ساعة سجود أمام القربان المقدس

وتأمُّل في مسيرَة الصَّوم

دير سيّدة طاميش

كنيسة القدّيس نعمةالله الحرديني

"لَيسَ بِالخُبْزِ وَحْدَهُ يَحيا الإنسان،

بَلْ بِكُلِّ كَلِمَةٍ تَخرُجُ مِنْ فَمِ الله" (متى٤/٤)

طاميش في ٠١/ شباط /٢٠٠٨

– إعادة –

- ***نشيد الدخول :***

قلبي مُستعدّ يا أله (١٠٧)

قلبي مستعدٌ يا أله / إنّي أرنِّمُ وأُشيدُ.
إستيقظْ يا مَجديَ استَيقِظ / أيّها العودُ والكِنّارَةُ سأستَيقِظُ سَحراً.
أعترِفُ لَكَ في الشعوبِ أيها الربُّ وأُشيدُ لَكَ في الأممْ.
فقَد عَظُمَتْ رَحمَتُكَ وَحَقُّكَ إلى الغيومْ.
إرتَفِعْ على السَماواتِ يا أله، وَلْيَكُنْ مَجْدُكَ على جَميعِ الأرضِ / لِكي يَخلُصَ أوِدّاؤكَ، وخَلِّصْ بيمينكَ واستَجِبْ لي.

- بسم الآب والابن والروح القدس، إله واحِد، آمين.

- ***صلاة البدء:***

ربّنا وإلهنا،
أتيناك اليوم صائمين، عَلَّنا جعنا إليك!
أتيناك اليوم تائبين، عَلَّنا شرَّعنا لك قلوبنا!
أتَيناك اليوم مُستَقبِلين، عَلّنا استَحَقَّينا أن يُفتَح الباب لنا!
أتيناك اليوم راحمين، عَلَّنا استَحَقَّينا مَلَكوتك!
أتيناك اليوم معطين، علَّنا أخذناك كنزاً لا يفنى!
أهِّلنا، يا إلهنا ونحن أمامَك،
أن يكون صيامنا، وتَوبَتنا، وعطاءاتنا، وحبّنا، مملوئين من فَيضك.
أهِّلنا أن نَكون قد صمنا لك، فَنَعرفك ونحبّك.
يا إلهنا، ساعدنا أن نَجوع إليك وحدك – إلى جسدك، وأن نَعطَش إليك وحدك – إلى دمك.
ساعدنا، أن نكون قد بدأنا بِتَنقِيَة أجسادنا ونفوسنا من كلّ عِلَّة، فيَتَنَقّى دمنا، وتَتَنَقّى إرادتنا، ويَتَنَقّى ضميرنا، فَنُصبِح: أهلاً لِسُكناك.
تعال يا يسوع واملك كياننا، فأنتَ وحدَك المُستَحِق. آمين.

➢ ***<u>التأمّل الأول: الصوم:</u>***

يا ربّ، صمتَ بعد عمادك، أربعين يوماً وأربعين ليلة (متى٤/٢).

صمتَ، لِتَدلّنا كيف يجب أن نُعَبّئ ذاتنا من الله بعد أن دخلنا في عضويَّة الجسد – الكنيسة من جرن العماد، وقبل أن نكون رسل بشارة، وأمثلة حيَّة.

يا ربّ، ألا يكون الصوم هو الباب كي ندخل إليك؟!

بالصوم، ألا تُحصَر أفكارنا وهواجسنا بالله وحده؟!

إن طَغَت رغبات الجسد، عَطَّلَت النفس وسموّها!

أليس البطن الملآن يقودنا إلى الكسل والنوم؟!

وكثرة اللباس، ألا يجعلنا قليلي الحركة وخَمِلين؟!

ورغبتنا في الطعام، ألا تقودنا إلى حصر أفكارنا بأنواع المآكل وأشهاها؟!

في الصوم، نضبط الرغبات الجامحة والقاتلة.

الصوم يُنَقّي الجسد ويطهّره، وتَتَنَقّى النفس من كل رغبة، وتَطهر.

ومَن صام، عرف أن صيامه أبعَد من الامتناع عن بعض المآكِل والمشارِب، وعرف أن أعمال الحب هي الهدف!

نعم، مَن صام، صوَّم لسانه، صَوَّم رغباته، صوَّم إرادته ...!

مَن صام، يصبح كبرياؤه اتّضاعاً!

مَن صام، يصبح مُقتَناه عطاءً!

مَن صام، يصبح غضبه وحقده مسامحةً وحب!

مَن صام، تصبح أنانيَّته مساعدةً وزيارةً ومؤانَسَةً!

مَن صام، عرف التوبة وطلب الاستغفار!

مَن صام، عرف طريق الله!

وعرف أن الصوم حالة دائمة غير مَحصورة بأيام أو بأوقات، فيكون الصوم هو الملاذ، حتى نبقى في عيشٍ دائمٍ معك يا الله!

يا رب، عندما نكون معك، لا شيء يتعبنا، لا شيء يرهقنا، ولا يقوى علينا أي شرّ.

<u>الجماعة:</u> يا ربّنا وإلهنا، أهِّلنا، ونحن نسير في مسيرة الصوم – صَومنا،

ونحن حاضرون في عرس قانا،

ومع الأبرص والنازفة ويائيرس،

والأبن الشاطر والمخلَّع والأعمى،

أن نكون قد عرفنا كيف نصوم وماذا يجب علينا أن نعمل،

حتى إذا ما علمنا بقدومك، نركض إلى الطريق – طريقك،

نصرخ مع الجموع: "هوشعنا في العلى، مبارك الآتي باسم الرب"،
ولا نهرب عند الآلام، آلامك وآلامنا، صليبك وصليبنا،
لأننا أصبحنا متأكِّدين ومؤمنين بالقيامة – القيامة معك. آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***<u>التأمّل الثاني: عرس قانا (يو٢/١-١٢):</u>***

أراني حاضراً في هذا العرس،
ولَفَتَني حضورك إلهي وأمّك معك ...
الكُلّ يَرقص، يَشرَب، يُزَمِّر، يُطَبِّل ...
أمّك، حامِلَة هَمّ العرس وأهل العرس!
"لَم يَعُد لَدَيهم خَمر!" (يو٢/٣)
نعم، سمعتها! لأنّي حِشريّ وأرَدْتُ أن أعرِف ماذا يجري وما سبب قَلَق أمّك الظاهِر!
وبعد حديثها معك، قالَت لنا: "افعَلوا بكل ما يقوله لكم!"
ودون أن أدري لماذا، سارَعْتُ مع الباقين إلى ملء الأجران ماءً.
وبعد أن تَذَوَّقَ المَدعوّون الماء المُحَوَّل خمراً، استطابوا مَذاقَه ولَم يَكونوا يَعرِفون من أين هذا الخمر!
أمّا أنا فكنت أعرِف!
رأيت قُدْرَتَك ، ولَم أبادِر إلى أن أسألك أن أكون من بين تلاميذك!
رأيت عَطفَك ورحمتك، ولَم تَكُن لي الجرأة أن أسألك: مَن أنت؟
ربّي، عرفتك، ورأيت مَجدَك، وآمَنتُ بك، ولكِنّي بَقيتُ في البيت، بعد أن ذهبتَ أنتَ، ولم أتبَعك!
أرَدتُ أن أبقى بعيداً،
فَرِحاً بالحَدَث، واكتَفَيتُ بهذا المقدار من الفرح!
أردتُ أن أبقى حيث أنا، لأنه لم تَكُن لي الشجاعة أن أكون معك، لأنك كنتَ تَقول:
"للثَّعلَب وَجرُه، ولِطائر السماء وَكرُه، أما ابن الإنسان فَلَيس له ما يُسْنِدُ إليه رأسه" (لو٩/٥٨)!
فكَيف أتَشَرَّد معك؟!
وها أنا أضيع وأضيع أكثر وأكثَر، وأتوه في القفر – في الصحراء، لأنني بَعيد عنك!
نعم، لم أرد أن أتبعك لأني كنت ضعيفاً، خائفاً، مع أنَّك فعلت ما فَعلت حتى أؤمن!

<u>الجماعة:</u> يا ربّنا وإلهنا، ونحن في صيامنا، ساعدنا،
حتى إذا ما سمعناك، ورأينا مجدَكَ، لا نُقَسِّي قُلوبنا، ولا شيء يُعيقنا، ونتبعك. آمين.
(صمت وتأمّل)

طوبى للمدعوين

اللازمة : طوبى للمدعوين إلى وليمةِ الحمل.

١- هلمّوا تعالَوا إلى عَشاءِ الله العظيم.

٢- القطافُ لا ينتهي قطافُ الحياة ،
والحصادُ لا ينتهي حصادُ المحبّة ،
والغلال لا تنتهي غلالُ الرحمة.
هلمّوا تعالَوا إلى عَشاءِ الله العظيم.

- ***<u>التأمّل الثالث: مع الأبرَص (مر١/٣٥-٤٥):</u>***

أراك تقتَرِب في القَفر الذي أصبَح مَضجَعي، بعد أن حرمت ذاتي من العيش بين إخوتي!
يا ربّ، لماذا تَقتَرِب؟ عن ماذا تَبحَث؟ أو عن مَن؟
أجِئتَ لِتُصَلّي فقط؟!
أما جِئتَ تبحث عنّي؟!
لا! لا جرأةَ لي للظهور أمامك، فأنا مُشَوَّه، ولا مَعالِم إنسان في جسدي!
مُحَظَّرٌ عليّ الاقتراب منك!
وإن اقتربتُ!
خِفتُ إذا ما سمِعتَ صوت الجرس المُعَلَّق في عنقي، ابتَعَدتَ!
هكذا كنت أفكِّر بعقلي الضعيف، ولم أكُن أعرِف كِبَرَ حُبِّكَ!
وها بطرس يناديك، وتذهَب معه وتوقِف التَّفتيش عَنّي!
أتَكون عارِفاً بأني سأعود وأطلبك؟!
أأرَدْتَني حُرّاً في اختياري؟!
نعم، لم أعُد أحتَمِل ما أنا عليه! فأنا مُشَوَّه، تَنبَعِث منّي رائحة كريهَة،
حتى أنا لم أعُد أعرِف ذاتي، وقد نَسيتُ مَعالِم وَجهي!
لا أحد غيرَكَ قادِر على إجراء التغيير في كياني بعدَ أن شوَّهتُ أنا جسدي ونَفْسي وكل ذاتي!

نعم، بعد أن كنتُ عبداً للخطيئة!

يا رب، "إن شئتَ فأنتَ قادِر أن تُطَهِرني!"

"قد شِئتُ فاطْهُر!"

هكذا، وبِبَساطَة، وبعدَ أن **لَمَستَني، طَهَّرتَني،** فأعدتَني مَوجوداً!

إنساناً جديداً، جَسَداً جديداً، عاد إليَّ اللحم – وكالطفل الرَّضيع، لحم طَري رَيَّان.

ورَمَيتَ عني بعيداً جرس العار والشَّماتة!

لِمَ يا رب تَفعَل ما أنتَ فاعِل؟!

أَلأنّي الخروف الذي ضاع، وخرجتَ تبحث عنّي حتى وَجَدتَني، فَفَرِحت؟ (لو١٥/٤-٥).

إلهي، ساعدني أن أفهَم، وأن أتابِع سَيري معك حتى يشفى كل شيء فيَّ: جسدي ونفسي. واللحم الناعِم الذي لبسته من جديد يَقوى بك، حتى أستَحِقّك.

ساعدني، وأنا في صيامي، أن أعرف كيف أتجَدَّد وألبس الوجه النقي الصافي على مِثال الأبرص، ولا أشوِّه وَجهي بأن أعبس لأقول بأني صائم، بل ما يجب أن أُرِيه، أريه لك وحدك، وأنتَ الذي ترى ما في الخفاء تجازي (متى٦/١٦-١٨).

نعم، أنتَ ترى الخفاء، وها أنا أنسَل من بين الجموع ألمس رداءك ، فَتَرحَمني.

<u>الجماعة:</u> يا ربّنا وإلهنا، ونحن في صيامنا، أعطنا أن نقبل بعضنا بعضًا بحبّك وتحنّنك، وأن لا نبقى بعيدين عنك، فنطلبك. آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***<u>التأمّل الرابع: مع يائيرس والنازفة (لو٨/٤٠-٥٦):</u>***

"***متضايق يا أَبَتِ، والخوف في داخلي***" (٢قور٧/٥).

النزف منذ اثنَتَي عشرة سنة، وقد أهلَكَني وأخذ مني كل ما لي!

أبَتِ! لا، لا المال أعانَني، ولا الأطبّاء، ولا البيوت ولا السيارات، ولا التَّحِيّات ولا التَّكريمات، ولا شيء أعانَني!

خَنَقَتني هموم الدنيا، وماتَت في داخلي كلمة الحياة (متى١٣/٢٢)؛ هو النَّزف!

لَم أفتَح أُذُنَيَّ إلى ما قلته لنا: "لا تكنزوا في الأرض حيث العِثُّ والسوس" (متى٦/١٩)!

لم أسمَعك تقول لنا: "اعتَبِروا طيور السماء"، وكيف أنتَ تَقوتها! (متى٦/٢٥-٣٤)

لم أسمَع ولَم أفهَم، أو لأقول بأنني لم أرد أن أفتَح أُذُنَيّ لأسمَع ولا لأفْهَم! بقيتُ أنزِف ...!

بقيت أنزِف! حتى لم يَعُد يفيدني أي دواء، وأصبَحت أختَبئ من ذاتي ومن الناس.

أليس مُحَظَّراً عَلَيّ أنا النازِفَة أن أكون فيما بين الناس؟! (لا١٥/١٨-٢٧)
نعم، لم يَعُد بِيَدي أي شيء سوى أن أنتَظِر، أنتظر الموت أو الحياة!
وها هو يائيرس، يخرّ لدى قدمَيك ويَرجوك أن تَشفي له ابنته، إبنة الاثنَتَي عشرة سنة.
وتَذهَب معه، والجموع تحاصرك، وتضايقك.
"لا أريد أن يَعرِف أحد مصيبَتي، وأنتَ أمَلي الوحيد!"
ولِمَ لا يكون لي إيمان يائيرس؟ ويكفيني أن ألمسك فأبرأ (متى٩/٢١)!
أقتَرِبُ منكَ من الخَلف، وألمس طرف رِدائك.
واعجباه: أسمعك في داخلي تسألني: "ما تطلُبين؟" وأقول لك: "أن أشفى ألهي!"
وفي الحال شفيت، أحسَستُ بالشفاء!
لم تَكتفِ أن تصالحني مع ذاتي، بَل أرَدتَني أن أتصالَح مع إخوَتي.
سألتَ: "مَن لَمَسَني؟"
مع أنّك عرفت، وقد سألتَني!
أعلَنتُها إلهي ولَم أخجَل، تَحَرَّرت من خَوفي!
- "إيمانك، يا ابنتي، نَجّاكِ، فاذهَبي بسلام".
كَم أرَحتَني، وأعَدتَني حَيَّةً!
... والصبيَّة قد ماتَت!
- "لا تَخَف يا يائيرس، يكفي أن تؤمِن ...!"
ولأنه آمَن، كان له ما يريد: نَقَل الجبل ورَماه في البحر (متى٢١/٢١)!
نقل كل حزنه وهَمّه ووضعهما بين يَدَيك يا رب، فأعَدتَ له ابنَتَه حَيَّة.
ربّي، أعَدتَ الحياة إلى ابنة الاثنَتَي عشرة سنة.
وأوقَفتَ نَزفي الذي استَمَرَّ اثنَتَي عشرة سنة، أحيَيتَني من جديد.
أبَتي، أؤمن بحبِّكَ، وآتيك تائبًا، راكعًا، صارخًا: لستُ مستحقًّا أن أدعى لك ابنًا.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، ونحن في صيامنا، ساعدنا، أن نعرِف المصالحة مع ذواتنا، فنتحرّر، ونعود إلى حضنك، وكنيستك. آمين. *(صمت وتأمّل)*

يسوع أنتَ إلهي

اللازمة : يسوع أنتَ إلهي حبك شافي الوحيد

أنت حبيب نفسي أبداً يسوع أنتَ مَن أريد

١- أسجُدُ أمامَكَ إلهي أعترِفُ بكَ ملِكي

ها هي حياتي في يديك إفعَل بها ما تريد

٢- تنحني لاسمِكَ كلُّ رُكْبة ويعترِفُ كلُّ لسانْ

إسمُكَ يسوعُ خلاصي أُرَدِّدُهُ في كلِّ حينْ.

- ***<u>التأمّل الخامس: مع الابن الضائع (لو١٥/١١/٣٢):</u>***

أنا الأصغَر!

سألتك ربّي أن تعطيني نَصيبي من الميراث!

وكأن الميراث هو من حَقّي، وكأنّي أنا مَن تعب في جناه!

وكيف أطالِب بميراثي والمورِث موجود؟

ولكن معك يا أبي، ولأنَّك تَحترَم حرّيَتي، لم تتردَّد بِمَنحي "ميراثي" عند أوَّل طلب لي!

أعطَيتَني نِعَم المعموديَّة!

أعطَيتَني كَلِمَتك!

أعطَيتَني نِعَم الصَّليب!

أعطَيتَني جَسَدك ودمك!

أعطَيتَني وَزَناتي!

وماذا فَعَلت؟

أخذتها كلّها، وهَدَرتها، دون أن أعرِف ماذا أحمِل أو على ماذا مؤتَمَن، طَمَرتُها (متى٢٥/١٨)!

وبعدَ أن رأيت نَفسي نَجِساً مُمَرمَغاً في وَساخَتي مَع الخنازير، حتى اشتَهَيت خرنوبها، نَدِمتُ رَبّي!

نعم، ولست مستَحِقّاً من بَعد أن أُدعى لك ابناً!

ولكن حُبَّك لم يَسمَح لي أن أبكي، أسكَتَني قبل أن أتكَلَّم، وبَدَلَ أن تُعاتِبني، ألبَستَني لِباس الابن وذَبَحتَ عجل الفصح، لأن قِيامَتي قد حَدَثَت، وأدخَلتَني مَلَكوتك!

إلهي، آه، كَم أصلّي كي أكون قد استَحَقَّيت!

ساعدني كي أكون الابن النّادِم، وأعرِف بأنه "تَمَّ الزمان"، وأقبَلَ مَلَكوت الله، كما أعلَنتَ لنا، وأنه يجب أن نؤمِن ونَتوب (مر١/١٥).

ساعدني في صِيامي، أن تَكون لي الشجاعَة والتواضع وعدم الكبرياء، كي أندَم حيث يَنفَع النَّدَم، وأعرِف أنَّك أبٌ رَحوم تَنتَظِرني، وتَركض نَحوي عندما أهِمّ بالانطِلاق ألَيك، تَحضنني، ولا تَسمَح لي حتّى أن أقول لك: "لَستُ مُستَحِقّاً أن أُدعى لك ابناً، لكن كأحَد أُجَرائك".

فقط تَقول: "ألبِسوه الحُلَّة الجديدة، والخاتَم، والحِذاء، وتعالوا نَفرَح لأن ابني هذا كان ميتاً فعاش وضالاً فَوُجِد".

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، ونحن في صيامنا، أعطنا أن نعرف أنّك الأب الحنون، الرّحوم، المنتظر دائمًا قدومنا إليك، فلا نتردّد، ونعود إلى حضنك. آمين. *(صمت وتأمّل)*

مِثل الإبن الشّاطِر

مِثل الإبْن الشّاطِر رَح إرْجَع يا رَبّي
لْعِندَك يا هالنّاطِر عَ دروب المَحَبِّة
تَ قَدِّمْلَك قَلبي مِثل الإبْن الشّاطِر
وعِندَك بِخْلَص دَربي يا رَبّي
لا ما بَدّي الوَلايِم وَلا لِبْسِ الخَواتِم
بَدّي قَلبَك يا رَبّي يا حَبيبي

- ***التأمّل السادس: وأنا الأكبَر!***

أنا دائماً معك، أخدمك!

أحضر القدّاس، أصلّي، أصوم، ...

باسمك تنبّأت، وباسمك أتيتُ بالآيات ... (متى٧/٢٢).

وبَخلْتَ عليّ بِجِدي أتَنَعَّم به مع رِفاقي!؟

وكعادَتك، عادَة الأب الحنون،

لَم تَرُدّ لِتَقول لي: "أسألتَني شيئاً ولَم أعطك؟!"

لَم تُعاتِبني على أنانِيَّتي!

لَم تُعاتِبني على عَدَم مَحَبَّتي لك ولأخي، وبِقَولي: "ابنك هذا"! أي لا أنتَ أبي ولا هو أخي!

لَم تعاتِبني على أنّي لم أسامِح أخي مقابِل مُسامحَتك لي الكبرى والتي لا تُقارَن!

أبَتِ، نعم ، وبِكُل حُب دَعوتَني إلى العرس، عرس العثور على الخروف الضائع (لو١٥/٦)، الدرهَم الضائع (لو١٥/٩). و"كُلّي لك يا بُنَي". نعم، هذا ما قلته لي.

أأبقى خارِجاً؟ أأبقى الفرّيسي الذي لا يرى أخطاءه؟ فقط أتَفاخر على العشّار الذي وَقَف في الخَلف يَبكي بدموع سَخينة خطاياه، فَيَكون هو مَن يَدخُل وأنا لا! (لو١٨/٩-١٤)

أأكون أنا **المُخَلَّع** الذي يَحتاج إلى مَن يَحمله إلَيك؟ (مر٢/٣)

إلهي، ساعدني وأنا في صيامي أن أكون نَظيرَك: "**أباً**".

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، ونحن في صيامنا، أعطنا أن نقبَل "الابن الأصغَر"، نقبَل طَلَب المسامَحَة من كل أخ يَطلبها، وبَدَل السَّبع مَرّات نغفِر له سَبعينَ مَرَّة.

ونَظيرك يا أبانا، نقبَل "الأكبَر"، نقبَل كل إنسان كما هو وبِكُل ضعفه، ونساعده كي نعيده إلى العرس، عرس مَلَكوتك. نحتَمِل أخطاء إخوَتنا كل إخوَتنا، عائلاتنا، أولادنا، الكل ، ... ونقبَلهم من خِلال حبَك وقَلبك.

ساعِدنا، وقبلَ أن نتَقَدَّم منك ومن مذبَحك، أن نذهَب ونتصالَح مع "أخينا" ثم نعود لنقَدِّم قرباننا (متى٥/٢٣-٢٤). آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***<u>التأمّل السابع: مع المخلَّع (مر٢/١-١٢):</u>***

"الأعمال الطيِّبَة واضِحَة ولا تُخفى" (١طيم٥/٢٥).

ربّي، نعم، كنتُ مِمَّن حملوا المخلَّع إليك!

كنت مِنَ الّذين عملوا المستحيل لإيصال المخلَّع أمامك.

نعم، لأني آمَنت مع إخوةٍ لي، أنّك قادِر على إقامته.

فأفرَح لِفَرَحه، وكأنّي أنا مَن قام.

وكَم فَرِحت لأنَّك رأيت إيماننا.

غَفَرتَ له خطاياه! وأنا! لَم تَقُل لي شيئاً، فقط رأيتَ إيماني.

أَلأنَّ المحبَّة تَستر جَمّاً من الخطايا (١بط٤/٨)؟

أَلأنّي فَعَلْتُ فِعلَ رَحمَة، غَفَرتَ لي خطاياي دون أن تَقُلها؟!

ولكنّك رأيت إيماني!

ربّي، نعم، أصبَحت أعرِف أن عمل الرحمة دون إيمان هو مَيت، كما أن الإيمان دون عمل رحمة هو مَيت (يع٢/١٤-٢٦).

ربّي، نعم، أصبَحت أعرِف أن عمل الرحمة دون إيمان يكون فعل تفاخر ذاتي، وبالتالي أيُّ أجرٍ لي؟ "وأكون كَمَن ظَنَّ أن التقوى تِجارَة" (١طيم٦/٥)!

ربّي، نعم، أصبحت أعرِف أن الإيمان دون عمل رحمة يكون كَمَن حَضَّر العَجنَة ولَم يَقُم بالخَبْز، وبالتالي سَيَفسُد العَجين ولا يكون خُبزاً!

نعم، أصبحت أعلَم ما معنى قولك: "أريد رحمةً لا ذبيحة" (متى١٢/٧).

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، ونحن في صيامنا، ساعدنا أن نعرف الصَّدَقَة – صَدَقَة الأرمَلة التي أعطَت من عَوَزِها كُلَّ ما به عَيْشُها (مر١٢/٤٤)، وعمل الرحمة – أيّاً كان هذا العمل المَقرون بإيماننا، فنكون صائمين، ونكون حقاً عرفنا إنجيلك.

ونعرف بأننا لسنا بنحاسٍ يطِن، لأن في قَلبنا تسكن المحبة (١قور١٣/١).

تسكن أنت!

حتى إذا ما أتيناك بمخلّعٍ أو أعمى أو أصَمّ أو حتى بِمَيت، تَشفيهِم وتقيمهم ،وتَشفِيَنا وتُقيمنا، لأنّك تكون قد رأيت إيماننا.

ساعدنا أن نكون قد رأينا **نورك** فعرفنا الطريق إلى أورشليم ...آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***التأمّل الثامِن: مع الأعمى (مر١٠/٤٦-٥٢):***

"أنا نور العالَم، مَن يَتبَعني فَلَن يَمشي في الظلام، بَل يكون له نور الحياة" (يو٨/١٢).

أنا برطيما ابن طيما يا رب.

يا رَب، نعم، أنا مَن رآك في عرس قانا ولَم أتبَعك، لأن غشاوَةً كانَت على عَينَي!

يا رَب، نعم، أنا الأبرص الذي خَرَجتَ تَبحَث عنه في القَفر فأعَدتَه إنساناً، فَتَجَدَّد، ولكن بقي يَنقصني التجدُّد من الداخِل!

يا رَب، نعم، أنا النازِفَة التي كان لها الإيمان بالشفاء من لَمْسِك، وقد شُفيت، وذَهَبتُ بِسلام كما أمَرتَني، وابتعدت!

يا رَب، نعم، أنا الابن الأصغَر الذي كان له الإيمان برحمتك، فَحَضَنتَه وأعَدتَه إلى داخل بيتك، ولكن بقيت ضائعاً بين الحلم والحقيقة!

يا رَب، نعم، أنا الابن الأكبَر الذي لَم يَقبَل عَودَة أخيه، ولأنّي كنت أريدك لي وَحدي، خرجتَ إليّ **تَرجوني** لكي أشاركك الفرح، وبَقيت لَم أفهَم حُبّك!

يا رَب، نعم، أنا المخلَّع المَحمول على أيدي إخوتي أمامك، فَشَفيتَني من خَطيئتي وأقَمتَني، فحمَلتُ فراشي، وعُدتُ إلى بَيتي!

يا رَب، نعم، أنا كل هؤلاء وغيرهم مَمَّن فَعَلتَ لهم الشفاءات الجسديَّة والنفسيَّة ...، ولَم أتابِع السير معك.

"خَطيئتي بأنّي ما زِلتُ أقول أنا أُبصِر!" (يو٩/٤١)

أنا برطيما أصرخ إليك: يا ابن داود ارحمني فأنا يَنقصني النور – نورك!

تَكفيني **كَلِمَةً** منك، لأن كلمَتَكَ مصباحٌ لِخُطايَ ونورٌ لِسَبيلي (مز١١٨).

لا، لا أحد يمكنه إسكاتي، فأنا بحاجة إلى أن أراك، إلى أن أعرِف عَمَّن يَتَكَلَّمون!

لا، لن أكون بعد اليوم من الذين يَستَحِبّون الظلمة على النور، مع أني كنتُ كذلك!

"**ثِقْ وقُمْ**، فإنه يَدعوك"، كَم كان وَقع هذه الكلمات قَوِيّاً على صَدري؛ لَملَمتُ ذاتي وأتَيتُك، فقلتَ لي: ماذا تريدني أن أفعَل لك بعد؟

أن أُبصِر، أن أراك، أن يراك قلبي وفِكري وكُلّي، أن تَشفي بَصيرتي!

رأيتَ لهفتي وشَوقي إليك، رأيتَ إيماني الصارِخ إليك من الأعماق، رأيتَ المحبَّةَ المضطّرمة – المشتعلة في داخِلي،

فأعَدتَ إليَّ بَصَري، أعَدتَ إلَيَّ نور الحياة.

ولِوَقتي تَبِعتُك في الطريق ...

<u>الجماعة:</u> يا ربّنا وإلهنا، ونحن في صيامنا، أعطنا أن تكون لنا البصيرة، فنعرفك، ونطلب نورك، الذي لا ينطفئ، ويبقى في نفوسنا وحياتنا، فننتصر على كلّ ضعف وتجربة وبُعد. آمين. *(صمت وتأمّل)*

<u>عَرفتَ</u>

<u>اللازمة:</u> عرفتَ بأن قد تعثّر دربي فجئتَ إليَّ تقود خُطاي

وتَعرفُ أنّي بحبّك ربّي أهيمُ كصبٍّ وفيكَ هواي

وليس لدربي سواك رفيقٌ يا أل له يا أله .

١- نهبتُ الطريقَ أُسائلُ عنكَ بِحَيرةِ ضعفي وأوهاميا

سمعتُ الخليقةَ تُنشِدُ لحناً لقلبي فتُنعِشُ إيمانيا

حَلَت لي الإقامةُ داخلَ بيتِكَ يا أله يا أله .

٢- إذا غِبتَ عنّي شَردتُ بذاتي غرقتُ بحزني دهاني الضجرْ

وإن كنتَ فيَّ حييت فرحتُ نشرتُ الطيوب فَرشتُ الزهر

تَطيبُ الحياةُ تَطيبُ بقربكَ يا أله يا أله .

➢ ***<u>التأمّل التاسِع: في الشعانين ... (يو١٢/١٢-٢٢):</u>***

ها قد وَصَلتُ إلى آخِر صِيامي، ألا أكونُ قد وَصَلتُ معكَ إلى أورشليم، وعَرَفتُ الطريقَ مَعَك؟!

ألا أدخُلُها أيضاً معك؟! أشارِكُ التلاميذ والجموع، أُجَلِّلُ بِرِدائي الجحش الذي حَمَلَك، أو أفرش ردائي على الدرب التي ستَسيرُ عليه؟!

وأصرُخُ مع الجموع: هوشَعنا" – "الله يخلّصنا!

إلهي، نعم، خَلِّصني، وقد وَصَلتُ مَعَكَ إلى هنا!

"مبارَكٌ الآتي باسمِ الرب".

نعم، أعتَرِفُ كما اعترَفَ بطرس: إنَّك "أنتَ هو المسيح ابنُ اللهِ الحَي" (متى١٦/١٦)،

إبن داود، ومَلِك إسرائيل.

نعم، أنتَ المَلِك المُنتَظَر، أنتَ مَن سَتَملِكُ على قلوبِنا وعقولِنا وكُلِّنا.

لا ،لَن أُعمِيَ عَينَي من جَديد وأقول بأنَّني انتَظَرتُكَ ملكاً أرضِيّاً،وقد سمعتُكَ ورأيتُك ورأيتُ أعمالَك.

نعم، أنتَظِرُكَ مَلِكاً، ولكن مُلكَه لا يَزول.

"مُبارَكٌ الملكوت الآتي".

مبارَكٌ أنتَ "الملكوت"، نعم لأن بك حَلَّ الملكوت – ملكوت السماء، وأصبَحَ بيننا.

إلهي، نعم، ركَضتُ أمامَك، أصرخ وأُهَلِّل وأنا حامِلٌ سُعُفَ النَّخلِ، سُعُفَ النَّصر،

لأقولَ لك: "أنتَ المَلِك المُنتَصِر الذي فَتَحَ لنا أورَشَليم، مدينَةَ السلام، أورشَليم الجَديدَة، أورَشَليم السماوِيَّة!

لا، لَن أتخاذَل بعدَ قَليل، وأصرخ معهم: اصلبه!

لقد صَلَبتُكَ كثيراً، وحانَ الوقت كي أكمل ما نقص من آلامك كما يقول رسولك (قول١/٢٤)، أحمِلَ الصليب عَنك، وأُصْلَب عَنك، فأكون استَحَقَّيت: الـ "هوشَعنا".

ولن أسكُت بعد اليوم عن إعلان مَلَكوتِكَ لأنّي وإن سَكَتُّ هَتَفَت الحِجارَة (لو١٩/٤٠).

<u>الجماعة:</u> يا ربّنا وإلهنا، ونحن في صيامنا، أعطنا أن نعرفك ونؤمن أنّك ملكٌ أبديٌّ سرمديّ، على حياتنا وعلى كل مخلوقاتك. آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***<u>التأمّل العاشِر: في العشاء ... (لو٢٢/١-٢٣):</u>***

"أتى يوم الفَطير، الذي يجب أن يُذبَح الفِصحُ فيه.

حانَت الساعَة! وأيُّة ساعة؟!

أتَكون ساعة الفراق؟! ساعَة الابتعاد عَنّا؟!

أسئلَة وأسئلة!

بدأت أحس بالثقل، بالرَّجفَة، بالخَوف، ...، ولكنَّك أمسَكتَ يدي وَشَدَدْتَ عَليها، فَعُدتُ إلى ذاتي وعَرَفتُ بأنّي مَعَك!

"شَهوَةً اشتَهَيتُ أن آكُلَ هذا الفصحَ معكُم قبلَ آلامي".

لا، لا يمكنني أن أُعَبِّر عن الأحاسيس والمَشاعِر التي انتابَتْنا في ذلك الوقت!

عينك على آلامك وصليبك، وعينك علينا!

"**شهوةً اشْتَهَيت**"!

كَم أحبَبتَنا، حتى إنَّكَ لا تَقدِر على الابتعاد عنا، وها الساعَة قد أتَت!

كَم أحبَبتَنا، حتى أنَّكَ لَن تَتركنا يَتامى، وسترسل إلينا روحك "البارقليط" (يو١٦/٧).

كَم أحبَبتَنا، أعطَيتَنا في الخبز والخمر جسدك ودمك حتى لا نكون يتامى، فأنتَ موجود دائماً في حَضرَتِنا، موجود دائماً أمام أعيننا، وتُمسِك أيدينا، موجود في داخلنا.

يا الله، روحك الساكِن فينا يُرينا إيّاك، يُرينا جَسَدَك ودَمَك.

بِجَسَدِكَ ودَمِك، نَتَغَذّى بك، **نَمضَغُكَ** حتى تصبح في جَوهَرنا، ونَتَجَوهَر منك وفيك، ونصبح من جَوهَرِك.

ولَم تَكتَفِ!

وماذا يوجَد أكثَر؟

أنتَ الإلَه تَغسِلُ أرجُلَنا! (يو١٣/١-٢٠)

لم تَشأ أن تَتركنا دون وَصِيَّةٍ عُظمى: "التواضع".

أنتَ الذي أحبَبتَنا كل حبّك، لم تَشأ أن تغادِرنا دون زوّادَةٍ للطريق.

عَلَّمتَنا: أن مَن يريد أن يأكل جَسَدي ودَمي، وأن أسكن فيه ويكون فِيَّ، عليه أن يُحِب، والحب لا يأتي إلاّ من التواضع.

آه، إلَهنا، أنَشْبَع؟!

أنَرتَوي من مَدرسة الحب هذه؟!

أنَشْبَع ونَرتَوي مِنكَ يا يسوع؟!

يا لَيتَنا ....

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، ونحن في صيامنا، أعطنا الإيمان أنّك حاضر حقًّا في القربان، جسدك ودمك، وأعطنا تواضعك، فنكون مستحقين أن نأخذك بأفواهنا وقلوبنا. آمين.

(صمت وتأمّل)

خبز وخمر ومَي (كلمات أ. يوحنا خوند – ألحان ريمون خَلّوف – أداء تينا عَسّاف + *AGAPEE*)

خبز وخمر ومَي إيماني / إبن الله الحيّ قِرباني
محبِّة عَم بيدوب عَم يِروي القلوب / مِن سِرّو المَحبوب حُبّو رَوّاني

١ – يا سنابِل وِسهول تِبقي مِلياني / يا بيادِر وِحقول تِبقي حِلياني
يا مطاحِن بِتدور بِتْطَعمي المَعمور / خِبز ونار ونور أطيَب قِرباني

٢ – يا نِعمِه لِلكِل يا جِسم ودِماء / عالأرض بِتْضَل عُربون السما
يا ربّي يَسوع صَوبَك دَربي طلوع / عَم بِعطَش وبجوع عْطيني القرباني

- ***<u>التأمّل الحادي عشر: في الآلام والصليب:</u>***

"قَوّوا الأيدي المُسترخِيَة، والرُّكَب الواهِنَة"***(عب١٢/١٢)***.

يا ربّ، نعم، سأتَقَوَّى وأُقَوّي كل أعضائي، وأكون حاضِراً ... لِحَملِ الصليب!

لأنَّك أنتَ قُلتَ لنا هذا لئلاّ نَزِلّ (يو١٦/١).

قُلتَ لنا بأنَّكَ سَتُسْلَم وتتألَّم وتَموت على الصليب ...

نعم، مع أنَّكَ كنتَ تعرِف بأنَّنا سَنَتَبَدَّد ونَتركك وحدَك (يو١٦/٣٢)، لَم تَكُفّ عن تَطميننا وتَعزيتنا، بأن حزنَنا سَيَؤول إلى فرح (يو١٦/٢٠).

يا رب، نعم، ومع أنني هَرَبت عند تَسليمك بقبلة،

عُدتُ وتَبِعتك حتى أكون بقربك!

لن أصرخ أبداً: اصلبه!

وكيف ممكن أن أقولها وبالأمس أكَلتُ جسدك ودمك!

لن أنكرك، وإن فَعَلتُ سأبكي البكاء المرّ على ضَعفي!

لن أتركك، وسأحمِل صَليبي بمحاذاتك، فأنسى ثقل صليبي، ولا أعود أحس به حتى، أمام ثقل صليبك!

لن أتركك وحدك، وسأكون "**القيرواني**"، أحمل الصليب عنك حتى الجلجلة!

لن أتركك، سأبادِر فوراً إلى إعطائك الماء وليس الخل لِتَبليل شَفَتَيك!

لن أتركك، كي أراك وأنتَ مُعَلَّق، لَم تَكُفّ عن العطاء والحب، وأعطَيتَ الخلاص لِلّص التائِب، فأزَدتَني ثِقَةً برحمتك!

إلهي، لن أكون، الذي سَلَّمَكَ بِثلاثين من الفضّة!

إلهي، لن أكون، الذي حَكَم عليك بالموت، خَوفاً على مَجدٍ أرضيّ!

إلهي، لن أكون، الذي جَلَدَك وسَخِرَ منك، وكَلَّلَك بإكليل الشَّوك!

إلهي، لن أكون، الذي سَمَّرَك وصَلَبَك!

إلهي، لن أكون، الذي اقتَسَمَ ثيابك، وأجرى القرعَة على قَميصك!

إلهي، لن أكون، مَن طَعَنَك بِحَربَة!

وبِجَهلي، إن كُنتُ أحَدهم، عَلِمتُ أنَّك غَفَرتَ لي لأنّي لم أكُن أدري ماذا أفعَل (لو٢٣/٣٤).

إلهي، آه، أأكون أنا بَرْأبّا؟ افتَدَيتَني وأنا خاطئٌ، خاطئ!

إلهي، آه، لِمَ لا أكون أنا مَن تَبِعَك على الطريق، مَن يَقِف عند أقدامِك على الصليب؟

وأكون أنا أسمَعك تَقول لي: "هذه أمّك"؟

ولِساعَتي سآخذها معي إلى بَيتي، إلى قَلبي، إلى حياتي.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، ونحن في صيامنا، أعطنا أن لا نكون من جلادينك، لا نتركك عند أي ضعف أو اضطهاد أو غيره. نبقى ثابتين على رجاء الحياة معك. آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***التأمّل الثاني عشر: ننتصر بالصليب:***

أنَحن في آخِر مَسيرتنا الصَّومِيَّة؟

أنَكون نحن بعد صَومِنا قد اقتَرَبنا جِدّاً منك حتى الاتّحاد، فأزعَجَ ذلك الشرّير، فَسَلَّط علَينا كل أدواته ... وأصبَحنا نحس بالصليب؟

أفَلَيس هذا ما حصل معك بعد صِيامِك، وعند نهايته كيف أنه جَرَّب كل وسائله وأساليبه الفانِيَة، لكي يسلبك ألوهتك وإنسانيَّتك، وانتَصَرتَ عليه؟

ربّي، نعم، لا بد للشرّ أن يحاوِل حتى الوصول إلى صَلبِك، ولكنه لا يعلَم بأن فرحه سَيَؤول إلى حزن، لأنَّك إله الحياة وسَتَغلِب الموت.

إلهي، معك سَنَنتَصِر، نَحمِل صَليبنا حُبّاً بك ونَتبعك، حتى نَستَحِقّك (متى١٠/٣٨).

سَنَنتَصِر على الألَم، والقَلَق، والوَهن، والضَّعف، والتجرِبَة، والكبرياء، والبغضاء، وكل ما هو خَطيئة.

سَنَنتَصِر على كل أدوات الشرّير، على كل أدوات الجَسَد.

سَنَنتَصِر بأدوات الروح: الشجاعَة، والقوَّة، والرجاء، والأمَل، والتواضع، والغفران، والعطاء، والرحمة، وبِكُل ما هو بِرّ، وبِكُل ما هو محبَّة.

"لأنَّ كل الَّذين هُم لِلمَسيح يَسوع، قَد صَلَبوا الجَسَد وأهواءَه وشهواته" (غل٥/٢٤).

سَنَنتَصِر بِصَليبك يا رب، سَنَنتَصِر بِصَليبنا.

سَنَنتَصِر بك.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، ونحن في صيامنا، أعطنا أن تكون أعيننا شاخصة إلى صليبك، صليب الخلاص، فنحمل صليبنا بفرح ونتبعك إلى حيث الحياة معك. آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***التأمّل الثالث عشر: ألقيامَة:***

لَم أنتَظِر بُزوغ الفَجر، ومَع المَريَمات ذَهَبتُ إلى القَبر!

القَبر فارِغ!

تَذَكَّرتُ كلمةً قُلتَها لنا: "حُزنكم سَيَؤول إلى فرح".

وها هي **القيامَة:**

الانتصار على الموت.

الانتصار على كل ما هو باطِل.

الانتصار على كل ما هو شَرّ.

ربّي، نعم، دستَ الموت وقمتَ، حتى يكون لنا رجاء القيامَة!

قُمتَ، حتى يكون لنا الإيمان بأننا وإن مُتنا سَنَقوم معك!

وإيماننا باطِل لولا لَم تَقُم.

ربّي، نعم، بقيامتك أصبَحنا نَرجو مُشاهَدَة وجهك، ليس في هذه الحياة وَحَسْب، بل في الآخِرَة.

ربّي، نعم، قُمتَ لتُقيمَنا معك.

فبعد أن كان موتنا بآدَم، فَبِآدَم الجديد الذي هو أنت كانت لنا القيامَة والحياة (١قور١٥/٢٢).

نعم، بقيامتك لَم نَعُد نخاف شيئاً!

لَم نَعُد نخاف الاضطهاد والعذابات.

لم نَعُد نخاف الآلام والأوجاع.

لَم نَعُد نخاف الصليب والموت.

سَنَنتَصِر على الموت.

سَنَنتَصِر على موتنا هنا، ونَتَذَوَّق طَعم القيامة هنا.

ربّي، نعم، أصبَحنا نَعلَم:

إن انتَصَرنا على كل ما هو جَسَديّ،

إن انتَصَرنا على كل ما هو أرضيّ،

إن انتَصَرنا على كل ما هو مَجد زائل،

إن انتَصَرنا على كل ما هو مُزَيَّف،

إن انتَصَرنا بك:

حَصَلنا على القيامَة هنا، وعشنا فَرَحها ونَشوَتها!

ربّي، نعم، نعرف القيامَة من هنا، لأننا نَعرِف مَواعيدك، لأننا نَعرِف حُبّك!

وبَعد، أأبقى مُختَبِئاً أم أنطَلِق إلى الساحات، إلى عائلَتي، إلى مَدرَسَتي، إلى عَمَلي، إلى دَعوَتي ورِسالَتي، وأنشر الخَبَر؟

خَبَر قيامَتِك، خَبَر قِيامَتي، خَبَر قِيامَتنا.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، ونحن في صيامنا، أعطنا أن نعرف ونؤمن بأنّنا شعب القيامة، شعب عدم الموت، بك ننتصر ونقوم ونحيا. آمين. *(صمت وتأمّل)*

ربّي عظيمة

ربي عظيمة كلّ أعمالك، يا إلهنا القدير.

عدلٌ وحقٌ، كلّ أحكامك أنت ملكُ الدهور.

من لا يمجّدُ اسمك، يا ربّ، من لا يخاف قدسك يا الله،

كلّ الشعوب لك ستنحني، لأن مجدك سيرى،

هلّلويا، هللويا هللويا آمين.

لالالا ....

- ***الختام:***

ها قد وَصَلتُ إلى الميناء.

ها قد وَصَلتُ إلَيك.

وكَم أوَدّ في مَسيرَة صَومي أن أكون قد تَعَلَّمت ،

تعَلَّمت التواضع، الغفران، العطاء، الرحمة ...

تعلَّمت المحبَّة.

إلهي، أصَلّي.

أصلّي كي أكون عرفت **المحبَّة**، كل المحبَّة:

غَفَرت لأخي، وغَفَرت دون حتى أن يسألني،

لأنَّك عَلَّمتَنا أن نَفعَل للناس ما أرَدْنا أن يَفعَلوه معنا (متى٧/١٢).

ألَم تَغْفِر لِصالِبيك مِن على الصليب، وَحَسْبُ التِّلميذ أن يكون مثل معلّمه (متى١٠/٢٤).

وكيف لا أُمهِل أخي أو أسامحه على خطأه، على دَينه الصغير، وأنتَ قد أعفَيتَني من كل دَيني الكبير وسامَحتَني (متى١٨/٢٣-٣٥).

فأكون قد عَرَفتُ حقاً المحبَّة.

إلهي، أصَلّي، كي أكون قد عرفت **الرحمة** وأعمال الرحمة.

أعطي الجائع ولا أكون كَمَن قتله، كما يعلِّمنا الآباء.

إلهي، أصَلّي، كي أكون قد عرفت **التوبة**،

وتكون لي جرأة الابن الذي ضَلّ، آتيك باكِياً بُعدي عَنك.

أصلّي أن أكون بِتَوبَتي قد اكتَشَفت محبّتك.

إلهي، أصَلّي، أن أكون قد عَرَفت **الصلاة**،

وإن الصلاة هي علاقة معك، هي تواصُل معك.

إلهي، وإن صَلَّيتُ، أقول لك: "أبانا".

ولي اليقين أنَّك عرفتَ حاجتي حتى قبل أن أعرفها أنا!

إلهي، أصَلّي، كي أكون عرفت **التواضع** وتخَلّيت عن كِبريائي وأنانِيَّتي،

فلا أقِف أمامك أُمَنِّنك: أنا أصوم، وأصلّي، وقد قدّمت المال لبناء كنيسة وقد أسنى على عَمَلي البشر!

ولست مثله خاطئاً ...!

بل سأعرِف أين أجلس في حضرتك وأبكي خطاياي وأنانِيَّتي وجَهلي (لو١٨/٩-١٤).

أصلّي كي يكون تواضعي من ثمارك: ثِمار المحبَّة.

إلهي، أصَلّي، في صِيامي أن أكون قد عرفتك،

حتى إذا ما دَعَوتَني إلى عرسك، لا أخلق لِنَفسي التبريرات وأقول: "لا وقتَ لَدَيّ"، بل أترك كل شيء وأدخل إلى وليمتك وأكون من المختارين (متى٢٢/١-١٤).

إلهي، أصَلّي، كي يكون لي اليقين بأنك لن تتركني أُمضي النهار كلّه دون أن تَدعوني حتى وَلَو لم يبقَ لي إلاّ ساعة واحِدَة (متى٢٠/١-١٦)، آتي إليك أنا التَّعِب لأنَّ عندك الراحة (متى١١/٢٨).

ولا أهتم للغَدّ لأنَّك معنا (متى٦/٣٤).

ولا رَبّ إلاّ أنت (متى٦/٢٤).

لا المال ولا المراكز ولا أي شيء آخر ...! كل شيء باطِل دونك.

وسأكون حاضِراً كالعذراء العاقِلَة، مصباحي مَملوء زَيتاً أبداً لاستقبالك، دائماً وفي أي وقت (متى٢٥/١-١٣).

ربّي، معك، لا أخاف العاصِفَة (متى٨/٢٣-٢٧)، ولا أضعف، وأصلّي كي لا أكون الزؤان بين زرعك الطيّب (متى١٣/٢٤-٣٠).

ولا أكون من مُسَبِّبي الزلاّت لأحد إخوَتي الصغار (متى١٨/٦-١١)، ولا أكون مُشَكِّكاً لأخي بِعِلمي ومَعلوماتي (روم١٤/١٣-٢٣).

ربّي، أعدك بأني سأكون كالطفل، فَتَكشِف لي حكمتك (متى١١/٢٥).

أعدك أن لا أكون الزقّ البالي، ويتلف إذا ما وُضِعَت فيه الخَمرَة الجديدة،

سأكون جديداً كي أقبل خَمرتك – دمك، تُحفَظ ولا تُراق (متى٩/١٦-١٧).

إلهي، أعدك أن أكون أخاك وأختك وأمك (متى١٢/٥٠)،

لأني سأسمع من أمك وأمي وأفعَل: "افعَلوا ما يأمركم به" (يو٢/٥).

فأكون ملح الأرض ونور العالَم. آمين. *(صمت وتأمّل)*

باركي يا نفسي الرب

القرار : باركي يا نفسي الربّ ولا تنسي كلّ حسناته (٢)

باركي يا نفسي الربّ، باركي يا نفسي الربّ، باركي يا نفسي الربّ، باركي (٢).

١- الذي يغفر كلّ آثامك، الذي يشفي جميع أمراضك،

وينجي من الحفرة حياتك، وبالرحمة دوماً يكلّلك، باركي يا نفسي الرب.

٢- الذي يشبع بالخير عمرك فيجدد كالنسر شبابك، الذي يملأ احتياجاتِكِ.

باركي ربّك يا نفسي باركي، باركي يا نفسي الربّ.

- ***قدوس:***

قدوس ، قدوس ، قدوس ،... .

نصلّي كي يكون الروح مَن ألهَمَنا وأمسَكَ بيدنا . آمين.