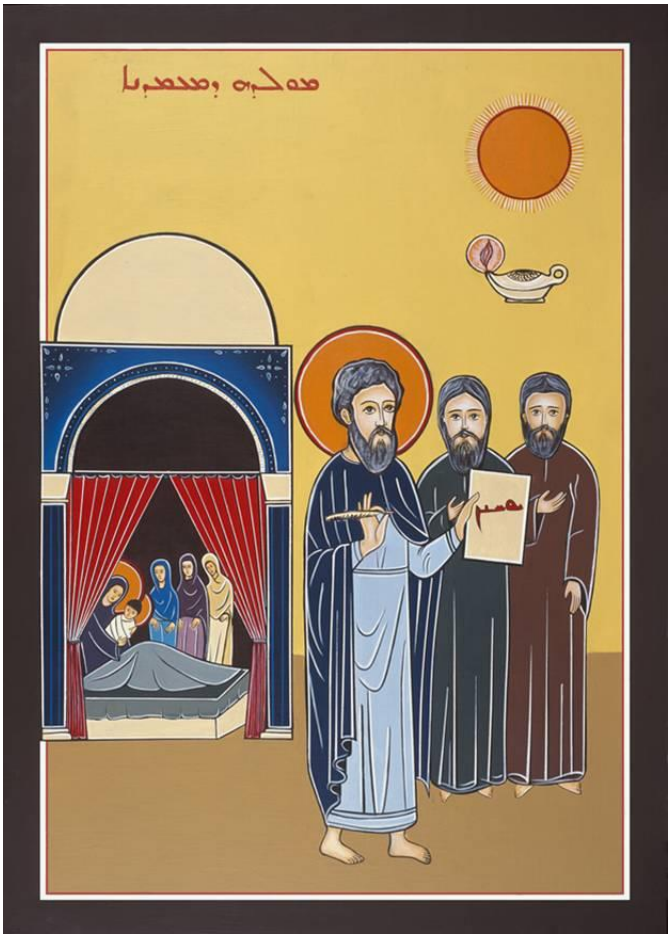
ساعة سجود أمام القربان المقدَّس
وتأمّل في "الصّمت والصّوت"



"سَكَتَ لِسانُكَ ليتكلمَّ قلبُكَ، وسَكَتَ قلبُكَ ليتكلمّ اللهُ"

قاعة مار نعمةالله - دير طاميش

في ٣ / كانون الثاني /٢٠١٩

نصلّي في هذه السّاعة كي نعرف الصّمت، ونصغي، فنكون الصّوت الصارخ. آمين.

➢ ***ترنيمة الدخول:***

يا جميعَ الشعوبِ (مز ٤٧)

يا جميعَ الشعوبِ صفِّقوا بالأكُفِ،

إهتفوا لله بصوتِ ترنيم (٢)

فإنَّ الربِ صالحٌ، قدوسٌ، ملكٌ، عظيمٌ، عظيمٌ على جميعِ الأرض.

حيٌّ المسيحُ ربُنا، حيٌّ رجانا وميراثُنا

عن يمينِ الله في الأعالي، يسوعُ المسيحُ الفادي.

أشيدوا لله أشيدوا، أشيدوا لمَلِكِنا أشيدوا.

فإنَّ الربَّ هو مَلِكُ الأرضِ كُلِّها، اشيدوا بصوتِ ترنيمٍ

مَلَكَ الله على الأممِ، الله العلي، ملكٌ مدى الدُهور.

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

➢ ***صلاة البدء:***

يا ربّنا وإلهنا، أعطنا نحن السّاجدون أمامك، أن نعرف الصّمت، الصّمت المقدّس، كي نصغي إليك، إلى ذواتنا، إلى اخينا الإنسان، إلى الطبيعة التي خَلَقت.

أعطنا أن نقول بصوت يوحنا المعمدان، ما سمعناه في داخلنا.

نقول الحق، نشهد للحقيقة التي هي انتَ وحدك.

نكون صوتك، صوت بشارة الحياة، إلى أقاصي الأرض. آمين.

➢ ***<u>التأمّل الأول:</u>*** <u>صمت الله :</u>

"قالت صهيون: "تركني الربُّ! تركني ونسيني السيِّدُ." فأجاب الرب: "أتنسى المرأةُ رضيعها، فلا ترحمَ ثمرةِ بطنها؟ لكن ولو أنّها نسيت، فأنا لا أنساكِ يا أورشليمُ". (أش٤٩/١٤-١٥.).

وتقول يا رب: لا أفكاري أفكارَكم، ولا طُرُقُكُم طُرُقي (أش٥٥/٨).

يا ربّنا، كم قلنا عنك أنّك صامت! ولا تسمع! فنرى هذا الصّمت وكأنّه غياب عن حياتنا، وكأنّه تخلّي عنّا.

لا نرى ولا ننتبه إلى صوتك وحضورك الدائم في حياتنا!

يفوتنا أنّك، وعلى مدى التاريخ، تسمع أنين الشعوب (خر٣/٧)، وصراخ المعانين (تك١٦/١١).

وتسمع الأدعية، كما سمعتَ لزكريا وإليصابات (لو١/١٣).

يفوتنا أن صمتك أحيانًا يكون انعكاسًا لصبرك (أش٥٧/١١)؛

فأنت تصبر على ضعفنا وخطيئتنا، كي نعود إلى توبتنا وسلوك طريق خلاصنا.

وأحيانًا كثيرة، قد لا نطيق نحن سماعك، كما فعل شعبك مع موسى: "كلّمنا أنت فنسمع، ولا يكلّمنا الله" (خر٢٠/١٩).

وها أنت يا الله الإبن، تختار الصّمت الطوعي في أحشاء مريم، أحشاء الإنسان، لا لتُخلّقَ أنت، بل لتعود خَلقَنا من جديد.

تختار الصّمت أمام متّهميك وجلاّديك (متى٢٧/١٢-١٤)، لتعطينا بموتك وقيامتك الخلاص الأبدي.

<u>الجماعة:</u> يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن نعرف أنّك كلّي الإصغاء، وأنك تصغي إلينا من خلال صمتك. أعطنا الإيمان أن أذنيك لا تثقُلا عن السماع (أش٥٩/١). وأنّك المستجيب لنا قبل أن نسألك (متى٦/٨). آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***<u>التأمّل الثاني: صمت زكريّا:</u>***

"لكنّك ستُصاب بالخرس، فلا تقدِرُ على الكلامِ إلى اليومِ الذي يحدثُ فيه ذلكَ" (لو١/٢٠).

يا ربّنا، أردت أن يصمت زكريّا، كي تصمت في ذاته كلّ أفكار العالم، وتنفتح آذان قلبه إلى كلمتك.

أردته في صمته أن يحبل بالكلمة تسعة أشهر، لتُولد من فمه صوت نشيد شكر وبركة لعظمتك ورحمتك، ولتحقيق وعدك بالخلاص (لو١/٦٧-٧٩).

ألم تقل يا رب لنيقوديمس أنّه يجب عليه أن يولد من جديد (يو٣/٣).

فها زكريا الكاهن، قد وُلد جديدًا، مُعمّدًا من الروح القدس (يو١/٦٧).

ومريم أمّك وأمّنا، ألم تصمت؟ تحفظ كل ما تسمعه وتتأمّل به في قلبها (لو٢/١٩).

وبولس رسولك، ألم يصمت ثلاثة أيام عندما دعوته؟ ليعود إلى الصوت، صوت الحق، عند ولادته الجديدة من الماء والروح القدس، عند قيامته من الموت (أع٩/١-١٩).

ومريم، أخت لعازر ومرتا، ألم تختار النّصيب الأفضل في صمتها وسماعها لكلمتك، بينما مرتا اختارت عدم الصّمت والسماع لمنطق البشر (لو١٠/٣٨-٤٢).

ومار يوسف، ألم يصمت، ليقبل منك المهمّة التي أوكلت إليه؟

يا ربّنا، صمتَ زكريا، وصمتَ كلُّ بار، كي يصغي إلى صوتك.

هو صمتٌ مقدّس.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن نعرف أنّنا بالصمت نضع أنفسنا في موقف استقبال لك ولحبّك ولمصداقيتنا.

أعطنا ان نعرف أنّنا بالصّمت نترك للحقيقة أن تتكلّم في داخلنا، فنتحرّر من كل ما هو مزيّف وسطحي، فنصبح ذاتنا. آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***التأمّل الثالث: صمت الإنسان:***

يا ربّنا، نحن نخاف الصمت، كي لا تظهر حقيقتنا، تظهر سيئاتنا.

لا أريد أن أصمت، أصغي إلى ذاتي، فأنا لا أرى في ذاتي إلا الأشياء السيئة.

لا أريد أن أصمت، كي أصغي إليك يا إلهي، كي لا أصبح عريانًا أمامك.

لا أريد أن أصمت، كي أصغي إلى أخي الإنسان، كي لا يكون هو أفضل منّي، أو أراني مضطرّا إلى مد يد المساعدة إليه.

فاتني، أنّي بصمتي وإصغائي، أكتشف ذاتي الجميلة، أعمالي الجيّدة.

فاتني، أنّي بصمتي وإصغائي، أعرفُكَ يا الله، أعرف حبّك ورحمتك.

فاتني، أنّي بصمتي وإصغائي، أعرف حقيقة أخي الإنسان الذي هو أيضًا على صورتك.
يا ربّنا، أنت تطلب إلينا، أن نسمع (تث٥/١)، كي تكون شريعتُكَ في ضمائرنا وفي قلوبنا (إر ٣١/٣٣).
تريدنا ان ندخل إلى عمق أعماقنا كي نلتقي بك، ونلتقي بذواتنا وبالآخر.
تُفهمنا بأنّ الإنسان هو إصغاء.
والإصغاء هو عطيّة، هو نعمة، أنت من تعطيناها يا الله.
الإصغاء هو فعل حبٍّ لك وللذات وللآخر.
الإصغاء يُشعِر كل منّا والآخر بالوجود، وأنّه محبوب بشكل مجّاني.
الإصغاء يحرّر من كل قيد أو حكم مسبق.
الإصغاء هو فتح القلب وليس الأذن فقط، لسماع الكلمة (أع١٦/١٤).
الإصغاء هو الموت عن الرغبة في الكلام كي أوجِدْ فراغًا في داخلي لمن أصغي إليه. فتفسح المجال للاصغاء إلى كلمتك يا الله التي خلقَتنا (تك١/٢٦-٢٧). كلمة الله التي تعرفنا أكثر من معرفتنا لذواتنا (القديس أغسطينوس).
فنعمل بكلمتك ونطيعها (متى٧/٢٤-٢٦)، وتكون طاعتنا طاعة الإيمان (رو١/٥).
الصمت، هو الذهاب إلى الذات، كما ذهب الابن الضال فعرف محبّة ورحمة أبيه (لو١٥/١٧).

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن نعرف الصمت، لردم الهوّة بين أقوالنا وأعمالنا. أعطنا نعمة الصمت، فنعرف الحب المجاني، الذي هو أكثر سعادة وفرح وسلام. آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***التأمّل الرابع: صوت الله:***

"اليوم، إذا سمعتم صوته فلا تقسّوا قلوبكم" (عب٣/٧).
يا ربّنا، أنت وحدك تستطيع أن تفتح آذاننا لنصغي (أش٥٠/٥).
فلا يكون سماعنا كسماع آدم وحواء، نختبئ عند سماعنا لصوتك كي لا ترى عرينا (تك٣/٨-١٠).
نختبئ مع إيليا عند سماعنا صوتك (١مل١٩/١٣)، مهابةً.
بل يكون سماعنا لك كسماع إبراهيم الذي سمع كلامك وحفظ وصاياك (تك٢٦/٥).
كسماع أمّنا مريم التي سمعت وعملت (لو٨/٢١).
لا نكون غير فاهمين ما نسمع (أش٦/٩)، منتبهين كيف نسمع كلامك (لو٨/١٨).

لا نكثر في الكلام في وقت سماعك (سي٤/٣٢)، أو نمتنع عن سماعك عندما تكلّمنا (أش٤/١٦).

بل بآذانٍ سامعةٍ نسمعك (مز٤٥/١٨).

السماع لصوتك أفضل (إر٥/٦٢). ولا نسمع للعرافين (إر٩/٢٧)!

يا إلهنا، كلّمت شعبك من وسط النار (تث١٢/٤)، وفي المياه الغزيرة (حز٢٤/١)، وصوت جمهور (دا٦/١٠)، دون أن يروا صورتك.

وعدت بأن تقيم من بين شعبك نبيًّا تضع في فمه كلامَكَ، فينقل إليهم جميع ما تُكلّمه به (تث١٨/١٨).

وها أنت في ملء الزمن، تكلّمنا بالابن (عب٢/١).

وأنت يا ربّنا يسوع، تدعونا لسماع كلمتِكَ التي هي كلمة الآب، فنكون قد بيّنّا عن حبّنا لك، فأحبّنا الآب، وأتيتما معًا إلينا وأقمتما عندنا (يو١٤/٢٣-٢٤).

ولكنا! كم صرخنا بصوت عالٍ: اصلبه (لو٢٣/٢٣)، وطالبنا أيضًا بصوتٍ عالٍ برجم اسطفان (أع٧/٥٧)، وبإزالة بولس عن وجه الأرض (أع٢٢/٢٢)!

وفي المقابل تصرخ بصوت عظيم وتُسلِم الروح (متى٢٧/٤٦)، كي تكون لنا الحياة بملئها (يو٣/١٦).

<u>الجماعة:</u> يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن نسمعَ صوتك: "هذا هو إبني الحبيب الذي به رضيتُ، فله اسمعوا" (متى١٧/٥)، فنعرفك من معرفتنا ليسوع، ونراك في رؤيتنا له (يو١٤/٩)، نسمع كلامك فنكون من الله (يو٨/٤٧). آمين. *(صمت وتأمّل)*

ملكُ المجد

القرار: ملِكُ المجدِ آتٍ افتحوا الأبوابَ، إفرحوا يا شعوبُ وارفعوا الهُتاف.

*مَن هو ملكُ المجد كيف ندعوه هو مَن به كلّ الشعبِ موعود.

*في كلِّ الأرض ذاع مجدُ فادينا، الساكن بيننا بلمسة يشفينا.

*أعطى حياته لمنح الخلاص هو حامل كلّ خطايا الناس.

*قامَ إلهنا فقهَرَ الخطيئة أعطى من السماء رؤيا جديدة.

➢ ***<u>التأمّل الخامس: صوت يوحنا المعمدان:</u>***

"تعرفونَ الحقَّ، والحقُّ يحرّركم" (يو٨/٣٢).

يا ربّنا، عرف يوحنّا السابق، الحق، فكان حرًّا حريّة أولاد الله (رو٨/٢١).

فلا شيء قيّده؛ لا مركز، لا رغبة جسد، لا مأكل، ولا حتى لباس.

عاش حرًّا في الداخل، فكان حرًّا من الخارج أيضًا.

لا المقامات منعته من قول ما يجب أن يقول، ولا السلطات أرهبته كي لا يقول الحقيقة.

هو الصوت الصارخ، المنادي بتهيئة طريق الرب، فلا جبل أو وادٍ يقف في وجه هذه الطريق، والطرق المعوجّة والوعرة تستقيم وتصبح سهلة (لو٣/٤-٥). وبصوته يدعو إلى معموديّة التوبة (مر١/٤).

ويُعلّم بالرحمة وعدم الظلم وعدم الأنانية والجشع (لو٣/١٠-١٤).

وهو لا يطلب أيَّ شيءٍ لذاته (١كور١٣/٥)، فهو لا يستحق ان يحلّ رباط حذاء الآتي ليُعمّد بالرّوح القدسِ والنار(لو٣/١٦).

وها صوته يشهد: "هذا هو حمل الله الذي يرفعُ خطيئةَ العالم" (يو١/٢٩).

فوقع هذا الصوت في أذني تلاميذه، فتبعا يسوع (يو١/٣٧).

ليكون لسان حالهم مع أيوب: "سمعتُ عنكَ سمع الأذن، والآن رأتكَ عيناي" (أي٤٢/٥).

<u>الجماعة:</u> يا ربّنا وإلهنا، أعطنا نحن الّذين عرفناك، أن نكون مع يوحنا المعمدان الصوت الصارخ، فندعو بدءًا منّا إلى إعداد طريقك، طريق الخلاص. آمين. ***(صمت وتأمّل)***

➢ ***<u>التأمّل السادس: صوت الضمير:</u>*** *(تعليم الكنيسة الكاثوليكية: ٤٦ – ١٧٧٦ ... ١٨٠٠ – ٢٠٧١).*

الضمير "شريعةٌ من روحنا ولكنّه يتجاوز روحنا، ويُصدِر إلينا أوامر، ويشعر بالمسؤوليّة والواجب، والخوف والرجاء (...) إنّه رسول ذاك الذي يكلّمنا من وراء الستار، في عالم الطبيعة كما في عالم النعمة، ويعلمنا ويحكمنا. الضمير هو الأوّل بين جميع نوّاب المسيح". (نيومن، رسالة إلى دوق نورفلك، ٥)

يا ربّنا، زرعتَ فينا الضمير، كي يكون صوتك، كي يكون المنبّه لحياتنا وأقوالنا وأفعالنا.

فيكتشف الإنسان في ذات ضميره ناموسًا لم يصدر عنه، صوته يدعو إلى حب الخير وعملِهِ، وإلى تجنّب الشر، ويدوّي أبدًا في آذان قلبه. إنّه ناموس حفرته يا الله في قلب الإنسان.

خلقت فينا الضمير، ليكون الهيكل الذي ننفرد فيه إليك ونسمع فيه صوتك.

يا ربّنا، الإنسان مُلزم بالخضوع لحكم الضمير. فإما ان يكون الضمير صالحًا أو لا يكون.

والضمير الصالح يُنيره الإيمان الحقيقي، لأنّ المحبّة تصدر في الوقت ذاته "من قلبٍ طاهرٍ وضميرٍ صالحٍ وإيمانٍ لا رياءَ فيه" (١تي١/٥).

والضمير الصالح، يُذكِّر الإنسان بالغفران الذي يجب أن يُطلب والخير الذي يجب أن يُمارَس، والفضيلة التي يجب أن تُتوخّى بلا انقطاع وبنعمة الله.

وعندما يصغي الإنسان إلى الضمير الأخلاقي، يُصبح بإمكانه سماع الله الذي يتكلّم.

والوصايا نعرفها بالوحي الإلهي الذي تعرضه علينا كنيستك وبصوت الضمير الأخلاقي.

وعندما يصغي الإنسان إلى شهادة المبروؤات وإلى صوت ضميره، يستطيع أن يبلغ إلى اليقين في ما هو من وجود الله، مصدر كلُّ شي وغايته.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا ضميرًا صالحًا، فنسمع له، فنكون قد سمعنا لصوتك، ولك وحدك أدّينا العبادة (يش١٤/١٤). آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***التأمّل السابع: صوت الكنيسة:***

"إن سكت هؤلاء، فالحجارة تهتف" (لو١٩/٤٠).

يا ربّنا، كنيستك لا يمكنها أن تسكت، فهي سمعت صوتك تقول: "مَن أُرسل، من يكون رسولاً لنا"؟

فقالت بلسان النبي: "ها أنا لك، فأرسلني" (أش٦/٨).

وها هي صوتُك في العالم؛ إلى الأرض كلّها وصَلَ صوتُها، إلى أقاصي المسكونة أقوالُها (رو١٠/١٨).

هي عرفت أنّ الإيمان من السماع، والسماعُ هو من التبشير بالمسيح (رو١٠/١٧).

تدعوها لعدم الخوف من الذين يجدفون على اسمك (أش٣٧/٦)، ولا من الذين يعيّرونها أو يشتمونها (أش٥١/٧)، ولا من الذين يضطهدونها (يو١٦/٣٣).

هي تصرخ إليك رافعة الدعاء والصلاة كما رفعها سليمان الملك، طالبةً إليك السماع، لتشفع بأبنائها (٢أخ٦/١٩-٣٩). وأنت تسمع أيضًا وأيضًا (تث٩/١٩).

صوتها، صوت الراعي الصالح الذي يدعو خرافه بأسمائها فتعرفه وتتبعه ويضحي بذاته في سبيلها (يو١٠/١-١٧).

وهي مع كنيسة السماء تصرخ: "صار مُلكُ العالم لربّنا ولمسيحه، فيملكُ إلى أبد الدهور" (رؤ١١/٥).

وهي العروس تقول مع الروح: "تعال"!، ومن سمع يقول: "تعال"! (رؤ٢٢/١٧).

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا نحن كنيستك أن نكون صوتك، صوت الراعي الصالح الذي يبحث عن خرافه ليجدها ويجمعها كلها في حظيرة واحدة، أنت بابُها. آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***مناجاة:***

"يا إلهنا، لا تكن ساكتًا. لا تصمُت ولا تهدأ يا الله" (مز٨٣/٢).

يا ربّنا، أسمعنا صوتك دائمًا، كما أسمعتَ صوتك للريح فهدأت (مر٤/٣٩).

أسمعنا صوتك بأعلاه كما أسمعته للعازر، فقام من قبره (يو١١/٤٣-٤٤).

أسمعنا يا ربّنا سرورًا وفرحًا، فتبتهج عظامنا المسحوقة (مز٥١/١٠).

أسمع صوتك لعظامنا اليابسة فتعود إليها الحياة (حز٣٧/٤-١٠).

أعطنا أن نعرف نعمة الصمت، حتى نعرف الإصغاء، فنذهب إلى عمق أعماقنا، وهناك نفتح الباب لاستقبال روحك القدوس، فيدخل ويجددنا.

يا مريم أمّنا، أنت التي عرفت الصمت والتأمّل، عرفت استقبال الكلمة والعمل بها، علّمينا أن نحبّ بصمت، نصلّي بصمت، فيعطينا الروح القدس أن نشارك ابنك في صلاته والتأمّل في تجسّده وآلامه وموته وقيامته.

يا ربنا، أعطنا آذانًا مفتوحة (مز٤٠/٧)، فنصغي إليك، إلى ذواتنا، إلى أخينا الإنسان، الصغير كالكبير (تث١/١٧).

ولا نُسمع غيرنا ما نسمعه من كلام مسيء، ممتنعين عن الثرثرة (سي١٩/٧).

فنكون قد دخلنا في منطق حبّك، الحب المجاني، فيأتي الروح القدس، ويزعزع بصوته عليّتنا (أع٢/٦)، فنمتلئ منه، فننطلق إلى بيوتنا ومن حولنا، وإلى الأقاصي، صارخين، مسبّحين مع الملائكة: "المجد لله في العُلى وفي الأرض السلام للحائزين رضاه" (لو٢/١٤). 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. إرحمنا، أيها الربُّ الإلهُ الضابطُ الكل، إرحمنا. لك نُسبِّح. لك نُمجِّد. لك نُبارك. لك نسجُد. وبكَ نعترف. غُفرانَ الخطايا والذنوب منكَ نطلب. فاشفَق، اللهُمَّ، علينا راحماً، واستجبْ لنا.

يا رعاة أخبرونا

– يا رعاةُ أخبرونا هل جرى أمر غريب
يا سعاةُ بشّرونا، أعلنوا السر العجيب
القرار: المجد لله في العلى والسلام في الأرض على من أرضاه (٢)
– قد أضاء في السماء كوكبٌ زاهٍ جديد
رنَّ لحنٌ في الفضاء وصدى الجوِّ يعيد
– أبشروا كل العباد واعلموا يا عالمين
قد أتانا اليوم فادٍ، هللوا يا مؤمنين
– أسعدي يا بيت لحم، ربنا فيك يقيم
عنك يمحي كل هم، مجد مولانا العظيم

➢ ***المرجع:***

- الكتاب المقدّس
- التعليم المسيحي للكنيسة الكاثوليكيّة
- معجم اللاهوت الكتابي – دار المشرق
- فهرس الكتاب المقدّس – جمعيّة الكتاب المقدّس
- كتاب "إنطلق نحو الأرض التي أُريك" – الأب رامي الياس اليسوعي – منشورات أخوات يسوع الصغيرات.

➢ ***زوروا :***

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

نصلّي كي يكون الروح مَن ألهَمَنا وأمسَكَ بيدنا . آمين.