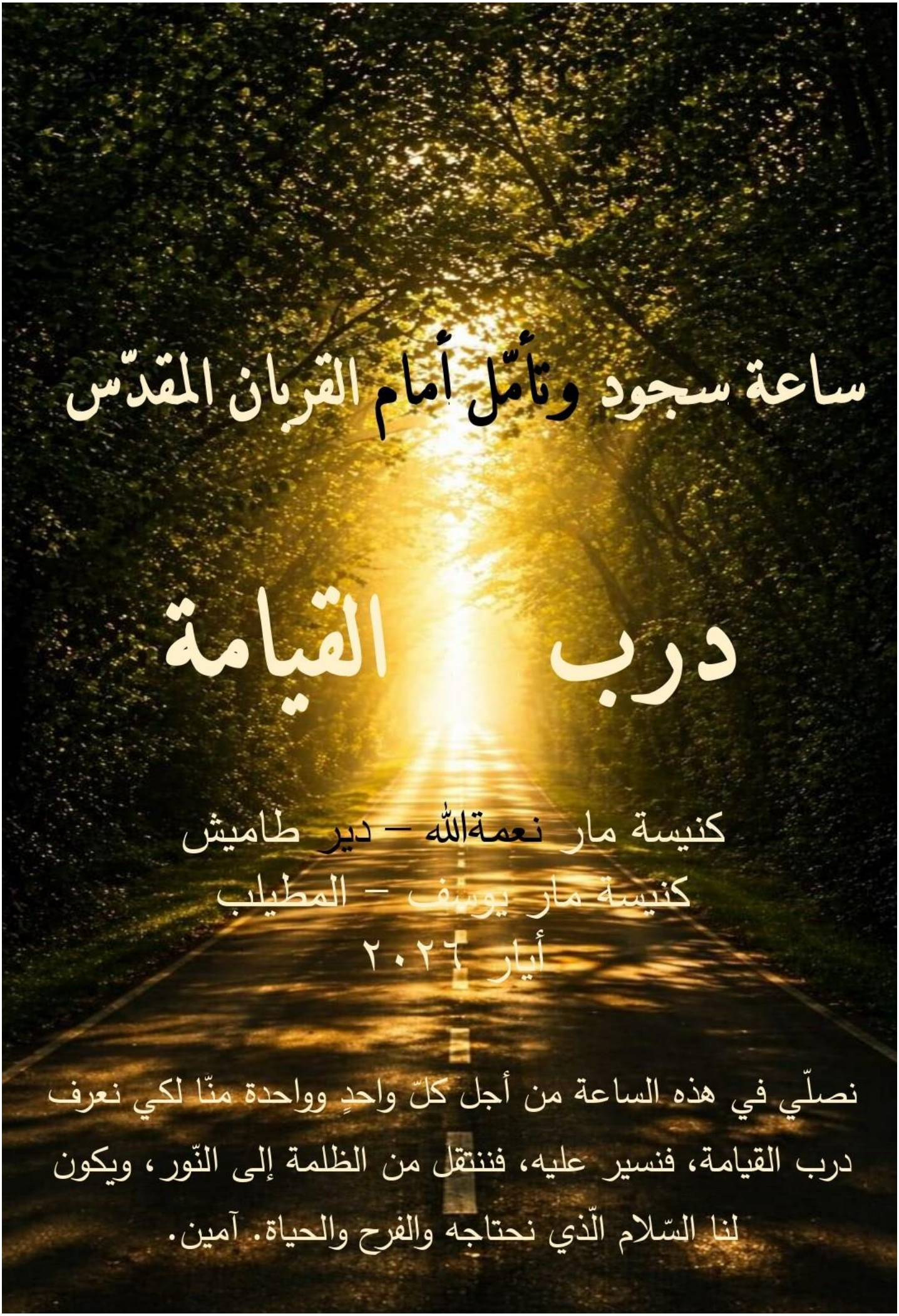

ساعة سجود وتأمّل أمام القربان المقدّس

درب القيامة

كنيسة مار نعمةالله – دير طاميش

كنيسة مار يوسف – المطيلب

أيار ٢٠٢٦

نصلّي في هذه الساعة من أجل كلّ واحدٍ وواحدة منّا لكي نعرف درب القيامة، فنسير عليه، فننتقل من الظلمة إلى النّور، ويكون لنا السّلام الّذي نحتاجه والفرح والحياة. آمين.

"درب القيامة": هي ساعة سجود وتأمّل في مسيرة كلّ واحد وواحدة منّا نحو القيامة. هي مسيرة استكشاف واكتشاف واندهاش. هي مسيرة تَعلُّم واتّباع المعلّم القائم، لنكون جالسين معه في ملكوته.

ساعة مباركة ومقدّسة.

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

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

إذا تقدَّمَ عليّ الأشرار ليأكلوا لحمي، مضايقيَّ وأعدائي، فانهم يعثرون ويسقطون.

اذا اصطفَّ عليَّ عسكرٌ فلا يخاف قلبي وإن قام عليَّ قتال، ففي ذلك ثقتي.

واحدةٌ سألت الربَّ وإيّاها ألتمس، أن أقيم في بيت الرّبّ جميع أيّام حياتي،

لكي أُعاين نعيمَ الربّ، وأتأمّل في هيكله.

بكَ نطق قلبي، إيّاك التمس وجهي، وجهكَ يا ربِّ ألتمِس،

لا تحجُب وجهكَ عنّي ولا تَنبذ بغضبٍ عبدَكَ.

ناصرًا كنتَ لي، فلا تَخذُلني، ولا تَترُكْني، يا إله خلاصي.

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

➢ ***صلاة البدء:***

يا ربّنا، وإلهنا القائم والمنتصر على الموت، جئناك اليوم، لنضع عند قدميك كلّ موتٍ فينا، من خطيئةٍ وضعفٍ وشكٍّ وقلقٍ، وخيبةٍ وفراغٍ وأنانيّةٍ وطمعٍ، وأحقادٍ وبغضٍ ولذّةٍ قاتلة، لكي تَبعث فينا روحَ القيامة، فنعرفَ الحياةَ والسّلامَ والفرحَ والحبّ، والرّجاء والإيمانَ الواثق. فنخرجَ بروح قياميّة، مُرسَلين ومُبشّرين وداعين كلّ من نلتقيهم أن يأتوا وينظروا (متّى ٨/٢٨)، فيكون فرحُنا جامعًا وشاملاً، وسلامُك معنا. فنرفع جميعُنا التسابيح والشكر إليك وإلى أبيك وروحك القدّوس على نعمة الخلاص، وإلى الأبد. آمين.

➢ ***<u>التأمّل الأول: القبر الفارغ!</u>***

يا ربّنا، عند بزوغ الفجر، جاءت المريمات لينظرنَ القبر (متى٢٨/١)، وكُنَّ يَقُلنَ بعضهنَّ لبعض: "مَن يُدَحرِج لنا الحجر عن باب القبر". فنَظَرنَ فرأينَ أنّ الحجر قد دُحرِجَ، وكان كبيرًا جدًّا (مر١٦/٣-٤). ودخلنَ القبر، فرأينَ شابًّا جالسًا عن اليمين، عليه ثوبٌ أبيض، فارتَعَبنَ. فقال لهُنَّ: "لا تَرتَعِبنَ! أنتُنَّ تَطلُبنَ يسوع النّاصريّ المصلوب. ما هو هنا، بل قام. وهذا هو المكان الّذي وضعوه فيه" (مر١٦/٦).

وبطرس ويوحنّا أسرعا إلى القبر بعد أن أخبرتهما المجدليّة، فرأيا القبر فارغًا واللفائف الّتي كنتَ أنت ملفوفًا فيها على الأرض، والمنديل الّذي كان على رأسك ملفوفًا في مكانٍ على حِدة (يو٢٠/ ٥-٧).

يا ربّنا، ومن يدحرج الحجر الكبير عن قبرنا الّذي دخلناه بأكثر الأحيان بإرادتنا، بخطيئتنا، أو دخلنا إليه بما يُصيبنا من أحداثٍ مؤلمة! هو أنت يا ربّنا مَن يدحرجه، وتُخرجنا من القبر إلى القيامة والحياة والفرح. أنت مَن تُرسل ملاكك الّذي منظره كالبرق ولباسه أبيض كالثّلج (متى٢٨/٣)، ويدحرج الحجر ويجلس عليه (متى٢٨/٢)، فلا يعود من جديد ليُغلَق علينا.

يا ربّنا، أنت الإله الحيّ فكيف نطلبك بين الأموات (لو٢٤/٥). وأنت مُتَّ عنّا، وقمتَ، لكي نكون نحن دائمًا أحياء ولا نكون بين الأموات.

أنتَ تركتَ منديلَ رأسِك مطويًّا في القبر، لكي نراه في قبرنا، والّذي يُشير إلى عودتك السّريعة، كما يُشار إلى الّذي كان يأكل ويضطرّ إلى تَرك طعامه، فيطوي منديله دليلاً على أنّه سيعود ويُكمِل ما بدأه. هكذا أنت لا تتركنا دون عودة، تترك لنا منديل الرّجاء، بأنَّك آتٍ وسريعًا لإخراجنا من قبرنا وإفراغه.

يا ربّنا، أعطنا أن لا نقف عند قبرك وقبرنا نبكي، ونقول مع المجدليّة: "أخذوا ربّي ولا أعرف أين وضعوه!" (يو٢٠/١١، ١٣).

أعطنا أن يكون لنا شوقها أن نأخذك إلى خاصّتنا: "إذا كنتَ أنت أخذته يا سيّدي، فقل لي أين وضعته حتى آخذه". فتنادينا باسمنا كما ناديت مريم، فنعرفك ونصرخ: "رابوني!" أي: يا مُعلِّم" (يو٢٠/١٥-١٦).

<u>الجماعة:</u> يا ربّنا وإلهنا، أعطنا الإيمان بأنّك لم تقم من أجلك، بل من أجل كلٍّ منّا، فنُدرك أنّ الحجر مهما كان كبيرًا، أنت تُدحرجُه عن قبرنا، لنخرج منه قائمين منتصرين على كلّ موت. آمين. ***(صمت وتأمّل)***

➢ ***<u>التأمّل الثاني: آثار المسامير!</u>***

"أنظروا إلى يديّ ورجليَّ، أنا هو، إلمسوني وتحقَّقوا. الشَّبح لا يكون له لحمٌ وعظمٌ كما ترونَ لي". قال هذا وأراهم يديه وقدميه" (لو٢٤/٣٩-٤٠).

يا ربّنا، أنت أردتَ أن تُعطي علامة عن قيامتك من بين الأموات بأن تُري تلاميذك آثار المسامير والحربة. أنت لم تتخلَّ عن هذه الآثار بعد قيامتك المجيدة، بعد أن أخذ جسدَك هيئة جديدة. تلاميذك لم يعرفوك في جسدك القائم، فكانت آثار جروحاتك هي دليلهم ، رأوها وفرحوا لمشاهدتك (يو٢٠/١٩).

وتوما أراد التأكيد بأنّ معرفتك بعد القيامة لن تكون إلاّ في رؤية أثر المسامير، هو قال: "إن لم أُبصر أثر المسمارين في يديه، وأضع إصبعي في مكان المسمارين، ويدي في جنبه، لن أؤمن!" (يو٢٠/٢٥). وأنت يا ربّنا لم تتأخّر في تلبية طلبِه، حضرتَ وقلت له: "هاتِ إصبعكَ إلى هنا فانظر يديَّ، وهاتِ يدكَ فضعْها في جنبي، ولا تكن غيرَ مؤمنٍ، بل كن مؤمنًا". ليُجيبك: "ربّي وإلهي" (يو٢٠/٢٧-٢٨).

يا ربّنا، في إبقائك لأثر المسامير والحربة، أردتَ أن تقول لنا بأنّك أنت هو الإنسان الّذي صُلب ومات وقام. ولم تنزع منك هذه الصفة، هذه الكينونة. أردتَ في إبقائك لهذه الآثار، أن تُمجِّد الألم وتُمجّد الصليب، الّذي كان سبب الخلاص لكلّ الناس.

أنت أردتَ أن تقول لنا بأنّه يمكن لآلامنا وأحزاننا أن تكون ممجّدة إذا عرفنا كيف نقبلُها، وكيف يمكن أن نُشركَها مع آلامك.

أنت أردتَ أن تقول لنا بأن لا نخاف من صليبنا، مهما كان، فهو سيكون سفينتنا إلى برّ الخلاص والحياة والمجد.

يا ربّنا، معك، بُورِك الخشب الّذي يُحيي ما هو صالح (حك١٤/٧)، بُورك الصّليب!

يا ربّنا، نعم، في كلّ مرّة نُعاين آثار آلام بعضنا البعض، ونضع يدنا في جروحات بعضنا، نكون عاينّا القيامة.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن يكون لنا الإيمان دون الحاجة إلى معاينة أثر جروحاتك، لنستحق تطويبك (يو٢٠/٢٩). أعطنا أن نعرف بأنّا في قبولنا لآلامنا والصليب، نكون تأكّدنا بأنّ هذه الآلام هي علامة على تمجيدنا في أنسانيّتنا الضعيفة. آمين. *(صمت وتأمّل)*

المسيح قام (فريق الحياة الأفضل)

(إخريستوس آنستي، أليسوس آنستي)

القرار: المسيح قام، بالحقيقة قام (٢)

١ – حملَ أحزانَنا، غفرَ آثامَنا، بِجلدَتِهِ الشِّفاء، وهوَ نبعُ السَّلام.

٢ – شوكَةَ الموتِ كَسَرْ، لمّا قامَ وانتصَرْ، فأنارَ الطَّريق، وأزالَ الظَّلام.

٣ – لو كانَ صَليبُكَ، أنهى قِصَّةَ حُبِّكَ، لَمَا كنتُ الآنَ حيًّا، أهتِفُ المسيحُ قام.

٤ – كيف لي أن أمكُثَ، بائسًا في الجُلجُثة، وشمسُ الرَّجاءِ لاحَت، والرَّبُّ المسيحُ قام؟

➢ ***التأمّل الثالث: فتح أذهانهم!***

يا ربّنا، تلاميذك كانوا خائفين، وكانوا مجتمعين في بيتٍ، والأبوابُ مغلقة، فجئت ووقفت بينهم وقلت: "سلامٌ عليكم" (يو٢٠/١٩). أنت أردتَ أن تزيل خوفهم. ولمتَهم على قلّة إيمانهم وقساوة قلوبهم، لأنّهم لم يصدّقوا الّذين شاهدوك بعدما قُمتَ (مر١٦/١٢). ثمّ فتحتَ أذهانهم ليفهموا الكتب (لو٢٤/٤٥). كما شرحتَ لتلميذَيّ عمّاوس ما جاء عنك في جميع الكتب المقدّسة، من موسى إلى سائر الأنبياء (لو٢٤/٢٧).

وليديا، فتحتَ لها قلبها لتصغي إلى ما كان يقوله بولس، وآمنَت (أع١٦/١٤). وأنتَ تقول لنا: "مَن له أذنان سامعتان فليسمع" (متى١٣/٩).

يا ربّ، أنت مَن تفتَح لنا آذاننا (أش٢٠/٥)، وأنت مَن يفتح قلوبنا لتُصغي، وأنت من يفتح لنا أذهاننا لنفهم، وأنت مَن تفتح أبوابنا المغلقة، ولا شي يُعيقك.

يا ربّ، كم نحتاج أن نكون مثل برطيما الأعمى، الّذي سمع بأذنه الرّوحيّة، ورآك ببصيرته المؤمنة، وعرف بذهنه وقلبه بأنّك أنت ابن الله الآتي لتُخلّصه وتُخلّص كلّ الناس، ومن وقته تبِعك (مر١٠/٤٦-٥٢).

يا ربّنا، أنت وعدتنا بالرّوح القدس الّذي يأتي ليُسندَ ضعفنا، ويعلّمنا جميع الأشياء، ويُذكّرنا جميع ما قلته لنا (يو١٤/٢٦). وأنت قلتَ بأنّه هو روحُ الحقّ، وهو يُقيم عندنا ويكون فينا (يو١٤/١٧).

أرسل يا ربّ روحك القدّوس، كما وعدتنا، أنت الأمين لوعودك، فيأتي ليكون معنا ويسكن أفكارنا وقلوبنا وكياننا، فيكون لنا الإيمان اليقين بقيامتك، لنكون مؤمنين بقيامتنا معك.

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن لا تكون أذهاننا غليظة. وقلوبنا متحجّرة. أعطنا آذانًا تُصغي وأعينًا تنظر. أعطنا الإيمان بأنّ الرّوح القدس معنا وفينا، فنعرف القيامة في حياتنا منذ الآن ونتذوّق مجد الحياة معك. آمين. *(صمت وتأمّل)*

➢ ***التأمّل الرابع: الإفخارستيّا القياميّة!***

يا ربّ، الطّعام كان العلامة لتلاميذك الخائفين، وغير المصدّقين قيامتك، والمتعجّبين، بأنّك أنت هو، وما يرونه ليس شبحًا. فسألتهم إذا كان يوجد ما تأكله، فناولوك قطعة سمك مشويّ، فأخذتها وأكلتها بمرأى منهم (لو٢٤/٣٦-٤٣).

وبعدما أمضى تلاميذك الليل كلّه يحاولون اصطياد السّمك، ولم يفلحوا، ولمّا كان الفجر، بزوغ النّور، وقفتَ أنت على الشاطئ، وطلبتَ منهم أن يُلقوا الشبكة إلى يمين السفينة فيجدوا، وكان الصّيد الوفير. وعندما أتوا إلى البرّ أبصروا جمرًا مُتّقِدًا وعليه سمكٌ، وخبزًا، ودعوْتهم: "تعالوا كُلوا". وما جَرُأ أحدٌ أن يسألَك مَن أنت، لأنّهم عرفوا أنّك الرّبّ. وأخذت الخبز والسمك وناولتهم (يو٢١/١-١٣)، في مشهدٍ يعيدهم إلى ليلة آلامك، عندما أخذتَ الخبز وباركته وكسرته وناولتهم قائلاً: "خذوا كُلوا، هذا هو جسدي، وأخذتَ الكأسَ وشكرتَ وناولتهم قائلاً: "إشربوا منها كلّكم. هذا هو دمي، دمُ العهد الّذي سُفِكَ من أجل أناسٍ كثيرين، لغفران الخطايا" (متى٢٦/٢٦-٢٨).

وتلميذا عمّاوس، بعدما سِرتَ معهما تشرح لهما الكتب والأنبياء، وقد اتّقد قلبهما في صدرهما، ألحّا عليك أن تمكُث معهما، لأنّ المساء قد حان والنّهار مال، هما احتاجا إلى أن يبقيا في النّور! ولمّا جلستَ معهما للطّعام، أخذتَ الخبزَ وباركته وناولتهما. فانفتحت أعينهما وعرفاك _لو٢٤/١٣-٣١). هما قاما من كبوتهما ويأسهما وحزنهما إلى قيامة الفرح والبشارة عند كَسرِكَ الخبز، عند إحيائك الافخارستيّا.

يا ربّ، فإذا كان أكلك للطّعام دليلًا أنّك أنت المسيح القائم والحيّ والحاضِر على مدى الأزمان والتاريخ، فكيف لا يكون الطّعام المُقدّس الّذي أعطيتنا هو دليلنا الأكيد على حضورك الدائم معنا؟

وإيليّا النبيّ سار بفعل الأكلة الّتي أرسلتها له أربعين يومًا وأربعين ليلةً (١مل١٩/٨).

يا ربّ، فإذا كان الطّعام الفاني كان له هذا المفعول مع إيليّا، فكيف لا يكون طعامُك، جسدُك ودمُك، قيامةً وحياةً أبديّةً للّذين يتناولونه؟ (يو٦/٥٤).

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن يكون جسدُك ودمُك دليلنا اليقين بحضورك الحيّ فيما بيننا وفينا، وأنّ ما نصنعه لذكراك (١قور١١/٢٥)، هو لنحيا ونعيش قيامتَك وقيامتنا. آمين. *(صمت وتأمّل)*

- ***التأمّل الخامس: سلامي أعطيكم!***

"سلامًا أترك لكم، وسلامي أعطيكم. لا كما يُعطيه العالم أُعطيكم أنا، فلا تضطّرب قلوبكم ولا تفزع" (يو١٤/٢٧).

يا ربّنا، وعدتنا بسلامك الّذي لا يُشبه سلام العالم، وتدعونا لأن لا تضطّرب قلوبُنا ولا تفزع!

وأنت تقف بين تلاميذك المجتمعين والأبواب مُغلقة، خوفًا من اليهود، وتقول لهم: "سلامٌ عليكم".

يكرّر رسولك يوحنا في إنجيله الحدث نفسه، والتحية ذاتَها، عندما عدتَ وظهرتَ للتّلاميذ وتوما معهم (يو٢٠/١٩، ٢٦).

وما هو هذا السّلام الّذي يرفع الخوف والاضطّراب والقلق؟

يا ربّ ، أليس هو سلام المصالحة مع الله الّذي تمّ بك (روم٥/٨)؟ وهو سلام محبّة الآب الّتي سكبها في قلوبنا بالرّوح القدس (روم٥/٥)؟ وهو سلام البرارة الّتي برّرنا بها الله بالإيمان، لننعم بسلامٍ معه بك يا ربّنا يسوع (روم٥/١)؟

يا ربّ، سلامُك لا يُزيل الظُلم والصّليب، ولكنّه يُعطينا أن نكون في طمأنينة القلب، لمعرفتنا وإيماننا بأنّ الله قريب منّا، وهو فينا بالرّوح القدس، وبأنّنا محبوبون منه وغافرٌ لنا خطايانا.

هو السّلام الّذي ينبع من الاتّحاد بك، والّذي لا تهزّه الظروف الخارجيّة.

سلامُك، هو سلام الرّجاء الثابت، والإيمان الواثق، والمحبّة الّتي لا تعرف الحدود. هو السّلام الّذي يعطينا أن نغفر دون حدود، ونحبّ دون تمييز، وعدم الردّ على الشرّ بالشرّ.

هو سلام الرّحمة الّذي غفر لبطرس نكرانه، ولتوما شكّه. هو الانتقال من الشّك إلى اليقين، ومن الخوف إلى الجرأة ومن الحزن إلى الفرح.

هو السّلام الّذي يفوق كلّ عقل (غل٤/٧).

هو سلامك يا ربّ، الّذي يقول لنا: "تشجّعوا أنا غلبت العالم!" (يو٣٣/١٦)، وسيّد هذا العالم لا سلطانَ له عليّ (يو٣٠/١٤).

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، نأتي إليك ليكون لنا سلامك الّذي يملأ قلوبنا طمأنينة، مهما كانت أوضاعنا، ومهما كانت الظروف المحيطة بنا. جئنا نقول لك: نحن لا نستطيع، لكن أنت تستطيع. آمين.

(صمت وتأمّل)

لا بالقوّة، لا بالقدرة، بل بروحي قال ربّي (زك٦/٤)

ألحان: ج. سنكلير – ترجمة: حركة التجدّد بالرّوح القدس

لا بالقوّة، لا بالقدرة، بل بروحي قال ربّي
لا بالقوّة، لا بالقدرة، بل بروحي قال ربّي
تعال يسوع ...
يسوع ربّي ...
شكراً يا يسوع ...
هللويا، هللويا، هللويا، هللويا
هللويا، هللويا، هللويا، هللويا

➢ ***التأمّل السادس: قيامة الأموات!***

"وما دُمنا نُبَشِّرُ بأنَّ المَسيحَ قامَ مِنْ بَينِ الأمواتِ، فكيفَ يَقولُ بَعضُكُم إنَّ الأمواتَ لا يَقومونَ؟ إنْ كانَ الأمواتُ لا يَقومونَ، فالمَسيحُ ما قامَ أيضًا. وإنْ كانَ المَسيحُ ما قامَ، فتَبشيرُنا باطِلٌ وإيمانُكُم باطِلٌ، بَلْ نكونُ شُهودَ الزّورِ على اللهِ، لأنَّنا شَهِدْنا على اللهِ أنَّهُ أقامَ المَسيحَ وهوَ ما أقامَهُ، إنْ كانَ الأمواتُ لا يَقومونَ. فإذا كانوا لا يَقومونَ، فالمَسيحُ ما قامَ أيضًا. وإذا كانَ المَسيحُ ما قامَ، فإيمانُكُم باطِلٌ وأنتُم بَعدُ في خَطاياكُم. وكذلِكَ الّذينَ ماتوا في المَسيحِ هَلَكوا. وإذا كانَ رَجاؤُنا في المَسيحِ لا يَتَعَدّى هذِهِ الحياةَ، فنَحنُ أشقى النَّاسِ جميعًا" (١قور١٥/ ١٢-١٩).

يا ربّ، هذا هو إيماننا، بأنّ أمواتنا قاموا، ونحن سنقوم؛ كما الله أقامك، يُقيمنا أيضًا. الموت لم يَعُد يُخيفنا، فأنت أبدته بقيامتك، وبخروجك من القبر (١قور١٥/٢٦).

يا ربّ، نعم، أمواتُنا لبسوا الخلود، ولا بدّ للمائت أن يلبَسَ ما لا يموتُ، وللفاني أن يلبَسَ ما لا يفنى، وقد لبسنا ما لا يموت وما لا يفنى، ليتمّ قول الكتاب: "الموت ابتلعه النّصر".

ونقول للموت بإيمان: أين نَصرُكَ يا موتُ، وأين هي شوكَتُكَ؟ (١قور١٥/٥٢-٥٥).

يا ربّنا، أنت نزلتَ إلى مثوى الأموات، وخلّعتَ كلّ الأبواب المغلقة، كسّرتَ أبواب النُّحاس، وحطَّمتَ مغاليق الحديد (مز١٠٧/١٦)، دعوت الموتى للخروج من قبورهم، وها هم يدخلون المدينة المقدّسة، ويظهرون لكثيرٍ من النّاس (متّى٢٧/٥٢-٥٣).

يا ربّنا، نعم، كلّنا نقوم معك، كلّنا نخرج من قبورنا، ومنذ الآن، إذا كان لنا الإيمان، بأنّك تُقيم الموتى، ولا شيء عليك مستحيل (لو١/٣٧).

يا ربّنا، نعم، حتّى ولو كنّا في جوف الموت، سنصلّي معلنين إيماننا بك وبخلاصك لنا، وأنت تأمر الموتَ، فيقذفنا إلى الحياة، كما قذف الحوت يونان إلى البرّ (يون٢).

يا ربنا، نحمدك لأنّك منحتنا النّصر بك يا ربّنا يسوع (١قور١٥/٥٧).

<u>الجماعة:</u> يا ربّنا وإلهنا، أعطنا أن يكون لنا الإيمان الواثق والرّجاء الثابت بأنّ الغلبة ليست للموت، بل لك، بانتصارك وبقيامتك من بين الأموات، وإنّ الله سيقيمنا من الموت إلى الحياة كما أقامك. آمين.

(صمت وتأمّل)

- ***<u>التأمّل السابع: القيامة الإرساليّة!</u>***

يا ربّ، ظهر ملاك النّور على المجدليّة والمرأة الأخرى، ودعاهما أن لا يخافا، وقال لهما: "أنا أعرف أنّكما تطلبان يسوع المصلوب، ما هو هنا، لأنّه قام كما قال"، وطلب منهما أن يذهبا في **<u>الحال</u>** إلى تلاميذك ويقولا لهم: "قام من بين الأموات، وها هو يسبقكم إلى الجليل، وهُناك ترونَه" (متّى٢٦/٥-٧).

هُنَّ نسوة، حمّلتهُنّ بشارة قيامتك: مريم المجدليّة وحنّة ومريم أمّ يعقوب، وأخريات رافقتهنّ (لو٢٤/١٠)، أخبرنَ التلاميذ الّذين كانوا ينوحون ويبكون (مر١٦/١٠)، بخبر قيامتك.

وعندما عرفتك المجدليّة بعدما ناديتها باسمها، أرادت أن تمسك بقدميك، فمانعتها لتقول لها، بعد اليوم لن تعرفيني كما عرفتيني، بعد اليوم ستعرفين الرّبّ والإله، وأصبح لك مهمّة جديدة، هي البشارة بقيامتي: "إذهبي إلى إخوتي وقولي لهم: أنا صاعدٌ إلى أبي وأبيكم، وإلهي وإلهكم".

وأنت أردت أن تسبق تلاميذك إلى الجليل إلى اللقاء الأوّل، إلى الحبّ الأوّل، وهذا الحبّ الّذي سيُطلقهم إلى العالم.

وها أنت تقف بين تلاميذك الخائفين، وتُلقي عليهم سلامك: "سلامٌ عليكم! كما أرسلني الآب أُرسلكم أنا"، قلتَ هذا ونفختَ في وجوههم وقلتَ لهم: "خذوا الرّوح القدس" (يو٢٠/٢١-٢٢)، هذا الرّوح الّذي وعدتهم به، المعزّي، الّذي يبقى معهم إلى الأبد (يو١٤/١٦).

وتدعوهم أن يذهبوا إلى العالم كلّه، ويُعلنوا البشارة إلى النّاس أجمعين (مر١٦/١٥)، وهم شهود على ذلك (لو٢٤/٤٨).

الجماعة: يا ربّنا وإلهنا، مع النّسوة المُبشّرات الأوائل، ومع التلاميذ والرّسل، عرفنا أنّ بشارة قيامتك هي مهمة كلٍّ منّا، جميعنا، وهي ليست فقط للفرح والاحتفالات، إنّما للتبشير بها كأولاد القيامة والرّجاء والإيمان والمحبّة، كأبناء وبنات قياميّين. آمين. *(صمت وتأمّل)*

مناجاة:

يا ربّنا، أنت تدعونا بأن لا نخاف موت الجسد: "لا تخافوا الّذين يقتلون الجسد ولا يَقدرون أن يقتلوا النّفس، بل خافوا الّذي يقدر أن يُهلِك الجسد والنّفس معًا في جهنّم" (متّى١٠/٢٨).

يا ربّنا، نعم، في عدم خوفنا من الموت الجسديّ، نكون ربحنا أنفسنا للحياة الأبديّة.

وفي عدم خوفنا من موت أنفسنا، نكون نحن في الموت منذ الآن.

يا ربّنا، في نصرتك على الموت وشوكته الّتي هي الخطيئة (١قور١٥/٥٥-٥٦)، حرّرتنا من كلّ ما يكبّلنا ويخيفنا.

يا ربّنا، في قيامتك أقمتنا من الحزن إلى الفرح، ومن اليأس إلى الرّجاء، ومن الكراهية واللامبالاة إلى رحاب الحبّ والرّحمة والغفران.

يا مريم أمّنا، أنتِ الّتي آمنَت بقيامة الرّبّ قبل أن يقوم، أطلبي انا نحن أولادك، أن نكون قياميّين في حياتنا، ونعيش ونتصرّف كأولاد أحرار، لا وكأنّنا نعيش في القبور ونحن غير مدركين.

يا مار يوسف، أنت الّذي كانت طاعتك وحياتك نابعتين من رجائك وإيمانك، أطلب لنا هذا الإيمان والرّجاء، فنعمل بحسب كلمة الرّبّ، كما أنت فعلت، ودون مجادلة.

يا ربّ، وضعوا الحرّاس على قبرك، كي لا يُسرَق جسدَك (متى٢٧/٦٢-٦٦)، وعندما دحرج ملاكُك الحجر، ارتعب هؤلاء الحرّاس وصاروا مثل الأموات (متّ٢٨/٢-٤). ولكي يزوّروا الحقيقة، رَشَوا الحرّاس ليقولوا بأنّ تلاميذك جاؤوا ليلاً وسرقوا جسدك المائت وهم نائمون (متّى٢٨/١٢-١٥)! فكانت هذه الشائعة برهانًا آخرَ على قيامتك، فكيف يكونون حرّاسًا وهم نائمون؟!

يا ربّنا، نحن أولاد القيامة، لن نكون حرّاس قبرك وقبرنا، بل شهودًا على أنّ قبرك فارغٌ، وأنت لم تَعُد فيه، بل قمت.

لن نكون حرّاس الشائعات والأخبار المضلِّلة والممارسات المزيّفة بمسلكنا وأقوالنا وأفعالنا.

أعطنا أن نكون حرّاس القيامة، نشهد لها بإيماننا ورجائنا وحبّنا، وحياتنا وتصرّفاتنا، لا شيء يُثنينا، أو يلوينا، أو يُحبطنا، أو يُقلقنا، لأنّ الله الحيّ القائم يسكن فينا، فيعرف العالم بأنّنا تلاميذك، وأنّا شعبٌ قياميّ. 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.

غنّوا يا أبناء الله

إعداد: ميشال اندراوس – ألحان: بيتهوفن
(حركة التجدّد بالرّوح القدس)

١- غنّوا يا أبناءَ اللهِ، يسوعُ المسيحُ قامْ،
غلبَ الموتَ مَلكُ الكونِ، زالَ سلطانُ الظَّلامْ،
إبنُ اللهِ، ربُّ الحياةِ، حَيٌّ إلى دهرِ الدّهور
منَ النّور الّذي لا يغرُبْ، تعالَوا وخُذوا النّور.

٢- قامَ الربّ وطِئَ الموتَ، إفرَحي أورشليم،
كلّ شيءٍ صارَ جديداً، قد تبدّلَ القديم،
الله حيٌّ بينَ شعبِهِ، جعلَ مسكنَهُ معهم،
لا أحزانَ، لا أوجاعَ، لا دموعَ بعدَ اليوم.

٣- وعدُ اللهِ قد تحقَّقْ، تَمَّ قَولُ الأنبياءْ،
كُنّا من قبلُ أمواتاً، فَصِرنا الآنَ أحياءْ،
قُمنا معه، سَنَمْلِكُ معهُ، ليسَ لِمُلْكِهِ انقِضاء،
معهُ سَنَحيا إلى الأبدِ، لنْ يَطالَنا الفناء.

٤- شعبَ اللهِ، إرفَع رأسك، إنَّ إلهَكَ عظيم،
أينَ شوكَتُكَ يا مَوتُ، وغلبتُكِ يا جحيم،
موتُ الرَّبِّ صارَ حياةً، أضحى نَصرُنا أكيد،
هيّا نفرَح ونُهَلِّل، أهلَ الملكوت الجديد.

- ***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.