ساعة سجود أمام القربان المقدس

وتأمّل في "الثبات"

الأخوة والأخوات في المسيح،

نصلّي في هذه الساعة على نيّة كل أحدٍ منّا، تزعزع في إيمانه ورجائه ومحبّته، كي يعود إلى كلمة الله الرب: "أثبتوا فيَّ (يو١٥/٤)، كي يكون الرب، ثباتنا، وعزاءنا، ورجاءنا. آمين.

– في حال عدم التمكن من اللقاء في الكنيسة، بسبب الحجر، للتأمل والصلاة أمام القربان المقدس. نقترح على إخوتنا المتابعين أن تُصلّى هذه الساعة جماعياً، مع الساكنين معاً، وأن يُحضَّر مذبح، يُوضع عليه صليب، وكتاب مقدس مفتوح، وشمعتان مُضاءتان وباقة زهور –

دير طاميش في ٢٠٢١/٢/٤

➢ ***نشيد الدخول:*** ***باركي يا نفسي الرّبَّ***

باركي يا نفسي الرَّبَّ ولا تَنسي كلّ حسناته (٢)

(باركي يا نفسي الرَّبَّ (٣) بـــــــــــــــاركـــــي)٢

الّذي يشفي كلَّ آثامك الّذي يشفي جميع أمراضك

وينجّي من الحفرة حياتك وبالرّحمة دومًا يكلّلك

باركي يا نفسي الرب.

الذي يُشبع بالخير عمرك فيجدد كالنسر شبابك

الّذي يملأ احتياجاتك باركي ربّك يا نفسي باركي

باركي يا نفسي الرب.

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

➢ ***صلاة البدء:***

يا ربّنا وإلهنا، نعيش في هذه الأيام ظروفًا صعبةً: مرض، وباء، ضيقة، فقر وعوز، موت، ألم، حزن، شك، خوف، قلق، ... وقد نكون لا نرى نور أملٍ ورجاءٍ وخلاص.

أهّلنا يا إلهنا، كي نكون أبناء، ولنا ثقة الأبناء، ونكون ثابتين في إيماننا ورجائنا ومحبّتنا. أعطنا أن نعرف أنّك أنت مَن تشدّدنا في إيماننا وتزيدنا (مر٩/٢٤)؛ أنتَ تثبّتنا في رجائنا، وأنت تعيننا في محبّتنا. آمين.

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

يا ربّنا وإلهنا، أنت هو هو، بالأمس واليوم وإلى الأبد (عب١٣/٨).

"أنتَ في البدءِ أسَّستَ الأرضَ، والسماوات صُنعُ يَدَيك، هي تزول وأنت تبقى، وكُلُّها كالثّوبِ تَبلَى، وطَيَّ الرِّداءِ تَطويها وكالثوب تتبدَّل، وأنتَ أنتَ وسِنوُّكَ لا تنتهي" (عب١/١٠-١٢).

وعرشُكَ يا الله ثابِتٌ إلى أبد الدهور (عب١/٨).

وماذا نقول عن وعدِكَ لنا، فإذا كان عهد الإنسان لا يمكن لأحد أن يُبطلهُ أو يَزيدَ عليه إذا كان ثابتًا، فكيف بوعدك؟ (غل٣/١٥).

أنت لمّا أردتَ أن تبرهن لورثة وعدك، أي لنا، عن ثبات إرادتكَ، عزّزتَ قولك بِقَسَم.

فكان لنا الوعدُ والقَسَم، وها أمران ثابتان يستحيلُ أن تَكذِبَ فيهما يا الله. ما يشجّعنا كلَّ التشجيع، نحن الورثة الّذين التجأنا إليك، على التمسُّك بالرجاء الذي جعلته لنا، وهذا الرجاءُ لنفوسنا مرساةٌ أمينةٌ متينةٌ (عب٦/١٧-١٩).

فالأساس، أي الخلاص الذي أعطيتناه بابنك يسوع، وتعليمه ومثله، وإظهار حبّك اللامحدود لنا، هو أساسٌ متين وضعته لنا، هو حجر زاوية إيماننا ورجائنا، وهذا الأساس يبقى ثابتًا إلى الأبد (٢تم٢/١٩-).

يا إلهنا، نحن نشكرك، لأنّه في الوقت الذي لا نرى شيئًا ثابتًا، ولا شيئًا ضامنًا، ممّا يجعلنا في حالة خوف وقلق وضياع، نراك أنت الثابت في محبّتك لنا، ثابتاً في رحمتكَ، ثابتاً في إعطائنا الحياة بملئها (يو١٠/١٠)، ثابتاً إلى الأبد.

<u>الجماعة:</u> يا ربّنا وإلهنا، أعطنا الإيمان أنّك أنت معنا دائمًا (متى٢٨/٢٠)، وأنّك لا تنقض أبدًا عهدك معنا، ولا تغيّر ما خرج من شفتيك (مز٨٩/٣٥)، وأنّك أمينٌ لوعدكَ لنا (عب١٠/٢٣)، وإن كنّا غيرَ أمناء، أنت تبقى أمينًا لأنّك لا تقدر على إنكارِ نفسك (٢تم٢/١٣). يا ربّنا، أعطنا الإيمان ونحن نسمعك تقول لنا: "غير المُستطاع عند الناس، مُستَطاع عند الله" (لو١٨/٢٧). آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***<u>التأمّل الثاني: الثبات في المسيح:</u>***

"أُثبتوا فيّ وأنا فيكُم. وكما أنّ الغُصنَ لا يُثمِرُ مِنْ ذاتِهِ إلاّ إذا ثَبَتَ في الكرمَةِ، فكذلِكَ أنتُم: لا تُثمِرونَ إلاّ إذا ثَبَتّم فيّ. أنا الكرمَةُ وأنتُمُ الأغصانُ: مَنْ ثبَتَ فِيّ وأنا فيهِ يُثمِرُ كثيرًا. أمّا بِدوني فلا تَقدِرونَ على شَيءٍ. مَنْ لا يَثبُتُ فيّ يُرمى كالغُصْنِ فيَيبَسُ. والأغصانُ اليابِسَةُ تُجمَعُ وتُطرَحُ في

النّارِ فتَحترَقُ. إذا ثَبَتّم فيّ وثبَتَ كلامي فيكُم، تَطلُبونَ ما تَشاؤونَ فتنالونَهُ. بهذا يَتمَجّدُ أبي: أنْ تَحمِلوا ثَمَرًا كثيرًا فتكونوا تلاميذي. أنا أحِبّكُم مِثلَما أحبّني الآبُ، فاَثبُتوا في مَحبّتي. إذا عَمِلتُم بِوصاياَيَ تَثبُتونَ في مَحَبّتي، كما عَمِلتُ بوصايا أبي وأثبُتُ في مَحبّتِهِ. قُلتُ لكُم هذا ليَدومَ فيكُم فَرَحي، فيكونُ فرَحُكُم كامِلاً." (يو١٥/٤-١١).

يا ربّنا، نعم، في ثباتنا بك حياة، وفي بُعدنا عنك يباسٌ وموت.

في ثباتنا بك، وبكلمتك، تحقَّقت حاجاتنا وأمنياتنا ورغباتنا.

في ثباتنا بك، حملنا الثمار، ثمار الخلاص للعالم، ومجّدك بنا الله الآب (يو١٧/١٠).

في ثباتنا بك، ثبات في محبّتك.

في ثباتنا بك، كان لنا الفرح الكامل.

في ثباتنا بك، يكون لنا الثقة والاطمئنان عند مجيئك (١يو٢/٢٨).

في ثباتنا بك، نخوضُ بثباتٍ كل صراع معروض علينا، لأنّا نكون محدّقين إليك، أنت مُبدئ إيماننا ومتمّمه، أنت الذي تحمل الصليب، مستخفًّا بالعار (عب١٢/١-٢).

في ثباتنا بك، نصل إلى ملء قامتك (أفس٤/١٣).

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا الإيمان أنّنا في اعترافنا بك ربًّا وإلهًا، تكون ثَبتَّ فينا ونكون ثبتنا فيك (١يو٤/١٥). آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***التأمّل الثالث: الثبات في الفضائل الثلاث: الإيمان والرجاء والمحبّة:***

يا ربّنا وإلهنا، وكيف نثبت؟! والجوع والقلق والخوف والموت يحاصروننا؟

كيف نثبت، والإنسان الذي ائتمنته على شعبك، أحبَّ مجد العالم على الجلوس معك في ملكوتك، فكان أن سبب في فقدان الأمل لدى أولادك، حتى اليأس الشديد؟

كيف نثبت، والأنباء من حولنا تنذر بعظائم الأمور؟

كيف نثبت، والإعلام ووسائل التواصل الاجتماعي تتسابق في نشر الأخبار المحبطة للعزيمة ورغبة العيش؟

تحضر أمامنا صورة الغزال الذي يهرب من الأسد اللاحق به ليفترسه، ومع أنّ الغزال أسرع مرّتين من الأسد، إلاّ أنّ سرعته تخفّ وتبطأ بسبب الخوف والنظر وراءه، فيقع ضحيّة أنياب مفترسه.

يا ربّنا، نعم، هذه حالنا، مع أنّك أعطيتنا الإيمان الذي ينقل الجبال (متى١٧/٢٠)، والرجاء الذي لا يخيب (رو٥/٥)، رجاء القيامة للانتصار على كل موت (١قور١٥/٥٥-٥٧)، وبيّنت لنا محبّتك التي أحببتنا فيها إلى الغاية (يو١٣/١)، نرى أنفسنا نقع فريسة الضعف والخوف!

ننسى الصلاة التي أنت دعوتنا إلى المواظبة عليها باستمرار كي لا ندخل في محنةٍ (متى٢٦/٤١).

ننسى كلمتك التي تغذّينا وتقوّينا في كل وقت: "ثقوا، أنا غلبت العالم" (يو١٦/٣٣).

ننسى أن نحمل أسلحة جهادنا الروحي للمقاومة في يوم الشر ونثبت، نثبت متمنطقين بالحق، لابسين درع الاستقامة، منتعلين الحماسة في إعلان بشارة السلام والحب، حاملين الإيمان ترسًا، لابسين خوذة الخلاص، متقلّدين سيف الروح الذي هو كلمتك (أف٦/١٣-١٧).

ننسى أنّك أنت حرّرتنا من كل عبوديّة، لنثبت أحرارًا (غل٥/١).

ننسى ما تعلّمناه من علمٍ يقين (٢تم٣/١٤).

ننسى أنّا إذا ثُبتَ فينا كلامك الذي سمعناه منذ البدء، ثبتنا في الآب والابن (١يو٢/٢٤).

ننسى أنّا إذا عملنا في وصاياك، ثبتنا فيك وثبتَّ فينا، وعرفنا أنّك ثابتٌ فينا من الروح الذي وهبته لنا (١يو٣/٢٣).

ننسى أنّ حبّ بعضنا بعضًا يثّبتُكَ فينا وكَمُلَت محبتك فينا (١يو٤/١٢).

لأنّك محبّة، من ثبت في المحبّة، ثَبُتَ فيك يا الله وثبَتَّ أنتَ فيه (١يو٤/١٦).

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، نحن نضعف في كلّ وقت وخاصّة عند ساعة الامتحان، أعن ضعف إيماننا (مر٩/٢٤)، وأعطنا أن نعمل بمشيئتك دائمًا لتكون ثابتًا فينا إلى الأبد (١يو٢/١٧). آمين.

(صمت وتأمّل)

➢ ***التأمّل الرابع: الله يثبّتنا:***

يا ربّنا وإلهنا، أنت تطلب منّا الثبات، والثبات في الإيمان والرجاء والمحبّة؛

الثبات في المحن والظروف الصعبة وأمام المرض والألم، والأضطهادات والموت.

وهل نقدر دون نعمتك، دون تثبيتك أنت لنا؟

وكيف نثبت أمام كل هذه، إن كنتَ لا تعيننا؟ (١مل٣/٥٣).

يا إلهنا، أنتَ إله كلِّ نعمةٍ، الذي دعانا إلى مجده الأبديّ في المسيح يسوع، أنت مَن يجعلنا كاملين، بعد تألّمنا، وتثبّتنا وتقوّينا وتجعلنا راسخين (١بط٥/١٠).

يا ربّنا، أنت تثبّتنا (١مل٢/٢٤).

أنت تثّبت خطواتنا (خر٤٠/٣).

أنت تُسيّرُ خطواتنا وتثبّتنا وتحفظنا في الطريق (خر٣٧/٢٣).

أنت تثبّت قلوبنا وتثبّتنا في كلِّ خير نعملَهُ أو نقولَهُ (٢تسا٢/١٧).

يا ربّنا، نعم، دونك لا نقدر، معك نقدر أن ننتصر على كلّ ضعفٍ أو تحدٍّ.

معك نقدر أن نغلب الموت وهدم حصونه.

يا ربّنا، نحن نعرف أنّنا إذا ما ثبّتنا قلوبنا بك، وعبدناك وحدك، نعم وحدك، دون شريك لك، لا مال، ولا الذات، ولا زعيم ولا أيّ شيءٍ آخر، أنت تنقذنا (١صم٧/٣).

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا الإيمان أنّك أنت تثبّتنا في المسيح يسوع (٢كور١/٢١). ونحن نعرف أنّنا نثبت بك وأنّك تثبت فينا، بأنّك وهبت لنا من روحك (١يو٤/١٣).

يا ربّنا، نحن شعبك وميراثك، نصرخ إليك في كل وقت: "مراناتا" (١قور١٦/٢٢)، تعال، أيّها الربُّ يسوع (رؤ٢٢/٢٠). آمين. *(صمت وتأمّل)*

سلّمت قلبي

سلّمت قلبي خصصت حبّي
قدّمت ذاتي لك يا ربّي
أنا لك كلّي بجملتي وأنت لي هنا في غربتي
تقودني تمشي برفقتي بروحك تقتاد خطوتي
سأهتف مجداً لك على مدى السنين سألهج بشخصك فأنت لي المعين
وأخضع لصوتك دوماً في كلّ حين نعم... آمين ... آمين...
سلّمت قلبي خصصت حبّي
قدّمت ذاتي لك يا ربّي.

- ***التأمّل الخامس: المدينة الثابتة:***

يا ربّنا، قد يكون وجعنا في كثير من الأحيان لأنّا ننظر فقط إلى أسفل. ننظر إلى الأرض وهموم الأرض ومشاكل الأرض. ولأنّا بطبيعتنا الفانية، بهذا الجسد الترابي، نرى أنفسنا مشدودين إلى حاجاته ورغباته.

يغفل عن بالنا أنّ هذا الجسد ليس للتراب، هو للمجد، فأنت لبست الجسد عينه، لكنّك مجّدته في آلامك وقيامتك.

يا ربّنا وإلهنا، كيف نثبت؟ وكيف لا نقلق؟ وكيف لا نحزن؟ وكيف لا نخاف؟

كم هو صعب الإيمان، بأن نثق بما نرجوه، ونصدّق ما لا نراه (عب١١/١)!

كم هو صعب بأن نكون مستسلمين بكلّيتنا لك، لمشيئتك!

سهلٌ الكلام، لكن الفعل يكون صعبًا، الروح نشيط لكن الجسد ضعيف (متى٢٦/٤١).

لا نفهم أحيانًا ما نفعل، فما نريده لا نعمله، وما نكرهه إيّاه نصنع (رو٧/١٥).

وكأنّ بالإيمان الذي تريده لنا يا ربّنا، أن نكون على هذه الأرض عائشين، لكن نظرنا وقلوبنا تكون مشدودة إلى مكانٍ آخر، مكانٍ أكثر جمالاً، أكثر سلامًا، أكثر أمانًا، مكانٍ حيث الحياة ولا وجود للموت، مكانٍ أبديٍّ.

ما أجمل ما كتبه الكاتب الملهم عن إبراهيم والآباء؛ إبراهيم الذي لبّى دعوتك، فخرج إلى بلدٍ أنت وعدته به، خرج وهو لا يعرف إلى أين يذهب، هو كان ينتظر المدينة الثابتة على أسس، وأنت يا الله مهندسها وبانيها (عب١١/٨، ١٠).

وابراهيم والآباء ماتوا دون أن ينالوا ما وعدتهم به، لكنّهم رأوه وحيَّوه عن بعدٍ.

واعترفوا أنّهم غرباء، نزلاء على هذه الأرض. هم لم يكونوا ينظروا إلى وطنٍ أرضي، فلو كان هذا هدفهم، لكانوا عادوا إليه، لكنهم كانوا يشتاقون إلى وطنٍ أفضل منه، أي إلى وطنٍ سماويّ. لذلك أنت لا تستحي بأن تكون إلههم، فأنت قد أعددتَ لهم المدينة (عب١١/١٣-١٦).

وموسى أيضًا ثبتَ على عزمه كأنّه يرى ما لا تراهُ عين (عب١١/٢٧).

هم صدّقوا ما وعدتَ به شعبك، بأنّك ستجعل له مكانًا، وفيه تغرسه، فيثبت في مكانه ولا يتزعزع (٢صم٧/١٠).

الجماعة: يا ربَّنا وإلهَنا، في نظرنا إلى المدينة الثابتة التي أعددتها لنا، نكون ارتفعنا فوق الألم والموت، وكل ما يهدُّ من عزيمتنا وينغّص عيشنا، ويقوّض كرامتنا. أعطنا هذا الإيمان، أعطنا هذه القدرة، فنعرف أن مكافأتنا في الحياة معك في انتظارنا لا محالة. آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***<u>التأمّل السادس: شهادة الثبات:</u>***

يا ربّنا وألهنا، تريدنا ثابتين في إيماننا ورجائنا ومحبّتنا، كي يثبت إخوتنا في الإيمان وإخوتنا في الإنسانيّة.

تريدنا أن نثبّت الركب الراكعة (أي٤/٤)، والركب المرتجفة (أش٣٥/٣).

تريدنا التنبه من الضلال كي لا يفقد الآخرون ثباتهم (٢بط٣/١٧).

تريدنا أن نَثبت نحن أوّلاً بشهادة ثبات من سبقنا.

وأول من نرى ثباته هو أنت، إبن الإنسان(متى١٦/١٣)، الذي ثبتَ أمام تجارب إبليس (متى٤/١-١١)، وثبتَ أمام مكايد وافتراءات الكتبة والفريسيّين (متى١٦/١)، وثبتَ أمام أصحاب المصلحة، البرص التسعة (لو١٧/١١-١٩)، والمقعد عند بركة بيت حسدا (يو٥/١٥)، وغيرهم كثر، حتى من بعض تلاميذك. وثبتَّ أمام جلاّديك حتى الموت (أش٥٣/٧-٩).

وبولس رسولك، يرى ذاته آنية من خزف، لتظهر قدرته على احتمال الضيقات والاضطهادات والمعاناة والسجن في سبيل البشارة، بأنّها نعمة منك (٢كور٤/٧-١٢).

وماذا نقول عن القديس اغناطيوس الأنطاكي الذي طلب من المؤمنين عدم التضرّع له كي يخلص من فم الأسود، فيقول: "أنا حنطة الله عندما أُطحن بين أنياب الأسود لأصبح خبزًا نقيًّا للمسيح." هو عرف كيف يقدّم شهادة قربانيّة كي يُثبِّت إخوته.

وماذا نقول عن قدّيسي أيّامنا، رفقا وشربل ويوحنا بولس الثاني والأمثلة الحيّة كثيرة.

تريدنا أن نثبت لنثبّت إخوتنا ونشجّعهم على الثبات في نعمة الله (أع١٣/٤٣)،

والثبات في الأيمان (أع١٤/٢٢)، ولنسألهم تحمّل كلّ شيءٍ فرِحين، بثباتٍ تام وصبرٍ جميل (كو١/١١)، فنفرح معهم لثبات إيمانهم (كو٢/٥)، وما نراه من ثبات رجائهم (١تس١/٣).

تريدنا أن نكون قدوتهم كما كان بولس لتلاميذه، فتبعه تيموتاوس في تعليمه وسيرته وثباته (٢تيم٣/١٠).

تريدنا أن نجاهد في صلواتنا كي يثبتوا في الكمال (كو٤/١٢).

<u>الجماعة:</u> يا ربَّنا وإلهَنا، أعطنا أن نعرف دورنا في تثبيت إخوتنا في الإيمان وفي الإنسانيّة، فنثبت نحن أولاً ونقاوم كل مكايد إبليس، أينما أتت وكيفما كانت، عالمين أيضًا أنّ لنا أخوة في العالم يعانون الآلام ذاتها (١بط٥/٩). آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***<u>التأمّل السابع: ثمار الثبات:</u>***

"مَن يقوى على الثبات أمام الجالس على العرش والحمل" (رؤ٦/١٧).

يا ربّنا، نعم، مَن يَقوى، ونحن خاطئون، مشكّكون، ضِعاف؟

فتجيبنا بالحَب الواقع في الأرض الطيّبة: "الحَب الذي يقع في الأرض الطيّبة، هو الّذين يسمعون كلام الله ويحفظونه بقلبٍ طيّبٍ صالحٍ، فيُثمِرون بثباتهم" (لو٨/١٥).

يا ربّنا، تريدنا ارضًا طيّبة، لكن الثمر يأتي من النموّ، وأنت يا ربّنا تُنمينا (١كو٣/٦)، تُنمينا بالنّعمة والروح القدس.

وأنت تثبّتنا، وتريدنا أن نثبت في كلامك كي نكون في الحقيقة تلاميذك، فنعرف الحق والحق يحرّرنا (يو٨/٣١).

وما هو كلامك سوى الحب، الحب لله والحب لأخينا الإنسان!

ولا يكون فقط هذا الكلام واقفًا عند السماع، فيجب أن نتخطّاه إلى العمل كما أنت عملت.

وكلامك هو الجذور لإيماننا ورجائنا ومحبّتنا، الجذور المغروسة على مجرى مياه الحياة الدافقة (مز١/٣)، فتكون قويّة، نَضِرَة، خضراء، ملآنة حياة، فتكون شهادتنا ورسالتنا ثابتتين، لأنّ كل ما نعمله صالح (مز١/٣).

تريدنا أن نبقى دائمًا على مجرى ماء الحياة، الذي هو أنت (يو٤/١٤)، كي نكون في تجدّد دائم، فلا نثبت في التاريخ والمكان، وندع غبار الممارسات تتراكم على إيماننا وأفكارنا لتصبح الوسيلة هي الهدف، فنعبد الوسيلة وننسى الهدف الذي هو أنت، فنكون أداة شكٍّ لإخوتنا بدل ثباتهم.

تريدنا في ثباتنا أن يكون لنا الثمار، ثمار الملكوت، إذا ما ثبتنا معك في محنتك (لو٢٢/٢٨)، في آلامك، في آلامنا، في آلام إخوتنا.

وفي ثباتنا ثمار لأخينا الإنسان.

<u>الجماعة:</u> يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن نعرف أنّ في ثباتنا الخلاص (لو٢١/١٩)، وأنّ ثمار ثباتنا هي الجلوس معك، نحن وأخوتنا، حيث الفرح الكامل (يو١٥/١١)، والحياة الوافرة (يو١٠/١٠) آمين.

(صمت وتأمّل)

➢ ***<u>مناجاة:</u>***

يا ربّنا وإلهنا، أنت قلتَ بأنّك باقٍ معنا إلى منتهى الدهور (متى٢٨/٢٠).

ونرى أنفسنا كغنمٍ لا راعٍ لها (متى٩/٣٦).

نريد دائمًا أن نتعامل معك كتعامل البشر.

نريد دائمًا أن تعطينا، نريد أن تعطينا الصحة وأنت أعطيتنا.

أن تعطينا القوت وأنت تُدفقه علينا. أن تعطينا الحياة وأنت تهديناها مع كل شروق صباح.

لا نريد أن نمرض، لا نريد أن نجوع، لا نريد أن نموت.

وأنت تدلّنا دائمًا إلى المكان حيث ستكون أنت معنا إلى الأبد، لتمسح كلّ دمعةٍ تنزل من عيوننا، وحيث لا يبقى موت أو حزن أو صراخ أو وجع (رؤ٢١/٣-٤).

تقول لنا دائمًا أنّك أنت فينا (يو١٧/٢٣)، لتتوجّع معنا، وتحزن معنا، وتبكي معنا كما بكيت مع مريم ومرتا (يو١١/٣٥)، وتقلق معنا، وتفرح وتبتهج معنا.

يا مريم أمّنا، أنت التي ثبتّي أمام كل التحدّيات والأقاويل، وسِرتِ بحسب كلمة الرب، متحمّلةً كلّ شيء حتى سيف الوجع (لو٢/٣٥)، أطلبي لنا الثبات في إيماننا ورجائنا ومحبّتنا، كي نعرف السلام الحقيقي والحياة المطمئنة والأكيدة والثقة بأنّ ابنك معنا دائمًا كما وثقتِ أنت.

يا ربّنا وإلهنا، أنت تعيننا على فهم كل ما يجري معنا ومن حولنا، من وباء وضيقة ووجع وحزن، مثبتاً أركان بيتنا (أم٢٤/٣)، أعطنا أن نرى حبّك في مخلوقاتك، وفي الطبيعة، وفي الطيور وفي الأنهار وبياض الجبال.

أعطنا أن نراك في الناس الطيّبة التي تعطي دون منّة، ومنهم دون أي مقابل، لهؤلاء نطلب لهم الصحّة والقوّة والمكافأة الطيّبة في ملكوتك.

أعطنا أن نكون نحن حضورك، فلا نكون أداة تشرذم وتفكّك، أداة هدمٍ وتخريب، أداة إحباطٍ وهَدّ عزائم، بل أعطنا أن نكون أداة تثبيت، فيثبت معنا كل أخوتنا، ونعترف بأنّنا لن نخاف مهما اشتدَّت علينا العواصف لأنّك أنت معنا في سفينتنا (مر٤/٣٥-٤٠). 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.

أبتي (كلمات الطوباوي الأخ شارل يسوع دي فوكو)

أبتي إنّي أسلّم لك ذاتي، فافعل بي ما تشاء، و مهما فعلتَ بي فأنا شاكرٌ لك.
إنّي مستعدٌ لكلّ شيء وأرتضي بكل شيء، ليس لي رغبةٌ أخرى يا الهي، سوى أن تكمُلَ إرادتك فيّ وفي جميع خلائقك.
إنّي أستودع روحي بين يديك، وأهبها لك يا الهي، بكلّ ما في قلبي من الحب، لأني أحبك، ولأن الحب يتطلب مني أن أهَبَ نفسي، أن أودعها بين يديك، من دون ما قياس وبثقةٍ لا حدّ لها، لأنك أبي.

- ***المراجع:***
  - الكتاب المقدّس
  - محاضرة للمونسنيور جورج أبي سعد: الثبات في الحياة الروحية

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

نصلّي كي يكون الروح مَن ألهَمَنا وأمسَكَ بيدنا . آمين.