ساعة سجود وتأمّل أمام القربان المقدّس

إبتهاج الرّوح!

نصلّي في هذه السّاعة، من أجل أن يعرف كلّ أحدٍ منّا الفرح بالرّوح القدس، والنابع من الحبّ، فيكون هذا الفرح فرح الرّوح القدس، ويكتمل فرحنا (يو١٥/١١). أمين.

يوم الخميس في ٢٠٢٤/٧/٤

في كنيسة مار نعمة الله – دير سيّدة طاميش

"إبتهاج الرّوح": هي ساعة سجود وتأمّل أمام القربان المقدّس، أمام الحبّ، الذي يُولّد الفرح والابتهاج، ليُدرك ويعرف كلّ أحدٍ منّا بأنّ فرحنا الحقيقي هو في مبادلة هذا الحبّ بالحبّ، وبهذه المبادلة للحبّ، نكون قد أبهَجنا وفرّحنا الرّوح القدس السّاكن فينا. آمين. ساعة مباركة ومقدّسة.

➢ ***نشيد الدخول:*** **أحبّك ربّي يسوع**

١- أحبك ربي يسوع (٣) وليس لي سواك

أتبعك ربي دوماً أتبعك بلا رجوع (٢)

أسبّح اسمك القدوس وليس لي سواك.

٢- أحبك يا روح الله (٣) فأنت لي الحياة

تغمرني ربي دوماً تغمرني بلا حدود (٢)

تمسحني بقوةٍ فأنت لي الحياة.

٣- أحبك يا آب الآب (٣) يا منبع الحياة

تغمرني بحبك تغمرني بمجدك (٢)

أجثو أمام عرشك يا منبع الحياة

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

➢ ***صلاة البدء:***

يا ربّنا وإلهنا، نحن ساجدون أمامك، نتأمّلك ربًّا وإلهًا في قربانةٍ صغيرة! نتأمّلك ربًّا خالقًا وضابطًا الكلّ، ومتجسّدًا إنسانًا!

أهّلنا ان نعرف عظمة محبّتك لكلّ أحدٍ منّا، وبالشّخصيّ، فنبادل هذا الحبّ بالحب، بأن نعمل بكلّ ما أوصيتنا (يو١٤/٢١)، فتفرح وتبتهج عندما ترى أفعالنا وتصرّفاتنا، وتسمع أقوالنا، وتسبيحنا وتمجيدنا لك ولأبيك ولروحك القدّوس الذي يمتلئ فرحًا وابتهاجًا، لأنّه يكون المُعاين والشاهد علينا من داخلنا، من مسكنه فينا. آمين.

➢ ***التأمّل الأول: الرّوح يبحث عن مسكنه!***

"وكانت الأرض خاويةً خالية، وعلى وجه الغَمرِ ظلام، وروحُ الله يَرِفُّ على وجهِ المياه" (تك١/٢).

يا روح الله، من وسط الظلام، والأرض خاويةٌ وخاليةٌ، أنت ترفُّ على وجه المياه، علّك تجد موطئ قدم، تجد مسكنًا. أنت حامل الحياة وتريد أن تدفقها في المكان الذي تأتي إليه.

ولكن، ما هو المكان الذي تنشده؟ فالأرض كلّها أمامك، ولو خالية، فأنت قادرٌ على تشييد بيتك!

أيكون مكانًا خياليًّا؟

أتريد من خليقتك، أن تبني لك هذا المكان، هذا المسكن؟

يا روح الله، السماء عرشك، والأرض موطئ قدميك، فأيّ بيتٍ خيرٌ منها نبنيه لك؟ وأيّ مكان يكون لراحتك؟ أما صنعت يداك هذه كلّها، وهي لك؟ (أع٧/٤٨-٥٠).

وسليمان الملك، عرف صِغَر الهيكل الذي بناه، مع كلّ عظمته، وذهبه، بأنّه لا يسعك: "فإنّه هل يسكن الله حقًّا مع الإنسان على الأرض؟ إنَّ السَّموات وسمَوات السَّمَوات لا تسعك، فكيف هذا البيت الذي بنيتُه؟" (٢أخ٦/١٨).

ولكن، يا روح الله، شكرًا على أنّك خلقتَ النّور: "لِيَكُن نورٌ"، فكان نورٌ (تك١/٣).

من هذا النور، سنقدر، ونعرف أيّ بيتٍ تريدنا أن نبنيه لك!

الجماعة: يا روح الله، أعطنا أن نعرف بأنّك في تفتيشٍ دائمٍ عن سكنٍ لك، وأنّ الحجر لا يستهويك، ولا ترغبه، فنُدرك أنّك تبحث عن بيتٍ من لحم، بيتٍ في قلوبنا (خر١١/١٩). آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***التأمّل الثاني: مسكن الرّوح!***

"لكن إلى هذا أنظُرُ: إلى المسكين والمنسحق الرّوح، وإلى مَن يخاف كَلِمَتي" (أش٦٦/٢).

يا روح الله، ها قد وجدتَ مسكنك، في المساكين والمنسحقي الرّوح، والمحزونين، والجياع والعطاش إلى البرّ، والرّحماء، وأطهار القلوب، والسّاعين إلى السّلام (متى٥/٣-٩).

ولكن، أتكتفي بهؤلاء فقط، والباقون؟

ها نراك واقفًا على باب قلوبهم تقرع وتقرع، علّهم يفتحون، فتدخل وتقيم عندهم (رؤ٣/٢١).

يا روح الله، نعم، أنت الرّوح اللطيف، وإن كنت قادرًا على خَرق كلّ الجدران الصّلبة، ومهما كان نوعها وكبرُها، إلاّ أنّك تقف عاجزًا، أمام إرادتنا، وقرارنا، أنت تنتظر بذرة الإيمان، حبّة الخردل، حتى تدخل! تنتظر إشارة صغيرة حتى تقيم في قلوبنا. تنتظر أرض قلوبنا أن تكون قد أصبحت طريّةً لاستقبالك. لا تنتظر منّا أن نُعبّر عن إيماننا بطرقٍ عظيمةٍ وظاهرة، فأنت مَن يقود إيماننا وينمّيه ويجعله شجرة كبيرة تتفيَّأ في أغصانها العصافير (لو١٣/١٤)، التي تغرّد فرحًا، تعبيرًا عن فرحنا الدّاخليّ بحضورك، بتملّكك لقلوبنا.

ألم تنتظر شاول الذي كان يعبث بكنيستك، وصدره ينفثُ تهديدًا وتقتيلاً لتلاميذك (أع٩/١)، حتى رأيت فيه إناءك المختار (أع٩/١٥)، فأتيت إلى قلبه وحياته، وحوّلتَه من شاول إلى بولس، رسولك إلى الأمم؟

ألم تنتظر مريم المجدليّة، السّاكن فيها سبعة شياطين، حتى رأيت فيها القلب التّائب والمجروح، فحوّلتها إلى الشاهدة الأولى على قيامة الرّبّ (مر١٦/٩)؟

ألم تنتظر أغسطينس، الذي كان غارقًا في حياة الفسق، والنرجسيّة، حتى رأيت فيه الباحث عن حقيقتك، فحوّلته إلى معلّمٍ وملفانٍ في كنيستك؟

يا روح الله، نعم، أنت تنتظر كلّ أحدٍ منّا، تنظر الثّغرة الصغيرة في الحائط الذي نكون قد بنيناه حاجزًا بين ذواتنا ومعك، لتدخل من هذه الثّغرة وتحوّلنا.

<u>الجماعة:</u> يا روح الله، أعطنا أن نعرف ونؤمن بأنّنا نحن هيكلك، مسكنك (١قور٣/١٦)، مسكن الله، فنعيش ونسير بحسب هذه الحقيقة العظيمة، ولا ننسى أو نتناسى، لئلا نكون عاملين على رفضها. آمين.

(صمت وتأمّل)

➢ ***<u>التأمّل الثالث: ثمار الرّوح!</u>***

"ما من شجرةٍ طيّبةٍ تُثمِرُ ثَمرًا خبيثًا، ولا من شجرةٍ خبيثةٍ تُثمِرُ ثمرًا طيّبًا، فكلُّ شجرةٍ تُعرَفُ مِن ثمرِها، لأنّه من الشّوكِ لا يُجنى تين، ولا من العلّيقِ يُقطَفُ عنب، الإنسانُ الطيّبُ من الكنزِ الطيّب في قلبه يُخرِجُ ما هو طيّب، والإنسانُ الخبيثُ من كنزِه الخبيث يُخرِجُ ما هو خبيث، فمن فيضِ قلبِه يتكلّمُ لِسانُه" (لو٦/٤٣-٤٥).

يا روح الله، إذا كنّا نحن مسكنك، شجرتَكَ، أنُثمِر الثّمر الخبيث؟ أنُثمِرُ الزّنى والدّعارة والفجور وعبادة الأوثان، وكم هي كثيرة، والشرّ والعداوات والخِصام والحسد والسُّخط والمنازعات والشِّقاق والتحزّب والحسد والسّكر والعربدة وما أشبه (غل٥/١٩-٢١).

أنُعرِّف عن شجرتنا، عنك يا روح الله، بهذه الصفات والأعمال؟ حاشا!

فأنت الإله الطيّب، كيف لا نكون على مثالك طيّبين إذا ما كنت تسكننا؟

كيف لا نُخرج من كنزنا الطيّب الّذي في قلبنا، ما هو طيّب، فنُخرج ثمارك التي هي المحبّة والفرح والسّلام والصّبر واللُّطف والصَّلاح والأمانة والوداعة والعفاف؟ (غل٥/٢٢-٢٣).

فلا نتكبّر، ولا نتحدّى، ولا نحسد بعضنا البعض؟ (غل٥/٢٥-٢٦).

يا روح الله، السّاكن فينا، أنت تجعلنا نُثمِر ثمرك.

أنت تبعث الحياة في أجسادنا الفانية (روم٨/١١)، ولا تستعبدنا أو تردّنا إلى الخوف، بل تجعلنا أبناء الله، وبك نصرخ إلى الله: "أبّا، يا أبتِ!" (روم٨/١٥).

وبحرّيّة أبناء الله نقول لك: تعال يا روح الله وقُدْنا (روم٨/١٤).

الجماعة: يا روح الله، أعطنا أن نعرف بأنّ الّذين يسلكون سبيل الجسد، يهتمّون بأمور الجسد، والّذين يسلكون سبيل الرّوح يهتمّون بأمور الرّوح. وإنّ الاهتمام بالجسد موت، وأمّا الاهتمام بالروح فحياةٌ، وسلامٌ (روم٨/٥-٦) . آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***التأمّل الرابع: هاءنذا أُرسلُكُم (متى١٠/١٦)!***

"وسمعتُ صوتَ السيّد قائلاً: "مَن أُرسِل، ومَن ينطلق لنا؟"، فقلتُ: هاءَنَذا فأرسِلني" (أش٦/٨).

يا ربّنا، أنت تسأل: مَن أُرسِل؟ ونحن سمعناك! أنكون قد ثقّلنا أذنينا، كي لا نسمع؟ (أش٦/١٠).

أنكون سمعناك، وخنقت الأشواك، أشواك هذا العالم، كلمتك؟ (مر٤/٧).

أنكون، سمعناك، وكنّا غير مبالين، أو متجاهلين، فنقول لك: متى سمعناك، أو رأيناك، ولم نفعل، كما الّذين لا يفعلون مع إخوتك الصغار؟ (متى٢٥/٤٥).

يا ربّنا، أنت نفختَ روحك في تلاميذك، وأرسلتهم (يو٢٠/٢١-٢٢).

ونفختَ بكلّ أحدٍ منّا روحك، في جرن ولادتنا الجديدة، وأرسلتنا.

أنتَ لم تعطِنا، بأن نكون مسيحيّين، وننام على الحرير. أنت قلتَ لنا: ما من عبدٍ أفضل من سيّده، ولا من خادم أفضل من مخدومه، ولا كان الرّسول أعظم من مرسله (يو١٣/١٦).

أنتَ جئت لتَخدُم، لا لِتُخدَم (مر١٠/٤٥).

أنت وعدتنا وأعطيتنا روحك القدّوس، كي يُنجِد ضعفنا (روم٨/٢٦)، ويعلّمنا ويذكّرنا بكلامك، ويعضدنا ويعزّينا (يو١٤/٢٦).

فإن قلنا بأنّا لا نعرف ماذا نفعل، أو ماذا نقول، الرّوح هو مَن يرشدنا ويعلّمنا ماذا يجب أن نقول: "فلستم أنتم المتكلّمين، بل روحُ أبيكُم يتكلّمُ فيكم" (متى١٠/٢٠).

وإن قلنا، كيف نكونُ خِرافًا بين الذّئاب، أو أن نكون حكماء كالحيّات، وودعاء كالحمام، كما أنت ترسلنا (متى١٠/١٦)؟ أيضًا الرّوح مَن يعطينا الحكمة حتّى نعرف التصرّف، وكيف نصون أنفسنا، وكيف نستشعر الخطر ونتعاضد كجماعة، كما تتّصف بهذه الصفات الخراف، ونواجه بشجاعة الاستشهاد من أجل الإيمان، إن اقتضت الظروف، شرط أن نكون متواضعين وودعاء، كي نقدر على قبول روحك، وقبول أن يكون هو السّاكن فينا (يو١٤/١٧)، ولا آخر، فنتفاعل معه، ونصغي إليه.

الجماعة: يا روح الله، تعال واملأ فينا نعمة الإرسال، فلا نتقاعس، أو نتخاذل، فننطلق بك نعلن كلمة الرّبّ، وأينما كنّا، في حياتنا وعيشنا وفعلنا وقولنا. آمين. *(صمت وتأمّل)*

أرسِلني يا ربُّ أرسِلني

ترنيمة أرسلني يارب أرسلني - سيبيل بغدود(youtube.com) | Arselny Ya Rab Arselny - Cybelle Baghdoud

موسيقى: جود بغدود
أداء: سيبيل بغدوج

اللازمة: أرسِلني يا ربُّ أرسِلني، وبروحِكَ القدّوسِ أضْرِمني
بينَ الخِرافِ بينَ الذئابِ، بينَ المَساكينَ أرسَلني

- أرسلني نوراً يهدي التائهينَ، وخُبزاً يُشبِعُ الجائعينَ
وحباً يغمرُ المعوزينَ، أرسلني يا ربُّ أكرِمني
- بين الخرافْ تَضيعُ أُرجِعُها، بينَ الذئابِ تَثورُ أُخضِعُها
لمجدِكَ القدوسِ يا مَلِكاً يا راعياً خُطاكَ أتبَعُها
مَن نحنُ إن لم نزرعْ الحبَّ، مَن نحن إن لم نقبل الصَّلبَ
مَن نحنُ إن لم نَعكِسْ الرَّبَّ، أرسِلني يا رَبُّ أرسِلني

➢ ***التأمّل الخامس: زعل الرّوح!***

يا ربّنا، أعطيتنا مثل الإبنين، اللّذين طلبَ منهما أبوهما أن يذهبا للعمل في الكرم، الأوّل امتنع في البدء، لكنّه نَدِمَ بعد ذلك، فذهب، والثاني وعد بالذهاب، لكنّه لم يذهب. وتسألنا: أيّهما عمل بمشيئة أبيه؟ (متى٢١/٢٨-٣١).

يا ربّنا، نعم، ليس المهم أن نَعِدْ، أو نتحمَّس، إنّما المهم هو الوفاء والأمانة والتنفيذ، والعيش.

ليس المهم أن نفرح للحظة، كما الحَبّ الذي يقع في أرضٍ صخريَّةٍ، ينمو دون جذور له، فيحترق بأشعّة الشمس ويبس (مر٤/٥-٦).

يا ربّ، نعم، هذا يُحزنك، ويُحزِن روحك القدّوس الذي به خُتِمنا ليوم الفداء (أف٤/٣٠).

يا روح الله، السّاكن فينا (يو١٤/١٧)، لا تسمح من مكان سُكناك أن نكون سبب زعلٍ لك وحزنٍ.

لا تسمح بأن نسير سيرة مَن يتبعون أفكارهم الباطلة، وأن تكون بصائرنا قد أُظلمَت، ونكون غرباء عن حياة الله لقساوة قلوبنا، مستسلمين لشهواتنا وغرائزنا ورغائب هذا العالم.

أعطنا أن نسير وفق الحقيقة التي في يسوع، فنترك سيرتنا الأولى، خالعين الإنسان القديم، ومجدّدين ذهننا الرّوحيّ، لابسين الإنسان الجديد الّذي خُلق على صورة الله في البرّ وقداسة الحقّ، فنكفّ عن الكذب، ونكون أعضاءً بعضنا لبعض، ولا نخطأ في غضبنا، ولا نسمح بأن تغرب الشمس على غيظنا، ولا نجعل لإبليس سبيلاً. نعمل بكدٍّ وبضميرٍ حيٍّ، ولا نخلق المبرّرات لسرقتنا، ولا تخرج من أفواهنا إلاّ الكلمة الطيّبة التي تُفيدُ في البنيان. وأن نتخلّص من كلّ شراسة وشتيمة وحقدٍ ونقمةٍ وغضبٍ وصياحٍ وما إلى ذلك من الشرور، ونكون ملاطفين بعضنا لبعض، رحومين، وغافرين بعضنا عن بعض كما غفر الله لنا في المسيح (أف٤/١٧-٣٢).

الجماعة: يا روح الله، أعطنا أن لا نكون أبدًا سببًا لحزنك، أو أن نسمح لزعلك، أعطنا في سماعنا لهمساتك، وفي تفاعلنا مع إرشاداتك، أن نكون سببًا لفرحك، أن نكون قد بادلناك الفرح والابتهاج. آمين.

(صمت وتأمّل)

- ***التأمّل السادس: ابتهاج الرّوح!***

"وفي تلك السّاعة ابتهج يسوع بالرّوح القدس، فقال: أحمَدُكَ أيّها الآبُ، يا ربَّ السَّماء والأرض، لأنَّك أظهَرتَ للبُسَطاءِ ما أخفَيتَهُ عن الحُكماءِ والفُهَماءِ" (لو١٠/٢١).

يا ربّنا، فرحتَ وابتهجتَ عندما رأيتَ تلاميذك العائدين من الرّسالة التي أرسلتهم إليها فرحين، ومُبتهجين.

فرحتَ بالرّوح القدس الذي هو فيك ومعك، هو فرح الرّوح الّذي كنتَ دائمًا متفاعلاً معه. هو فرحك أنتَ والرّوح القدس معًا. ومعًا تحمدان الله الآب، الّذي بك سُرَّ (متى١٧/٥).

هو فرحك وابتهاجك يا روح الله، أنَّ التلاميذ ساروا وعملوا وبشَّروا بحسب ما علَّمتهم وذكّرتهم (يو١٤/٢٦).

هو فرحك، أنّك رأيتَ إيمانهم. فكيف يُبشّرون ما لا يؤمنون به (روم١٠/١٤)؟

هو فرحك، أنّك رأيتهم فرحين أنّهم رأوا كيف كان الشيطان يتهاوى ويخضع لهم، بالسّلطان الّذي أعطيتهم (لو١٠/١٧).

هو فرحك، أنّك رأيتهم كيف تحرَّروا من شريعة الخطيئة والموت بشريعتك أنت، الرّوح الّذي يهب الحياة في المسيح يسوع (روم٨/٢).

هو فرحك، لأنّك رأيتهم يسلكون سبيل الرّوح، لا سبيل الجسد، لأنّك يا روح الله تسكن فيهم (روم٨/٩). هم عرفوا بأنّ الّذين يسلكون سبيل الجسد لا يمكنهم إرضاء الله (روم٨/٨)، ومَن لا يكون له روح المسيح فما هو من المسيح (روم٨/٩).

هو فرحك، لأنّهم عرفوا أنّك يا روح الله، حياةٌ لهم (روم٨/١٠).

يا روح الله، وبنعمة وباختيارٍ منك، نحن الّذين تجاوبنا وارتضينا بأن نكون من تلاميذ الرّبّ، منذ يوم ولادتنا الجديدة، ألا يكون مسلكنا، مسلك أولاد الرّوح، فتفرح وتبتهج بنا؟!

الجماعة: يا روح الله، أعطنا أن نعرف ونؤمن بأن فرحك وابتهاجك، هو فرحنا وابتهاجنا، لأنّ فرحك هو في داخلنا، من حيث مسكنك (يو١٤/١٧)، وأنّ فرحك هو فرح الرّبّ يسوع، وهو فرح الله الآب، فيكون فينا الفرح الكامل (يو١٥/١١). آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***<u>التأمّل السابع: فرحنا!</u>***

يا روح الله، ما أجمله أن نفرح ونبتهج بك، أنت السّاكن فينا، كما ابتهج وفرح الرّبّ يسوع! (لو٤/٢١).

ما أجمله أن نفرح لفرحك، الّذي في داخلنا!

ما أجمله فرح، لا يمكن حدّه ولا يمكن وصفه، ولا كلمات تُعبّر عنه، فرح الله في داخلنا! من يمكنه استيعابه؟

هل القدّيسون تمكّنوا من فهمه واستيعابه؟ وإن عرفوه، فكيف يمكننا نحن المساكين أن نحتمله؟

بك يا روح الله نقدر، لأنّك أنت قوّتنا، وأنت ترسنا، وأنت مرشدنا، وأنت مَن يعطينا روح الفهم والحكمة لنفهم بأنّك أنت مَن تنجد ضعفنا؛ تنجدنا في صلاتنا، فأنت تصلّي فينا، لأنّنا نحن لا نُحسن الصلاة كما يجب. وأنت تشفع لنا بأناتٍ لا توصف، والله الذي يرى ما في القلوب، يعرف ما تريده أنت الرّوح الساكن في قلوبنا، وكيف أنّك تشفع لنا بما يوافق مشيئته (روم٨/٢٦-٢٧).

فكيف لا يكون لنا هذا الفرح؟

كيف لا نفرح وأنتَ تعزيتنا (يو١٤/٢٦)، أنت التعزية في قلوبنا، في كلّ ضيقاتنا، ومصاعبنا، وخوفنا وقلقنا ويأسنا؟

كيف لا نفرح إذا ما أعطيتنا الإيمان، كما فرح سجّان بولس وسيلا، هو وأهل بيته لأنّهم آمنوا بالله (أع١٦/٣٤)؟

كيف لا نفرح، ونحن نرى كما رأى التلاميذ، تصنع أعمالك من خلالنا، نبتهج ونرفع لك الحمد والمجد، لأنّك سمحتَ بأن تتكلّم بنا وتفعل من خلالنا؟

كيف لا نفرح، إذا ما عشنا بحسب تعاليمك، ولم نرمها للخنازير (متى٧/٦)؟

كيف لا نفرح، وأنت تقودنا كأبناء لله (روم٨/١٤)؟

كيف لا نفرح، في حملنا صليبنا، وتحمّلنا الضيقات على أنّنا تلاميذ للرّبّ، مهما كانت أنواع هذه الضيقات والصعوبات، أكانت في حياتنا اليوميّة، أو في البشارة، لأنّك أريتنا بأنّنا نحن أهل للملكوت، كما الرّسل (أع٥/٤٠-٤١)؟

يا روح الله، كيف لا نفرح لفرحك؟!

<u>الجماعة:</u> يا روح الله، أعطنا أن نعرف بأنّ فرحك هو فرحنا، وإنّ هذا الفرح هو الفرح الحقيقيّ والكامل (يو١٥/١١). أعطنا أن نعرف بأنّ فرحنا نتحسّسه ونعرفه بفرحك في داخلنا، في قلوبنا، حيث مسكنك. آمين. *(صمت وتأمّل)*

<u>مناجاة:</u>

يا روح الله، بحثتَ عن مسكنٍ لك، فوجدته في بشريّتنا، في ضعفنا.

وجدته في مريم، في رحمها وفكرها، وارتحت لسكناك (لو١/٣٢).

ومن مريم كان يسوع الابن، الّذي بتجسّده وعيشه معنا وفيما بيننا، وفي تعاليمه، وآياته، وفي اضطهاده وصلبه وموته وقيامته، أعدّ لك المساكن في قلوب البشر، إن قبلوه وقبلوا كلمته (يو١٤/٢٣).

وها أنت تأتي لتسكننا، بالرغم من ضعفنا، وبالرغم من قبولنا الناقص لكلمته، وبالرغم من إيماننا السّطحيّ أحيانًا، وبالرغم من وقوعنا في الخطيئة.

أنت تأتي وتسكننا، لتُعيد تذكيرنا بأنّنا أبناء الله، وأنّنا مُخلَّصون، تستنهضنا، فنعرف التوبة، ويتشدَّد إيماننا ورجاؤنا، ونعرف المحبّة التي أحبّنا بها يسوع (يو١٣/٣٤).

ونتذكّر بأنّه علينا حقًّا وواجبًا، ولكن لا للجسد حتى نحيا حياة الجسد (روم٨/١٢)، بل لك. لأنّنا إن حيينا حياة الجسد نموت، أما إذا أمتنا بك يا روح الله أعمال الجسد، فسنحيا (روم٨/١٣).

يا مريم أمّنا، أنتِ التي دُعيتِ إلى الفرح الرّوحيّ "إفرحي يا مريم" (لو١/٢٨). وها أنتِ تقبلين هذا الفرح وتنقلينه إلى أليصابات، فيرتكض الجنين يوحنا فرحًا وابتهاجًا (لو١/٤٤). أطلبي لنا يا أمّنا أن نعرف الفرح الرّوحيّ في أحشائنا، فينعكس على وجوهنا وحياتنا وتصرّفاتنا، يعكس صورة المسيح الّذي فينا، صورتنا الأولى (تك١/٢٦). فيرتكض الجنين الموجود في كلّ أحدٍ يلتقينا.

يا مار يوسف، أنت الّذي عرف كيف يُفرِح الرّوح القدس، الّذي كلّمك في داخلك، في تجاوبك مع كلمته، وأنت عرفتَ فرح الرّوح في السّلام الذي انعكس في حياتك، أطلب لنا أن نعرف دائمًا الاستماع إلى الرّوح، ومن داخلنا، فنتجاوب مع كلمته، فنعرف فرح السّلام.

يا مار نعمة الله، أنت التلميذ الّذي أبهج الرّوح القدس، في حفظك وعيشك لكلمته، وفي التبشير بها، أطلب لنا أن نعرف التلمذة الحقيقيّة، لنكون مبعث فرح وابتهاج للرّوح.

يا روح الله، ها إنّ الخليقة تنتظر تجلّي أبناء الله (لو٨/١٩). تنتظر ظهورنا.

وها نحن قلنا لك: أرسلنا!

أرسلنا أفرادًا أو جماعات، أعطنا من داخلنا، أن نكون أمناء لرسالتنا، في حياتنا وأفعالنا وأقوالنا وتبشيرنا.

أعطنا أن لا نستسلم للتعب والاضطهاد والجوع والعطش، كما لم يستسلم ربّنا يسوع عند بئر السامريّة (يو٤/١-٤٢).

فنسمعك تقول لكلٍّ منّا: "إذهب وقُل كلمتي" (أش٦/٩). 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. فاشفَق، اللهُمَّ، علينا راحماً، واستجبْ لنا.

روح الله هلمَّ إلى قلبي Bing Videos

ترنيم: سالبي كليشيان

روح الله هلُمَّ إلى قلبي أضرِم نفسي بِنارِكَ (٤)
هَلُمَّ المُس قَلبي، هلمَّ المُس فِكري، هلمَّ وَالمُس كِياني (٢)
روح الله هَلُمَّ إلى قلبي أضرِم نفسي بِنارِكَ (٢)
هللويا هللويا قدّوسٌ الله
مباركٌ الله، عظيمٌ الله، مباركٌ عظيمٌ الله (٢)
روح الله هلُمَّ إلى قلبي أضرِم نفسي بِنارِكَ (٢)
هَلُمَّ المُس قَلبي، هلمَّ المُس فِكري، هلمَّ وَالمُس كِياني (٢)
هللويا هللويا قدّوسٌ الله
مباركٌ الله، عظيمٌ الله، مباركٌ عظيمٌ الله (٢)
روح الله هلُمَّ إلى قلبي أضرِم نفسي بِنارِكَ (٢)
روح الله (٣)
هلُمَّ إلى قلبي

- ***المراجع:***
  - 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.