ساعة سجود أمام القربان المقدس
وتأمّل في

كلمة الرَّبّ: "لا تَخافوا"

هكذا **"اللهُ يُحِب كلّ إنسان كما لو كان وَحْدَهُ في الكون"** (القديس أغوسطينوس).

قاعة مار نعمةالله - دير طاميش

دير طاميش في ١ / آذار /٢٠١٨

نصلّي في هذه السّاعة من أجل كل أحدٍ منّا فاقِد الثقة بالرب،
كي يكون له أذنان تسمعانه يناديه: "لا تخف، أنا هو، أنا معك". آمين.

➢ ***نشيد الدخول:*** **الربُّ نوري وخلاصي** (مز٢٧)

الرب نوري وخلاصي فممن أخاف، الرب حصن حياتي فممن أفزع؟

إذا تقدم علي الأشرار ليأكلوا لحمي، مضايقي وأعدائي، فانهم يعثرون ويسقطون.

اذا اصطف علي عسكر فلا يخاف قلبي، وان قام علي قتال، ففي ذلك ثقتي.

واحدة سألت الرب واياها ألتمس، أن أقيم في بيت الرب جميع أيام حياتي، لكي أعاين نعيم الرب، وأتأمل في هيكله.

بك نطق قلبي، اياك التمس وجهي، وجهك يا رب ألتمس، لا تحجب وجهك عني ولا تنبذ بغضب عبدك.

ناصرًا كنت لي، فلا تخذلني، ولا تتركني يا اله خلاصي.

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

➢ ***صلاة البدء:***

يا ربّنا وإلهنا، أنت قلت: "ثقوا! أنا هو، لا تخافوا" (مر٦/٥٠).

أعطنا نحن الساجدون أمامك، نتأمّل في كلمتك، أن نؤمن بحضورك الدائم معنا، فلا نخاف أيَّ شيءٍ، لا همّ الغد، ولا العالم، ولا الذات، ولا الألم، ولا الاضطهادات، ولا الموت.

أعطنا إذا ما ضعفنا، وشككنا، وبدأنا في الغرق، أن نصرخ إليك صرخةَ بطرس، فتمدّ يدَكَ وترفعنا (متى١٤/٢٢-٣٣).

أعطنا إذا ما خفنا، أن نخاف الإساءة لك وللقريب.

أعطنا أن نعرف أن الخوف هو خطيئة تجاه محبّتك وحنانك ورحمتك.

يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن نبقى أقوياء بك (فل٤/١٣)، وإلى الأبد. آمين.

➢ ***<u>التأمّل الأول: الخوف:</u>***

ومن أين أتى؟

أيكون في تكوين الإنسان؟

أيكون من نسج الخيال؟

ألا يحسّ كلّ منّا بالخوف والارتياب والاضطراب؟

ولكن، من أين أتى؟

يا ربّنا، أعود إلى البدء معك، فأرى الإنسان يعيش بسلام ولا ارتياب، عارِيًا، غيرَ خَجِلٍ، لبراءة أفكاره ونقاوة قلبه (تك٢/٢٥).

تأتي الخطيئة المتربّصة بكل منّا، فيسقط في امتحانها، يتشامخ عليك، يتمرّد عليك، يرفض أبوّتك وحبّك ورعايتك، يكتشف عُريَهُ، فيخاف ويختبئ عند سماع صوتك (تك٣/٨).

ويخاف ويختبئ عند رفض أخيه الإنسان وقتله (تك٤/٩).

لكنّك يا ربّنا، تبقى تبحث عن الإنسان، تبحث عن كل منّا، تنادي كلاًّ منّا: "أين أنت؟" (تك٣/١٠).

أنا أريدك، لا تخف، سأبقى معك بالرغم من تركِكَ لي، سأبقى أحبّك، وسأرسل لك كلمتي، إبني، آتيًا من نسلِكَ (تك٣/١٥)، فينتصر على كل خطيئة، ينتصر لك، فتتحرّر من كلّ خوف لتعود إلى حضني، إلى أبوّتي، لتعود إبني.

ونحن، هل عرفنا أنّ خوفَنا هو نتيجة خطيئتنا تجاه الله والقريب وذواتنا؟

<u>الجماعة:</u> يا ربَّنا وإلهَنا، أعطنا أن نرفض كلّ خطيئة، فنتحرّر من كلّ خوف، وتعود ثقتنا الكاملة بمحبّتِكَ، وأبوّتِكَ، نتصالح مع قريبنا وذاتنا. آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***<u>التأمّل الثاني: الخوف من الله:</u>***

يا ربّنا، كم خفنا منك دون أن نخافَك.

كم خفنا من ظهورك لنا، ورؤية مجدك وجبروتك وسلطانك.

كم خفنا من حضورك في حياتنا، ومعنا، وفي بيوتنا.

كم خفنا منك واتّهَمناك وطمَرنا وَزنتَكَ التي أعطيتنا (متى٢٥/٢٤-٢٥).

خجلنا من أنفسنا، ومن خطيئتنا.

خفنا مع أبوينا آدم وحوّاء من عرينا، فاختبأنا (تك٣/٩)، لتعود وتلبسنا ثيابًا من جلد (تك٣/٢١)، تلبسنا مسيحك (غل٣/٢٧).

خفنا مع موسى من رؤية عظمتك في العلّيقة المشتعلة والتي لا تحترق (خر٣/٢-٦)، لتطمئننا بأنّك أنت الإله، وتدعونا لنكون "مسيحك" نقود شعبك ونحن معهم إلى الخلاص وملكوتك (خر٣/١٠).

خفنا مع داود، فلم نجرؤ من دعوتك إلى بيوتنا، ورأينا الخير الذي أفضتَه في بيت عوبيد حيث حللتَ (٢صم٤/٩-١١)، ونعود ونسألك مع يائيرس أن تدخل بيتنا وتقيم المائت فينا ومن بيننا، وتدعونا للطعام (لو٨/٤١-٤٢، ٥١-٥٥)، نأكل خبزك، خبز الحياة (يو٦/٣٥).

نخافُ منك، فنعبدك بتعاليم من وَضْعِنا (أش٢٩/١٣)، لتُفهنا مع السامريّة أنّه علينا أن نعبُدَك بالروح والحق (يو٤/٢٣).

نخافُ مع زكريا، أبِ يوحنا، عندما تُظهِر ذاتك لنا، تهدئنا بأنّه قد استُجيبَت طلبتُنا (لو١/١١-١٣).

نخافُ مع مريم أمّك عند سماعِنا سلامكَ، تُسمِعنا بأنّنا نلنا مع أمّنا حظوةً ونعمةً عند الله، ويسوع سيتجسّد في كلّ منّا (لو١/٢٨-٣١).

نخافُ مع يوسف، إذا ما أدخَلتَنا في مشروعك الخلاصيّ؛ تخفّف عنّا بأنّنا كلّنا مدعوون للعمل في حقلك، نقوم ونصنع ما تقوله لنا (متى١/١٩-٢٤).

نخافُ خوف الرعاة الساهرين على قطعانهم؛ تبشّرنا بالخبر العظيم وفرح كلّ الشعوب، تبشّرنا **اليوم** بولادة المخلّص، مسيح الرب، مخلّصنا وفرحنا (لو٢/٨-١١).

نخافُ مع سمعان بطرس، وقد رأى صيدَكَ العجيب، بعدما سار معك إلى العمق، تبشّره بأنّه سيكون صيّاد بشر (لو٥/٤-١١)، ولنسمع نحن أيضًا ونترك كلّ شيء، ونسير معك إلى العمق، فنكون لك رسلاً وصيّادين.

نخافُ مع تلاميذك، وهم في السفينة، والليل يغمرهم، والريح تعاكسهم، وقد رأوك تسير على المياه، وتناديهم: **"ثقوا! أنا هو، لا تخافوا"** (متى١٤/٢٤-٢٧)، نسمعك، فندعوك إلى سفينتنا لنرى أنفسنا وقد وصلنا إلى برّ الأمان (يو٦/٢١).

نخافُ أيضًا مع بطرس من الغرق، ونسير نحوك، لتمسك بيدنا وتُصعدنا معك إلى قارب الخلاص (متى١٤/٢٩-٣٢).

ندعوك إلى سفينتنا، وأنت الذي لا تجد ما تُسند عليه رأسك (متى٨/٢٠)، تنام على وسادتِنا، نخاف من الريح مع انّك معنا! ونخاف من سلطانك على الطبيعة (مر٤/٣٥-٤١). فنتذكّر أنّ كل ما خلقتَه هو حسنٌ وحسنٌ جدًّا (تك١/٣١).

نخافُ مع تلاميذك وقد رأوا تجلّيك، فوقعوا على الأرض خوفًا، تدنو منهم وتلمسهم، فيعود السلام إلى نفوسهم ونفوسنا (متى١٧/١-٧).

نخافُ مع المنزوفة، وقد أخرجنا القوّة منك بلمسك، فانكشفنا معها أمامك، تدعوها وتدعونا للذهاب بسلام (مر٥/٢٧-٣٥).

نخافُ مع المريمات (لو٢٤/٥) ومع شهود القيامة عند رؤيتك ممجدًا قائمًا من الموت، تريهم لترينا آثار المسامير (لو٢٤/٣٦-٤٣)، وتشاركنا الطعام لنشاركك مائدتك السماويّة (لو٢٢/٣٠).

ونحن، أنخاف من الله أم لدينا مخافته، نحبّه ونسمع كلمته ونعمل بها؟

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أعين الإيمان لنرى محبّتك ورأفتك ورحمتك وخلاصك لكلّ واحد منّا وللعالم. آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***التأمّل الثالث: الخوف من الغد:***

نخافُ من المستقبل، نخاف من الغد ومن الأيام.

نهرع إلى العمل والكّد، ننسى ذواتنا، ننسى عائلاتنا، ننسى مجتمعاتنا، ننسى أوطاننا، ننسى إلهنا.

همّنا التّكديس، ليصبح هَوَسًا وإدمانًا، وفوق احتياجاتنا.

همّنا المأكل والملبس وغيره وغيره.

يا ربّنا، تأتي لتقول لنا:

ما بالكم تهتمّون بالمأكل والملبس، أفليست النفس أعظم؟ (متى٦/٢٥)؛ وتقولون: ما نأكل؟ وما نشرب؟ وما نلبس؟ هذا تسعى له الأمم، وأبوكم عليم بها (متى٦/٣١-٣٢).

أنظروا طيور السماء كيف أنّ أباكم السماويّ يَقوتُها.

انظروا زنابق الحقل كيف أنّ أباكم السماوي يُلبسُها (متى٦/٢٦-٢٩).

لا تخافوا، أنتم أفضل من عصافير كثيرة (متى١٠/٣١).

فإذا كنتم أنتم تعطون أولادكم العطايا الحسنة، فكيف بالأحرى أبوكم الذي في السماوات؟ (متى٧/١١).

الثياب والمآكل وكنوز الأرض يرعاها العفن والسوس والسارقون يسرقونها، اكنزوا لكم كنوزًا في السماوات حيث لا عثٌّ يرعى ولا سوس، ولا سارقون يسرقون.

وحيث يكون كنزكم يكون قلبكم (متى٦/١٩-٢٠).

يا ربّنا، تدعونا لعدم إضاعة البوصلة، تدعونا لنكون مشدودين إلى الكنز الحقيقي في ملكوتك.

تدعونا لعدم الاهتمام بالغد، فللغد همومه (متى٦/٣٤).

تدعونا لننظر الغني الذي كان همّه تخزين غلاّته، وهو لا يدري إذا ما كان سيعيش ليوم واحد (لو١٢/١٦-٢١).

أنت لا تدعونا لعدم العمل من أجل عيشنا، فأنت أسكَنتَ الإنسان الأوّل في جنّة ليفلحها ويحرسها (تك٢/١٥).

ومن لا يريد أن يعمل، لا يحقُّ له أن يأكل (٢ تسا٣/١٠).

تدعونا لكي لا نكون خدم الفاني كي لا نزدري الباقي والحي إلى الأبد (متى٦/٢٤).

تطلب منّا أن نسأل الخبز اليومي (متى٦/١١)، نطلب الخبز الباقي للحياة الأبديّة (يو٦/٢٧).

ونحن، أنخاف من الغد، ولا نثق بأبوّة أبينا السماوي؟

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، مع طوبيا، لن نخاف الافتقار، لأننا أغنياء بك، في تقوانا وتجنّب الخطيئة، وعمل ما يرضيك (طو٤/٢١)، أعطنا ان نثق بك ثقة الولد بوالديه، فلا نخاف ماذا نأكل أو نشرب أو نلبس، بل نطلب مأكلك الحق ومشربك الحق، فنثبتَ بك، وأنتَ فينا (يو٦/٥٥-٥٦). آمين.

(صمت وتأمّل)

ربّي جَسَدكَ

اللازمة : ربّي جسدُكَ مأكلُ حقاًربي دَمُكَ مشربٌ حقاً

طوبى لمن يرتوي منهما.

١- مثلَ الهائمِ في الصحراء يبحثُ عن قطرات الماء

هكذا يلهفُ قلبي إليك أنتَ الهدايةُ أنت الرجاء.

٢- من يأكل من خُبزِ الله من يشرب من خمرِ الله

يَرِثِ الحياةَ الأبدية يُعطَ السعادةَ في دنياه.

- ***التأمّل الرابع: الخوف من العالم:***

يا ربّنا، نخجل من قولنا أنّنا نخاف العالم، وأنت قلتَ لنا: "ثقوا، أنا غلبتُ العالم" (يو١٦/٣٣).

نحن نقع فريسة هذا الخوف.

نخاف الاضطهادات.

نخاف رأي العالم فينا.

نخاف قول الحق.

لا نملك أحيانًا شجاعة وقوّة الأبرص والمنزوفة، وقد مُنعا الاقتراب من الناس، فلم يأبها المنع والقال والقيل، اقتحما الحواجز كي يصلا إليك، فيبرآن (متى٨/١-٢، مر٥/٢٥-٢٧).

نخاف الاضطهاد والتشريد لأنّنا لك! ولا نسمع موسى يشجّعنا ويقوّينا ويطلب منّا ألاّ نخاف، لأنّك يا ربّنا وإلهنا سائرٌ معنا (تث٣١/٦)، وأنت تقول لكلٍّ منّا: "لا أهملكَ ولا أترُككَ" (عب١٣/٥).

لم نصدّق أنّك تأتي لخلاصنا (أش٣٥/٤).

نخاف من إنسانٍ سيموت (أش٥١/١٢)، وأنت تقول لنا: "لا تخافوا الّذين يقتلون الجسد ولا يقدرون أن يقتلوا النفس" (متى١٠/٢٨).

لم نصدّق أحيانًا صاحب المزمور يقول: "الربّ عوني فلا أخاف، وماذا يمكن للإنسان أن يصنع بي" (مز١١٨/٦).

فاتَنا انّ الحروب والاضطهادات والشائعات ستبقى (إر٥١/٤٦)، لأنّه دائمًا يوجد إنسان قد فقد إنسانيّته، وفقد الله.

وفاتَنا أنّك نبّهتَنا بوجود هذه الاضطهادات (يو١٦/٣٣).

وكم خفنا من قول الحق، خَوفًا من الناس ورأي الناس، كما فعل الفريسيّون، عندما سألتهم عن معموديّة يوحنّا: "من أين هي؟" امتنعوا عن الجواب خوفًا من الناس الّذين كانوا يعتبرون يوحنّا نبيًّا (متى٢١/٢٤-٢٧). فنكون فريسيّين!

لم نسمعك تقول لنا: مَن في قلوبهم شريعة الرب، لا يخاف تعيير العالم، ولا يرعبه شتائمه (أش٥١/٧).

لم نسمعك تقول لنا: خلِّصْ المظلوم من يد الظالم، ولا تخف من إعلان الحق (سي٤/٩).

لم نسمع رسولك بطرس يقول لنا: "لو تألّمتم في سبيل الحق، فهنيئًا لكم، لا تخافوا من أحدٍ ولا تضطّربوا" (١بط٣/١٤).

لم نُدرِك أنّنا إذا كنّا امينين حتى الموت نلنا إكليل الحياة (رؤ٢/١١).

يا ربّنا، سامحنا كلّ مرّة لم نثق أنّك معنا، لا تتركنا ولا تهملنا.

سامحنا إذا ما كان خوفنا ليس على نفوسنا بل على كلّ ما هو جسديٍّ وأرضيٍّ وفانٍ.

ونحن، أوَثِقنا بعناية الله لنا وبخلاص نفوسنا؟

الجماعة: يا ربَّنا وإلهنا، أعطنا أن نصلّي بإيمان مع صاحب المزمور: "لو سِرتُ في وادي ظلِّ الموت لا أخافُ شرًّا، لأنَّكَ أنتَ معي، عصاكَ وعكّازُكَ هما يُعزّياننني" (مز٢٣/٤). أعطنا ان نبقى شاخصين إلى صليبك فنمتلئ رجاءً وقيامةً. آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***التأمّل الخامس: الخوف من الموت:***

الموت! كلمة ترعبنا، تحبطنا، تخيفنا.

يا ربّنا، نخاف فكرة الموت، فكأنّا نريد البقاء على هذه الأرض وحتى لو تجاوزنا عمرًا معيّنًا وأصبحنا مرضى وعاجزين، ...

نخاف الموت، وكأنّا نجهل ما ينتظرنا. لا نؤمن بما وعدتنا.

نخاف الموت، وكأنّنا نخاف دينونتنا، نخاف منك.

نخاف الموت، خوفنا من ترك ما نحن عليه وما نملك.

نخاف من الموت ولا نتذكّر أنّ الآخرين يموتون كما الأوّلون (سي٤١/٣).

فاتنا إنّ خوفنا يجب ان يكون من موتنا الثاني (لو١٢/٥).

نبشّر بقيامتك يا ربّنا، ولا نؤمن بقيامة أمواتِنا (١قور١٥/١٢).

نؤمن بك يا ربّنا، ونخاف الموت! ولا نتذكّر أنّك متَّ من أجلنا كي نحيا كلّنا معك (١تس٥/١٠).

ولا نتذكّر قولك لنا: "مَن آمَن بي وإن مات فسيحيا" (يو١١/٢٥)؛ فيكونَ إيماننا عقيمًا.

يا ربّنا، سامحنا على خوفنا، سامحنا على ضعفنا، سامحنا على ضعف إيماننا.

ساعدنا، كي إذا ما خفنا من موتنا الجسدي، نعود ونتذكّر كلمتك ليائيرس بأن لا يخاف، ويكفي أن يؤمن، فتُشفى ابنته، تُشفى من الموت (لو٨/٥٠).

ونحن، أيبقى الموت الجسدي يخيفنا أم موتنا الروحي؟

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن لا نخاف موت الجسد وكل ما هو جسديّ، بل نخاف موت نفوسنا، لأنّ بهذا موتَنا. أعطنا ان نكون من أبناء القيامة، فنكون قياميّين. آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***التأمّل السادس: خوف الذات:***

"لا خوف في المحبّةِ، بل المحبةُ الكاملةُ تنفي كُلَّ خَوفٍ، لأنّ الخوفَ هو مِنَ العقاب، ولا يخافُ مَن كانَ كامِلاً في المحبّة" (يو٤/٨).

هي المحبّة التي تُبعِدُ عنّا كُلَّ خوفٍ وضعفٍ وقلق.

هي المحبّة من تحصّننا وتحمينا من كلّ تَهديد، ومن الذات.

هي محبّتك يا الله، ومحبّتنا لك ولإخوتنا التي تحرّرنا من أيّة عبوديّة.

الخوف يكبّلنا فلا يدعنا ننمو بالقامة والحكمة والنعمة.

الخوف يفقدني ثقتي بذاتي وبالآخرين وبالله.

أنظر إلى ذاتي وأحطّم ذاتي.

نخاف على مراكزنا وثرواتنا فنستعبد ذواتنا.

نخاف من الصليب، وأنت دعوتنا إلى حمله لنقدر على اتّباعك (متى١٦/٢٤).

نخاف من المرض والألم وعلى عيالنا وأحبائنا، فنشكّ بعنايتك يا الله ونُحمِّلُكَ المسؤوليّة.

نسقط ونضيع وبدل أن نطلب الرّحمة والعودة إلى حضنك، نُخبئ أنفسنا وراء كلمات وشبه إنسان، نسخر منك مستهزئين من صليبك، كما فعل اللصّ معك (لو٢٣/٤٠).

ليتنا نرفض كلّ قوّة بشريّة وسلاحٍ بشريّ ونتسلَّح بإيماننا وثقتنا بك، كما داود، فننتصر (١صم١٧/٣٨-٥١).

ليتنا يكون لنا الثقة مع صاحب المزمور بأنّك أنت يا الله نورنا وخلاصنا، فممّن نخاف، أنت حصنُ حياتنا فممّن نفزع (مز٢٧/١).

سامحنا يا أبانا على عدم ثقتنا بأنفسنا وقد خَلقتنا لنكون كاملين وقديسين (متى٥/٤٨، أح١١/٤٤-٤٥).

ونحن، أآمنّا بذواتنا وقد خلقنا الله أناسًا عاقلين على صورته ومثاله؟

<u>الجماعة:</u> يا ربَّنا وإلهنا، أعطنا أن نؤمن بذواتنا دون الوقوع في الافتخار والكبرياء، بل نبقى متواضعين وودعاء على مثالك (متى١١/٢٩). آمين. *(صمت وتأمّل)*

تعالوا إلى الربّ

تعالوا إلى الربّ يا مثقلين بأعباءِ هذه الحياة، تعالوا ولا تقفوا يائسين فعند يسوع النجاة.

- تعالوا إلى الربّ يا خاطئين فقلب يسوع رحيم، غفورٌ يرحّب بالتائبين ويمحو جميع الذنوب.
- فيا ربّ أنتَ لكلِ خروفٍ يعود إليك رحيم، لأجلِ الخراف بذلتَ دماكَ فأنت الحبيب الشفيع.

- ***<u>التأمّل السابع: الخوف الإيجابيّ:</u>***

ما أجمل أن نخاف الإساءة إليك يا الله، لأنّنا نكون قد أسأنا إلى محبّتنا لك (تث٦/٥).

ما اجمل أن نخاف الإساءة إلى قريبنا، إلى أخينا الإنسان، لأنّا نكون قد أسأنا إلى محبّتنا له وبالتالي لأنفسنا (أح١٩/١٨).

ما اجمل أن تكون لنا مخافتك يا الله وليس الخوف منك؛
نتمم مشيئتك بإرادتنا الحرّة، نحبّك حبّك لنا.
ما أجمل أن نكون مثل إبراهيم في مخافتك (تك٢٢/١٢).
ما أجمل ان ننشد مع أمّنا مريم مؤمنين بأنّ رحمتك من جيل إلى جيل للّذين يخافونك (لو١/٥٠).
من يخافُكَ يا الله يُبغِضُ الشرّ، ويُبغِضُ الجاه والزَّهو وطريق الرُّعاع وكلام الكذب (أم٨/١٣).
مَن يخافُكَ يا الله، تَعمَلُ ما يُرضيه وتَسمعُ استغاثَتَهُ وتُخلّصُهُ (مز١٤٥/١٩).
من يخافُك يا الله، ينتظرُ رحمتك، وإذا ما سقط لا يميلُ عنك (سي٢/٧).
من يخافُك يا الله لا يُخيفُه أيُّ شيءٍ ولا يفزع، لأنّ رجاءه بك (سي٣٤/١٤).
من يخافُك يا الله ينتظر خيرًا وسرورًا أبديًّا ورحمةً (سي٢/٩).
ما أجمل ان نخاف خوف مار بولس من أن يرى المؤمنين قد وقعوا في الشر، ويكونوا على خلاف ونزاع وغضب ونميمة وكبرياء وبلبلة (٢كو١٢/٢٠).
ما اجمل أن نخاف مع مار بولس، وقد بكى على كثيرين من الذين خَطِئوا وما ندموا على ما ارتكبوه من دعارة وزنى وفجور (٢كور١٢/٢١).
ما أجمل ان نخاف مع مار بولس أن يكون قد تعب عبثًا من أجل خلاص المؤمنين (غل٤/١١).
وعامل الشرّ يخاف السلطة، أمّا عامِلُ الخير فلا يخافها (رو١٣/٣).
أن نخاف، علينا أن نخاف من أن يحسُبَ أحدٌ نفسَهُ متأخرًا عن الدخول إلى راحة الله (عب٤/١).
ونحن، أعرفنا الخوف من عدم محبّتنا وعدم أمانتنا؟!

<u>الجماعة:</u> يا ربَّنا وإلهنا، أعطنا أن تكون لنا مخافَتُكَ، فنعمل على محبّتك ومحبّة الإنسان الآخر، فنرفعُ صوتنا مبشرين بكلمتك غير خائفين (أش٤٠/٩). آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***<u>التأمّل الثامن: الرب معنا:</u>***

يا ربّنا، أنتَ منذ البدء خلقتَ كلَّ موجود.
خلقتَ الإنسان على صورتك ومثالِكَ فكنتَ له أبًا ودعوته إبني (خر٤/٢٢-٢٣)، وعاملته معاملة البنين (عب١٢/٧).
يا ربّنا، أنتَ الراعي لشعبِكَ، لإنسانِكَ، لنعاجِكَ، تجود بنفسِكَ في سبيلهم (يو١٠/١١).
تسأل عن غنمِكَ وتفتقدها، وتكون في وسطها وتنقذها (حز٣٤/١١-١٢)، ترعاها وتبحث عن المفقودة، تردّ الشاردة، وتُجبر المكسورة، وتقوي الضعيفة وتحفظ السمينة والقويّة وترعى الكلَّ بعدلٍ (حز٣٤/١٥-١٦). أتيت يا ربّنا لتكون لنعاجِكَ حياة (يو١٠/١٠).

يا ربّنا، انتَ تسير أمامنا، وتكون معنا، لا تهملنا ولا تتركنا، فلا نخاف أو نَرهب (تث٣١/٨).
تقول لنا: "روحي يقيم فيما بينكم، فلا تخافوا" (حج٢/٥)، فكيف نخاف؟
أنتَ تِرسٌ لنا كما كنتَ لإبراهيم، وأجرنا عظيم جدًّا عندك (تك١٥/١).
لا نخاف ولا نتحيّر لأنّك إلهنا ومعنا (أش٤١/١٠).
لن نخاف وإن تزحزحت الأرض، ومالَت الجبالُ إلى قلب البحار (مز٤٦/٣)، لأنّك معنا.
لا نخاف من هول الليل، ولا من سهم يطير في النهار (مز٩١/٥)، لأنّك معنا.
لن نخاف صليبنا وآلامنا وصعوباتنا، لأنّك معنا.
أنتَ قدّوس إسرائيل، نصيرُنا، فادينا (أش٤١/١٤)،
سمّيتَنا وجعلتَنا لك (أش٤٣/١)، وتُنقذنا (إر١/٨).
تُطمئنُنا أن لا نخاف نحن قطيعك لأنّك أبونا السماوي قد شئت أن تُنعم علينا بالملكوت (لو١٢/٣٢).
لا، لن نخاف، لأنّك معنا، ولأنّك أنتَ الأوّل والآخر (رؤ١/١٥).
ونحن، أصدَّقنا وآمنّا أنّ الله دائمًا معنا، ولا يتركنا؟

الجماعة: يا ربَّنا وإلهنا، أعطنا أن نصدّق ونؤمن أنّنا ابناؤك وبناتُكَ عندما نصلّي لك "أبانا"، نؤمن ونصدّق أنّك دائمًا معنا، وإلى الأبد، آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***مناجاة:***

يا ربّنا وإلهنا، عرفنا أنّ الخوف خطيئة ضد المحبّة، وبقينا نخاف.
عرفنا أنّك دائمًا معنا، وبقينا نخاف.
عرفنا أنّك أبٌ لنا، حاضرٌ دائمًا لاستقبالنا مهما كانت أوضاعنا ومهما كانت ثيابنا وسخة (لو١٥/١١-٢٤).
عرفنا أنّك لن تعاقبنا مهما خطئنا وابتعدنا عنك، لأنّ قلبك يضطرب في صدرك، وكلُّ مراحمك تتّقد(هو١١/٨-٩). تغفر لنا خطايانا وتطرحها في أعماق البحر (مي٧/١٩)، وبقينا نخاف، ولم نثق بتوبتنا.
ندعوك إلى سفينتنا، وعند أوّل ريح، نخاف. أنت معنا لكن نحن لم نكن معك.
نصلّي: "لتكن مشيئتك" (متى٦/١٠)، ونخاف من كلمتك.

يا مريم أمّنا، أنتِ التي خفتِ عند بشارة الملاك (لو١/٢٦-٢٩)، ونبوءة سمعان الشيخ (لو٢/٣٥)، لم تستسلمي، سمعتِ الكلمة التي حلّت في أحشائك، وتعلنين طاعتك: "أنا أمة الرب، فليكن لي بحسب قولك" (لو١/٣٨)، حتى الصليب (يو١٩/٢٥).

أطلبي لنا ان يكون لنا آذان الإيمان، فلا يبقى الخوف مسيطرًا على كياننا وحياتنا، نسمع كلام إبنِكِ ونعمل به.

يا ربّنا وإلهنا، بقدرتنا لا نقدر، معك نقدر.

يا إلهنا، نسألك أن تهبنا نعمتك لنتحرّر من خوفنا، فنكون أحرارًا، كما شئتنا وأردتنا.

يا ربّنا، في مسيرة صومنا، إصعد إلى سفينتنا، سفينة ذواتنا، فتهدأ وتختفي رياح أفكارنا الهائجة.

إبقَ معنا يا ربّنا، أمسِك بيدنا ولا تدعنا نتركها، نطمئن أنّك معنا، فلا يعود للخوف طريقٌ إلى قلوبنا وحياتنا، فنصل معك إلى ميناء الأمان والخلاص. 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 نُسبّح. لك نُمجّد. لك نُبارك. لك نسجُد. وبكَ نعترف. غُفرانَ الخطايا والذنوب منكَ نطلب. فاشفَق، اللهُمَّ، علينا راحماً، واستجبْ لنا.

الرَبُّ راعيَّ (مز٢٣)

اللازمة: الرَبُّ راعيَّ فلا يعوزُني شيءٌ، في مَراعٍ خصيبَةٍ يُقيلُني،ومياهُ الراحَةِ يورِدُني.

- يَرُدُّ نفسي ويَهديني إلى سُبُلِ البِرّ، مِن أجلِ اسمِهِ.
- إنّي ولَوْ سَلَكْتُ في وادي ظِلالِ المَوت، لا أخافُ سوءًا، لأنّكَ معي، عَصاكَ وعُكازُكَ هُما يُعَزّيانِني.
- الجودة والرَحمَة تتبعانني جميع أيام حياتي، وسُكنايَ في بيتِ الربِّ طُولَ الأيام.

➢ ***المراجِع:***

- الكتاب المقدّس
- فهرس الكتاب المقدّس – جمعيّة الكتاب المقدّس

➢ ***زوروا :***

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

نصلّي كي يكون الروح مَن ألهَمَنا وأمسَكَ بيدنا . آمين.