ساعة سجود وتأمّل أمام القربان المقدّس

ولادة حبّة الحنطة

نصلّي في هذه السّاعة، من أجل أن يعرف كلّ أحدٍ منّا الولادة الجديدة، بالموت عن الذات والولادة بالأخوّة، فنكون حبّة الحنطة التي تقع في الأرض وتموت لتأتي بالثمار الكثيرة. آمين.

كنيسة مار نعمة اللّٰه – دير سيّدة طاميش

كنيسة مار يوسف – المطيلب

كانون الأوّل ٢٠٢٣

"ولادة حَبّة الحنطة": هي ساعة سجود وتأمّل في عظمة الرّبّ وقدرته في محبّته التي لا تعرف حدود للحب والإخلاء والتفاني حتى الموت من أجل إعطاء الحياة لكلّ الناس. ولكي تكون لنا هذاه المحبّة المثال والحافز للاقتداء بالرّبّ حتّى نصير على مثاله حبّة حنطة، تقع في الأرض وتمت لتأتي بثمار الحياة. آمين. ساعة مباركة ومقدّسة.

➢ ***نشيد الدخول:*** **وحَّدتَ يا رب**

كلمات: الليتورجيّة المارونية
ألحان: الكسليك

وحّدتَ يا ربُّ لاهوتَكَ بناسوتِنا،
وناسوتَنا بلاهوتِكَ،
حياتَكَ بموتِنا وموتَنا بحياتِك.
أخذتَ ما لنا ووهبتنا ما لكَ
لتُحيينا وتُخلِّصنا لكَ المجدُ إلى الأبد.

➢ **باسم الآب والابن والروح القدس الإلَه الواحِد، آمين.**

➢ ***صلاة البدء:***

يا ربّنا وإلهنا، جئناك اليوم ونحن نتحضّر لذكرى تجسّدك وولادتك، لكي نعرف معنى هذه الولادة المتواضعة، ونتعلّم منها، ونكتشف بأنّ ولادتك هي موت للحياة، لحياة كلّ النّاس. هي أن تكون حَبّة الحنطة التي تقع في الأرض وتموت لتأتي بالثمار الكثيرة (يو١٢/٢٤).

أهّلنا يا ربّنا لهذه الحياة التي وهبتنا، بأن نكون الأرض الطيّبة لاستقبالك، وأن نكون على مثالك، نكون أيضًا حَبّة حنطة تموت معك لتولد من جديد، فنكون شركاءك في الموت من أجل الحياة، لنا ولكلّ النّاس. آمين.

➢ ***التأمّل الأول: الرّبّ القويّ القدير الجبّار (مز٢٤/٨)!***

يا ربّنا، يقول فيك صاحب المزمور: "تغطّيتَ بالنورِ كثوبٍ، ونصبتَ السّماءَ كخيمةٍ. جعلتَ المياه سقفَ علاليكَ، وسحابَ السَماءِ مركبةً لك. سِرتَ على أجنحةِ الرّيح، وصنعتَ الرّياحَ رُسُلكَ، ولهيبَ النّيرانِ خُدّامَكَ. أسّستَ الأرضَ على قواعدها، فلا تتزعزعُ إلى الأبد" (مز١٠٤/٢-٥).

والملائكة أنشدتك: "قدّوسٌ قدّوسٌ قدّوسٌ الرّبُّ القدير. الأرضُ كُلُّها مملوءةٌ من مجده" (أش٦/٣).

والملك داريوس الوثنيّ يشهد فيك: "هو الإله الحيّ القيّومُ إلى الأبد، ومُلكُهُ لا يفسُدُ، وسلطانُهُ إلى المنُتهى" (دا٦/٢٧).

يا ربّنا، الكلّ شهد ويشهد على عظمتك، وجلالك، وبهائك، ومجدك، وسلطانك، وسيادتك، وجبروتك وقوّتك (١أخ٢٩/١١-١٢).

وها أنت تأتي إلينا حَبّةً صغيرةً، وصغيرةً جدًّا، لتتجسّد وتصير إنسانًا مثلنا!

وكأنّك تقول: أنا لا أريد هذه الألقاب وهذه الأمجاد. أنا أحبّ، والحبّ يتطلّب منّي التخلّي والنزول في الأرض، أموت لأعطي الحياة.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن نعرف بأنّ توصيفك وإعطاءك الصفات العظيمة والمجيدة لا تزيد فيك شيئًا، هي تبقى فقط لتكريمك، وتبقى الصفة الأحبّ إلى قلبك، والتي تطلب أن نعرفها: "الله محبّة" (١يو٤/٨). آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***التأمّل الثاني: موت حبّة الحنطة!***

"إن لم تقع حبّة الحنطة في الأرض وتمُت فهي تبقى وحدها، ولكن إن ماتت تأتي بثمرٍ كثير" (يو١٢/٢٤).

يا ربّنا، أعطيتنا هذا المثل، وأنت تُنبئ عن موتك وقيامتك، فشابهتَ ذاتك بحبّة الحنطة الصغيرة جدًّا، والتي تقع على الأرض وتمُت لتأتي بالثمار. هو لا يكفي وقوعها ونزولها إلى الأرض، إلى عمق الأرض، إنما يجب الموت من أجل الحياة.

وأنتَ يا إلهنا العظيم أخلَيتَ ذاتك (فل٢/٧)، حتّى أصغر الأشياء، حتى حَبّة صغيرة، ومُتَّ عن كلِّ ما كنتَ عليه من عظمة وجبروت، ورضيتَ أنت الإله الكائن منذ الأزل أن تولد من جديد، تولد إلهًا جديدًا، إلهًا يفهمه النّاس ويعرفه ويحبّه، لا لعطاءاته فقط، ولا لسلطانه، إنّما لحبّه، لتفانيه في سبيل هذا الحبّ.

أنت نزلت في التراب الذي جبلت منه الإنسان (تك٢/٧)، لتعيد نفخ الحياة فيه، فلا يعود إليه الإنسان ترابًا (تك٣/١٩) ميتًا بل حيًّا للحياة الأبدية معك.

أنت نزلت إلى تراب إنسانيتنا الميت، لتنفخ فيه روحك، نسمة حياة، ليعود الإنسان نفسًا حيَّة (تك٢/٧).

يا ربّنا، بهذا الإخلاء والموت أظهرتَ لنا حبّك، وبهذا أظهرتَ قدرتك! فمن من البشر يقدر على مثل هذا التخلّي؟ لا أحد! إلاّ مَن اتّحد بك وصرتَ تسكنه، لكي تكون هذه القدرة منك لا منه (٢قور٤/٧).

يا ربّنا، نعم، أردتَ أن تولد من جديد، بالموت، فكنتَ حبّة الحنطة التي تقع في الأرض وتمُت، فأتت بالثمار الكثير.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا ونحن في زمن الميلاد، أن نعرف عظمة محبّتك لنا في تجسّدك الذي هو موت وقيامة لحياة جديدة معك. آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***التأمّل الثالث: "نَعَم" الأرض!***

"خرج الزّارع ليزرع، وبينما هو يزرع، وقع بعض الحبّ على جانب الطريق فداسته الأقدام وأكلته طيور السّماء، ووقع بعضه على الصّخر، فلمّا نبت يبس لأنّ لا رطوبة له، ووقع بعضُه بين الشّوك، فطلع الشّوكُ معهُ وخنقَهُ، ومنه ما وقع على أرضٍ طيّبةٍ، فنبت وأثمرَ مئةَ ضعف" (لو٨/٥-٨).

يا ربّنا، حَبّة الحنطة لا يمكنها أن تفرخ وتعطي أيّ ثمر إن لم تتجاوب وتتفاعل معها الأرض (الأب هنري بولاد اليسوعي). والأرض أيضًا لها دورها في الولادة الجديدة، في ولادتك. فهي يجب أن تكون فيها حياة. دون الحياة فيها تكون صخريّة، لا رطوبة فيها، لا عطف، لا حنان، لا حبّ.

يا ربّنا، أيضًا تظهر قدرتك وعظمتك، فأنت لم تشأ أن تكون ولادتك من عملك وحدك، أردتَ أن يكون مشتركًا مع الإنسان، مع الأرض، مع مخلوقاتك التي أنتَ خالقها ومصدر الحياة فيها.

أنت أردتَ أن تتفاعل معك الأرض بما فيها، بالحياة التي فيها، حتّى يكون لحبّة الحنطة، لبذرتك التي زُرِعَت، الحياة.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، ها نحن أيضًا نقف مدهوشين أمام حقيقة تجسّدك، وكيف أنّك أردتَ تجسّدك أن يكون عملاً مشتركًا بينك وبين الإنسان. أعطنا أن نعرف هذه الحقيقة، فنعدّ لك الأرض الطيّبة التي تقدر أن تُثمِر فيها. آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***التأمّل الرابع: مريم، الأرض الطيّبة!***

"السَّلامُ عليكِ، يا مَن أنعَمَ اللهُ عليها. الرَّبُّ معكِ" (لو١/٢٨).

يا ربّنا، بهذا السَّلام وقعتَ في أرضِ مريم.

وها أنتَ تنتظر لترى ما إذا كانت هذه الأرض طيّبة أم لا!

لا شكّ، أنتَ كنتَ تعرف، وتعرف ما هو جواب مريم، جواب هذه الأرض.

لكنّكَ وقفتَ عندَ بابِ أرادتها، تقرع وتنتظر أن تفتح لك الباب (رؤ٣/٢٠).

أنت عرفتَ طيبةَ أرضِ مريم، عرفتَ تواضعها وحبّها، إذ دونهما لا يكون هناك طيبة.

وها الأرضُ تسأل: كيف يكون هذا؟ (لو١/٣٤).

هي تسأل كيف أمكنني انا الضعيفة أن أكون التربة التي فيها ستُزرَع حبّة الحنطة وتمدّ فيها جذورها وتنبت لتصبح سنبلة تعطي الثمر والحياة. لتعرف من جواب الملاك المُرسَل بأنّ الله هو الذي يُنمي (اقور٣/٧).

فكان جوابها: "أنا أمة الرَّبّ، فليكن لي بحسب قولك" (لو١/٣٨).

أنا الأرض التي تقول لك "نعم"، فافعل بي ما تشاء.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، رأيت في أمّنا مريم تلك الأرض الطيّبة الخصبة، في تواضعها وحبّها، وارتحتَ أن تقع في تلك الأرض، لتتجسّد فيها وتولد. أعطنا بشفاعة أمّنا مريم أن نكون على مثالها الأرض الطيّبة. آمين. *(صمت وتأمّل)*

تعظّم نفسي الرب كلمات وألحان ترنيمة تعظم نفسي الرب - بحثGoogle

الكلمات: من الكتاب المقدّس
ألحان: جوزف خليفة
ترنيم: جومانا مدوّر

- تُعَظِّمُ نَفسي الرَبْ وَتَبتَهِجُ روحي باللهِ مُخَلّصي لأنّه نَظَر إلى تواضُعِ أمَتِهِ.
- فها مُنذُ الآن تُطَوِّبُني جَميعُ الأجيالْ، لأنَّ القديرَ لأنّ القديرَ صَنَعَ بِيَ العظائِم،
  واسمُهُ قدُّوسٌ قدُّوسٌ قدُّوس، ورَحمَتُهُ إلى جيلٍ فَجيلْ للَّذينَ يَتَّقونَهُ.
- حَطَّ المقتدرينَ عَنِ الكَراسي ورَفَعَ المُتَواضِعين،
  صَنعَ عِزًّا بساعِدِه وشتَّتَ المتكَبرينَ بقلوبِهِم،
  أشبعَ الجياعَ خيرًا والأغنياءَ أرسلهم فارِغينْ فارِغينْ فارِغينْ.
  تُعَظِّمُ نَفسي الرَبْ.

➢ ***التأمّل الخامس: ومار يوسف أرضٌ طيّبة!***

"وهذه سيرة ميلاد يسوع المسيح: كانت أمّه مريم مخطوبةً ليوسف، فتبيَّنَ قبلَ أن تَسكُنَ معه أنّها حُبلى من الرّوح القدس. وكان يوسُف رجُلاً بارًّا، فما أرادَ أن يَكشِفَ أمرَها، فعزَم على أن يتركَها سِرًّا" (متى١/١٨-١٩).

يا ربّنا، أمّكَ حُبلى بك من الرّوح القدس، وهي مخطوبةٌ ليوسف. وأمام هذه الحقيقة، كيف له أن يبقى مرتبطًا بها؟ كيف أمكنه الاقتراب من العلّيقة المشتعلة؟ فأنتَ ستقول له ما قلته لموسى: "لا تقترب إلى هنا"، "إنّ هذه الأرض هي مقدّسة" (خر٣/٢، ٥).

ولأنّه بارٌّ وممتلئٌ حُبًّا، لم يرد أن يلحق بأمّك أيّ أذى، لأنّ المحبّة لا تحنق ولا تسيء التصرّف، ولا تفرح بالظلم، وهي تصفح وتعذر وتصدّق (١قور١٣/٥-٧).

ولأنّك أنت فاحص القلوب والكِلى (إر١٧/١٠)، عرفتَ ما في فكره وقلبه، عرفتَ بأنَّ فكره هو أرضٌ طيّبة. طمأنتَه: "يا يوسف ابنَ داود لا تخف أن تأخذ مريم امرأةً لك، فهي حُبلى من الرّوح القدس، وستلد ابنًا تسمّيه يسوع، لأنّه يخلّص شعبه من خطاياهم" (متى١/٢٠-٢١).

يا ربّنا، أنتَ زرعتَ كلمتك في عقل وفكر يوسف، في الأرض الطيّبة، فكانت أن قالت لك هذه الأرض: "نعم!".

"فلمّا قام يوسف من النَّوم، عَمِلَ بما أَمَرهُ ملاكُ الرَّبّ" (متى١/٢٤).

يا ربّنا، مع يوسف، اكتَمَلَ تجسّدك! مع مريم كان أن حَلَلْتَ في أحشائها، ومع يوسف تجسَّدتَ في فكره، وإثنينهما قاما وعملا بحسب كلمتك، مريم أمّك قامت مسرعة إلى إليصابات (لو١/٣٩)، ويوسف قام وجاء بأمّك إلى بيته (متى١/٢٤).

في حبّهما لك وفي تجاوبهما مع هذا الحبّ، اكتملت وصية حبّ الله من كلّ القلب والفكر والنفس والقوّة (لو١٠/٣٧).

<u>الجماعة:</u> يا ربّنا وإلهنا، بشفاعة مار يوسف، أعطنا أن نعرف بأنَّ الأرض الطيّبة ليست فقط في القلب، إنّما أيضًا بالفكر وبكلّ كياننا، فلا نكون من بعد منقسمين في داخلنا، يكون الرّوح راغبًا وأمّا الجسد فضعيف (متى٢٦/٤١). إنّما نكون أقوياء بالّذي يقوّينا، أنت يا ربّ (فل٤/١٣). آمين. ***(صمت وتأمّل)***

- ***<u>التأمّل السادس: الأراضي الطيّبة!</u>***

يا ربّنا، أنت أعطيتنا المثل عن أنواع الأراضي: الأرض اليابسة، جنب الطريق، والأرض الصّخريّة، والأرض الشّوكيّة، والأرض الطيّبة (متّى١٣/٤-٨).

وتُفهمنا بأنّ الزارع، أباك، لم يُبخل على أيٍّ أرض من حَبّه، هو خرج ليزرع (متى١٣/٣)، ذارًّا الحَبّ، ذارًّا حُبّه.

تبقى مهمّة الأرض وتجاوبها وتفاعلها مع الحَبّ، مع هذا الحُبّ.

أنتَ لا تريدنا أن نكون أرضًا جانبيّة للطريق، لا نكون مهتمّين بكلمتك، ببذرتك، بحبّك، لا تريدنا ان يكون الميلاد وتجسّدك وكأنّه لا يعنينا، فأنتَ أتيت لكلّ إنسانٍ دون تمييزٍ أو تفرقة.

وأنت لا تريدنا أن نكون أرضًا شوكيَّةً، لا تسمح لكلمتك أن تأتينا بالسّلام والفرح والحياة.

وأنت لا تريدنا أن نكون أرضًا صخريّةً، قلوبًا من حجر (حز٣٦/٢٦) تتملّكنا الأنانيّة والجشع والطّمع وعدم الغفران والرّحمة والمحبّة.

أنتَ تريدنا أن نكون أرضًا طيّبةً، لأنّ هذا هو اشتياقك وهذه هي رغبتك القصوى. تريدنا أن نكون متواضعين كي نقبل عملك فينا، تنكش أرضنا وتقلّبها (لو٨/١٣)، وتنقّي منّا كلّ يباس (يو٢/١٢)، وترفع منّا الحجارة التي تعيق نموّك في قلوبنا التي تُحوّلها إلى قلوبٍ لحميّة (حز٢٦/٣٦)، فيها حياة. تريدنا أن نكون أرضًا تثمر حبًّا وفرحًا ورحمةً وحياةً.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن نعرف بأنَّ رغبة قلبك بأن نكون أرضًا طيّبة، على مثال أمّك مريم ويوسف مربّيك، فترتاح في الوقوع فينا، في سكنك فينا، لتأتي من خلالنا بثمارك إلى العالم. آمين.

(صمت وتأمّل)

انشاله القمحَة

اللازمة : انشاله القمحة اللي انزرعت بقلوبنا / تموت وتنمى وتزَهِّر مَحَبّه
انشاله الناس لْ منشوفن عَ دروبنا / بِتْلاقو بْوِجَّك فينا يا ربّي.

١- حكاية حبَّكْ للكِلّ حكَيناها / وما في مَطرح إلا ما كتبناها
يمكِن نِحنا كبِرنا ونسيناها / رجِّعنا زغار منفهمْ معناها.

٢- لا تنسّينا الكِلمة لْ قلتا عنّا / إنتو ملح الأرض وإنتو نورا
لا تتركنا ضَلَّك ساكِن عِنّا / وخلّينا نكونْ عنَّك أجمَل صورا.

٣- وَحَدك إنتَ بعَتْم الدرب سراجنا / وإنتَ الكنز لْ ما منتخلّى عنّو
بالطِرقات الخِطره تبقى سْياجنا / وصّلنا لنبعَك وِسقينا مِنّو.

➢ ***التأمّل السابع: حبّات الحنطة!***

يا ربّنا، إذا كنّا قد قَبِلناك (متى١٠/٤٠)، وإذا كنّا قد أحبَبناك بأن حَفِظنا وصاياك (يو١٤/٢٣)، وإذا كنّا في شركة معك (١يو١/٦)، وإذا كنّا قد لبسناك (غل٣/٢٧)، وإذا كنّا قد أصبحنا فيك وأنت فينا (يو١٤/٢٠).

وإذا كنّا ثابتين فيك، وجب علينا أن نسلك أيضًا كما سلكت (١يو٢/٦).

ولا بدّ أن نكون على مثالك كما خلقتنا (تك١/٢٨).

لا بدّ أن نكون نحن أيضًا حبّات حنطة، تقع في الأرض وتمُت، لنأتي بالثمار إلى الملكوت، إلى الحياة.

لا بدّ أن نكون أشباهك في التخلّي والنزول عن عروشنا، كي نقدر أن نلامس الأرض ونتفاعل معها كي نأتي بالثمار.

يجب أن نتفاعل مع أرض الغير، مع الآخرين، لنكون متفاعلين معك، انت المتماهي مع كلّ البشر (متى٢٥/٤٠).

يجب أن نتفاعل معك، كي نكون وإيّاك جسم الخبز الواحد والحيّ (يو٦/٤٨).

يجب أن نُطحَن سويًّا على صليب الآلام، صليب الحبّ، وتخبزنا نار الرّوح القدس، فنصبح قربان حنطة، خبزًا مقدّسًا، يُقدَّم على مذبح الرّبّ (٢مك١/٨).

فيكون جسدنا متّحدًا بجسدك ودمنا متّحدًا بدمك. هذا الجسد الّذي هو من فعل الرّوح القدس ومن ثمر الأرض ومن صنع يد الإنسان ليغدو خبز الحياة (الليتورجيا اللاتينيّة)، يُقدّم إلى كلّ النّاس. مَن أكل من هذا الخبز يحيا إلى الأبد (يو٦/٥١).

ما أجمله اتّحاد، وما أعظمك يا إلهنا، أنت ونحن والأرض غدونا بروحك القدّوس خبز حياة.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن نعرف مسؤوليّاتنا وواجباتنا تجاه معموديّتنا وأمامك، بأن نكون حبّة الحنطة التي تقع في الأرض وتمُت لتعطي الثمار الكثيرة، ثمار الحياة لنا ولكلّ النّاس. آمين.

(صمت وتأمّل)

مناجاة:

"يا ربّي، كَم واضَعتَ المجدَ الأكبَر

إنحدَرتَ، رفعتَ الطَّبع الأصغر (القداس الماروني – أحد الزيارة).

يا ربّنا، ما أعظمك في تواضعك وحبّك.

ما أعظمك وأنت تقوم وتخلع ثوبك وتأخذ منشفةً وتصبّ الماء في مغسلةٍ، وتنحني إلى أرجل تلاميذك وتبدأ بغسلها (يو١٣/٤-٥).

أنت قمتَ عن عرشك، وخلعتَ ثوبك الإلهيّ، وصرتَ عبدًا (فل٢/٧)، تغسل أرجلنا. إنّه الحبّ الذي أحببتنا به إلى المنتهى (يو١٣/١).

وتقول لنا: "أنا أعطيتكم ما تقتدون به، فتعملوا ما عملته لكم" (يو١٣/١٥).

وها أنتَ تنزل إلى الأدنى كي ترفعنا جميعنا إلى الألوهيّة التي فقدناها.

يا مريم أمّنا، أنتِ التي وقعت حبّة الحنطة، بِذرة الله، في أحشائك، فأتت بالثمار الكثيرة، أطلبي لنا أن نكون أرضًا طيّبة تقبل حبّة الرّبّ، كلمة الرّبّ، لتنمو فينا وتُزهر.

يا مار يوسف، أنتَ الذي قبلتَ الكلمة، قبول الأرض الطيّبة لحبّة الحنطة، أطلب لنا أن نقبل الكلمة بكلّ كياننا، من كلّ فكرنا ونفسنا وقوّتنا، فنكون بكليتنا أرضًا طيّبة، فتثمر فينا الكلمة تواضعًا وأمانةً وحياةً وقداسةً.

يا مار نعمة الله، يا من كنت حبّة حنطة مزروعة في أرض رهبانيّتك الطيّبة، متجردًا ومتخلّيًا من أجل خير وقداسة إخوتك، أطلب لنا نعمة التخلّي والأخلاء، فنعرف كيف نكون حَبّات حنطة مزروعة في أرض هذا العالم، نتفاعل معها لنؤتي بالثمار الخيّرة.

يا ربّنا، لا تسمح بأن تكون أرضنا أرضًا يابسة في استقبال حبّة حنطتك، لئلاّ تدوسها أقدامنا بعدم مبالاتنا.

ولا تسمح بأن تكون أرضًا شوكيّة، لئلاّ هموم الحياة والرغائب الأرضيّة تخنق حبّتك.

ولا تسمح بأن نكون أرضًا صخريّة، لئلاّ بتحجّرنا وقساوة قلوبنا، نمنع الرّطوبة: الحب والحنان، عن حبّتك، فتَيبَس.

أعطنا أن نكون أرضك الطيّبة، التي تتوق إلى استقبال كلمتك، حبّتك، وتتفاعل معها.

يا ربّ، مهما كان نوع أرضنا، أنت قادر على تحويلها بحسب رغبتك، لأنّه لا مستحيل عندك (لو ٣٧/١).

أعطنا يا ربّنا أن نقتدي بك في حبّك، فنكون على مثالك حبّة الحنطة التي تقع في أرضك، في حقلك، في كنيستك الجامعة لكلّ الناس، فنكون معك خبز الحياة.

أعطنا في ذكرى تجسّدك أن تولد حبّة حنطتك في قلوبنا وفكرنا وكلّنا، وأن تولد حبّة حنطتك في الأرض التي تزرعنا فيها، أينما كانت وكيفما كانت. آمين.

يا لِسانَ المَدْحِ أَنْشِدْ

يَا لِسانَ المَدْحِ أَنشِدْ سِرَّ قُربانٍ عَظيمْ
ثُمَّ صِفْ مَنْ قَدْ فَدانا بِثَمَنْ دَمٍ كَرِيمْ
ثَمْرَةَ الأحشا السَنِيَّة صاحِبَ الفَضْلِ العَمِيمْ
عُمدةُ الإيمانِ هَذِهْ تُنعِشُ القَلْبَ السَقيمْ

- قدوس، قدوس، قدوس، أنتَ هو الربُّ إله الصباؤوت. السماء والأرضُ مملوءَتانِ من مجدِكَ العظيم. هوشعنا في العُلى. مباركٌ الآتي باسم الرب، هوشعنا في العُلى. ارحمنا، أيها الربُّ الإلهُ الضابطُ الكل، ارحمنا. لك نُسبّح. لك نُمجّد. لك نُبارك. لك نسجُد. بكَ نعترف. غُفرانَ الخطايا والذنوب منكَ نطلب. فاشفَق، اللهُمَّ، علينا راحماً، واستجبْ لنا.

سبحان الكلمة

١ – سُبحانَ الكَلِمَةْ إبنِ الرَّحمانْ
قدَ أَمْسَى جِسْمًا أَضْحَى إنسانْ
قَدْ سَمِعْناهُ قَدْ عَايَنَّاه
قَد لَمَسْناهُ قوتًا نِلْناهْ

٢ – لَولا بِكْرُ الآبْ ما مِنْ إنْسانْ
يَهْفُو نَحْوَ الآبْ هَفْوَ العَطْشانْ
رَجَّتْكَ الأرْواحْ طولَ الأدْهارْ
يا بُشْرَى الأفْراحْ مَبْدا الأنْوارْ

- ***المراجع:***
  - الكتاب المقدّس

- زوروا موقع ساعة السجود: http://sa3at-soujoud.com
- صفحة facebook: ساعة سجود sa3at-soujoud
- صفحة Instagram: ساعة سجود sa3at-soujoud

نصلّي كي يكون الروّح القدس مَن ألهَمَنا وأمسَكَ بيدنا . آمين.