# ساعة سجود أمام القربان المقدَّس

# وتأمّل في "العزلة"

"يسوع نفسه قضى أربعينَ يوماً في عزلةٍ تامّة، وأنفقَ ساعاتٍ طوالاً، قلباً لقلبٍ مع الآب، في صمت الليل" (الأم تريزيا دي كالكوتا) .

# قاعة مار نعمةالله - دير طاميش

*في ٤ / نيسان /٢٠١٩*

في مسيرة الصوم، نصلّي في هذه السّاعة من أجل أن نعرف ذواتنا والله، فنخرج من العزلة إلى النور والحياة. آمين.

➢ ***ترنيمة الدخول:***

**قلبي مُستعدّ يا ألله (١٠٧)**

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

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

➢ ***صلاة البدء:***

يا ربّنا وإلهنا، نحن ساجدون أمامك،
نتأمّل في عزلتك وأبيك،
سائلينَكَ أن نعرف عزلتَنا المقدّسة.
ننال نعمتَك، نعمة الروح القدس، لنتحرّر من عزلتنا،
من العزلة التي وَضَعَنا فيها العالم، من عزلة خوفنا منك،
نتحرّر من شهوات العالم، ونحمل أخوتنا البشر إلى حريّة روح،
ندخل إلى حجرتنا، وهناك نصلّي. آمين.

➢ ***<u>التأمّل الأول: عزلة الرب:</u>***

يا إلهنا، أراك في عزلتك المقدّسة، تحاكي حبّك، فتخلق الكون، وتخلق الإنسان قمّة فيض الحب.

تعطي آدم أن يعيش في جنّة مقدّسة، فيختار الضجيج والشقاء.

تطلب من نوح الاعتزال في سفينة الخلاص.

تقود شعبك في الصحراء، يعيشون العزلة معك، فيسقط منهم وعنهم، كل ماضٍ وشوق إلى العالم، ليعرفوك ويتمّوا مشيئتك، فتدخلهم راحتك، أرض الميعاد.

وها زكريّا الكاهن يعيش عزلة الصمت (لو١/٢٠)، ليُولد الصوت الصارخ المنادي بإعداد الطريق للرب (يو١/٢٣).

وأراك يا ربّنا متجسّدًا، يقودك الروح إلى البريّة؛ وهناك تعتزل صائمًا مصلّيًا، منتصرًا على تجارب آدم (متى٤/١-١١).

تترك تلاميذك والجموع وتعتزل على الجبل وفي القفر لتصلّي إلى أبيك (متى١٤/٢٣).

تعتزل وتقضي الليل كلّه في الصلاة، لتعود وتختار تلاميذك (لو٦/١٢-١٣).

تعتزل مع تلاميذك لتعلّمهم وتفسّر لهم أمثالك (متى١٣/٣٦).

تعتزل وتصلّي لأبيك في بستان الزيتون، قبل مسيرة آلامك الخلاصيّة (لو٢٢/٤١).

تطلب منّا، إذا أردنا الصلاة، الدخول إلى غرفتنا، إلى حجرتنا، وإغلاق الباب، وهناك أبونا الذي يرى في الخفاء يجازي (متى٦/٦).

وها تلاميذك، في العليّة، في عزلة الخوف، يصلّون، يأتي روحك القدّوس، ويحرّرهم لينطلقوا ويعلنوا البشارة (أع٢/١-٤).

<u>الجماعة:</u> يا ربّنا، أعطنا أن نعرف بأنّنا نحتاج إلى عزلة معك، فنعرف الصلاة والطلب، رافعين لك الشكر والتسبيح إلى الأبد. آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***<u>التأمّل الثاني: عزلة الأبرص والنازفة:</u>***

يا ربّنا، حُكِم على الأبرص والنازفة أن يعيشا في عزلةٍ بعيدة، لئلاّ ينجّسا المكان والآخر (لا١٣/٤٥-٤٦، ١٥/٢٥).

حُكم عليهما أن يعيشا وحيدَين، متألّمين، لا سائل ولا معين.

ويخرج الأبرص تاركاً عزلته، متحدّيًا كل الحواجز، ليصل إليك يا ربّنا، ويسألك ساجدًا: "يا سيّدي، إن شئت، فأنت قادر أن تطهّرني". فتمدّ يدك وتلمسه وتقول له: "أريد، فاطهُر!"، فيَطهُر في الحال. وتأمره أن يُري نفسه للكاهن كي يشهد أمام الجماعة عن برأتِهِ (متى٨/١-٤).

يا ربّنا، أنت سمعته، سمعت صراخ عزلته، لمسته، شفيته، حرّرته، أعدته إلى الجماعة.

والمرأة النازفة، تأتي من الخلف بإيمان متوقّع، لتلمس رداءك وتُشفى! لكنّك لا تريدها أن تُشفى فقط من نزفها، فأنت تريد إخراجها من عزلتها وإعادتها إلى الجماعة؛ فسألت مَن لَمَسَني؟! لتأتي راجفة، ترتمي على قدميك، وتعلن أمام الجماعة شفاءها؛ فتشجّعها: "يا ابنتي، إيمانُك خلَّصَكِ، فاذهبي بسلام" (لو٨/٤٣-٤٨).

كم من المرّات، يحكم مجتمعنا ونحن معه، على أشخاص، فنضعهم في عزلة، في بريّة.

كم من المرّات، أردنا وضع الإنسان الآخر في دائرة النقص وعدم الاستحقاق.

كم من المرّات أردنا إبعاد الآخر وجعله منبوذًا.

كم من المرّات حكمنا على أخينا بالقشّة التي في عينه، ولم نرى الخشبة في عيننا (متى٧/٣).

كم وكم!

أتراني أنا الحكَم؟

أتراني أنا المحكوم عليه؟

أتراني أنا مَن يحمل الحجر لأرميه وبيتي زجاجيّ الصنع؟

أتراني انا مَن سقط في امتحان دينونة الآخر؟

أتراني أنا الذي وقع في الخطيئة أو في فشلٍ ما، فكان مصيري العزل، والعيش في غربة؟

قد نكون أيًّا من هؤلاء!

يا ربّنا، إذا ما كنّا نحن الحكم، تريدنا على مثالِكَ رَؤوفين، حنونين، متسامحين، غفورين، رحماء، محبّين.

وإذا ما كنّا الأبرص أو النازفة، تريدنا أن لا نبقى في عزلتنا، تريد أن يكون لنا الإيمان كي نخرج ونأتي إليك، وأنت تعيدنا أصحّاء، أبرار، مخلَّصين. تعيدنا أحياء، لنعود إلى الجماعة.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن لا نَدين ونحكم على أخوتنا فنضعهم في عزلةٍ قاتلة. وإذا ما كنّا في عزلة وَضَعَنا فيها العالم، أعطنا نعمة الخروج إليك، فنعود أحياء بك. آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***التأمّل الثالث: عزلة الابن الضال:***

" يا أبي، أعطني حِصَّتي من الأملاك" (لو١٥/١٢).

هذا ما طلبه الابن؛ وما تردّد الآب، فأعطاه حصّته!

أراد هذا الابن أن يرث أباه قبل أن يموت. وكأنّه حكم على أبيه بالموت!

أماتَ أبوه!

أخذ حصّته وبدّدها، ليعزله العالم بين الخنازير، وكان يشتهي مأكلها (لو١٥/١٥-١٦).

دخل هذا الابن في عزلة "الأنا".

"الأنا" التي قالت له أنت تقدر وحدك دون أبيك.

أنت تقدر على أخذ القرار الصائب.

أنت يحق لك التنعّم دون قيدٍ أو شرط.

أنت يحقّ لك التصرّف كما تشاء لأنّك إنسان حرّ.

فكان أن وجد نفسه في عزلة "الذات".

وها الغني الذي كان يعيش في الترف والبذخ، يرى نفسه معذّبًا، يرفع عينيه فيرى إبراهيم وإلى جانبه لعازر الفقير الذي كان مطروحًا أمام بيته يشتهي أن يشبع من فضلات مائدته (لو١٦/١٥-٢٣)، فيدرك أنّه كان في عزلة، عزلة الذات، "أنا وبس"، عزلة عن أخيه الإنسان أيًّا كان هذا الإنسان.

وأنا، كم كنت في عزلة "الأنا" و"الذات"؟

كم أردت موت الإنسان في داخلي، وموت الله الذي خلق هذا الإنسان؟

كم كنت غاشًّا نفسي، بأنّي أنا الذي يعرف ويقرّر دون إيماني ورجائي ومحبَّتي؟

لكن ذاك الابن، عرف مرارة العزلة، وتذكّر الراحة والسلام في حضن أبيه، فحمل ذاته إليك يا الله الآب، حمل "الأنا" التائبة إليك يا أبانا، ليراك تنتظره، تعانقه وتقبّله، تسامحه، تنسى خطاياه،

حتّى أنّك لم تسمح له بإعلان توبته، فقط مسيرته نحوك كانت كافية، فأعدتَ إليه بنوته لك، عاد إبنًا (لو١٥/١٧-٢٤).

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا شجاعة الاعتراف بأنانيّتنا وتكبّرنا.

أعطنا أن يكون لنا تواضعك، فنكون قد خرجنا من "عزلتنا" وعدنا إلى حضن الآب الحنون، الرحوم، فنعرف الهناء الحقيقي والسلام. آمين. *(صمت وتأمّل)*

**ما أحبّ مساكِنَكَ** (مز٨٤)

ما أحبّ مساكِنَكَ يا ربّ الجنود.
تشتاقُ وتذوبُ نفسي إلى ديارِ الرب، ويرنّمُ قلبي وجسمي للإله الحي.
ألعصفورُ وجدَ لهُ مأوى واليمامةُ عُشًّا تَضَعُ فيهِ أفراخَها.
مَن لي بمذابِحِكَ يا ربّ الجنود، ملكي وإلهي.
طوبى لسُكانِ بيتِكَ فإنّهم لا يَبرَحونَ يُسبّحونَكَ.

- ***التأمّل الرابع: عزلة الابن الأكبر:***

"فغضب ورفضَ أن يدخل" (لو١٥/٢٨).

يا إلهنا، غضب الابن الأكبر من رحمتك، من كرمك، فأبى الدخول إلى راحتك.

هو خدمك لسنين دون أن يعصي لك أمرًا، وأنت لم تعطه حتى جديًا صغيرًا يتنعّم به مع أصحابه (لو١٥/٢٨-٢٩)!

هو ليس كسائر الناس الطامعين، الظالمين، الزُّناة، هو يصوم ويصلّي، ويوفي العشر (لو١٨/١١-١٢)!

هو يأتي إلى الكنيسة كل أحد وفي كلّ مناسبة، ويشترك في الذبيحة الإلهيّة والصلوات الطقسيّة!

هو يصلّي المسبحة كل يوم، ولا يترك مزارًا او مقامًا مقدّسًا إلاّ ويزوره!

هو يعطي المساكين والفقراء ولا يُقصّر!

يا ربّنا، آه، ما أصعبها عزلة! أن أكون معك وأنا لا أكون! أن أكون إبن الكنيسة، وانا خارجها! أن أتوهّم بأنّي مؤمن وأنا بعيد كل البعد عن الإيمان!

أنا أعمل ما أعمل كي لا أذهب إلى الجحيم!

أطيعك لأنّي أخاف منك!

أصلّي وأصوم لأنّه يجب ان أعمل ذلك!

وعندما أرى أخي الإنسان عائدًا إليك تائبًا، أنتفض رافضًا رحمتك.

أُذكّركَ بأخطاء وأفعال الجابي عندما أراه واقفًا في الخلف، لا يجرؤ على رفع رأسه نحوك، يصلّي متضرّعًا طالبًا الغفران والرحمة (لو١٨/١١، ١٣). ولكأنّك لا تعرف الخفايا وما في القلوب (مز٧/١٠).

أعمل وأعمل، وتنقصني المحبّة، فلكأنّي صنجٌ يرن أو نحاسٌ يطن (١قور١٣/١).

يَنقصني انت يا الله المحبّة (١يو٤/٨)، لأنّي ما عرفتك وما عرفت إبنك، مخلّصي يسوع المسيح (يو٨/١٩).

لكنّك يا الله لا تريد ترك أيٍّ منّا في الخارج، تخرج أنت خروج إبنك من عندك إلى العالم (يو١٦/٢٨).

خرجت إلى الابن الغاضب تترجاه الدخول: "يا ابني، أنت معي في كُلِّ حين، وكُلُّ ما هو لي فهو لك. ولكن كان علينا أن نفرحَ ونمرحَ، لأنّ أخاك هذا كان ميتًا فعاشَ، وكان ضالاً فوُجِدَ" (لو١٥/٢٨، ٣١-٣٢).

تدعوه "ابني"، لأنّه هو أيضًا كان ضالاً وتريده أن يعود من عزلته، ليعرف "المحبّة" ويعيش بحسبها.

<u>الجماعة:</u> يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن لا نكون في عزلة متوهّمين أنّنا معك، ومؤمنين بك. أعطنا أن نعرفك حقًّا، نعرف محبّتك، فتكون لنا هذه المحبّة، المحبّة لذواتنا وخلاصنا، وللآخرين وخلاصهم. فيكون لنا الإيمان الحق.آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***<u>التأمّل الخامس: إعتزال العالم:</u>***

يا ربّنا، أنت صلّيت لله أبيك: "أظهرت اسمكَ لمن وهبتهم لي من العالم" (يو١٧/٦).

"أنا أصلّي لأجلهم" (يو١٧/٩). "هم باقون في العالم" (يو١٧/١١). "بلّغتهم كلامك فأبغضهم العالم لأنّهم لا ينتمون إلى العالم كما أنا لا أنتمي إلى العالم. لا أطلب إليك أن تخرجهم من العالم، بل أن تحفظهم من الشرير (يو١٧/١٤-١٥). "أنا أرسلتهم إلى العالم كما أرسلتني إلى العالم (يو١٧/١٨). "إجعلهم كلّهم واحدًا ليكونوا واحدًا فينا" (يو١٧/٢١).

يا ربّنا، هذه هي صلاتك، أن نكون في العالم ولا نعمل أعمال العالم، أن نعيش بحسب كلمتك ولو أبغَضَنا العالم.

لا تريدنا خارج العالم بل تريدنا أن نُحفَظ من الشر.

يا ربّنا، أنت أرسلتنا إلى العالم لنكون الملح والنور والخمير الذي يُخمّر كلّ عجنتِك، الإنسان والكون. أردتنا اعتزال العالم، أعمال العالم!

أردتنا أن نكون في عزلتنا معك، ونحن في العالم.

تريدنا ان نعتزل أعمال العالم وليس الناس.

تريدنا أن نعتزل كل أعمال الجسد: الزنى والدعارة والفجور وعبادة الأوثان، عبادة المال، والسحر والعداوة والشقاق والغيرة والغضب والخلاف والتحزّب والخصام والحسد والسكر والعربدة وما أشبهها (غل٥/١٩-٢١)، وعبادة الذات والتسلّط ...

تريدنا أن نحمل ثمر الروح الذي هو المحبّة والفرح والسلام والصبر واللطف والصلاح والأمانة والوداعة والعفاف (غل٥/٢٢-٢٣)؛

حتى إذا ما رأى العالم أعمالنا ومحبّتنا عرف أنّنا تلاميذك (يو١٣/٣٥).

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن نكون نور وملح هذه الأرض، والخمير الذي يُخمّر عجينة هذا العالم، ليتحوّل إلى خبز تقدمة يليق بك يا الله. آمين. *(صمت وتأمّل)*

## أنتم ملح الأرض

أنتُم ملحُ الأرض، فإذا فسدَ الملحُ فأيُّ شيءٍ يُمَلِّحُهُ،
إنه لا يصلحُ إلاّ لأن يُطرَحَ في خارجِ الدارِ فيدوسه الناس.

أنتُم نورُ العالَم، لا تَخفَى مدينةٌ على جبلٍ ولا يوقدُ سراجٌ فيوضعَ تحتَ المِكيال،
بَلْ على المنارةِ ليُضيءَ لجميع الذينَ هُم في البيت.

ليُضيءْ نورُكُم هكذا للناس لِيَروا أعمالَكُم الصالِحَة
فيمجِّدوا أباكُم الذي في السماوات.

- ***<u>التأمّل السادس: الجماعة والعزلة:</u>***

يا ربّنا، يستحضرني مشهد الأخوة الأربعة الآتين إليك، حاملين أخاهم المخلّع، كي تشفيه وتعيده صحيحًا.

لا شيء منعهم من الوصول إليك، حتى الباب المغلق بسبب الجمع، لم يمنعهم. صعدوا إلى السقف ونبشوه، ودلّوا الفراش المحمول عليه أخاهم الإنسان أمامك (مر٢/١-٤).

هم أربعة ليدلّ هذا العدد على الشمول، شمول الكون. شمول كل الأخوة.

ليس أحد بمفرده مسؤولاً عن خلاص أخيه.

هو وأخوتُهُ مسؤولون.

كلّنا مسؤولون عن كلّ إنسان أينما كان، كي نخرجه من عزلته ونعيده حيًّا فيما بيننا.

كلّنا مسؤولون عن كل أخ أينما وُجد، كي نعيده من عزلته إلى حضن الجماعة والكنيسة.

كلّنا مسؤولون التفتيش عن الأخ الضائع ونعيده إلى حظيرة الآب.

ومسؤوليّتنا تعني إيماننا؛ فأنت يا ربّنا "رأيتَ إيمانهم" (مر٢/٥).

هذا هو الإيمان، أن تصل بشارة المحبّة إلى أقاصي الأرض.

تقول إبنتك الأخت الصغيرة مادلين يسوع: "نحن نمقت ونرفض العمل الشرير لكن لا نرفض فاعل الشر". ما أجمله كلام حب.

فأنت يا ربّنا، أتيت من أجل الخطأة (متى٩/١٣).

أتيت بحبّك ورحمتك كي يعرف الخاطئ التوبة والخلاص.

ألم يعلن زكّا توبته، ونال الخلاص، عندما رأى لطفك وحبّك (لو١٩/١-١٠)؟!

وتقول للمخلّع: "يا ابني، مغفورةٌ لك خطاياك!" (مر٢/٥).

هو إبنك، ولو كان خاطئًا!

هو إبنك، ولو كان مخلّعًا! مخلّعًا بذاته ونفسه وجسده.

هو إبنك، ولو كان في عزلة الخطيئة والضعف!

كانوا يظنّون أنّ ما يصيب المرء هو جراء خطيئته (يو٩/٢، خر٢٠/٥)، وبالتالي هو دنس.

فقلت للمخلّع، مغفورة لك خطاياك، لتعيده إلى الحياة والجماعة، وتعيده إبنًا.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن نعرف دورنا في خلاص كل الناس.

أعطنا أن نعرف أنّ عملنا هو عملك، خلاص كل خاطئ وإعادته من عزلته إلى الحياة فيما بيننا ومعك. آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***مناجاة: العزلة المقدّسة:***

يا ربّي، أنا الأعمى، المنتظر مرورك كي أصرخ لك صرخة الإيمان: "يا يسوع، يا ابن داودَ، ارحمني!" (لو١٨/٣٨). أدخلني إلى رحمِك، ولِدني جديدًا.

يا ربّي، أنا الأعمى المنتظر أن تعيدني حيًّا (يو٩/١).

يا ربّي، انا في عزلة العمى، عزلة العتمة، وأريد أن أخرج إلى النور، نورك.

يا ربّي، أنا في حاجة كي أعود وأرى جمال ما خلقتَ وأبدعتَ.

أريد ان أعود لأرى أخي الإنسان فأرى صورتك ومثالك.

أريد أن أخرج من العزلة التي صنعتها لنفسي، صنعتها بخطيئتي وضعفي وأنانيّتي وكبريائي.

أريد أن أخرج من العزلة التي وضعني فيها المجتمع والناس.

أريد أن أخرج من العزلة، التي بنيتها بجهلي لمحبّتك ورحمتك.

أريد أن أعود إبنًا ووارثًا لأنعم بصفاء الروح فأرى أرض الميعاد.

"يا مريم أمّنا، أم الرحمة، ضعي في قلوبنا اليقين بأننا محبوبون من الله، وكوني قريبة منّا في الأوقات الصعبة، وأعطنا أن نشعر بابنك، فتكون مسيرة صومنا خبرة غفران وقبول ومحبّة" (البابا فرنسيس).

يا ربّنا، نحن بحاجة إلى نعمتك كي نخلص، بحاجة إلى الروح القدس كي نتحرّر ونخرج من عزلتنا.

يا ربّنا، أعطنا أن نسمعك تقول لنا: "أبصر، إيمانُك شفاكَ!" (لو١٨/٤٢).

أبصقْ في التراب واجبل من ريقك طينًا، وضعه على أعيننا، فنبصر.

كما جبلتَ الطين وخلقتَ الإنسان (تك٢/٧)، فتكون خلقتنا من جديد.

وبعد أن نكون في عزلة الذات، وفي عزلة صنعها لنا العالم،

يرى الجميع عملك، فيمجّدوا كلّهم الله، ونحن نتبعك حامدين (لو١٨/٤٣)، ومعلنين إيماننا بك، سيّدًا على حياتنا (يو٩/٣٨). 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.

## أحبّك ربي يسوع

١- أحبك ربي يسوع (٣) وليس لي سواك
أتبعك ربي دوماً
أسبّح اسمك القدوس
(٢) أتبعك بلا رجوع / وليس لي سواك.

٢- أحبك يا روح الله (٣) فأنت لي الحياة
تغمرني ربي دوماً
تمسحني بقوةٍ
(٢) تغمرني بلا حدود / فأنت لي الحياة.

٣- أحبك يا آب الآب (٣) يا منبع الحياة
تغمرني بحبك
أجثو أمام عرشك
(٢) تغمرني بمجدك / يا منبع الحياة

- ***المرجع:***
  - 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.*