

# الأحد السادس من زمن القيامة ظهور يسوع للرسل في العلية

وقفة روحية أسبوعية من تحضير أبرشية أنطلياس المارونية

العدد 5

# يوم الرب قدّس الرب

## صلاة البدء

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

قد شئت يا مُخلِّصَ العالم، وحافظَ البرايا، أن تأتي إليّ أنا الخاطيء، لتُقَدِّسني وتُنيرني. فمن يستطيع وصف بحر حبك الزاخر، وتنازلك المدهش؟ فلتكن رحمتك مُمَجِّدة



أبد الدهر أيها الرب القدوس، على هذا التنازل المذهل، الذي به شئت أن تحلّ فينا، مُقدِّسًا نفوسنا الضعيفة. إننا على هذا الإحسان السامي نشكرك، مرددين نشيد الحمد لرحمتك، أيها الثالوث القدوس لك كلّ الحمد والشكر إلى الأبد. آمين.

(من كتاب رفيق العابد للمطران المثلث الرحمة جرمانوس معقد - بتصرّف)

## المجدلة الكبرى

- ❖ المجد لله في العلى وعلى الأرض السلام والرجاء الصالح لبني البشر.
- ❖ إياك نُسَبِّح، إياك نُبارِك، لك نَسْجُد، إياك نَمَجِّد، إياك نَشْكُرُ من أجل مجدك العظيم.
- ❖ أيها الرب الخالق، أيها الملك السماوي، الله الأب الضابط الكل، إله آبائنا، أيها الرب الإله، أيها الابن الوحيد يسوع المسيح، ويا أيها الروح القدس.
- ❖ أيها الرب الإله، ويا حمل الله، يا ابن الله وكلمته، أيها الحامل خطيئة العالم، إرحمنا!
- ❖ أيها الحامل خطيئة العالم، اصخ إلينا واقبل تضرعنا!
- ❖ أيها الجالس بالمجد عن يمين أبيه، اغفر وارحمنا!
- ❖ لأنك أنت وحدك قدوس، أنت وحدك الرب يسوع المسيح، مع الروح القدس، لمجد الله الأب، دائما وكل أيام حياتنا، آمين!

## ترتيلة الأحد

(لحن لَمَلَكُوتُ رَومُو - يا أمّ الله كنز البركات)

فَجُرَّ الحَقُّ لَاحَ لَيْلِ الظُّلَمِ زاحُ فُوهِ القَبْرِ صَاحُ: قامَ الرَّبُّ! بَشِّرُوا! هُبُّوا! قَدْ هَبَّ الصَّبَاحُ!  
إِفْرَحُوا يا مُؤْمِنُونَ واشْكُرُوا الفادي الحَنُونُ  
نَجَّانا مِنْ لَيْلِ المَنُونِ!



أَطْيَابُ تَفُوحِ مِنْ قَبْرِ مَفْتُوحِ أُسْرارِ تَبُوحِ: قامَ يَسوعُ الفادي، مُحْيِينا جِساماً وروحاً!  
نَشْدُو لَكَ يا ابنَ اللّهِ: دُسْتَ المَوتَ في مَثوَاهُ  
أَطَلَقْتَ النُّورَ والحِياهُ!



يا لِلسَّلَامِ! يُعجِزُ الكَلَامِ رَوحُ وابتِسامِ نَفْحِ مِنْ رُوحِ الرَّبِّ في الأرواحِ والأجسامِ.  
هَلِّلوها، غَنُّوها، اهتِفُوا مِلاءَ الدُّنيا والأَيَّامِ:  
السَّلَامِ رَوحُ وابتِسامِ!

(صلاة صباح سبت الحواريين، زمن القيامة)

## مزمور 111 (110)

❖ هَلِّلوها! أَحْمَدُ الرَّبِّ بِكُلِّ قَلْبِي في مَجْلِسِ المُسْتَقِيمِينَ وفي الجَماعَةِ ❖ أَعْمالُ الرَّبِّ  
عَظيمةٌ يَبْحَثُ فيها كُلُّ مَنْ يَهوَاها ❖ صُنْعُهُ بَهاءٌ وَجَلالٌ وِبِرُّهُ يَدومٌ لِلأَبَدِ ❖ أَقامَ لِعَجايبِهِ  
ذِكْراً الرَّبُّ رُؤُوفٌ رَحِيمٌ ❖ أَعْطى الَّذِينَ يَتَّقونَهُ طَعاماً ذَكَرَ مَدى الدَّهْرِ عَهْدَهُ ❖ أَظْهَرَ  
لِشَعْبِهِ قوَّةَ أَعْمالِهِ فَأَعْطاه مِراثَ الأُمَمِ ❖ بِرٌّ وَحَقٌّ أَعْمالُ يَدِيهِ أوامِرُهُ أَمِينَةٌ كُلُّها ❖ ثابِتَةٌ  
مَدى الدَّهْرِ ولِلأَبَدِ مَقْضِيَّةٌ بِالْحَقِّ وَالاسْتِقامَةِ ❖ أَرْسَلَ الفِداءَ لِشَعْبِهِ أوصى لِلأَبَدِ بِعَهْدِهِ  
❖ اسْمُهُ قُدُّوسٌ رَهِيبٌ ❖ رَأْسُ الحِكمةِ مَخافَةُ الرَّبِّ حُسْنُ الفِطْنَةِ لِمَنْ يَعمَلونَ بِها  
❖ تَسبِحَتُهُ لِلأَبَدِ تَدومُ ❖ المَجْدُ لِلأَبِ والابنِ والرُّوحِ القُدِّسِ مِنَ الآنَ وِالى الأَبَدِ. آمين.

## القراءات

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

## مِنْ رِسَالَةِ الْيَوْمِ (رُوم ١٠ / ١-١٣)

بَلْ مَاذَا يَقُولُ؟ «الْكَلِمَةُ قَرِيبَةٌ مِنْكَ، فِي فَمِكَ وَقَلْبِكَ»، أَيَّ كَلِمَةِ الْإِيمَانِ، الَّتِي نُنَادِي  
بِهَا. فَإِنَّ اعْتَرَفْتَ بِفَمِكَ أَنَّ يَسُوعَ هُوَ الرَّبُّ، وَأَمَنْتَ بِقَلْبِكَ أَنَّ اللَّهَ أَقَامَهُ مِنْ بَيْنِ  
الْأَمْوَاتِ، تَخْلُصَ.

هَلِّلُويَا، وَهَلِّلُويَا.

هُوَذَا الْيَوْمَ الَّذِي صَنَعَهُ الرَّبُّ،

تَعَالَوْا نُسِرِّ وَنَفْرَحْ فِيهِ.

هَلِّلُويَا

مِنْ إِنْجِيلِ رَبَّنَا يَسُوعَ الْمَسِيحِ لِلْقَدِّيسِ لُوقَا الَّذِي بَشَّرَ الْعَالَمَ بِالْحَيَاةِ  
(لُوقَا ٢٤ / ٣٦-٤٨)

وَفِيمَا التَّلَامِيذُ يَتَكَلَّمُونَ بِهَذَا، وَقَفَ يَسُوعُ فِي وَسَطِهِمْ، وَقَالَ لَهُمْ: «السَّلَامُ  
لَكُمْ!». فَارْتَاعُوا، وَاسْتَوْلَى عَلَيْهِمُ الْخَوْفُ، وَكَانُوا يَظُنُّونَ أَنَّهُمْ يُشَاهِدُونَ رُوحًا. فَقَالَ  
لَهُمْ يَسُوعُ: «مَا بِالْكُمْ مُضْطَرِّبِينَ؟ وَلِمَاذَا تُخَالِجُ هَذِهِ الْأَفْكَارُ قُلُوبَكُمْ؟ أَنْظُرُوا إِلَى يَدَيَّ  
وَرِجْلَيَّ، فَإِنِّي أَنَا هُوَ. جُسُونِي، وَانظُرُوا، فَإِنَّ الرُّوحَ لَا لَحْمَ لَهُ وَلَا عِظَامَ كَمَا تَرَوْنَ لِي!».  
قَالَ هَذَا وَأَرَاهُمْ يَدَيْهِ وَرِجْلَيْهِ.

وَإِذْ كَانُوا بَعْدَ غَيْرِ مُصَدِّقِينَ مِنَ الْفَرَحِ، وَمُتَعَجِّبِينَ، قَالَ لَهُمْ: «هَلْ عِنْدَكُمْ هُنَا طَعَامٌ؟». فَقَدَّمُوا لَهُ قِطْعَةً مِنْ سَمَكٍ مَشْوِيٍّ، وَمِنْ شَهْدِ عَسَلٍ. فَأَخَذَهَا وَأَكَلَهَا بِمَرَأَى مِنْهُمْ، وَقَالَ لَهُمْ: «هَذَا هُوَ كَلَامِي الَّذِي كَلَّمْتُكُمْ بِهِ، وَأَنَا بَعْدُ مَعَكُمْ. كَانَ يَنْبَغِي أَنْ يَتِمَّ كُلُّ مَا كُتِبَ عَنِّي فِي تَوْرَةِ مُوسَى، وَالْأَنْبِيَاءِ وَالْمَزَامِيرِ». حِينَئِذٍ فَتَحَ أَذْهَانَهُمْ لِيَفْهَمُوا الْكُتُبَ. ثُمَّ قَالَ لَهُمْ: «هَكَذَا مَكْتُوبٌ أَنَّ الْمَسِيحَ يَتَأَلَّمُ، وَيَقُومُ مِنْ بَيْنِ الْأَمْوَاتِ فِي الْيَوْمِ الثَّالِثِ. وَبِاسْمِهِ يُكْرَزُ بِالتَّوْبَةِ لِمَغْفِرَةِ الْخَطَايَا، فِي جَمِيعِ الْأُمَمِ، إِبْتِدَاءً مِنْ أُورُشَلِيمَ. وَأَنْتُمْ شُهُودٌ عَلَى ذَلِكَ».

### بعض الأفكار للتأمل

- ❖ يتمحور ظهور يسوع للتلاميذ يوم قيامته حول الوليمة - الإفخارستيا: «هَلْ عِنْدَكُمْ هُنَا طَعَامٌ؟». وهكذا أعيش مسيرتي الإيمانية من خلال عيش الأسرار لا سيما سر الإفخارستيا، حيث ألتقي وأتحد بيسوع القائم من بين الأموات لأصبح جاهزاً للكراسة.
  - ❖ كلمة يسوع هي كلمة تشجيع وحياء. من خلال ظهوره لتلاميذه كان كلام يسوع في كل مرة يربط أوجاعهم ويزيل مخاوفهم. أنا اليوم الخائف والمضطرب، بسبب المجهول الذي يعيشه العالم أجمع، أجدني بحاجة أيضاً لكلمة يسوع لتعطي قلبي سلاماً ورجاءً. أين أنا من علاقتي الشخصية مع الكتاب المقدس في يوميّات حياتي؟
  - ❖ إنَّ وعود الله في الكتاب المقدس دائماً أمينة. لقد وعد يسوع تلاميذه بأنه لن يتركهم يتامى. وفي انتظار إرسال الروح البرقليط، كان من خلال حضوره بجسده الممجّد يرافقهم في وقت الشدة والخوف. وأنا اليوم هل أؤمن بأنّ الله حاضرٌ معي في كلّ ظروف حياتي حتى الصعبة وشبه المستحيلة منها؟
- فترة صمت وتأمّل (...)

## صلاة الشفاعة

نرفع في هذا الوقتِ كلّ نوايانا وطلباتنا لنضعها بين يديّ الربّ قابلِ الصلواتِ ومُستجيبِ الطلباتِ، طالبين شفاعة مريم العذراء والقديسين شفعاثنا. دون أن ننسى ذكر قداسة الحبر الأعظم البابا فرنسيس، مع غبطة السيّد البطريرك مار بشارة بطرس، ومُدبر الأبرشيّة سيادة المطران أنطوان عوكر، وخادم الرعيّة، وكلّ المكرّسين، مع كلّ أبناء وبنات رعيّتك، وكلّ الموتي. **فترة صمت لنضع نوايانا بين يديّ الربّ (...)**

## صلاة الختام

فلنشكرِ الثالوثَ الأقدسَ والمجدّد، ولنسجد له ونسبحه الآبَ والابنَ والروحَ القدسَ. آمين. يا ربُّ ارحم، يا ربُّ ارحم، يا ربُّ ارحم.

قَدِشْتَ أَلْهًا، قَدِشْتَ حَيْلَتُنَا، قَدِشْتَ لَأْ مِيُوتًا.  
(قَدُوسٌ أَنْتَ يَا إِلَهَ، قَدُوسٌ أَنْتَ أَيُّهَا الْقَوِيُّ، قَدُوسٌ أَنْتَ يَا مَنْ لَا يَمُوتُ)

مَشِيحًا دُقْمَ مِنْ بَيْتِ مَيْتَا إِتْرَحَمَ عَلَيْنُ.  
(أَيُّهَا الْمَسِيحُ الَّذِي قَامَ مِنْ بَيْنِ الْأَمْوَاتِ، إِرْحَمْنَا.)

(٣ مرّات)

يا رَبَّنَا اِرْحَمْنَا،  
يا رَبَّنَا أَشْفِقْ عَلَيْنَا وَارْحَمْنَا،  
يا رَبَّنَا اسْتَجِبْنَا وَارْحَمْنَا،  
يا رَبَّنَا تَقَبَّلْ صَلَاتِنَا وَهَلِّمْ لِنَجِدْتِنَا وَارْحَمْنَا.

أَبَانَا الَّذِي فِي السَّمَوَاتِ (...)

- ❖ إفرحي يا مَلَكة السَّماء، هَلِّلُويَا.
- ❖ لِأَنَّ الَّذِي اسْتَحَقَّقَتْ أَنْ تَحْمِلِيهِ، هَلِّلُويَا.
- ❖ قَدْ قَامَ كَمَا قَالَ، هَلِّلُويَا.
- ❖ تَضَرَّعِي إِلَى اللَّهِ مِنْ أَجْلِنَا، هَلِّلُويَا.
- ❖ إِفْرَحِي وَتَهَلَّلِي يَا مَرْيَمُ الْعَذْرَاءَ، هَلِّلُويَا.
- ❖ لِأَنَّ الرَّبَّ قَدْ قَامَ حَقًّا، هَلِّلُويَا.

نَشْكُرُكَ يَا حَمَلَ اللَّهِ الْحَيِّ، لِأَنَّكَ انْحَدَرْتَ مِنَ السَّمَاءِ إِلَى الْأَرْضِ وَلَبِستَ جَسَدَنَا، وَمُتَّ عَنَّا فِي الْجَسَدِ لِأَجْلِ حَيَاةِ الْبَشَرِ وَخِلاصِهِمْ. فَلَكَ الْمَجْدُ عَلَى نِعْمَتِكَ نَحُونَا وَعَلَى عَظَمَتِكَ الَّتِي لَا وَصَفَ لَهَا، الْآنَ وَإِلَى الْأَبَدِ.

(نافور مار بطرس الرسول/ شَرَرُ)

### ترتيلة الختام

(لحن: طوبيك عدتو - طوبى لك يا كنيسة الإيمان)

إِنَّ الدُّنْيَا هَزَّتْهَا بُشْرَى الْإِيمَانِ:  
 قَدْ قَامَ الْإِلَهُ الْحَقُّ لِأَشَى الْمَوْتِ وَالشَّيْطَانِ  
 صَكَ الْخَطَايَا مَزَّقًا، أَحْيَا الْكَوْنَ وَالْإِنْسَانَ.  
 هَكَذَا قَالَ الْكِتَابُ رَدَّ آدَمَ الْخَاطِي  
 مِنْ أَيْدِي السَّابِي الْكَذَابِ ثُمَّ عَادَ نَحْوَ الْآبِ!



أَلْبِيعَةُ الْيَوْمِ زَهُوْهَا غَامِرُ  
 بِالْخِطِيبِ الْمَحْبُوبِ الْبِكْرِ الْحَيِّ الظَّافِرِ  
 فَوْقَ الْعَرْشِ عَنْ يَمْنَى الْآبِ فِي الْمَجْدِ الْأَسْنَى  
 زَفَّ الْبُشْرَى لِلْعَالَمِ أَحْيَا رَسَمَهُ آدَمُ  
 رَدَّهُ مِنْ مَنْفَاهُ عَدَنَ الْمَجْدِ أَعْطَاهُ!

(صلاة صباح خميس الحواريين، زمن القيامة)