"التكوين"
ساعة سجود وتأمّل أمام القربان المقدّس
كنيسة مار نعمةالله – دير طاميش
كنيسة مار يوسف المطيلب
آذار – ٢٠٢٦
نصلّي في هذه الساعة من أجل أن يعرف كلّ أحدٍ منّا بأنّ ولادتنا الجديدة تبقى عقيمة إذا لم ننمُ في النعمة كلّ يوم. آمين.

"التّكوين!": هي ساعة سجود وتأمّل في عمل الله، وفي خلقه للإنسان بنوعٍ خاص، وكيف أنّ هذا التّكوين لم يتوقّف ولا يتوقّف حتّى نصل جميعنا إلى القامة الّتي أرادها لنا، على صورته ومثاله. آمين.

ساعة مباركة ومقدّسة.

- ***نشيد الدخول:*** **يسوع أنتَ إلهي**

اللازمة : يســـــوع أنتَ إلهي حبك شافي الوحيد
أنت حبيب نفسي أبداً يسوع أنتَ مَن أريد

١- أسجُدُ أمـــامَكَ إلهي أعتَرِفُ بــكَ ملِكي
ها هي حياتي في يديك إفعَل بها مـــا تريد

٢- تعالَ واملك على قلبي أتوق إليكَ تعـــالْ
ترنّـــمُ لكَ شفتـــاي أُحبُّـــكَ لـلأبـــدِ

٣- تنحني لاسمِكَ كلُّ رُكْبة ويعترِفُ كلُّ لسانْ
إسمُكَ يسوعُ خلاصي أُرَدِّدُهُ في كلِّ حينْ

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

➢ ***صلاة البدء:***

يا ربّنا وإلهنا، جئناك اليوم، ونحن في مسيرة الصوم، مسيرة الصعود معك إلى الجبل، لنَصلب كلّ ما هو ليس منك، أو يُبعدنا عنك، فنموت عنها لنحيا بك، أعطنا أن نعرف بأنّ هذه المسيرة هي مسيرة تكوين لذواتنا من جديد بالولادة الجديدة والنموّ بالنعمة والحكمة والقامة، لنصلْ إلى ملء قامتك (أف٤/١٣)، فنمجّدك إلى الأبد. آمين.

➢ ***التأمّل الأول: التّكوين!***

يا ربّنا، سرّ التكوين لا يمكننا أن نفهمه بقدرتنا وقوّتنا البشريّة!

لا يمكننا أن نفهم لماذا كَوّنتَ هذا الكون الّذي ما زلنا في طور اكتشافه.

لا يمكننا أن نفهم لماذا خلقتنا، وأردتنا أن نكون نحن البشر على صورتك وكمثالك (تك١/٢٦).

يا ربّنا، لا نفهم هذا السرّ إلاّ من خلال محبّتك، تلك المحبّة الّتي لا تعرف الوحدانيّة، ولا الذاتيّة ولا الأنانيّة. المحبّة الّتي جعلت إبنك يتجسّد، ويصير بشرًا مثلنا، مخليًا ذاته، متّخذًا صورة العبد، واضعًا نفسه، مطيعًا حتّى الموت على الصّليب (فل٢/٦-٨).

يا ربّنا، هذا هو أنت "المحبّة" (١يو٤/٨)، هذه هي كينونتك، الّتي لا شيء ولا أحد يشبهها.

خلقتَ الكونَ كلَّه بحسب فكرِك وإرادتِك، وعندما وصلتَ إلى الإنسان، تحرّكت أحشاؤك، لتلدنا من رحمك، من صلب ذاتك، ولم تترك وليدَك، بل أبقيتَ حبل الخلاص معلّقًا بك، لتبقى تُغذّيه من ذاتك، وفي ملء الأزمنة، أصبح إبنُك هو حبل الخلاص، نتغذّى من خلاله بكلمته وبجسده ودمه اللّذين أودعهما لنا زادًا أبديًّا، وأمّنتنا لروحك القدّوس، ليسهر علينا ويرعانا، حتّى اللّقاء بك وجهًا لوجه، وإلى الأبد.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن لا ننظر إلى كلّ ما خلقت، وإلى خلقنا نحن البشر وكأنّه من باب الصّدفة، أو كتحصيل حاصل، بل أن نرى فيه دائمًا عظمة عملك وقدرتك وجمال محبّتك. آمين.

(صمت وتأمّل)

➢ ***التأمّل الثاني: يسوع الإنسان!***

يا ربّنا، أنت تجسّدتَ بالرّوح القدس في أحشاء مريم العذراء، أمّنا (لو١/٣٥)، ونَمَوتَ في هذا الرّحم، تتغذّى منه حتّى ولادتك، وأنت تكبر، كنت تنمو في الحكمة والقامة والنّعمة (لو٢/٥٢). أنت كنت تتكوّن، كما كلّ إنسان. تتكوّن شخصيّتُك بمعلوماتك وبأخلاقك وبنوعيّة تربيتك وبمعرفتك لإرادة الله. وبمعرفتك له ولذاتك!

أنت أردتَ بأن تكون لنا المثال، ولتقول لنا بأن لا نقف حيث نحن، وأن لا نكتفي من بناء ذواتنا، ولا نكون مثل الماء الرّاكدة الّتي مع الوقت تصبح غير صالحة وملوّثة، وتُصبح غير آمنة للشرب أو حتّى الاستحمام، وتصبح خطرة وتنمو فيها البكتيريا والطفيليّات.

يا ربّنا، أنت عشتَ في كنف والدتك طائعًا (لو٢/٥١)، وفي بلدتك الناصرة لمدّة ثلاثين سنة، وعندما تعمّدتَ على يد يوحنّا المعمدان، وسمعتَ صوت أبيك: "أنت هو ابني الحبيب الّذي به رضيت" (متى٣/١٣-١٧). إذانًا لك ببدء رسالتك الخلاصيّة.

وتخرج من التجربة منتصرًا (متى٤/١-١١).

وسرتَ في الأرض تُنادي وتقول: "تمّ الزّمان واقترب ملكوت الله، فتوبوا وآمنوا بالإنجيل" (مر١/١٥)، ولمدّة ثلاث سنوات أو أكثر، حتّى موتك على الصليب وقيامتك.

يا ربّنا، وأنت إله، شئتَ أن تولد وتنمو وتكبر وتكتشف وتتعرّف وتختبر كل الأحاسيس، أنت أردتَ هذا التكوين لذاتك، فكيف لا نطلبه نحن؟

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن نعرف بأنّ التوقّف عن النّمو الرّوحيّ والأخلاقيّ، يجعلنا مكانًا ليكبر فيه الشرّ والخطيئة، فلا تسمح أنت بهذا الرّكود والموت لذواتنا. آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***التأمّل الثالث: الولادة الجديدة!***

يا ربّنا، أنت قلت لنيقوديموس بأنّه ما من أحدٍ يمكنه أن يدخل ملكوت الله، أو يراه، إلاّ إذا وُلد من عَلُ. وعندما سألك: "أيستطيع الإنسان أن يعود إلى بطن أمّه ويُولد؟"، أجبته بأن هذه الولادة هي من الماء والرّوح (يو٣/٣-٥).

يا ربّنا، أنت رأيت الإنسان الّذي خلقتَه، كيف أنّه سقط في خطيئة الأنانية والكبرياء والشهوة، عندما سمعت حواء للمجرّب فأكلت من شجرة معرفة الخير والشرّ، وأكل معها بعلها آدم (تك٣/١-٦)، وهو ما يزال يسقط في إغراءات الشرّير، وأصبح بحاجة إلى إعادة تكوين، إلى الولادة من جديد. فكان أن أعطيتنا المعموديّة، الّتي هي تطهير وموت وقيامة معك (روم٦/٤).

ولكن، هل تكفي أن نعود ونولد من جديد لنكون قد أصبحنا أبرارًا ومؤهّلين للحياة الجديدة معك؟ هل نكون فعلاً قد تغيّرنا؟

هو يحب أن نتغيّر، إذا كنّا مؤمنين بهد التحوّل من خلال نزولنا في ماء المعموديّة وصعودنا منها، ولكن، يجب أيضًا أن لا نقف هنا، يجب أن نتكوّن من جديد، كلّ يوم، وكلّ لحظة. ويجب أن لا نصبح مثل الإبن الأكبر في مثل الإبن الضال، الّذي كان يعيش كالعبد في بيته الوالديّ لا كإبن، بل أن يكون لنا دائمًا الجرأة كالإبن الّذي ضلّ، فنأتي إليك يا ربّ، وبأوساخنا، وأنت تُعيد تكويننا من جديد لنعود أبناء وبنات لك (لو١٥/١١-٣٢).

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن لا تبقى معموديّتنا صوريّة، بل أن نعيشها في كلّ لحظة، لنكون بحقّ أولادًا لك. آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***<u>التأمّل الرابع: قبول التّكوين!</u>***

يا ربّنا، يُوصينا رسولُك بولس: "لا تتشبّهوا بما في هذه الدنيا، بل تغيّروا بتجديد عُقولِكُم لتعرفوا مشيئة الله: ما هو صالح، وما هو مرضيّ، وما هو كامل" (روم٢/١٢).

ويزيد: "ونحن جميعًا نعكِسُ صورةَ مجد الرّبّ بوجوهٍ مَكشوفةٍ، فنتحوّل إلى تلك الصّورة دائمًا، وهي تزدادُ مجدًا على مجدٍ، بفضل الرّبّ الّذي هو الرّوح" (٢قور٣/١٨).

يا ربّ، أنت تدعونا بكلام رسولك بأن نقبل تكويننا، ولا نرفضه، وأن نسلّمك دائمًا ذواتنا، نحن إناءك، الّذي جبلتَه بيديك ومن قلبك (تك٢/٧)، لكي تُصحّح ما قد تشوّه فينا، وما قد نقص، لنعود أكثر جمالاً.

يا ربّ، أتاك الأبرص مُشوّهًا من الخارج، وأنت شفيتَهُ بكلمة منك (مر١/٤٠-٤٢)، أعدت لحمه طريًّا، كلحم الطّفل (١مل٥/١٤)، أعدت ولادته وتكوينه من جديد.

والنّازفة المشوّهة من داخلها، أتتك بإيمانٍ من الخلف كالسارقة، لتسرق شفاءها، فلمست "الهُدب" المعلّق في ثوبك، والّذي يُذكّر بكلمتك والعمل بها (عد١٥/٣٨-٣٩)، فشُفيت وتحرّرت بكلمتك (لو٨/٤٣-٤٨)، بك أنت الكلمة (يو١/١)، فأعدتَ ولادتها وتكوينها من جديد.

<u>الجماعة</u>: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن نأتيك دائمًا قائلين لك: "ها نحن بين يديك، أنت أكمل تكويننا ولا تتوقّف، حتّى نكون أكثر بحسب قلبك، ونصبح شبهَك". آمين. *(صمت وتأمّل)*

يا ربّ إستعملني لسلامك

يا ربْ إستعملني لسلامِكَ

فأضعَ الحبَّ حيثُ البغض والمغفرةَ حيثُ الإساءة

والإتفاقَ حيث الخلاف والحقيقة حيث الضلال

والإيمانَ حيث الشكّ والرجاءَ حيث اليأس

والنورَ حيثُ الظلمة والفرحَ حيثُ الكآبة

يا ربْ إستعملني لسلامِكَ

➢ ***<u>التأمّل الخامس: نُكوّن بعضنا البعض!</u>***

يا ربّنا، أنت توصينا بأن نحبّ بعضنا بعضًا كما أنت أحببتنا (يو١٣/٣٤).

وماذا يعني ذلك، سوى أن نرى ما هو لخير الإنسان الأخر فنعمَلُه!

وماذا يعني ذلك، سوى أن نرى ونؤمن بأنّنا جميعًا إخوة، وجميعنا ننادي الله: "أبّا"!

وماذا يعني ذلك، سوى أنّا نغفر لبعضنا البعض، ولو تخطّت الإساءة السّبعة والسّبعين (متى١٨/٢٢)!

وماذا يعني ذلك، سوى أن نعذر دائمًا بعضنا البعض، وأن نجد المبرّر لأفعال الآخر، حتّى ولو كانت خاطئة. وأن نتذكّر دائمًا الخشبة الّتي في عيننا قبل أن نقول للآخر إرفع القشّة من عينك. (متى٧/٤)!

وماذا يعني ذلك، سوى أن نرى أخانا الإنسان المطروح على باب بيتنا والكلاب تلحس قروحاته (يو١٦/٢٠-٢١)، فندخلَه إلى بيتنا ونضع الخمر على جروحه وندهنها بالزّيت (لو١٠/٣٤)، لنكون أدخلناك أنت يا ربّ، أنت الواقف تقرع على بابنا لكي تدخل (رؤ٣/٢٠).

وماذا يعني ذلك، سوى أن لا نكتفي بأنّا صالحون ولا خطايا مميتة نرتكبها، ونصلّي ونُقدّس، ونُهمِل الجائع والعطشان والعريان والغريب والمريض والسّجين، لنكون قد أهملناك أنت يا ربّ بإخوتك (متى٢٥/٤١-٤٥)!

يا ربّنا، نكوّن بعضنا البعض، بأن نعرف بأنّا جميعنا أعضاء لبعضنا البعض في جسدٍ واحدٍ (روم١٢/٥)، والجسم كلّه يتوجّع في حال تألّم أحد أعضائه.

ما أجمل أن نكون من الأربعة الّذين حملوا أخاهم المخلع إليك، وقدِ شفيتَهُ يا ربّ نفسًا وجسدًا، لأنّك رأيت إيمانهم ومحبّتهم (مر٢/ ٣-٥).

<u>الجماعة:</u> يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن نعرف بأنّ كلّ واحد وواحدة منّا مسؤولون عن تكوين بعضنا البعض، لنكون جميعنا جسدًا واحدًا وأنت الرأس (قول١/١٨). آمين. ***(صمت وتأمّل)***

➢ ***<u>التأمّل السادس: الرّبّ ما زال يعمل!</u>***

"إنّ أبي ما يّزالُ يَعمل، وأنا أعمَلُ أيضًا" (يو٥/١٧).

يا ربّنا، هذا دليل منك بأنّك ما زلتَ تعمل من أجل أن نخلُص كلّنا، أنت الرّاعي الّذي يفتقدنا افتقاد الرّاعي لقطيعه المنتشر، وتُنقذنا من جميع المواضع الّتي شُتِّتنا فيها يوم الغَيم والغَمام المُظلِم، وتُخرِجنا إلى المَرعى الصّالح (حز٣٤/١١-١٤)، أنت تبحث عن الضالّ منّا وتردّ الشّارِد وتُجبر المكسور وتقوّي الضّعيف (حز٣٤/١٦).

يا ربّنا، أنت لم تتركنا يومًا ولن تتركنا، أنت تسهر على نموّنا وتكويننا. أنت وعدتنا بالبرقليط النَّصير ليكون معنا (يو١٤/١٦)، وعدتنا بروحك القدّوس ليكون هو دائمًا معنا، لكي يُرشدنا ويُعلّمنا ويُذكّرنا بكلامك وتعاليمك ووصاياك (يو١٤/٢٦)، ويبكّتنا على الخطيئة والبرّ والدّينونة، إذا كان إيماننا قد خفت، ورجاؤنا أصبح ضعيفًا، وحبّنا مشكّكًا (يو١٦/٨-١١).

هو روحك الّذي أعطيتنا ليسكننا (يو١٤/١٧)، لنكون هيكله (١قور٣/١٦)، وبه نعرف بأنّنا أولاد الله، وبه ننادي لله "أبي، يا أبي" (غل٤/٦)، ويعطينا أن نُثمر ثماره (غل٥/٢٢-٢٣)، الثّمار الصّالحة، لأنّه يكون قد ثبّتنا بك أنت الكرمة (يو١٥/١-٤). وبه خُتِمنا وهو عربون ميراثنا (أف١/١٣-١٤).

يا ربّنا، الآب ما زال يعمل، وأنت تعمل، بالرّوح القدس، حتّى نصل إلى كمال تكويننا، إلى كمالك يا الله (متى٥/٤٨).

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن يكون لنا الإيمان بأنّا لسنا مَتروكين، وأنّ روحك القدّوس هو معنا وفينا، إذا قبلناه. آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***التأمّل السابع: إكتمال التّكوين!***

يا ربّ، أنت لم تَعِدنا بالطّريق الرّحب والباب الواسع، بل بالباب الضيّق (متى٧/١٣).

أنت لم تَعِدنا بالرّاحة على هذه الأرض، بل بأنّا سنعاني الشدّة والصعوبات (يو١٦/٣٣)،وأنت تطلب منّا أن نحمل الصّليب كلّ يوم ونتبعك (لو٩/٢٣)، كما أنت حملته.

نحن نحتاج إلى الوقت، إلى الصّبر، لكي يكتمل نضوجنا وتكويننا. وأنت تصبر علينا، صبر الزّارع على زرعه، لكي ينمو ويصبح نَصْبًا ويحمل الثّمار.

أنت تصبر صبر الأم الّتي تحمل جنينها تسعة أشهرٍ بتعبٍ وإرهاق وتلده للحياة بألم وأوجاع.

لكنّك تفرح فرح الزّارع بزرعه والأم بمولودها.

يا ربّنا، أنت وضعتَ لنا سلّم التّطويبات الّذي به نصعد لملاقاتك، ونحن مؤهّلون لهذا اللقاء.

أنت تطوّبنا إذا ما كنّا من المساكين في الرّوح، والمحزونين على خطايانا وخطايا العالم، والودعاء، والجياع والعطاش إلى الحقّ، والرّحماء، وأنقياء القلوب، وصانعي السّلام (متى٥/٣-٩).

أنت تطوّبنا إذا ما اكتملنا في المحبّة، لأنّا سنكون قد اكتملنا بك أنت المحبّة (١يو٤/٨)، تلك المحبّة الّتي تكلّم عنها ومن القلب رسولك بولس (١قور١٣)، والّتي هي ستبقى بعد أن يزول كلّ شيء، ونكون قد عاينّاك وجهًا لوجه.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، بقوّتنا وضعفنا، لا يمكننا أن ننمو ونصعد سلّم الكمال، أنت أنعِم علينا لكي نقدِر ونصل إلى ملء قامتك (أف٤-١٣). آمين. *(صمت وتأمّل)*

تأمل للقدّيس شارل دو فوكو:

"إنّ الإيمان هو ما يجعلنا نصدّق في أعماق نَفسِنا... جميع الحقائق الّتي يعلّمنا إيّاها الدين، وبالتالي مضمون الكتاب المقدّس وتعاليم الإنجيل كلِّها، وأخيرًا كلّ ما تعرضه علينا الكنيسة. لأن البارّ يحيا حقيقةً بهذا الإيمان (روم ١: ١٧)، فهو يحلّ مكان أغلبيّة حواسّه الطبيعيّة. وهو يبدّل كلّ الأشياء لدرجة تكاد تعجز فيها الحواسّ القديمة عن مساعدة النفس، فهي لا ترى من خلال هذه الحواسّ سوى المظاهر الخدّاعة، في حين أنّ الإيمان يُريها الحقائق.

فالعين تُريها فقيرًا، والإيمان يُريها الرّب يسوع (متّى ٢٥: ٤٠). والأُذُن تُسمِعها الشتائم والاضطّهادات، في حين يرنّم لها الإيمان: " اِفَرحوا وابْتَهِجوا" (متّى ٥: ١٢). وحاسّة اللمس تجعلنا نشعر بضربات الحجارة التي نتلقّاها، بينما الإيمان يقول لنا: "افرحوا لأنّكم حُسِبتُم مُسْتَأْهِلِينَ أَنْ تتألّموا من أجل اسم الرّب يسوع المسيح" (أع ٥: ٤١). وحاسّة الذوق تجعلنا نَشْتَمُّ البخور، أمّا الإيمان فيقول لنا إنّ البخور الحقيقيّ هو "صَلَوَات الْقِدِّيسِين" (رؤ ٨: ٤).

إنّ الحواسَ تُغرينا بالجمالات المخلوقة، والإيمان ينظُر إلى الجمال غير المخلوق ويَشعُر بالشفقة تجاه جميع المخلوقات التي ليست سوى عَدمًا وغُبارًا أمام هذا الجمال. إنّ الحواسّ تكره الألم، لكنّ الإيمان يباركه كتاج الزواج الّذي يربطه بحبيبه، كمشية العروس مع عروسها، يدُها في يدِه الإلهيّة. والحواسّ تنتفض ضدّ الإهانة، بينما الإيمان يُباركها: "بَارِكُوا لاَعِنِيكُم" (لو ٦: ٢٨)...؛ ويجدها عذبةً لأنّها تعني مشاركة الرّب يسوع مصيرَهُ... والحواسّ فضوليّة، لكنّ الإيمان لا يريد أن يَعرِف شيئًا: فبِهِ عَطَشٌ إلى دفن ذاته ويرغب في أن يُمضي حياتَه كلّها ساكنًا أمام بيت القربان". 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 القويّ إله الصباؤوت. السماء والأرضُ مملوءَتانِ من مجدِكَ العظيم. هوشعنا في العُلى. مباركٌ الآتي باسم الرب، هوشعنا في العُلى. ارحمنا، أيها الربُّ الإلهُ الضابطُ الكل، ارحمنا. لك نُسبِّح. لك نُمجِّد. لك نُبارك. لك نسجُد. بكَ نعترف. غُفرانَ الخطايا والذنوب منكَ نطلب. فاشفِق، اللهُمَّ، علينا راحماً، واستجبْ لنا.

أنتَ الّذي يَعرِفُ

أنتَ الّذي يَعرِفُ أقصى درجاتِ صِغَري
وأنتَ لا تخافُ أن تَنزِلَ عليَّ وتَنحني
اللازمة: تعالَ إلى قَلبي يا قُربانًا ألهَبُ بِحُبّكَ
تعالَ إلى قَلبي فَها قَلبي يَتوقُ إلَيكَ
كَم أرجو طيبَتَكَ أن تَمنَحَني المَوتَ مِنَ الحُبِّ
يسوع إسمَع صَرخَتي واستَمِع صُراخَ حنانَ قَلبي

- ***المرجع:***
  - الكتاب المقدّس

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

نصلّي كي يكون الروّح القدس هو مَن ألهَمَنا وأمسَكَ بيدنا . آمين.