

بالتالى	وأنصنا	طموه	بلادى	صعيد	فى	١-
الطموهى	بولا	أنبا	طوباوى	قديس	عاش	
روحية	قامة	وبلغ	مسيحية	نشأة	نشأ	٢-
الطموهى	بولا	أنبا	البتولية		وأحب	
شهوانية	لحروب	تصدى	البرية	عيشة	فضل	٣-
الطموهى	بولا	أنبا	قوية	بعزيمة	واجهها	
بشرية	على	لا	سماوية	عالية	بحكمة	٤-
الطموهى	بولا	أنبا	للأبدية		ناظر	
الغزار	النيل	فى	طوال	ليالى	يقضى	٥-
الطموهى	بولا	أنبا	وقار	وبكل	بسرعة	ثم
شهواته		ويقهر	جهاداته	ليخفى	يعود	٦-
الطموهى	بولا	أنبا	إلهه	يسوع	بقوة	
ملل	بلا	ليصلى	الجبل	مغارة	بنى	٧-
الطموهى	بولا	أنبا	وأمل	برجاء	انجيله	ويقرأ
مقبول	نقى	فى	والشهور	الأسابيع	ويطوى	٨-
الطموهى	بولا	أنبا	المزمور	كلام	فى	ويلهج
قواك	المجد	يسوع	طوباك	بولا	يا	٩-
الطموهى	بولا	أنبا	مرات	عدة	للك	وظهر
الملاك	ميخائيل	كما	أتاك	حزقيال	راعى	١٠-
الطموهى	بولا	أنبا	وحياك	برؤياك	ففرح	
النقية	نفسه	جذبت	قوية	منارة	فصرت	١١-
الطموهى	بولا	أنبا	البرية	فى	معك	ليحيا
تلميذ	لك	اخترته	والهذيذ	صلواته	ولكثرة	١٢-
الطموهى	بولا	أنبا	النفيس	الزى	وألبسته	
بتدقيق	سيرتك	لذا	رفيق	لك	فكان	١٣-
الطموهى	بولا	أنبا	صديق	بأعز	وعن	
القصير	يونس	وأيضاً	الكبير	بيشوى	البار	١٤-
الطموهى	بولا	أنبا	كثير	رهبان	وغيرهم	
الطيب	من	الذى	الأكيد	الوعد	وعن	١٥-
الطموهى	بولا	أنبا	وحيد	يبقى	أن	
النعيم	حتى	لن	صديقاً	حميم	بل	١٦-
الطموهى	بولا	أنبا	الطيب	ابنى	بيشوى	أنبا
أنوار	مملوءة	يا	أبرار	يآباء	طوباكم	١٧-
الطموهى	بولا	أنبا	أسرار	كلها	حياتكم	
إخريستوس"	"بى	عند	الفردوس	فى	اذكرونا	١٨-
الطموهى	بولا	أنبا	"إيسوس"	بوعد	لنفوز	