

اثبتوا في

صلوات وتأملات مختارة



الأب حبيب هرمز النوفلي

المصحح : سليم عتيشا

بإذن الرؤساء

كنيسة مار كوركيس الكلدانية

بغداد – 1998

نشر الموقع الإلكتروني للإرسالية الكلدانية في بريطانيا 2010

<http://www.chaldean.org.uk>

المقدمة

هذه مجموعة من الصلوات والتأملات، تمثل ثمار خبرات روحية عميقة، وحوارات مست شغاف قلوب كتابها، أقدمها الى كل من يريد ان يشترك من خلالها في علاقة مع الثالوث الأقدس ويقبل العيش بروحية تؤمن أن الحاجة هي إلى الواحد. اقترح تخصيص فترات صمت بعد كل صلاة لكي ندع الرب يتكلم ونصغي إليه.

الصلاة حوار مع الله من خلال التفكير به بمحبة وإيمان وتسليم الذات. لقد دعانا يسوع إلى الصلاة باستمرار ومثابرة حتى التي لم يكن لنا ميل لها، لأننا في حاجة دائمة إلى اللقاء الشخصي معه، فحضوره محبة وصلاتنا محبة.

يتطلب هذا اللقاء تهيئة عبر طرق ليست سهلة لأنه علينا أن نحاول جاهدين لتحقيق المطابقة بين حياتنا والإنجيل عبر المرور بالصليب اليومي في صحراء الحياة المؤلمة والمفرحة معا، وعند ذاك تكون صلاتنا صلاة مؤمن صهرته الحياة لكي يخلق من جديد بعد كل لقاء روحي مع الله.

الصلاة حوار، فيفترض أن لا ترتجل بل أن تعبر عن ضعفنا البشري لأننا بدون معونة الروح القدس لا نعرف أن نصلي، هو يشفع فينا ويساعدنا لكي نحاور يسوع الرب الذي يهب من يصلي نعمة الصلاة. من الضروري توجيه الجسد وتركيز اتجاه الحواس عبر حركات ضرورية كالسجود لخلق مناخ جيد، فنتثمر فينا الصلاة وتفتح باب القلب ليدخله يسوع وينيره، فمثلما هو موجود في أحننا خارجنا، كذلك هو دائما داخلنا. ربما في كثير من الأحيان يعم الصمت جو الصلاة، وهذا ضروري لنجعل الروح المعين في قلوبنا كما هو الحال بعد تناول القربان.

قد تكون الصلاة تأملية أو قراءة في الكتاب المقدس أو طقسية، ولكن يبقى المهم الرغبة والمحبة لها، وفي أن يكون لها دور في توجيه حياتنا اليومية، وان تخلق فينا الاستعداد الدائم

لها، مستعينين بالفضائل الإلهية الثلاث (الإيمان والرجاء والمحبة) وتهيئة الفكر والعاطفة والمخيلة ليختمر الكل.

الصلاة بحاجة إلى شجاعة من اجل الديمومة، فمجال البناء الروحي ليس سهلا بل صعباً ويتطلب الصبر والتواضع والتدرج، والى معرفة المسيح باتباعه في فصول الإنجيل بيقظة ووعي وشعور بالتوبة ورغبة بالاستمرار بالصلاة عبر فحص ضمير يومي عملي.



القسم الأول

صلوات على مدار الأسبوع

الصلاة الربية

أبانا الذي في السماوات،

ليتقدس اسمك،

ليأت ملكوتك،

لتكن مشيئتك، كما في السماء، كذلك على الأرض.

اعطنا خبزنا كفافنا اليوم،

واغفر لنا خطايانا، كما نحن أيضا نغفر لمن اخطأ إلينا،

ولا تدخلنا في التجربة، لكن نجنا من الشرير، آمين.

السلام الملائكي

السلام لك يا مريم،

يا ممتلئة نعمة،

الرب معك،

مباركة أنت في النساء،

ومبارك ثمرة بطنك يسوع.

يا مريم القديسة والدة الله

صلي لأجلنا نحن الخطاة،

الآن وفي ساعة موتنا آمين.

صباح الأحد

أيها الرب يسوع المسيح،

يا من قمت في مثل هذا اليوم من بين الأموات،

أعطنا نعمة لنقوم من موت الخطية ونحيا لمجدك

امنحنا راحة اليوم من أعمال العالم وهمومه

واملأنا يا رب فرحاً في بيتك الذي هو بيت الصلاة،

لنعترف هناك بالحق والاتضاع بخطايانا.

وامح تلك الخطايا بدمك الكريم.

ارزقنا طعاماً لأجسادنا وخبز كلمتك لأنفسنا.

بارك راعيها حتى ينادي بالإنجيل بالغيرة والنجاح لنتهيأ بواسطة سبوتك على الأرض

للسبت الأبدي في العلاء حيث تملك مع الأب والابن والروح القدس إلى ابد الأبدين. آمين.



تسبحة الشكر

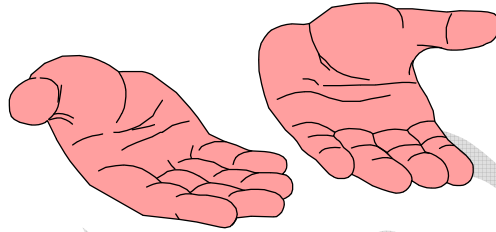
الشكر للصالح الذي حرر جنسنا من عبودية الشرير والموت ،
 وسالنا مع جموع العلويين الغاضبين بسبب اثمنا
 مبارك الرؤوف الذي حين لم نطلبه ،
 خرج في إثرنا وفرح بحياتنا، ومثل هلاكنا ورجوعنا في صورة الخروف الضال
 وارثا وابنا دعا كياننا الذي ضل فاهتدى ، مات ثم قام.
 وسرت جماعة الروحانيين ، بتوبتنا وقيامتنا.
 لا توصف المحبة العظيمة ، التي أظهرها لنا محب جنسنا ، ومن طبيعتنا جعل وسيطا ،
 وصالح العالم مع عظمته ،
 فالمعجزة التي أجراها نحو بشرتنا تفوقنا وتفوق كل الخلائق.
 اذ جعل جسدنا هيكل قدس ليكمل فيه سجود الجميع .
 فيا أيها الأرضيون والسماويون هلموا واندهشوا من عظمة الدرجة
 فقد بلغ جنسنا إلى سمو وعظمة اللاهوت اللامدرك ،
 كل ما في السماء والأرض يشكر وإيانا للذي عظم جنسنا ،
 جددنا ومحق آثامنا ودعانا باسمه واخضع لنا الكل ،
 يستحق المجد من كل الأفواه الذي رفعنا فوق الكل ،
 فلنقل له التسبحة الى مدى الدهور ، آمين.

مساء الأحد

إننا نشكرك أيها الاب السماوي لأجل راحة أحد آخر ،
 ونقدم لك أنفسنا تقديما جديدا قبل ان نستسلم للنوم.

اغفر يا رب كل تشئت أفكارنا مدة الصلاة في هذا اليوم
واصفح عن فتورنا في تسبيح اسمك.

انبت زرع كلمتك الذي زرع اليوم في قلوبنا وليأت بمائة ضعف من أثمار الروح التي هي
محبة فرح، وسلام، وطول أناة، ولطف، وصلاح، وإيمان، ووداعة، ووتعفف.
اعطنا أن نعيش لك ونموت لك ونقوم بك إلى المجد الدائم.
امنحنا كل ذلك إكراما للرب يسوع المسيح مخلصنا الحنون. آمين



صباح الاثنين

أيها الاب الرحوم القادر على كل شيء،
إننا نحن بنيك نأتي إليك في بداية أسبوع آخر من حياة التعب طالبين بركتك على أتعابنا.
فان الذراع القوية، والعين الفطنة، والقلب المسرور إنما هي عطايا من لدنك.
امنحنا اللهم إذا استحسننت مشيئتك صحة وقوة للعمل،
وهب لنا خاصة صحة النفس وقوة لمقاومة التجربة.
زد يا رب إيماننا لكي نلقي كل اتكالنا عليك سواء كنا في الحزن أو الفرح، مؤمنين بأنه كما
يتراءف الاب على بنيه
هكذا تترأف أنت على خائفيك، وبأن كل الذين يتوبون توبة صادقة يجدون في المسيح
خلاصا كاملا.

استجب يا رب صلاتنا هذه الفقيرة لأجل ذلك الذي مات عنا، ابنك يسوع المسيح.
آمين

تسبحة صباح الاثنين

استجب صلاة عبيدك يا مخلصنا، واقبل طلبتنا واجب أسئلتنا لأنك أنت الملجأ يا رجاء الضعفاء.

بعونك ننتصر على صنائع الشرير الذي ينصب كل حين فخاخاً لنفوسنا، ويريد الغدار أن يدنسنا بشره.

أرسل يا رب قوتك لنقطع شركه، لئلا يصطادنا، فنسقط في هوة الخطيئة.

قوة نعمتك تقوي ضعفنا، فنشرق بأعمالنا أمامك أيها الحنان،

وأهلنا ان نرنم لك في يوم مجيئك، مجددا لا يزول إلى الأبد الآبدين آمين

مساء الاثنين

إننا نتضرع إليك اللهم بان يملأ روحك الصالح قلوبنا لكي نخدمك بأمانة.

أرنا عظمة تلك المحبة المجانية التي أنزلت رب الحياة من كرسیه في السماء ليولد في مذود ويهان ويتألم ويموت لكي يرفعنا إلى المجد.

لتصدر فينا هذه المحبة العظيمة كرهاً وإبعادا للخطايا التي احتمل يسوع الموت لأجلها.

اعطنا أن نحب ذلك الذي احبنا أولاً وإذا أحببناه أن نحفظ وصاياه.

ولنسمع أخيراً صوت المخلص قائلاً لكل واحد من أعضاء هذه العائلة:

نعماً أيها العبد الصالح الأمين ادخل إلى فرح سيدك.

وكل ما نطلبه إنما نطلبه باسم ابنك فاديننا الكريم. آمين



صباح الثلاثاء

أيها الأب القدوس القائل كن أميناً إلى الموت فسأعطيك إكليل الحياة.
امنحنا نعمة لكي نكون أمناء في كل شيء لأننا ضعفاء وأنت القوي،
نحن خطاة وأنت القدوس.

اغفر يا رب جميع خطايانا السابقة لأننا لم نحفظ طرقك
أرشدنا بروحك في طريق الخلاص الضيق.

أعضدنا لكي لا نزل خطواتنا، واعطنا أن نثابر في الجهاد الموضوع أمامنا ناظرين دائماً إلى
يسوع رئيس إيماننا ومكمله.

امنحنا اللهم أن نثبت إلى النهاية ثم نرث الحياة الأبدية بواسطة استحقاق
ابنك وموته. آمين.

تسبحة صباح الثلاثاء

لا يستطيع العلو والعمق وكل ما فيهما أن يعترفا بوجودك أيها الموجود مثبت الكل.
قليل هو أن نحكي محبتك تجاهنا وعظمة نعمتك وكثرة رحمتك التي عملتها نحو جنسنا ونحن

غير مستحقين.

صالح هو من امتلك لكياننا وطيب من خلصنا من الموت وصعد إلى السماء وجلس فوق كل سيد وسلطان.

وها تسجد أمامه جموع الملائكة، وتصرخ كلها سوية وبدون توقف : قدوس أنت أيها الاب والابن. والروح القدس

مساء الثلاثاء

اغفر أيها الإله الرحيم جميع خطايا هذا اليوم.

فانك تمتحن بواطن القلب وتفحص الأفكار الشريرة.

وسيعطي كل واحد جوابا في يوم الدين عن كل كلمة بطالة تكلم بها

إننا نتضرع إليك أن تطهر قلوبنا وتنقي شفاهنا بروحك القدوس.

ابعد اللهم عنا خطايا اللسان الشتم والكذب والنميمة وساعدنا لنتكلم دائما بالحق في المحبة.

اعطنا لنقوم بواجباتنا نحو جميع الناس وان نذكر ان لنا معلما في السماء.

اجعلنا عائلة متحدة وتقية هنا وسعيدة وغير متفرقة في السماء في حضرة المسيح

مخلصنا الذي على استحقاقاته فقط كل اتكالنا. آمين

صباح الأربعاء



أيها الرب يسوع المسيح السماوي،

عندما نزلت إلى الأرض لتتخذ طبيعتنا

وتموت لأجل خطايانا

اخترت لنفسك حالة الفقر،
 فانك قد جعت وعطشت
 ولم يكن لديك مكان تسند عليه رأسك المبارك.
 أنت عالم بصعوباتنا وشدائدنا
 وأنت ملأن من الحنو والمحبة
 امنحنا اتكالا تاماً على صلاحك
 حتى ان الفقر لا يؤدي بنا مطلقاً الى الشك بك
 أو يدفعنا إلى عصيان أوامر.
 فان كنا فقراء في خيرات هذه الدنيا
 اجعلنا يا رب أغنياء في الإيمان وورثة ملكوتك المجيد في
 السماء.
 يا رب أعنا وزد إيماننا.
 وعلمنا أن نصلي... إكراما لابنك الحبيب. آمين



تسبحة صباح الأربعاء

رحمتك على آثامنا، أيها المسيح يا من يحب صوت التائبين،
 اسمع طلبتنا أيها الطبيب الصالح، ابعده عنا جراح شرنا لأنك أنت تعرف شهوات جنسنا.
 ضمد قروحنا بدوائك أيها الصالح، فتكشف حناك جروحنا،
 فاشفنا يا رب كما وعدت، وبندی نعمتك ووفق مشيئتك تغسل زلاتنا،
 نعترف لاسمك معاً، أيها الاب والابن والروح القدس. آمين

مساء الأربعاء

إننا نتوسل إليك اللهم بان تجعلنا نستريح الآن عالمين انك وحدك تسكننا في طمأنينة.

اعطنا هذه الليلة قبل أن ننام، أن نكون في سلام مع كل العالم خالين من البغض والحقد، وان كان قد اخطأ إلينا أحد فاغفر له يا رب إكراماً للمسيح. وليكن لضمائرنا سلام معك بالإيمان في دم الحمل الذي هو الذبيحة الواحدة العظيمة لأجل الخطيئة، لكي لا نخشى الموت كما اننا لا نخشى النوم ولكي ننتظر بالفرح الوقت الذي فيه يسمع الراقدون في المسيح صوته ويقومون في شبهه. استجب لنا يا رب أدعيتنا إكراماً للرب يسوع المسيح. آمين

صباح الخميس

اللهم الإله العظيم القدوس الذي يسكن أعالي السماء، والذي يراقب كل ما نعمله ونتكلم ونفكر به على الأرض
 ارحمنا نحن الخطاة، احفظنا من الشر في هذا النهار،
 واجعلنا صاحين متيقضين ومنتبهين على الدوام لعدونا.
 أعنا لنجاهد جهاد الإيمان الحسن،
 واعطنا قوة لنقاوم الشيطان ونطرده عنا.
 احفظنا يا رب من اشراك ومكايد الشرير،
 واعطنا ان لا نخاف شيئاً إلا الخطيئة

أرشدنا وأعنا وباركنا إكراما لاسم يسوع المسيح
الذي هو قوتنا وخلصنا. آمين

تسبحة صباح الخميس

لما افرام

اقبل يا رب طلبتنا لأننا ندنو إليك بالتضرع.
اسمع يا الله صوت عبيدك، وتوسل ممجديك، لأنك أنت ملكنا واسمك عظيم.
لنا رجاء الساهرين.
اعطنا أن نقتني فكرا واحدا بإيمان وبلا انقسام لنعترف بإرادتك.
ثبت الكل لان كل شيء في الخلائق يتبعه كيان وجودك،
أيها الموجود الأزلي الذي يسكن في نور لا مثيل له،
ولا يقدر إنسان ان يقترب منه،
إذ بإبداعك تعرف عظمة غناك وما صنعت يدك،
لأنك أنت الرب والخالق ودبر الكل.
امنحنا حسب وعودك
واجعلنا أن نساعد اخوتنا كنفوسنا.
نسألك الرحمة يا رب الكل.
وزع غناك على فقرنا وعوز الذين يظنون في هاوية خداع الشرير.
ليكن حنانك هاديا لهم،

وليمهد الطريق لأفكارهم ليعرفوا انه باهتمامك،

اقتنى الحرية جنسنا المسيحي، فنخدمك بقلب كامل ونقي.

نخدمك كإرادتك ونعمل كل ساعة باجتهاد في الذي يليق بألوهيتك، ونصعد المجد

سوية، للاب والابن والروح القدس الذي خلصنا بباكورتنا، ولم يجازي ظلمنا.

له المجد من ساجديه الى ابد الابد آمين.



مساء الخميس

إننا نشكر ونسبحك ونعترف لك يا رب لأجل كل

ما أظهرته لنا هذا اليوم من الرحمة والجلود.

فنطلب أن تزيد قلوبنا شكرا، فانك قد حفظتنا وأعنتنا في وقت الشدة.

نحن مدينون لمحببتك بجميع ما لنا في هذا العالم، وبالرجاء للعالم الأفضل بعد الموت.

انك قد اشتريتنا لا بفضة او بذهب ولكن بدم ابنك الوحيد.

فلتكن غاية بهجتنا ان نمجده باقوالنا وبحياتنا.

بارك اللهم حكامنا وكل الساكنين في هذا البيت واذكر الفقراء والمساكين والمحتاجين

والمرضى الذين هم في شدة وضك إكراما لابنك الحبيب. آمين

صباح الجمعة

اللهم اجعل ذكرى مثل هذا اليوم الذي تعلق فيه مخلصنا الحبيب على الصليب
 حاملاً أوزار خطايانا أن توجه أفكارنا إلى محبته العجيبة في موته عنا.
 لنأتي الآن إليه بالإيمان ولنضع كل أعمال خطايانا وأحزاننا عند صليبه.
 علمنا بروحك يارب انك بالحقيقة محبة
 لأنك لم تشفق على ابنك الوحيد، بل ضحيت به مجاناً لأجل خلاصنا.
 نتضرع اليك ان لا تسمح بان دم المخلص يكون قد سفك عبثاً لأجل أحد منا،
 أو بان أحداً هنا يرجع الى الوراء ويرفض رحمته.
 أنقذنا يا رب من الكبرياء، ومن عدم الإيمان وقساوة القلب، لأننا
 نصلي إليك باسم يسوع ابنك الحبيب. آمين

تسبحة صباح الجمعة

المجد للصالح الذي بحبه كشف مجده لبني البشر.
 خلق من التراب الطبيعة الصامتة غنية.
 ووضع نعمته في أجسادنا لتمجده كل الخليقة.
 هلم أيها الناطقون لنؤد له المجد قبل أن ننام في سبات الموت.
 لتأمل بالموت خلال الليل الطويل، قبل ان يفاجئنا فيخرس فمنا.
 الأبرار الذين يسبحونه في الليالي يبقون أحياء وان ماتوا.
 أما الأشرار الذين ينكرون مجده العظيم فهم أموات وان اعتبروا أحياء.
 الذين ينكرون مجده العظيم فهم أموات وان اعتبروا أحياء.
 لنسهر جسدنا بالصلوات والمزامير للقوة الخفية ونبقى برفقة العذارى الحكيمات اللواتي أشاد

بهن ربنا.

لنبق يقظين في تلك الليلة المرعبة حتى نشاهد الابن ولا نغمس في الشهوات لئلا نحرم مجده
يوم ظهوره.

لنسر ونترقب مجيئه أسوة بأولئك العبيد الذين انتظروا سيدهم ودخلوا معه الى خدره
السمائي.

في حين كان مصير الأشرار العذاب الأبدي عندما اقفل فجأة باب المرحم.

لنعمل قليلا ونحن أحياء لان بعد الموت تأتي المكافأة،

والجسد الذي يرهق بالصلوات سيرتفع الى العلاء في يوم البعث،

وينظر إلى وجه ربنا بدون خوف ليرافقه الى سعاده.

هناك يحتضنه الملائكة والقديسون الذين سهروا وتعبوا

بأداء فروض الصلاة.

مبارك الذي جعلنا اداة لمجده ووضع ثناءه في فمنا

الترابي،

المجد لمراحمه الذي أشركنا نحن الترابيين مع

السمائيين،

وأهلنا لنقدس اسمه في الليل وفي كل لحظة.

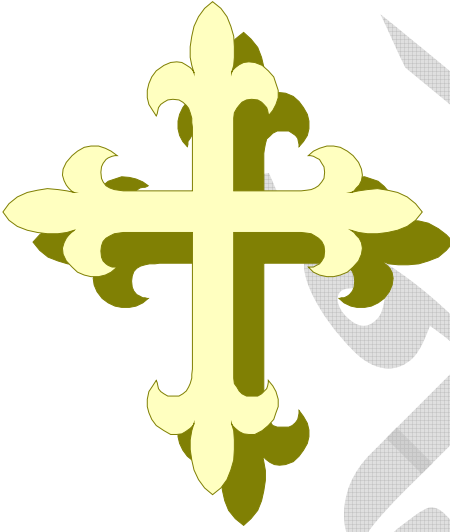
لنقل كلنا له المجد الى ابد الابد. آمين.

مساء الجمعة

أيها الرب إلهنا امنحنا نعمة لنحيا حسب وصاياك

ونحب بعضنا بعضا كما احبنا المسيح.

ليحل فينا روحك الصالح ويقدرنا على اللطف والإحسان والشفقة



وان نكون مستعدين لنفعل بالناس ما نريد أن يفعلوه بنا
اعطنا خوفاً عظيماً من الخطيئة ومحبة شديدة لكلمتك
ليكن كتابك دستور حياتنا ولنجد فيه التعزية في كل شدائدنا.

خلصنا اللهم من سلطان الخطيئة وعقابها
وامنحنا أن نلقي كل همومنا عليك عالمين انك تهتم بنا
اقبل يا رب صلواتنا هذه الفقيرة
لأننا نقدمها باسم المسيح يسوع مخلص الخطاة الوحيد. آمين

صباح السبت

أيها الرب يسوع الحنون اغفر كل خطايانا واعطنا
هبة روحك القدوس لأنك قد تكلمت ووعدت قائلاً
اسألوا تعطوا اطلبوا تجدوا.
علمنا كيف نصلي ثم استجب يا رب صلواتنا تحنن اللهم على العالم المملوء ظلمة
وخطيئة. ليضئ نور إنجيلك على الوثنيين والضالين.
بارك المرسلين لينادوا بكلمتك وأعطهم نجاحاً في العالم اجمع لكي يعرف في الأرض
طريقك وفي كل الأمم خلاصك.
عجل وقت مجيء ملكوتك.
تعال أيها الرب يسوع تعال سريعاً وساعدنا أن نكون مستعدين لملاقاتك بفرح. اسمعنا باسم
فاديننا الحبيب. امين

تسبحة صباح السبت

مبارك الموجود الذي خلقنا وخلصنا بمسيحه وقربنا الى معرفة الثالوث.
 لك المجد، يا الله الكلمة، يا وحيد الآب لأخذك ناسوتنا،
 لا نضعف ولا نسكت، بل نعترف باسمك، يا مخلصنا يسوع، كل الأوقات.

مساء السبت

أيها الرب الكريم إننا نشكر اسمك عند نهاية اسبوع آخر من حياتنا لأجل مراحمك الكثيرة لنا
 نحن عبيدك غير المستحقين.
 اغفر كل فكر وقول وفعل مخالف لإرادتك ،
 وامنح كل واحد منا زيادة النعمة لكي نقترب إليك اكثر فاكثروا.
 كلما تواليت علينا الأيام زدنا أمانة ولفظا واتضاعا وطهارة،
 وأهلنا اكثر فاكثروا للراحة السماوية.
 ثم إذا انتهت مدة غربتنا القصيرة في هذه الحياة،
 امنحنا بواسطة استحقاقات مخلصنا وموته؛ أن نشترك مع جمهور المقدسين بالفرح في الوطن
 السماوي حيث تسكن أنت لان عندك يا رب شبع سرور وفي يمينك نعم إلى الابد. آمين

القسم الثاني

صلوات متفرقة



أيتها السيدة

أيتها السيدة الكلية القداسة،

يا من هي وحدها، بنفسها وجسدها فائقة الطهر،

وحدها فائقة كل طهارة، كل عفة وكل بتولية،

وحدها مسكن نعمة الروح القدس كلها،

يا من لذلك تسمو بصورة لا مثيل لها على القوات الروحية نفسها بالطهارة وقداسة النفس والجسد،

القي بنظرك علي انا الخاطيء الرجس، الدنس النفس والجسد...

نقي روحي من شهوته، قدسي أفكارى العمياء التائهة وقوميتها؛

اضبطي حواسي وأرشديها، ولاشي في سلطان الخطيئة.

امنحي لروحي المظلم والتعس الحكمة والفهم لإصلاح أخطائي وعتراتي، لكي أكون، إذا ما أنقذت من

ظلمات الخطيئة، اهلا لتمجيدك وتسبيحك بحرية، يا من هي وحدها بالحقيقة أم النور الحق،

المسيح إلهنا. لأنك وحدك، معه وبه،

تباركك وتمجدك كل خليقة منظورة الآن ودائما والى دهر الدهرين. آمين.

القديس مار افرام (ق 4)

يا رب

يا رب ، ليس لي دموع التضرع الحار.
 ليس لي قلب يتألم في البحث عنك.
 ليس لي التوبة ولا الندامة التي ترجع الأبناء إلى ميراثهم.
 لقد اظلم ذهني بأمر هذه الدنيا
 وليس لديه قوة ليرفع اليك نظرة بأنين.
 برد قلبي من كثرة السيئات
 ولا يستطيع أن يُحمي بدموع الحب.
 أيها المسيح ، يا كنز جميع الخيرات ،
 هبني التوبة الكاملة وقلباً متوجعاً لكي يخرج في طلبك بمحبة.
 يا خالقنا الصالح ، تحنن على شقاوتنا...
 يا أبانا المملوء عطفاً ؛
 اقتنع أنت بان تغصبنا على التقرب منك ، اذ لا نريد نحن ان نقنعك.
 اخرج نفسنا من الحبس الذي حبسنا نحن فيه ذواتنا الى نورك الحق حتى لو رفضنا ذلك.
 لتغلبنا يا رب قدرتك ولتنشلنا من الغرق الذي نحن منحنون اليه.

يوحنا الداليثي (ق 8)

أهلني

أهلني، يا رب، لرؤية حنانك في نفسي قبل ان أغادر هذا العالم، لكي احس انا أيضا بالتعزية في تلك الساعة، مع اللذين ماتوا في الرجاء الطيب.

افتح قلبي، يا الهي، بنعمتك ونقه من شركة الخطيئة.

انهج في قلبي طريق التوبة، يا الهي وربّي، أهلني، يا ربي لأذوق عذوبة هبة التوبة لكي تنفصل نفسي من العمل مع الخطيئة وكل ما هو تابع لإرادة الجسد والدم.

أهلني، يا رب، لأذوق تلك الآلام التي وضعت فيها الصلاة الطاهرة. فمخلصي بلغ ذلك العبور المذهل الذي تترك فيه النفس العالم المنظور.

اسحق النينوي (ق 7)

من أقوال يوسف حزايا (ق 8)

افتح عينيك وانظر إلى داخلك فستجد راحة وهدوءً وسلاماً لا يستطيع اي إنسان بشري التعبير عنها. فللسماء ولقلبنا باب واحد. وإذا فتحنا باب قلبنا بحفظ الوصايا فان باب السماء سيفتح لنا. لان الذي يسكن القلب هو نفسه يسكن السماء. فاذا كنا محرومين من رؤية من يسكن فينا، فإننا محرومون أيضا من رؤية من يسكن في السماء لانه هو واحد في كل ما هو له. فانظر باستمرار الى بيت قلبك لترى فيه نجم الصباح الذي يشرق في ارض قلوب المتواضعين.

طوبى للرجل الذي اصبح قلبه مغارة ميلاد ربنا. ويراه فيه مقمطاً باقمطة من نار، ويسمع هزيز الأرواح السماوية القائلة :

”المجد لله في العلى والسلام في النفس والمسرة لكل ما فيها.“

تسليم الذات

ابت ، اني اسلم لك ذاتي ، فافعل بي ما تشاء .
 ومهما فعلت بي ، فأنا شاكر لك .
 اني مستعد لكل شيء ، وأرتضي بكل شيء .
 ليس لي رغبة أخرى يا الهي ، سوى أن تكمل أراذك في وفي جميع خلائتك .
 اني استودع روعي بين يديك واهبها لك يا الهي ، بكل ما في قلبي من الحب ، لأنني احبك ،
 ولأن الحب يتطلب مني أن أهب نفسي ،
 أن أودعها بين يديك ، من دون ما قياس ، وبثقة لا حد لها... لأنك أبي .
 الاخ شارل يسوع

احفظني يا الله

اللهم يا من خلقتني على صورتك ومثالك ، من يديك أتتني نفسي وقواها ،
 وجسدي وغرائزه ، وما أعظمها من غرائز تصل بي حتى المقدرة على إعطاء الحياة ! أريد أن
 اسهر بمعونة نعمتك ، على ينابيع الحياة التي وضعتها بين يدي . فلقد فهمت وظيفتها . فإذا ما
 أسأت استعمالها في سبيل لذة عابرة ، فإنني أحط من قدر نفسي . انك تعرف اني أخوض في
 سبيل الطهارة حرباً شعواء . فلقد تضافت علي فيها قوى الشر ، وكانها قد تعاهدت على
 إسقاطي .

سأسألك ، بمساعدة نعمتك ، طريق الحياة الضيق ، صعداً لا اجزع ، ولا أنثني ،
 كمن يتسلق جبلا عاليا تحف به المزالق والمهاوي ، وهو ثابت الجنان ، قوي العزيمة . وإذا ما
 زلت بي القدم ، فاقل عثرتي يا الهي ، وأنهضني بيدك القديرة فأعود إليك وقد ملأت الندامة
 قلبي ، ووطنت النفس على الأخلص لك

قدني أيها النور اللطيف

قدني أيها النور اللطيف. خلال الظلمات التي تكتنفي،
قدني أنت، دوماً إلى ابعده.

فالليل دامس، وأنا بعيد عن الدار:

قدني أنت، دوماً إلى ابعده.

احفظ خطواتي : لست ابغي أن أرى منذ الآن ما سأراه هناك:

خطوة واحدة كل مرة تكفيني. لم اكن هكذا دائماً،

ولم اصل دائماً، لكي تقودني أنت، دوماً إلى ابعده.

كنت احب أن اختار واجد طريقي،

أما الآن فقدني أنت، دوماً إلى ابعده.

كنت ابحت عن المجد، ورغم المخاوف،

كان الكبرياء يشرف على رغباتي.

أه ! لا تعد تذكر السنين الماضية.

قدرتك باركتني طويلاً، وهي ستقودني دوماً إلى ابعده،

في الأرض القاحلة وفي المستنقع،

على الصخرة الناتئة والموج الصاحب، حتى ينقشع الظلام،

فتبتسم لي في الصباح اوجه الملائكة،

الذين أحببتهم منذ أمد بعيد، وقد فقدتهم لوقت قصير.

قدني أيها النور اللطيف. قدني أنت دوماً إلى ابعده

الكردينال هنري نيومان

نشيد الشمس

سبحانك يا رب من اجل مخلوقاتك جمعاء
لا سيما الشمس اختنا الجميلة ذات البهاء
تلك التي بها تهب لنا النهار والضياء
وتشهد لك ، يا أيها المتعالي في السماء
سبحانك للقمر والنجوم ذوات السناء
فقد أبدعتها منيرة زاهرة في السماء
سبحت للريح اختنا وللشعب والفضاء
للأزمنة التي تجعل فيها للناس الغذاء
سبحانك، يا رب، الذي أنعمت علينا بالماء
أخينا البالغ النفع الوضيع الثمين ذي النقاء
للنار اختنا التي أنت بها تمحق الظلماء
فهي جميلة قديرة ذات حسن وبهاء
سبحت للأرض اختنا وأمنا ذات الثمار
التي تقوتنا وتبهر الأبصار بالأزهار
للصوت الذي لا يستطيع أحد منه الفرار
سبحوا ربي واحمدوه واعبدوه مدى الادهار.

القديس فرنسيس الاسيزي

يا رب

رب اجعل مني أداة لسلامك :
 فاحل المحبة حيث الحقـد
 واحل التسامح حيث الالهانة
 واحل الوفاق حيث الخصام
 واحل حقك حيث الضلال
 واحل الإيمان حيث الشك
 واحل الرجاء حيث اليأس
 واحل نورك حيث الظلام
 واحل الفرح حيث الحزن
 أيها المعلم الصالح، اجعلني لا اسعى الى عزائي
 بل إلى تعزية الاخرين،
 ولا إلى أن يتفهمني الناس، بل إلى أن أتفهمهم،
 ولا إلى أن يحبوني بل أن احبهم
 فإنما بالعطاء ناخذ،
 وبفقداننا الحياة نجدها، وبالمغفرة يغفر لنا،
 وبالموت نبعث إلى الحياة الأبدية.
 القديس فرنسيس الاسيزي

يارب

يا رب : ساعدني على أن أقول الحق في وجه الأقوياء..
 وساعدني على ألا أقول الباطل لأكسب تصفيق الضعفاء
 يا رب : إذا أعطيتني مالا ، فاحفظني من شره !
 وإذا أعطيتني قوة ، امنحني نورا ساطعا لعقلي !
 وإذا أعطيتني نجاحاً ، فاعطني معه تواضعاً !
 يا رب : ساعدني على أن أرى نواحي الخير كلها !
 ولا تتركني اتهم خصومي بالشر ، لأنهم ليسوا من رأيي !
 يا رب : علمني ان احب الناس كما أحببتني .
 وعلمني أن أحاسب نفسي ، دون أن أدين الناس !
 يا رب : لا تدعني أصاب بالغرور إذا نجحت ، ولا باليأس إذا فشلت .
 يا رب : علمني ان التسامح اكبر مراتب القوة ،
 وان حب الأنتقام اول مظاهر الضعف !
 يا رب : اذا جردتني من المال ، اترك لي الإيمان ،
 واذا جردتني من النجاح اترك لي الأمل ؛
 واذا جردتني من نعمة الصحة اترك لي نعمة التعزية !
 يا رب : إذا أسأتُ إلى الناس ، اعطني شجاعة الاعتذار
 وإذا أساء إلي الناس ، اعطني شجاعة العفو!
 يا رب : اذا نسيتك ، لا تنسني !

رابندرانات طاغور

من اجل الوحدة

أيها الرب يسوع،

يا من صليت في ليلة إقبالك على الموت من أجلنا لكي يكون تلاميذك بأجمعهم واحدا، كما ان

الاب فيك وأنت فيه،

اجعلنا أن نشعر بعدم أمانتنا

ونتألم لانقسامنا.

اعطنا صدقا فنعرف حقيقتنا،

وشجاعة فنطرح عنا ما

يكمن فينا من لا مبالاة وريبة، ومن عداة متبادل.

امنحنا يا رب، أن نجتمع كلنا فيك،

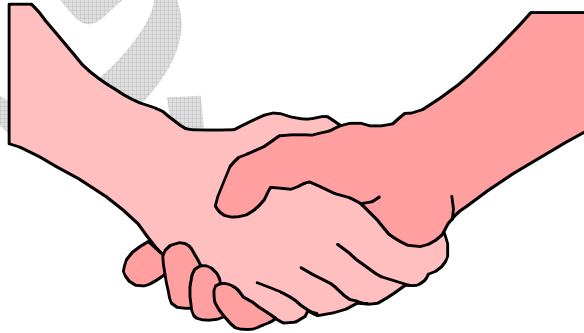
فتصعد قلوبنا وأفواهنا الصلاة بلا انقطاع،

لأجل وحدة المسيحيين،

كما تريدها أنت وبالسبل التي تريد.

ولنجد فيك، يا أيها المحبة الكاملة،

الطريق الذي يقود الى الوحدة، في الطاعة لمحبتك وحقك. آمين



من اجل السلام

أيها الرب، اله السلام

أنت الذي خلقت البشر وجعلتهم موضوع حبك كي يكونوا شركاء في مجدك،

نباركك ونشكرك :لأنك أرسلت لنا يسوع ابنك الحبيب،

وجعلته بسر قيامته صانع كل خلاص وينبوع كل سلام، ورباط كل اخوة،

نشكر لك الأماني والجهود والأعمال التي حركها روح السلام لجعل الحب عوض البغضة

والتفاهم عوض الحذر والتكاتف عوض اللامبالاة.

افتح عقولنا وقلوبنا، وبالأكثر لنفهم متطلبات المحبة لجميع اخوتنا لنكون دوماً وبنوع اكثر

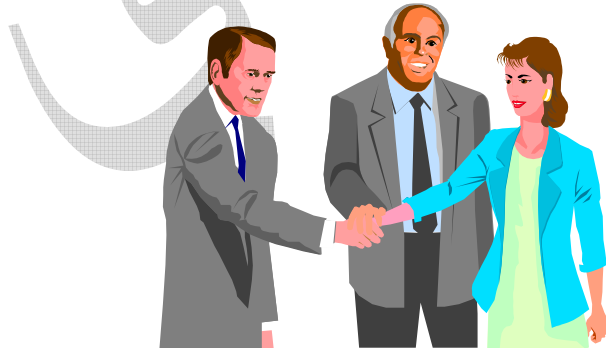
صانعي سلام.

التفت يا أبا الرحمة الى كل الذين يعانون ويتألمون ويموتون في مخاض عالم يريدونه اكثر اخوة.

ليأت ملكوت العدالة والسلام والمحبة لجميع البشر من اي عنصر ولغة كانوا ولتمتلى الأرض

من مجدك. آمين.

البابا بولس السادس (+1979م)



ابق معي

ابق معي يا رب لان وجودك ضروري معي كي لا
 أنساك ، انك تعلم بأي سهولة أتركك. ابق معي يا رب
 لأنني ضعيف وبحاجة الى قوتك حتى لا أقع باستمرار.
 ابق معي يا رب لأنك أنت حياتي وبدونك أني بدون حرارة.
 ابق معي يا رب لأنك أنت نوري وبدونك أنا في الظلمة.
 أبق معي يا رب كي تزيّني أرايتك.
 ابق معي يا رب لأسمع صوتك واتبعك ،
 وابق معي يا رب لاني ارغب ان احبك كثيرا وابقى دائما بصحبتك.
 ابق معي يا رب إذا أردتني أن أكون مخلصا لك.
 ابق معي يا يسوع لانه رغم افتقار نفسي ، فهي تريد أن تكون لك مركز تعزية وعش للمحبة.
 ابق معي يا يسوع لان الوقت أمسى متأخرا وشارف النهار على أنتهائه...اي ان الحياة تمر ،
 الموت ، الدينونة والأبدية تقترب وانه من الضروري استعادة قوتي حتى لا أتوقف في الطريق ،
 ولهذا فأنا بحاجة إليك.
 اصبح الوقت متأخرا والموت قريبا واني اخشى الظلمة
 والتجارب والجفاف والصلبان والعذابات وكم أنا بحاجة إليك يا يسوع في ليلة المنفى هذه.
 ابق معي يا يسوع ، لاني في ليلة الحياة هذه ، المحفوفة بالمخاطر ، انا بحاجة اليك.
 اجعلني اعرفك كما فعل تلاميذك عند كسر الخبز ، أي أن تكون مناولة الافخارستيا النور الذي
 يقشع الظلمات ، والقوة التي تدعمني والفرح الوحيد لقلبي.
 ابق معي يا سيدي ،لأنه في ساعة موتي أريد أن ابقى متحدا بك ،
 فاذا لم يكن بالمناولة فعلى الاقل بالنعمة والمحبة

ابق معي يا يسوع، إني لا اطلب منك التعزية الإلهية لأنني لا استحقها، لكن هبة حضورك، نعم هذا ما اطلبه منك.

ابق معي يا رب لأنني ابحت عنك وحدك، عن حبك، نعمتك، إرادتك، قلبك، روحك، لأنني احبك ولا اطلب مكافأة أخرى غير أن احبك اكثر، بمحبة ثابتة وعملية، أن احبك من كل قلبي على الأرض حتى أوصل حبك بكمال في الأبدية آمين.

الطوباوي بيو باتري

صلاة البحث عن الله تعالى

اللهم، يا من خلق الكون، هبني أولاً أن ارفع إليك صلاة ترضيك، واجعلني أهلاً لان استجاب؛ ثم خلصني.

اللهم، يا من به يتوق إلى من لا كيان له في ذاته.

اللهم، يا من لا يرضى الهلاك لأحد ولا للكائنات التي تتقاتل فيما بينها.

اللهم، يا من لم يصنع الشر ولا أعطى الوجود أن يصير شراً.

اللهم، يا من يظهر للقلة ممن يعتصمون بحقيقته ان الشر عدم.

اللهم، يا من به يتكامل الكون مع ما فيه من عيوب عارضة.

اللهم، أيها الحكمة، يا من به ومنه وفيه حكمة هي كل حكمة

اللهم، أيها الحياة الحقة السامية. يا من به ومنه وفيه يحيا كل من يحيا حياة حقة وسامية.

اللهم، أيها السعادة، يا من به ومنه وفيه سعادة الكل.

اللهم، أيها الصلاح والجمال، يا من به ومنه وفيه صلاح وجمال كل صالح وجميل .

اللهم، أيها النور المدرك، يا من به ومنه وفيه يدرك نور كل نور معقول.

اللهم، يا من أخذنا إليه لئلا نهلك إلى الأبد؛

اللهم، يا من به نطيع ونطاع.

اللهم، يا من بقدرته ابتلع الموت بالغلبة.

اللهم، يا هدايتنا.

اللهم، يا من بفضل منه نعطش إلى الشرب، إن شربنا

منه لن يبقى فينا عطش إلى الأبد.

اللهم، يا من يدين العالم على الخطيئة وعلى البر وعلى

الحكم.

اللهم، يا من به نصمد بوجه غير المؤمنين .

اللهم، يا من، بفضل منه، ندحض ضلال من يعتقدون بان لا استحقاق للنفوس لديه.

اللهم، يا من به لا نعبد العناصر الضعيفة الواهية.

اللهم، يا من وضعت للزمن سننا لا تتغير مع الأشياء وأقمت للأجيال ضوابط، وللنفس الحرة

نظاماً، وضمنت للأبرار ثواباً، وللأشرار عقاباً أكيدا. ثم ذكرت بهذه الأمور بشكل قاطع ثابت.

اللهم، يا من يأتينا كل خير وبفضله نعيش في حمى من كل شر.

اللهم، يا من لا اسمى منه ولا وجود لشيء، خارجا عنه، وبدونه؛ ويا من كونت الإنسان

على صورتك ومثالك فبات هذا الأمر واضحا لدى كل من أدرك ذاته.

استجبني، استجبني، يا الهى وربى وملكى وأبى وعلة كيانى ورجائى وخيرى

وشرفى وبيتى ووطنى وخلصى ونورى وحياتى.

استجبني، استجبني، استجبني وفقاً لعادتك التي يتقن معرفتها القليلون.

أنا لا احب سواك ولا اطلب سواك. مستعد أن أعبدك وحدك لأنك وحدك الحاكم

بعدل والوحيد المسلط على حياتى.

مر، بحقك، ومر ما شئت.

اشف إذنى وافتحهما فاسمع كلمتك.



واشف عيني وافتحهما فأتبين أوامرك.

اشفني من حماقتي، لأعرفك؛ وقل لي أين انظر حتى أشاهدك،

أنا من يرجو بان يحفظ أوامرك.

اقبلني، أنا خادمك الهارب منهم إليك، كما قبلوني يوم هربت منك إليهم، لقد

شعرت بواجب العودة إليك

فها أنذا اقرع بابك :

افتحه بوجهي وعلمي كيف اصل إليك.

ما اعجب صلاحك وما أروع.

إليك أسير وأسألك من جديد عما يدفعني إلى الذهاب إليك.

إن تخليت عن الإنسان هلك، مع انك لا تتخلي عنه، لأنك الخير الاسمي، الذي ما طلبه

قط إنسان باستقامة، إلا وجدته. ويبحث عنك باستقامة من جعلته يطلبك باستقامة.

اجعلني أيها الاب ابحت عنك

وبينما ابحت عنك فلا تدع شيئاً يحول بيني وبينك.

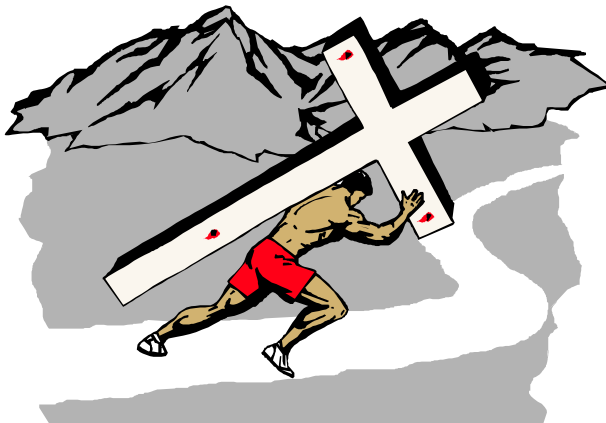
بحقك، أبت، اجعلني أجـدك،

إني لم اطلب أحدا سواك.

أما إن كنت راغبا في سواك فنقني وصيرني أهلا لان أراك.

وأهلني لان اسكن في ملكوتك السعيد آمين

القديس اوغسطينوس الافريقي (+430م)



صلاة نفس مشغوفة

أيها الرب الإله، حبيبي !
 إن كنت ما زلت تذكر آثامي لئلا تستجيب ما ألح في طلبه،
 فاصنع فيها، يا الهي، مشيئتك، لأنها جل ما ابتغي،
 واعمل فيها جودك ورحمتك، فيتجلى بها فضلك.
 وان كنت تنتظر أعمالي لكي تنيلني من جرائمها مطلبي،
 الا فاعطني، أنت، اياها، بل اعملها، أنت، لي،
 مع العذابات التي قد ترضاها لي، ولتتم مشيئتك.
 وان كنت لست تنتظر أعمالي.
 فماذا تنتظر، يا ربي، الكلي الوداعة؟ لم تبطىء؟
 وأخيرا، أن وجب أن يكون نعمةً ورحمةً
 ما أسألك اياه بابنك،
 الا فخذ فلسي، بما انك تريده، وهبني هذا الحيز بما انك أنت، أيضا، تود ذلك.
 من يمكنه الترفع عن طرائقه وتعابيره الدنيئة إن لم ترفعه إليك،
 أنت، يا الهي، في نقاوة حب؟
 كيف سيسمو إليك الإنسان المولود والمخلوق في الدناءات،
 ان لم تسمُ به، أنت، يا رب، باليد التي جَبَلْتَهُ بها؟
 لن تسترد مني، يا الهي،
 ما قد أسبغت عليّ فيما مضى،
 بابنك الوحيد يسوع المسيح،

الذي به أوليتني كل مبتغاي، لذلك سأسر بأُنك لن تبطىء،
إن كنت في الانتظار.

بأية مماثلة تنتظرين يا نفسي،

وبوسعك منذ الآن أن تحبي الله في قلبك؟

لي السماوات ولي الأرض، لي الأمم،

والصديقون لي، والخطاة أيضا لي،

لي الملائكة، وأم الله، وكل الأشياء هي لي.

الله، بذاته، هو لي ومن اجلي،

لان المسيح لي، وهو كله لأجلي.

فماذا تطلبين، يا نفسي، وعما تبحثين؟

هذا كله لك، وكل هذا من أجلك.

فلا تبخسي ذاتك قيمتها،

ولا تلهين بالفتات المتساقط عن مائدة أبيك.

هلمي خارجا، وتمجدي بمجدك؛ تواري فيه وتنعمي، فتنالي طلبات قلبك.

القديس يوحنا الصليبي (+1591م)

الرجاء

والآن، أنا، آخر المؤمنين، الخالي من الأعمال الصالحة،
 عندما أتأمل، بفضل ذهني المفكر،
 كيف أتيت من العدم إلى الوجود على يد خالقي،
 أو من واثقاً أن المسيح يستطيع أن يعمل ما يريد.
 "فلقد آمنت ولذلك تكلمت " على حد ما يرشدني بولس ويثقفني داود.
 وصلاتهما الحية ستعضدني من الآن فصاعداً،
 لأعرف ربي بالإيمان، مع قوة قيامته، وشركة آلامه،
 بحسب ما قاله الرسول، ووفق ما قيل وما ذكر في ما بعد
 فانه لأمر شبيه بما سبق أن أو من أيضا بالتغيير الجديد :
 فمن الخطيئة انتقلت إلى الغفران، ومن الآثام إلى البرارة،
 ومن الدنس إلى الطهارة، ومن ديون آثامي المميته الباهظة
 وصلت الى السعادة التي لا دينونة فيها،
 ومن قيود عبوديتي إلى الحرية السماوية.
 أليس بالحقيقة عجيبا أن يكون قلب الخاطئ، في آن معا،
 ضاحكا ملء شذقيه، ونائحا قرب الله في قرارة نفسه
 بعد التخلص من عتمة الشك وظلامه، بعضد الله وعونه؟
 ورغم انه سقط من ارتفاع عال وموضع رفيعة،
 وغرق في هوة عميقة، ووصل الى عمق لجة الهلاك
 بسبب جسامة خطايا جديدة لا مغفرة لها،
 فمع ذلك انه يحتفظ ببقية ضياء لخلاصه الأبدي،
 على شكل شرارة النور، محفوظة في ذهنه ونفسه،

كتلك النار المشهورة، المجمععة بنوع عجيب،
التي استقرت، بأمر العلي، في طيات الآبار العميقة
ورقدت فيها ! لذلك فمع ان الخاطئ الغارق في قنوط شديد؛ قد فقد الرجاء في أن ينال الخير،
وأعوزته الجرأة التي تعطيها النعمة،
فهو يمكنه أن يرجو الحصول مرة ثانية
على زينة المجد التي وهبت له سابقا.
ذلك بان الله اعد هذه النعمة لكي تحرك نفسه :
فهي تعلن بفرح قوة الوهاب القديرة.
إن الله يقبل هذا البخور اللذيذ رائحة عذبة،
ويفضلها على رائحة العطور كلها،
وعلى المزيج المسحوق المقدم على الهيكل،
فذاك البخور صورة النفوس المتواضعة النادمة الذليلة،
التي تحول هذا الرمز إلى حقيقة.
فلذا سال مخلص الكون البعض من الذين كانوا مصابين بالعمى :
"أتؤمنون باني أستطيع أن اصنع ما تسألون؟"
انه لم يهب عيونهم النور قط قبل أن يتعهدوا له بأنهم مؤمنون.
فأي شيء ادعى إلى قطع الرجاء،
من جثة تعود الى الحياة بعد أربعة أيام من دفنها؟
ومع ذلك فالمرأتان الجالستان عند قدمي الخالق،
متسحنتين بثوب الإيمان،
رأتا مجد الله في مشهد عظيم عند قيامة أخيهما.
القديس غريغوريوس الناريكي (+1010م)

أيها الحب

أيها الحب النقي الصادق الكامل،
 أيها النور البهي،
 اعطني نورا لأعين نورك؛
 امنحني نورك لأمتلي بحبك
 هبني نورك لأرى حنانك الأبوي.
 امنحني قلبا يحبك،
 وعينا تشاهد جلالك،
 وأذنا تسمع صوتك وشفة تتحدث عنك.
 وذوقا ينعم بعذوبتك وقدا تسير وراءك.
 يا الهي لا اشتهي على الأرض سواك ولا في السماء.
 أنت وحدك منيتي وتعزيتي وفرج لكربي وآلامي.
 لا ابتغي سواك، ففبك وحدك فرحي في سني حياتي وغبطني بعد مماتي، آمين.

القديس تيوخون الزادونسكي (+1783م)



من اجل فقراء العالم

يا رب ، علمنا أن نقلع عن محبة ذواتنا
علمنا ألا نكتفي بمحبة ذويتنا ، او الذين نحبهم.

يا رب ، علمنا ألا نفكر إلا بالآخرين

علمنا أن نحب ، أولاً ، من حرم المحبة

أوجعنا ، يا رب ! بألم الآخرين.

يا رب هبنا نعمة لنفهم أن في كل لحظة من حياتنا

من حياتنا السعيدة ، من حياتنا التي تحميها عنايتك

في كل لحظة يوجد ملايين البشر

وهم اخوتنا ، وهم أبناءك ، يموتون جوعاً

ولم يستحقوا الموت جوعاً

ويموتون برداً ، ولم يستحقوا الموت برداً...

يا رب ارحم كل فقراء العالم.

ارحم البرص ، الذين كثيرا ما ابتسمت لهم ، على هذه الأرض ،

ملايين البرص الذين يمدون نحو رحمتك أيدي بلا أصابع واذرع بلا أيدي ،

واغفر لنا ، خوفاً مخزياً

صرفنا عنهم زمناً طويلاً.

يا رب ، لا تدعنا نسعد لوحدنا

هبنا أن نقلق لبؤس العالم ونجنا من ذواتنا

أن تكن تلك مشيئتك.

راؤول فولرو

صرخة الرجاء

اعطني اليوم، أيها الرب، هذه النعمة :

ألا يعكر شيء سلامي العميق كي أستطيع أن أتكلم عن الصحة والفرح والازدهار مع كل إنسان التقى به، فأساعده على اكتشاف الثراء الذي يتضمنه السلام.

ساعدني، أيها الرب، بشكل خاص،

كي أتعلم أن انظر إلى الوجة المشرقة في كل الذين أعيش معهم.

انه لمن الصعب علي أحيانا، أيها الرب، أن أتجاوز عن الأخطاء التي تثيرني فيهم، وأتوقف عند صفاتهم الحية التي كثيرا ما استفدت منها من غير وعي.

اعطني أيها الرب، النعمة التي تؤهلني كي لا اعمل إلا ما هو للخير والجمال والحق،

وتجعلني ابحت، دون ملل، في كل إنسان، عن الشرارة التي وضعتها فيه حين خلقته على صورتك.

اعطني أيضا، أيها الرب، أن يكون لي عين التحمس لنجاحي ونجاح الآخرين، وان يكون باستطاعتي أن اصلح ذاتي بمقدار من الجهد بحيث لا يبقى لي متسع من الوقت لانتقاد الآخرين.

وأريد منك، يا رب، أن تمنحني الحكمة كي لا أتذكر أخطاء الماضي إلا بهدف الإسراع في اتجاه مستقبل افضل.

واعطني، في كل ساعة من هذا اليوم، أن أهب وجهها فرحا وابتسامة الصداقة لكل إنسان طالما انه ابنك وأخي.

اعطني أخيرا قلبا يكون من الاتساع بحيث أستطيع أن اجترّ مضايقي،

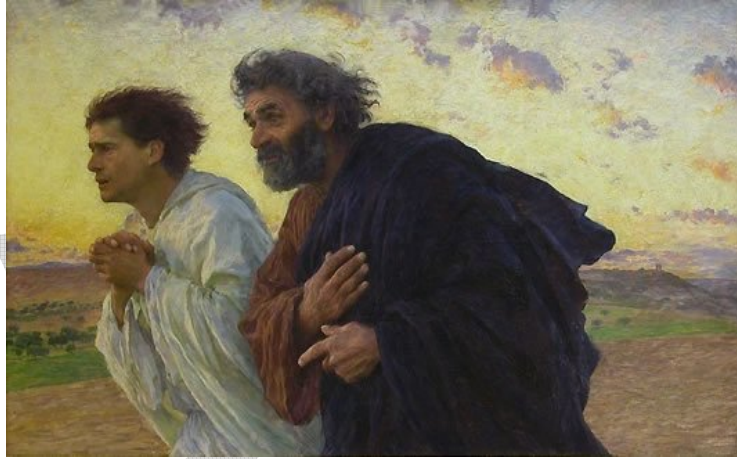
ومن النبل بحيث أستطيع أن اسكن الضعيفة فيّ ومن القوة بحيث يمكنه أن يرتجف ومن

الانفتاح بحيث يمكنه أن يحتضن أيا كان.

أيها الرب الهى، إني اطلب هذه النعم من اجل كل الناس
الذين يناضلون اليوم، على شاكلتى، كي يتقلص البغض ويزداد الحب،
فلقد أنتصر على البغض والموت، منذ قيامتك، الحب والحياة
افتح عيوننا الى اللامنظور لكى لا يقوى شيء على زعزعة تفاؤل المؤمنين بك وبالإنسان أولئك
الذين وضعوا رجائهم فيك وفي الإنسان. امين.

الاخت عمانوئيل صديقة جامعي نفايات القاهرة

صلاة ريمبراند امام لوحة (تلميذا عماوس)



إلى أين تذهب يا يسوع الحاج؟، ولقد حان المساء
أفرحني، وادخل عندي، في قلبي يا صديقي الحبيب
امكث عندي، أيها الضيف المنتظر أنتهى النهار واتى الليل.
أنت النور الحقيقي، لا تتركني انا الفقير
ارني لأجد الطريق نحو السماء وسط ظلام الليل والخطيئة
ساعدني خاصة في الساعات الأخيرة
ليكن موتى خفيفا صالحا
امكث معي، يا يسوع، امسكني لا تتركني ابدأ

دعاء

لقد قلت يا رب ، بدوني لا تستطيعون أن تفعلوا شيئاً
ها نحن نأتي إليك لتساعدنا لكي نعمل ونصلي ونحن نسعى كي نثبت فيك
أنت قائم في اخوتنا، فاجعلنا أن نصغي إليهم،
أهلنا أن نعيش الملكوت معهم
أن نغمرهم بحناننا،
أن نتألم معهم عندما يتألمون،
أن تعلقوا ابتسامتنا عندما نلقاهم،
علمنا أن نخلي ذواتنا مما هو لنا،
دربنا على طريق المحبة
أرشدنا إلى ميناء السلام والأخاء
أرنا حتى نفهم ونسمع صوت أنبيائك وشهودك،
ساعدنا على ان نعرف علامات الأزمنة
اعطنا بساطة صلاة العشار وبراءة الأطفال
كن معنا لندرك خيرك، لنبصر حكمتك،
لنتأمل في تواضعك، لننذهل من صبرك،
لنتمعن في عدالتك، ليدم رجاؤنا فيك بفرح
فنصعد لك المجد دائما والى الأبد

بقلم المعد

يا يسوع

يا يسوع وأنت محتجب الآن في قوى العالم، أصبحت، حقيقة وبنوع طبيعي، الكل بالنسبة الي و حولي وفي.

سأحمل بغية واحدة نشوة ما امسك، واعطش ما ينقصني، وسأردد لك، بعد خادمك، الكلمات الملهبة كيف تتحقق دوما وبصوابية أقوى مسيحية الغد، وايماني بهذا لا يتزعزع .

(خبئني، يا رب في الصميم من قلبك، وعندما تملكني، احرقني، طهرني، أشعلني، بدلني حتى ارتياح إرادتك الكامل، وحتى سحقي الذاتي الشامل)، (يا رب)

نعم لقد وجدت أخيرا من يمكنني أن أعطيه الاسم، من كل قلبي، بواسطة سري التقديس والمناولة الشاملين .

يا يسوع، طالما لم أعلم، ولم أجرؤ أن أرى فيك إلا إنسان الألفي سنة، والمعلم الأكبر، والصديق، والأخ، بقي حبي خجولا ومتضايقا.

أليس لنا و حولنا أصدقاء و اخوة و حكماء اكبر، وأعذب، و أقرب؟ وبعده أيستطيع الإنسان أن يعطي ذاته بكاملها الى طبيعة إنسانية ولا غير؟ كل حين امتلك العالم قلبي فوق كل عنصر عالمي وأبدا ما كنت بكل صراحة لأنحني أمام شخص آخر .

عندئذ، ولمدة طويلة، تهت مع أيماني غير عالم ما احب . ولكن اليوم، بعد تجلي الطاقات التي تتجاوز الحدود البشرية والتي منحتك إياها القيامة، فانك تظهر لي يا معلم، عبر كل قوى الأرض، عندها اعترف بك سيدا لي وأسلمك ذاتي بكل عذوبة.

تيارده شاردين

يسوع مسمراً على الصليب

هوذا الله ليس معنا. انه على التراب.
 رهط المتكالبين ضده أخذوه من عنقه مثل غزال،
 إذن حقا أتيت ! وحقاً أنت معنا أيها السيد !
 لقد جلسوا فوقك، ووضعوا ركبتهم على قلبك وتلك اليد التي يلويها الجراد، هي اليمنى الكلي
 القدرة.

لقد ربطوا الحمل من رجليه، وعلقوا الكلي الحضور،
 يرسمون بالطباشير على الصليب طوله ومدى جسده
 وعندما يذوق طعم مساميرنا، سنرى وجهه.

أيها الابن الأبدي، الذي حده لا تناهيك
 ها هو إذن معنا، ذلك المكان الضيق الذي اشتهيت !
 هوذا ايليا فوق الميت الذي يتمدد بطوله
 هوذا عرش داود، ومجد سليمان

هوذا سرير حبنا معك، قويا صلبا !

من الصعب على الله ان يجعل نفسه على قياسنا.

انهم يشدون والجسد النصف الممزق يصر ويصرخ

انه مضمدم مثل معصارة. انه مسلخ بشكل مخيف كي يصح ما قاله النبي متنبئاً بهذه الكلمات

: "ثقبوا يدي ورجلي. وعدادوا عظامي كلها "

لقد أخذت أيها السيد، ولا يمكنك التخلص.

سمرت على الصليب من يديك ومن رجليك

ليس لي أن ابحت في السماء مع الكافر ومع المجنون

بول كلوديل (+1943م)

فهذا الإله القائم بين أربعة مسامير يكفيني

أؤمن

أؤمن أن المسيح حاضر
 عندما يهرع الطفل لملاقة أبيه عند الباب
 عندما يبحث الشاب والشابة عن شريك حياتهما بفرح
 عندما يجتمع اثنان أو ثلاثة باسمه
 عندما يكسر خبز الإفخارستيا
 عندما يسكب الماء على جبين المعمد
 عندما يولد جيل جديد
 عندما يتسلق الطفل أكتاف جده العجوز
 عندما يرفض أهل الميت التعزية لان فقيدهم لم يميت بل رقد
 عندما يمسح جبين المريض بالدهن المقدس
 عندما يعود الابن الضال إلى أبيه السماوي
 عندها أؤمن أن المسيح حاضر
 المسيح فيّ وفيك وفينا
 انه يسهر مع الطالب ويمسح جبين العامل
 انه على المذبح يقبل قربان الكاهن، أي جسده السري
 وعصير الكرمة ... دمه الكريم
 انه يحيي الساجدين له في كل مكان
 المسيح يفرح مع العروسين
 المسيح يبكي لبكائنا
 تدمع عيونه عندما يرى : بشرا ضالون يميئون شعبه المسكين

أطفالا حفاة في الشوارع
 نساءً تستجدي الخبز عند أبواب الأغنياء
 شبابا تحرق الشمس جلودهم على أرصفة الشوارع
 شيوخا ينتظرون دواءً لا يعلمون من سيأتي به
 الأب حبيب

دعوة إلى الفرحة

أيها الفرحة، يا نبع النور الخالد...، يا ابن الفردوس
 تعمداً بالنار لنصل إلى أعتابك، إلى حرمك المقدس جنناً..
 وبنور صفائك الخلاب..تنتعق البشرية.. من قيودها القاسية..
 فحيث ترف اجنحتك..فالناس في كل العالم اخوة..
 أنت يا مزهو غبطة، ويا من اتخذت صديقا وفيها.
 دعونا نرفع معا تمجيذاً..ومن يبخل بقلبه..فلندعه في كهفه ينتحب وحيداً...
 الفرحة يلف البشرية..ويعم صداه أرجاء الأرض...
 للحسن والردىء، لكل شيء في الطبيعة..
 فلنهلل بفرح برىء..فالفرحة يمنحنا صهباً الحب وحبوره..
 ويتسع للكون كله..من الفراشة التي تنتشي بالربيع
 حتى الملاك الجالس قرب عرش الرب.

فردريك شيلر

قصيدة لمار افرام

انك الكنز المغني الذي جاء عند المعوزين
والنبع المروي الذي اقبل إلى البسطاء
والذكر الذي طرد الضلال من العالم
طوبى لمن عرف من أنت أيها المسيح
فاقتناك واقتنيتة.

انك السنبله البهية التي نمت بين الزؤان البغيض
أعطيت خبز الحياة للجائعين، دون تعب
وحلت اللعنة التي ارتبطت بآدم
الذي أكل بالعرق خبز الآلام والأشواك
طوبى لمن أكل من خبزه المبارك

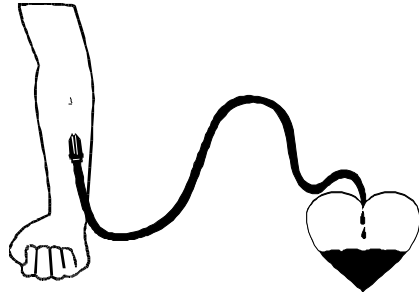
الصدقة عند يعقوب السروجي

أيها الصائم، ادع المسكين وأعطه خبزاً،
لا تنتظر أن يأتي هو إليك، بل امض أنت إليه واملاً بطنه.
إذ ليست الحقول هي التي تذهب إلى فالحيتها،
بل الفلاحون أنفسهم يحملون البذار إليها.
وإذا اتفق فقرع بابك، فلا تقل له: ليعطك الرب،
فالقول فارغ ولا يعود عليك بالجدوى،
بل أعطه هبتك، واسمعه كلاماً رقيقاً،
لأنه أعلم منك بمن يقوته.

لو كان

لو كان الرجاء قد خطا بك الى ما وراء مخاوفك
 لكان لك عيون مرفوعة نحو العلى لتطال شمس الله
 لو كان الغضب فيك قد نادى بالعدل لكل الناس
 لكان لك قلب مجروح واستطعت ان تساند المظلومين
 لو كان البؤس قد أرغمك على السير في ليالي الجوع
 لكان لك قلب منفتح لتعطي الفقراء خبزاً
 لو كان الألم قد أبكاك حتى ذرفت دموعاً من دم
 لكانت عيونك صافية واستطعت الصلاة مع أخيك في الصليب
 لو كانت العزلة قد أرغمتك على ان تشحذ قليلاً من الصداقة
 لكانت يداك ممدودتين لتحرق فضة سجونك
 لو كان الضعف قد أوقعك على قارعة الطريق
 لعرفت أن تفتح ذراعيك لترقص على أنغام الغفران

ميشيل سكافرنك



نشكرك أبانا

نشكرك أبانا لأنك أحببتنا

نشكرك أبانا لأنك تصغي الينا

نشكرك أبانا لأنك تعطينا مواهبك

نشكرك أبانا لأنك جعلتنا أبناءك

نشكرك أبانا لأنك في الوقت الذي عرفتنا بخطايانا، غفرت لنا

نشكرك أبانا لأنك تعطينا جسد ابنك وروح حياتك

نشكرك أبانا لأنك ستقيمنا في اليوم الثالث كما أقمت ابنك

الأب حبيب

صلاة كيركجارد لإدراك صمت الله

لا تدعنا ننسى ابدأ انك تتكلم أيضا عندما تصمت. كذلك اعطنا، عندما نكون

منتظرين مجيئك، ان نثق بأنك تصمت عن حب كما تتكلم عن حب. وهكذا، فسواء صمت او

تكلمت، فأنتك الاب نفسه، كما انك القلب الابوي نفسه سواء أرشدتنا بصوتك أو رفعتنا

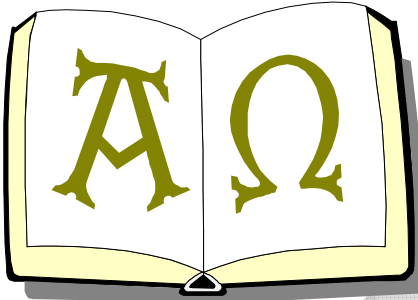
بصمتك.

الهي، أذكر

الهي، اذكر في صلاتي كل من :-
 أبي وأمي . اخوتي وأخواتي وأقربائي
 أصدقائي والمحسنين اليّ
 كل الذين يحبونني والذين اعتقد انهم يكرهونني
 الأموات والذين يموتون اليوم. كل المكرسين في العالم
 الذين ماتوا في الحروب من اجل أوطانهم
 الذين فقدوا أحبائهم. العالم وشعوبه
 المريض والفقير والغني. المهمل والمضطهد والعبد
 الذي جُرب والذي تشكك والذي ضاع
 الذين هم في الخطر والأزمة
 رجال الإرادة الطيبة لكي يأتوا إلى الإيمان
 أصحاب المسالك الشريرة لكي يهتدوا
 بوساطة دم يسوع وشفاعة أمنا القديسة مريم. آمين



ولدتُ عرياناً؛ لتتعرى من ذاتك.
 ولدتُ فقيراً؛ لتطلب غناي لا غنى الدنيا.
 ولدتُ متواضعاً؛ لأعلمك التواضع.
 ولدتُ في زريبة؛ لكي تقدس كل موضع.
 ولدتُ في مذود؛ ليكون بابي مفتوحاً لك.
 ولدتُ اعزلاً؛ لألقي سلاماً على الأرض.
 ولدتُ محباً للناس؛ لكي تؤمن بمحبتتي لك.
 ولدت في الظلمة؛ لتعرف أنني النور.
 ولدت إنساناً؛ لكي اقترب منك، فتقترب من
 الله.



ولدت من مريم؛ لتتخذها أمّاً لك.
 ولدت مضطهداً؛ لكي تقبل الاضطهاد من اجلي.
 ولدت في البساطة؛ لكي لا تتكلف الحياة.
 ولدت مختفياً؛ لكي لا تحب الظهور.
 ولدت؛ لتحيا.

صلاة فتاة

اللهم، لقد أعطيتني كل شيء،
وأعطيتني ما هو اكثر من ذلك،
أعطيتني حبك - أنت.

ولهذا فلا اطلب سوى أن أرضيك،
وان أروق في عينيك.

ولقد عزمت على أن اقف لك حياتي كاملة.
أنر عقلي حتى أسير على هدى من أمري،
فاعرف ما تطلب مني، وما تريد.

شدد عزيمتي، حتى أنغلب على كل ما يعترض طريقي من الصعوبات؛ ان في داخل نفسي،
وان في عائلتي.

انك تشعر، اكثر مما أنا شاعرة، بآلام البشرية، وحاجاتها،

وانك تسمع اكثر مما أنا سامعة، نداء النفوس العطشى إلى الحقيقة، المتلهفة إلى حياة افضل
واسمى،

فلا بد لهذه النفوس من أمهات يسرن بها إليك،

اللهم، هاءنذا اقدم لك نفسي، وقلبي هذا، استودعه العذراء مريم، أمي، فلتسهر عليه،
وتحفضه. آمين.

صلاة فتى

هبني اللهم الاحترام لكل فتاة، لان أمي كانت يوما ما فتاة، ولا يسرني ان اسمع ان شبانا،
يومذاك، أهانوها، وأخلوا بواجب الاحترام نحوها.
لا أريد أن اعبث بالحب الذي اخذ يفيق في قلبي،
بل أريد أن احتفظ به كأعز ما لدي.

أعدك أن أكون سيد أمري، فلا انقاد لرفقاء يريدون أن يتلهاوا بالحب العابر، لأنهم لا يدرون
ما يعملون،
ولا يهمهم من الحب إلا جني لذته.

أعدك بان أتحاشى جهدي رؤية، أو قراءة، ما يذهب بوقتي وصحتي واخلاقي، وما يحط من
قدر الفتاة، والحب والولادة والأمومة.
اللهم، انك هيأت لي فتاة أنت تعرفها، وقد قرنت اسمها منذ الآن باسمي،
فهبني أن أكون أهلاً لها، بطهارة حياتي، حتى تكون يوما زوجة لي، وأما لاولادي، حسب
ارادتك.

يا سيدي يسوع المسيح، لقد شعرت اكثر مني، بفاقة البشرية وشقائها، وهي تطلب النور
والحقيقة. فمن يقودها إليك؟

هاءنذا، يا رب، أتقدم لهذه المهمة الخطيرة السامية، انرني، حتى اعرف إرادتك وأتممها،
شدد عزيمتي، حتى أتغلب على الصعوبات التي تعترض طريقي، وتقوم عقبة في سبيل تحقيق
بغيتي. هاءنذا يا الله، أعدك بان أظل مسيحياً حقيقياً.
وأنت يا سيدتي العذراء، خذي قلبي، فاحفظيه. آمين

صلاة

اللهم، ان اذني صاغية إلى كل نداء يدعوني الى السعادة.
علمني أن أميز بين ندائك وإغراء العالم.
اعطني أن أذوق طعمك فاعرف ما أطيب السير في طرقك.
اعطني الأمانة لكي انقاد إليك واحفظ وصاياك عن سخاء، واخضع لمشيتتك عن فرح.
اللهم، أنا اعرف انك تنتظر مني هذا التأهب، اجعل منه تأهباً كاملاً سخياً. آمين.

صلاة

اقبلني يا رب كما أنا.
أنت لا تردني. إنما الخطيئة والجهالات العديدة في.
إن اعتنائك بي أوسع من اعتنائي بذاتي
دعني استند إليك عندما يداهمني الشك، وألهمني ما يجب عليّ ان اعمل.
طهر نياتي، واجعلها مطابقة لمشيتة أبيك.
دعني يا رب اغرف منك النعمة التي احتاج اليها لكي احيا حياة مستقيمة ونقية
وسخية. آمين.

صلاة

يا يسوع يا فادي البشر، بالصليب دخلت الى المجد
 بالصليب قهرت الموت، بالصليب نلت لي المغفرة
 بالصليب جعلتني ابناً لله، بالصليب أعطيت عذابي معناه الحقيقي
 وبالصليب أعدت الفرحة الى العالم
 اجعلني أدرك ان درب الصليب هو طريق المجد
 اجعلني لك أداة طيعة تواصل بها افتداء العالم
 قوني وطوعني معك لأحمل الصليب الذي تريد ان تواصل حمله.
 اعطني ميراثاً في نعمك ومجدك
 واشركني يوماً مع أمك الممجدة في غبطة الأبدية.



يا امنا مريم

يا أمنا مريم. يا من خضعت كلياً لمشيئة الله، واعددت يسوع لرسالته فيما بيننا، على اكمل
 وجه،

اعدي فينا، نحن أبناؤك، قلباً شبيهاً بقلبه، مستعداً لحب الله والبشر.

علمينا ان نتبع خطاه، رغم وعورة الطريق وعسر الجهاد.

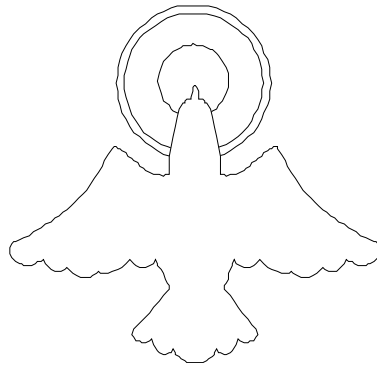
شديدي رغبتنا في ألا نرفض لله شيئاً، وفي أن نقول " ها نحن يا رب " في كل ما يطلبه منا.

انمي فينا روح التضحية، فيتمكن يسوع ان يتابع خلاص اخوته بواسطتنا.

أعطينا من سخائك، لنبذل بلا حساب، ونقبل كل شيء بدون تدمير. آمين

الروح القدس ذلك المجهول

هو الذي كان يهيمن على العالم حين خلق الله السماء والأرض
هو الذي عضد الاباء والانبياء
هو الذي افاض النعم على أمنا مريم
هو الذي كون يسوع في أحشائها
هو الذي غير الرسل ودعم الكنيسة الناشئة
هو الذي الهم واضعي الأناجيل
هو الذي أعطى النصر للشهداء الذين بذلوا حياتهم من اجل المسيح
هو الذي يقوي الرعاية والمسيحيين المضطهدين بسبب امانتهم للكنيسة
هو الذي لا يزال منذ عشرين قرناً يحفظ صحة تعاليم المسيح
هو الذي ياتي الينا بالمعمودية والتثبيت
هو الذي في كل من الاسرار يغير ويحيي ويقوي
هو الذي يلهمنا في نهارنا العزم والسخاء
هو الذي يحثنا على الصلاة
هو الذي يدعونا ويقودنا الى السعادة الابدية



صلاة الى العائلة المقدسة

اللهم، الذي منه تأتي كل أبوة في السماء وعلى الأرض،
 أنت، أيها الاب، كلك حب وحياء،
 اجعل كل عائلة بشرية تصبح بابنك يسوع المسيح
 "المولود من امرأة" وبالروح القدس، مصدر المحبة الالهية، مقدساً حقاً للحياة والحب للأجيال
 المتجددة دوماً. لتوجه نعمتك الالهية، افكار الازواج واعمالهم، نحو اكبر خير لعوائلهم،
 ولجميع العوائل في العالم.
 لتجد الأجيال الشابة، دعماً قوياً في العائلة،
 يجعلها دوماً اكثر إنسانية، وينميها في الحق والمحبة.
 لتكن المحبة، بنعمة سر الزواج، اقوى من كل الاوهان والازمات التي تجتاز بها عوائلنا اليوم.
 أخيراً، نسألك متضرعين، بشفاعة عائلة الناصرة المقدسة،
 ان تستطيع الكنيسة القيام حقاً برسالتها للعائلة وبالعائلة،
 أنت الحياة والحق والمحبة،
 في وحدة الابن والروح القدس. آمين

البابا يوحنا بولس الثاني

للآب السماوي

صلاة البابا يوحنا بولس الثاني



تباركت أيها الآب الساكن في السماوات
 لأنك في رحمتك الغير المتناهية، انحنيت نحونا نحن البشر التعساء،
 فاعطيتنا يسوع ابنك، المولود من امرأة، مخلصنا وصديقنا، اخونا وفادينا.
 شكراً لك ايها الاب المملوء صلاحاً وطيبة، لأنك وهبتنا هذه السنة اليوبيلية،
 اجعل ان تكون سنة رخاء وحظوة، سنة عودة الى البيت الابوي
 حيث تغمرنا بمحبتك وحنانك، وتنتظر أولادك التائبين لتطبع على جبينهم قبلة الغفران،
 وتجلسهم على مائدتك وهم متشحون بثياب الاعياد.

أيها الاب، نحوك، نرفع الحمد دون انقطاع
 أيها الاب الحنان الرحمن في هذه السنة المقدسة،
 اجعل حبنا لك ولقربنا يكبر ويثبت، اجعل تلاميذ المسيح يرسخون العدالة والسلام على
 الأرض، اجعل البشرى السارة تطرق قلوب الفقراء
 اجعل الكنيسة آمنة تبت أنفاس محبتها بين صغار العالم المنبوذين والمهملين.

آمين

يا ربي اعطني أن أكون

- ❖ حنوناً بحنانك
- ❖ سامياً بسموك
- ❖ غفوراً بغفرانك
- ❖ عطوفاً بعطفك
- ❖ وديعاً بوداعتك
- ❖ غنياً بغناك
- ❖ قديساً بقداستك
- ❖ عظيماً بعظمتك
- ❖ متواضعاً بتواضعك
- ❖ مسالماً بسلامك
- ❖ محبباً بحبك
- ❖ كريماً بكرمك
- ❖ خدوماً بخدمتك
- ❖ فادياً بفداك

هل تريد أن تكرم جسد المسيح؟ لا تأخذ باحتقاره عندما تراه عرياناً. لا تكرمه هنا في الكنيسة بأقمشة الحرير وتهمله في الخارج حيث يتعرض إلى البرد والعري. لأن من قال: "هذا هو جسدي" هو نفسه قال: "رأيتموني جائعاً ولم تطعموني". ما الفائدة من أن تزدان مائدة المسيح بالكؤوس الذهبية، عندما يتصور هو جوعاً؟ أشبع الجائع أولاً ومن ثم زين المائدة.

القديس يوحنا فم الذهب +407

مزامير التوبة

المزمور 31

طوبى لمن معصيته غفرته ؛
 وخطيئته سترت .
 طوبى لمن لا يحسب عليه الرب إثما ؛
 ولا في روحه خداع .
 حين سكت بليت عظامي
 وأنا أزار طوال نهاري .
 لان يدك ثقلت عليّ نهارا وليلا
 تحول قلبي الى هشيم في قيظ الصيف
 أبحثك خطيئتي وما كتمت إثمي
 قلت : "أعترف للرب بمعاصي"
 وأنت رفعت وزر خطيئتي .
 لذلك يصلي إليك كل صفي في أوان الضيق
 حتى وان طغت المياه الغزيرة ؛
 لما استطاعت إليه سبيلا
 أنت ستر لي ، من الضيق تقيني
 وبترانيم النجاة تحيطني
 إني أعلمك وأرشدك في الطريق الذي تسلكه
 وأكون ناصحا لك وعيني ترعاك .

لا تكن كالفرس والبغل بغير فهم

بشكيمة ورسن يكبح جماحهما

لكي لا يقتربا منك.

ما اكثر أوجاع الشرير

أما المتوكل على الرب فالرحمة تحوطه.

افرحوا بالرب وابتهجوا أيها الأبرار

وهللو يا مستقيمي القلوب أجمعين.

المزمور 37

يا رب بسخطك لا توبخني وبغضبك لا تؤدبني

فان سهامك علي هوت ويدك علي سقطت.

من غضبك لا صحة في جسدي

ومن خطيئتي لا سلامة في عظامي.

آثامي جاوزت رأسي

وثقلت كحمل أثقل من طاقتي

جروحي انتنت وقاحت من جراء حماقتي.

انحنيت جدا وانسحقت؛ ومن زئير قلبي زمجرت.

أيها السيد، بغيتي كلها أمامك

وتنهدني لا يخفي عليك.

يخفق قلبي وقوتي تفارقني؛ وحتى نور عيني لم يبق معي.

وقف أحبائي ورفاقي متنحين عن ضربتي

ووقف بعيدا أقاربي

طالبوا نفسي نصبوا الشباك
 والملتمسون شري نطقوا بالهلاك
 وتمتموا بالمكايد طوال النهار.
 أما أنا فكالأصم لا يسمع
 وكالأخرس لا يفتح فاه
 وكنت كمن لا سمع له؛
 وليس من رد في فمه
 لأنني إياك رجوت يا رب
 وأنت تجيب أيها السيد إلهي
 فاني قلت: "لا يشمتوا بي
 وإذا زلت قدمي لا يتعظموا علي".
 وأنا قريب من الزلل
 ووجعي أمامي في كل حين.
 واخبر باثمي واقلق لخطيئتي.
 من بلا سبب يعادوني كثيرون
 ومن ظلما يبغضوني عديدون
 ومن عن الخير بالشر جازوني
 ولاني أسعى إلى الصلاح عادوني.
 لا تتركني أيها الرب الهى ولا تتباعد عني.
 أسرع إلى نصرتي أيها السيد خلاصي.

ارحمني يا الله بحسب رحمتك
 وبكثرة رأفتك امح معاصي.
 زدني غسلا من إثمي ؛ ومن خطيئتي طهرني.
 فإني عالم بمعاصي وخطيئتي أمامي في كل حين.
 إليك وحدك خطئنت
 والشر أمام عينيك صنعت.
 فتكون عادلا إذا تكلمت
 وتكون نزيها إذا قضيت.
 اني في الإثم ولدت
 وفي الخطيئة حبلت بي أمي.
 أحببت الحق في أعماق النفس
 وعلمتني الحكمة في الخفية.
 نقني بالزوفى فاطهر؛ أغسلني فأفوق الثلج بيضا.
 أسمعني سرورا وفرحا؛
 فتبتهج العظام التي حطمتها.
 أحجب وجهك عن خطاياي؛
 وامح جميع آثامي.
 قلبا طاهرا اخلق في يا الله؛
 وروحا ثابتا جدد في باطني.
 من أمام وجهك لا تطرحني
 وروحك القدوس لا تنزعه مني.
 أردد لي سرور خلاصك
 فيؤيدني روح كريم.

أعلم العصاة طرقك
فيتوب إليك الخاطئون.
أنقذني من الدماء يا الله اله خلاصي
فيهتف لساني ببرك.
أيها السيد أفتح شفتي
فيخبر فمي بتسبحتك
فانك لا تهوى الذبيحة
وإذا قربت محرقة فلا ترتضي بها.
إنما الذبيحة لله روح منكسر
القلب المنكسر المنسحق لا تزدرية يا الله.



من حكمة كونفوشيوس

سته فضائل يعترىها سته النواقص :-

- حب الانسانية بدون حب التعلم، ينتج الجهل
- حب العلم بدون حب التعلم، ينتج الظلال
- حب الإخلاص بدون حب التعلم، ينتج الخداع
- حب الاستقامة بدون حب التعلم، ينتج الرعونة
- حب الشجاعة بدون بدون حب التعلم، ينتج التمرد
- حب العزم والمثابرة بدون حب التعلم، ينتج التسلط

رحمة

أيها الحنان المملوء رحمة

الرحوم المجيب بالرحمة

للتائبين السائلين الرحمة

بنعمتك المملوءة رحمة

من ذاتك تجري الرحمة

حن على المحتاجين للرحمة

وخلصهم بواسطة الرحمة

من الظلمة الذين ليس لهم رحمة

واسكب على رعيته الرحمة

أيها الحنان الشافي بالرحمة

صلاة من الطقس الكلداني ت: الأب المعد

يا عدراء، يا من غمرك ربك بالجمال، وأبدعك آية الأجيال، اسهري علينا من علو سمائك،
واحفظي فينا : قلباً طاهراً يعرف أن يؤمن
قلباً شفافاً يعرف أن يثق ، قلباً بسيطاً يعرف أن يحب
قلباً صادقاً يعرف أن يتوب، قلباً وديعاً دائم الاتزان
قلباً متواضعاً دائم الانسجام، قلباً قانعاً دائم السلام
قلباً سخياً في العطاء، قلباً شهماً في البذل
قلباً كبيراً في الوفاء، قلباً غيوراً على الواجب

صلاة التقدمة

خذ يا رب ...، هذا من حقك
واقبل مني بعبء حر؛
حرיתי كلها.
أنا نفسي كشخص يقرر في حياته،
وذاكرتي وعقلي وإرادتي كلها؛
عطايا طبيعتي الروحية،
كل ما هو لي كعطايا مادية،
وكل ما عندي من خيرات هذه الدنيا،
كل شيء لك، يا رب.
أنت ينبوع كل حقيقة،

أنت أعطيتني ذلك من دون أن يبقى لك
فإليك أعيده يا رب ،
لكي يكون لي على وجه أفضل ،
فتصرف فيه بكامل إرادتك ،
التي هي الآن إرادتي ورغبتني الحارة.
أعطني حبك الذي هو أنت نفسك
ونعمتك ، روحك الساكن فيّ ،
فهذا يكفيني ، فإن الفرح التام؛ هو أن أكون لك تماماً بالمسيح يسوع.

الحياة هي

الحياة هي فرصة : انتهزها

جمال : تأمله

غبطة : تذوقها

لعبة : العبها

ثمينة : احمها

ثروة : حافظ عليها

حزن : تخطاه

ترتيلة : انشدها

صراع : اقبله

حلم : حققه

تحدي : جابهه

واجب : قم به

حب : تمتع به

سر : اكتشفه

وعد : تممه

صليب : عانقه

مغامرة : جربها

سعادة : استحقها

دافع عنها

مع ذلك -



الناس حمقى، لا منطقيون، أنانيون ومع ذلك أحبهم
 إن أنت فعلت خيراً، عزاه الناس لدوافع أنانية،
 واتهموك بالسعي من ورائه الى مغنم شخصي، ومع ذلك افعل الخير
 النجاح يكسبك أصدقاء زائفين، وأعداء حقيقيين، ومع ذلك انجح
 ما تأتيه من خير اليوم، سيصبح غداً منسياً، ومع ذلك افعل خيراً.
 الاستقامة والصراحة قد تعرضانك لسهام جارحة، ومع ذلك كن مستقيماً وصريحاً.
 قد تغلب على الأشخاص الأفاضل المتميزين ببعد النظر، اكثر الناس تفاهة وحسر بصر ومع
 ذلك، فلتكن تطلعاتك بعيدة المدى.
 قد يهتم الناس بالمضطهدين، ولكنهم يقفون الى جانب الراحين، ومع ذلك زد عن حياض
 بعض المضطهدين.
 إن ما أنفقت سنوات في بناءه، قد يمسي أنقاضاً بين يوم وليلة، ومع ذلك غمض في البناء قدماً.
 يحتاج الفقراء حقاً إلى غوث، وان أنت أغنتهم قد تتعرض للهجاء والنقد، ومع ذلك أغنهم.
 إن أنت وهبت العالم خير ما لديك، قد يشكرك بالرّفس، ومع ذلك هب العالم خير ما لديك.

صلاة البابا لأجل الحوار

اللهم، انك أنت خالقنا
 انك الرؤوف الودود وليس لرحمتك حدود
 اليك يرفع كل مخلوق الحمد والتسبيح
 اللهم لقد أعطيتنا نحن البشر شريعة في ضمائرنا فعلينا أن نعيش بموجبها
 فإذا سمعنا لما تريد وأطعنا، فقد قمنا بمهمتنا وواجبنا.
 وإذا سلكنا سبلك المستقيمة، فقد أدركنا سلام القلب والطمأنينة.
 لك نقدم خضوعنا وطاعتنا.
 أهدنا في جميع خطانا فيما نسعى إليه على هذه الأرض.
 أنقذنا من الميول السيئة التي تنحرف بقلوبنا عن مشيئتك.
 ولا تسمحن أن نبرر المظالم البشرية ونحن نذكر اسمك المجيد بأفواهنا.
 اللهم، إنك الله الأحد، ولك منا العبادة.
 فلا تسمحن أن نبتعد عنك.
 اللهم، يا ديان كافة البشر،
 ساعدنا فنكون من بين مختاريك في اليوم الأخير.
 اللهم، يا خالق العدالة والسلام.
 أنعم علينا بالفرح الحق والمحبة المخلصة،
 وهبنا إخاء دائماً بين الشعوب.
 وجد علينا اللهم بنعمك أبد الدهر. آمين.



صلاة الصباح

من مطلع الصبح، أرفع اليك يدي، يا الله
 فلا آتين، ولا اقبلن الى أي عمل من اعمال الظلام، بل لاقفن عليك، جهد المستطاع، هذا
 النهار ثابتا في عزمي، مسلطا على أهوائي ! وان بليت بأن أكون رديئا، فاني استحي من اجل
 شيبتي ومن اجل المائدة السرية التي اقف بالقرب منها
 هذه مشيئتي يا مسيحي فبلغني الى غايتي

صلاة المساء

لقد كذبتك، يا من انت الحقيقة، ايها الكلمة، حين وقفت عليك نهاري هذا ! وها ان الليل
 يوافيني، ولم اكن نورا ساطعا ! على اني سألتك، وكنت معتمدا على سؤالي؛ ولكن عثرت
 قدماي، مرارا، لأن الظلمات كنفنتني، إذ هي تغار من خلاصي ! أيها المسيح، نوري، أضئني
 واظهر لي.

المزمور 100-101

يا رب استمع صلاتي
وليبلغ إليك صراخي
في يوم ضيقي لا تحجب عني وجهك
أمل إلي أذنك.
أسرع إلى إجابتي يوم أدعوك.
فأيامي كالدخان تلاشت
وعظامي كالوقود اضطرمت.
أصيب ويبس كالعشب قلبي
حتى نسيت أن أكل خبزي.
من صوت تأوهي
لصق جلدي بعظمي.
شابتهت بجعة البرية
صرت مثل بومة الاخربة.
سهرت ونحت كالعصفور؛ المنفرد على الاسطحة.
طوال النهار عيرني أعدائي
وفي حنقهم علي يلعنونني.
أكلت الرماد مثل الخبز
ومزجت بالدموع شرابي
بسبب غضبك وسخطك
فانك رفعتني ثم طرحتني.
أيامي كظل مائل؛ وقد يبست كالعشب.

وأنت يا رب جالس للأبد
 وذكرك باق إلى جيل فجيل.
 ستقوم وترأف بصهيون
 فقد حان أن تتحنن عليها؛ وقد آن الأوان.
 إن عبيدك أحبوا حجارتهما؛ وحنوا على ترابها.
 وستخشى الأمم اسم الرب
 وجميع ملوك الأرض مجدك.
 إذا بنى الرب صهيون تجلى في مجده
 والتفت إلى صلاة المسلوب؛
 وما ازدري دعاءه.
 فليكتب هذا للجيل الآتي؛
 ويسبح الرب شعب سيخلق.
 الرب من علو قدسه تطلع
 ومن السماء إلى الأرض نظر
 ليسمع تنهد الأسير
 ويطلق سراح أبناء الموت
 حتى يحدث باسم الرب في صهيون
 وبتسبحته في أورشليم
 عند اجتماع الشعوب والممالك؛
 لكي يعبدوا الرب.
 في الطريق أو هن قوتي وقصر أيامي.
 أقول: يا الهي لا ترفعني في نصف أيامي؛
 إلى جيل فجيل سنوك.

في البدء أسست الأرض
 والسموات صنع يديك
 هي تزول وأنت تبقى وكلها كالثوب تبلى
 وكما يغير الثوب غيرها
 وأنت أنت وسنوك لا تنتهي.
 بنو عبيدك يسكنون
 وذريتهم تبقى أمامك.

المزمور 130 (129)

من الأعماق صرخت إليك يا رب
 يا سيد استمع صوتي.
 لتكن أذناك مصغيتين إلى صوت تضرعي.
 إن كنت يا رب للآثام مراقبا
 فمن يبقى، يا سيد، قائما؟
 إن المغفرة عندك لكي تكون المهابة لك.
 انتظرت الرب،
 انتظرته نفسي ورجوت كلمتك.
 ترقب نفسي للرب أشد من ترقب الرقباء للصبح.
 ليكن إسرائيل راجيا للرب
 أشد من الرقباء للصبح.
 فان عند الرب الرحمة
 وعنده وفرة الفداء.

وهو يفندي إسرائيل من جميع آثامه.

يا رب ، لم يستكبر قلبي

ولا استعلت عيناى

ولم اسلك طريق المعالي

ولا طريق العجائب مما هو اعلى منى

بل اسكن نفسي وأسكتها.

مثل مفطوم عند أمه

مثل مفطوم هكذا نفسي على.

ليكن إسرائيل راجيا للرب

من الان والى الأبد.

المزمور 143 - 142

يا رب اسمع صلاتى أصغ إلى تضرعى

بأمانتك ، ببرك استجب لى

ولا تدخل فى قضاء مع عبدك

فانه لا يبرر أحد من الأحياء أمامك.

إن العدو طارد نفسي ؛ وسحق إلى الأرض حياتى

وفى الظلمات أسكننى كالذين ماتوا للابد.

قد خارت فى روى وارتعب قلبنى فى باطنى.

الأيام القديمة تذكرت بأفعالك كلها تمتمت

وفى أعمال يديك تأملت.

بسطت يدي إليك نفسي كأرض متعطشة إليك.

أسرع واجبني يا رب فقد فنيت روحي.

لا تحجب وجهك عني

لئلا أكون كالهابطين في الحفرة.

اسمعي في الصباح رحمتك فإني توكلت عليك

عرفني الطريق الذي أسلكه فإني إليك رفعت نفسي.

أنقذني يا رب من أعدائي فإني بك احتمي.

علمني أن اعمل ما يرضيك لأنك أنت الهي.

ليهدني روحك الصالح في أرض سوية.

من أجل اسمك يا رب تحييني

ببرك تخرج من الضيق نفسي

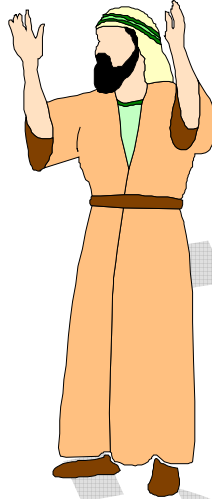
وبرحمتك تدمر أعدائي

وتهلك جميع الذين يضايقون نفسي لأنني أنا عبدك.



Dear Lord Jesus

You, the eternal Word, through whom all things came into being, you became flesh among us so that you could speak with us, pray with us, yes even die with us, you became a human being among other human beings so that nothing human would be alien to you, so that in everything, except sin, you could be like us



By so doing you showed us the immense love of the one who sent you your heavenly Father through your human heart we are loved and with which you yourself love us because you and your Father are one.

J.M.Nouwen

GOD

God give me the courage to be revolutionary.
as your Son Jesus Christ was. Give me the courage to loosen myself from the world.

Teach me to stand up free and to show no criticism.

God, it is for your kingdom, make me free.

make me poor in this world.

Then will I be rich in the real world, which this life is all about.

God, thank you for the vision of the future.

but make it fact and not just theory

J.M.Nouwen

Mary, Mother of Jesus

Give me your heart, so beautiful, so pure, so immaculate so full of

love and humility that I may be able to receive Jesus in the Bread of life , love Him as you loved Him and serve Him in the distressing disguise of the Poorest of the Poor, Amen

M Teresa

LOVE TO PRAY

Feel often during the day the need of prayer and take trouble to pray. prayer enlarges the heart until it is capable of containing God s gift of Himself. Ask and seek, and your heart will grow big enough to receive Him and keep Him as your own. In union with all the Masses being offered throughout the Catholic world, I offer you my heart. Make it meek and humble like yours.

Lord,

Lord, heavenly Father, you are a God of love,
We offer you our adoration, our praise and
thanksgiving.

We thank you for the gift of your Son:

Being rich, he became poor for our sakes, so as to make all people
rich;

We thank you for the gift of your Spirit who moves and guides all
people everywhere.

Lord, we praise and thank you for our nation :

its rich religious traditions show that your Spirit is alive among us;
its poverty constantly challenges us to respond to the Call of your
Spirit.

May He ever guide our people in their quest for the one destiny of all
nations in you.



My God

"*My God*, I am risen and I
am still with You!



I was sleeping and lying down like someone dead in the night.
 God said: Let there be light and I awoke like one about to cry!
 I arose and I awoke. I am standing,
 ready to start with the new day!
 My Father, you begot me before the dawn,
 I am standing in Your Presence.
 My heart is free and my mouth is clean,
 my body and spirit are fasting.
 All my sins have been absolved
 which I confessed one by one.
 The wedding ring is on my finger and my face is cleansed.
 I am like an innocent being in the grace which you granted me."
 P. Claudel

Come, Holy Spirit

Come, Holy Spirit
 and from heaven send
 a ray of your light
 Father of the poor, draw near
 Giver of all gifts, be here
 Come, light of our hearts
 Come, of comforters the best
 of the soul the gentlest guest
 Come, in toil refreshingly
 You who in work give rest
 You who provide shadow in the heat
 You who are comfort in adversity.
 O Light, most blessed, shine within the hearts of your Faithful Friends
 Without your spirit, we are nothing
 Nothing within us pure.
 Heal our wounds,
 Our strength renews;
 On our dryness pour your dew.
 Wash the stains of guilt away; bend the stubborn heart and will; Melt
 the frozen, warm the chill; Guide the steps that go astray
 Give to those who are Faithful and trusting in you,
 Your sevenfold gifts.

Give us now the help of your strength
Salvation in the end and happiness for ever.

PRAYER FOR PEACE

O Lord , the God of peace,
You Who have created men,
And show them Your benevolence,
So that they may share as sons in your glory,
We bless You and we give thanks to You:
Because you have sent us Jesus,
Your well-beloved Son,
And,through the mystery of all salvation,
The source of all brotherhood.

We give thanks to You for the desires,the efforts,
the achievements
Stirred up by Your Spirit of peace in our time,
To replace hate by love,
Mistrust by understanding,
Indifference by interdependence.
Open our minds and our hearts ever wider
to the real demands of the love
of all our brothers,
so that we may become more completely peacemakers.

Remember,O Father of mercy,
All those who struggle,
Suffer and die
To bring forth a world
Of closer brotherhood.
May Your Kingdom of justice,
Of peace and of love,
Come to men of every race
And may the earth be filled with Your glory! Amen

Come, Holy Spirit

Come, Holy Spirit and from heaven send
A ray of your light.
Father of the poor ,draw near
Giver of all gifts,be here
Come, light of our hearts
Come, of comforters the best of the soul the gentlest guest
Come, in toil refreshingly

You who in work give rest
You who provide shadow in the heat
You who are comfort in adversity.
O Light, most blessed, shine within the hearts of your Faithful
Friends without your spirit, we are nothing
Nothing within us pure.
Heal our wounds, our strength renew;
On our dryness pour your dew.
Wash the stains of guilt away;
Bend the stubborn heart and will;
Melt the Frozen, warm the chill;
Guide the steps that go astray.

Give to those who are faithful and trusting in you,your
Seven Fold gifts.
Give us now the help of your strength
SaIvation in the end
And happiness for ever.

المصادر

*الصلاة الطقسية المشرقية (الحوذرا)

*نشرة ماران اثا.العدد 12

*القديس فرنسيس الاسيزي.الاب منصور المخلصي

*تيار دي شاردن.كلود كوينو

*الروحانيات السريانية المشرقية.الاب روبرت الكرملي

*اوغسطينوس الافريقي.الاب منصور المخلصي

*سعادتي في الإيمان.الاب برو

*بذل الذات.الاب جوزيف فريزر

*مريم ام المسيح.الاب فان درميرش

*كتاب الصلوات.غريغوريوس الناريكي

*بول كلوديل.لويس بيرش

*الهنا يتالم.الاب فرنسوا فاريون

*مجلة الفكر المسيحي العدد 40،42،245

*نزعات إنسانية في موسيقى بتهوفن.غانم الدباغ

*Daily Prayers

*With open hands.H.Nouwen

*Heart Speaks to Heart.H.Nouwen

ومصادر أخرى

الفهرس

القسم الاول : صلوات على مدار الاسبوع

القسم الثاني : صلوات وتأملات متفرقة

ايتها السيدة لمار افرام

يا رب ليوحنا الدالياثي

أهلني لاسحق النينوي

من اقوال يوسف حزايا

تسليم الذات لشارل دي فوكو

احفظني يا الله

قدني أيها النور اللطيف لنيومان

نشيد الشمس لفرنسيس الاسيزي

يا رب لفرنسيس الاسيزي

الهي لتيار دي شاردن

يا رب لطاغور

صلاة من اجل الوحدة

صلاة من اجل السلام

ابق معي للاب بيو بادري

صلاة البحث عن الله للقديس اوغسطينوس

صلاة نفس مشغوفة للقديس يوحنا الصليبي

الرجاء للقديس غريغوريوس الناريكي

أيها الحب للقديس تيخون الزادونسكي

صلاة من اجل فقراء العالم لراؤول فوللرو

صرخة رجاء للاخت عمانوئيل

دعاء

صلاة لكيركجارد

درب الصليب - المزار الحادي عشر لكلوديل

صلاة لريمبراند

أؤمن

دعوة الى الفرح لفردريك شيلر

صلاة البابا يوحنا بولس الثاني للأب السماوي

يا ربي أعطني أن أكون

المزامير (31،37،50،100،129،143)

من حكمة كونفوشيوس

صلاة من الطقس الكلداني

صلاة للعدراء

صلاة التقدمة

الحياة هي للأم تيريزا

مع ذلك للأم تيريزا

الصدقة ليعقوب السروجي

مار أفرام ينادي الرب يسوع

Dear Lord Jesus

God give me the courage

Mary mother of Jesus

Love to pray

Lord Heavenly Father

My God

Come, Holy Spirit

J.M.Nouwen

J.M.Nouwen

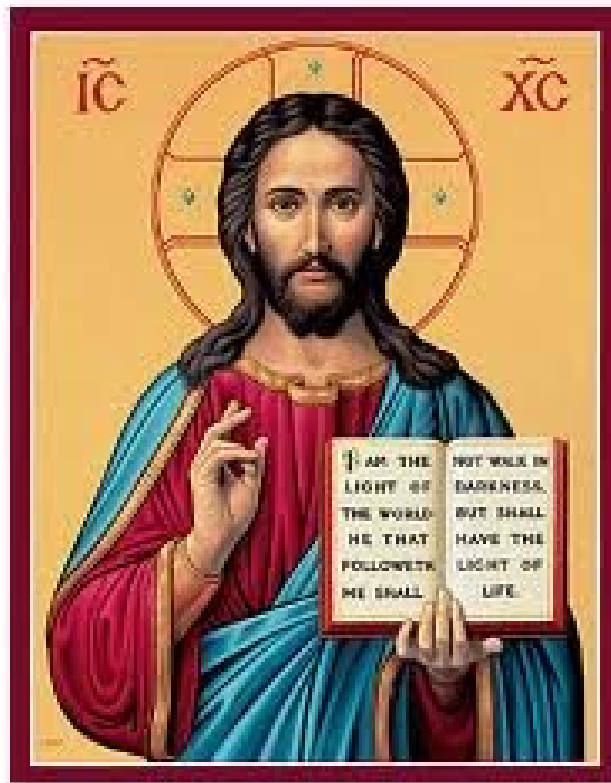
M Teresa

M Teresa

P.Claudel

'REMAIN IN ME'

John 15



By Fr Habib Jajou

St George Chaldean Catholic Church
Baghdad 1998