

الأحد الرابع من زمن العنصرة يسوع يبتهج بالروح

وقفة روحية أسبوعية من تحضير أبرشية أنطلياس المارونية

العدد ٢٠

يوم الرب
قدّس الرب

صلاة البدء



المجد للآب والابن والروح القدس من الآن وإلى الأبد. آمين.

أيها السيّد الصالح الذي تنازل إلى الصليب برحمته،
وتقدّم من الآلام بإرادته، وضبط في القبر ثلاثة أيام عن
جنس البشر، وحلّ قيود الموت بقيامته المجيدة، حلّ يا ربّ
نفسي من قيود الخطيئة، ووشّحني بوشاح عدم الفساد، واجعلني من أبناء جنّة نورك
البهيّ، فأرفع إليك المجد مع القديسين الذين أحييت بقيامتك، من الآن وإلى الأبد.

(من صلاة صباح الأحد، صلاة المؤمن، الجزء الثالث)

تسبحة الملائكة

❖ المجد لله في الأعالي وعلى الأرض السلام والرجاء الصالح لبني البشر. ❖ المجد للآب
والابن والروح القدس منذ الأزل وإلى أبد الأبد. ❖ يا ربّ، افتح شفّتي ليذيع فمي أمجادك
❖ يا ربّ، افتح شفّتي، ليترنم فمي تسابيحك. ❖ أحرّس يا ربّ فمي واحفظ شفّتي، لئلا
يميل قلبي إلى الكلام السيّئ فأعمل أعمال الاثم. ❖ أذكر يا ربّ مراحمك منذ الأزل ولا
تذكر لي آثامي التي اقترفتها، بل اذكرني على حسب كثرة رحمتك. ❖ إني أحببت خدمة
بيتك يا ربّ ومكان حلول مجدك. ❖ لبيتك، يا ربّ، يحقّ التقديس طول الأيام. ❖ سبّحوا
الربّ، يا جميع الأمم، لأنّ نعمته قد عظمت علينا وهو الربّ حقاً إلى الأبد. ❖ المجد للآب
والابن والروح القدس، وعلى الأرض السلام والرجاء الصالح لبني البشر.

ترتيلة الأحد

ظَمِئَتْ نَفْسِي إِلَيْكَ أَيُّهَا الْمَسِيحُ!
مَتَى آتِي وَأَحْضُرُ أَمَامَكَ يَا سَيِّدُ؟



- ❖ ذَابَتْ نَفْسِي شَوْقًا إِلَى خَلَاصِكَ (٢)
- ❖ إِلَى مَنْ نَذَهَبُ وَعِنْدَكَ كَلَامُ الْحَيَاةِ الْأَبَدِيَّةِ.
- ❖ نَحْنُ آمَنَّا بِكَ، وَعَرَفْنَا أَنَّكَ قُدُّوسُ اللَّهِ.

المزمور ١٢

❖ خَلِّصْ يَا رَبُّ، فَإِنَّ الصَّفِيَّ قَدْ انْقَرَضَ وَالْآمِينَ مِنْ بَنِي آدَمَ قَدْ زَالَ ❖ كُلُّ أَمْرٍ يُكَلِّمُ
صَاحِبَهُ بِالْبَاطِلِ وَيَشْفَاهُ تَتَمَلَّقُ وَقُلُوبٌ تَزْدَوِجُ يَتَكَلَّمُونَ ❖ لِيَسْتَأْصِلَ الرَّبُّ جَمِيعَ الشَّفَاهِ
الْمُتَمَلِّقَةِ وَاللِّسَانَ النَّاطِقَ بِالْكَلَامِ الْمُفْخَمِ ❖ وَمَنْ قَالُوا: "بِالسِّنِّ نَنْتَصِرُ شِفَاهُنَا مَعَنَا فَمَنْ
يَسُودُنَا؟" ❖ مِنْ أَجْلِ اغْتِصَابِ الْبَائِسِينَ وَتَنَهْدِ الْمَسَاكِينَ ❖ أَقُومُ الْآنَ، يَقُولُ الرَّبُّ وَأُنِعِمُ
بِالْخَلَاصِ عَلَى مَنْ إِلَيْهِ يَتَوَقَّونَ ❖ أَقُولُ الرَّبُّ أَقُولُ طَاهِرَةٌ فَضَّةٌ مَصْهُورَةٌ فِي بَوْتَقَةٍ مِنْ تُرَابٍ
صُفِيتْ سَبْعَ مَرَّاتٍ ❖ أَنْتَ يَا رَبُّ تَحْفَظُنَا وَلِلْأَبَدِ مِنْ هَذَا الْجِيلِ تَحْمِينَا ❖ إِنَّ الْأَشْرَارَ فِي
كُلِّ نَاحِيَةٍ يَطُوفُونَ فِي حِينِ رَذَالَةِ بَنِي آدَمَ تَتَفَاقَمُ الْمَجْدُ لِلآبِ وَالابْنِ وَالرُّوحِ الْقُدُسِ، مِنْ الْآنَ
وإِلَى أَبَدِ الْآبِدِينَ. آمِينَ.

القراءات

أيُّها الربُّ القُدُّوسُ الَّذِي لَا يَمُوتُ، قَدَّسْ أَفْكَارَنَا وَنَقِّ ضَمَائِرَنَا، فَنُسَبِّحَكَ تَسْبِيحًا نَقِيًّا وَنَتَأَمَّلُ فِي كَلِمَتِكَ الْمُقَدَّسَةِ، لَكَ الْمَجْدُ إِلَى الْأَبَدِ. آمِينَ.

مِنْ رِسَالَةِ الْيَوْمِ (١ قور ١١/٢-١٦)

"نَحْنُ لَمْ نَأْخُذْ رُوحَ الْعَالَمِ، بَلِ الرُّوحَ الَّذِي مِنْ اللَّهِ، حَتَّى نَعْرِفَ مَا أَنْعَمَ بِهِ اللَّهُ عَلَيْنَا مِنْ مَوَاهِبٍ."

هَلِّلُويَا، وَهَلِّلُويَا.
طُوبَى لِلَّذِينَ يَسْمَعُونَ كَلِمَةَ (اللَّهِ)،
يَسْمَعُونَهَا وَيَعْمَلُونَ بِهَا.
هَلِّلُويَا

مِنْ إِنْجِيلِ رَبَّنَا يَسُوعَ الْمَسِيحِ لِلْقَدِّيسِ لَوْكَا الَّذِي بَشَّرَ الْعَالَمَ بِالْحَيَاةِ
(لو ١٠/١-٢٤)

إِبْتَهَجَ يَسُوعُ بِالرُّوحِ الْقُدُّوسِ، فَقَالَ: «أَعْتَرِفُ لَكَ، يَا أَبَتِ، رَبَّ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ، لِأَنَّكَ أَخْفَيْتَ هَذِهِ الْأُمُورَ عَنِ الْحُكَمَاءِ وَالْفُهَمَاءِ، وَأَظْهَرْتَهَا لِلْأَطْفَالِ. نَعَمْ، أَيُّهَا الْآبُ، لِأَنَّكَ هكَذَا ارْتَضَيْتَ. لَقَدْ سَلَّمَنِي أَبِي كُلَّ شَيْءٍ، فَمَا مِنْ أَحَدٍ يَعْرِفُ مَنْ هُوَ الْابْنُ إِلَّا الْآبُ، وَلَا مَنْ هُوَ الْآبُ إِلَّا الْابْنُ، وَمَنْ يُرِيدُ الْابْنَ أَنْ يُظْهَرَهُ لَهُ». ثُمَّ التَفَتَ إِلَى تَلَامِيذِهِ، وَقَالَ لَهُمْ عَلَى انْفِرَادٍ: «طُوبَى لِلْعُيُونِ الَّتِي تَنْظُرُ مَا أَنْتُمْ تَنْظُرُونَ! فَإِنِّي أَقُولُ لَكُمْ: إِنَّ أَنْبِيَاءَ وَمُلُوكًا كَثِيرِينَ أَرَادُوا أَنْ يَرَوْا مَا أَنْتُمْ تَنْظُرُونَ، فَلَمْ يَرَوْا، وَأَنْ يَسْمَعُوا مَا تَسْمَعُونَ، فَلَمْ يَسْمَعُوا».

بعض الأفكار للتأمل

❖ كم يتوق المؤمن إلى أن يرى الربَّ وجهًا لوجهٍ فيبتهج قلبه بهذا اللقاء، علَّه يجدُ سلامًا أفقدته إياه مشاكل الحياة ومصاعبها! إلَّا أنَّ الفرصة مُتاحة له في كلِّ وقتٍ لأن يعيش لقاءً فعليًا مع الربِّ، فهو الحاضر في الكنيسة من خلال الأسرار والكتاب المقدس.

❖ فيما أعيش اليوم في عالمٍ مضطربٍ مفتقدٍ للسلام، فلأفتح قلبي للقاء الربِّ فهو آتٍ في كلِّ وقتٍ لملاقاتي... هو الَّذي من التقاه وجد فيه نبع السلام ومقرِّ الراحة والاطمئنان، فعاش الطوبى التي تكلم عنها الربُّ في إنجيله فقال: "طُوبَى لِلْعُيُونِ الَّتِي تَنْظُرُ مَا أَنْتُمْ تَنْظُرُونَ!"

فترة صمت وتأمل (...)

صلاة الشفاعة

نَرْفَعُ في هذا الْوَقْتِ كُلَّ نَوَايَا وَطِلْبَاتِنَا لِنُضْعَهَا بَيْنَ يَدَيِّ الرَّبِّ قَابِلِ الصَّلَوَاتِ وَمُسْتَجِيبِ الطِّلْبَاتِ، طَالِبِينَ شَفَاعَةَ مَرْيَمِ الْعِذْرَاءِ وَالْقَدِيسِينَ شَفَعَائِنَا. دُونَ أَنْ نَنْسَى ذِكْرَ قِدَاسَةِ الْحَبْرِ الْأَعْظَمِ الْبَابَا فَرَنْسِيْس، مَعَ غِبْطَةِ السَّيِّدِ الْبَطْرِيْرِكِ مَارِ بَشَارَةَ بَطْرُسَ، وَمُدَبِّرِ الْأُبْرَشِيَّةِ سِيَادَةِ الْمَطْرَانِ أَنْطَوَانَ عَوَكْرَ، وَخَادِمِ الرَّعِيَّةِ، وَكُلِّ الْمَكْرَسِينَ، مَعَ كُلِّ أَبْنَاءِ وَبَنَاتِ رَعِيَّتِكَ، وَكُلِّ الْمُوقِي. فترة صمت لنضع نوايانا بين يدي الرب (...)

صلاة الختام

فلنشكر الثالث الأقدس والمجد، ولنسجد له ونسبحه الآب والابن والروح القدس.
أمين. يا رب ارحم، يا رب ارحم، يا رب ارحم.

قَدِشْتَ أَلْهًا، قَدِشْتَ حَيَلَتُنَا، قَدِشْتَ لَأْمِئُوتًا.
(قدوس أنت يا الله، قدوس أنت أيها القوي، قدوس أنت يا من لا يموت)

إِثْرَحَمَ عَلَيْنَا.

(إِرحَمْنَا.)

(٣ مرّات)

يا رَبَّنَا ارحمنا،
يا رَبَّنَا أَشْفِقْ عَلَيْنَا وَارْحَمْنَا،
يا رَبَّنَا اسْتَجِبْنَا وَارْحَمْنَا،
يا رَبَّنَا تَقَبَّلْ صَلَاتَنَا وَهَلِّمْ لِنَجِدَتِنَا وَارْحَمْنَا.

أَبَانَا الَّذِي فِي السَّمَوَاتِ (...)

أَيُّهَا الْمَسِيحُ مَلِكُ الْمَجْدِ، إِلَيْكَ نُوكِلُ تَدْبِيرَ حَيَاتِنَا، فَاْمَنْحْ كُلًّا مِنَّا مَا يَنْفَعُهُ. أَعْضِدِ الشُّيُوخَ بِقُوَّتِكَ الْعُظْمَى. عَفِّفِ الشُّبَّانَ بِحِفْظِ عِنَايَتِكَ. رَبِّ الْأَطْفَالِ وَلَقِّنْهُمْ تَعْلِيمَكَ الْإِلَهِيَّ. وَاخْتِمُ كُلَّ وَاحِدٍ بِصَلِيْبِكَ الظَّافِرِ. وَلَكَ الْمَجْدُ مَعَ أَبِيكَ وَرُوحِكَ الْقُدُّسِ، الْآنَ وَإِلَى الْأَبَدِ.

(من صلوات الشكر في نافور ماريوحنا مارون)

ترتيلة الختام

حَنَانَكَ يَا رَبَّ الْأَكْوَانِ إِلَيْكَ رَفَعْتُ صَلَاتِي،
أَنَا إِنْ أَحْيَا فَبِالْإِيمَانِ يُشَرِّفُ مَعْنَى حَيَاتِي.



سَمِعْتُ نِدَاءَكَ يَا رَبِّي، يُجَلِّجُلُ فِي أَعْمَاقِي،
صَدَّى يَتَجَاوَبُ فِي قَلْبِي مَعَ النِّعَمِ الْخَفَاقِ.
فَسِرْتُ بِهَدْيِكَ فِي دَرْبِي وَبِي ظَمًا الْمُشْتَاقِ،
لِمَنْهَلِكَ الصَّافِي الْعَذْبِ أُرَوِّي بِهِ أُمْنِيَاتِي.



إِلَهِي إِنْ أَدْعُو فَمَا لِي سِوَاكَ مُجِيبُ نِدَائِي،
وَحِينَ أَنْوَأُ بِأَثْقَالِي فَلِي بِرِضَاكَ عَزَائِي.
طَرَحْتُ مُنَايَ وَآمَالِي لَدَيْكَ وَكُلَّ رَجَائِي،
فَأَنْتَ مَلَاذِي وَمَالِي إِلَيْكَ وَفِيكَ نَجَاتِي.