His Eminence Metropolitan SABA,
Archbishop of
New York and Metropolitan
of all North America

His Grace Bishop ALEXANDER,
Auxiliary Bishop of the Diocese of Ottawa, Eastern Canada and Upstate New York

Rt. Rev. Archimandrite
Seraphim Daoud (Pastor)

V. Rev. Elias Ferzli,
Pastor

V. Rev. Michel Fawaz
Pastor Emeritus

Deacon Nicolas Naous
(Attached)

Parish Council
Charles Choucair (Chair)
Nicolas Badran (Vice Chair)
Elie Hallak (Treasurer)
Bassil Farraj (Secretary)
Albert Hanna
Elias Chammas
Fares Abou Haidar
Olympia Siderides
Georges Jabbour
Antonios El Ainaty
Maya El Habr
Elias Chahine

Antiochian Women:
Maya El Habr (president)

Choir:
Antoine Faddoul (Director)

Sunday School:
Suzanne Naous (Director)

Teen Soyo:
Maria Hayek (President)
Ghada Hage + Elias Chahine (Advisors)

Young Adult Ministry:
Bernard Helou (Chair)

Antiochian Orthodox Christian Archdiocese
Of North America
Diocese of Ottawa, Eastern Canada and Upstate New York

St. Mary's Antiochian Orthodox Church
Église Orthodoxe d'Antioche de la Vierge Marie
كنيسة السيدة العذراء مريم الإنطاكية الأرثوذكسية

Pastor: ***Archpriest Elias Ferzli***
10841 Rue Grande Allée, Montréal, QC, H3L 2M8
Tél: 514 858 7004, Email: alsayde@alsayde.org, www.alsayde.org

22 Février 2026

Dimanche de l'Exil d'Adam ; du Pardon de la tyrophagie ou du dernier jour des laitages.

أحد الغفران (مرفع الجبن).

Calendrier Hebdomadaire

Samedi:	**17:30**	**Vêpres**
Dimanche:	**9:45**	**Matines**
	11:00	**Divine Liturgie**

الإيوثينا الرابع	اللحن الرابع
Ton 4	**L'Évangile des matines 4**

رسالة أسبوعية تأملات في إنجيل اليوم

القدرة على التعاطي مع الواقع تتحكّم فيها عوامل كثيرة، إلّا أنّ الأهمّ بينها على الإطلاق يبقى إيماننا المعاش. في هذا السياق تبقى دعوة المسيح إلينا: «اطلبوا أوّلًا ملكوت الله وبرّه، وهذه كلّها تُزاد لكم» (متّى ٦: ٣٣)، المنارة التي تنير سبيل التعاطي الصحيح مع الواقع.

يساعدنا إنجيل أحد الغفران على تصويب البوصلة في هذا الاتّجاه، عبر كشفه جوهر الحياة المسيحيّة في أبعادها الثلاثة: في علاقتنا مع ذواتنا، في علاقتنا مع أترابنا وفي علاقتنا مع الله، ويشرح لنا كيفيّة تطبيق قول السيّد المُشار إليه أعلاه.

يتلخّص محور إيماننا بالمحبّة. هذا هو الوجه الأنصع على الإطلاق في رسالة المسيح وتعليمه وشهادته ودعوته إلينا لعيشه. فسرّ الخلاص الذي أتانا به بتجسّده وموته وقيامته إنّما هو تعبير عن عمل الله على مصالحة الإنسان معه ومع أخيه الإنسان. بذلك يمكنه أن يعيش بسلام ووئام مع أقرانه.

تفترض المصالحة العمل باتّجاهَين: من جهة، منح المسامحة والغفران على مساوئ ومظالم وشرور ارتُكبت بحقّنا، ومن جهة أخرى، طلبها ممّن ارتكبناها بحقّهم. هذا صعب ولربّما مستحيل لولا خبرتنا مع الله نفسه الذي يجدّد نفوسنا كلّما طلبنا إليه أن يسامحنا، ويعطينا الفرصة تلو الأخرى لإصلاح الذات والرُبط التي تجمعنا بغيرنا. لا بدّ لنا إذًا من أن نأخذ بالاعتبار هذه المعادلة الروحيّة الأساسيّة: «إن غفرتم للناس زلّاتهم يغفر لكم أيضًا أبوكم السماويّ. وإن لم تغفروا للناس زلّاتهم لا يغفر لكم أبوكم أيضًا زلّاتكم» لـمّا كانت المحبّة المجّانيّة هي جوهر إيماننا، كان لا بدّ من أن نضع تحت المجهر ما يعتمل نفوسنا من اعتبارات في عيشها والوصول إلى نقاوتها. هذا يعني السهر على أفكارنا الداخليّة خصوصًا إذا كنّا نجاهد من أجل تنقية المحبّة من شوائبها فينا. تعلّمنا الكنيسة أنّ أداة تشذيب المحبّة تكون عبر الصوم الذي يعرّي اهتماماتنا الأنانيّة والاستهلاكيّة، وما يرافقها من روح الامتلاك والسيطرة من جهة، وروح اللامبالاة والاستهتار بقريبنا، من جهة أخرى. هذا يعني أن نعيش بُعد التنقية الشخصيّة أمام الله وليس أمام عيون الناس. هكذا ندرك الحكمة الكامنة في قول الربّ: «لا تظهر للناس صائمًا بل لأبيك الذي في الخفاء. فأبوك الذي يرى في الخفاء يجازيك علانية» (متّى ٦: ١٨).

تأسيس رُبطنا على المحبّة الغافرة وبناء حياتنا الداخليّة على تنقيتها من المجد الباطل والأنانيّة، لا ينعزلان عن الهدف الذي نبتغيه من حياتنا الحاضرة، وكيفيّة فهمنا عطيّة الحياة نفسها. فهل مسعانا بشأن ذواتنا ورُبطنا ينطلق من ثقتنا بالله، ويتغذّى من نعمته ويستنير بحكمته ويعتمد على محبّته؟ وهل يشكّل لنا الله نفسه أبلغ عطيّة وأثمن هدف نضعه لحياتنا، بحيث نأخذ إرادته وكلمته على محمل الجدّ؟ وهل نؤمن بأنّ عطيّته لنا تستحقّ منّا الانتباه الواجب حتّى لا ننحرف عن الهدف، أو نستبدل بها ما هو عابر وزائل، حتّى لا نقول، بما هو مضرّ ومؤذٍ؟ من هنا يستضيء دربنا بتوجيه يسوع أبصارنا: «لا تكنزوا لكم كنوزًا على الأرض... بل اكنزوا لكم كنوزًا في السماء... لأنّه حيث يكون كنزك هناك يكون قلبك أيضًا» (متّى ٦: ١٩-٢١).

بات طريق الصوم الكبير مؤسّسًا بشكل صحيح على كيفيّة تحقيق أن «اطلبوا أوّلًا ملكوت الله وبرّه». معنا البوصلة التي تشير إلى معالم الطريق الذي نجتازه يومًا بعد يوم، من امتحان إلى آخر، لنبلغ إلى كنزنا في السماء. ولدينا الطعام- المحبّة- الذي يغذّي النفس وينير عليها ثناياها. وهاكم الدواء- الصوم- الذي يشفي اعتلالنا في الأهداف التي نضعها وفي الرُبط التي نبنيها وفي تطلّعاتنا الداخليّة التي تتحكّم في تصرّفاتنا. عسانا نتعاضد من أجل أن تثبت المصالحة بيننا، وأن تنمو عيننا الداخليّة في الشؤون الروحيّة، بحيث نشكر الله على زمن الحياة الحاضر بينما يهيّئ لنا عبره زمنًا أبديًّا يكلّل جهادنا.

Tropaire de la Résurrection –Ton 4

Les femmes disciples du Seigneur reçurent de l'ange la proclamation lumineuse de la Résurrection ; elles rejetèrent la condamnation ancestrale et tout en joie elles dirent aux apôtres : La mort est dépouillée, le Christ Dieu est ressuscité en accordant au monde la grande miséricorde

طروبارية القيامة باللحن الرابع

إنَّ تِلْميذاتِ الرَّبّ تَعَلَّمْنَ مِنَ المَلاكِ الكَرْزَ بالقيامَةِ البَهِج، وطَرَحْنَ القَضاءَ الجَدِّيَّ، وخاطَبْنَ الرُّسُلَ مُفْتَخِراتٍ وقائِلات: سُبِيَ المَوْتُ وقامَ المَسيحُ الإله، ومَنَحَ العالَمَ الرَّحْمَةَ العُظْمى

Tropaire de la Nativité de la mère de Dieu - ton 4

Ta nativité, Vierge Mère de Dieu, a annoncé la joie au monde entier, car de toi s'est levé le Soleil de justice, le Christ notre Dieu; Il a détruit la malédiction et donné la bénédiction, Il a aboli la mort et nous a donné la vie éternelle

لميلاد العذراء – باللحن الرابع:

ميلادك يا والدة الإله، بشّر بالفرح كل المسكونة، لأنه منكِ أشرق شمس العدل المسيح إلهنا، فحلَّ اللعنة ووهب البركة، وأبطل الموت ومنحنا الحياة الأبدية.

Kondakion, ton 6

Guide de la sagesse et Donateur de l'intelligence, Tu instruis les insensés et défends les pauvres ; Maître, affermis et rends sage mon cœur ; Parole du Père, accorde-moi la parole ; car je n'empêcherai pas mes lèvres de te clamer : Miséricordieux, aie pitié de moi qui suis déchu.

قنداق لأحَدِ الغُفرانِ باللحنِ السادِس

أيُّها الهادي إلى الحِكْمَةِ، ورازِقُ الفَهْمَ والفِطْنَة، ومؤدِّبُ الجُهّالِ، وعاضِدُ المَساكين، شَدِّدْ وفَهِّمْ قَلْبي أيُّها السَّيِّدُ، وأعْطِني كَلِمَةً يا كَلِمَةَ الآبِ، لأنَّني هاأنَذا لا أمْنَعُ شَفَتَيَّ مِنَ الصُّراخِ إليكَ: يا رَحومُ، ارْحَمْني أنا الواقِع.

THE EPISTLE

O Lord, how magnified are Thy works.
In wisdom hast Thou made them all. Bless the Lord, O my soul.

The Reading from the Epistle of St. Paul to the Romans.

(13:11-14:4)

Brethren, now is our salvation nearer than when we believed. The night is far spent, the day is at hand. Let us therefore cast off the works of darkness, and let us put on the armor of light. Let us walk becomingly, as in the day, not in reveling and drunkenness, not in chambering and licentiousness, not in strife and jealousy. But put on the Lord Jesus Christ, and make no provision for the flesh to fulfill its lusts. But as for the one who is weak in faith, receive him, but not for disputes over opinions. For one believes he may eat anything; but the weak person eats herbs. Let not him who eats despise him who does not eat, and let not him who does not eat judge him who eats; for God has received him. Who are you to be the judge over the servant of a stranger? To his own master he either stands or falls; but he will be made to stand; for God is able to make him stand.

GOSPEL

The reading from the Holy Gospel according to St. Matthew.

(6:14-21)

The Lord said to His Disciples: If you forgive men their trespasses, your heavenly Father also will forgive you; but if you do not forgive men their trespasses, neither will your Father forgive your trespasses. And when you fast, do not look dismal, like the hypocrites, for they disfigure their faces that their fasting may be seen by men. Truly, I say to you, they have received their reward. But when you fast, anoint your head and wash your face, that your fasting may not be seen by men but by your Father Who is in secret; and your Father Who sees in secret will reward you. Do not lay up for yourselves treasures on earth, where moth and rust consume and where thieves break in and steal, but lay up for yourselves treasures in heaven, where neither moth nor rust consumes and where thieves do not break in and steal. For where your treasure is, there will your heart be also.

الرسالة

ما أَعْظَمَ أَعْمالَكَ يارَبُّ، كُلَّها بِحِكْمَةٍ صَنَعْتَ. بارِكِي يا نَفْسي الرَّبّ.

فَصْلٌ مِنْ رِسالَةِ القِدّيسِ بولُسَ الرسولِ إلى أَهْلِ رومِيَة. (11:13-4:14)

يا إِخْوَةُ، إِنَّ خَلاصَنا الآنَ أَقْرَبُ مِمَّا كانَ حينَ آمَنَّا. قَدْ تَناهَى اللَّيلُ واقْتَرَبَ النَّهارُ، فَلْنَدَعْ عَنَّا أَعْمالَ الظُّلْمَةِ ونَلْبَسْ أَسْلِحَةَ النُّوْرِ. لِنَسْلُكَنَّ سُلُوكاً لائِقاً كَما في النَّهارِ، لا بالقُصُوفِ والسُّكْرِ، ولا بالمَضاجِعِ والعَهَرِ، ولا بالخِصامِ والحَسَدِ، بَلِ الْبَسُوا الرَّبَّ يَسوعَ المسيحَ ولا تَهْتَمُّوا بِأَجْسادِكُمْ لِقَضاءِ شَهَواتِها. مَنْ كانَ ضَعِيفاً في الإيمانِ فاتَّخِذوهُ بِغَيْرِ مُباحَثَةٍ في الآراءِ. مِنَ الناسِ مَنْ يَعْتَقِدُ أَنَّ لهُ أَنْ يَأْكُلَ كُلَّ شَيْءٍ، أَمَّا الضَّعِيفُ فيَأْكُلُ بُقُولاً. فَلا يَزْدَرِ الذي يأْكُلُ مَنْ لا يَأْكُلُ ولا يَدِنْ الذي لا يَأْكُلُ مَنْ يَأْكُلُ، فإِنَّ اللهَ قَدِ اتَّخَذَهُ. مَنْ أَنتَ يا مَنْ تَدِينُ عَبْداً أَجنَبِياً؟ إِنَّهُ لِمَوْلاهُ يَثْبُتُ أَوْ يَسْقُطُ. لكِنَّهُ سَيَثْبُتُ لأَنَّ اللهَ قادِرٌ على أَنْ يُثَبِّتَهُ.

الإنجيل

فصل شَريفٌ مِنْ بِشارَةِ القِدّيسِ متى الإنْجيلِيِّ البَشيرِ والتلْميذِ الطاهِر. (6:14-21)

قالَ الرَّبُّ: إِنْ غَفَرتُمْ لِلناسِ زَلّاتِهِمْ، يَغْفِرُ لَكُمْ أَبوكُمُ السَّماويُّ أَيضاً. وإِنْ لَمْ تَغْفِروا لِلْناسِ زَلّاتِهِمْ، فأَبوكُمْ أيضاً لا يَغْفِرُ لَكُمْ زلّاتِكُم. ومَتى صُمْتُمْ، فَلا تَكونُوا مُعَبِّسِينَ كالمُرائين. فإِنَّهُمْ يُنَكِّرُونَ وجُوهَهُمْ لِيَظْهَرُوا لِلْناسِ صائِمِينَ. الحَقَّ أقولُ لَكُمْ، إِنَّهُمْ قَدْ أَخَذوا أَجْرَهُمْ. أمّا أنتَ فإِذا صُمْتَ، فَادْهَنْ رَأسَكَ واغْسِلْ وَجهَكَ لِئَلاَّ تَظْهَرَ لِلْناسِ صائِماً، بَلْ لِأَبيكَ الذي في الخِفْيَةِ، وأَبوكَ الذي يَرَى في الخِفْيَةِ يُجازيكَ عَلانِيَةً. لا تَكْنِزُوا لكُمْ كُنُوزاً على الأرضِ، حَيْثُ يُفْسِدُ السُّوسُ والآكِلَةُ ويَنْقِبُ السَّارِقُونَ ويَسْرِقُونَ. لَكِنِ اكْنِزُوا لكُمْ كُنوزاً في السَّماءِ حَيْثُ لا يُفْسِدُ سوسٌ ولا آكِلةٌ ولا يَنْقُبُ السَّارِقُونَ ولا يَسْرِقُونَ. لأَنَّهُ حَيْثُ تَكُونُ كُنوزُكُمْ، هُناكَ تَكُونُ قُلُوبُكُم.

EPITRE

Lecture de l'épître du saint apôtre Paul aux Romains (XIII, 11-XIV,4)

Frères, le salut est désormais plus près de nous qu'au temps où nous avons cru. La nuit s'avance, le jour est proche. Laissons là les œuvres de ténèbres et revêtons les armes de lumière. Comme en plein jour, conduisons-nous avec dignité : point de ripailles ni d'orgies, pas de luxure ni de débauche, pas de querelles ni de jalousies. Mais revêtez-vous du Seigneur Jésus Christ, et ne vous souciez pas de la chair pour en satisfaire les convoitises. Envers celui qui est faible dans la foi, soyez accueillants, sans vouloir discuter des opinions. Tel croit pouvoir manger de tout, tel autre n'a pas cette force et poursuit sa diète de végétarien. Que celui qui mange de tout ne méprise pas l'abstinent, et que l'abstinent ne juge pas celui qui mange de tout, puisque Dieu l'a reçu. Toi, qui es-tu pour juger le serviteur d'autrui? Qu'il demeure ferme ou qu'il tombe, cela ne regarde que son maître. D'ailleurs il restera ferme, car le Seigneur a le pouvoir de le soutenir.

L'EVANGILE

Lecture de l'Évangile selon saint Matthieu (Mt VI,14-21)

En ce temps-là, le Seigneur dit: « Si vous pardonnez leurs fautes aux hommes, votre Père céleste vous pardonnera à vous aussi ; mais si vous ne pardonnez pas aux hommes votre Père non plus ne vous pardonnera pas vos fautes. Quand vous jeûnez, ne prenez pas un air triste, comme les hypocrites, qui se prennent une mine défaite, pour montrer aux hommes qu'ils jeûnent. En vérité, je vous le dis, ils ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu jeûnes, parfume-toi la tête et lave-toi le visage, afin de ne pas montrer aux hommes que tu jeûnes, mais seulement à ton Père qui est là dans le lieu secret; et ton Père, qui voit dans le secret, te le rendra. Ne vous amassez pas de trésors sur la terre, où les vers et la rouille détruisent, et où les voleurs percent et dérobent; mais amassez-vous des trésors dans le ciel où ni les vers ni la rouille ne détruisent, et où les voleurs ne percent ni ne dérobent: car là où est ton trésor, là aussi sera ton cœur.»

THE SYNAXARION

On February 22 in the Holy Orthodox Church, we commemorate the uncovering of the Seven Martyrs' relics at Gate of Eugenios in Constantinople; and Martyr Anthusa and her twelve servants.

On this day, we make remembrance of the exile of the first-fashioned, Adam, from the Paradise of delight.

Verses

Let the world mourn bitterly along with ages past;
As, by sweet eating, it hath fallen along with those who had fallen.

It is the Sunday of Forgiveness, known also as Cheese Fare Sunday. Today's lesson from the Holy Gospel teaches us about forgiveness and fasting, and how both are crucial to our own return to Paradise. The divine Fathers also set the anniversary of the exile of Adam from the Paradise of bliss on this day, at the entrance of Great Lent, to show us by deed as well as word how great is the benefit that accrues to man from fasting and repenting; and, on the contrary, how great the harm that comes from destructive gluttony and from disobedience to the divine commandments. The sin of gluttony resulted in Adam and Eve's banishment from Paradise, because they disobeyed God by eating from the tree which He had forbidden them. The Church reminds us of this event to encourage us to return to that ancient glory and primeval happiness by means of fasting and obedience to God and His commandments.

By Thine ineffable compassion, O Christ our God, make us worthy of the delight of Paradise and have mercy on us, as Thou art alone the Lover of mankind.

Amen.

His Eminence
The Most Reverend
Metropolitan SABA

Archbishop of New York
and Metropolitan of
All North America

ANTIOCHIAN ORTHODOX CHRISTIAN ARCHDIOCESE
OF NORTH AMERICA

Prot. no.: 021/2026

Great Lent, 2026

"To give to the poor is to lend to God; He will repay you abundantly." – St. Gregory of Nyssa

TO BE READ FROM THE PULPIT AND PRINTED IN THE BULLETIN

Beloved Hierarchs, Clergy, and Faithful of our Archdiocese,

Greetings in the name of our Lord, God, and Savior Jesus Christ!

As we approach the holy season of Great Lent, we are reminded of the words of our Lord: *"For I was hungry and you gave Me food, I was thirsty and you gave Me drink…"* (Matthew 25:35). These words call us to a life of mercy and compassion, especially during this time of spiritual renewal.

For the 52nd year, our Archdiocese once again commences the Lenten **Food for Hungry People and Charitable Outreach Campaign**, a vital ministry that extends Christ's love to those in need. Through your generosity, countless families and individuals—both within our communities and throughout the world—receive nourishment, hope, and dignity.

I urge every parish and every faithful Orthodox Christian to participate wholeheartedly in this sacred effort. This year especially, your contributions will provide concentrated support to food programs and humanitarian initiatives in local parishes and communities that show the Gospel in action.

At the same time, let us not stop with simply giving a monetary donation, but let us reflect on the words of St. John Chrysostom: "Many can give money to those in need, but to personally serve the needy readily, out of love, and in a fraternal spirit, requires a truly great soul." Let us offer not only from our material abundance, but also from our hearts and our very beings to serve the poor, remembering that true fasting is inseparable from acts of charity.

Please make your donations through your local parish. As we prepare for and eagerly await the Paschal Feast on April 12, let us transform our fasting into a feast of love for our brothers and sisters who hunger and thirst each and every day of the year.

May the Lord bless your Lenten journey with strength and grace, and may your offerings become a source of light and life for those in need.

With paternal love in Christ,

†Saba

+SABA
Archbishop of New York and Metropolitan of all North America

"The disciples were first called Christians in Antioch" (Acts 11: 26)

358 Mountain Road, Englewood, NJ 07631-5238
(201) 871-1355 T Archdiocese@antiochian.org (201) 871-7954 F

برحمة الله تعالى

يوحنا العاشر

بطريرك أنطاكية وسائر المشرق للروم الأرثوذكس

إلى

إخوتي رعاة الكنيسة الأنطاكية المقدسة،

وأبنائي وبناتي حيثما حلوا في أرجاء هذا الكرسي الرسولي:

أيها الإخوة والأبناء الروحيون الأعزاء،

على أعتاب الأربعينية المقدسة، تقف بنا الكنيسة وتدعونا عبر آحاد تهيئتها للصوم أن نكون خدراً لذاك الختن السماوي، المسيح الإله. على أعتاب هذه الأربعينية تقف بنا الكنيسة وتضعُ نصب أعيننا أن الله يريدنا خدراً مزيناً بتواضع العشار وبتوبة الابن الضال وبافتقاد أخينا في الإنسانية وبالشوق إلى الفردوس المفقود كبرياءً وغطرسةً.

مع آحاد التهيئة للصوم تقود الكنيسة خطانا وتدعونا أن ننبذ كبرياء الفريسي ونتمثل تواضع عشارِ المثل الإنجيلي. تدعونا أن نطرق باب حنان الله بخفر العشار وبإقراره بخطيئته لا بعنجهية الفريسي المتكبر على الله ذاته.

وبهذا المنحى أيضاً، تقودنا لنتأمل مثل الابن الضال الذي ابتعد عن الله وعاش في الخطيئة. لكن مرارة الخطيئة أعادت إلى نفسه حلاوة العيش في منزل الأب السماوي. فما كان من أبيه إلا أن فتح له أحضان الرأفة.

ومن هذين المثلين الإنجيليين، تنطلق بنا لتُسمعنا صوت الديّان اليومَ وفي هذا الأحد؛ "جعت فأطعمتموني. عطشت فسقيتموني. كنت غريباً فآويتموني. عرياناً فكسوتموني. مريضاً فزرتموني. محبوساً فأتيتم إلي." وكأنها تقول لنا إن الله يريد رحمةً قبل سائر الطقوس.

ومن هذه الآحاد، تطل علينا في الأحد الأخير لتناجي الفردوس المفقود من آدم، المفقود من كل منا وكأنها تريد أن تقول: عد أيها الإنسان إلى فردوس نفسك الذي تجده أولاً وأخيراً

في حلاوة المسيح وفي سلام المسيح. اجعل من نفسك عروساً لذاك الختن السماوي الذي يأبى السكنى إلا في النفوس التي يتسيدها التواضع وتستوطنها التوبة وتنجلي فيها الرحمةُ أفعالاً لا أقوالاً .

مع بدء الصوم الكبير، نصلي إلى المسيح ونحني له ركبة النفس والجسد ونفتح له أبواب النفس ونناجيه قائلين: هلم أيها الختن السماوي وكن معنا في سفينة عمرنا التي يكدها موج اضطراب هذا العالم. كن معنا يا رب وثبت شراع نفوسنا فلا تقتلعه ريح هذا العالم المتخبط بزيف جبروته. كن معنا يا الله وهب السلام لنا ولعالمك وسكن بجبروت صمتك زيف ضجيج هذا العالم المتخبط في أنانياته وأهوائه. كن معنا وهب السلام لنفوسنا ولديارنا ولبلداننا.

وامسح بزيت تعزيتك الإلهية كل من هم في ضيقٍ أو شدةٍ أو مرض. بارك وتعهد أطفالنا وعائلاتنا وارحمنا وارحم عالمك وضم إلى رحمانيتك نفوس من سبقونا إلى ملقى نورك القدوس، أنت المبارك والممجد أبد الدهور. آمين.

دمشق، ١٥ شباط ٢٠٢٦.

-

His Eminence
The Most Reverend
Metropolitan SABA

Archbishop of New York
and Metropolitan of
All North America

ANTIOCHIAN ORTHODOX CHRISTIAN ARCHDIOCESE
OF NORTH AMERICA

Prot. no.: 073/2026

الصوم الكبير 2026

الأحبّة في أبرشية أميركا الشمالية الأنطاكية الأرثوذكسية،

نستقبل، بنعمة الله، زمن الصوم المقدّس، هذا الزمن المبارك الذي رتّبته لنا الكنيسة فرصةً للتجديد، والتوبة، والعودة الصادقة إلى أعماق القلب، حيث نلتقي بربّنا في جوّ من الصفاء والهدوء، مما يساعدنا في إعادة ترتيب أولوياتنا وما يلائم سعينا إلى الحياة الحقة التي في المسيح. إنه زمن لنتذكّر:

- أنّ الصوم، كما تسلّمناه من تقليد الكنيسة الحيّ، ليس غاية بحدّ ذاته، ولا هو مجرّد امتناع عن أطعمة معيّنة، بل هو مسيرة روحيّة متكاملة، تهدف إلى تحرير الإنسان الداخلي، وإعادة ترتيب علاقتنا بالله، وبذواتنا، وبالآخرين.

- أنّنا نصوم لا لإذلال الجسد أو تعذيبه، بل لكي يصير الجسد مطواعاً للروح. نصوم لأنّنا نحن المحتاجون إلى الصوم، إذ به ننمو روحياً وإنسانياً، وبه تُشفى أعماقنا، وتتّسع قلوبنا لنعمة الله. فالله لا يحتاج إلى صومنا، لكنّه يفرح بعودتنا إليه بقلبٍ متواضع.

- أنّنا خُلقنا للملكوت السماوي، والصوم يساعدنا على إيقاظ هذا الشوق العميق في داخلنا، ويُنقّي بصيرتنا الروحيّة لننظر إلى حياتنا على ضوء الأبديّة. ومن هنا، تدعونا الكنيسة إلى عيش الصوم في إطارها الجماعي، لا كاجتهاد فردي أو خيار انتقائي، بل كخبرة عاشتها جماعة المؤمنين عبر الأجيال، وسلكها القدّيسون طريقاً إلى الحرّية الحقيقيّة.

- أنّ التزامنا بإرشادات الكنيسة الصيامية ليس شكلياً، بل هو دعوة للانتقال من ضبط المائدة إلى تهذيب القلب، ومن الامتناع الخارجي إلى التطهير الداخلي. فالصوم الحق يقودنا إلى عمق ذواتنا، حيث نواجه ضعفنا، ونعترف بخطايانا، ونفتح قلوبنا لعمل النعمة.

- أنّ الصوم يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالصلاة وعمل الرحمة. فلا صوم بلا صلاة، ولا صوم بلا محبّة. بالصلاة نرفع قلوبنا إلى الله، وبالرحمة نترجم صومنا إلى فعل محبّة حيّ، خاصّة تجاه الفقراء والمحتاجين. لذلك، تدعونا الكنيسة إلى أن نشارك الآخرين بما نوفّره بالصوم، فنحوّل الامتناع إلى عطاء، والجوع إلى شركة، والحرمان إلى محبّة.

- أنّ عالمنا المعاصر، بما يحمله من استهلاك مفرط وامتلاء زائف، هو بأمسّ الحاجة اليوم إلى روح الصوم، كطريق إلى الحرّية، والاتّزان، واستعادة الإنسان لسيادته على ذاته. فنحن لسنا من هذا العالم، وإن كنّا نعيش فيه، والصوم يعلّمنا أن نستخدم خيرات العالم دون أن نُستَعْبِد لها.

إنّ الصوم، أيّها الأحبّاء، هو زاد المسيرة نحو الفصح المجيد، حيث يصير سرّ الفداء واقعاً حيّاً فينا، وتتحوّل قيامة المسيح إلى قيامة داخلية تُجدّد حياتنا. فلنَعِش هذا الزمن المقدّس لا كفعلٍ سلبيّ قائم على الحرمان، بل كمسيرة إيجابيّة نحو الله، امتلاءً من حضوره، وتجديداً للروح، ونمواً في المحبّة.

أسأل الرب، باسمكم، أن يمنحنا جميعاً صوماً مقبولاً، وتوبة صادقة، وقلباً متواضعاً، لنبلغ معاً فرح القيامة.

صوماً مباركاً، وزمناً مقدّساً للجميع،

+سابا

رئيس أساقفة نيويورك ومتروبوليت أميركا الشمالية

"The disciples were first called Christians in Antioch" (Acts 11: 26)

His Eminence
The Most Reverend
Metropolitan SABA

Archbishop of New York
and Metropolitan of
All North America

ANTIOCHIAN ORTHODOX CHRISTIAN ARCHDIOCESE
OF NORTH AMERICA

Prot. no.: 073/2026

Le Grand Carême 2026

Chers bien-aimés dans l'Archidiocèse orthodoxe antiochien d'Amérique du Nord,

Par la grâce de Dieu, nous accueillons le saint temps du Grand Carême, ce temps béni que l'Église a établi pour nous comme une occasion de renouveau, de repentance et de retour sincère aux profondeurs du cœur, là où nous rencontrons notre Seigneur dans une atmosphère de sérénité et de paix intérieure. Ce temps nous aide à réordonner nos priorités et à orienter toute notre vie vers la quête de la vie véritable qui est dans le Christ. C'est un temps pour nous rappeler :

- Que le jeûne, tel que nous l'avons reçu de la Tradition vivante de l'Église, n'est pas une fin en soi, ni une simple abstention de certains aliments, mais une démarche spirituelle intégrale, destinée à libérer l'homme intérieur et à rétablir notre relation avec Dieu, avec nous-mêmes et avec les autres.

- Que nous jeûnons non pour humilier ou mortifier le corps, mais pour qu'il devienne docile à l'esprit. Nous jeûnons parce que c'est nous qui en avons besoin ; par lui, nous grandissons spirituellement et humainement, nos profondeurs sont guéries et nos cœurs s'élargissent pour accueillir la grâce de Dieu. Dieu n'a pas besoin de notre jeûne, mais Il se réjouit de notre retour à Lui avec un cœur humble.

- Que nous avons été créés pour le Royaume des cieux, et que le jeûne aide à éveiller en nous ce profond désir. Il purifie notre regard spirituel afin que nous contemplions notre vie à la lumière de l'éternité. C'est pourquoi l'Église nous appelle à vivre le jeûne dans sa dimension communautaire, non comme un effort individuel ou un choix sélectif, mais comme une expérience vécue par la communauté des fidèles à travers les générations, et parcourue par les saints comme un chemin vers la véritable liberté.

- Que notre fidélité aux prescriptions du jeûne ecclésial n'est pas une observance formelle, mais un appel à passer de la discipline de la table à l'éducation du cœur, de l'abstinence extérieure à la purification intérieure. Le véritable jeûne nous conduit au plus profond de nous-mêmes, là où nous affrontons notre faiblesse, confessons nos péchés et ouvrons nos cœurs à l'action de la grâce.

- Que le jeûne est indissociablement lié à la prière et aux œuvres de miséricorde. Il n'y a pas de jeûne sans prière, ni de jeûne sans amour. Par la prière, nous élevons nos cœurs vers Dieu ; par la miséricorde, nous traduisons notre jeûne en actes vivants d'amour, particulièrement envers les pauvres et les nécessiteux. Ainsi, l'Église nous invite à partager avec les autres ce que nous économisons par le jeûne, transformant l'abstinence en générosité, la faim en communion et la privation en amour.

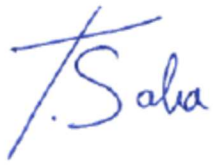
- Que notre monde contemporain, marqué par un consumérisme excessif et une plénitude illusoire, a aujourd'hui un besoin urgent de l'esprit du jeûne comme voie vers la liberté, l'équilibre et la restauration de la maîtrise de soi. Nous ne sommes pas de ce monde, bien que nous y vivions, et le jeûne nous apprend à user des biens du monde sans en devenir esclaves.

Le jeûne, chers bien-aimés, est le viatique de notre marche vers la glorieuse Pâque, où le mystère de la Rédemption devient une réalité vivante en nous, et où la Résurrection du Christ devient une résurrection intérieure qui renouvelle notre vie. Vivons donc ce temps saint non comme un acte négatif fondé sur la privation, mais comme une marche positive vers Dieu, remplis de Sa présence, renouvelés dans l'esprit et croissant dans l'amour.

Je demande au Seigneur, en votre nom, de nous accorder à tous un jeûne agréable, une repentance sincère et un cœur humble, afin que nous parvenions ensemble à la joie de la Résurrection.

Bon et saint Carême à tous, Je reste,

Votre Père en Christ,



+SABA
Archevêque de New York et Métropolite de l'Amérique du Nord

Evènements paroissiaux à venir — أحداث الرعية القادمة

التكريس

نُعلم جميع أبناء رعيتنا أن تكريس المنازل في هذه السنة سيكون ابتداءً من يوم 6 كانون الثاني، وذلك بحسب الترتيب البريدي للعناوين، على رجاء أن تكون الزيارة للصلاة والتكريس والافتقاد.

Bénédiction des maisons

Nous informons tous nos paroissiens et paroissiennes que la Bénédiction des maisons, a commencé le 6 Janvier et va continuer selon les codes postaux, espérant que la visite soit limitée uniquement à la prière et la consécration.

الصلوات اليومية في فترة الصوم الكبير

إبتداءً من 23 شباط

الإثنين	**الساعة السابعة مساءً**	**صلاة النوم الكبرى (يا رب القوات)**
الثلاثاء	**الساعة السابعة مساءً**	**صلاة النوم الكبرى (يا رب القوات)**
الأربعاء	**الساعة السابعة مساءً**	**قداس السابق تقديسه**
الخميس	**الساعة السابعة مساءً**	**صلاة النوم الكبرى (يا رب القوات)**
الجمعة	**الساعة السابعة مساءً**	**خدمة المديح الكبير**

Les offices du Grand Carême Dès le 23 Février

Lundi	**à 19:00 h**	**Les Grandes Complies**
Mardi	**à 19:00 h**	**Les Grandes Complies**
Mercredi	**à 19:00 h**	**La Liturgie des Présanctifiés**
Jeudi	**à 19:00 h**	**Les Grandes Complies**
Vendredi	**à 19:00 h**	**L'Acathiste** (Hymne de louange à la mère de Dieu).

قانون القديس أندراوس الكريتي

يقرأ قانون القديس أندراوس الكريتي في الأسبوع الاول من الصوم (الإثنين إلى الخميس) في الساعة السادسة والنصف مساءً

صلاة أحد الغفران

الأحد، في 22 شباط الساعة السادسة مساءً: **صلاة غروب أحد الغفران.**

- Dimanche le 22 février à 18h **vêpres du dimanche du pardon**.

أحد الأرثوذكسية - مدارس الأحد

تعلن مدرسة الأحد في كنيسة السيدة أن الأطفال مدعوون للإشتراك في زياح الأيقونات يوم الأحد الواقع في واحد آذار المقبل.

قداس عيد البشارة

***الثلاثاء في 24 آذار**	الساعة السابعة مساءً	صلاة الغروب + تبريك الخمس خبزات +
***الأربعاء في 25 آذار**	الساعة العاشرة صباحاً	صلاة السحر
***الأربعاء في 25 آذار**	الساعة الحادية عشرة صباحاً	القداس الإلهي.

إيصال الضريبه لعام 2025

أبناء الرعية الكرام

نلفت انتباهكم بأنه سيتم إرسال الإيصالات الضريبية الرسمية هذا العام حصريًا عبر البريد الإلكتروني قبل نهاية شهر شباط . . ولمن يرغب بالحصول عليها يرجى الاتصال بمكتب الكنيسة لتأكيد أو تحديث عنوان بريد الإلكتروني ومعلومات عن ملفه العائلي.

Reçu d'Impôt pour 2025

Cher(e)s paroissiens(nes),

Nous attirons votre attention que cette année les reçus d'impôts officiels seront envoyés exclusivement par courriel avant la fin du mois février.

Pour ceux qui souhaitent les obtenir veuillez contacter le bureau de l'église pour confirmer ou pour mettre à jour votre adresse courriel et votre dossier familial.

الخدم الليتورجية للأيام الأحاد في الصوم الكبير والفصح 2026

- **الأحد في 22 شباط** **مرفع الجبن الساعة السادسة مساء : صلاة غروب أحد الغفران**
- **الأحد في 1 أذار :** الأحد الأول من الصوم **أحد الأرثوذكسية**
- **الأحد في 8 اذار** الأحد الثاني من الصوم **(تذكار القديس غرغوريوس بالاماس)**
- **الاحد في 15 اذار** الاحد الثالث من الصوم **(السجود للصليب)**
- **الاحد في 22 اذار** ا لاحد الرابع من الصوم **(تذكار يوحنا السلمي)**
- **الاحد في 29 اذار** الاحد الخامس من الصوم **(مريم المصرية)**
- **الاحد في 5 نيسان** **أحد الشعانين**
- **الاحد في 12 نيسان** **احد الفصح**

Les Liturgies des dimanches du Grand Carême et de Pâques 2026

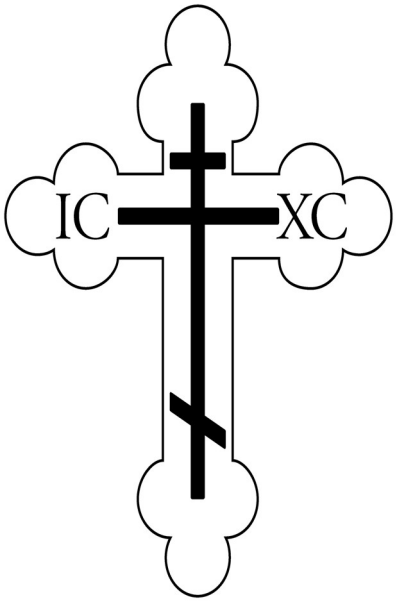
- **Dimanche le22 Février:** dernier jour des laitages
  À 18h: **vêpres du dimanche du pardon**.
- **Dimanche 1 Mars**: Premier dimanche du Grand carême
  (Le Triomphe de l'Orthodoxie)
- **Dimanche 8 Mars** Deuxième dimanche du Grand Carême
  (St Grégoire Palamas)
- **Dimanche15 Mars** Troisième dimanche du Grand Carême
  (La Grande Croix)
- **Dimanche 22 Mars** Quatrième dimanche du Grand carême
  (St Jean Climaque)
- **Dimanche 29 Mars**: Cinquième dimanche du Grand Carême
  (St- Marie Egyptienne)
- **Dimanche 5 Avril**: **Dimanche des Rameaux**
- **Dimanche 12 Avril**: **Paques, Resurrection du Christ**

SAINT MARY'S
ANTIOCHIAN ORTHODOX CHURCH
Teen SOYO

Fundraising/Levée de fonds

KAAKÉ DAY

Sunday February 22, 2026
following Liturgy



"تذكار الصديقين يكون مؤبداً"

"

جنائز

تقدَّم الذبيحة الإلهية في هذا الأحد لأجل عبيد الله:

يقام جناز الأربعين لراحة نفس عبد الله السابق رقاده عادل بشور وتقدم القرابين لراحة نفسه من قبل دعد بشور وعائلتها، بسام بشور وعائلته: تتقبل العائلة التعازي في القاعة الكبيرة كما تدعوكم لمشاركتها غداء محبة عن روح المرحوم عادل بشور.

ذكرانيات

ـ **ذكرانية لراحة** نفوس عبيد الله السابق رقادهم : فيوليت وملحم فارس وتقدم القرابين لراحة نفوسهم من قبل كارولين ورالف جبور وعائلتهما، كلوديت فارس وعائلتها، غابي فارس وعائلته.

ـ **ذكرانية لراحة** نفس امة الله السابق رقادها شفيقة الضهر وتقدم القرابين لراحة نفسها من قبل حنا عوض واولاده: جورج، داني، رانيا عوض.