# ساعة سجود أمام القربان المقدس

# وتأمّل في مواهب الروح

## – مع البابا فرنسيس –

" روحُ الرّبِّ عليَّ، مَسَحَني وأَرسَلَني لأُبَشِّرَ المساكين. " (أش٦١/١)

## كنيسة دير سيّدة
## طاميش

*طاميش في ٦ / تموز /٢٠١٧*

نصلّي في هذه السّاعة على نيّة البابا فرنسيس كي يكون الروح القدس مَن يسكنه ليقود الكنيسة إلى الخلاص واللقاء وجهًا لوجه مع الربّ يسوع. آمين.

➢ ***نشيد الدخول:*** **يسوع أنتَ إلهي**

اللازمة: يسوع أنتَ إلَهي، حبُّكَ شافيَ الوَحيد
أنت حبيبُ نفسي أبَدًا، يسوع أنتَ مَنْ أُريد.

أسجُدُ أمامَكَ إلَهي، أعترِفُ بكَ مَلِكي
ها هيَ حياتي في يدَيكَ، إفعل بها ما تُريد.

تعالَ واملُكْ على قَلبي، أتوقُ إليكَ تعال
تُرَنّمُ لكَ شفَتايَ، أحبّكَ للأبَدِ.

تنحَني لاسمِكَ كل ركبَة، ويعتَرِفُ كلُّ لِسان
إسمُكَ يسوعُ خلاصي، أردّدُهُ في كلِّ حينْ.

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

➢ ***صلاة البدء:***

يا ربّنا وإلهنا،
أنت قلت بأنك ستسأل أباك ليعطينا بارقليطًا آخر يقيم معنا إلى الأبد (يو١٤/١٦)،
فكان أنّك أنت البارقليط الأوّل، والآخر هو الروح القدس.
الروح القدس عملَ فيكَ، في بشارتك (لو١/٣٥)، وحلَّ عليك في عمادك، فكان كما تنبّأ أشعيا: "روح الرب ينزل عليه، روح الحكمة والفهم والمشورة، روح القوّة والمعرفة والتقوى، ويبتهج بمخافة الرب" (أش١١/١-٣).
هو روح الكنيسة، وقوّتَها وقوّة كل مسيحي.
هو مُحدث التناغم، وهو التناغم بذاته.
هو محبّة الله التي تجعل من قلبنا مسكنًا له، ليدخل في شركة معنا.
هو المقيم معنا دائمًا، وعطية الله بامتياز (يو٤/١٠)، وهو هدية من الله.
أهلنا يا ربّنا وإلهنا، أن نكون مستحقين روحك القدوس،
نقبله، لينقل إلينا مواهبه التي لا تُعد ولا تُحصى،

وقد حُدّدت بعدد سبعة لترمز إلى الملء والكمال.

أهّلنا أن نعرف بأن مواهب الروح هي مكمّلة لبعضها ومتمّمة، كما أشار يشوع بن سيراخ: "الحكمة مخافة الله" (١١/٢١)، كما قفلٌ بين أوّلِ موهبةٍ وآخرِها.

أهّلنا يا روح الله أن نفتح قلوبَنا ونشرّعها لمحبّتك، فتملك علينا وتسكننا إلى الأبد. آمين.

- ***<u>التأمّل الأول: موهبة الحكمة:</u>***

يا ربّنا، أنقيس الحكمة التي تمنحنا، على حكمتنا البشريّة التي نكون قد اكتسبناها من معرفتنا وخبرتنا؟!

أوَ تكون الحكمة التي تُعطينا، نصبح نعرف كل شيء ويكون لدينا الجواب على كل شيء؟!

أتكون الحكمة التي تُنعم علينا، بحسب قلبنا، في الحب والكراهية؟!

أفلا تكون عمل روحك القدوس فينا، فتكون لنا نعمة القدرة لرؤية كل شيء بعيني الله؟!

يا رب، نعم، هي تأتي من العلاقة الحميميّة معك، مثل علاقة الأولاد مع والديهم، فيكونُ التغيير الذي يحدثُه روحُك القدوس في قلوبنا.

في حكمتك، نعرفك يا الله، وكيف تعمل، ونميّز ما هو منك وما هو ليس منك.

إذا كانت لنا حكمتك، حَمَلنا في قلوبنا نكهة الله.

ونحن، هل نحمل حكمة الله، أم حكمة البشر؟!

<u>الجماعة:</u> يا ربَّنا وإلهَنا، أرسل روحك القدوس، فنطيعه، فننال عطيتك، ننال موهبة الحكمة، فيتحدّث كل شيء فينا عنك، ونكون علامة جميلة وحيَّة تشير إلى حضورك وحُبّك. آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***<u>التأمّل الثاني: موهبة الفهم:</u>***

يا ربّنا وإلهنا، أنت أعطيتنا روحك القدوس، كي ندخل في علاقة أعمق معك.

تُعطينا موهبة "الفهم"، كي يدخلنا روحك القدوس بواسطتها في علاقة حب معك، ويجعلنا نشاركك في مخطط حُبّك الذي تنسجه لنا.

هذه الموهبة، هي ليست ذكاءنا البشري والقدرة الفكريّة التي نتمتّع بها نحن الناس، وبدرجات متفاوتة.

هو الإيمان، مَن يقول لهذه الموهبة، لهذا الروح، تَعال!

فيسكن روحك القدوس في قلوبنا ويُنير عقولنا، فيجعلنا ننمو يومًا بعد يوم في فهم ما قلته وفعلته يا رب، ويجعلنا نفهم كيف أنّ كلّ شيءٍ هو عطيّة محبّتك من أجل خلاصنا.

ونحن، هل اكتفينا بذكائنا ومعرفتنا البشريّين، أم طلبنا فهم كلمة الله، فتستنير عقولنا وقلوبنا، فنعيش فرح الرب؟!

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أرسل روحك، ليعطينا موهبة الفهم التي هي مُهمّة وضروريّة من أجل حياتنا المسيحيّة، فيبدّد روحك القدّوس الظّلمة عن عقولنا وقلوبنا، ويجعلنا مؤمنين حقيقيين قادرين على تذوّق ما تُظهره لنا من خلال كَلِمَتِكَ فنفرح بكل ما تصنعُهُ في حياتنا. آمين. *(صمت وتأمّل)*

**أرسِل روحَكَ**

اللازمة: أرسِل روحَكَ أيها المسيح فيتجدّد وجهُ الأرض.

- إنّ الروحَ يصلّي فيكم بأنّاتٍ لا توصف.
- روحُ الربِ يرفرفُ على المياه.

- ***التأمّل الثالث: موهبة المشورة:***

يا ربّنا، كم عظيم ومهم أن نعرف أنّه بإمكاننا الاعتماد على مشورة أشخاص حكماء يحبوننا، والأحسن أن يكونوا مؤمنين، فيكون الروح الساكن فيهم من أنار دربنا وعقلنا، ويكونوا قد ساعدونا على إنارة الضوء في قلبنا ومعرفة مشيئة الله.

في موهبة المشورة، التي يعطينا روحك، أنت نفسك يا الله تنير قلبنا، لتجعلنا ندرك الأسلوب الأمثل في الكلام، والتصرّف، واجتياز الدرب الذي علينا اتباعه.

نتأثر بصوت روحك القدوس الذي نلناه وقبلناه، وهو يوجّه أفكارنا ومقاصدنا ونوايانا وفقًا لقلبك يا الله.

وهو يدفعنا لنوجّه نظرنا الداخلي نحوك، كمثال أسلوبنا في التصرّف وفي التعامل معك ومع أخوتنا.

هو يجعلنا قادرين على اتّخاذ قرارٍ ملموسٍ بالشركة معك، بحسب منطقك ومنطق إنجيلك.

بهذا ينمينا روحك داخليًّا، وإيجابيًّا، ويُنمينا كجماعة، والعيش كجماعة، ويساعدنا كي لا نسقط في الأنانيّة وفي نظرتنا الشخصيّة للأمور.

ونحن، هل اتّكلنا على ذواتنا في اتّخاذ قراراتنا أم طلبنا الروح القدس، فكلمنا مباشرةً، أو من خلال أشخاص ممتلئين منه، فعرفنا ما يجب علينا فعله؟!

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أرسل روحك، فيعطينا موهبة المشورة، فتستنير قلوبنا وعقولنا، فنعرف مشيئتك، ويرشدنا روحك في ما يجب علينا فعله. أعطنا أن نصلي دائمًا كي تبقى لنا هذه الموهبة، وها لسان حالنا مع صاحب المزمور: "الربُّ يُرشدني فأباركه، وقلبي في اللّيالي دليلي. الربُّ أمامي كلَّ حين، وعن يميني فلا أتزعزع" (مز١٦/٧-٨). آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***التأمّل الرابع: موهبة القوّة:***

يا ربّنا وإلهنا، أنت أعطيتنا مثل الزارع (مر٤/٣-٤) وفيه الآبُ الذي يَبذر بوفرة بذور كلمته، وغالبًا ما تصطدم هذه البذور بِيُبوسة قلبنا، لكنك يا رب، تعطينا موهبة القوّة التي بها روحك القدوس يحرّر أرضَ قلبِنا من الفتور والشكوك والمخاوف التي قد تَحول دونَ عيشِ كلمتِك في حياتنا.

هذه الموهبة التي تعطينا، تقوينا وتحررنا، وتتجلى خاصة في الأوقات العصيبة.

هذه الموهبة أعانت الكثير من الذين بذلوا حياتهم في سبيل إيمانهم.

وهي التي تعين وتساعد الذين يعانون ويكافحون كل يوم من أجل لقمة عيش عائلاتهم، والذين تبقى أسماؤهم مجهولة، لقد نالوا موهبة القوة، فساروا إلى الأمام في حياتهم وفي عائلاتهم وعملهم وإيمانهم.

هم قديسو الحياة اليوميّة، أمامهم يسألُ كلٌ منا: إذا كانوا هم قادرين فلماذا لا يمكنني أنا أيضًا أن أقوم بها؟

وموهبة القوة، ألا تكون حاجةً لكل أيام حياتنا، وليس لبعض الظروف والأوضاع، فنأخذ حياتنا وعائلاتنا وإيماننا إلى الأمام؟!

ألا يكون لسان حالنا مع بولس: "أستطيع كُلَّ شيءٍ في المسيح الذي يقويني" (في٤/١٣).

ونحن، أيكون اتّكالنا على قوّتِنا الذاتيّة فنضعفَ ونسقطَ، أم نطلبُ هذه القوّة من الله، فتكون لنا النُصرةَ بالرب يسوع؟!

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أرسل إلينا روحك القدوس، فننالَ موهبة القوة، فلا نستسلم أمام كل تجربة، أو كسل، أو إحباط، أو صعوبة، أو خيبة أمل، بل ننال قوةً جديدةً وحماسًا في حياتنا في سيرنا على خطى يسوع. آمين. *(صمت وتأمّل)*

**لا بالقوّة**

لا بالقوّة، لا بالقدرة، بل بروحي قال ربي (٢)

شكرًا يا يسوع، شكرًا يا يسوع، شكرًا يا يسوع، شكرًا يا يسوع (٢).

- ***التأمّل الخامس: موهبة العلم:***

يا ربّنا، أنت تعطينا هذه الموهبة، وها نحن مع نائبك على الأرض، البابا فرنسيس، نتأمّل ونكتشف لنتعلّم؛

موهبة العلم التي تعطينا بروحك القدوس، تقودنا من خلال الخليقة إلى فهم عظمتك ومحبتك وعلاقتك العميقة بكل مخلوق.

هي ليست نتاجَ قدرتِنا على معرفة الواقع الذي يحيط بنا، واكتشافَنا القوانين التي تحكم الطبيعة والكون.

بنور روحك يا رب، تنفتح أعيننا على التأمل بك، وفي بهاء الطبيعة وعظمةِ الكون، واكتشاف أن كل شيء يُخبرنا عنك، وأن كل شي هو عطية منك لا تُقدّر بثمن، وعلامة محبتك اللامتناهية تُجاهَنا، مما يثير في داخلنا الدهشة والإحساس العميق بالامتنان، ويقودنا روحك إلى الابتهال من عمق قلوبنا.

يا الله، رأيتَ أن كل شيء خلقتَهُ هو حسن (تك١/١٢)، والإنسان رأيته حسنًا جدًا (تك١/٣١).

بموهبة العلم، نصبح في تناغم عميق معك، ونشترك في نقاوة نظرتِك وحكمتِك. فنكتشفُ في كل رجل وامرأة قمة الخليقة، كتحقيق تدبير المحبة المطبوع في كل واحد منا، فنعترف ببعضنا البعض كأخوة وأخوات.

بموهبة العلم، نصبح شهودًا فرحين لك يا الله على غرار القديس فرنسيس والكثير من القديسين الذين عرفوا أن يسبحوا وينشدوا محبتك من خلال التأمّل في الخليقة.

وموهبة العلم تساعدنا على عدم السقوط وأخذ الأجوبة بالتوقف عند المخلوق، واعتبار أنفسنا أسياد الخليقة.

فالخليقة ليست ملكنا أو ملك بعض الأفراد، هي عطية، هي هبة رائعة منحتناها يا الله كي نعتني بها ونستخدمها لفائدة الجميع.

واستغلال الخليقة فكأننا نقضي على علامة محبتك يا الله.

وتدميرها: كأننا نقول لك: "هذا لا يعجبني"، و"هذا ليس حسنًا"، فنقع في الخطيئة والكفر.

وتُعلمنا يا الله أنّه علينا أن نحمي الخليقة، لأننا إذا قضينا عليها فستقضي علينا.

ونحن، أنكتشف أن كل خليقة الله هي حسنة أم نعتبرها مُلكَنا نتصرّف بها بحسب أنانيّتنا، فتُدمَّر ونُدمَّر معها؟!

الجماعة: يا ربَّنا وإلهنا، أرسل روحك القدوس، فيعطينا موهبة العلم، فنفهم جيدًا أن الخليقة هي أجمل عطاياك، وقد خلقتها من أجل الخليقة الفضلى أي الإنسان. آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***التأمّل السادس: موهبة التقوى:***

يا ربّنا وإلهنا، أحببتنا ومنحتنا ذاتك وروحك.

وها روحك إن قبلناه، يَسكُنَنا ويملأنا من مواهبه.

وموهبة التقوى هي العلاقة المعاشة معك، إنّها صداقتنا معك،

هي الرباط العميق معك، تُغيّر حياتَنا وتملأنا بالحماس والفرح والامتنان والتسبيح.

وهي ليست بالتقوية، أي أن نكون كالمرائين.

موهبة التقوى هي التي تدفعنا إلى العبادة، فعندما يجعلنا روحك القدوس الساكن فينا نشعر بحضورك وكل محبتك لنا، يَدفأ قلبَنا ونندفعُ بشكل طبيعي إلى الصلاة والاحتفال.

هي علاقة بنوية معك، والقدرة على رفع الصلاة لك بمحبة وبساطة.

وهي التي تميز الأشخاص المتواضعي القلب، وهي تسكب في الوقت عينه محبتَنا على الآخرين، ونعترفُ بهم كأخوة، ولنخدمَهم بلطف.

التقوى، هي أن نفرح مع الفرحين، ونبكي مع الباكين، نعزي البائس، نصلح من هو في الخطأ، نستقبل، نساعد.

هي تجعلنا ودعاء وصبورين، وفي سلام معك يا الله.

ونحن، ألنا هذه الروح، أم الروح الفريسيّة التي تُبعدنا عن الله والآخرين؟

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أرسل روحك، فننال موهبة التقوى، فنتغلّب على خوفنا وشكوكنا وقلقنا وقلّة صبرنا، فنكون شهودًا فرحين لك ولمحبتك، نعبُدك بالحق ونخدُم القريب بالوداعة والابتسامة التي يمنحنا إياها روحك القدوس بفرح. آمين. *(صمت وتأمّل)*

**تعالَ أيها النورُ الحقْ**

تعالَ أيها النورُ الحقْ، يا حياةً أبدية
تعال يا نعمةً لا تفنى، يا شمسًا لا تغيبْ
يا من بكلمتِهِ يحوِّلني نورًا من نورْ.

تعالَ يا فرحًا أبديًّا، يا إكليلاً لا يزول
تعالَ يا يمينَ الله، يا من نَهدَتْ إليه نفسي
أنت الذي فَرزْتَني عن كل شيءْ وجعلتني لَكَ.

تعالَ يا نَسْمةَ حياتي، يا مُعزّيَ نفسي
تعالَ يا فرحي، يا مجدي، يا سُروري الأبدي
تعالَ واسكُنْ فيّ، أمكث معي، طَهّرني من كلّ دنسٍ،
وخلِّصْ أيها الصالحُ نفسي، لكي أحيا بك إلى الأبد.

- ***<u>التأمّل السابع: موهبة مخافة الله:</u>***

يا ربّنا، كم رعَبَتنا هذه الموهبة، ففهمناها بأنّها خوفٌ منك ومن حُكمِكَ!
لكنّك وأنت إله الحب، أفهمتنا بأنّ الله الآب يحبنا ويريدُ خلاصَنا، ويغفر لنا دائمًا.
هي لنتذكّر صِغَرَنا أمام الله ومحبّتَه وأن خيرَنا يقومُ على الاستسلام بين يديه بتواضع واحترام وثقة، إنها هذا الاستسلام لصلاح الآب الذي يحبنا للغاية.
هو الروح الساكن فينا يبعثُ فينا العزاء والسلام ويحملُنا على الشعور بصغرِنا.
فنضعُ كلَّ همومِنا وتطلعاتِنا أمامَكَ يا الله، لنشعر بإحاطتِك ودفئك وحمايتك، كالطفل مع أبيه.
مخافة الله، تتّخذ فينا شكل الوداعة والامتنان والتسبيح، وتملأ قلبنا بالرجاء.
تعزية روحِكَ، هو أن نسمح لك يا يسوع بأن تقودنا بين ذراعي أبيك.
مخافة الله تجعلنا نتيقّن بأنّ كل شيء يأتي من النعمة، وأن قوتَنا الحقيقيّة تكمن فقط في اتباعك يا رب، وفي السماح لك يا الله الآب بأن تسكب علينا محبتَك ورحمتَك.
الروح يفتحُ قلوبَنا لنسمح لمغفرة الآب ورحمتِهِ وصلاحِهِ بأن تَدخلَ إلينا، لأننا أبناؤه المحبوبون.

مخافتك يا الله تدفعنا لاتباعك بتواضع ووداعة وطاعة، لا بالخضوع والاستسلام والنحيب، بل بابتهاجٍ وفرحٍ، فرحُ إبنٍ يُقرُّ بأنّه مخدومٌ ومحبوبٌ من الآب.

هي لا تجعل منا مسيحيين خجولين وخاضعين، بل تُولد فينا الشجاعة والقوة.

هي موهبة تجعل منا ملتزمين ومُتّقدين بالحماس.

وهي أيضًا "إنذارٌ" إزاء التشبّثِ بالخطيئة والإصرار عليها، فهي تُفهمُنا بأن يومًا ما سينتهي ما نعملُه ضدَ محبّة الله، وعندها علينا تأدية الحساب.

ونحن، أنخاف الله لأنّا نخاف الدينونة، أم نخافُه كي لا نكون قد أسأنا إلى محبته؟!

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أرسل روحَكَ، فننالُ موهبةَ مخافتِك، فتتسلمُنا محبتُك؛ نفتح بابَ حياتنا أمام "جديد الله"، فيغيّرنا روحُكَ، ويجعلُنا أقوياء، ويقوّي اتحادَنا بك، وثباتَنا فيك. نصلي مع صاحب المزمور: "المسكين يدعو فيسمع الرب ويخلصه من جميع ضيقاته. ملاك الرب مع أتقيائه، يحنو عليهم ويخلصهم" (مز٣٤/٧-٨). فنعترف مع أخوتنا الفقراء بأننا مغمورون بمحبتك ورحمتك إلى الأبد. آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***مناجاة مع البابا فرنسيس:***

يا الله القدير،
يا مَن أنتَ حاضرٌ في الكونِ كلِّهِ
وفي أصغرِ خلائِقك،
أنتَ يا مَن تَغمرُ بِعطفِك كلَّ ما هو موجود،
أُسكُب فينا قوَّةَ محبّتِك
كي نحمي الحياة والجمال.
أفِض علينا السَّلام، كي نعيش كإخوة وأخوات
دون أن نتسبَّبَ بضررٍ لأيٍّ كان.
يا إله الفقراء،
ساعدنا على إعانة المتروكين والمنسيّين في هذه الأرض،
فقيمتهم عظيمة في عينيك.
إشفِ حياتَنا،

كي نحمي العالم لا ننهبه،
ونزرع الجمال لا التلوُّث ولا الدّمار.
المس قلوب الذين يسعون إلى الأرباح
على حسابِ الفقراءِ والأرض.
علِّمنا أن نكتشف قيمة كلِّ شيء
وأن نتأمَّل بإعجاب،
وأن نعترف بأننا مُتَّحدون اتِّحادًا عميقًا بكلّ الخلائق
في مسيرتنا نحو نورك اللامتناهي.
نَشكُرُكَ لأنّكَ معنا كلّ الأيّام.
اعضُدنا، نرجوك، في نضالنا من أجل العدل والمحبَّة والسَّلام. 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 خبز الحياة

١- يا خبزَ الحياة وقوتَ الأرواح وعربـــــونَ النعيـــــم،
أنتَ ابنُ البشر أنتَ ابنُ الإلـــــه والإلـــــه الرحيـــــم،
الملائكة قيام بالخجل والوجل من بهـــــاكَ العظيـــــم،
ونحنُ المساكين كيف نقبلـــــكَ بفمنـــــا ذض الأثيـــــم.

٢- في العشـــا السّـــري فاضَ بحرُ الجود وكان هو الجوّاد،
وَهَبَنا ذاتَه خبـــــزاً وخمـــــراً وهـــــو أشـــــرف زاد،
يُقْبَـــلُ حســـاً ويفيـــدُ نفســـاً بـــأفضـــل امـــداد،
يا لَســـرِّ عجيب ســـرِّ الله الرهيب يُحَقُّ أن يُعبَـــد.

٣- أيها التائبون هلمّـــوا باحتـــرام واقتبلـــوا الإلـــه،
هوَ الذي يُعطـــــى هو الذي يُعطـــــي رحمةً وحياة،
إلهـــــي رجائي نعيمي نعمتي لذّتـــــي المبتغـــــاة،
أنعمْ لنقبلـــك بالحبّ والشـــوق عربـــون النجـــاة.

➢ ***المرجِع:***

- خادم الرحمة – في ثلاث مئة وخمسة وستين يومًا – توثيق الأب جورج الترس م.ل.

➢ زوروا موقع ساعة السجود: http://sa3at-soujoud.com

*نصلّي كي يكون الروح مَن ألهَمَنا وأمسَكَ بيدنا . آمين.*