

# «صل إلى أبيك الذي في الخفية» (متى 6/1)

- تقدّم "كاتا" لثلاثة أسابيع في زمن الصوم، صلاةً وقصدًا حيائيًا !
- **يُكتملها** المُعلّم انطلاقًا من مُعطيات مُحيطٍ تلاميذه وبرنامجهم التعليمي.
  - **ينسخها ويوزّعها** على التلاميذ.
  - **يطلب منهم:**
    - قراءة الصلاة مرتين.
    - تسطير عبارة أو عبارتين أثرت فيهم شخصيًا
    - عيش خطوات القصد الحياتي بحذافيرها.

## الأسبوع الأول

### أصلي

### أقصد أن



- ☞ أختلي بنفسي.
- ☞ أراجع أحداث يومي.
- ☞ أفكّش عن الأوقات التي جعلت فيها الأفكار الشريرة تتغلّب عليّ: وشيتُ بصدق، سخرتُ من آخر، غشيتُ في الامتحان، كنتُ أنانيًا فلم أساعد أمّي، ولم أسمع كلام أبي.
- ☞ أردد العبارة التالية بصوت عالٍ: «يا ربّ، أرسل روحك القدوس لكي يتغلغل في نفسي وقلبي».
- ☞ أصلي العبارتين اللتين سَطّرت تحتَهُما في الصلاة.

«يا ربّ ساعدني في هذا الصوم كي أصفّي بيتي وأقوي ثقتي بك ومحبتتي لك، حرّك صوت الضمير فيّ كي أبتعد عن الخطايا والأفكار الشريرة التي تدمر حياة النعمة وألبس نور محبتك، فيتكلّل صومي بالفرح والسلام المحبّة، وأحيا بالبرّ والقداسة».

اتخذ قرارًا بالاعتذار من كل من أسأت إليهم.

## الأسبوع الثاني

### اقصد أن

### أصلي



- ❖ أصمت لمُدّة ٥ دقائق، أغلق فيها عيني، وأبعد نفسي عن كُلّ ضجيج حياتي، الدّاخيّ والخارجيّ.
- ❖ أفكر في كُلّ المُحتاجين والفقراء والأيتام والمرضى الذين يحتاجون إليّ وإلى كُلّ قلب يَخفُق بالرحمة.
- ❖ أرّدّد بصوت عالٍ عبارة: «كُل ما تفعلونه لإخوتي هؤلاء الصّغار فلي تفعلونه».
- ❖ أصليّ العبارتين اللّتين سَطَرتهما في الصّلاة.

«يا أبانا السّماويّ، امنّخني الشّجاعة لكي أخرج من أنايتي، فأرى "الآخر"، لكي أفتح عيني، فأبصر المُحتاج بقربي، لكي أزيل قساوة من قلبي، فأشعر بمُعانة كُلّ إنسان على هذه الكُرة الأرضيّة. قدّ خُطاي في مسيرة المساعدة والخدمة والرحمة، فأحبّك من كُلّ قلبي وفكري وقدرتي وأحب قربي كنفسي».

اتّخذ قرارًا بأنّ أحرم نفسي من أشياء أحبّها وأجمع ثمنها لاتبرّع فيها لمُحتاج.

## الأسبوع الثالث

### اقصد أن

### أصلي



- ❖ أحدّد موعدًا مع الرّب (مثلًا نهار الأربعاء في الساعة السادسة)
- ❖ أختار مشهدًا إنجيليًا لأصليّه في الموعد المحدّد.
- ❖ آتيّ إلى الموعد.
- ❖ أطلب من الرّب نعمة أن يُنير روحي بروحه القُدّوس لكي أفهم كلمته لي.
- ❖ أقرأ المشهد الإنجيلي.
- ❖ أتساءل: «ما الرّسالة الموجهة إليّ من خلاله؟»
- ❖ أطلب نعمة أن أتمكّن من عيشها.
- ❖ أصليّ الأبانا.

«رَبّي يسوع أوّمن من أعماق قلبي بأنّك خبزُ الحياة، وأنّ من يجيء إليك لا يجوع، ومن يؤمن بك لا يعطش أبدًا. هَبّني نعمة أن أكل من هذا الخبز التّازل من السّماء، فلا أموت إنّما أحيأ، ولا أعمل للقتوت الفاني بل للقتوت الباقي للحياة الأبديّة».

اتّخذ قرارًا بأنّ أكثّر هذا الموعد كلّ أسبوع.