إجتماعاتنا
السبت ٤:٣٠ ب.ظ. شتاءً
الجمعة ٧:٠٠ مساءً صيفًا
في صالة كنيسة سيِّدة المعونات.

تعالوا

النفس الَّتي لم تتذوَّق حلاوة السكوت الداخليّ، هي روح مضطربة تعكِّر سكوت الآخرين.
(الأخت ماريًا فوستينا كوالسكا)

نشرة شهرية تصدر عن شبيبة مار فرنسيس، زوق مكايل
السنة الخامسة ـ العدد ٤٦ ـ حزيران ـ تموز ٢٠٠٧

كلمة العدد ١
حبنا لله ٢
كنز فرنسيس ٢
حواجز ٣
لماذا نسخر؟ ٣
الإصغاء هدية ٤

الحبّ من النظرة الأولى!؟

هل تؤمنُ بالحُبِّ من النظرة الأولى؟

سؤالٌ غالبًا ما يُوجَّهُ إلينا. فهل بإمكاننا أن نُحِبَّ أحدَ الأشخاصِ انطلاقًا من نظرتِنا الأولى إليه؟ ما تستطيعُ هذه النظرةُ أن ترى فيه؟ فهي تتوقَّفُ أحيانًا عند حدودِ الظواهر دون أن تسبرَ الداخل، كأنْ يقولَ شابٌّ لفتاة: «أنا أحبُّكِ»، وهو لا يتكلَّمُ معها أو يُصغي إليها. لقد شاهدَها في الشارع أو في مَحَلٍّ تجاريٍّ أو من على شرفة. لقد أحبَّ هذا الشابُّ جمالَ هذه الفتاة، أمَّا باطنُها فلم يتعرَّف إليه على نحوٍ يُمَكِّنُه من أن يقول لها: «أحبُّكِ». فبقدر ما تتوقَّفُ النظرةُ الأولى عند حدود الظواهر، نعجزُ، ولا شكَّ، عن القول إنَّنا نُحبُّ الآخرَ فعلاً.

أحيانًا ترى النظرةُ الأولى في الآخَر أشياءَ تُحِبُّ هي أن تراها فيه. لكنْ هذا لا يعني بالضرورة أنَّ هذه الأشياءَ هي فيه فعلاً. غالبًا ما نكوِّنُ صورةً معيَّنةً عن الآخر انطلاقًا من هذه النظرة، وهذا يعني أن يكونَ كما نُريدُه نحن. وبعد ذلك نكتشفُ أنَّه مختلفٌ تمامًا عن الصورة الَّتي كوَّنَتْها عنه نظرتُنا الأولى.

هل تستطيعُ نظرتُنا الأولى أن تكتشفَ في الآخَرِ شيئًا داخليًّا حقيقيًّا؟ في إمكانِها أن تسبرَ شيئًا من حقيقته، ولكنْ لا يجوزُ أن نعتبرَ هذا الإدراكَ الأوَّلَ حُبًّا. قد يكونُ بدايةَ حُبٍّ. ولكنْ، إنْ أمْعَنَّا النظرَ في الآخر، أمْكَنَنا أن نزدادَ اكتشافًا له كما هو.

علمني
أن أصغي
إليك
يا ربّ.

لمراسلتنا:
يمكنكم مراسلتنا إمَّا خلال اجتماعاتنا وإمَّا عبر البريد الإلكترونيّ:
Jfl_zouk@hotmail.com

لمعرفة المزيد:
انظر صفحتنا الإلكترونيَّة على موقع:
www.zoukmikael.com

كلمة العدد ١
حبنا لله ٢
كنز فرنسيس ٢
حواجز ٣
لماذا نسخر؟ ٣
الإصغاء هدية ٤

لماذا نربط الحُبَّ بالنظرة؟ لماذا لا نربطُه بالإصغاء؟ لماذا لا نقولُ، مثلاً، الحبُّ من أوَّلِ إصغاء؟ ومتى يكونُ حبُّنا للآخر أكبرَ: أعندما ننظرُ إليه أم عندما نُصغي إليه؟

في الواقع، إذا أحببناه من أوَّل نظرة، نَجعلُه يستقبلُ نظرتَنا دون أن نتركَ له مجالَ التعبير عن ذاته أو إظهارِ هذه الذات كما هي، في حين أنَّنا، إنْ أصغَيْنا إليه، نستقبلُ كلامَه، وهو يُمَكِّنُه من أن يعبِّرَ عن ذاته ويُظهِرَها لنا كما هي. ونلاحظُ هنا أنَّنا أمام قدرةٍ أكبرَ على محبَّةِ الآخرِ لذاته كما هي، لا كما نتصوَّرُها نحن.

ولكن لا بدَّ من الانتباه، فالحبُّ لا يكونُ من أوَّل إصغاء، لأنَّه ينمو كالإنسانِ ومع الإنسان، وهو لا يكونُ ولا يتكوَّنُ من «ضربةٍ واحدة». ولكنْ! بالنظرِ إلى علاقتنا مع الله، مَن هو الْمُصغي في صلواتنا؟ نحن أم الله؟

أحيانًا كثيرة نفضِّلُ أن يعرفَ اللهُ ما نريدُه نحن ونحتاجُ إليه ليلبِّيَ مطالبَنا وكأنَّ إرادتَنا هي الأهمُّ من إرادته. إذًا فنحن نتكلَّمُ أكثر ممَّا نصغي. فهل نشكرُ الله في صلواتنا؟

الطفلُ يبكي لأنَّه يحتاجُ إلى الحليب، وحين تُرضعُه أمُّه يرتاحُ وينام. ونحن، ما دُمنا محتاجين إلى الله، نريدُه حاضرًا وعندما لا نعودُ محتاجين إليه لا نريدُه، وكأنَّ حاجتَنا إليه هي الَّتي تخلقُه.

ماذا يحدث لو أصغَيْنا نحن إلى الله؟ أما يعرفُ هو ما نحتاجُه نحن؟ أليس هو مَن قال: أنظروا طيورَ السماء كيف لا تزرعُ ولا تحصدُ وأبوكم السماويُّ يقوتُها؟

إنَّ كلمة الله نورٌ ممتلئٌ بذاته بألوهيَّته الْمُحبَّة الفيَّاضة، وليس المصغي إلى الله هو مَن يجعلُ هذه الكلمةَ تزدادُ امتلاءً، بل كلمةُ الله هي الَّتي تَملأُ قلبَ المصغي، لأنَّ كلامَهُ زرعٌ غيرُ فاسد، حيٌّ ومُحْيٍ، ومتى دخلَتْ كلمتُه من خلال إصغائنا فإنَّها تُحيينا من الداخلِ وتَخلقُ فينا نبعَ حياةٍ جديدًا.

تغيَّر فرنسيس روحيًا، إنما لم يدع شيئًا من ذلك التبدل يتسرب إلى العالم الخارجي. ... وانعزل بعض الشيء عن ضجّة العالم وعن التجارة، محاولاً الاحتفاظ بيسوع المسيح في قرارة قلبه. وكما يفعل التاجر الفطن، أخفى عن أنظار المشككين اللؤلؤة التي وجدها، وعمل سرًا على بيع كل ما يملك ليشتريها.
فلنُصغ إلي الله، فنحبَّه بقلب نقي، ونلتقيَه في مجده السماوي.

لمعرفة المزيد:
انظر صفحتنا الإلكترونيَّة على موقع:

www.zoukmikael.com

أنا أعرف أنّ المرء عندما يحاول أن يتكهّن بما في داخلي، لا بدّ وأن يخطئ، كما أنني أفشل بدوري إذا ما حاولت قراءة أفكاره أو إطلاق التخمينات حول المشاعر التي تجول في نفسه.

الله محبة. ونحن إن أحببنا بعضنا بعضًا، وأصغينا بعضنا لبعض، أقام الله فينا وكملت فينا محبته. أخي المؤمن، باشر أن تحب، تصبح كاملاً ويسكن الله فيك. إقبل من بدأ يسكن فيك لتصبح كاملاً بسكناه الكاملة فيك. ومحبة الله تكمل بقبول الآخر والإصغاء إليه، ومساعدة من هو بحاجة إلى مساعدتنا.

حواجز تعيق التواصل والإصغاء

كلُّنا يلجأ إلى ما يعرقلُ الإصغاءَ إلى الآخر، فأقيمُ حواجزَ بيني وبينه. وعندما ترتفعُ تلك الحواجزُ يتعذَّرُ عليه أن يتفهَّمَني، كما يصبح من الصعبِ أن أفيد أنا ممَّا يستطيعُ هو أن يقدِّمَه لي. الحواجزُ تخرِّبُ عمليَّةَ التواصل، وتعرقلُ قيامَ شراكةٍ بين الآخر وبيني فتتعثَّرُ عمليَّةُ نُمُوِّ كلٍّ منَّا.

ووراء سلوكي هذا أسبابٌ متعدِّدة، كانشغالي بأموري الخاصَّة أو خشيتي من أن أدخلَ في عالَمكَ الخاصّ فتؤلمني أوجاعُك... الإصغاءُ الحقيقيُّ لا بدَّ وأن تَشُوبَهُ دومًا بعضُ المخاطر. ومن الأسبابِ اللاواعية للهروب من الإصغاء هي الخوفُ من الدخول في عالم الخصوصيَّاتِ الحميم. إنَّ قلبَنا يَميلُ إلى العلاقاتِ الحميمةِ ولكنَّنا نَخشى ما قد يترتَّبُ عليها من نتائج.

فإذا سمحتُ لشخصٍ آخر بالاقترابِ من «الأنا» الحقيقيّ، قد يؤولُ ذلك بي إلى رفع بعض أقنعتي، وأنا لست على يقينٍ من أنَّني على استعداد لأن أقومَ بمثل هذه المغامرة.

أنا أتجنَّبُ الإصغاءَ أحيانًا لأنَّ الصبرَ ينقصُني: أريدُ أن أجدَ حلولاً للمشاكل المطروحة. والحقيقةُ أنَّ ترداد الأحاديث الطويلة الَّتي تعربُ عن المشاعر يُضجِرُني. وقد أجدُ أسبابًا أخرى عديدةً لأعلِّلَ عدمَ الإصغاء.

إذا أردتُ إزالة الحواجز عليَّ أن أتذكَّرَ أنَّ كلَّ إنسانٍ هو هبةٌ خاصَّةٌ وأنَّ التواصلَ هو السبيلُ إلى تقديم الهبة واستقبالها. وعندما أتجنَّبُ الإصغاءَ أَحُولُ دون الالتقاء بالآخر، وهذا يعني أنَّني أرفضُ هديَّةً تُقدَّمُ إليَّ معلَّبةً، أنا أجهلُ ما أرفض. وكأنَّني أقولُ للآخر: «لا تُزعجْني بِهديَّتِكَ فأنا لا أريدُ أن أتسلَّمَها».

أوَليس من الأفضل أن أشكُرَهُ؟

وعا يسرع الأطفال. الأنهم يحسنون الإصغاء إليه أكثر منّا؟

تجتمع زهيرات مار فرنسيس كلّ سبت من الساعة ١:٤٥ إلى ٢:٤٥ ب.ظ. في صالة كنيسة سيدة المعونات، زوق مكايل.

فتاة شابة مميزة بجمالها، ما برحت تشعر بأنها قبيحة المنظر لأنها في صغرها كانت محطّ سخرية رفاقها بسبب زيادة في وزنها. فهي ما زالت في ذهنها تنظر إلى نفسها وكأنها باقية على ما كانت عليه.. إنه لمن الصعب أن يتحرر المرء من ماضيه ليتعامل مع نفسه من منطلق واقعه الجديد.

كثيرًا ما يبقى صغير العائلة صغيرًا في عين أمّه، حتى في سن متقدمة. وكذلك الإخوة الكبار في العائلة، غالبًا ما يتابعون التعامل مع صغار العائلة وكأنهم باقون أبدًا على صغرهم. نحن غالبًا ما نكوّن فكرة عن الأشخاص في سنٍ مبكرة فنعطي لكل منهم رقمًا ونروح نصنفهم بشكل نهائي، وكأنّ أحدهم لن يتغير أبدًا.
فهل هذا ينفعهم؟

كان القديس شربل مثال البساطة في أعماله. وكان في حديثه الروحي فطنًا، ومرشدًا حكيمًا.
كان يقول: « يا ابني، الكلمة التي تسبب خطيئة لا تقلها. فإذا كانت خيرًا فقلها، وإلا فلا».

الإصغاء هدية

عندما أُصغي بصدقٍ واهتمام، ويبوحُ الآخرُ لي بحقيقةٍ ما من ذاته، قد لا أفهمُ من تلك الحقيقة إلاّ القليل. ولكنْ إذا ما تابعتُ الإصغاءَ واستَمَرَّ هو في البوح، تروحُ القطع تتركَّزُ شيئًا فشيئًا في أماكنها فتصبحُ الصورةُ شيئًا فشيئًا أوضحَ وأكمل. طبعًا نحن لن نتمكّنَ يومًا من الولوجِ إلى سرِّ إنسانٍ آخر لنفهَمَه فهمًا كاملاً، وإنّنا في الحقيقة لعاجزون حتّى عن فهمِ أنفسنا على كاملِ حقيقتِها. ولكنْ إذا ما أحَسَّ الإنسانُ في أعماقِ نفسه بأنَّ شخصًا آخرَ قامَ بجهدٍ خاصٍّ ليَفهمَه ويَقبلَهُ، فلا بُدَّ وأن يُحدثَ ذلك الجهدُ تغييرًا عميقًا في شخصيَّته، إنَّها في الحقيقة لَهديَّةٌ ثَمينةٌ جدًّا.

يا مار شربل، إحمِ لبنان

أيُّها القدِّيس شربل اللبنانيّ، يا مَن كنتَ في حياتكَ على الأرض مثالَ الإنسانِ المتَّحد بالله والْمُحبّ، العامل بوصيَّته المقدَّسة، لقد سَمَوْتَ بالطاعة والبساطة وتَرْكِ العالم وما فيه من أبٍ وأُمٍّ لتربحَ المسيح. نسألُكَ أن تُبْقِيَ عينَيْكَ على لبنان، الّذي طالما صلَّيتَ له وأنتَ في عنَّايا، وما زلتَ تصلّي الآن من السماء. ساعدْنا على أن نكونَ قدوةً للعالمِ بالقداسة فننشرَ عطرَ المسيحِ في المسكونة، ويتعطَّرَ لبنانُ بالسلام، آمين.

مراجع النشرة

- اسكندر، أ. حنّا: القدّيس شربل ... كما شهد معاصروه، منجز، عكّار: بيت الرياضات الروحيَّة، دير سيِّدة القلعة، ٢٠٠٦.
- أغوسطينوس: شرح رسالة القدّيس يوحنّا الأولى للقدّيس أغوسطينوس، تعريب الخوري يوحنّا الحلو، بيروت: دار المشرق، ط٤، ٢٠٠١.
- باول، أ. جان اليسوعيّ ولوريتا بُرادي: فنّ التواصل، أنت أنا والذات الحقيقيّة، بيروت: دار المشرق، ط٢، ٢٠٠٣.
- حدّاد، أ. طوني الكُبُّوشيّ: المسيحة مع القدّيس فرنسيس الأسّيزيّ، لبنان: منشورات الإخوة الأصاغر الكبُّوشيِّين، ٢٠٠٦.
- فان در لوحت اليسوعيّ، أ. فرنسوا: الإصغاء والحبّ، بيروت: دار المشرق، ط٣، ٢٠٠٢.

http://www.zoukmikael.com/churchesall.php

صلاة:

أيها الربّ يسوع، الضياء الحي، الذي قلبَ ظلمتنا نورًا أبديًا، أهلنا، ببركات يوم الأحد المجيد، أن نسبحك مع جميع الذين أبصروا نور قيامتك الباهرة، ونسجد لك ونشكرك أنت وأباك وروحكَ الحي القدوس، الآن وإلى الأبد.

اللیتورجیة المارونیة زمن العنصرة.

صلاة فرنسيس أمام المصلوب:

أيها الإله السامي المجيد، أنر ظلمات قلبي، أعطني إيمانًا مستقيمًا، ورجاءً ثابتًا، ومحبة كاملة، وإحساسًا وإدراكًا، يا رب، كي أتمم وصيتك المقدسة والحقة. آمين.