان، ومن العمل والرّاحة. نطلبُ الرّاحة بعد التّعب، ونحسَبها غايةً نبلُغها حين نتوقّف عن الجهد، ولكنّنا نُفاجأ بأنّنا لم نجدها. إنّ الرّاحة الحقيقيّة ليست في التوقّف عن النشاط ولكن في إتمامه. فكلّ ما يبدو بحثًا دائمًا وتعبًا متواصلًا، يتحوّل إلى انسجامٍ في الله، متى تنقّى القلب من شوائبه، وطلب إرادة الله من خلال المسيح، فمع المسيح، لا تعارُض بين العمل والرّاحة، بل تكامل يُعبرِّ عن سموِّ الحياة الإلهيّة في الإنسان. لذلك صرخ القدّيس أغُسطينوس صرخته الخالدة الّتي سنسمَعُ صداها في عدّة مقالات من هذا العدد، حيث نكتشف مفهومًا أعمق للرّاحة، مفهومًا متّصلًا براحة اليوم السّابع وزمن انتظار الميلاد، والراحة في قلب الحياة الزوجيّة وفي الصّلاة القلبيّة. ونستعيد أيضًا في هذا العدد فَرحة إطلاق عيد الزَّوجين في ١٣ تمّوز في الدّيمان وانتظارات الأزواج، كما اليوم الوطنيّ ٢٠٢٥.

«تَعالَوا إليَّ يا جَميعَ المُتعَبينَ والثَّقيلي الأَحمالِ، وأَنا أُريحُكُم.» (متّى ١١:٢٨)

هي الرّاحة المُقدَّسة الّتي نسعى إلى الارتماء في أحضانها.

إنّه سَعيُ العُمرِ كلّه... ولكن، قبل كلّ شيءٍ، هل نؤمِن حقًّا بأنّنا فيه نستريح ؟

نتمنّى لكُم قراءة مُمتعة ومُفيدة.

كلمة مسؤولي المنطقة

غادة وأنطوان إبراهيم

"فيكَ نَستَرِيح" : دعوة إلى السلام الداخلي في حياة الزوجين

«فيكَ نَستَرِيح» ليست مجرّد عبارة، بل هي دعوة للزوجين ليجدا في الله مصدر الراحة الحقيقيّة وسط تحدّيات الحياة اليوميّة.

من خلال الصلاة المشتركة، الحوار الصادق، والمشاركة في الأسرار المقدّسة، يمكن للزوجين أن يعمّقا علاقتهما بالله وببعضهما البعض، ويختبرا السلام الذي يفوق كلَّ عقل.

فيكَ نَستَرِيح ... ليست فقط كلمات. قال القدّيس أغُسطينوس: «خلقتنا لك يا الله، وقلوبنا لن تهدأ حتى تستريح فيك».

هذه العبارة ليست فقط تأمّلاً شخصيّاً، بل حقيقة وجوديّة يعيشها كلُّ زوج وزوجة في عمق قلبهم، خاصّةً في زمن الضغوطات، والإرهاق، والمسؤوليّات المتراكمة.

في قلب الزواج هناك عطش للسّلام. الزواج المسيحي ليس فقط اتّحاد بين شخصين، بل هو دعوة إلى شركة في الحبّ الإلهي. ومع الوقت، ومع انشغالات الحياة، قد يفقد الزوجان هذا الهدوء الداخلي، وتصبح العلاقة متعبة، مجهدة، مليئة بردّات الفعل.

«فيكَ نَستَرِيح» تعني أنّ الله هو المصدر الوحيد لسلام القلب الذي يفيض ليشمل العلاقة الزوجيّة. فقط حين يكون الربّ في وسط البيت، يكون البيت «مكان راحة»، لا «ساحة معركة».

فالحبّ يحتاج إلى الاستراحة. القديس أغسطينوس كان يعلم أنَّ الإنسان، مهما أحبَّ، يصل إلى لحظة تعب. الحبّ بحاجة إلى منبع، ومصدره الحقيقي هو الله. في الحياة الزوجيّة، يأتي وقت نشعر فيه بالإرهاق من تكرار الواجبات، من روتين الأيّام، من الخلافات الصغيرة... في هذه اللحظة بالذات، يسمع الزوجان صوت الربّ يقول لهما كما قال لتلاميذه: «تعالوا إليّ يا جميع المتعبين والثقيلي الأحمال، وأنا أريحكم» (متى ١١: ٢٨).

ولكن كيف نعيش الراحة في الله كزوجين؟

في إنجيل يوحنا، بعد القيامة، يسأل يسوع بطرس ثلاث مرّات: «أتحبني؟» (يوحنا٢١: ١٥)، هذا السؤال يعكس دعوة يسوع لنا لنفحص محبَّتنا له وللآخرين، وخاصة في العلاقة الزوجيّة. في كلِّ مرّة نواجه فيها تحدّياً أو صعوبة، يمكننا أن نسمع يسوع يسألنا: «أتحبُّني؟» وعندما نجيب بنعم، نجد الراحة في محبّتِه، ونتجدّد في محبَّتِنا لبعضنا البعض.

في النهاية، «فيكَ نَستَرِيح» ليست مجرّد شعار، بل هي دعوة يوميّة للزوجين ليجدا الراحة والسلام في الله، ويجدّدا محبّتَهما في نوره، من خلال:

١- الصلاة اليوميّة: وقت الصلاة هو لحظة استراحة من ضغط اليوم، من كلام الناس، من القلق.

٢- المصارحة والمسامحة: عندما يسود الحب الصادق والصفح، يشعر القلب براحة لا توصف.

٣- الصمت المشترك: الجلوس معاً بدون كلام، في حضرة الله (الصلاة القلبيّة)، هو أعمق أنواع التواصل.

٤- الأسرار المقدّسة: الشركة الحقيقيّة تبدأ من مائدة الربّ، من نعمة الإفخارستيا ومن التوبة.

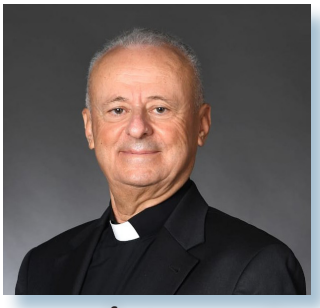
قال يسوع: «كلّ من يسمع كلامي هذا ويعمل به، أشبّهه برجل حكيم بنى بيته على الصخر» (متى ٧: ٢٤).

الزوجان المسيحيّان مدعوّان لبناء بيتهما على صخر الإيمان، حتى عندما تهبّ العواصف، يبقى البيت ثابتاً، لأنه «يستريح في الله». فالبيت المبني على الصخر هو بالحقيقة استراحة ثابتة.

وأخيراً في وسط أيّ عاصفة قد نواجهها كزوجين، من تحدّيات في حياتنا الزوجيّة، أو من ضغوطات يوميّة ومسؤوليّات متزايدة، التي قد تُثقل كاهلنا وتبعدُنا عن بعضنا البعض، يجب علينا أنْ نرجع خطوة الى الوراء ونتذكّر أنّ الراحة في الله. فهو يمنحنا السلام والراحة من خلال صلاتنا الزوجيّة والتأمّل بكلمته التي تقودنا الى الصلاة القلبيّة، فنشعر بحضور الله يملأ قلوبنا، ويعيد إلينا السلام الذي فقدناه.

الراحة الحقيقيّة لا تأتي من الظروف المثاليّة، بل من حضور الله في وسطنا.

كلمة المستشار الروحي الوطني



الأباتي سمعان أبو عبدو

"فيكَ نَستَرِيح"

قال القدِّيس أغُسطينوس: «لقد خلقتنا لك يا رب، وقلوبنا لا تهدأ حتى تستقر فيك». هذه العبارة تختصر سرَّ راحة الإنسان: فالقلب لا يجد سلامًا في النَّجاح، ولا في المال، ولا في العلاقات البشريّة وحدها، بل في الاتّحاد بالله الذي صار إنسانًا ليُقيم في قلوبنا.

إنَّ الرّاحة الحقيقيّة لا تأتي من الهروب من التَّعب أو من غياب التحدِّيات، بل من الثِّقة بمن يقود حياتنا. يسوع المسيح يقول: «تَعالَوا إليَّ يا جميعَ المُتعَبين والثِّقالِ الأحمال، وأنا أُريحكم» (متى ١١/ ٢٨). عندما نسلِّم له قلقنا واضطرابنا، يتحوَّل القلب المضطرب إلى قلبٍ واثق، يُدرك أنَّ الآب يعرف ما نحتاج إليه قبل أن نطلُبَه: «وأبوكم السماوي يَعلَم أنَّكم تحتاجون إلى هذا كلّه» (متى ٦/ ٣٢).

أوّلًا: مَكان الرّاحة

الرّاحة بالرب ليست مجرَّد شعور عاطفي أو لحظة هدوء نفسي، بل خبرة عميقة يعيشها المؤمن حين يضع حياته بين يدي الله. ويمكن تلخيصها في مواقف روحيّة وعمليّة:

١- بالإيمان والثّقة:

الرّاحة تبدأ عندما أؤمن أنَّ الله يُحبُّني شخصيًّا، وأنَّه حاضر في تفاصيل حياتي. حينها لا أحمل وحدي أثقال أيامي، بل أضعها بين يديه. قال يسوع: «سلامي أترك لكم، سلامي أعطيكم، لا كما يُعطيه العالم أُعطيكم أنا» (يوحنا ١٤/ ٢٧).

٢- بالكلمة:

كلمة الله في الكتاب المقدَّس تُعطي راحة داخليّة، لأنَّها تكشف لنا وجهه. «عودي يا نفسي إلى راحتك فإنَّ الرب قد أحسن إليك» (مز ١١٦/ ٧). الكلمة تُعيد ترتيب أفكاري وتُنعش قلبي.

٣- في الشَّركة مع الآخرين:

الرّاحة تُعاش أيضًا بين الزوجين وفي العائلة والجماعة الكنسيّة. حين نُصلّي معًا ونتقاسم الحياة، نَرتاح بالرب الساكن بيننا: «حيثما اجتمع اثنان أو ثلاثة باسمي، فهناك أكون في وسطهم» (متى ١٨/ ٢٠).

ثانيًا: كيف نَستَريح كزَوجَين بالربّ؟

الحياة الزوجيّة والعائليّة لا تخلو من التَّعب. فالبيت المسيحي يعرف الضغوط اليوميّة واختلاف الطِّباع وتحدِّيات التَّربية. لكنَّ الفرق أنَّ الزوجَين المؤمنَين لا يحملان الأعباء وحدهما: هناك ثالث حاضر في قلب علاقتهما، هو المسيح.

١- الصلاة المشتركة:

الرّاحة بالرب تبدأ حين ينحني الزوجان معًا أمام الله. في الصلاة يكتشفان أنَّها ليست واجبًا بل نَفَس حبّ. هنري كافاريل، مؤسِّس «فِرَق السَّيّدة»،

يقول: «لا يستطيع الزوجان المسيحيان أن يُحبّا بعضهما بصدق إن لم يُحبّا الله معًا». تصبح الصلاة وقت استراحة في حُضن الله، حيث نلتقي بخالقنا ونضع بين يديه تعبنا اليومي وقلقنا.

٢- الثّقة والتَّسليم:

في سرّ الزَّواج قال الزوجان «نعم» لله أيضًا، لا لبعضهما فقط. وعندما يتذكّران أنَّ المسيح هو الضامن لعهد حبّهما، تُصبح الصُّعوبات فرصة للنموّ، والقلق مجالًا للتَّجديد: «وأَلقوا عليه جميع هُمومكم، فإنَّه يُعنى بكم» (١ بطرس ٥/ ٧).

٣- الغفران:

كلّ بيت يعرف لحظات جرح وسوء فهم. فإن لم يتعلّم الزوجان الغفران، يتحوّل البيت إلى ساحة نزاع. لكن حين يفتحان قلبيهما لغفران المسيح، يرتاح القلبان معًا: « فكما صفح عنكم الرب، اصفحوا أنتم أيضًا» (كولوسي ٣/ ١٣).

٤- الإفخارستيّا:

من مائدة الإفخارستيا يتغذّى الزوجان، جسد المسيح ودمه، فيتذكّران أنَّ الحب ليس فقط مشاعر، بل بذل وحياة. الإفخارستيا تُحوّل البيت إلى امتداد للمذبح. وسرّ الاعتراف يُحرّر من ثقل الخطيئة ويُجدّد القلب.

٥- التعابير اليوميّة:

الرّاحة بالرب تُعاش أيضًا في كلمة تشجيع، في لمسة حنان، في خدمة صامتة. يقول كافاريل: «المسيح يحضر في تلك الإيماءات الصغيرة التي يُظهر فيها الزوجان محبّتهما لبعضهما».

ثالثًا: الرّاحة وزمن المجيء والميلاد

زمن المجيء هو زمن الانتظار والرّجاء، حيث الميلاد يُصبح حضورًا دائمًا: الله يدخل عالمنا كما دخل مغارة بيت لحم.

الراحة تبدأ حين نسمح للمسيح أن يولد من جديد في قلب العائلة. الميلاد هو راحة القلوب: الله صار بيننا، «عمانوئيل».

وكما أنشدت الملائكة: «المجد لله في العُلى وعلى الأرض السلام» (لوقا ٢/ ١٤)، كذلك يُصبح سلام الله هو العطيّة الكبرى التي نتقاسمها كزوجين وكعائلة. وحين نفتح أبواب بيتنا للمسيح، يغدو بيتنا مغارة صغيرة يسطع منها نور الإنجيل.

خاتمة

يا ربّ، فيك نستريح: كأفراد، كزوجَين، وكعائلة. فيك يتحوَّل تَعبُنا إلى رجاء، واضطرابُنا إلى سلام، وخوفُنا إلى ثقة. الميلاد ليس حدثًا ماضيًا، بل ولادة متجدّدة لك في قلوبنا، لتبقى بيوتنا شاهدة أنَّ الراحة الحقيقيّة لا نجدها إلا فيك. علِّمنا أن نُحبّ كما تُحب، وأن نَشهد لنورك في هذا العالم. آمين.

كلمة الفرقة المسؤولة الدوليّة

كاترين وكريستوف برنار

" المَسيرة مع الربّ ... قصّة حُبّ لا تنتهي "

نحن كاترين وكريستوف برنار، التقينا عندما كان عمرنا ١٨ و١٩ سنة، في العام ١٩٧٨، في إحدى قرى جبال الألب، وهو مكان معروف لتسلّق الجبال في فرنسا وأوروبا، وهو أيضًا البلد الأمّ لكاترين، مشهور بمتسلّقيه، Berarde La، منطقة شُطِبت من الخريطة في ٢١ حزيران ٢٠٢٤ عندما انفجرت بحيرة تحت الجليد. تدمّر الفندق ومطعم العائلة حيث كانت كاترين تعمل ومعه مكان لقائنا، بالإضافة إلى الكنيسة التي تزوّج فيها والداها. فقدت العائلة البيت العائلي وهي لا تزال تحت أثر الصدمة لفقدان كلّ شيء من دون أيّ أمل بإعادة الإعمار. باختصار، ذكرياتنا الأولى اختفت بسبب هذا الحادث المأساوي.

أحداث ولقاءات مصيريّة طبعت تاريخ زواجنا

كَتَبتُ رسالة إلى كاترين بعد أن حصلت على عنوانها البريدي في صيف ١٩٧٨. عقب ذلك مراسلات طويلة استمرّت سنوات عديدة، ساهمت في تعميق معرفتنا لبعضنا البعض. وبعد أن التقينا مرّات أخرى خلال عطلات نهاية الأسبوع أو الإجازات في الجنوب، حيث كانت كاترين تقطن أو تدرس، قرّرت الانتقال إلى باريس.

نصحتنا عرّابة كريستوف بمقابلة كاهن مسنّ كانت على معرفة به. كانت تلك الجلسات القليلة معه ممتعة وحاسمة في الوقت عينه ساهمت في نموّ إيماننا. وهنا، تركت العبارتان الآتيتان أثرًا كبيراً طوال حياتنا:

«لَكان الإنسانُ أتعسَ الكائنات لو أدرك طوال حياته أنّ كلّ شيء سينتهي بالموت. بينما في المسيح، الموتُ ليس سوى مرحلةٍ لأننا جميعًا مدعوّون للقيامة والحياة الأبدية». هذا يغيّر كلّ شيء.

العبارة الثانية: «الله وحده هو الكبير بما يكفي لإشباع جميع احتياجات الإنسان، وملئه بسعادة مطلقة. فالشريك، بغضّ النظر عمّن يكون، لا يستطيع تحقيق ذلك بدون الله».

أقنعتنا هذه اللقاءات بتجديد ممارستنا الدينية، وقد حالفنا الحظ بلقاء كاهن ومجموعة من الشباب، حيث منحونا معًا الرغبة في الذهاب إلى القداس كل أحد، المشاركة في مجموعة صلاة، وبعد زواجنا، المشاركة في جماعة عائليّة التي أصبحت بدورها من أوفى الأصدقاء.

بعد مضي أربع سنوات على زواجنا الذي نحتفل اليوم بذكراه الحادية والأربعين، وقبل انتقالنا مباشرة، وجّهنا أحد الكهنة نحو «فِرَق السيّدة».

لقد أعجبتنا فكرة الانضمام إلى حركة منظّمة، إذ أدركنا أنّ الحركة الرعويّة البسيطة تصل سريعًا إلى حدودها من حيث تنوّع المواضيع المطروحة، تشكيل الفِرَق، تنوّع اللقاءات، الخدمات التي يتعين القيام بها...

لذلك انطلقنا في رحلتنا مع «فِرَق السيّدة» في خريف ١٩٨٨، بعد أربع سنوات على زواجنا، وفي صيف ١٩٨٩ انتقلنا للعيش في نانسي بمنطقة لورين، على بعد ٣٠٠ كم شرق باريس. هناك انضممنا بسرعة إلى الفرقة المحليّة «نانسي ٣١» حيث تشرّفنا بالسير في رحلة إيمانية لمدّة ٢٧ عامًا بمرافقة المرشد الروحي نفسه.

وُلد طفلانا الأوّلان، وهما صبيان، في باريس، بينما وُلد الطفلان التاليان، بنت وصبي، في نانسي.

إيمانويل وجيرالدين، المتزوّجان منذ عشر سنوات، لديهما ثلاثة أطفال ويعيشان في ليون، مثل ابنتنا إليز وزوجها غريغوار، المتزوّجين منذ سبع سنوات ولديهما ثلاثة أطفال أيضًا. نحن سعداء بأنهم يواظبون على الممارسة الدينية وأنّ أطفالهم تلقّوا سرّ العماد، ونشكر الله كثيراً على ذلك.

أما غابرييل، فهو سيتزوج من ياسمين مدنيًا في كانون الأوّل ٢٠٢٥، وكنسيًا في أيّار ٢٠٢٦.

أما ابننا بيار، فقد سيم كاهنًا منذ أربع سنوات في كنف جماعة القديس مارتن. وقد انضم حديثًا إلى «فِرَق السيّدة» ويرى أنّه علينا جميعًا أن نصلّي من أجل الدعوات الكهنوتية خلال اجتماعات فرقتنا! لقد ساعدتنا في استقبال هذه الدعوة التي أُعلنت على طريق سانتياغو دي كومبوستيلا، مرشدتان روحيّتان هما راهبتان من الكلاريس – اللتين تبعدان ٣٠ كيلومتراً عن نانسي.

تمّت دعوتنا بسرعة كبيرة لتوليّ مسؤوليات في «فِرَق السيّدة»، وعندما تمرّ اختيارنا في العام ٢٠١٢ للانضمام إلى الفرقة المسؤولة عن فرق فرنسا-لوكسمبورغ-سويسرا، مما يعني العناية بـ ٢٠٠٠٠ عضو والاجتماع في نهاية أسبوع كل شهر، شعرنا بالحاجة الملحّة لمرافقة روحيّة شخصيّة مستمرّة وقد ساعدنا هذا الدعم في عيش جمال التكامل بين الدعوات المختلفة (بين الحياة المكرسة/وسرّ الزواج والعزوبة/والحياة الزوجيّة).

أمّا فيما يخص خدمتنا ضمن الفرقة المسؤولة الدوليّة، فإننا نقوم بمهام أمين السرّ وأمين الصندوق في الوقت نفسه.

لأسباب قانونيّة، لا يمكن أن يكون أمين الصندوق سوى شخص واحد وليس زوجين. نظرًا لمهنة كريستوف كمحاسب قانوني ومراجع حسابات، فهو يشغل منصب أمين الصندوق، كما أنه مسؤول عن حسابات وتمويل جمعيّة «فِرَق السيّدة الدوليّة» وجمعيّة «أصدقاء الأب كافاريل». فيما يخصّ الفِرَق، فهو يستعين بمحاسب قانوني لمساعدته.

من بين مهام أمين الصندوق، إعداد الميزانية والحسابات والتقرير المالي، تنفيذ المدفوعات وإصدار طلبات تحويل الأموال إلى «المناطق العليا» و«المناطق الملحقة»، ومتابعة المستحقّات وميزانيات الدعم المالي المخصّصة للمناطق العليا والمناطق الملحقة، مراجعة كشوف رواتب الموظفتين (سكرتيرة وأخرى تعمل لساعات محدودة لتنظيف المقرّ)، ويصرف رواتبهما.

ويضطلع أمين الصندوق أيضًا بمهام الأمانة القانونيّة، ويتأكد من استثمار أموالنا البنكيّة المتاحة بشكل آمن مع تحقيق عائد مالي بسيط.

أما دور أمين السرّ فيمكن مشاركته بسهولة أكبر، حيث تشارك كاترين فيه بشكل كبير في: إعداد الإحصائيّات، تنظيم اجتماعات الفِرقة المسؤولة الدوليّة ومجلس الإدارة ومحاضرتها، جميع الترتيبات اللوجستيّة ونحن نعمل بشكل وثيق مع السكرتيرة المتفرّغة، وهي إحدى أعضاء الفِرَق، سيسيل.

تعمل سيسيل بحبّ وتفانٍ، ونحن نقدّر جهودها جدًا ونتواصل معها باستمرار، حيث يهتمّ كريستوف بشؤون المحاسبة في حين تتابع كاترين الأمور الإداريّة.

بصفتنا زوجين في الفرقة المسؤولة الدوليّة، وبناءً على خبراتنا - خاصة خبرة كاترين كمستشارة للعلاقات الزوجيّة والأسريّة - فقد عملنا كثيراً هذا العام على موضوع العام الذي اقترحاه ميرسيديس وألبرتو: «الحب هو أبعد بكثير من الحب»، والذي نوصي به بقوّة.

لقد علمتم كلّ شيء عنا... نحن مجرد خدّام صغار... لكننا سنكون أقلّ من ذلك بدون الرب الذي يرافقنا في كلّ أيام حياتنا... ويُقيمنا وينمّينا بطرق تفوق التصوّر...

ترجمة ألين كنعان إيليّا

كلمة المستشار الروحي للرسالة

الأب الياس شماطه

" الراحة في اللّه "

«وأكمل الله في اليوم السابع عمله الذي عمله، فاستراح في اليوم السابع من جميع عمله الذي عمل» (تك ٢: ٢).

منذ فجر الخليقة، شاء الله أن يختم عمله بالراحة. لم تكن هذه الراحة تعبًا من الخلق، بل اكتمالاً للمحبّة. فالراحة الإلهيّة لم تكن توقّفًا عن النشاط، بل كانت سكونًا في الجمال، تأمّلاً في ما صنعته يداه، وفرحًا بعلاقةٍ بدأت بينه وبين الإنسان. عندما استراح الله في اليوم السابع، كأنّه أراد أن يقول للبشرية: إنّ الحياة لا تكتمل بالعمل وحده، بل باللقاء، بالحبّ، وبالسكينة التي تجعل الإنسان حاضرًا في حضرة الله.

من هنا، تنبع صرخة الإيمان التي نرفعها اليوم مع فِرَق السيّدة: «فيكَ نَستَرِيح». ليست هذه الكلمات مجرّد ترداد شعري أو شعار عاطفي، بل هي إعلان عميق عن حاجة الإنسان إلى أن يجد توازنه في الله. في عالمٍ يركض بلا توقّف، تُستنزف فيه الطاقات وتُنهك القلوب، تصبح الراحة في اللّه مقاومةً مقدّسة ضدّ العجلة، وضدّ تحويل الإنسان إلى مجرّد أداة عمل أو إنتاج.

عندما نقول «فيكَ نَستَرِيح»، نعترف ضمنًا بأنّنا لا نستطيع أن نستريح في أيّ مكانٍ آخر. فالراحة التي يمنحها الله ليست نزهة في الوقت، بل سكينة في الكيان. إنّها ليست غياب التعب، بل حضور المعنى وسط التعب. كما يقول القديس أغُسطينوس: «لقد خلقتنا لكَ، يا رب، وقلوبنا لا تزال قلقة حتى تستريحَ فيك». هذه الكلمات تختصر مسيرة الإنسان منذ الفردوس حتى اليوم: رحلة بحث عن الله الذي وحده يمنح الطمأنينة.

إنّ الله الذي استراح في اليوم السابع، يريد أن يستريح اليوم فينا نحن. فكلّ مرّة نفتح له قلبنا بالصلاة، وكلّ مرّة نُصغي لكلمته أو نعيش المحبّة في العائلة والجماعة، نصبح نحن مكان راحته. الله لا يبحث عن مكان جغرافي ليستريح فيه، بل عن قلبٍ يصغي ويُحبّ ويثق. وكم هو جميل أن تكون جماعات فِرَق السيّدة هذه المساحة التي يجد فيها الله راحته بين أبنائه!

فِرَق السيّدة ليست مجرّد تنظيم رعوي أو حركة اجتماعية، بل بيت راحة، واحة صغيرة في صحراء العالم. فيها يتعلّم الأزواج أن الحبّ ليس عملاً يُتعبهم بل شركة تُنعشهم، ويتعلّم الأولاد أنّ الإيمان ليس واجبًا بل نبع حياة، ويتعلّم الجميع أنّ الخدمة ليست مجهودًا بل امتدادٌ للراحة الإلهية التي تسكن في القلب. فحين يرتاح الله فينا، نرتاح نحن في الآخرين أيضًا.

نحتاج اليوم، أكثر من أيّ وقت مضى، إلى أن نستعيد المعنى الإلهي للراحة. فالراحة التي تحدّث عنها الكتاب المقدّس ليست ترفًا، بل فعل إيمان. هي لحظة نضع فيها أعمالنا بين يدي الله، لا لنتركها بل لنراها بنوره. عندما نستريح في الله، نكتشف أنّ عملنا في البيت، في الكنيسة، في المجتمع، هو مشاركة في خلقٍ مستمرّ، هو امتداد لعمل الله نفسه في التاريخ.

إنّ الفِرَق التي تعرف كيف ترتاح في الربّ هي تلك التي تعرف كيف تنهض من جديد. في سكون الصلاة تنمو قرارات الخدمة، وفي لحظة الصمت أمام العذراء تولد كلمات الرجاء. الراحة ليست توقّفًا عن الرسالة، بل تنفّس الروح من عمق الرسالة.

«فيكَ نَستَرِيح» هي في الوقت عينه اعتراف بالضعف وإعلان للرجاء. نعترف بأننا متعبون، مشتّتون، مثقلون بمسؤوليات الحياة اليومية، لكننا نؤمن بأن هناك صدرًا إلهيًا نضع عليه رؤوسنا لنستعيد سلامنا الداخلي. كما قال الربّ يسوع:

«تعالوا إليّ يا جميع المتعبين والثقيلي الأحمال، وأنا أريحكم» (متى ١١: ٢٨).

تلك الراحة التي يعدنا بها يسوع ليست لحظة نسيان، بل لقاء شفاء. فيها يلتقي الله بالإنسان ليمسح عنه غبار الطريق ويجدّد فيه فرح الخدمة. وفي هذا اللقاء، تنال فِرَق السيّدة طاقتها الجديدة لتواصل رسالتها في الكنيسة والعائلة والمجتمع، لا كمن يعمل بتعب، بل كمن يعمل بفرحٍ نابع من الراحة الإلهية.

فلنجعل من هذا العدد الروحي فرصة لتجديد عهدنا مع الرب: أن يكون هو مكان راحتنا، وأن نجعل نحن من حياتنا مكان راحته. حينها فقط نعيش المعادلة الكاملة للخلق والفداء: الله يستريح فينا، ونحن نستريح فيه. هذه هي الراحة التي لا تنتهي، الراحة التي تبدأ في القلب وتمتدّ إلى كلّ ما حولنا، لتصبح حياةً جديدة تنبض في الكنيسة والعائلة والعالم.

«فيكَ نَستَرِيح»... لأنّك يا ربّ، راحة القلوب وملء الوجود.

أصدقاء الأب كافاريل

"هنري كافاريل نبيّ في زمانه"

الأب سامي حلاّق اليسوعي

المستشار الروحي لفريق «أصدقاء الأب كافاريل» - لبنان

أعطى الأب بول دومينيك ماركوفيتش البندكتيّ، المندوب لمتابعة دعوى تطويب الأب هنري كافاريل، حديثًا في الندوة الدوليّة المنعقدة يوميّ ٨-٩ كانون الأوّل ٢٠١٧. كان الحديث يحمل عنوان: هنري كافاريل، نبيّ في زماننا.

أتبنّى في مداخلتي هذه، العنوان نفسه مع بعض التعديل: بدل كلمة زماننا سوف أستعمل كلمة زمانه. وهذا يقودني إلى تحديد نقطتين أريد الحديث عنهما: نبيّ، وزماننا.

مَن هو النبيّ؟

ربمّا قيل لكم مئات المرّات: لا تخلطوا بين العرّاف والنبيّ. العرّاف يروي لك ما سيحدث في المستقبل بغضّ النظر عن الماضي والحاضر. النبيّ شيء آخر. إنّه يتجلّى بصورٍ عدّة سأختار بعضها فهي تنطبق على الأب كافاريل.

١. في الكتاب المقدّس، النبيّ هو الشخص الذي يدخل في قلب الأزمة. النبي يرى الواقع كأزمة: فالله وشعبه لم يعودا في تواصل، والشعب الذي دعاه الله لم يعد يصغي إلى كلمته. لذلك يُستدعى النبيّ إلى قلب هذه الأزمة.

لقد رأى الأب كافاريل في زمانه الأزمة قادمة. انتشار للأفكار الإلحاديّة، وابتعاد تدريجيّ عن الله، ما من شأنه أن يؤثّر في خليّة المجتمع الأساس، أي العائلة. من هنا بدأ تفكيره وجهوده في السعي لإبقاء العائلة على تواصل مع الله، رغم انشغالات الحياة اليوميّة المتسارعة.

٢. النبيّ يجرؤ على أن يقول: «هاأنذا»، ويقف في الثغرة ليتكلّم – يتكلّم من أجل الله، وباسم الشعب، وإلى الشعب أيضًا. هذا هو معنى كلمة نبيّ: «برو-فيتِس» باليونانية (برو = أمام أو بدلاً من، فيتِس = يتكلّم). النبيّ يعطي صوتًا لله وللشعب معًا، يجسّد الغائب عن العلاقة. وهكذا تصبح حياة النبيّ ساحة صراع بين السماء والأرض، يجمع فيهما بين الطرفين.

من هنا أتت مساعي الأب كافاريل لمخاطبة الأزواج ودعوتهم للحفاظ على العلاقة بالله، أو لبنائها إن لم تكن موجودة. إنّها ليست دعوة فرديّة، بل جماعيّة. فكما أنّ النبيّ لا يخاطب أفرادًا بل شعبًا، كذلك خاطب الأب كافاريل الزوجَين لا كلّ واحدٍ بمفرده.

٣. النبيّ مزوّد بما يُسمى «الخيال النبويّ». أي إنّه قادر على تخيّل بديل للواقع القائم، وأن يرى العالم بطريقة مختلفة.

يرى أنّ الواقع الماثل أمامه محطّم ونازف، بينما تقدّمه السلطات القائمة باعتباره طبيعيًّا وحتميًّا، وأنّه دائم منذ الأزل وسيبقى كذلك. لكنّ النبيّ يعلن أنّ هذا الواقع أزمة، ويجرؤ على أن يتخيّل واقعًا آخر قائمًا على العلاقة لا على الانقسام.

بهذه الطريقة تخيّل الأب كافاريل واجب المجالسة. وسيلة لإصلاح ما قد تحطّم، ومعالجة جرحٍ حدث، وبناء شيءٍ معًا يصمد في أيّام الشدّة.

لم يشأ الأب كافاريل أن يكون نبيّ عصره، بل أراد من العائلات أن تمارس دورها النبويّ عبر أربع خطوات تجدونها في موضوع الفِرَق المشتركة المقترح عليكم في هذه السنة.

إنّ رغبة الأب كافاريل أن تكون العائلات المسيحيّة عامّةً، وفِرَق السيّدة خاصّة، جماعات نبويّة ينقلنا إلى الكلمة الثانية: زمانه وزماننا.

زمانه-زماننا

الزمن تغيّر مرّاتٍ عدّة منذ أن وضع الأب كافاريل نظرته النبويّة، وتأسّست فِرَق السيّدة، إلى الآن. هذا التغيير يطرح علينا تحدّيات أهمّها: هل نحافظ على ما سبق بكلّ تفاصيله أم أن ندرج فيه تعديلاتٍ يظهر فيها الجوهر بأسمى تعابيره؟

لا يخفى عليكم أنّ التيّارين موجودان في عائلات فِرَق السيّدة، وهما في حالة توتّرٍ صحّيّ. التوتّر ليس قيمة سلبيّة دائمًا.

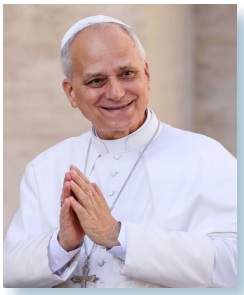
فهناك توتّر صحّيّ يجبر المحافظون على التنازل، ويكبح جماح دعاة التغيير. كلّ رفضٍ لهذا التوتّر لا يقود إلى الحياة بل إلى الجمود أو إلى الضياع. رفض التوتّر يؤدّي إلى فقدان الهويّة، سواء بتجميدها مع قشورها السميكة، أو ببعثرتها وتفكيكها.

أنبياء في زماننا، هذه هي دعوة فِرَق السيّدة. إنّها ليست دعوة للعيش في الداخل ad intra، بل للانطلاق إلى الخارج ad extra. أنبياء لا ينكرون المأساة، ولا يدفنون رؤوسهم في الرمال، بل يواجهون الألم بجرأة. الرجاء الذي يقدّمونه ليس وهمًا ولا مخدّرًا، بل رؤية قائمة على العلاقة. النبي يقبل بأنّ الله يسمح أحيانًا للشرّ بأن يأخذ مداه، لكنّه يحتجّ ويصرخ مثل إبراهيم حين جادل الله في مصير سدوم، أو مثل حبقوق الذي تساءل: «إلى متى يا ربّ أصرخ وأنت لا تسمع؟» (حبقوق ١: ٢). وحتّى يسوع على الصليب صرخ: «إلهي إلهي لماذا تركتني؟» (مرقس ١٥: ٣٤).

النبيّ يميّز بين نوعين من الرجاء: رجاء متّجه نحو المستقبل، يلمح بارقة أمل على الأفق، ورجاء متجذّر في الذاكرة، أي استحضار تدخّلات الله الماضية. عندما يبدو الأفق مسدودًا، يبقى التذكّر هو منبع الرجاء:

فالإله الذي لم يسمح للموت أن تكون له الكلمة الأخيرة في الماضي، لن يسمح بذلك الآن.

وقفة مع البابا لاوُن الرابع عشر



" الشباب نور الرجاء "

وجّه قداسة البابا لاوُن الرابع عشر السبت ١٤ حزيران ٢٠٢٥ رسالة فيديو إلى شباب شيكاغو والعالم كلّه، وذلك بمبادرة قامت بها أبرشية شيكاغو للإحتفال بانتخابه حبراً أعظم. وممَّا جاء في هذه الرسالة:

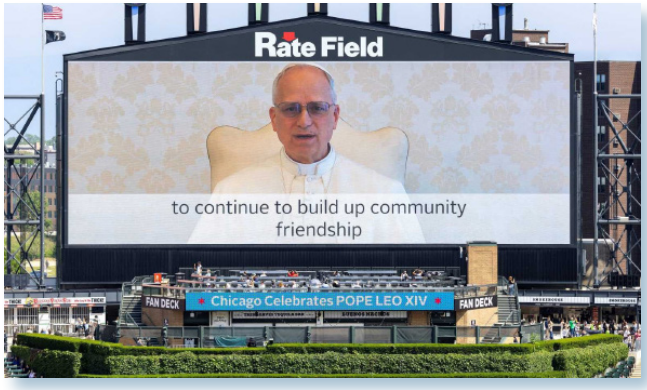
نحن جميعًا نحمل في قلوبنا الكثير من التساؤلات. يتحدّث القدّيس اغسطينوس كثيراً عن قلوبنا القلقة ويقول: «ستبقى قلوبنا قلقة إلى أن تستريح فيك يا الله». إنّ هذا القلق ليس أمرًا سيئًا، ولا ينبغي لنا أن نحاول إخماد النار أو القضاء على التوتّرات التي نشعر بها، أو حتى تخدير أنفسنا تجاه الصعوبات التي نختبرها، بل علينا أن نتواصل مع قلوبنا، وأن ندرك أنّ الله قادر أن يعمل في حياتنا، ومن خلال حياتنا، وبواسطتنا يصل إلى الآخرين. ولذلك، أود أن أختتم هذه الرسالة الموجزة بدعوةٍ لكلِّ واحد منكم بأن يكون بالفعل نور الرجاء، «الرجاء الذي لا يُخيِّب صاحبه»، كما يقول القدّيس بولس في رسالته إلى أهل رومة.

عندما أراكم جميعًا، و عندما أرى الناس يجتمعون ليحتفلوا بإيمانهم، أكتشف بنفسي كم هو عظيم مقدار الرجاء الموجود في العالم.

وفي سنة يوبيل الرجاء، يدعونا المسيح الذي هو رجاؤنا لأن نجتمع معًا، حتى نكون نحن المثال الحيّ الحقيقي: نور الرجاء في عالم اليوم. ولهذا، أودّ أن أدعوكم جميعًا أن تأخذوا لحظة لفتح قلوبكم لله، ولمحبته، وللسلام الذي لا يستطيع أن يمنحنا إيّاه إلا الربّ وحده، لتشعروا كم هو جميل وعميق وقويّ معنى محبّة الله في حياتنا، ولندرك أنَّنا لا نفعل شيئًا نستحقّ به محبّة الله، ومع ذلك فإنّ الله، بسخائه اللامحدود، يواصل سكب محبّته، وعندما يمنحنا محبّته، لا يطلب منا سوى أن نكون كرماء وأن نتشارك ما وهبنا به مع الآخرين.

ليبارككم الله جميعًا وانتم تجتمعون من أجل هذا الإحتفال.
ليبارككم الله جميعًا، حتى تكونوا دائمًا منارات رجاء، وعلامةً للسلام والرجاء في العالم.

© جميع الحقوق محفوظة – حاضرة الفاتيكان ٢٠٢٥



صلاة القدّيس أغُسطينوس

" حتى يستقرَّ فيك "

عظيمٌ أنت يا ربّ وجديرٌ أنت بكلّ تسبيح. عظيمةٌ هي قُدرتك وحِكمتك لا حدَّ لها. إنّ الإنسان، وهوَ الجزء الحقير من مخلوقاتك، يتوق إلى تسبيحك. إنه ينطوي على جرثومة موته، ويتلبّس بما يشهد على خطيئته وعلى أنّك تَسحق المتكبّرين. ومع ذلك يتوق إلى تسبيحك، هو الجزء الحقير من مخلوقاتك! أنتَ تحثّه على أن يبحث عن غِبطته في تسبيحك، لأنّك، خلقتنا لأجلك، ولن يهدأ قلبٌ لنا حتى يستقرَّ فيك.

المتشَفّعون

" المتشفّعون رِئَتا فِرَق السيّدة "

بإلهام من الروح القُدس، أسّس الأب كافاريل المتشفّعين في العام ١٩٦٠ بعد أن أطلق نداءً عاجلاً للصلاة في كَنَف حركة فِرَق السيّدة، مُدركًا أنّ الحيويّة الروحيّة للأزواج وللحركة نفسها تحتاج إلى «جُرعة إضافية من الصَلاة القلبيّة». إنّهم أزواج وأفراد يقدّمون بتواضع وأمانة ساعة صلاة قلبيّة بانتظام كلّ شهر على نيّة من هُم بأمسّ الحاجة ويشكّلون بحَسب ما أشار إليهم الأب كافاريل «الدائرة الخفيّة للنِعمة».

تَعني الشفاعة بالنِسبة إلى الأب كافاريل، مُساندة الأزواج والكهنة روحيًا ومرافقتهم في كلّ مراحل حياتهم، فهم أشبه بالنَبع الخفيّ من الصلاة الذي يدعم حياة الكنيسة ويجعلها خصبة. يتألّف الفريق المسؤول عن المتشفّعين في لبنان من إليسار وإيلي بدر ومعهما رندا وأنطوني الشمالي، كاتيا ووسام مطر، ألين وإيلي إيليا ويرافقهم الأب فادي المير كمرشد روحيّ. يتواصل هذا الفريق المسؤول مع مجموعة كبيرة من الأزواج المتشفّعين الّذين يصلّون على النوايا المرفوعة لهم، يقدّمون ساعة واحدة من الصلاة الشهريّة، أو يوم صوم واحد في الشهر. أما كلّ من يعجزون عن عيش هذين الشكلين من الالتزام لسبب ما، يقدّمون حياتهم ومعاناتهم وتجاربهم عوضًا عن ذلك.

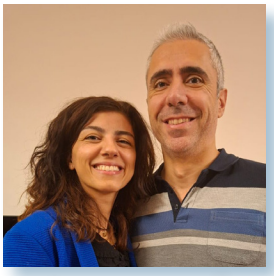
في الثامن من شهر كانون الأوّل من كلّ عام، ولمناسبة عيد الحُبل بها بلا دنس، يجتمع المتشفّعون من كلّ أنحاء العالم ليقيموا ٢٤ ساعة صلاة متواصلة يتناوب على تحضيرها كلّ الأزواج وتتكلّل بقدّاس إلهيّ يترأّسه مُرشد المتشفّعين.

في هذا الإطار، ترأّس الأب فادي المير مُرشد المتشفّعين قدّاسًا إلهيًا في دير الكريم غوسطا، وشدّد وقتئذٍ في عِظته على أنّ الشفاعة تتمحور حول الأخوّة التي تُترَجم بالمحبّة التي تجمع كلّ البشر من بينهم الأعداء والخطأة، وهي الخشبة الأفقيّة من الصليب؛ الصلاة الخلاصيّة التي ترتكز على الصِلة الأساسيّة بالله وهي الخشبة العاموديّة؛ وفي الختام، الرجاء بالأبديّة وهي الحيويّة الناشطة.

وكما ورد في دليل فِرَق السيّدة: «إنّ المتشفّعين يدعون كلّ واحد منا إلى الانضمام إلى هذه المبادرة الكنسيّة للصلاة من أجل الزواج المسيحيّ والعائلات والكهنوت والأزواج في العالم بأسره». وقد شدّد البابا بولس السادس على دور المتشفّعين في العالم، قائلاً: «إنّ أُسرًا لا تحصى سوف تكون مدينة لكم على المساعدة التي سوف تقدّمونها لها».

إعداد ألين وإيلي إيليّا

الصلاة القلبيّة



ألين وإيلي إيليّا

" عندما يكون اللّه بانتظارنا... "

فكّر الأب هنري كافاريل، مؤسِّس حركة فِرَق السيّدة، مليًّا وبالأحرى صلّى كثيراً على نيّة الصلاة القلبيّة. كان طوال حياته معلّمًا حقيقيًا في الصلاة. وفي عامي ١٩٦٦ و١٩٦٧، أصدر سلسلة من ١١ دفتراً حول الصلاة القلبيّة تحت عنوان «سلسلة أوّليّة». نقترح عليكم في ما يلي ملخّصًا عن تعاليمه الأساسيّة مقتبسة من السلسلة المذكورة آنفًا.

«عندما تبدأون صلاتكم القلبيّة، كونوا على قناعة راسخة بأنّ العائلة الثالوثيّة هي بانتظاركم».

مكانكم جاهز، فالمسيح بنفسه قال: «سأعدّ لكم مكانًا». الصلاة القلبيّة هي السماء بحدّ ذاتها، أقلّه هذه الحقيقة الأساسيّة: حضور الله، محبّته واستقباله لأبنائه. الربّ ينتظرنا على الدوام. وحتى أفضل من ذلك: ما أن نقوم ببضع خطوات نحوه حتى يأتي للقائنا، تمامًا مثل الابن الضالّ.

وهكذا، قبل البدء بصلاتكم، خذوا لحظات من الصمت وارسموا إشارة الصليب ببطء ولتكن مليئة بالمعنى. إنّ إبطاء الوتيرة والصمت هما ضروريّان لكسر نمط حياتكم المنشغلة. ثم، اطلبوا الروح القدس بتواضع، إذ هو المعلّم الحقيقي للصلاة.

يوصي الأب كافاريل في بداية الصلاة القلبيّة بقراءة صفحة من الإنجيل، إنما شرط ألاّ تُتلى كمن يقرأ كأستاذ لغة، بل بالأحرى كشخص مُغرَم يسمع نبضات قلب حبيبه عندما يصغي إلى الكلمة.

فلنفكّر بالله ولنتأمّل بما يقوله لنا من خلال الخليقة والكتاب المقدّس وبالأخص ابنه يسوع المسيح، الذي أتى ليكشف لنا حبّ الآب اللامتناهي. تسمّى هذه الصلاة «الصلاة القلبيّة اللاهوتيّة». ثمّ، بعد أخذ وقت للتأمّل، يأتي ما يسمّيه الأب كافاريل «الصلاة القلبيّة العمليّة» عندما تنتقل نظرة الإيمان إلى الحياة اليوميّة، وتدفعنا المحبّة إلى خدمة الله من خلال أعمالنا اليوميّة.

المواظبة على الممارسة والصلاة توصلنا إلى «البساطة في الصلاة القلبيّة».

من هنا، إنّ تلاوة الصلاة القلبيّة ليست نشاطًا منفردًا، بل لقاء وتبادل وصلاة من القلب إلى القلب مع الله. إنه الجلوس عند قدميّ المسيح، تمامًا مثلما فعلت مريم المجدليّة، لتصغي إلى كلمته لا بل أفضل من ذلك، لتصغي إليه هو بنفسه. وعندما نسمع هذه الكلمة ونحفظها، نعمل بها. «طوبى لمن يعمل بكلمة الله» (راجع يع ١: ٢٥).

إن أردنا أن نتعلّم الصلاة فيجب علينا أن نبحث عن معرفة المسيح أوّلاً، ليس على المستوى الفكريّ فحسب، بل بإيمان ومحبّة. إنّ الكثير من المسيحيين تثبط عزيمتهم أمام الصلاة القلبيّة لأنهم لم يصلوا بعد إلى حبّ المسيح، وإن كانت محبّتهم ناقصة فذلك لأنّهم يتغافلون عن معرفته فإن لم نعرف الآخر فلن نحبّه. ويقول لنا الأب كافاريل، بأنّ أساس الصلاة هي الإرادة: الرغبة في الاستسلام إلى صلاة الروح القدس (رو ٨: ٢٦)، مثل الزيت الذي يستسلم للنار حتى تلتهمه.

يريد الله أن تكون الصلاة مزروعة ومتجذّرة في أعماقنا، في عمق كياننا، حتى نهتف مع القدّيس بولس: «فما أنا أحيا بعد ذلك، بل المسيح يحيا فيّ» (غل ٢: ٢٠).

أن نتلو الصلاة القلبيّة يعني أن نذهب بحجّ نحو الملاذ الداخلي لكي نصلّي فيه للإله الحقيقي. إن أردتم أن تتعمّقوا في الصلاة القلبية، فاسعوا لأن تدخلوا في الكثير من الأحيان إلى ذواتكم، حتى لو لفترة قصيرة، حتى تعبدوا الله الذي هو بانتظاركم. إنّ هذه العودة القصيرة إلى المنبع تجدّدنا وتهدّئنا.

وشيئًا فشيئًا، ستتنامى هذه القناعة فيكم: إن أردتم أن تعيشوا الصلاة القلبيّة فذلك لأنّ الله يدعوكم. وعندما تستجيبوا لهذه الدعوة، فستجدون عندئذٍ السلام والثقة والتواضع الحقيقي.

مقتطفات مأخوذة من كتابات الأب كافاريل

عيد الزوجين: من لبنان إلى العالم

برجاءٍ وفرحٍ كبير، أطلقت حركة فِرَق السيّدة – منطقة لبنان- «عيد الزوجين» لأوّل مرّة في العالم، خلال قدّاس احتفالي يوم الأحد ١٣ تموز ٢٠٢٥، الساعة العاشرة صباحاً، وترأّسه صاحب الغبطة والنيافة الكردينال مار بشارة بطرس الراعي، بطريرك إنطاكية وسائر المشرق الكلّي الطوبى، في كنيسة الصّرح البطريركي في الديمان، تزامناً مع مرور عشر سنوات على إعلان قداسة الزّوجين لويس وزيلي مارتان اللذيْن اتُّخِذا شفيعين لهذا العيد.

وشارك غبطة البطريرك في هذا الاحتفال عددٌ من المطارنة والكهنة والمستشار الروحي لفِرَق السيّدة – منطقة لبنان، قدس الأباتي سمعان أبو عبدو، كما قام بخدمة القداس أزواج وكورس فِرَق السيّدة بمشاركة جوقة رعية مار الياس بلّونة. وفي عظته، أثنى البطريرك على الدور الذي تلعبه فِرَق السيّدة في مساعدة الأزواج ليتوقوا إلى القداسة، لا أكثر ولا أقلّ. وثبّت هذا العيد للاحتفال به سنويّاً بقداس يترأّسه في الصرح البطريركي.

وقد شارك في هذا القداس، ليس فقط، أكثر من مئة وخمسين من الأزواج من فِرَق السيّدة أتوا من كلّ المناطق اللبنانية: الشمال، الجنوب، البقاع، بيروت، كسروان وجبيل... ومن الامارات العربية المتّحدة وقطر بل أيضاً، عددٌ من الجماعات والحركات التي تُعنى بالأزواج والعائلات للمُشاركة في هذا العيد «عيد الزوجين».

أثناء انتقالنا بالحافلة من بيروت إلى الديمان، سألنا بعض الأزواج عن رأيهم بهذا النشاط.

رينيه وايلي قالا: « فكرة رائعة أن يكون لنا عيد للأزواج وأن تكون محطة سنويّة من خلالها نجدّد عهود زواجنا. إنها مناسَبة للخروج من الفكر المادي الذي بدأنا نعتاد عليه من خلال أعياد ومناسبات وتقاليد لا تشبه حياتنا الزوجيَّة والمسيحيَّة. نتشوّق للوصول إلى مكان اللقاء وأن نحتفل بفرح، تحت نظر العذراء مريم وبركة غبطة البطريرك».

أمّا أنطوانيت ونقولا فعبرَّا بالقول: «إنّه عيد يُعلن لأوّل مرة. مناسبة حب وعيد فرح للزوجَين لتجديد النَعَم أمام يسوع. جميل أن نكون كزوجين نحتفل بهذه المناسبة كما نحتفل بعيد الأم، عيد الطفل، عيد الأب والأجداد. هذا العيد هو هديّة من الرب يساعدنا كي نمشي على طريق القداسة على خُطى لويس وزيلي مارتان. أتينا كي نشكر الربّ على الحب وعلى نِعَمه في حياتنا».

كل سنة وفِرَق السيّدة بألف خير.

النهار الوطني لِفِرَق السيّدة ٢٠٢٥

تحت شعار السنة " أتحبّني " (يوحنا ١٥:٢١)، التقى أزواج فِرَق السيّدة - لبنان مع عائلاتهم في مدرسة سيّدة اللويزة - ذوق مصبح، نهار الأحد ١٩ تشرين الأوّل ٢٠٢٥، للاحتفال بالنهار الوطني وإطلاق السنة الجديدة.

كالعادة كان نهاراً مليئاً بالفرح والصداقة والأخوّة، بدأ بصلاة من القلب وانتهى بالقداس الإلهي، وتخلّله مواضيع عدّة وفِرَق مختلطة ولقاءات صداقة، كما تسلُّم وتسليم لمسؤوليّات قطاع لبنان ١ ولبنان ٤، ووعد لثلاث فِرَق جديدة في زحلة وبلونة والبترون.

كما وكان للأولاد برنامجهم الخاص، قدّاس وألعاب وأعمال يدويّة، وانضّموا الى الأعضاء في آخر النهار بعرض رائع أضاف حياةً وبهجة.

نضع هذه السنة الجديدة أمام عناية ربّنا يسوع، ونصلي معًا هذه الصلاة التي وردت في التذكارات خلال القداس:

أتحبُّني؟ هذه الكلمة كانت السؤال الأخير الذي سألتَه لبطرس والوصيّة الأخيرة قبل أن تسلِّمه رعاية الكنيسة.

أتحبُّني؟ هذه الكلمة كانت أيضًا السؤال الأخير والوصيّة التي أعطيتنا إياها، عندما صرنا، انا وشريكي، هديّة، كلّ واحدٍ للآخَر، ودعوتَنا لتأسيس عائلة مسيحيّة تسعى للقداسة.

أتحبُّني؟ هو نداء السنة في حركة فِرَق السيّدة كي يذكِّرنا أنّكَ ما زلتَ تطرح على كلّ واحدٍ منا هذا السؤال نفسه.

ساعدنا يا ربّ كي نحبّك من خلال حبّنا لبعضنا البعض. أعطنا فرح حضورك في كأس خمرتنا، واغمرنا بعطاياك، فأسعى أن اساعد شريكي في تحقيق ذاته بحسب دعوتك له، وأقف معه في تعبه وأقوّيه عند ضعفه. اغمرنا بعطاياك كي أعرف كيف أصغي له وأُقدّره وأرفع من معنوياته وأخدمه بفرح، وكي نربيّ أولادنا معًا على معرفتك وحبّك.

اغمرنا بعطاياك كي نكون سَنَداً لفرقتنا وكلّ فِرَق السيّدة من خلال صلاتنا ومشاركتنا، وكي نبقى عمّال نشيطين في الكنيسة من خلال شهادة حياتنا وبشارة كلمتك وأعمال المحبّة على قدر ما تعطينا من نِعَمٍ.

إليك يا ربّ نصلّي.

Éditorial

«Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et chargés, et je vous donnerai du repos» (Matthieu 11:28)

Comme il est étonnant le concept du repos : où se croisent nos désirs et nos déceptions à la fois. L'être humain, au cœur de son expérience, est un mélange d'angoisse et de sérénité, de travail et de repos.

Nous cherchons le repos après la fatigue et le considérons souvent comme un but que nous atteignons lorsque nous cessons tout effort. Pourtant, nous découvrons avec surprise que nous ne l'avons pas trouvé.

Le vrai repos ne réside pas dans l'arrêt de l'activité, mais dans son achèvement.

Tout ce qui semble être une quête constante et une fatigue continue se transforme en harmonie avec Dieu, lorsque le cœur se purifie de ses impuretés et que l'on cherche la volonté de Dieu à travers le Christ.

Avec le Christ, il n'existe pas de contradiction entre le travail et le repos, mais une complémentarité qui exprime l'élévation de la vie divine en l'homme.

C'est pourquoi Saint Augustin a prononcé son cri éternel, dont nous entendrons l'écho dans plusieurs articles de ce numéro, où nous découvrons une compréhension plus profonde du repos, liée au repos du septième jour, au temps de l'Avent, ainsi qu'au repos dans la vie conjugale et dans l'oraison.

Dans ce numéro, nous retrouvons également la joie du lancement de la fête des couples le 13 juillet, dans la foi et les attentes des époux, ainsi que le Jour national 2025.

« Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et chargés, et je vous donnerai du repos. » (Matthieu 11:28)

C'est le repos sacré dans lequel nous aspirons à nous abandonner.

C'est la quête de toute une vie… mais, avant tout, croyons nous vraiment que «en lui nous trouvons le repos»?

Nous vous souhaitons une lecture agréable et enrichissante.

Antoinette et Fidaa Boutros

Ghada et Antoine Ibrahim

« En Toi nous nous reposons » : une invitation à la paix intérieure dans la vie du couple

« En Toi nous nous reposons » n'est pas qu'une simple expression, c'est une invitation pour que le couple trouve en Dieu la source du véritable repos au milieu des défis du quotidien.

À travers la prière commune, le dialogue authentique et la participation aux sacrements, les époux peuvent approfondir leur relation avec Dieu et l'un avec l'autre, et expérimenter cette paix qui surpasse toute intelligence.

« En Toi nous nous reposons » — bien plus que des mots. Saint Augustin l'a magnifiquement exprimé : «Tu nous as faits pour Toi, Seigneur, et notre cœur est sans repos tant qu'il ne demeure en Toi.»

Cette parole n'est pas qu'une simple réflexion personnelle ; c'est une vérité existentielle que tout époux et toute épouse expérimentent au plus profond de leur coeur, particulièrement en ces temps de pression, de fatigue et de responsabilités accrues.

Au cœur du mariage, il y a une soif de paix. Le mariage chrétien n'est pas seulement l'union de deux personnes, mais une invitation à vivre en communion avec l'amour divin. Avec le temps et les préoccupations de la vie, les époux peuvent perdre cette paix intérieure, et leur relation peut devenir épuisante, stressante, remplie de réactions impulsives.

« En Toi nous nous reposons » signifie que Dieu est l'unique source de la paix du cœur, une paix qui déborde pour envahir la relation conjugale. Ce n'est que lorsque le Seigneur est au centre du foyer que la maison devient un «havre de paix» et non un «champ de bataille».

Mais comment vivre ce repos en Dieu en tant que couple ?

Dans l'Évangile de Jean, après la Résurrection, Jésus demande à Pierre à trois reprises : « M'aimes-tu ? » (Jean 21:15). Cette question reflète l'appel de Jésus à examiner notre amour pour Lui, et pour les autres, particulièrement dans la relation conjugale. À chaque fois que nous faisons face à un défi ou une difficulté, nous pouvons entendre Jésus nous demander : « M'aimes-tu ? » Et lorsque nous répondons « oui », nous trouvons le repos dans Son amour, et notre amour mutuel en est renouvelé.

En définitive, « En Toi nous nous reposons » n'est pas qu'un simple slogan, mais une invitation quotidienne pour le couple à trouver le repos et la paix en Dieu, et à renouveler son amour à Sa lumière, notamment à travers :

1- La prière quotidienne : Un moment de repos loin de la pression du quotidien, des paroles des autres et de l'anxiété.

2- La franchise et le pardon : Lorsque l'amour authentique et le pardon règnent, le cœur éprouve un réconfort indicible.

3- Le silence partagé : S'asseoir ensemble sans parler, dans la présence de Dieu (l'oraison), est la forme de communication la plus profonde.

4- Les sacrements : La vraie communion commence à la table du Seigneur, par la grâce de l'Eucharistie et du sacrement de réconciliation.

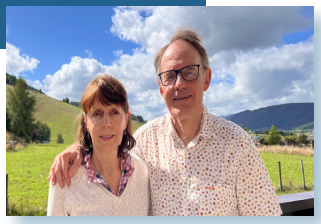
Jésus a dit : «Ainsi, celui qui entend ces paroles que je dis et les met en pratique est semblable à un homme prudent qui a bâti sa maison sur le roc.» (Matthieu 7:24)

Le couple chrétien est appelé à bâtir sa maison sur le roc de la foi. Ainsi, quand les tempêtes font rage, la maison reste inébranlable, car «elle se repose» en Dieu. En vérité, la maison bâtie sur le roc est un repos stable.

Enfin, au cœur de toute tempête que nous pouvons affronter en tant que couple – qu'il s'agisse d'épreuves dans notre vie conjugale, des pressions quotidiennes ou de responsabilités grandissantes qui peuvent nous accabler et nous éloigner l'un de l'autre – nous devons prendre du recul et nous souvenir que le repos se trouve en Dieu.

C'est Lui qui nous donne sa paix et son réconfort à travers notre prière de couple et la méditation de Sa Parole, qui nous mène à la prière du cœur. Alors, nous sentons la présence de Dieu envahir nos cœurs et nous restituer cette paix que nous avions perdue.

Le vrai repos ne vient pas de circonstances idéales, mais de la présence de Dieu parmi nous.



Catherine et Christophe Bernard

Le cheminement avec le Seigneur…une histoire d'amour sans fin

Nous sommes Catherine et Christophe BERNARD et nous nous sommes rencontrés l'année de nos 18 et 19 ans en 1978 dans un hameau des Alpes, haut lieu de l'alpinisme français et européen. Ce berceau de la famille maternelle de Catherine, composée de guides et d'alpinistes de renom, c'est La Bérarde, rayée de la carte le 21 juin 2024 à cause de la rupture d'un lac sub glaciaire. L'hôtel-restaurant familial -en particulier le petit café - où Catherine assurait le service l'été et où nous nous sommes rencontrés – ainsi que la chapelle, jouxtant l'hôtel, où les parent de Catherine se sont mariés, ont été transpercés et démolis. Le tout petit chalet familial a été entièrement emporté par le torrent et la famille est encore sous le choc d'avoir tout perdu avec interdiction de reconstruire. Nos premiers souvenirs communs sont meurtris par cet épisode sinistre.

Notre histoire conjugale a été marquée par des évènements et des rencontres déterminants.

Après cette rencontre de l'été 1978 et l'échange de nos adresses postales, Christophe a écrit une lettre à Catherine. Il s'en est suivi une longue correspondance de plusieurs années qui a réellement permis de mieux nous connaître. Après s'être revus quelques fois le week-end ou pendant les vacances dans le Sud là où Catherine habitait ou étudiait, Catherine a décidé de monter sur Paris.

La marraine de Christophe nous a alors conseillé de rencontrer un vieux prêtre bien connu d'elle. Ces quelques entretiens avec lui ont été à la fois délicieux et déterminants pour l'évolution de notre foi.

Voici, de mémoire, les deux phrases qui nous ont marqués à vie : « l'Homme serait le plus feinté des animaux s'il avait conscience toute sa vie qu'avec la mort tout était fini. Alors qu'en Jésus-Christ la mort n'est qu'une étape puisque nous sommes tous appelés à la résurrection et à la vie éternelle ». Cela change tout. Deuxième phrase : « seul Dieu est assez grand pour assouvir tous les besoins de l'Homme, pour le combler d'un bonheur total. Le conjoint quel qu'il soit ne le peut pas sans Dieu ».

Ces rencontres nous ont convaincu de renouer avec la pratique religieuse et nous avons eu la chance de rencontrer un prêtre et un groupe de jeunes qui nous ont à la fois donner le goût d'aller à la messe tous les dimanches, participer à un groupe de prière puis une fois mariés, de participer à un groupe de foyers, lesquels sont devenus nos amis les plus fidèles.

4 ans après notre mariage – nous avons 41 ans de mariage – juste avant de déménager un prêtre nous a orienté vers les Equipes Notre-Dame. La perspective de rejoindre un mouvement structuré nous plaisait bien car nous avions pris conscience qu'un simple mouvement paroissial atteignait rapidement ses limites en termes de proposition de thèmes, constitution des équipes, variété des rencontres, services à assurer…

Nous sommes donc rentrés en pilotage aux Equipes Notre-Dame à l'automne 1988, 4 ans après notre mariage, et à l'été 1989 nous déménagions sur Nancy, en Lorraine, à 300 km à l'est de Paris où nous avons rapidement intégré l'équipe Nancy 31 où nous avons eu le grand bonheur de cheminer 27 ans avec le même conseiller spirituel.

Nos deux premiers enfants, des garçons, sont nés à Paris, les deux suivants, fille et garçon, à Nancy.

Emmanuel et Géraldine, mariés depuis 10 ans, ont 3 enfants et vivent à Lyon, tout comme Elise, notre fille, et Grégoire mariés depuis 7 ans, 3 enfants également.

Nous sommes heureux qu'ils soient assidus à la pratique religieuse et que leurs enfants soient baptisés, et nous rendons souvent grâce pour cela.

Gabriel va se marier avec Yasmine, civilement en décembre 2025 et religieusement en mai 2026.

Quant à notre fils Pierre, il a été ordonné prêtre il y a 4 ans, au sein de la Communauté Saint-Martin. Il vient de rentrer aux Equipes et pense que nous devrions tous prier pour les vocations sacerdotales pendant nos réunions d'équipe ! Pour accueillir cette vocation annoncée sur le chemin de Saint-Jacques de Compostelle, nous avons été grandement aidés par nos accompagnatrices spirituelles, 2 religieuses Clarisses du Rameau de Sion à 30 kilomètres du Nancy.

Nous avons été très rapidement appelés à assurer des services pour les Equipes Notre-Dame, et lorsqu'en 2012 nous avons été appelés à faire partie de l'Equipe Responsable France-Luxembourg-Suisse des Equipes Notre-Dame, c'est-à-dire à prendre soin de 20 000 équipiers et se réunir un week-end par mois, nous avons ressenti la nécessité d'un accompagnement spirituel personnel qui perdure et qui nous a permis aussi de vivre la merveilleuse complémentarité des vocations et des états de vie (vie consacrée/sacrement de mariage et célibat/vie conjugale).

Quant à notre service au sein de l'Equipe Responsable Internationale, nous sommes à la fois secrétaire et trésorier.

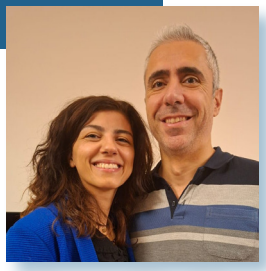
Pour des raisons légales, le trésorier ne peut être qu'une personne et non un couple. De par sa profession d'expert-comptable et de commissaire aux comptes, Christophe est le trésorier. Il est responsable des comptes et des finances de l'association Equipe Notre-Dame International et de l'Association des Amis du Père Caffarel. Pour les Equipes il est assisté d'un expert-comptable. Le trésorier établit le budget, les comptes, le rapport financier. Il met en place des procédures pour sécuriser nos actifs, les engagements de dépenses.

Il procède aux règlements et émet les appels de fonds aux Super Régions (SR) et Région Rattachées (RR), fait des relances…Il suit les budgets de solidarité envers les SR et RR, revoit les bulletins de paie des 2 salariées (une secrétaire et une employée assurant quelques heures pour le ménage des locaux) et règle leur salaire. Le trésorier a en charge le secrétariat juridique et il s'assure que nos disponibilités bancaires sont placées sans risque avec une petite rémunération.

Le rôle de secrétaire peut plus facilement être partagé et Catherine y contribue largement pour les statistiques, l'organisation des réunions de l'ERI ou du Collège et leur compte-rendu, toute la logistique. Nous sommes en relation étroite avec la secrétaire salariée, une équipière, Cécile. Cécile met beaucoup de cœur à l'ouvrage et son travail est très apprécié. Nous sommes constamment en relation avec elle, Christophe sur les sujets comptables et Catherine sur les sujets de secrétariat. En tant que couple de l'ERI, et fort de nos expériences – notamment de conseillère conjugale et familiale pour Catherine - nous avons cette année beaucoup travaillé sur le thème d'année proposé par Mercedes et Alberto « L'amour c'est bien plus que l'amour » que nous vous recommandons chaleureusement.

Vous savez tout sur nous…Nous ne sommes que d'humbles serviteurs…mais nous serions encore moins que cela sans le Seigneur qui vraiment nous accompagne tous les jours de notre vie…et nous fait nous relever et grandir de façon insoupçonnée…

Oraison



Aline et Elie Elia

Quand Dieu nous attend…

Le Père Henri Caffarel, fondateur des Équipes Notre-Dame, a beaucoup réfléchi – et surtout beaucoup prié – sur l'oraison. Toute sa vie, il fut un véritable maître de prière. Dans les années 1966-1967, il publie une série de onze Cahiers sur l'oraison sous le titre «Série Initiation ». Nous vous proposons ici une synthèse de ses enseignements principaux.

«Quand vous allez à l'oraison, ayez toujours la forte conviction d'être attendu dans la Famille trinitaire».

Votre place est prête: le Christ lui-même a dit, «Je vais vous préparer une place». L'oraison, justement c'est le ciel, du moins ce qui en est la réalité essentielle: la présence de Dieu, l'amour de Dieu, l'accueil de Dieu à son enfant. Le Seigneur nous attend toujours. Et même mieux: à peine faisons-nous quelques pas vers Lui qu'Il vient déjà à notre rencontre, comme dans la parabole du fils prodigue.

Ainsi, avant de commencer votre prière, prenez quelques instants de silence, faites lentement un signe de croix chargé de sens. Cette lenteur, ce calme, sont essentiels pour rompre le rythme précipité de nos vies affairées. Puis, invoquez humblement l'Esprit Saint, le véritable Maître de la prière.

Le Père Caffarel recommande de commencer l'oraison par une page d'Évangile, mais pas en professeur de lecture: plutôt comme une personne amoureuse qui, à travers les mots, écoute battre le cœur de son Bien-Aimé.

Penser à Dieu en méditant ce qu'Il nous dit à travers la Création, la Parole, et surtout son Fils Jésus-Christ, venu révéler l'amour infini du Père. Cette prière est appelée «oraison théologale». Puis, après ce temps de contemplation, vient ce que le Père Caffarel nomme «l'oraison pratique»: le regard de foi se tourne vers la vie quotidienne, et la charité pousse à servir Dieu dans nos tâches ordinaires.

Pratiquer couramment et persévérer dans la prière va nous faire arriver à une «oraison de simplicité».

Faire oraison, ce n'est pas une activité solitaire, mais une rencontre, un échange, un cœur à cœur avec Dieu. C'est, comme Madeleine, nous asseoir aux pieds du Christ pour écouter sa parole ou, mieux, pour l'écouter. Et cette Parole écoutée, gardée doit être mise en pratique: «Heureux celui qui met en œuvre la Parole». (Jc 1,25).

Pour apprendre à prier, il faut chercher à connaître le Christ, non pas seulement intellectuellement, mais par la foi et l'amour. Beaucoup de chrétiens se découragent de faire l'oraison parce qu'ils ne parviennent pas à aimer le Christ, et s'ils ne l'aiment pas c'est parce qu'ils négligent de le connaître — or, on n'aime pas un être qu'on ne connaît pas.

L'essentiel de la prière, nous dit le Père Caffarel, c'est la volonté: se livrer à la prière de l'Esprit Saint (Rm 8 :26), comme l'huile se livre à la flamme qui l'aspire.

Dieu veut que la prière soit implantée, inviscérée au plus profond de nous-même, à la racine de notre être, âme de notre âme, jusqu'à pouvoir dire avec saint Paul: «Ce n'est plus moi qui vis, c'est le Christ qui vit en moi».(Ga 2 :20)

Faire oraison, c'est partir en pèlerinage vers le sanctuaire intérieur pour y adorer le vrai Dieu.

Si vous voulez devenir des âmes d'oraison, entrez souvent en vous-mêmes, même pour un court instant, afin d'y adorer le Dieu qui vous attend. Ces brefs retours à la source vous renouvelleront et vous apaiseront.

Et peu à peu, cette conviction grandira en vous: si vous allez à l'oraison, c'est parce que Dieu vous appelle. En répondant à cet appel, vous trouverez la paix, la confiance et l'humilité véritables.

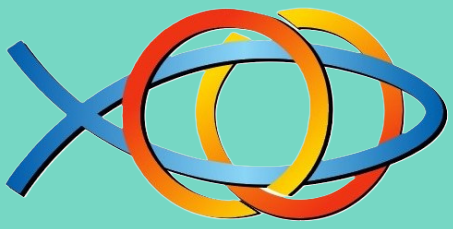
Extraits tirés des écrits du Père Caffarel

Saint Augustin

Tu es grand, Seigneur, et bien digne de louange; elle est grande ta puissance, et ta sagesse est innombrable. Te louer, voilà ce que veut un homme, parcelle quelconque de ta création, et un homme qui partout porte sur lui sa mortalité, partout porte sur lui le témoignage de son péché, et le témoignage que tu résistes aux superbes. Et pourtant, te louer, voilà ce que veut un homme, parcelle quelconque de ta création. C'est toi qui le pousses à prendre plaisir à te louer parce que tu nous as faits orientés vers toi et que notre cœur est sans repos tant qu'il ne repose pas en toi.

رسالة

فرق السيدة - منطقة لبنان



العدد ٤٤ - كانون الأوّل ٢٠٢٥

Lettre des Équipes Notre-Dame Région Liban

No 44 - Décembre 2025