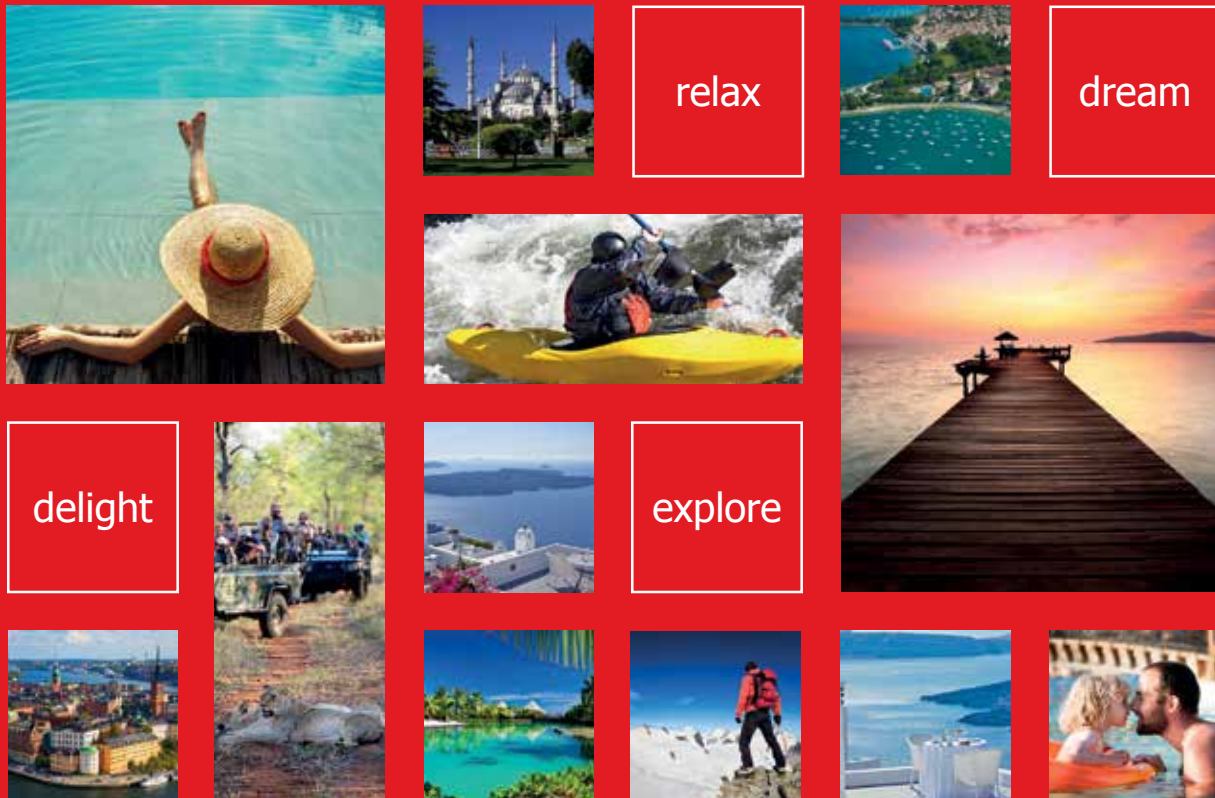




Moviment ta' Kana

GRUPPI FAMILJI NSARA SKEMI 2017





Discover our world of tailor made travel

www.rocsholidays.com

ROCS

travel

Development House, St. Anne's Street, Floriana, FRN 9010
 19-23 ROCS House, Main Street, Mellieha, MLH 2310
 Rotunda Square, Mosta, MST 9040
 ROCS Travel, Level -3, The Point Shopping Mall, Tigne, TP 01
 Tel: +356 2015 1515 | Fax: +356 2152 3869 | Email: travel@rocsgroup.com



Moviment ta' Kana
GRUPPI FAMILJI NSARA
SKEMI 2017

Dan il-ktieb hu ppubblikat mill-Kumitat Ċentrali tal-Gruppi Familji Nsara fi ħdan il-Moviment ta' Kana. Hajar lil dawk kollha li taw sehemhom fit-tnejn tiegħu.

Disinn: Box Design - ram@box-design.net
Stampar: Gutenberg Press

**“Bil-qawwa tal-
Ispirtu, in-nukleu
tal-familja mhux
biss jilqa’ l-ħajja billi
jnissilha fi ħdanu
stess, imma jinfetaħ,
joħroġ minnu nnifsu
biex isawwab il-ġid
tiegħu fuq l-oħrajn,
biex jara li jfittex
il-ferħ tagħhom.”**

(Amoris Lætitia para. 324)



Żmien l-Avvent u l-Milied

Lagħha tal-Avvent
gruppi + familji + nsara

Is-Sibt 27 ta' Novembru 2015
Lil Vocations Centre tas-Seminarju, Il-Kabat
Nibdew fis-6.00pm bil-Quddiesa.

Ningħaqdu mas-Seminaristi fil-mixghela tal-**GIRLANDA tal-MILIED**
fil-Kappella tas-Seminarju

Wara naqsimu xi baġa filmkien minn dak li kollu inkunu għna magħna.



Għali Vocations Centre, ibqa' diebel bil-korozza għalik orzjoni kien l-iskola l-għalida primarja tas-Seminarja, u pprova li oħra tal-gruwind. Il Vocations Centre isalbu fuq il-korru mal-hajja tal-iskola stess.

Grand Dinner Dance & Buffet
Dinner Dance Grandjuż u Buffet mill-GRUPPI FAMILJI NSARA
fil-okkazzjoni tal-Milied u s-Sena l-Għalida, Dan se jsir:

is-Sibt 12 ta' Diċembru
fil-MARITIM Antonine Hotel & Spa,
Il-Mellieha, mit-8.00 pm.

Mal-membri tal-GFN jistgħu jattendu wkoll il-membri kollha tal-Moviment ta' Kana, familjari, hbieb u mistednin. Utilizza din l-okkazzjoni speċjali biex tlaqqa' l-għażiż tiegħek matul dan il-żmien sabiħ. Titilfux... għax jiddispijaki.

Menu

FREE Welcome Drink

1- FRESH ANTIPASTI
Meat & Vegetable Dishes, Salads, Chilled Soups
Seasonal Dressing & Home-made Herb Oil

2- THE TONIC
Cream of Chicken & Mushroom Soup

3- THE PASTA STATION
Pasta Bolognese
Fetticini Pasta with Shrimp & Red Pesto Cream Sauce

4- THE BUFFET COUNTER
Breaded Stone Bass Fish Fillets
Port Roasted Chicken Legs
Grilled Beef Medallions
Oven Baked Turkey Breast

5- THE CARVEY
Roasted Stuffed loin of Pork
TANACHE OF VEGETABLES
CRABBITES & OVEN BAKED POTATOES

6- THE DESSERT COUNTER
Christmas Log, Mince Pies, Christmas Pudding
plus a selection of cakes & pastries, fresh fruit, cheese board & local biscuits.

Il-Booking jista' jidher mal-membri tal-Kumitat Centrali
Direttori A - Koppja Azzopardi
2149 7825 / 7985 4180
Direttori B - Koppja Attard Basso
2147 2703 / 7984 0113
Direttori C - Koppja D'Amato
2144 6785 / 7985 1882
jew mal-UNITA' Administrattiva
tal-Moviment ta' Kana fuq tel:
2201 9307.

Mal-Booking jidher jekk trid li tkun fuq l-istess meġda ma' xi hadd partikolari.

IL-MENI 2015 KANAL-2015 TAL-UNITA' 2015
SAB-7 TA' DICEMBRU 2015
Prezz mill-aqwa
Kbar € 20.00
Tfal € 10.00 (eta 6 - 11)



Il-GFN żammew l-appuntament annwali mas-Seminarju għal-Lagħha tal-Avvent li saret is-Sibt 27 ta' Novembru 2015. Id-Dinner Dance reġa' sar b'suċċess is-Sibt 12 ta' Diċembru 2015.



Il-Koppja President wasslu l-awguri tal-Gruppi Familji Nsara lill-E.T. Mons. Charles J. Scicluna, Arcisqof Metropolita ta' Malta, filwaqt li pprezentawlu kopji ta' SKEMI 2016 u SKEMI għall-Għarajjes u Miżżewġin Ġodda.



Quddiesa għall-Familji

Fl-okkażjoni tal-festa tal-Familja Mqaddsa, il-GFN organizzaw quddiesa għall-familji mmexxija mill-E.T. Mons. Charles J. Scicluna, Arcisqof Metropolita ta' Malta, is-Sibt 26 ta' Dicembru 2016.



Il-Laqgħa Ġenerali Annwali u San Valentinu

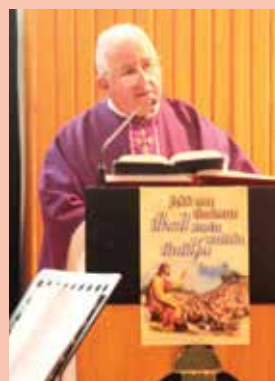
Billi fl-2016 Jum San Valentinu nżerta ġie l-Ħadd, il-Laqgħa Ġenerali Annwali saret b' mod differenti mis-soltu billi giet organizzata magħha ikla *buffet* f' nofsinhar. Bħala tifkira, in-nisa kollha preżenti ngħataw pendenti tal-ħġieġ f' forma ta' qalb.





Il-Laqgħa tar-Randan

Il-Laqgħa tar-Randan saret is-Sibt 5 ta' Marzu 2016.



Ċelebrazzjoni Familja

Bhala parti miċ-ċelebrazzjonijiet għall-Jum Dinji tal-Familja, il-Gruppi Familji Nsara tellghu quddies għall-familja s-Sibt 30 ta' April 2016, fil-Knisja Arċipretali tal-Birgu.



Laqgħa tal-Aggornament

Il-Laqgħa tal-Aggornament, li saret is-Sibt 22 ta' Ottubru 2016, tat bidu għas-sena pastorali 2016/2017. Dun Kevin Schembri ċċelebra l-quddies u wara mexxa t-tahdita dwar l-*Amoris Laetitia*, l-eżortazzjoni appostolika tal-Papa Frangisku dwar l-imhabba fil-familja.





Werrej

Introduzzjoni	15
Messagg mill-Koppja President	18
Id-Doni tal-Ispirtu s-Santu	20
Irtir Gruppi Familji Nsara	22
Għajnuna għall-animazzjoni tal-Iskemi fil-grupp	29
Skema - Jannar L-Għerf	31
Skema - Frar Id-Dehen	35
Skema - Marzu L-Għaqal	39
Skema - April Il-Qawwa	43
Skema - Mejju Ix-Xjenza	47
Skema - Ġunju Il-Pjetà u l-Biża' ta' Alla	51
Skema - Lulju Imħabba u Hena	55
Skema - Awwissu Sliem u Sabar	61
Skema - Settembru Hniena u Tjieba	65
Skema - Ottubru Il-Frott tal-Paċenzja	69
Skema - Novembru Il-Frott tal-Fedeltà	73
Skema - Dicembru Il-Frott tar-Rażan (Kontroll Fuqi Nnifsi)	79
Kumitat Ċentrali	84
Litanija tal-Ispirtu s-Santu	86
Talba tal-Bidu	87
Talba tal-Għeluq	88

Introduzzjoni

Wiehed raġel kien qed jippassiġġa tul ix-xtajta meta hasel iltaqa' ma' wiehed xih, bilqiegħda kważi jongħos fuq banketta żghira tal-injam, b'żewġ itfal jilagħbu biswit tiegħu. Kien jum sabiħ tar-rebbieġha, b'sema ikħal nir u xemxi, b'żiffa helwa. Ir-raġel waqaf jgħid kelmtajn max-xih u malajr id-diskors waqa' fuq ix-xogħol, il-ħajja u kif itir iż-żmien. Ix-xih kien għadda ħajtu fuq il-baħar fil-mestier iebes ta' sajjied. Issa kien irtirat.

"Missek kabbart ftit l-operat tiegħek", qallu r-raġel. "Għalfejn?" staqsieh ix-xih.

"Ifhem, b'żewġ dghajjes taqbad aktar ħut milli b'wahda", wiegħbu dak. "Imbagħad?" tenna x-xih.

"Imbagħad..." pront pront wiegħbu l-iehor, "... ikollok aktar xi tbigh. U b'hekk ikollok aktar qligh, u forsi minn żewġ dghajjes tasal biex terġa' tkabbar u taf int, aktar ma taqbad, aktar tbigh, u aktar taqla' flus."

"U x'nagħmel bihom dawk il-flus kollha?" reġa' staqsa x-xih.

"Ara l-iehor! Immaġina tgħaddi ħajtek tibni *business* qawwi b'dal-mod. Fl-aħħar tkun tista' tieqaf, tirtira, tintefa paxxut tgawdi l-veduta tal-baħar, u toqgħod tgawdi n-neputijiet! Xi trid aktar mill-ħajja?"

"Sewwa qed tgħid. U x'taħseb li qed nagħmel bħalissa?" wieġeb ix-xih. "Jien ħdimt għall-familja, biex rabbejt u għallimt l-uliedi. Illum ma niflaħx naħdem aktar. U għalhekk niġi hawn, nintefa' paxxut fuq din il-banketta ħa ngawdi dal-gmiel ta' baħar. U xejn xejn bħal-lum li nzertat vaganza, ingawdi ftit aktar in-neputijiet, meta jiġu hawn jilagħbu. Nirringrazzja 'l Alla kull ħin u kull mument. Kemm kien hemm minn shabi li ħarġu fuq il-baħar u ma gewx lura! Xi trid aktar mill-ħajja?"

Naħseb il-koll nistgħu nimmaġinaw lil dak ir-raġel jidħol f'qoxortu u jiskot quddiem din ir-risposta. Għaliex ħafna drabi aħna nagħmlu bħalu; ninkwetaw, nippjanaw, naħsbu kbir. Ninsew li bis-semplicità tal-ħajja ta' kuljum nistgħu wkoll nilhqu l-milja tagħna. Ninsew li Alla



ma jabbandunaniex, anzi qiegħed dejjem preżenti ħaj magħna u biex iweżinna jagħtina l-Ispirtu Qaddis tiegħu.

Sa mill-ewwel jiem tal-ħajja tagħna, irċivejna fina l-Ispirtu s-Santu permezz tal-Magħmudija, l-ewwel sagrament li nirċievu u li jsir il-pedament tal-ħajja Nisranija kollha tagħna; l-għatba tal-ħajja fl-Ispirtu u l-bieb li minnu ngħaddu għas-

sagramenti l-oħra kollha. Bil-Magħmudija ninħelsu mid-dnub u nitwiellu mill-ġdid bħala wlied Alla; insiru aħwa ta' Kristu, membri tal-Knisja u nissieħbu fil-missjoni tagħha. Bil-grazzja tal-Ispirtu ġo fina, ikkonfermata permezz tas-Sagrament tal-Griżma tal-Isqof, nirċievu d-Doni tal-Ispirtu s-Santu, li meta mħaddma jagħtuna l-frott tagħhom.



Mela n-Nisrani għandu ġo fih, magħgħuna intrinsikament fl-eżistenza tiegħu, din il-qawwa qaddisa. Ħafna drabi l-ġenn tal-ħajja ta' madwarna jnessina din il-verità u bħal dak ir-raġel nippruvaw nibnu ħajjitna fuqna nfusna; fuqi nnifsi, il-jien, fuq il-ħila tiegħi. Jirrenja l-ego. Naslu biex nirraġunaw bħal Pilatu: "Lili ma tkellimx? Ma tafx li jiena għandi s-setgħa neħilsek u għandi s-setgħa nsallbek?" (Ġw. 19:10)

Jiena għandi s-setgħa! Il-ħila hija tiegħi, u tiegħi biss!

F'din iċ-ċirkustanza, nafuha r-risposta ta' Ġesù: "Ma kien ikollok ebda setgħa fuqi kieku ma gietx mogħtija lilek minn fuq..." (Ġw. 19:11)

Ir-risposta klassika li għaliha dak ix-xiħ fuq ix-xtajta ta l-akbar xhieda. Ħadem u stinka għall-familtu; ma rax kbir, u llum fl-għabex ta' ħajtu jirringrazzja 'l Alla

kull ħin u kull mument għal dak kollu li għamel miegħu; għad-doni, għar-rigali, li Alla tah tul ħajtu.

Fi SKEMI 2017 se nitkellmu dwar id-Doni tal-Ispirtu s-Santu u dwar il-Frott tal-Ispirtu kif spjegati tant tajjeb minn San Pawl fl-Ittra lill-Galatin. Tajjeb li permezz ta' dawn il-laqqgħat nerġgħu nqajmu fina nfusna l-għarfien dwar l-Ispirtu s-Santu, li ħafna drabi bħal donnu ninsewh xi ftit.

Inzommu f'moħħna u qalbna d-diskors ta' Ġesù lill-appostli fl-aħħar ċena, diskors li huwa bħal testment għall-umanità kollha ta' kull żmien. "Jekk tħobbuni, ħarsu l-kmandamenti tiegħi. U jiena nitlob lill-Missier, u hu jagħtikom Difensur iehor biex jibqa' magħkom għal dejjem, l-Ispirtu tal-verità, li d-dinja ma tistax tirċevih, għax hija la tarah u lanqas tagħrfu. Izda intom tagħrfuh, għaliex jgħammar magħkom, u huwa fikom." (Ġw. 14:15-17)

Il-Kummissjoni Formazzjoni

Il-Kummissjoni Formazzjoni hi ffurmata minn James u Marica Chappell, Mons. Charles Attard, Manuel u Rosanna Falzon, Joseph u Melissa D'Emanuele u Frank Mifsud. Taw sehemom ukoll Godfrey Scicluna u s-Seminarista Anton D'Amato.

Messaġġ mill-Koppja President

Fil-messaġġ tiegħu għas-solennità tas-Santissima Trinità tal-2016¹, il-Papa Frangisku qalilna: “Alla hu familja ta’ tliet Persuni li jhobbu tant lil xulxin li jiffurmaw haġa waħda. Din ‘il-Familja Divina’ mhix magħluqa fiha nfisha, imma hi miftuħa, turi lilha nfisha fil-ħolqien u fl-istorja u dahlet fid-dinja tal-bnedmin biex issejjah lil kulhadd halli jkun parti minnha. Ix-xefaq Trinitarju ta’ komunjoni jhaddan lilna lkoll u jstimulana biex nghixu fl-imħabba u naqsmu ma’ hutna, għax ċerti li fejn hemm l-imħabba hemm jinsab Alla.”

Kemm-il darba tkellimna dwar il-fatt li l-familja hija xbieha tat-Trinità qaddisa. Alla ma halaqx biss il-persuna individwali, iżda wkoll il-familja. Huwa Alla l-Missier li permezz tal-Ispirtu Qaddis jiġġenera l-lben, u li flimkien kienu minn dejjem bla bidu u lanqas tmiem, f’komunjoni waħda ta’ mħabba. Alla wieħed fi tliet persuni. Huwa f’dan is-sens allura li Alla johlq xbieha tiegħu permezz ta’ trinità

umana: komunità ta’ unità bejn raġel u mara li jipparteċipaw fil-prokreazzjoni ta’ hajja ġdida.

Fl-eżortazzjoni appostolika *Amoris Lætitia*, il-Papa Frangisku jgħidilna: “Bil-qawwa tal-Ispirtu, in-nukleu tal-familja mhux biss jilqa’ l-hajja billi jnissilha fi hdanu stess, imma jinfetaħ, johlq minnu nnifsu biex isawwab il-ġid tiegħu fuq l-ohrajn, biex jara li jfittex il-ferħ tagħhom.” (para. 324)

Huwa dan l-Ispirtu, dejjem preżenti fl-eżistenza tagħna sa mill-ewwel ftit jiem ta’ hajjitna meta rċivejna l-Magħmudija, li jgħix haj ġewwa fina kull hin u kull mument.

Min hu dan l-Ispirtu s-Santu, it-tielet Persuna tat-Trinità Qaddisa? Donnu mal-mogħdija taż-żmien konna warrabnieh xi ftit. Forsi għax fil-psiki tal-bniedem, li dejjem ifittex li jassoċja realtà ma’ immagini konkreta, kien diffiċli biex dan l-Ispirtu nimmaginawh. Alla l-Missier, u wisq aktar lil Ġesù, kienu pjuttost aktar faċli biex nirrafigurawhom fl-arti. L-Ispirtu iżda kien storja differenti, probabbli għax il-manifestazzjoni tiegħu fl-Iskrittura Mqaddsa hija pprezentata taht forom mhux umani: hammiema, riħ, nar. Ġesù fl-aħħar ċena, itih deskrizzjoni per eċċellenza: Difensur.



“Imma d-Difensur, l-Ispirtu s-Santu, li l-Missier jibgħat f’ismi, jgħallimkom kolloxx u jfakkarkom dak kollu li għedtilkom.” (Ġw. 14:26)

Hija l-wegħda li tiżboq kull żmien. Il-wegħda li fiha n-Nisrani llum għandu jsib il-wens tiegħu; iċ-ċertezza li m’iniex waħdi. Hemm min jiddefendini, min jgħallimni, min iħarisni.

Huwa dan l-iskop aħħari ta’ dawn l-iskemi għas-sena 2017. Huwa tajjeb li niddedikaw sena għall-Ispirtu s-Santu. Biex insiru nafuh aħjar, inhalluh jaħdem aktar f’hajjitna, fil-familja tagħna, fil-parroċċa tagħna, fis-socjetà li nagħmlu parti minnha.

Id-doni huma rigali. Min ma jifraħx meta jaqla’ rigal? Alla, permezz tal-Ispirtu s-Santu, jagħtina seba’ doni. Sebgha, mhux wieħed jew tnejn. In-numru sebgha jirrappreżenta l-idea tal-kompletezza. Mela d-doni jibdlu fi bniedem shiħ lil dak li jhaddanhom f’hajtu.

Il-bniedem shiħ fl-Ispirtu Qaddis jaasal biex jagħti l-frott, il-Frott tal-Ispirtu, li wkoll ser nitkellmu dwarhom fi SKEMI 2017. Huma frott, mhux riżultat bħal dak li niksbu wara li nkunu studjajna u stinkajna, jew li nirbhu jekk jirnexxilna neċċellaw f’xi dixxiplina sportiva. Il-frotta tikber u tisbieh

tul perjodu ta’ żmien. Trid tindukraha biex tkun bnina. U faċli tinqered jekk ma ntuhix protezzjoni xierqa kontra l-forzi tan-natura. Hekk l-istess il-Frott tal-Ispirtu. San Pawl fl-ittra tiegħu lil Galatin (5:22-23), minn fejn slitna l-lista tal-Frott tal-Ispirtu, jgħidilna: “... imxu fl-Ispirtu u taqghux għall-passjonijiet tal-ġisem.” (5:16)

Iżda l-Ispirtu s-Santu huwa d-Difensur tagħna; il-hamiema safja bajda li ttir ‘il fuq, ‘il bogħod minn dak li jista’ jkun ta’ hsara; il-fjamma nar li thegġeg bl-imħabba ta’ hajja ġdida; ir-riħ qawwi li jgib il-bidla. Ejja mela niggranfaw ma’ dan id-Difensur tagħna. “X’jiswa li jkollok dar kbira, daqs villa, imbagħad tghix fiha ddisprat u tiflef l-iskop tal-hajja? Meta nitbiegħdu minn Alla, ma jkollniex ma xiex niggranfaw meta jinqala’ l-ghawg.”²

Nieħdu għalhekk il-parir li jagħtina l-Appostlu Missierna San Pawl: “Jekk nghixu bl-Ispirtu, halli nimxu bl-Ispirtu.” (Gal. 5:25)

Dan huwa l-awgurju tagħna lilkom għal din is-sena.

James u Marica Chappell
Koppja President Gruppi Familji Nsara

¹ Segwi d-diskors shiħ tal-Papa fuq: http://www.laikos.org/Papa_Frangisku_Angelus_22052016.htm

² Patri Elia Vella OFM Conv. - Eżerċizzjoni Spiritwali Randan 2013 fil-Knisja ta’ Marija Annunzjata, Hal Tarxien.

Id-Doni tal-Ispirtu s-Santu

Għeżiež.

Kulhadd jieħu gost meta jaqla' xi rigal, anke jekk ikun rigal ċkejken għax rigal jingħata bil-*buonagrazia* jiġifieri għax dak li jkun, ikun irid jagħtihulek mill-qalb, minn qalbu.

Illum sfortunatament tliġna s-sens tar-rigal għaliex ir-rigali sirna nippretenduhom.

Fost ir-rigali li aħna rċevajna mingħajr merti tagħna hemm id-Doni (ir-Rigali) tal-Ispirtu s-Santu.

L-Ispirtu s-Santu innifsu hu d-'Don ta' Alla' per ecċellenza. (Ġw. 4:10) Hu r-rigal ta' Alla u min-naħa tiegħu jagħti lil min jilqgħu, għad ta' doni spiritwali.

Dawn id-doni jiena nqishom bħala għodda jew aħjar għajnuna fil-ħajja Nisranija tagħna kollha imma b'mod

speċjali għall-ħajja tal-familja. F'kull ċirkustanza li tgħaddi minnha l-familja jkollna dejjem il-bżonn ta' xi wieħed minn dawn id-doni. Matul l-2014 il-Papa Frangisku fl-udjenzi ġenerali ta' kull nhar ta' Erbgħa għamel serje ta' katekeżi fuq id-Doni tal-Ispirtu s-Santu u kien jassoċjahom mal-ħafna esperjenzi li tgħaddi minnhom il-koppja fil-familja.

Kif se nassoċjaw id-Doni tal-Ispirtu s-Santu mal-ħajja tal-familja? Se nieħdu kull don wieħed wieħed u fil-qosor naraw kemm huma relatati mal-familja.

Għerf: Dan huwa id-don li bih naraw kollox bl-għajnejn ta' Alla, nisimgħu b'widnejn Alla, inħobbu b'qalb Alla, niġġudikaw l-affarijiet bil-gudizzju ta' Alla.

Fehma: Dan id-don iżejjen lin-Nisrani bil-hila li jmur lil hinn mill-aspett estern tar-realtà u jgħarbel sa fil-qiegħ nett tal-ħsieb ta' Alla u tal-pjan tiegħu ta' salvazzjoni.

Kunsill: Permezz ta' dan id-don tal-Kunsill hu Alla nnifsu li bl-Ispirtu tiegħu jdawwal il-qalb tagħna hekk li jgħinna nifhmu x'inhu l-mod xieraq li bih għandna nitkellmu u ngibu ruħna u t-triq li għandna nimxu.

Qawwa: Meta l-Mulej jiġi dejjem iweżinna fid-dgħufijiet tagħna.

Xjenza: Aktarx li meta naħsbu fuq dan id-don, il-ħsieb jaqa' fuq il-hila tal-bniedem li jkun jaf dejjam aħjar ir-realtà li biha hu mdawwar. Imma id-don tax-Xjenza ma jillimitax ruħu biss għall-għarfien uman, imma hu don speċjali li jwasslna biex permezz tal-ħolqien nifhmu l-kobor u l-imħabba ta' Alla u r-relazzjoni profonda tiegħu ma' kull hlejqa.

Pjetà: Kultant dan id-don jinftiehem ħażin, għaliex ninterpretawh għal meta tigik ħniena minn xi hadd, jew titħassar lil xi hadd. Dan id-don juri li aħna ta' Alla u r-rabta qawwija tagħna miegħu, rabta li tagħti sens lill-ħajja kollha tagħna u żżommna sħaħ f'għaqda miegħu, anki fil-waqtiet l-iżjed ibsin tal-prova.

Biża' ta' Alla: Qed ngħixu f'dinja fejn donnu tliġna id-direzzjoni, fejn qed ngħixu fi stil ta' individwalizmu sfrenat, fejn niddeċiedi jien jekk ħaġa hix tajba jew ħażina. Tliġna lil Alla! Id-don tal-Biża' ta' Alla ma jfissirx li nibża' minn Alla għaliex dan hu biża' distruttiv, imma jfisser li nibża' li nitlef lil Alla bid-dnub tiegħi, bl-egoizmu u bl-individwalizmu tiegħi.

Għalhekk kienet idea ta' min ifaħħarha li l-Kummissjoni Formazzjoni fi hdan il-Gruppi Familji Nsara, din is-sena qed tistedinna biex nagħmlu riflissjoni serja fuq dawn ir-rigali li l-Mulej qed jagħtina b'xejn. Dan mhux semplicement biex inkunu nafu kemm u liema huma d-Doni tal-Ispirtu s-Santu imma iktar minn hekk biex ngħixuhom kuljum l-aktar fil-familja.

Inħegġegħ lill-Gruppi Familji Nsara kollha biex jużaw sew dawn l-Iskemi u biex ikun hemm partecipazzjoni attiva minn kulhadd mhux biss fil-grupp imma fuq kollox fil-parroċċi tagħkom.

Il-Mulej iberikkom u jagħtikom is-sliem.
Dun Charles Attard

Irtir Gruppi Familji Nsara

Suggeriment għal Irtir ta' ftit sigħat

Parti 1: *Talk* minn min ikun qiegħed imexxi l-irtir

Parti 2: Riflessjoni individwali minn kull persuna

Parti 3: Riflessjoni bejn il-koppja

Parti 4: Riflessjoni/*Sharing* fi grupp



Parti 1:

Riflessjoni meħuda minn

***Amoris Lætitia*, Kapitlu 4**

1. Fiż-żwieġ, Alla permezz u fil-koppja, juri l-karatteristiċi tal-imħabba tiegħu li ma jithassrux. Bħalma Alla hu komunjonni fil-persuni tat-Trinità – tliet persuni, Alla wieħed – hekk ukoll permezz taż-żwieġ Alla jagħmel mill-koppja eżistenza waħda.

Permezz tas-Sagrament taż-Żwieġ il-miżżewġin jingħataw missjoni li juru, anke bl-affarijiet żgħar u mill-aktar ordinarji, l-imħabba li Ġesù għandu għall-Knisja tiegħu. Dan hu proċess dinamiku u gradwali li jilhaq il-perfezzjoni tiegħu bl-integrazzjoni progressiva tad-doni ta' Alla. (Para. 120 – 122)

2. L-imħabba tal-koppja hi “l-akbar ħbiberija” wara dik li tgħaqqadna ma' Alla – fiha nsibu l-elementi kollha ta' ħbiberija tajba (tfittxija tal-aħjar għall-persuna l-oħra, reċiproċità, tenerezza, stabbiltà) li magħhom jizdied l-indissolubbiltà esklussiva. L-imħabba għal dejjem kif jiġi mwiegħed waqt iċ-ċerimonja taż-żwieġ, mhix biss formalità soċjali, għal min jemmen hi alleanza quddiem Alla.

Din l-imħabba titlob u għandha l-għan li l-miżżewġin iwarribu l-proġetti personali tagħhom u joffru lilhom infushom u l-futur tagħhom lill-persuna l-oħra. Biex l-imħabba tegħleb l-ostakli u d-diffikultajiet kollha teħtieġ l-għajnuna tal-grazzja li tqawwiha u terfagħha 'l fuq mill-kultura tal-immedjat li jtellifha milli kontinwament timmatura. B'hekk issir imħabba matura u reċiproka li tiġi murija, li tiżviluppa u tilhaq il-maturità tagħha u twassal sabiex jinqasam kollox inkluz is-sesswalità li tilhaq it-totalità tagħha fl-imħabba bejn il-miżżewġin li joffru lilhom infushom lil xulxin. (Para. 123 – 125)

3. Bid-differenza mit-tfittxija għall-pjaċir, li meta tkun ossessiva tagħlaqna fina nfusna, it-tfittxija għall-ferħ tal-imħabba twessa' l-qalb tagħna biex ingawdu u niggustaw ir-realtajiet differenti anke meta l-pjaċir ikun nieqes. Il-ferħ taż-żwieġ jgħin lill-koppja sabiex tgħix anke l-mument diffiċli li jkunu nieqsa mill-pjaċir.

Dan iwassal biex l-imħabba tal-ħbiberija ssir *caritas*; meta fil-persuna naraw il-gmiel mingħajr ma nkunu rridu naħkmuha. Dan il-gmiel mhux dak

esterjuri u fiziku imma johroġ mill-fatt li bniedem hu magħmul fuq xbieha ta' Alla u għalhekk qaddis. Fid-dinja tal-lum kollox għandu prezz u jista' jinx tara u jiġi kkunsmat. Mill-banda l-oħra l-affett u t-turija ta' din l-imħabba hu meħlus minn din il-kilba għall-pussess egoistiku u jwassal għall-ferħ. Minn din il-perspettiva, nikkontemplaw lil xulxin u niggustaw il-gmiel u dak kollu li hu qaddis fil-persuna.

Permezz tal-*caritas* inharsu lejn il-persuna b'harsa ta' ammirazzjoni u rispettu u b'ċertu biża' li nistgħu nweggħu jew innaqsulha l-libertà. Dan kollu jwassalna biex infittxu dak li hu l-aħjar għal din il-persuna anke meta dan ikun ta' fastidju għalina. Il-ferħ u l-imħabba kontemplattiva jwassluna biex l-attitudni tagħna tkun li ngħatu u nirċievu (ara Sir, 14:16) u mhux li ngħatu u niehdu (*give and receive* mhux *give and take*). B'hekk inkunu nistgħu nilqgħu dak li l-persuna l-oħra toffrilna u mhux nippretenduh bi dritt. (Para. 126 – 130)

.....
4. Il-ferħ tal-imħabba bl-istituzzjoni taż-żwieġ u l-manifestazzjoni esterna tal-kunsens, ma jiftaqarx jew jixxekkel, imma jsib mod kif jsir stabbli u jikber b'mod

konkret. Hu veru li l-imħabba ma tistax tagħlaqha f'ritwali esterni u ċerimonji, imma dawn huma espressjonijiet reali tal-intenzjoni li tinfired minn mal-ġenituri sabiex b'mod konkret tingħaqad fiż-żwieġ. Hawn żewġ toroq distinti jingħaqdu f'waħda minkejja l-isfidi li jistgħu jinqalgħu. Wara kollox imħabba vera twassal biex tigi manifestata u dikjarata anke quddiem oħrajn.

Dawn il-ġesti ma jsirux darba u daqshekk imma għandhom jibqgħu jiġu mġedda ta' kuljum, b'generożità. Tliet kelmiet huma importanti fil-ħajja familjari: jekk jogħġbok, grazzi u skużani. Dawn iwasslu sabiex fil-familja jkun hemm rispettu lejn l-oħrajn, nuqqas ta' egoizmu, paċi u ferħ. Is-silenzju li jtarrax jista' jagħmel ħsara bejn il-koppja. Kelma f'waqtha ssaħħaħ l-imħabba fil-ħajja ta' kuljum.

Jekk l-imħabba ma tissaħħaħx u tikber, jikbru r-riskji. Hu biss permezz tal-grazzja tal-Ispirtu li jiggwida din il-mixja kontinwa li l-imħabba tkompli tikber u magħha tikber il-kapaċità li din l-istess imħabba tkompli tespandi. L-indissolubbiltà mhix sempliċi obbligu jew domma. Aktar mill-fantażija ta' mħabba idillika u perfetta, ikun

aktar ta' ġid li l-koppja taċċetta r-realtà u l-limiti, l-isfidi u l-imperfezzjonijiet u tgħix flimkien u tkabbar u ssaħħaħ l-għaqda ta' bejniethom, jiġri x'jiġri. (Para. 131-135)

.....
5. Biex din l-imħabba tikber, tigi espressa u mgħajxa, u timmatura fi djalogu awtentiku hu essenzjali u meħtieġ atteggjamenti li jippermettu dan. Qabel ma wieħed jibda jagħti opinjoni jeħtieġ li qabel xejn wieħed ikun ċert li jkun sema' kulma l-persuna l-oħra għandha xi tgħid. Dan jitlob li jkun hemm qabel kollox silenzju interjuri li jsikket l-urġenzi personali u jagħmel wisa' għall-persuna l-oħra, għaliex kultant il-persuna l-oħra jkollha bżonn li xi hadd sempliċement jismagħha. B'hekk dik il-persuna tagħti importanza lill-persuna l-oħra u din tħossha apprezzata u mifhuma.

Id-djalogu jwassal sabiex il-miżżewġin jesprimu u jarrikkixxu lilhom infushom u lill-persuna l-oħra. L-iskop tad-djalogu mhux biex ikun hemm uniformità ta' ħsieb imma biex ikun hemm unità fid-diversità u allura rispettu u apprezzament. Dan jeħtieġ li t-tnejn iħossuhom indaqs, li t-ton u l-linwaġġ ikun meqjus flimkien ma' ġesti li juru l-affett u l-imħabba lejn xulxin. (Para. 136-141)

.....

6. L-imħabba fiż-żwieġ tiżboq dik ta' bejn il-ħbieb għax hi waħda totali u allura tinkludi l-espressjonijiet kollha tal-ġisem u l-moħħ inkluż l-emozzjonijiet, is-sentimenti u s-sesswalità. Dawn kollha huma parti importanti mill-persuna u l-ħajja tagħha u allura anke fil-ħajja miżżewġa. Anke Ġesù għex dawn is-sentimenti. Diversi huma l-okkażjonijiet fejn naraw lil Ġesù jesternalizza, juri l-emozzjonijiet tiegħu; jibki, jirrabja, iħoss kompassjoni għall-oħrajn.

Mhumieħ dawn li huma moralment ħżiena jew tajba imma l-azzjonijiet li joħorġu minnhom. La r-rabja fiha nnifisha ma hi ħażina (sakemm din ma twassalx għal azzjoni kontra xi hadd) u lanqas il-pjaċir ma hu xi ħaġa ħażina fih nnifsu (sakemm dan ma jagħtix lok għal egoizmu personali). L-imħabba matrimonjali għandha tibbilanċja l-passjonijiet tal-persuna għall-ġid tal-persuna l-oħra u l-familja, li permezz tagħhom tista' tistagħna u tisbieħ. (Para. 142 – 146)

.....
7. Fid-dawl ta' dan id-duttrina tal-Knisja Kattolika tista' tidher li qiegħda xxekkel dawn il-passjonijiet bil-ħafna regoli u kmandamenti tagħha. Għalkemm fil-

Knisja kien hemm tendenzi li huma esagerati u li jiddevjaw mit-tagħlim li nsibu fl-Iskrittura, it-tagħlim awtentiku tal-Knisja mhux kontra l-passjonijiet u s-sesswalità imma kontra t-tendenza li nagħmlu minn dawn allat. Dan ikollu l-konsegwenza li jnaqqas mid-dinjità u l-gmied propju tagħhom.

Jehtieg li jkollna edukazzjoni emottiva sabiex dawn l-istess istinti u pjaċiri jsaħħu u mhux imarrdu lill-membri tal-familja u allura jagħmlu ħsara lill-ħajja taż-żwieġ u familjari. Dan ma jfissirx li wiehed għandu jiċċaħhad mill-pjaċir qawwi; Alla ma jridniex inkunu persuni mdejqa. Madanakollu, dawn kollha għandhom jiġu magħgħuna ma' dedikazzjoni u tama paċenzjuża, għejja u sforz. Dawn huma elementi fil-ħajja taż-żwieġ, u allura għandhom jiġu mgħajxa b'mod sħiħ.

Is-sesswalità u l-passjonijiet huma rigal mill-isbaħ ta' Alla u tal-koppja lil xulxin u mhux semplicement xi haġa li għandna nittolleraw minħabba l-bżonn tal-prokreazzjoni. L-edukazzjoni u l-kontroll tal-passjonijiet ma jnaqqas minn dan ir-rigal imma joħorġu fih il-valur awtentikament uman tiegħu. Il-passjoni erotika mhix istint li hu ħażin

imma li fir-relazzjoni tal-koppja jsir għotja u lingwaġġ interpersonali fejn il-persuna l-oħra tagħti u tircievi l-aktar elementi qaddisa tal-ġisem uman. B'dan il-mod, is-sesswalità mhix biss issir mezz għall-prokreazzjoni imma espressjoni mill-aktar għolja ta' mħabba fejn il-pjaċir u l-istinti jieħdu forma mill-aktar umana. (Para. 147 – 152)

.....
8. Sfortunatament, is-sesswalità qiegħda dejjem aktar timrad u ssir anqas personalizzata u minflok rigal issir strument ta' dominju u affermazzjoni tal-persuna għas-sodisfazzjon egositiku tax-xewqat u l-istinti. Is-sesswalità qiegħda tinħakem mill-kultura tal-“uża u armi” fejn il-ġisem tal-persuna l-oħra jsir oġġett li jintuża sakemm jagħti sodisfazzjon u jintrema meta ma jibqax attraenti. Dan qed jiġri anke fil-ħajja mizzewġa.

Fiz-żwieġ, is-sesswalità tista' ssir sofferenza u manipulazzjoni speċjalment meta l-att sesswali jkun impost kontra r-rieda tal-persuna l-oħra jew meta dan ikun mgħobbi bi pretensjonijiet għoljin wisq. Hawn is-sess ma jibqax għotja reċiproka ta' komunjon u relazzjoni interpersonali imma jsir dominju, fejn

anke min jiddomina jitlef id-dinjità tiegħu stess ukoll. Is-sess ma jibqax tfittxija għall-gmied tal-għaqda imma jsir ħarba u allura kull sottomissjoni sesswali għandha tiġi kkundannata.

Is-sesswalità min-naħa l-oħra għandha tkun għas-servizz tal-imħabba fiz-żwieġ, intenzjonata sabiex il-persuna l-oħra tgħix b'mod sħiħ. Persuna li tħobb verament mhux biss tagħti imma tagħraf il-bżonn li tircievi, tifhem id-dghufijiet u l-bżonnijiet tagħha u tilqa' mingħand il-persuna l-oħra l-għotja tagħha nnifisha. L-imħabba fuq livell ta' spirtu u ġisem ma jistgħux jinfirdu bħallikieku l-ġisem hu l-wirt annimalesk tagħna. Fis-sesswalità nifhemu li dawn it-tnejn huma magħquda u permezz tagħhom il-koppja tagħti u tingħata. (Para. 153 – 157)

.....
9. Din l-imħabba tittrasforma ruħha maż-żmien. Illum il-gurnata din l-imħabba trid tiġi sostnuta għal ħafna snin minħabba li l-persuni qegħdin jgħixu aktar fit-tul. Jista' jkun li l-għibda sesswali ma tibqax l-istess. Madanakollu, il-persuna xorta tibqa' tħoss il-gost li tkun magħquda mal-persuna l-oħra, li huma ta' xulxin u li

flimkien qegħdin jimxu l-ħajja ta' kuljum. Ma nistgħux inwiegħdu li jkollna l-istess sentimenti għal ħajjitna kollha. Li hu żgur hu li jrid ikollna proġett komuni stabbli, b'impenn li nħobbu lil xulxin f'għaqda flimkien sa mal-mewt tifridna. Din l-imħabba tmur lil hinn mis-sentimenti, l-emozzjonijiet u l-burdati.

Fiz-żwieġ, il-koppja tagħmel mixja li permezz tagħha tikber u tinbidel, fejn l-imħabba tiċċelebra kull pass li jsir. F'din il-mixja għalkemm l-aspett fiżiku jinbidel dan m'għandux ifisser li l-attrazzjoni tonqos. L-imħabba hi lejn il-persuna fit-totalità tagħha u mhux biss b'mod fiżiku. Allura l-attrazzjoni u l-affett mhux talli ma jispiċċawx, imma mmexxija mill-istint tal-imħabba tiġi reaffirmata b'aktar fedeltà u affett. (Para. 163 – 164)

.....
10. Biex dan isir, jehtieg mixja gurnata b'gurnata bl-għajnuna tal-Ispirtu s-Santu li lejha ngħajtu bl-għola vuċi u nitolbu l-qawwa mhegħa tiegħu fuq l-imħabba tagħna sabiex isaħħaħha, jagħtiha direzzjoni u jibdilha f'kull sitwazzjoni għdida. (Para. 164)

.....

Parti 2:

Riflessjoni Personali

Is-silta fl-Ewwel Ittra lill-Korintin, kapitlu 13 versi 4 sa 7 toffri numru ta' elementi li jidentifikaw l-imħabba. Il-Papa Frangisku f'*Amoris Lætitia* joffri riflessjoni fuq kull wieħed minn dawn il-punti. Fid-dawl ta' dak li ntqal qabel:

1. Aqra s-silta mill-Ewwel Ittra lill-Korintin (13: 4-7);
2. Aghzel punt li għal raġuni jew oħra jolqtok;
3. Aqra r-riflessjoni tal-Papa Frangisku f'*Amoris Lætitia*;
4. Irrifletti dwar dak li Alla jixtieq jgħidlek permezz ta' dan kollu.

“L-imħabba tal-koppja hi “l-akbar ħbiberija” wara dik li tgħaqqadna ma' Alla.”



Parti 3:

Riflessjoni bejn il-koppja

Aqsmu flimkien bħala koppja bejnietkom dak li rriflettejtu fuqu u ffokaw kif tistgħu tkomplu tikbru sabiex ittejjbu r-relazzjoni ta' bejnietkom.

Parti 4:

Riflessjoni/Sharing fi grupp

Aqsmu flimkien mal-koppji l-oħra dak li taħsbu jista' jgħin lill-koppji l-oħra.

Għajnuna għall-animazzjoni tal-iskemi fil-grupp

Talba tal-Bidu (ara paġna 87)

Qari u diskussjoni dwar it-tema tax-xahar

Inheggu l-koppja mexxejja biex tippjana l-laqgħa minn qabel u tiehu ħsieb biex ikollhom il-faċilitajiet neċessarji biex il-laqgħa tkun animata mill-aħjar possibbli.

Il-laqgħa tista' tiehu forom differenti. Per eżempju, l-ewwel jinqara t-test preżentat fl-iskemi u wara ssir diskussjoni, jew, issir diskussjoni waqt li qed jinqara t-test tal-iskema. Inheggu l-membri kollha biex jiehdu ħsieb żgħir magħhom id-dar u jippruvaw jgħixuh matul dak ix-xahar.

Talb spontanju quddiem Ġesù Ewkaristija

Il-ħin ta' gabra u talb fil-grupp hu ħin importanti ħafna fil-laqgħa tal-grupp, u hu propost li naghmluh f'kull laqgħa fil-preżenza ta' Ġesù Ewkaristija. L-Ewkaristija għandha titwassal mis-Sacerdot f'teka, titqiegħed fuq terħa filwaqt li tinxtegħel xemgħa. Għandna nagħtu importanza lis-skiet, l-adorazzjoni u t-talb spontanju minn dawk preżenti. Wara, jekk is-Sacerdot ma jkunx ser jiehdu lura lil Ġesù fil-knisja, l-aħjar li nistiednu lil dawk li ma jkunux tqarbnu matul il-jum biex jirċievu l-ġisem ta' Ġesù.

Talba tal-Għeluq (ara paġna 88)

Skema - Jannar 2017 L-Gherf

**“Ara, jiena
l-qaddejja
tal-Mulej: ħa
jsir minni skont
kelmtek!”**

(Lq. 1:38)

³ Jiena wkoll meta twelidt, ħadt nifs li kulħadd jieħu, waqajt fuq l-istess art li ġgibna lkoll, bħall-oħrajn il-biki kien l-ewwel li semmajt. ⁴Fil-ħrieqi fisqewni u b'ħafna ħsieb rabbewni. ⁵Għax l-ebda sultan ma jibda ħajtu mod ieħor. ⁶Xorta waħda lkoll jidhlu fil-ħajja l-bnedmin, u xorta waħda lkoll joħorġu minnha. ⁷Għalhekk jien tlabt u qlajt l-għaqal; sejjaħt, u ġie fuqi l-ispiritu tal-għerf. ⁸Dan l-għerf qistu aqwa minn kull xettru u tron, u ntbaħt li l-għana mhu xejn ħdejh. ⁹Ma xebbahtx miegħu l-ħaġra l-aktar prezzjuża, għax id-deheb kollu ħdejh mhuwiex ħlief ftit ramel, u l-fidda quddiemu qisha ftit tajn. ¹⁰Aktar mis-saħħa u s-sbuhija ħabbejtu, u għogobni aktar mid-dawl; għax id-dija tiegħu ma tghib qatt. ¹¹Mal-għerf ġieni l-ġid kollu, u miegħu ġiebli għana bla qies. ¹²Jien fraħt b'dan kollu, għax kollox ġie wara l-għerf; u ma kontx naf li hu l-bidu ta' kollox. ¹³Bla qerq tghallimtu u bla għira lill-oħrajn ngħaddih; l-għana tiegħu ma naħbihx. ¹⁴Għax hu għall-bniedem teżor bla qies; dawk li jiksuh isiru ħbieb Alla, jogħġbuh bid-doni li jieħdu minn tagħlimu. ¹⁵Jagħtini Alla li nitkellem sewwa kif għaraft, u naħseb kif jixraq bid-doni li tani. Għax hu t-triq tal-għerf, hu jmessi l-għorrief fis-sewwa."

Dan huwa dak li jmur jikteb is-Sultan Salamun, f'Kapitlu 7 tal-Ktieb tal-Għerf. Salamun, sultan il-għerf, huwa x-xempju ta' dan l-ewwel don tal-lspirtu Qaddis, don li għalih l-Antik Testament jiddedika mhux anqas minn seba' kotba, magħrufa kollettivament bħala l-Kotba tal-Għerf. Dawn huma: il-Ktieb ta' Ġob, il-Ktieb tas-Salmi, il-Ktieb tal-Proverbji, il-Ktieb ta' Kohelet, il-Ktieb tal-Għanja tal-Għanjiet, il-Ktieb tal-Għerf u l-Ktieb ta' Bin Sirak.

Biex nifhmu aħjar x'inhil n-natura tal-Għerf li qed nitkellmu dwaru hawn, tajjeb li nagħtu ħarsa lejn il-bidu tal-Ktieb tal-Proverbji, li jiġbor fih tagħlimiet misluta mill-esperjenza tal-ħajja ta' kuljum.

"¹Il-proverbji ta' Salamun bin David, sultan ta' Izrael: ²biex jagħrfu l-bnedmin l-għerf u t-tagħlim, biex jifhmu kliem l-għaqal, ³biex jieħdu tagħlim tajjeb, skont il-ġustizzja, id-dritt u s-sewwa; ⁴biex jingħata d-dehen liċ-ċkejknin, l-għerf u l-għaqal liż-żgħażaġh. ⁵Jisma' wkoll l-għaref, u jzid l-għerf tiegħu, u min jifhem jitgħalliem aktar, ⁶biex jifhem il-proverbji u t-tixbihat, u xi jgħidu l-għorrief u l-kliem mistur tagħhom. ⁷Il-biża' tal-Mulej hu l-bidu tal-għerf; l-għerf u t-tagħlim il-boloh imaqdruhom."

L-awtur sagru hawnhekk iħares lejn it-

tagħlim ta' Salamun, u mhux biss iżomm l-għerf għalih innifsu, iżda saħansitra jfittex li jagħti pariri ta' kif wiehed għandu jġib ruħu fl-oqsma kollha tal-ħajja. B'mod partikolari jindirizza li jħarreg liż-żgħażaġh filwaqt li ma jieqaf qatt ifakkar li l-qofol tal-għerf hu l-biża' ta' Alla u li l-Alla huwa l-għajn ta' kull għerf.

Nistgħu liberament nimmaginaw xena fis-Sinagoga, u hemm Ġesù jisma' dan l-istess qari mill-Ktieb tal-Proverbji. Ċertament li kien midhla tiegħu, kif kienu l-Lhud ta' żmien, tant li kemm Ġesù kif ukoll l-appostli nqadew b'dan il-ktieb fil-predikazzjoni tagħhom għaliex kien test magħruf. L-Evangelista San Luqa, f'kapitlu 2, vers 5, fi tmiem ir-rakkont tat-tfajjel Ġesù misjub fit-Tempju wara tlett ijiem, jikteb: "U hekk Ġesù baqa' jikber fl-għerf, fis-snin u fil-grazzja, quddiem Alla u quddiem il-bnedmin." Mela li tikber fl-għerf għas-socjetà Lhudija kien importanti ħafna. Meta tqis ukoll li San Luqa fl-Evangelju tiegħu, it-tielet wiehed mill-erbgħa, jishaq fuq il-ħniena universali ta' Alla, fuq il-faqar, fuq it-talb u fuq il-ferħ tal-messaġġ tal-ħajja Nisranija, nistgħu nikkonkludu li nistgħu nilhqu l-milja tal-grazzja ta' Alla propju jekk l-għażliet f'ħajjitna nagħmluhom billi neżercitaw id-don tal-għerf.

Il-Knisja ttina kull għajnuna biex dan ikun possibbli. Kienu bosta l-għorrief tal-Knisja, hekk imsejha Missirijiet tal-Knisja, is-Santi Padri, li tawna kitbiet ta' tagħlim importanti, fosthom Sant'Ambroġ, Santu Wistin, San Girgor il-Kbir u tant u tant oħrajn. Dawn permezz tal-kitbiet tagħhom, ittrasmettew, spjegaw u ddefendew id-duttrina, it-tagħlim, tal-Knisja. Il-papiet, sal-Papa tagħna llum Frangisku, ukoll jaqsmu l-għerf tagħhom magħna permezz tal-kitbiet tagħhom biex flimkien nissieħbu fl-iżvilupp ta' dan id-don qaddis fil-mixja tagħna lejn "is-sema pajjiżna." (Fil. 3:20)

Bħala mudell il-Knisja tippreżentalna lil Sidtna Ommna Marija taħt it-titlu ta' *Sedes Sapientiae*, Tron tal-Għerf, tislma li nsibuha wkoll fil-Litanija tar-Rużarju. Huwa unur li jassoċja lil Verġni Mqaddsa mal-glorja (it-tron) u t-tagħlim (l-għerf). Huwa wkoll tixbiha mat-tron ta' Salamun, fejn Marija, it-tron ippersonifikat, iġġorr fil-guf tagħha lil Salamun il-ġdid, lil Ġesù Kristu, u hekk il-Kelma ta' Alla (*Verbum Dei*) tkun inkarnata u ssir bniedem. Huwa permezz tal-għerf fl-għażla ta' Marija li Alla jagħti bidu għall-pjan tas-salvazzjoni tal-umanità: "Ara, jiena l-qaddejja tal-Mulej: ħa jsir minni skont kelmtek!" (Lq. 1:38) Marija fil-libertà kollha

tagħha, għax mimlija bil-grazzja ta' Alla (kif propju sellmilha l-Arkanġlu Gabrijel f'tit qabel: "Sliem għalik, mimlija bil-grazzja, il-Mulej miegħek." – (Lq. 1:28), taċċetta r-rieda ta' Alla f'hajjitha. Marija li hija mistikament tqila (mimlija) bil-grazzja ta' Alla, permezz tal-'iva' tagħha tippermetti l-intervent dirett u divin biex permezz tat-tqala umana ssir "omm bil-hidma tal-Ispirtu s-Santu." (Mt. 1:18) Għerf fil-għażla u l-hidma tal-Ispirtu Qaddis, li jmorru id f'id.

Inzommu f'moħħna t-twissija ta' San Pawl Missierna: "Għax l-għerf ta' din id-dinja hu bluha quddiem Alla. Għax hemm miktub: "Hu jaqbad l-għorrief fil-ħażen tagħhom." (2 Kor. 3:19)

Nimmeditaw fis-skiet fuq dawn is-siltiet mill-Kelma ta' Alla

Mill-Ktieb tal-Għerf (7:24-27): "Għax il-għerf jitharrek aktar minn kull haġa oħra lil titħarrek; minħabba s-safa tiegħu jidhol f'kollox u jinfirex ma' kullimkien. Hu bħal dahna ħafifa tas-setgħa ta' Alla, nixxiegha safja tal-glorja ta' Dak li jista' kollox; għalhekk xejn imdennes ma jidhol fih. Hu raġġ tad-dawl ta' dejjem, mera bla tebgħa tas-setgħa ħaddiema ta' Alla u xbieha tat-tieba tiegħu. Għalkemm hu waħdu, kollox jista', jibqa' dak li hu fih innifsu u jgedded

kollox; minn żmien għal żmien jidhol f'erwieh qaddisa u jagħmilhom ħbieb ta' Alla u profeti."

Kemm jien konxju mill-Għerf ta' Alla li qed jahdem il-ħin kollu għewwa fija?

Mill-Ktieb tal-Għerf (9:10): "Ibghat l-Għerf tiegħek mis-smewwiet imqaddsa, għidlu jiġi mit-tron imsebbah tiegħek, biex ikun miegħi jien u naħdem u jgħarrafni dak li jogħgħob lilek."

Ara li din is-silta tkun id-dawl tiegħek qabel ma tibda tagħmel xi haġa, tkun xi tkun!

"Intom il-melħ tal-art. Imma jekk il-melħ jaqta' biex jerġa' jiehu t-togħma? Ma jibqa' tajjeb għal xejn iżjed ħlief biex jintrema barra u jintrifes min-nies. Intom id-dawl tad-dinja. Belt li tkun qiegħda fuq muntanja ma tistax tinheba. Anqas ma jixegħlu l-musbieh u jqegħduh taht il-modd, iżda fuq l-imnara, u hekk idawwal lil kull min ikun fid-dar. Hekk għandu jiddi d-dawl tagħkom quddiem il-bnedmin biex jaraw l-għemejjel tajba tagħkom u jagħtu glorja lil Missierkom li hu fis-smewwiet." (Mt. 5:13-16)

L-għaref huwa dak li jkun dawl fl-art u melħ fid-dinja.

Skema - Frar 2017

Id-Dehen



Id-Don tad-Dehen, it-tieni wiehed li jaghtina l-Ispirtu s-Santu, huwa don personali hafna. Nużawh meta ningabru fina nfusna, nidhlu fil-fond tal-verità tal-fidi tagħna u b'dixxerniment sincier naslu biex nifhmu dak li Alla jrid minna. Permezz ta' dan id-don jirnexxilna ngħarblu sew il-kuxjenza tagħna biex permezz tagħha nisimgħu l-vuċi ta' Alla fina. Probabbli s-silta mill-Ewwel Ktieb tas-Slaten (3:9) hija dik li tagħti spjegazzjoni tajba ta' xi jfisser dan id-don: "Agħti, għalhekk, lill-qaddej tiegħek moħħ hafif biex jifhem, biex jista' jmxexxi l-poplu tiegħek, u jagħraf it-tajjeb mill-ħażin." Mela meta nhaddmu dan id-don, il-grazzja qaddisa ta' Alla ddawililna moħħna u tqanqlilna 'l qlubna biex inkunu kapaċi nagħmlu l-għażla ġusta. San Pawl, fl-ittra tiegħu lill-Efesin, jikteb: "... u jdawlilkom l-għajnejn ta' qalbkom biex tagħrfu x'inhi t-tama tas-sejha tagħkom; x'inhu l-għana tal-glorja tal-wirt li takom taqsmu mal-qaddisin." (1:18)

L-Appostlu Missierna hawnhekk ma jiqafx biss fuq l-aspett tad-dixxerniment, tal-fehem, iżda jagħmel pass ieħor 'il quddiem biex il-ħidma ta' dan id-don issir waħda tangibbli skont is-sejha ta' dak li

jkun. Fil-każ tagħna, koppji miżżewġin, din is-sejha hija ż-żwieġ. "Inkunu xhieda ħajja tal-imħabba ta' Alla meta ngħixu s-sejha tagħna fiż-żwieġ." Din hija l-frażi li tiddefinixxi l-kariżma tal-Gruppi Familji Nsara, u naslu biex dan inwettquh propju meta nużaw id-Don tad-Dehen. Dakinhar li żżewwiġna stqarrejna: "Jiena nieħu lilek b'żewġi/marti u nwiegħdek li nżomm ruhi fidil/a lejki, fir-risq it-tajjeb u l-ħażin, fil-mard u fis-saħħa, u li nhobbok u nirrispettak tul ħajti kollha." Mhix wegħda ħafifa, aktar u aktar jekk mal-medda tas-snin il-preżenza ta' Alla fir-relazzjoni taż-żwieġ tagħna tibda tnin bil-mod il-mod.

L-antiki kienu jgħidu li ż-żwieġ kaxxa magħluqa; ma tafx x'se ssib fiha. Iżda jekk iż-żwieġ huwa kaxxa, tajjeb li fiha npoġġu dawk l-affarijiet li huma għeżiež għalina, u l-imbarazz li ma jagħmlilniex gid inwarrbuh u narmuh. Tajjeb li f'din il-kaxxa għażiża nżommu t-tifikiriet sbieħ li għexna flimkien, biex f'mument ta' saram inħarsu lejn l-album ta' ħajjitna u nerġġhu nnisslu tbissima fuq fommna.

Fit-thejjija lejn il-Ġublew tas-Sena 2000, il-Papa San Ġwanni Pawlu II, fl-ittra Appostolika tiegħu *Tertio Millenio Adveniente*, jagħtina elenku shiħ tal-isfidi

li l-bniedem tal-lum qiegħed iħabbat wiċċu magħhom, u li huwa biss permezz tal-Ispirtu s-Santu li naslu biex nifhmu u ninterpretaw is-sinjali taż-żminijiet li qed ngħixu fihom.

"L-Ispirtu s-Santu hu għal żmienna wkoll l-awtur ewlieni tal-evangelizzazzjoni tagħna. Tkun ħaġa importanti għalhekk li nsiru nafu mill-ġdid li l-Ispirtu s-Santu hu dak li jibni s-Saltna ta' Alla tul iż-żminijiet u jhejji d-dehra shiħa tagħha fi Kristu, huwa u jqanqal lill-bnedmin fil-fond ta' qalbhom biex fil-ħajja tagħhom ta' kuljum tinbet iż-żerriegħa tas-salvazzjoni, li

tilhaq il-kobor shiħ tagħha fl-aħħar taż-żminijiet.

Jeħtieġ ukoll li jingħarfu s-sinjali tat-tama li qed jidhru f'dawn l-aħħar snin tas-seklu u nifhmuhom sewwa minkejja d-dellijiet li spiss jaħbuhomlna; fil-qasam tas-soċjetà ċivili; fil-progress fix-xjenzi, fit-teknika u fil-medicina għas-saħħa tal-bniedem; is-sens ta' responsabbiltà dejjem akbar għall-ħarsien tal-ambjent; l-isforzi biex ikun hemm paċi u ġustizzja kull fejn ġew fix-xejn; ir-rieda għar-rikonċiljazzjoni u għas-solidarjetà fost il-popli; u b'mod partikulari r-relazzjonijiet



kompleksi bejn it-tramuntana u n-nofsinhar tad-dinja; fil-qasam tal-Knisja, is-smigh aktar attent ghal-lehen tal-Ispirtu ahna u nilqghu l-karizmi u l-promozzjoni tal-lajci, it-thabrik herqan ha ssehh l-għaqda bejn l-Insara kollha, id-djalogu bejn ir-religjonijiet u bejn il-kultura tal-lum.” (minn paragrafi 45 u 46)

Din hija d-dinja li n-Nisrani qiegħed jghix fiha. Mhux facli li tibdel ir-rota tal-kurrent li tkun qabdet is-socjeta. Nghidu li għandna nkunu assertivi u kuraġġu u mmorru kontra l-kurrent! Iżda b'daqshekk ma nsibu l-ebda soluzzjoni. Dak li jaqa' fix-xmara u jingarr mill-kurrent ma jistax imur kontriha għax jegħreq. Is-soluzzjoni hija li jara kif jaftax xi zokk u jevita l-għarqa u kif jgħid iċ-ċans jersaq lejha ix-xatt u jsalva. Din hija l-ħidma tal-Ispirtu s-Santu, li fil-kurrenti tal-ħajja ta' kuljum, kultant anke kurrenti turbulenti ħafna, jagħtina kull għajnuna permezz tad-Doni Mqaddsa. Ikun jonqos biss li ahna nagħmlu l-parti tagħna biex daww id-doni nużawhom. U bħar-raġel fix-xmara li jaftax iz-zokk biex isalva permezz tiegħu, ahna għandna naħtfu dawn id-Doni u permezz tagħhom naslu biex ngħixu l-fidi u s-sejha tagħna fil-milja kollha tagħha.



Niddiskutu fil-grupp:

Id-Don tal-Għerf jinvolti mhux biss il-moħħ tagħna imma wkoll il-qalb, ir-rieda, l-emozzjonijiet u saħansitra l-azzjoni kollha tagħna.

Id-Dehen huwa l-qawwa li tagħraf il-konsegwenzi tal-azzjonijiet tiegħek. Il-qawl Malti jgħid: “ahseb dejjem x'jigi wara!”

Karatteristika oħra ta' dan id-don hija li tagħraf tgħaqquad flimkien id-diversi aspetti tal-fidi tiegħek.

Min jghix bid-don tad-Dehen jagħraf li l-ħajja hi taħlita ta' rebh u telf, ferh u niket. B'dan id-don tifhem il-mod ta' kif jimxi Alla: “Il-ħsibijiet tiegħi mhumie x il-ħsibijiet tagħkom; ix-xewqat tiegħi mhumie x ix-xewqat tagħkom.”

Talba: “Infahħrek Missier, sid is-sema u l-art talli dawn il-ħwejjegħ ħbejthom lill-għaref u lil min jifhem u wrejthom liċ-ċkejknin.”

Skema - Marzu 2017

L-Għaqal



⁸ L-qaddej tieghek sab ruħu f'nofs dan il-poplu li int għazilt, poplu hekk kotran li hadd ma jista' jghoddu jew iqisu. ⁹Agħti, għalhekk, lill-qaddej tieghek moħħ ħafif biex jifhem, biex jista' jmexxi l-poplu tieghek, u jagħraf it-tajjeb mill-ħażin; għax inkella min jasal biex imexxi, dan il-poplu tieghek ta' kotra hekk kbira?" ¹⁰ Il-Mulej ħa gost li Salamun talab dil-ħaġa. ¹¹ Għalhekk qallu Alla: "Ladarba tlabt din il-ħaġa, u ma tlabtnix għomor twil, jew għana, jew il-ħajja tal-għedewwa tieghek - iva, talli tlabt li tagħraf tifhem kif għandek tmexxi - ¹² hawn jien se nagħmel kif għedt int. Qed nagħtik moħħ **għaref u għaqli**, hekk li hadd qablek ma kien hawn bħalek, u anqas warajk ma jkun hawn." (1 Sl. 3:8-12)

Dan huwa r-rakkont li nsibu fil-Bibbja dwar it-talba ta' Salamun lil Alla. Dan is-Sultan diġà ltqajna miegħu meta tkellimna dwar l-ewwel don tal-Għerf. Iżda l-Għerf u l-Għaqal imorru flimkien id f'id, u quddiem din it-talba Alla jżejjen lil Salamun b'moħħ għaref u għaqli. X'inhu l-Għaqal? L-Għaqal huwa dik il-forza interna li permezz tagħha l-bniedem jagħraf irazzan fih kull nuqqas ta' ħsieb. Bl-għaqal ma nkunux prużuntużi u ma

nghaġġlux fil-ġudizzji li nagħmlu. Bl-Għaqal nagħtu pariri tajba u nkunu sodi fil-fehma li nagħmlu l-ġid. Għandna wkoll responsabbiltà li nkunu għaqdin biex inħarsu l-ġid komuni, aktar u aktar jekk ninsabu f'pożizzjoni ta' awtorità.

Il-Katekiżmu tal-Knisja Kattolika jpoġġi l-Għaqal bħala wieħed mill-erba' virtujiet kardinali, u "li fuqhom bħal fuq ċappetta jistrieħu l-virtujiet l-oħra kollha." (KKK 1805) Ikompli jiddeskrievi l-Għaqal bħala prudenza, "dik il-virtù li thejji r-raġuni Prattika biex tagħraf fiċ-ċirkostanzi kollha x'inhu l-veru ġid tagħna u tagħzel il-mezzi ġusti biex jinkiseb... Jissejjaħ is-sewwieq tal-virtujiet għax imexxi l-virtujiet l-oħra u jurihom il-qies tagħhom u safejn għandhom jaslu. Hu l-għaqal li jmexxi immedjatament il-ġudizzju tal-kuxjenza. Il-bniedem bil-għaqal jiddeċiedi u jirregola l-imġieba tiegħu skont din il-virtù." (KKK 1806)

Huwa permezz tad-Don tal-Għaqal li l-Ispirtu Qaddis iwieġeb għat-tnehida tar-ruħ tal-bniedem meta jsib ruħu mitluf; l-istess bħal Sawlu fit-triq lejn Damasku meta fil-mument qawwi tal-konverżjoni jsaqsi: "'X'għandi nagħmel,

Mulej?" U l-Mulej qallu, "Qum u mur Damasku. Hemm jgħidulek kulma għandek tagħmel." (Atti 22:10) Sawl, minkejja li kien għaref tal-ligi, quddiem l-esperjenza ta' Kristu Ħaj jiltaqa' max-xejn tiegħu. Iżda għax kien bniedem ta' fidi, jagħzel li ma jkunx prużuntuż, ma jirribellax, u jintelaq fi ħdan il-Mulej. U għax jagħmel hekk, Ġesù jurih it-triq, itih soluzzjoni.

Kemm nutilizzawh id-Don tal-Għaqal fil-ħajja miżżewġa? Biss biss jekk nitilqu mill-mument tat-twelid taż-żwieġ tagħna, il-kunsens, insibu li l-għażla li stqarrejna dakinhar f'riglejn l-artal u quddiem il-miġemgħa, kienet waħda mibnija fuq deċizzjoni għaqlija. Iddikjarajna li:

- Iva, ġejna minn rajna, mingħajr hadd ma gegħilna.
- Iva, lesti li nhobbu u nirrispettaw lil xulxin tul ħajjitna kollha.
- Iva, lesti nilqgħu mingħand Alla l-ulied li jogħġbu jibagħtilna, u nrabbuhom skont il-ligi ta' Kristu u tal-Knisja tiegħu.

Dakinhar kellna dawn il-prinċipji. Għandna nibqgħu ngħożżuhom, u fil-

mument tal-kriżi nħarsu lura u nerġġhu niskopru dak li wassalna għalihom. Huwa bis-saħħa tal-Ispirtu Qaddis u d-doni u l-frott tiegħu li ż-żwieġ tagħna jibqa' frisk u sabiħ, mibni fuq l-imħabba.

"Is-sagrament taż-żwieġ huwa sinjal tal-imħabba ta' Alla. Għalhekk mara u raġel li jiżżewġu bi żwieġ sagrament għandhom ir-responsabbiltà li jhobbu lil xulxin bil-mod kif iħobb Alla. Kif iħobb Alla? Alla jhobb bla ma jagħmel kundizzjonijiet; iħobbna kif aħna u mhux sakemm nogħġbuh; Alla mhux possessiv fl-imħabba tiegħu; ma jfittix x'jista' jieħu minna imma dejjem ħsiebu fil-ġid tagħna; Alla ma jisfurzaniex, iħallina fil-libertà; Alla ma jixbax jistenniena biex fti fti ninbidlu u nsiru bnedmin aħjar; jaħfer kollox u dejjem; Alla hu fidil u jibqa' fidil anki meta aħna ma nibqgħux fidili; Alla mhux biss jaħfrilna imma jiskuzana." (Dokument Żwieġ u Familja - Sinodu Djoċesan)

L-Għaqal jitlob ħsieb. Dixxerniment. Formazzjoni. Kemm hu sabiħ li aħna qegħdin hawn miġbura, f'dan il-Grupp Familja Nsara, biex dejjem aktar niffurmaw u ninfurmaw ruħna dwar is-sejha tagħna ta' miżżewġin!



Niddiskutu fil-grupp:

Id-Don tal-Ghaqal ma jfissirx biss li nimxi fuq ċerti regoli, lanqas li naghzel bejn it-tajjeb u l-ħażin, imma li naghmel l-għażliet li tassew iressquni lejn Alla bħal ngħidu aħna:

- Li nsibu ħin ta' kwalità biex nitolbu flimkien bħala koppja.
- Li nippruvaw naghmlu ftit ħin ta' meditazzjoni kuljum bħala koppja.
- Li regolarment flimkien bħala koppja nirriflettu f'liema livell waslet il-vokazzjoni tagħna bħala mizzewġin.

Frott ta' dan id-don huwa dak li nsejħulu d-dixxerniment spiritwali, jiġifieri li nistaqsi lil Alla, bħal Sawlu fit-triq ta' Damasku, "xi trid minni Mulej?"

“Is-sagrament taż-żwieġ huwa sinjal tal-imħabba ta' Alla.”

Skema - April 2017 Il-Qawwa



Inħarsu lejn id-dinja ta' madwarna naraw sistemi politiċi li jserrġu fuq il-qawwa politika, ekonomika, teknoloġika u militari. Fis-soċjetà li ngħixu fiha nfittxu li jkollna sistemi b'saħħithom li joffru opportunitajiet ta' kwalità ta' ħajja aħjar. Fil-ħajja tal-familja kulhadd jaħdem biex il-membri jgħixu f'ambjent tajjeb li joffri support u ħarsien. Madanakollu, minkejja li nixtiequ soċjetà li tipprova toffri support lil kulhadd, donnu dħalna f'sistema fejn ma nistgħux ma nagħmlux suċċess. Dħalna f'kultura li tkejjel il-bniedem mis-suċċess li kiseb, "skont kemm kapaċi jipproduċi u jikkonsma" (SCICLUNA; GRECH, *Ittra Pastorali ta' Santa Marija*, 2016) b'konsegwenza li qed twarrab fil-ġenb dak li huwa vulnerabbli.

Għal kuntrarju ta' kif id-dinja tas-suċċess tħares lejn id-dgħufija, id-don tal-Qawwa li jagħtina l-Ispirtu s-Santu jagħti valur lill-mument fragli fil-ħajja umana. f'waqtiet meta l-ħajja taf tkun diffiċli, meta kollox jibda jagħfas fuqna u meta l-ħajja tkun qed titlob minna l-prova, l-Ispirtu s-Santu jsaħħaħ dak kollu li huwa dgħajjef fina. Huwa importanti li nammettu dak li huwa fragli fina. Jekk is-soċjetà qed tipprogetta fuq ħajjitna li s-suċċess jitlob il-mija fil-mija tagħna,

Alla jitlob minna d-dgħufija tagħna biex joħroġ minna ħwejjeg kbar. Alla sa mill-bidu ħares dejjem lejn "iċ-ċokon tal-qaddejja tiegħu" (Lq. 1:48) biex jagħti l-qawwa tas-salvazzjoni lill-bnedmin kollha. Għaldaqstant nindunaw li Alla juża 'd-dgħajfa' biex jurina li l-qawwa vera hija dik tal-qalb.

Kelma oħra għal 'Qawwa' u li turi aktar it-tifsira vera tagħha hija l-kelma 'kuraġġ' (qlubija). Il-kelma Taljana *coraggio* tfakkarna f'kelma oħra, *cuore* li tfisser 'qalb'. Għaldaqstant, id-don tal-Qawwa huwa dak il-mument meta tpoġġi l-qawwa tal-qalb f'ċirkustanzi ta' għawġ, tigris, biża', u diffikultajiet oħra.

Tul l-istorja tal-bniedem, diversi ħassieba qalu li l-kuraġġ huwa dik il-kapaċità fil-bniedem li taffronta sitwazzjoni diffiċli u ta' theddid biex tħares l-istabilità tal-ħajja tiegħu. Aktar minn hekk, l-Iskrittura Mqaddsa tippreżentalna diversi episodji fejn il-kuraġġ isir l-attitudni qawwija biex il-bniedem jgħix ir-relazzjoni tiegħu ma' Alla. Il-Kuraġġ ta' Abram li jitlaq dar missieru, minkejja l-biża' li martu kienet sterili u l-inċertezza ta' liema art kellu jgħix fiha, wasslitu biex sar il-missier ta' għadd ta' ġnus. (ara Ġen.

12:1-9) Id-dgħufija ta' Gideon, li minkejja li kien mill-iżgħar tribù ta' wlied Izrael, b'xogħol komuni bħal diversi nies oħra, ma żammetx qawwet il-Mulej biex jirbaħ l-għedewwa tal-poplu. (ara Mħal. 6:25-31) Il-qlubija ta' dawk it-tliet żgħażaġħ fil-Ktieb ta' Danjel, li ma niżlux jaduraw ix-xbieha tas-Sultan Nebukadnezzar, issarrfet fil-qawwa tal-ħajja minkejja l-qilla tan-nar. (ara Dan. 3:1-30) Dankollu, fost tant eżempji oħra, juri l-qawwa tal-Mulej hija "sewwasew fejn hemm id-dgħajjef" (MISSAL RUMAN, Prefazzju tal-Martri) u hija espressa fil-kuraġġ li Alla jitlob mill-bniedem. Huwa dan il-kuraġġ li jagħmlek ubbidjenti għal Alla aktar milli għall-bnedmin. (ara Atti 4:19; 5:29.)

Il-kuraġġ huwa virtù li l-Ispirtu jkabbar fina. Huwa l-enerġija biex inwettqu t-tajjeb akkost ta' kull tigris. Il-Kuraġġ jagħtina l-intelligenza biex inkunu nafu dak li qed nagħmlu u jnissel fina vizjoni biex dak li nafu li huwa tajjeb inwettquh f'ħajjitna. Bħala Nsara, il-Qawwa titlob minna ġenerożità li tista' twassal għall-ghotja ta' ħajjitna. Eżempju mill-isbaħ huma l-martri, li taw ħajjithom għax fehmu li bil-mewt Alla jagħti mill-ġdid il-ħajja. (ara Katekiżmu tal-Knisja Kattolika no. 1808)



F'soċjetà Komunista fil-Polonja tas-snin 80, il-Beatu Jerzy Popiełuszko spiċċa maqtul biex jiddefendi d-drittijiet fundamentali tal-bniedem. Dan is-saċerdot li għex it-tbatija tal-poplu, ta vuċi lil min ma setax issemma' leĥnu. Il-prietki tiegħu favur il-libertà tal-bniedem qanqlu lil bosta nies biex jibnu haġja aħjar. Madanakollu, f'Popiełuszko, l-awtoritajiet raw theddida serja għall-poter tagħhom tant li fit-19 t'Ottubru 1984 spiċċa maqtul. Il-martirju tiegħu ma sikketx il-karba ta' tant nies innoċenti, tant li b'demmu flimkien mal-kelma qawwija tal-Papa Ġwanni Pawlu II, ir-reġim Komunista spiċċa lejn tmiem it-tmeninijiet. Tabilhaqq jgħoddu haġna l-kliem ta' San Ġwann Pawlu II meta qal li "l-qawwa tal-Ispirtu hija iktar minn qatt qabel meħtieġa għall-Insara ta' żmienna, li minnhom huwa mitlub li jagħtu xhieda tal-fidi tagħhom f'dinja spiss indifferenti, jekk mhux ukoll ostili." Din hija qawwa li tipproponi l-Evanġelju mingħajr ma ċċedi "għal compromessi... waqt li jxandru l-verità ta' Kristu f'kull okkażjoni opportuna." (Ara ĠWANNI PAWLU II, Udjenja Ġenerali, L-Erbgħa, 1 ta' Lulju 1998)



Niddiskutu fil-grupp:

- "Ara jiena qed nibgħatkom bħall-ħrief qalb l-ilpup." (Mt. 10:16) Min jistgħu jkunu l-ilpup li dwarhom qed jitkellem Ġesù u li jiena għandi bżonn id-Don tal-Qawwa biex immur għandhom?
- Fil-midja u l-aktar fil-gazzetti jkun hemm haġna *bloggers* li kultant il-kummenti tagħhom iwegġgħu s-sentimenti Nsara tiegħek. Kemm temmen fid-Don tal-Qawwa li hemm fik biex tagħti l-kummenti Nsara tiegħek?
- Iktar qabel semmejna l-kelma 'martirju' li tfisser xhieda. X'jista' jkun il-martirju (ix-xhieda) tiegħek fiż-żminijiet tal-lum?

**"Il-kuraġġ
huwa virtù
li l-Ispirtu
jkabbar fina."**

Skema - Mejju 2017 Ix-Xjenza



Kemm niehdu gost meta xi hadd jurina apprezzament! Meta ta' madwarek iharsu lejg b'sens qawwi ta' apprezzament tibda thares lejg innisfek b'lenti pozittiva. Bosta nies, sa minn età żgħira, meta jharsu lejhom infushom ma japprezzawx daqstant dak li huma jew dak li għandhom. Dan iwassalhom biex ikabbru fihom attitudni negattiva lejn hajjithom hekk li għalihom il-ħajja ma tibqax tagħmel sens. Il-Papa Frangisku bil-gesti sempliċi tiegħu jurina li l-apprezzament li nuru lil xulxin iressaqna lejn Alla. Il-Papa jgħid li ma kull apprezzament li nuru dawn isiru "l-memorja tal-affarijiet sbieħ li Alla kontinwament jagħmel magħna." (Ara FRANGISKU, Omelija f'Santa Marta, Il-Ħamis, 21 ta' April 2016)

L-Ispirtu Qaddis jagħtina d-don tax-Xjenza biex napprezzaw il-ħolqien ta' madwarna filwaqt li nagħrfu l-kobor ta' Alla f'ħajjitna. Id-don tax-Xjenza jgħinna niffurmaw ġudizzju fid-dawl ta' dak li Alla jixtieq minna. Il-Kelma ta' Alla titkellem dwar ix-Xjenza bħala għarfien tal-ħwejjeg qaddisa. Hekk insibu fil-Ktieb tal-Għerf li lill-ġust "l-għerf mexxieh minn toroq dritti, urieh is-saltna ta' Alla, u gharrfu l-ħwejjeg qaddisa tiegħu." (Għerf 10:10)

Id-don tax-Xjenza jgħinna biex filwaqt li napprezzaw l-affarijiet ta' madwarna, inkunu għorrief biex nagħmlu dak li huwa prijorità f'ħajjitna. B'hekk f'ħajjitna nagħzlu lill-Mulej u nifhmu l-importanza li aħna rridu nsiru qaddisin għax "hu l-għajn tal-qdusija u d-dawl tal-fehma tagħna." (San Bażilju l-Kbir)

L-għażla għall-qdusija ma' titlaqx mill-affarijiet straordinarji. Il-qdusija tinżera' u tikber b'mod konkret fil-ħajja sempliċi ta' kuljum. Għaldaqstant iridu nagħtu importanza lill-affarijiet iż-żgħar u sempliċi għax dawn huma l-mezzi li l-Mulej jipprovdilna biex naslu għalih.

Imma fil-ħajja ordinarja rridu nindunaw bis-sejha sopranaturali tagħna. Id-don tax-Xjenza jagħtina l-għajnuna biex wiehed jagħmel għażla propja u f'waqtha. Wiehed irid jidhol fi spirtu ta' dixxerniment (jigifieri ta' għażla bejn dak li huwa tajjeb u l-aħjar) biex kontinwament jagħzel dak li Alla jixtieq minnu.

Kull bniedem jiltaqa' ma' diversi għażliet li hu mistenni li jagħmel. Tkun faċli aktar għal xi hadd li jrid jagħzel bejn dak li huwa tajjeb jew ħażin, ikrah jew sabiħ. Imma meta tiġi biex tagħzel bejn żewġ oġġetti tajba, l-għażla tkun



“Il-qdusija tinżera’ u tikber b’mod konkret fil-ħajja sempliċi ta’ kuljum.”

diffiċli. L-Ispirtu s-Santu bl-ġhotja ta' dan id-don iwassalna biex mis-sens ta' apprezzament li jkollna tagħna nfusna u ta' madwarna ngħaddu biex inqisu dak li verament jgħodd għalina, għax ikun ġej minn Alla. Meta wieħed jiġi biex jagħmel għażliet li jaffettwaw lil u lil ta' madwaru jrid jirrifletti u janalizza kollox qabel jieħu deċiżjoni. Hekk pereżempju fil-qasam mediku, fost l-oħrajn, diversi tobba, imma anke pazjenti u familjari, jistgħu jiġu f'sitwazzjoni fejn iridu jagħzlu bejn żewġ affarijiet tajba. F'sitwazzjonijiet hekk tqal, wieħed irid jagħmel użu mix-Xjenza tal-Ispirtu biex jasal jagħmel dak li Alla jixtieq minnu.

L-użu tad-don tax-Xjenza tal-Ispirtu jidher b'mod ċar fil-ħajja ta' San Giuseppe Moscati, tabib u xjentist Taljan minn Napli. Huwa għex ħajja ta' fidi tant li ta marka ġdida lil xogħlu bi mħabba speċjali lejn kull ċirkustanza li l-pazjenti tiegħu kienu jgħaddu minnha. Huwa qatt ma uża l-professjoni medika tiegħu biex jagħmel qligħ minnha, anzi kien bniedem ta' karità kbira hekk li lil foqra, mar-ricetta tal-medicini kien jagħtihom 50 lira Taljana biex ikunu jistgħu jixtru l-medicina. Ta' spiss kien jingabar fit-talb li minnu kien

iġib l-enerġija tiegħu biex ikompli bil-ħidma mal-morda. Għalih il-ħajja medika ma kinitx opposta għall-ħajja tal-fidi. Lill-pazjenti tiegħu kien jgħaddilhom kelma ta' faraġ biex iħeġġiġhom jgħixu l-ħajja tal-fidi. Giuseppe Moscati huwa l-ewwel qaddis tabib tal-era moderna.



Niddiskutu fil-grupp:

Id-Don tax-Xjenza jgħinna biex permezz tiegħu nagħrfu u nifhmu l-affarijiet ta' madwarna u nużawhom għat-tajjeb biex nersqu lejn Alla.

- Kif tagħraf ir-rieda ta' Alla f'ħajtek?
- Qegħdin ngħixu f'kultura atea li trid teskludi lil Alla għaliex m'hemmx provi xjentifiċi dwaru. Il-fidi u x-xjenza għandhom bżonn lil xulxin. Taqbel?

Skema - Ġunju 2017 **Il-Pjetà u l-Biża' ta' Alla**



Hafna drabi nsaqsu lilna nfuṣna x'inhu l-iskop tal-ħajja. L-Ispirtu s-Santu jagħtina li nagħrfu li aħna ngħixu għall-Mulej. Dan l-għajxien fil-Mulej ikabbar fina sens qawwi ta' dipendenza minnu – aħna mingħajru ma nistgħu nagħmlu xejn. Permezz tad-don tal-Pjetà aħna nistgħu nikbru f'attegġjament ta' adorazzjoni lejn Alla. Huwa don li jqawwi l-qlub tagħna biex infittxuh fit-talb bla waqfien biex b'hekk qalbna tibda tħabbat f'sintonija mal-'qalb ħanina' tiegħu u nsiru strumenti f'idejha.

Fl-Iskrittura Mqaddsa nsibu li l-att ta' Pjetà hija azzjoni ta' qima. (ara 1 Tim. 5:4) Imma din l-azzjoni ta' qima mhix sempliciment azzjoni ritwali bla ħajja. (ara Atti 17:23) Hekk pereżempju l-Appostlu Pawlu juri li l-qima reliġjuża tkompli ma' kull dmir ieħor li kull Nisrani għandu. Hekk il-ħajja kollha tan-Nisrani ssir adorazzjoni lil Alla. L-adorazzjoni lil Alla tibda mill-ħajja ta' kuljum fil-mod ta' kif ngħixu bejnietna: fil-familja, fuq il-post tax-xogħol u fil-ħin tal-mistrieħ. Għaldaqstant, biex il-qima li nagħti lil Alla tkun ġenwina ma nistax nagħti ħarsa indifferenti lin-nies ta' madwari, b'mod speċjali l-batuti. San Ġwann Grisostmu jgħalliem li fil-ħajja

Nisranija hemm żewġ artali li jpoġġu lil Alla preżenti – l-artal tal-ewkaristija u l-artal tal-fogra – żewġ artali biex ngħixu fil-prattika l-qima li nagħtu lil Alla.

Id-don tal-Pjetà jgħinna naraw il-gentilezza ta' Alla l-Missier; jgħinna wkoll inħossu li aħna wlied għeżiež tal-Missier. Fil-Magħmudija tal-Mulej instema' lehen jgħid, "dan hu lbni l-Għażiż." L-istess jiġri fil-Magħmudija tagħna: niġu ddikjarati ulied għeżiež tal-Missier tagħna tas-sema.

Jekk aħna ulied għeżiež tal-Missier, u bħalma l-missier fil-familja jahseb għall-familja tiegħu, hekk ukoll il-Missier tagħna tas-sema. Għalhekk id-don tal-Pjetà jgħedded fina is-sens tal-Providenza ta' Alla, inissel fina s-serħan tal-moħħ li Alla jjeħu ħsiebna iktar minn għasfur tal-bejt jew fjura tal-widien.



Niddiskutu fil-grupp:

- Xi tkun l-idea tiegħek ta' Alla meta fil-familja tiegħek jinqalghu ċirkustanzi ibsin pereżempju mard, nuqqas ta' ftehim eċċ.? Temmen li Alla jkun hdejk? Temmen li Alla jkun qed iġorrok fuq spallejha?

- Jekk id-don tal-Pjetà jagħtina l-forza li naraw il-gentilezza u l-ħniena ta' Alla, kif qed inħares lejn is-Sagrament tar-Rikonċiljazzjoni?

Don ieħor li jkabbar fina sens qawwi ta' adorazzjoni huwa s-seba' wiehed: il-Biża' tal-Mulej. Dan mhux biża' ta' xi hadd li jagħti l-kastig imma l-biża' ta' wlied li jaħarbu d-dnub għax dan joffendi lil Alla. Dan id-don, li bih l-Ispirtu jimliena b'attitudni ta' reverenza quddiem il-Mulej, jagħtina skop uniku ta' kif ngħixu. Il-Kelma ta' Alla tgħidilna li "Il-biża' tal-Mulej hu għajn tal-ħajja..." (Prov. 14:27) u "... hu l-bidu tal-għerf." (Prov. 1:7) B'hekk, bl-umiltà kollha nistqarru l-qima li nagħtu lil Alla bl-imġiba tagħna.

Il-Kelma ta' Alla tgħidilna li Marija hija dik li stqarret il-qima kbira tagħha lejn Alla bil-mod kif għexet. Hekk naraw li fil-*Magnificat* tistqarr li "l-ħniena tiegħu tinfirex f'kull żmien fuq dawk kollha li jibzghu minnu." (Lq. 1:50) Dan iffisser li l-imġiba ta' biża' mill-Mulej tagħtina sens qawwi biex nisimgħu dak li Alla jrid minna u nagħmluh.

Santa Tereza ta' Ġesù hija qaddisa Spanjola li għexet kontinwament bl-attitudni ta' Pjetà u Biża' ta' Alla f'ħajjitha.

Meta kellha 12-il sena mietet ommha. Tliet snin wara, oħtha l-kbira li kienet tiehu ħsieb id-dar iżżewġet, u l-missier dahħal lil Tereza mas-sorijiet Agostinjani. Wara sena u nofs mardet u kellha tmur lura lejn id-dar. F'dawn is-snin kienet bierda ħafna fil-ħajja tal-fidi. Imbagħad f'daqqa waħda fl-1535 iddecidiet li tidħol Soru mal-Karmelitani li kienu f'Avila. Fil-ħajja tal-monasteru sabet diversi intoppi: ġie fuqha żmien twil ta' mard u ta' nixfa fil-ħajja spiritwali. Hija intebħet bil-bruda fil-ħajja reliġjuża li kienu qed jgħixu ħutha r-reliġjużi tant li ġieha l-ħsieb li tirriforma l-Ordni tagħha. Wara xi snin ta' ħajja kwieta, bdiet tiftaħ kunventi oħra mxerrdin ma' Spanja. Bil-għajjnuna ta' San Ġwann tas-Salib waqqfet l-ewwel monasteru tal-patrijiet. Tereza ta' Ġesù indunat li l-ħajja spiritwali – ta' Pjetà u ta' Biża' tal-Mulej – titlob minnha awtenticità. Ir-riforma tal-ħajja reliġjuża li ġiebet kienet l-espressjoni tagħha ta' dik l-imħabba li kellha f'qalba għall-Mulej. Minkejja kull problema li ġarrbet, kienet taf li Alla huwa l-iskop aħħari tagħha. B'hekk, bir-raġun kollu titlob: "Thallix xi jtaqqlek, thallix xi jbezzgħek. Min għandu 'l Alla ma jonqsu xejn. Alla waħdu kollox!"



Niddiskutu fil-grupp:

Jekk inti tirċievi rigal prezzjuż u li ma kontx qed tistenna, dan ir-rigal tgħożžu, tara li ma jiġrilux ħsara u tibża' għalih. Id-don tal-Biża' ta' Alla huwa rigal kbir u għalhekk irrid nibża' ħafna għalih. Għalhekk niddiskutu...

- Kemm hu faċli li nagħmlu kompromessi magħna nfusna, jiġifieri kemm niskużaw lilna nfusna.
- Kemm nabbużaw mill-ħniena ta' Alla, "Dnibt u ma ġrali xejn! Ma jimpurtax, issa mmur inqerr!"

**"Fl-Iskrittura
Mqaddsa nsibu li
l-att ta' Pjetà hija
azzjoni ta' qima."**

Skema - Lulju 2017 Imħabba u Hena



Introduzzjoni

Fit-tieni nofs ta' din is-sena, ser nagħtu ħarsa lejn il-manifestazzjoni tad-Doni tal-Ispirtu fil-ħajja tan-Nisrani – il-Frott tal-Ispirtu. X'inhu l-Frott tal-Ispirtu s-Santu? Ir-risposta nsibuha fil-Katekizmu tal-Knisja Kattolika, paragrafu 1832 li jghidilna hekk:

Il-Frott tal-Ispirtu s-Santu huma l-perfezzjonijiet li jsawwar fina bħala l-bidu tal-glorja ta' dejjem. It-Tradizzjoni tal-Knisja ssemmi tna: l-imħabba, l-hena, is-sliem, is-sabar, il-ħlewwa, it-tjieba, il-ħniena, il-fidi, il-manswetudni, il-modestja, ir-rażan, is-safa. (Gal. 5:22-23 Vulg.)

Fil-lingwaġġ tagħna, aħna nużaw il-kelma 'frott' biex nirreferu għar-riżultat, il-prodott, jew il-kisba ta' xi ħaġa li nkunu għamilna. Fil-Bibbja nsibu dan is-sens tal-kelma 'frott' ukoll, bħal "frott għażiż tal-art" (Ġak. 5:7) għaż-żerriegħa, "frott il-ġuf" (Salm 127:3) għall-ulied, u "frott kliemu" (Prov. 18:20) għal dak li johroġ minn fomm il-bniedem. Ġesù jghidilna li sigra tingħaraf mill-frott li tagħmel. (Mt. 7:17-18; 12:33) Aħna rridu ningħarfu mill-imħabba tagħna lejn kulhadd (Ġw. 13:55) u b'hekk inkunu qed nagħtu glorja lil Alla. (Ġw. 15:8)

Fil-Magħmudija u fil-Grizma tagħna, aħna rċevejna l-Ispirtu s-Santu u kuljum irridu nkunu konxji ta' dan biex inħalluh jaħdem fina u jidher fil-frott tagħna ta' kuljum. Matul dawn ix-xhur ser inkunu qed naraw u niddiskutu flimkien kif qed ngħixu u kif nistghu nagħmlu aktar frott għall-glorja tal-Missier.

L-Imħabba

Il-kelma Mħabba tfisser ħafna emozzjonijiet differenti. L-imħabba tal-ġenituri lejn l-ulied hija għamla ta' mħabba. L-imħabba tal-miżżewġin hi oħra. Hemm ukoll l-imħabba ta' bejn l-aħwa u ta' bejn il-ħbieb. Allura, x'inhil-imħabba?



Niddiskutu fil-grupp:

- L-imħabba hi wahda mill-Frott tal-Ispirtu. Jekk hi frott (riżultat), frott ta' xiex?
- Hu possibli li thobb *one way*? X'jigifieri li thobb mingħajr ma tistenna xejn lura?

- Kif tista' tikber l-imħabba bejn il-koppja?

Ir-risposta nsibuha fl-Ewwel Ittra ta' San Pawl lill-Korintin kap 13 versi 4-8: ⁴"L-imħabba taf tistabar u thenn; l-imħabba mhijiex għajjura, ma tintefaħ biha nfisha, ma titkabbarx fuq l-oħrajn; ⁵ma tagħmilx dak li mhux xieraq; ma tfitixx dak li hu tagħha, xejn ma tinkorla; ma żżommx f'qalbha għad-deni, ⁶ma tifraħ bl-ingustizzja, imma tifraħ bil-verità; ⁷kollox tagħder, kollox temmen, kollox tittama, kollox tissaporti. ⁸L-imħabba ma tintemm qatt."

F'dinja mimlija mibegħda u egoizmu li qed ngħixu fiha llum, tista' thobb lil kulhadd kif qalilna biex nagħmlu Ġesù meta tagħna l-kmandament tiegħu biex inħobbu lil xulxin kif ħabbna hu?

Meta Pawlu kiteb lill-Galatin, kien inkwetat li influwenzi ħżiena ta' madwarhom kienu qed itellfu mill-imħabba tagħhom għal xulxin. (Gal. 5:13-26; 6:1-10) Huma kienu juru aktar "passjonijiet tal-ġisem" milli "frott tal-Ispirtu." Illum, l-influwenzi lejn mibegħda u egoizmu huma saħansitra aghar.

Madwarna naraw ħafna indifferenza, riżentiment, rabja, abbuż, u anke moħqrija.

Hemm aktar solitudni u qtiġh il-qalb milli mħabba vera.



Niddiskutu fil-grupp kif nistghu nħobbu minkejja l-kuntrarju li naraw fil-ħajja ta' kuljum.

- Meta l-valuri tiegħek ma jaqblux ma' dawk li jhaddnu uliedek.
- Meta trid iżżomm mal-verità fuq ix-xogħol.
- Waqt xi konflitt fil-familja.

Minkejja dan kollu, ma għandniex naqtgħu qalbna. Il-profezija ta' Ezekjel: "nagħtikom qalb ġdida, u ruh ġdida nqiegħed go fikom; u nneħhi minn ġisimkom il-qalb tal-ġebel u nagħtikom qalb tal-laħam flokha" (Ezek. 36:26) seħħet tassew meta aħna aċċettajna l-Ispirtu s-Santu li rċivejna fil-Magħmudija. Ejjew inħalluh jaħdem fina ħalli minkejja l-influwenza tal-ħażen li l-ħin kollu qed isikket l-imħabba veru b'aljenazzjonijiet u tlellix iehor, aħna naqdfu kontra l-kurrent biex kull wiehed u wahda minna nkunu dawl ta' dan l-istess Spirtu.

Nghixu l-Frott tal-Ispirtu:

L-Imħabba

- L-Imħabba hija l-ghajn tal-Frott tal-Ispirtu s-Santu u li għandha tkun l-ghan ta' kull ma nagħmlu.
- Aqraw dawn il-versi fil-familja: 1 Kor. 13:1-3, 13.
- L-imħabba tagħmilna persuna kompluta u tghinna nibnu familji fuq il-mudell ta' Kristu u l-Knisja. (ara Rum. 13:10; Kol. 3:14)

L-Hena (Il-Ferħ)

Ġesù qal lid-dixxipli tiegħu: "Għeditkom dan biex il-ferħ tiegħi jkun fikom, u biex il-ferħ tagħkom ikun sħiħ." (Ġw. 15:12) Tinstema' sabiha hafna! Din veru? Kif nista' nesperjenza din l-Hena, il-Ferħ, li qiegħed jgħidilna Ġesù?

Tajjeb li nibdew billi nagħmlu distinzjoni bejn hena u kuntentizza. Il-kuntentizza hi emozzjoni, u l-bniedem mhux maħluq biex ikun fi stat ta' kuntentizza l-hin kollu! Forsi ngarrsu wiċċna meta nisimgħu dan il-kliem. Hemm żmien għal kollox, naqraw fil-Ktieb ta' Koħelet: hemm "żmien li

tibki, u żmien li tidħak; żmien li tagħli, u żmien li tiżfen." (Koħ. 3:4) Min-naħa l-oħra, l-Hena hi differenti. L-Hena vera tiġi mill-intimità tagħna ma' Alla u li nkunu ferhana minn ġewwa. Il-Papa Frangisku jgħidilna li n-Nisrani ma jistax ma jkunx bniedem hieni. Anki fit-tbatija tal-ħajja, in-Nisrani jaf jafda f'Ġesù u jgħix bit-tama. (ara Riflessjonijiet tal-Papa Frangisku waqt il-quddiesa minn Dar Santa Marta tat-Tnejn 23 ta' Mejju 2016 - http://www.laikos.org/SM_23052016.htm) L-akbar eżempju jagħtihulna Ġesù fuq is-salib. Minkejja t-tbatija li kien għaddej minnha, Hu kien hieni għax kien qed jagħmel ir-rieda tal-Missier. Il-Papa fl-istess riflessjoni jkompli jgħidilna:

"Aħna nistgħu nimxu lejn dik it-tama li l-ewwel Insara kienu jqisuha ankra fis-sema. Aħna nitilgħu ma' dik il-katina u nimxu lejn dik it-tama li ttina l-ferħ. In-Nisrani hu bniedem ferħan, bil-ferħ f'qalbu. Ma hemm ebda Nisrani li ma jhossx il-ferħ f'qalbu. Tgħiduli, imma Padre, rajt tant li huma mdejquin! Dawk mhumieq Insara," saħaq il-Papa Frangisku, "jgħidu li huma Nsara imma mhumieq! Jonqoshom xi ħaġa. Il-karta tal-identità tan-Nisrani hi l-ferħ, il-ferħ li jiġi mill-Evangelju; il-ferħ li konna

magħżulin minn Ġesù, salvati minnu, imġeddin bih; il-ferħ li jiġi mit-tama li Ġesù qed jistenniena, il-ferħ li anki fis-slaieb tal-ħajja, jitfisser mod iehor: jiġifieri l-paċi fiċ-ċertezza li Ġesù qiegħed magħna, jakkumpanjana."

Dan ma jfissirx li n-Nisrani ma jkollux swied il-qalb. L-importanti hu li n-Nisrani jzomm f'moħħu u f'qalbu l-kliem ta' San

Pawl lill-Korintin: "Swied il-qalb kif irid Alla jnissel l-indiema għas-salvazzjoni, li minnha hadd ma jibdielu; imma swied il-qalb kif trid id-dinja jwassal għall-mewt. Araw dan is-swied il-qalb kif irid Alla x'hegga nissel fikom, x'gustifikazzjoni tagħkom infuskom, x'għadab, x'biża', x'xewqa, x'zelu, u x'xewqa biex issir ġustizzja." (2 Kor. 7:10-11)



Kif ser nghixu dan il-ferh fil-familji tagħna, fil-ħajja ta' kuljum?

- Qed noholqu atmosfera ta' serenità u ferh fil-familja tagħna, jew kollox negattiv u ħażin jiġrilna?!
- Aħna persuni li l-ħin kollu ngorru fuq kollox? X'qed nagħmel jien? X'qed nagħmlu bħala familja?

Ġesù jagħtina r-riċetta biex

inkunu hienja (Mt. 5:3-12):

“Henjin il-foqra fl-ispirtu, għax tagħhom hija s-Saltna tas-Smewwiet. Henjin l-imnikkta, għax huma jkunu mfarrġa. Henjin ta' qalbhom ħelwa, għax huma jkollhom b'wirthom l-art. Henjin dawki li huma bil-ġuħ u l-għatx tal-ġustizzja, għax huma jkunu mxebbgħin. Henjin dawki li jhennu, għax huma jsibu ħniena. Henjin dawki li huma safja f'qalbhom, għax huma jaraw 'l Alla. Henjin dawki li jgħibu l-paċi, għax huma jissejgħu wlied Alla. Henjin dawki li huma ppersegwitati

minħabba s-sewwa, għax tagħhom hija s-Saltna tas-Smewwiet. Henjin intom, meta jgħajrukom u jippersegwitawkom u jaqilgħu kull xorta ta' ħażen u gideb kontra tagħkom minħabba fija. Ifirħu u thennew, għax ħlaskom kbir fis-smewwiet. Hekk kienu jippersegwitawhom lill-profeti li kienu qabilkom.”

Nghixu l-Frott tal-Ispirtu:

L-Hena

- L-Hena hi esperjenza ta' sodisfazzjon sħiħ u ta' Ferh.
- L-Hena tiġi mir-relazzjoni tagħna ma' Alla. Matul dan ix-xahar insibu ħin biex bħala familja nersqu lejn il-Qrar u l-Ewkaristija aktar spiss u nħallu l-Ispirtu ta' Alla jimliena bl-Hena u l-Ferh.
- “Ma hemm ebda Nisrani li ma jhossx il-ferh f'qalbu.” (mir-Riflessjonijiet tal-Papa Frangisku 23 ta' Mejju 2016) Inżommu s-sentenza mill-Ittra lill-Filippin (Fil. 4:4) bħala l-motto tagħna matul dan ix-xahar: “Ifirħu dejjem fil-Mulej; nerga' ngħidilkom, ifirħu!”

Skema - Awwissu 2017

Sliem u Sabar



Fil-laqgħa tal-lum ser nirriflettu u niddiskutu dwar is-Sliem (il-Paċi) u s-Sabar.

Is-Sliem (il-Paċi)

Għal ħafna, is-Sliem u l-Paċi jfissru n-nuqqas ta' ġlied u gwerer, nuqqas ta' għaks, u kulhadd għandu dak li jixtieq. Jekk m'hemmx gwerra, allura ninsabu fil-paċi! L-għajn tal-veru sliem huwa meta l-bniedem huwa f'armonija shiħa ma' Alla, miegħu nnifsu u mal-oħrajn. L-appostlu San Pawl, maqful f'ċella taht l-art jgħidilna li hu tgħallem jgħix fis-sliem f'kull ċirkustanza li jkun fiha. Hu jfakkarna li l-paċi ta' Alla tiżboq kull preokkupazzjoni umana. (ara Fil. 4:7,11) Int u jien, ukoll jista' jkollna din il-kuntentizza u l-paċi!

Qlubna huma għatxana għall-Paċi, għas-Sliem. Dan narawh mill-mod ta' kif insellmu lil xulxin. Ġesù hekk għamel mal-appostli u d-dixxipli: is-Sliem għalikom! (ara Ġw. 20:19,21,26) Smajna kemm-il darba fl-Evangeliu din it-tislima u nemmnu li l-Mulej Ġesù qiegħed jgħid dak li qal lid-dixxipli meta qam mill-mewt lilna

llum, speċjalment waqt kull quddiesa. Imma filwaqt li din il-Paċi nixtquha, nintebħu li ta' sikwit din hi nieqsa mill-ħajja tagħna u mill-familja tagħna. Ħafna drabi nsibu li m'ahniex kapaċi ngħixu fid-dinja sekulari, fil-ħajja tagħna ta' kuljum. Tabilhaqq, il-Paċi ta' Ġesù tidher sabiħa, kif rajna mill-esperjenza ta' San Pawl, imma nbatu ħafna biex nagħmlu esperjenza tagħha.

Wieħed jistaqsi: Kif tista' ssib il-Paċi fid-dinja tal-lum? Kif nistgħu ngħixu fil-Paċi f'dinja ta' tensjoni, ansjetà, dipressjoni, gwerer u storbu li jtellifna milli nsibu lil Alla?

Niddiskutu fil-grupp

X'inhil l-paċi? Il-paċi tad-dinja hi normalment 'paċi miżmuma bil-poter'. L-eżempju klassiku hi l-*Pax Romana* li damet madwar mitejn sena, inkluż iż-żmien li Ġesù kien qiegħed jaqdi l-ministeru tiegħu fid-dinja. Din it-tip ta' paċi hi ferm differenti minn dik li jagħtina Ġesù. Ġesù gie biex jehlisna mill-jasar tad-dinja permezz tal-Paċi tiegħu: "Jiena nhallikom is-sliem; nagħtikom is-sliem

tiegħi; ma nagħtihulkomx kif tagħtih id-dinja." (Ġw. 14:27) Mela l-Paċi li qed jagħtina Ġesù hija:

- Paċi interna, li mhux bilfors tiddependi miċ-ċirkustanzi li nkunu qed ngħixu.
- Paċi li tigi prinċipalment mill-għaqda tar-rieda tagħna mar-rieda tal-Missier.

Punti li jistgħu jgħinuna fid-diskussjoni:

- Il-Paċi vera ġejja mill-ġustifikazzjoni tagħna bil-fidi permezz ta' Ġesù. (ara Rum. 5:1)
- Nitolbu umilment lil Alla jieħu l-kontroll tas-sitwazzjoni f'idejha hu. (ara 1 Kor. 14:33)
- Niftakru fil-kliem ta' Ġesù: "Henjin dawk li jgħibu l-paċi, għax huma jissejgħu ulied Alla." (Mt. 5:9)

Nghixu l-Frott tal-Ispirtu:

Is-Sliem (il-Paċi)

- Nghix fil-Paċi, kalm u trankwill, ma jfissirx li ħajti għandha tkun bla enerġija jew inkun insensittiv għat-tbatija u l-bżonnijiet ta' dawk ta' madwari, imma rrid nagħraf ngħix mument diffiċli fil-Paċi

ma' Alla, f'qalbi, u mal-oħrajn.

- Il-Paċi vera tigi mir-relazzjoni tiegħi ma' Alla. (ara Rum. 5:1) Nippruvaw insibu ftit minuti ta' talb fil-familja tagħna kuljum u nkabbru r-relazzjoni tagħna ma' Alla u nitolbuh jgħinna nsibu l-Paċi dejjiema.
- Għax għandna l-Paċi ma' Alla permezz tal-maħfra tad-dnubiet, nistgħu ngħixu fil-Paċi f'qalbna. (ara Fil. 4:7; Ġw. 15:27) Ilni ma ngerr?

Is-Sabar

Is-Sabar hi r-raba' frott tal-Ispirtu. Qabel ma nidhlu għat-tema tas-Sabar, tajjeb li nagħmlu distinzjoni bejn 'sabar' u 'paċenzja'. Skont il-Katekiżmu tal-Knisja Kattolika s-Sabar u l-Paċenzja huma frott differenti. Ser nitkellmu dwar il-frott tal-Paċenzja fix-xhur li jmiss. Ħafna drabi dawn iż-żewġ kelmiet nużawhom flok xulxin. Fl-Ittra lill-Kolossin (1:9-12), San Pawl jgħidilna li bl-għajjnuna t'Alla **nifilhu ngarrbu** (paċenzja) kollox bis-**sabar**. Id-differenza bejn paċenzja u sabar diġà toħroġ ċara minn din il-frazi. Paċenzja tfisser li tibqa' b'kuraġġ fis-sitwazzjoni diffiċli li tkun qiegħed fiha, filwaqt li s-Sabar

hi l-attitudni li jrid ikollna magħna nfusna u mal-oħrajn waqt mumentu diffiċli biex nibqgħu fis-sewwa.

Is-Sabar m'għadhiex kelma li nisimgħu kuljum, imma hi virtù li għandna bżonn iktar minn qatt qabel meta l-intolleranza, ir-rabja impulsiva li qisek ma tista' tkellem lill-ħadd, u n-nuqqas ta' sensitività għall-problemi u l-opinjoni tal-oħrajn huma prevalenti ħafna.

X'inhuma s-sitwazzjonijiet li nsibu ruġna fihom ta' kuljum li jtellfulna s-Sabar?

(Nagħmlu pawsa qasira ta' skiet biex kull wieħed u waħda minna taħseb f'dawn il-mumentu.)

Uħud minn dawn is-sitwazzjonijiet għadda minnhom Ġesù wkoll. Ġesù fid-deżert kien ittentat biex jitlef sabru; kellu Sabar mad-dixxipli, tqal biex jifhmu l-messaġġ tiegħu; mal-folol li kienu jmorru warajh għax kienu jieklu b'xejn u jfieuq mill-mard li kellhom; u mal-għedewwa tiegħu li ta' sikwit kienu jippruvaw jaqbduh f'xi nassa biex jehilsu minnu. Kemm ikollna tentazzjonijiet

kuljum biex aħna wkoll nitilfu sabarna! L-esperjenza tagħna tixbah lil dik ta' Ġesù?

(Nagħmlu pawsa qasira ta' skiet biex kull wieħed u waħda minna tara kif tista' ggħib ruġha aħjar fis-sitwazzjonijiet li ħsibna fihom qabel.)

Nghixu l-Frott tal-Ispirtu:

Is-Sabar:

- Is-Sabar hi l-abbiltà tagħna li ngħaddu minn mumentu diffiċli ta' prova u ta' tbatija mingħajr ma nintilfu u nibqgħu fis-sewwa. Kemm għandi temperament twil, jew kemm nikkundanna malajr?
- X'inhom l-attitudni tiegħi ma' dawki li ma jaqblux miegħi? Ninkorla malajr, iebes biex naħfer jew ma naħfirx għax issa ż-żejjed! (ara Lq. 17:3-4; Mt. 18:21-35)
- Nippruvaw noqogħdu aktar attenti għall-atteggjament tagħna u f'mumentu li nindunaw li ser nitilfu s-Sabar nitolbu t-talba ta' San Ġorġ Preca: "Sinjur Alla jien għandi bżonnok."

Skema - Settembru 2017

Ħniena u Tjieba



Fil-lagħha tal-lum, ser nirriflettu u niddiskutu l-ħames u s-sitt Frotta tal-Ispirtu – il-Ħniena u t-Tjieba. Fl-Ittra lil Efesin naqraw: “Imrar, saħna, korla, tagħjir, għajjat, dan kollu warrbuh minnkom, u wkoll kull ħażen ieħor. Kunu twajba ma’ xulxin, ħennu għal xulxin, aħfru lil xulxin, bħalma Alla ħafer lilkom fi Kristu. (Efes. 4:31-32)

Il-Ħniena

Meta nitkellmu dwar il-Ħniena, sikwit naħsbu fuq il-parabbola tas-Samaritan it-Tajjeb. Li thenn ifisser li tiehu azzjoni, waħda li min qiegħed jircievi l-ħniena jhossu maħbub u li hemm min jimpurtah minnu. Waqt udjenza speċjali tal-Ġublew tal-Ħniena, il-Papa Frangisku qalilna li “mod titkellem fuq il-ħniena, mod ieħor tgħix il-ħniena. Biex ningqada bi kliem San Ġakbu l-Appostlu (ara 2:14-17), nistghu ngħidu: il-ħniena bla opri hi mejta fiha nfisha. Hekk hu tassew! Dak li jagħmel mill-ħniena ħaġa ħajja hu d-dinamiżmu kostanti tagħha biex toħroġ tiltaqa’ mal-ħtiġijiet u l-bżonnijiet ta’ dawk li għaddejjin minn tbatija spiritwali u materjali.” (30 ta’ Ġunju 2016, http://www.laikos.org/Papa_Frangisku_Udjenza_Gubilari_30062019.htm)

Eżempju li żgur qiegħed f’qalb il-Maltin Insara kollha hu l-mod kif urew il-Ħniena missirijietna ma’ Pawlu u šhabu. (ara Atti 28:2) Hawn naraw li l-Ħniena mhix monopolju tal-Insara biss! Il-Ħniena hi rigal tal-Ispirtu, m’għandhiex limiti u ma tagħmilx distinzjoni bejn min hu tajjeb u min hu ħażin. Fil-Ħniena tagħna għandna nħarsu biss lejn wiċċ Kristu f’kull bniedem. Din mhix faċli!

Kif nasal nagħmel dan?

- Inħalli l-Ispirtu jaħdem fija. Kif? Billi nersaq aktar viċin il-Qrar, hin ta’ talb waħdi fis-skiet, u neżamina ħajti (eżami tal-kuxjenza).
- Permezz ta’ dan il-Frott, jien irrid nasal nagħmel dak li qal Ġesù: “U jekk xi ħadd iġagħlek timxi miegħu mil wieħed, mur miegħu tnejn.” (Mt. 5:41)
- Tistenna xejn lura!

Fid-daħla tal-ktieb *Inħobbu lil min mhux Maħbub*, il-Papa Frangisku jagħmel riflessjoni dwar il-ħidma ta’ Santa Madre Tereża ta’ Kalkutta u jikteb hekk:

“It-tielet [kelma li rrid nirrifletti fuqha] hi ħniena li tħabrek. Nistghu anke ngħidu opri ta’ ħniena korporali u spiritwali, jigiġifieri

li nieħdu ħsieb tal-bniedem šhih u ta’ kull bniedem. Fil-*Misericordiae Vultus*, il-Bolla tal-Indizzjoni tal-Ġublew Straordinarju tal-Ħniena, ktibt hekk: “Hi xewqa kbira tiegħi li l-poplu Nisrani matul il-Ġublew jirrifletti fuq l-opri tal-ħniena korporali u spiritwali. Dan ikun mod kif nerġghu nqajmu l-kuxjenza tagħna spiss riegda quddiem it-traġedja tal-faqar u biex nidhlu dejjem iżjed fil-qalba tal-Evanġelju, fejn il-foqra huma l-ipprilegġjati tal-ħniena divina. Il-predikazzjoni ta’ Ġesù tqegħdilna quddiem għajnejna dawn l-opri tal-ħniena biex nistghu nifhmu jekk aħniex ngħixu jew le bħala dixxipli tiegħu. Niskopru mill-ġdid l-opri tal-ħniena korporali: nitimgħu lil min hu bil-ġuħ; nisqu lil min hu bil-għatx; inlibbsu lil min hu għarwien; nilqgħu lil min hu bla dar; inżuru lill-marid; inżuru lill-ħabsi; nidfnu lill-mejtin. U ma ninsewx l-opri tal-ħniena spiritwali: nagħtu parir tajjeb lill-ħosbien; ngħallmu lil min ma jafx; inwiddbu lill-midneb; infarrġu lill-imnikket; naħfru l-ħtijiet; nistabru b’min idejjaqna; nitolbu ‘l Alla għall-ħajjin u għall-mejtin.” Madre Tereża għamlet minn din il-paġna tal-Evanġelju l-gwida ta’ ħajjitha, it-triq lejn il-qdusija, u din tista’ ssir hekk għalina wkoll.”

(*Fil-grupp naqsmu flimkien esperjenzi ta’ ħniena li għexna jew irċevejna.*)

Ngħixu l-Frott tal-Ispirtu:

Il-Ħniena

- Il-Ħniena titlob azzjoni, anke lill-għedewwa tagħna. Għalhekk “jekk l-għadu tiegħek bil-ġuħ, itimgħu; jekk hu bil-għatx, isqih... Thallix il-ħażen jirbhek, iżda irbaħ il-ħażen bit-tajjeb.” (Rum. 12:20-21) “Kunu twajba ma’ xulxin, ħennu għal xulxin, aħfru lil xulxin, bħalma Alla ħafer lilkom fi Kristu.” (Efes. 4:32)
- Il-Ħniena twassalna biex ma nagħmlux ħsara jew inwegġġghu lil xi ħadd, imma li nagħmlu t-tajjeb magħhom. Anke meta nkunu rridu nwiddbu lil xi ħadd, nagħmlu dan b’imħabba u bi ħniena.

Tjieba

“Alla biss huwa tajjeb”, stqarr Ġesù meta xi ħadd sejjahlu “Mgħalliem tajjeb.” (ara Mk. 10:17-18) X’nifhmu meta nisimgħu l-kelma Tjieba, speċjalment fil-kuntest tal-Frott tal-Ispirtu?



Niddiskutu fil-grupp:

Wahda mill-ewwel affarijiet li jiġuna f'moħħna meta nsemmu t-Tjieba hi l-generożità ta' persuna, xi ħadd li jghin lil haddiehor. Imma meta nitkellmu dwar it-Tjieba bħala Frott tal-Ispirtu s-Santu, it-Tjieba li nkunu qed nitkellmu dwarha hi r-relazzjoni tajba ta' persuna ma' Alla; il-qdusija ta' persuna. Hu importanti li nagħmlu din id-distinzjoni, bejn tkun tajieb u tagħmel hwejjeg tajbin. Wiehed jista' jagħmel hwejjeg tajbin fil-ħajja imma l-iskop tagħhom jista' jkun għal interess personali. Pereżempju, li tghin lil min hu batut billi tagħti donazzjoni hu tajieb, imma dan jista' jkun biex inserraħ il-kuxjenza biss. Meta mbagħad jiġi xi ħadd u jitlobni f'tit ħin minn tiegħi, jien inkun pront nara kif ser neħles u naħrab minnu! L-għemil tagħna jrid joħroġ mit-Tjieba ta' qlubna, u dan jista' jsir billi nkunu magħqudin ma' Ġesù. Ġesù jgħibilna l-eżempju li biex fergha tagħmel il-frott, din trid tkun magħquda maz-zokk. (ara Ġw. 15) Ladarba int qaddis, viċin ta' Alla, allura ssir ġeneruż u tibda tagħmel hwejjeg tajbin.

Kif inkun naf li dak li qiegħed nagħmel ġej mill-Frott tal-Ispirtu? L-aktar mod faċli hu li teżamina lilek innifsek u tqis l-għemejjel tiegħek. Tara jekk dak li qed

tagħmel mhux qed tagħmlu biex takkwista xi ħaġa lura. Jekk għaddej minn konflitti spiritwali, bħal ngħidu ahna thossok li trid tersaq qrib aktar ta' Ġesù, speċjalment permezz tas-Sagramenti imma qed issib ħafna skużi u jiġuk dubji f'moħħok, dan hu sinjal tajieb! Hu sinjal li qiegħed tfittex is-sewwa u t-Tjieba. Il-ġisem jingibed lejn il-ħażen (ara Rum. 8:7), it-tjubija trid tintrebaħ billi nagħmlu spazju lill-Ispirtu s-Santu fina u nwarrbu dak li hu ħażin.

Ejjew nagħlqu din il-parti billi nagħmlu f'tit mument ta' skiet u neżaminaw l-għemejjel tagħna f'dan ir-rigward. Inhegġgukom li tagħmlu dan l-eżercizzju sikwit fil-familja tagħkom.

(Pawsa ta' f'tit mument ta' skiet – dan jista' jsir quddiem Ġesù espost jekk ikun hemm saċerdot preżenti u f'tit mużika strumentali baxxa biex iddaħħalna fl-atmosfera.)

It-Tjieba

- Hemm differenza bejn nagħmel hwejjeg tajbin u li nkun tajieb.
- Kun tajieb... u mbagħad minnek joħorġu opri tajba. (ara Efes. 5:9)
- Ġesù hu iżjed interessat fil-qalb tal-bniedem u s-sbuhija tagħha. (ara Lq. 21:1-4)

Skema - Ottubru 2017

Il-Frott tal-Paċenzja



Meta ħarisna lejn il-frott tas-‘Sabar’ ikkwotajna lil San Pawl jgħidilna li bl-ghajnuna ta’ Alla nifilhu ngarrbu kollox bis-sabar (paċenzja). (Kol. 1:9-12) Jigifieri li jekk għandi s-Sabar – dik l-attitudni li biha nibqa’ pożittiv anke meta niġi wiċċ imb wiċċ ma’ oħrajn li jipprezentawli diffikultà – għandi l-mezz li bih nista’ aktar nasal għall-frott tal-Paċenzja. Għedna li l-Paċenzja tfisser li b’kuraġġ nibqa’ fis-sitwazzjoni diffiċli li nkun qiegħed fiha. Jigifieri ma naħrabx iċ-ċirkustanzi diffiċli li nsib ruħi fihom, anzi, mingħajr ma ngerger jew nirrabja, nadotta l-attitudni li nżomm sod u ngorr it-toqol, anke jekk dan jirrikjedi tul ta’ żmien.

Il-frott tal-Paċenzja, li ġej mill-Ispirtu Qaddis, jagħtini determinazzjoni u persistenza f’ ċirkustanzi diffiċli. Jagħtini l-kapaċità li nissaporti fit-tul it-tbatija u l-uġiġh mingħajr ma ngerger (*long-suffering*). Jekk inħaddan il-Paċenzja bħala frott spiritwali, insir persuna li sakemm hu possibbli nikkontrolla r-rabja – dan għaliex nafda f’Alla u nistenna minn għandu s-serħan mit-toqol. L-ispirtu tal-Paċenzja f’ħajti jagħtini ċ-ċertezza li Alla jżomm il-wegħdiet tiegħu. Is-sigurtà tiegħi ma tibqax ibbażata fuq dak li nippossiedi

jew is-suċċessi li wettaqt f’ħajti, imma fuq il-konvinzjoni li Alla dejjem ser ikun miegħi u dejjem ser ikun lest li jaħfirli u jħaffifli l-piż. Għalhekk il-ġrajjet ibsin li ngħaddi minnhom ma jibqgħux jikkonfonduni għax hemm Hu. Filwaqt illi xorta jkollu emozzjonijiet li jtaqqluni u żminijiet ta’ nixfa, dawn ma jitfgħunx barra mit-triq it-tajba, għaliex xorta nibqa’ bil-Paċenzja u b’kunfidenza nistenna li Alla ser jidhol għalija. Inkun qed nemmen f’dak li qalilna: “Itolbu u jingħatakom, fittxu u ssibu, habbtu u jifthulkom.” (Mt. 7:7)

Min għandu l-frott tal-Paċenzja rari li jipprotesta jew jirrabja fuq is-sitwazzjoni diffiċli li jinsab fiha għax ikun bena perspettiva oħra tal-ħajja, perspettiva li hemm Alla miegħu, anke meta ma jarax rispons jew riżultati immedjati. L-oppost tal-Paċenzja hu li nithawwad, naqta’ qalbi, nibża’ mis-sitwazzjoni, nipprotesta, nirrabja, nabbanduna t-triq spiritwali, naqbad triq oħra, jekk mhux ukoll triq opposta! Nista’ naghzel li nirrabja u nirribella, jew saħansitra nara kif ser impattiha. Meta nagħmel hekk ma ser nirbaħ xejn ħlief aktar oppożizzjoni u nkwieta. Alla ma jridnix imdejjaq u lanqas imħawwad. “Thallux qalbkom tithawwad u

lanqas titbeżża’.” (Ġw. 14:27) Iridni ngħix fis-“sliem tiegħu” mhux fis-sliem kif tagħtih id-dinja. Meta naċċetta u ngħix il-frott tal-Paċenzja nikseb ir-rieda u s-saħħa li nikkontrolla l-ħsieb tiegħi u li nirregola lili nnifsi dwar iċ-ċirkustanzi tqal li nkun fihom. Saħħa li tiġi mill-Ispirtu Qaddis, mir-relazzjoni tajba li nżomm ma’ Alla.

Il-Frott tal-Ħlewwa (Manswetudni)

Ġesù stess li jgħidilna: “... tgħallmu minni, għaliex jiena ta’ qalb ħelwa u umli...” (Mt. 11:29) Naraw f’Ġesù l-mudell tal-Ħlewwa, dak li kontinwament jintervjeni b’gentilezza, u fl-istess ħin b’fermezza fejn hemm bżonn. Meta jiena ninsab f’relazzjoni qrib ta’ Alla ma nistax ma nitgħallimx minnu, ma nittehidx minnu. Il-frott tal-Ħlewwa jingħatali għaliex jien qrib tiegħu u għax Hu jhobbni.

Bil-frott tal-Ħlewwa (magħrufa wkoll bħala ‘Manswetudni’) ngħib ruħi sew mal-oħrajn u nuża manġieri xierqa. Fil-Ħlewwa hemm l-umiltà. Meta l-Ispirtu s-Santu jagħtini l-frott tal-Ħlewwa, insib il-mod kif nikkoreġi lill-oħrajn b’moħħi mistrieħ, għax li qed nagħmel huwa b’imħabba. Il-frott jgħinni niftakar fil-preżenza ta’ Alla,

u għalhekk niftakar li dak li qed nagħmel huwa skont ir-rieda tiegħu u għall-qadi tiegħu. Aktar ma nikber fil-Ħlewwa, aktar ser inkun konxju tal-preżenza ta’ Alla, ser inkun aktar kapaċi naċċetta lill-oħrajn hekk kif inhuma bil-limitazzjonijiet tagħhom. Ma jfissirx illi naċċetta l-affarijiet ħżiena li jagħmlu dawk ta’ madwari, imma li naċċettahom kif inhuma u nkun lest li ngħinohom kif nista’, bil-Ħlewwa u mingħajr ma nimponi jew ingieghel.

Il-kontra tal-Ħlewwa hija r-rabja. Bil-Ħlewwa mogħtija lili mill-Ispirtu Qaddis nasal biex ikollu kontrol fuq ir-rabja, nasal biex nirrispondi bit-tajjeb, b’ton korrett għall-ħażen li jkun sar. Tgħinni ma nargumentax. Il-Ħlewwa teħlisni mill-mibegħda, mit-tpattija, milli nagħmel għedewwa. Persuna ta’ Ħlewwa mhix tant interessata f’li tikkompeti ma’ oħrajn. Persuna b’qalb ħelwa ma tibqax għaddejja bir-ras u tuża b’mod goff is-saħħa u l-fehmiet tagħha, imma trażżan lilha nfisha u tuża l-gentilezza. Tagħmel l-affarijiet bil-kwiet u l-kalma – mingħajr ħafna ġenn u tensjoni.

“Ħuti, jekk xi hadd jinqabad f’xi ħtija, intom li intom spiritwali, widdbuh bi spirtu ta’ ħlewwa...” (Gal. 6:1) Spirtu ta’ Ħlewwa ma

jfissirx li taghlaq għajnejk tant li dak li jkun ma jirrealizzax li dineb, imma li taffaċċja lill-persuna bil-modi li turina l-Iskrittura – b'gentilezza, imħabba, inkoraġġiment, iżda b'mod ċar dwar dak li qed jistenna minna Alla. F'dan l-ispirtu hemm id-dispożizzjoni li nkun akkoljenti għall-oħrajn, hi x'inhis-sitwazzjoni tagħhom.

Il-Ħlewwa hija attitudni oħra li biha Alla jressaqni għand dawk ta' madwari biex nismagħhom u ngħinjom dwar il-ħtiġijiet tagħhom. Permezz ta' hekk inkun qed inhalli lil Alla jaħdem ma' oħrajn permezz tiegħi. Insir aktar soġġett għal Alla u għat-toroq tiegħu, fosthom li fil-persuna li għandi quddiemni nara lilu. Il-Ħlewwa hija attitudni kif nesprimi imħabba. Meta bi grazzja nasal sa hawn għandi għax nirringrazzja lil Alla li tani dan il-frott. Mhux il-każ li nintefaħ bija nnifsi, li nidher jien.

Mhux korrett min jaħseb li fid-dinja tal-lum – imdawrin b'kompetizzjoni, pressjoni, piki, abbużi, firda, vjolenza, separazzjonijiet, rabja, eċċ. – il-Ħlewwa hija dgħufija u m'għadhiex tagħmel sens. Fis-sens Nisrani din hija kapaċità kbira, għodda qawwija u mhux dgħufija. Altru li persuna ta' Ħlewwa mhix ġifa! Qis x'gentilezza, saħħa interjuri u kuraġġ kellihom Santa Tereza ta' Kalkutta, Gandhi, San Ġorġ Preca

u oħrajn bħalhom fl-istorja, u ara x'wettqu, u jekk għadhomx stmati bil-kbir sal-lum! Il-livell ta' Ħlewwa juri kemm persuna hija soda, kemm għandha kontroll fuqha nfisha, kemm tahmel lill-oħrajn, kemm hi qrib ta' Alla. "Henjin ta' qalbhom ħelwa, għax huma jkollhom b'wirthom l-art." (Mt. 5:5)

Nistaqsu lilna nfusna

Kapaċi nissaporti fit-tul għax għandi ċ-ċertezza li Alla jinsab miegħi, jew inkella normalment ingerger jew nirrabja meta nara l-kuntrarju?

Forsi il-Ħlewwa mhix waħda mill-kwalitajiet tiegħi. Tgħid huwa possibbli li nakkwistaha?

Ir-relazzjoni tiegħi ma' Alla fiex tinsab? Jimmeritani ningħata l-frott tal-Paċenzja u tal-Ħlewwa?

Kemm jien kapaċi nikkoreġi lill-oħrajn b'manjieri ħelwin, mingħajr ma nimponi jew nirrabja?

Kemm jirnexxili nżomm il-Ħlewwa anke meta nsib ruħi f'sitwazzjoni diffiċli?

Skema - Novembru 2017

Il-Frott tal-Fedeltà



Il-Fedeltà mhix biss kwistjoni li ma nitraddixxix lil żewġi / marti u daqshekk! Il-Fedeltà tmur lil hinn minn hekk. Il-Fedeltà tfisser li jiena nibqa' kommess u leali għal dak l-impenn li dħalt għalih ma' persuna, ma' xi grupp, mal-familja, ma' xi istituzzjoni, eċċ. Il-Fedeltà tinbena fuq fiduċja u konvinzjoni. Il-Fedeltà tidhol ukoll fl-aspett spiritwali tiegħi, fir-relazzjoni tiegħi ma' Alla u mal-oħrajn. Bħalma Alla huwa dejjem fidil lejja, hekk ukoll jiena għandi nkun fidil lejha. U bħalma jiena fidil lejn Alla, allura għandi nkun fidil lejn l-oħrajn – kemm dawk viċin tiegħi u/jew li nħobb, u kemm dawk mhux tant viċin u/jew li forsi m'għandix grazzja magħhom.

Il-Fedeltà tfisser ukoll li dak kollu li jiena ġejt fdat bih – ngħidu aħna ż-żwieġ u l-familja – ser nibqa' nieħu ħsiebu u nsostnih, nikkoltivah u ntejbuh u dan b'mod kostanti, ikunu x'ikunu ċ-ċirkustanzi, fis-sabih u fl-iebes. Il-Fedeltà ma twettaq għax imġieghel jew fuq qalbek, imma b'għażla ġejja mill-imħabba u r-rispett.

Mhi Fedeltà xejn lejn żewġi / marti li nixxennaq jew niffantasizza fuq xi raġel / mara oħra, jew li nara l-pornografija, jew li nitkellem dispregġjattiv fil-konfront ta' żewġi / marti, li nagħti prijorità lil x'impenn

ieħor li jkun jista' qed jostakola relazzjoni. Aġir bħal dan, nieqes mis-sincerità, imur kontra l-esklussività u l-Fedeltà fiż-żwieġ u johloq sitwazzjoni ta' żwieġ falz, b'toqol u riskju ta' falliment, ċaħda ta' hena u sodisfazzjon. Il-Fedeltà tirrikjedi li moħħi u qalbi jkunu riżervati biss għal żewġi / marti.

Il-Fedeltà tiegħi lejn Alla ser tagħtini l-frott tal-Fedeltà li tant għandi bżonn inħaddan fiż-żwieġ u fil-familja tiegħi. Ma ninsiex iżda li l-ewwel pass dejjem jagħmlu Alla. Mill-imħabba kbira ta' Alla toħroġ il-Fedeltà tiegħu lejja. Huma dawk il-ħafna l-ewwel passi minn naħa tiegħu li lili jwassluni nuri l-Fedeltà tiegħi lejha. Bi stil ta' ħajja mibdul, il-Fedeltà li nircievi bħala frott ma nżommhiex għalija biss imma naqsamha mal-oħrajn. Iva, jiena msejjaħ biex nuri Fedeltà mal-familja u dawk viċin tiegħi, u anke ma' dawk li mhumix daqstant viċin. Bil-frott tal-Fedeltà, nasal biex naqdi lil Alla mingħajr ma noqgħod nistenna x'ser nieħu lura mingħand Alla u mingħand il-proxxmu, tant li nibqa' b'perseveranza noffri servizz mingħajr ma nippretendi xi benefiċċju lura. Dan il-frott jgħinni biex volontarjament naqdi b'rispett, b'lealtà u b'imħabba.

Il-Fedeltà fiż-żwieġ hija għal dejjem. L-impenn li nidhol għalih, il-wegħda li nagħmel ma tghoddx biss għal dak inhar taċ-ċerimonja taż-żwieġ, imma trid tibqa' kontinwament tiġgedded. Hija għażla li konxjament għandi nirrepetiha – mhux biss fiċ-ċirkustanzi tajbin imma anke meta jitfaċċa l-għawġ, meta ninsab imdejjaq jew għajjen, meta nħossni qed nixba' jew inħossni offiż, meta s-suċċess jista' jitla' għal rasi, meta s-saħħa jew l-apparenza fiżika jmorru lura. Mhix haġa faċli. Hija biss ir-relazzjoni tajba tiegħi ma' Alla li tista' twassalni għal żwieġ b'Fedeltà esklussiva u permanenti.

Il-Frott tal-Modestja

.....
 “Dak imkabbar bih innifsu jgħodd kemm-il darba deher fuq il-gazzetti – l-umli jgħodd kemm għandu barkiet.” (l-Arcisqof Fulton J. Sheen)

Il-Modestja hija frott ieħor li jagħti l-Ispirtu Qaddis. Hija mod ta' ħajja fejn l-imġieba, il-lingwaġġ, il-mod kif nipprezenta ruħi, l-ilbies, ma jintużawx biex nattira l-attenzjoni lejja nnifsi. Anzi, hija mod ta' ħajja fejn nagħti glorja lil Alla. Persuna modesta ma taqbadx u tippromovi

lilha nfisha mal-pubbliku ingenerali. Anzi tippreferi żżomm ċerta privatezza.

ħafna jaħsbu li l-Modestja hija biss materja ta' lbies u sa fejn tasal il-misthija dwar ġisimna. L-ilbies huwa aspett wieħed tal-Modestja. Il-ġisem huwa holqien sabih ta' Alla, hemm skop għalih, rigal li jimmerita rispett. Bħal kull holqien ieħor nista' nużah tajjeb jew nużah ħażin. Nista' bih naqdi u nagħti glorja lil Alla, u nista' nużah biex niġbed lill-oħrajn lejja halli nieħu ġieħ u ninqeda jiena. L-ilbies xieraq – għażla personali tiegħi – jgħinni nżomm il-bilanċ.

Il-Modestja hija frott li bih dak li jkun, jakkwista l-ħila li jżomm il-bilanċ u l-qies f'dak li jaħseb, jgħid u jagħmel. Bil-bilanċ li ġej mill-Modestja, dak li jkun, kelma jgħarbilha qabel ma jgħidha, jara illi kolloxx f'waqtu, jagħraf liema kwistjonijiet għandu jidhol jew ma jidholx għalihom u b'liema mod.

Attenti li min jiftaħar li l-ħajja reliġjuża tiegħu hija aħjar minn ta' haddieħor, jekk mhux ukoll jitkaża bis-sitwazzjoni spiritwali ta' haddieħor, ma hu xejn modest! Nirriflettu dwar dak li qalilna Ġesù dwar dawk ta' wiċċ b'ieħor, li jħobbu joqogħdu jitolbu fejn jidhru. (Mt. 6:5-6) Il-



“Min jgħix il-Modestja jidra jkun kuntent b’dak li għandu.”

Modestja għal Ġesù hi li tidhol fil-kamra ta’ ġewwa!

Ninsabu f’dinja fejn l-attitudni ta’ semplicità u umiltà ma tantx għadhom jagħmlu sens. Issib hafna li jikkonsidraw il-Manswetudni bħala fmerija u bluha tal-ġwejjef. Però l-Evangelju jgħidilna mod ieħor: “Għax il-bluha ta’ Alla hija għarfa aktar mill-bnedmin, u d-dgħufija ta’ Alla hija aqwa mill-bendmin.” (1 Kor. 1:25) Altru li l-Modestja mhix tal-ġwejjef!

Il-persuna u l-familja modesta tħossha komda magħha nfisha, ma tiddejjaqx tirrelata ma’ oħrajn. Fil-ħajja sempliċi tagħha tasal biex twettaq dak li hemm bżonn mingħajr daqq ta’ trombi. Ma tfittixx l-attenzjoni lejha. Ma tidholx f’kompetizzjoni mal-oħrajn. Anzi tasal biex l-ewwel tagħti kreditu lill-oħrajn. Din il-Modestja, persuna jew familja tasal biex twettaqha meta tkun tinsab f’pożizzjoni spiritwali f’saħħitha, megħjuna mill-Ispirtu Qaddis.

Għal hafna minna l-attitudni tal-Modestja mhix haġa naturali. Mingħajr ma rridu, nfittxu l-attenzjoni lejna.

Biex inrawwem il-Modestja ġewwa fija jeħtiegli l-ewwel nett inżomm relazzjoni tajba ma’ Alla, u nara x’inhu l-mod kif kien jgħixha Ġesù, x’kienu l-attitudnijiet tiegħu. Meta nagħzel li nimxi fuq il-passi tiegħu, u l-qaddisin li segwewh, allura ser jirnexxili ninza’ minn dik il-ġibda lejja nnifsi. Nistaqsi, ser nersaq biex inwettagħ il-parir: “Tagħmlu xejn b’pika ta’ partit, anqas għall-ftaħir fieragħ; imma kunu umli u kull wieħed minnkom iqis lill-ieħor aħjar minnu.”? (Fil. 2:3)

Min jgħix il-Modestja jidra jkun kuntent b’dak li għandu. Jirrikonoxxi li kull kapaċità li għandu, kull grazzja, ġejja minn Alla – l-għajn tad-doni u tal-frott spiritwali. U la ġejja minn Alla kif niftaħar bħallikieku hija xi opra mertu tiegħi? (1 Kor 4:7) Għalhekk persuna modesta meta twettaq xi haġa speċjali mhux ser tiegħu l-ġieħ għaliha nfisha, imma ser tiringrazzja u tfahhar lil Alla. Ma tiftaħarx biha nfisha, m’għandhiex xi ambizzjonijiet, ma tissupervjax, ma tikkompetix, taċċetta lill-oħrajn, tismagħhom, saħansitra tpogġihom qabilha.

Nistaqsu lilna nfusna

Għandi x'impenji jew prioritajiet f'hajti li jfixkluni milli nkun leali u kommess daqskemm għandi nkun lejn żewġi / marti, lejn il-familja, lejn persuni oħra u lejn Alla?

Qatt waqft naħseb li minhabba ċerti dgħufijiet tiegħi nkun qed ngħix ħajja doppja mhux sinciera li tista' tpoġġi f'riskju ż-żwieġ u l-familja tiegħi?

Mhux faċli li ma nattirax lejja nnifsi, mhux faċli li npoġġi lil haddieħor qabli. Possibbli li nasal biex b'umiltà nwettaq din it-tip ta' Modestja?

Hemm xi elementi tal-Modestja li jiena diġà nħaddan u oħrajn li għad jonqosni nibda nipprattika?

L-ewwel pass jagħmlu Alla. Hemm xi partijiet fija li għad jonqosni nbiddel biex inkompli nsaħħaħ il-frott tal-Fedeltà u tal-Modestja?



Skema - Diċembru 2017 Il-Frott tar-Rażan (Kontroll Fuqi Nnifsi)



Pitagora (570 – 490 QK) kien qal li l-bniedem li ma jafx jikkontrolla lillu nnifsu mhux hieles. Ir-Rażan, huwa l-kontroll fuqi nnifsi. Hija l-azzjoni li biha nrażzan bir-rieda tiegħi l-emozzjonijiet negattivi u l-ġibdiet hżiena li ngħaddi minnhom. Ir-Rażan mhux biss, kif jaħsbu ħafna, fuq is-sess użat hażin, imma fuq kull tip ta' dgħufija, vizzju jew egoizmu. Bir-Rażan inhossni liberu mill-influwenza tad-dnub ġo fija. Jurini li Alla huwa preżenti ġewwa fija, u b'imħabba u hniena lejja qed jidhol għalija biex jgħinni ma naqax għat-tentazzjonijiet u minflok nagħxi b'mod korrett. Anzi, pjuttost meta nkun konxju mill-preżenza ta' Alla u l-imħabba tiegħu għalija li jiena nsahħa il-kapaċità tar-Rażan. Għalkemm nirrikonoxxi d-dgħufija tiegħi, b'dan il-frott naf li Alla huwa dejjem lest biex jgħinni. "Alla hu li jahdem fikom u jgħeghelkom tridu u tħabirku biex tagħmlu dak li jogħgħob lilu." (Fil. 2:13)

Ħaġa li turi li l-frott tar-Rażan qed jingħatali u li qed jahdem ġo fija, hija meta nara li jiena qed jirnexxili nevita milli nidneb bil-ħsieb, bil-kliem u bl-għemil. Il-frott tar-Rażan jagħtini l-libertà u l-qawwa fl-għażliet u fl-azzjonijiet tiegħi. B'din it-tip ta' libertà interjuri, li tiġi mir-relazzjoni tajba tiegħi ma' Alla, insir kapaċi li nevita u nilqa' għal

sitwazzjonijiet hżiena u għal tentazzjonijiet negattivi. Aktar ma nibni libertà interjuri, aktar ma ninħall minn rabtiet u dipendenzi mhux korretti, aktar ser inkun f'pożizzjoni tajba li nikkontrolla lili nnifsi, li napplika l-frott tar-Rażan li joffrili l-Ispirtu Qaddis. Bir-Rażan inkun ukoll kapaċi ndur biex nagħmel dak it-tajjeb li għandi nagħmel.

Il-frott tar-Rażan għandi bżonnu biex bih inkun nista' nilqa' għall-bumbardament kontinwu li ġej mid-dinja ta' madwari. Spiss hemm sitwazzjonijiet fil-ħajja fejn ikolli niddefendi ruħi mill-ħażen billi nevita ċerti ambjenti u nies li jfixkluni jew iwaqqgħuni. Ma nkunx qed nagħmel il-parti tiegħi li nilqa' l-frott tar-Rażan meta nersaq lejn in-nar li jista' jaħraqni! Anzi, għandi min-naħa l-oħra nara li nagħmilha ma' nies tajbin, li nimmedita l-Kelma ta' Alla, li jkolli lil xi hadd biex jiggwidani. Għandi nżomm f'moħħi li ngħix il-ġurnata b'dixxiplina fuqi nnifsi.

Ir-Rażan ma jiddependix biss mir-rieda tiegħi u d-dixxiplina fuqi nnifsi. Waħdi ma nistax nasal biex inwettqu. Huwa prinċipalment bis-saħħa tal-Ispirtu s-Santu u permezz tal-esperjenza pożittiva tiegħi ma' Alla li nkun nista' nirbaħ dan il-frott. Hekk jikteb San Pawl: "Inħoss din il-ligi ġewwa fija, meta rrid nagħmel it-tajjeb, ifegġ

quddiemi l-ħażin. Skont il-bniedem ta' ġewwa toghgħobni l-ligi ta' Alla; iżda nilmaħ fil-membri ta' ġismi ligi oħra titqabad kontra l-ligi ta' moħħi u tjażarni taħt il-ligi tad-dnub li hemm ġo ġismi. Imsejken bniedem li jien! Min se jehlisni minn dan il-ġisem tal-mewt? Nizżi ħajr lil Alla permezz ta' Ġesù Kristu Sidna!" (Rum. 2:21-15)

Il-Frott tas-Safa / Kastità

.....
"Henjin dawk li huma safja f'qalbhom, għax huma jaraw 'l Alla." (Mt. 5:8) Huwa Ġesù stess li fil-Beatitudnijiet qed jurina l-importanza tas-Safa f'qalbna. Qed jgħidilna li min ihaddan is-Safa jippossiedi l-hena u għandu l-barka li jara 'l Alla. U x'hemm aqwa milli b'fidi u ferħ tiegħu sehem mis-Saltna ta' Alla minn din l-art stess! Dan hu s-sabiħ tal-ġenna, li tara 'l Alla. Dan hu possibbli minn issa għal dawk ta' qalbhom safja.

Il-ħajja safja hija dik sempliċi, sinciera u onesta. Hija mod ta' ħajja li taf thobb kif jixtieq Alla, mingħajr egoizmu, mingħajr ġibdiet hżiena u pjaċiri mhux flokhom. Hija ħajja ta' integrità bejn ir-ruħ u l-ġisem, u dan f'kull aspett tal-ħajja, mhux biss dak sesswali. Safa li żżomm 'il bogħod mill-

qerq, intolleranza, ingustizzja – kemm f'livell ta' familja u livell soċjali.

Ħafna jaħsbu li l-Kastità tfisser biss ċelibat jew astinenza mill-pjaċir tas-sess. Il-Kastità tmur iktar minn hekk u tgħodd għal kulhadd u mhux biss għal dawk b'voti tal-konsagrazzjoni. Tgħodd anke għall-miżżewġin – għax il-Kastità ma tfissirx illi toqgħod assolutament mingħajr attività sesswali, imma tfisser illi s-sesswalità tagħna nħaddmuha skont il-pjan li ried Alla, ċjoè li biha nħobbu b'sens li nagħtu lilna nfusna lil haddieħor. Il-persuna kasta u safja ma tigbidx lejha nfisha waqt l-atti sesswali, imma tagħraf il-mod adatt kif dawn l-atti ta' mħabba ġenwina (sostnuti mis-sagrament) ser iwasslu għal ferħ u milja, kemm fir-ruħ u kemm fil-ġisem. Jigifieri, il-mara u r-raġel isiru 'henjin' għax huma 'safja f'qalbhom'. Meta koppja tasal f'dan il-livell ta' mħabba, allura tista' tħares lejn is-Safa / il-Kastità bħala grazzja li ser tgħinha tkun kapaċi tinħabb dejjem aktar u aħjar – f'għotja u f'għaqda għal dejjem!

Biex inżomm qalb safja jeħtieġ illi noqgħod attent minn, anzi nwarrab, ċerti xewqat, ħsibijiet, ħars, kummenti, tqanqil, fantasiji sesswali. Tajjeb li nagħraf

x'inhuma d-dghufijiet tiegħi biex b'hekk inkun attent għalihom u b'dixxiplina nrażżan (frott iehor) it-tentazzjonijiet. Il-qalb tiegħi tista' tiġi ppurifikata permezz tas-sostenn li regolarment infittex fis-sagramenti, permezz tat-talb, permezz tal-fidi u tar-relazzjoni pożittiva li nżomm ma' Alla. Huwa b'dan is-sehem min-naħa tiegħi, flimkien ma' żewġi / marti li nista' ninghata u nilqa' l-frott tas-Safa mingħand l-Ispirtu s-Santu.

Naraw x'għid il-*Katekiżmu tal-Knisja Kattolika* f'paragrafu 2337 dwar 'Il-Vokazzjoni għall-Kastità': "Il-Kastità tfisser l-integrazzjoni sħiħa tas-sesswalità fil-persuna umana biex hekk ikun hemm għaqda sħiħa bejn ir-ruħ u l-ġisem fil-bniedem innifsu. Is-sesswalità, li biha l-bniedem jagħmel sehem mid-dinja korporali u bijoloġika, issir personali u tassew umana, jiġifieri tixraq lill-bniedem, meta tiġi integrata f'relazzjoni ta' persuna ma' persuna oħra, fl-għoti lil xulxin għal żmien bla tmiem tar-raġel u l-mara. Il-virtù tal-Kastità għalhekk titlob kemm l-integrità tal-persuna umana u kemm is-sħuħija tal-għotja li ssir fiż-żwieġ."

Tajjeb li niflu wkoll il-paragrafi minn 2338 sa 2359 tal-*Katekiżmu tal-Knisja*

Kattolika li jkomplu jitrattaw fid-dettal dwar il-Kastità.

"Ohloq fija qalb safja, o Alla, u spirtu qawwi ġedded fija." (Salm 51:12)

Nistaqsu lilna nfusna

Għandi jew m'għandix biżżejjed dixxiplina fuqi nnifsi biex inkun nista' nżomm milli naqa' għad-dghufijiet tiegħi?

Filwaqt illi *rrid nagħmel it-tajjeb, ifeġġ quddiem i l-ħażin*. Kemm bnejt libertà interjuri li tgħinni nipprattika r-Rażan?

Naf b'xi esperjenza ta' 'hena' li giet b'effett tas-Safa?

Fil-verità kemm jirnexxili ngħix ħajja sempliċi, onesta, 'l bogħod mill-qerq u l-intolleranza?

Jigri spiss jew rari li bis-sesswalità tiegħi nagħti lili nnifsi lil żewġi / marti tant li flimkien naslu għal ferħ u milja, kemm fir-ruħ u kemm fil-ġisem?

Jekk inqis l-istat tiegħi dwar ir-Rażan u dwar il-Kastità, nara li baqagħli x'nirraġa?



KUMITAT ĊENTRALI 2017

Gruppi Familji Nsara - Moviment ta' Kana
Istitut Kattoliku, Triq San Publiju - Floriana FRN 1441
www.gfnmalta.org

Koppja President - James u Marica Chappell
 Tel. 21451972, Mob. 79809001/2, E-mail: koppja-president@gfnmalta.org

Chaplain Nazzjonali - Mons. Charles Attard
 Tel. 22039300, Mob. 99891907, E-Mail: chaplain-nazzjonali@gfnmalta.org

Koppja Segretarja - Emmanuel u Rosanna Falzon
 Tel. 21642931, Mob. 99420643, E-mail: koppja-segretarja@gfnmalta.org

Koppja Teżoriera - Mario u Anna Zerafa
 Tel. 21311832, Mob. 79703049, E-mail: koppja-tezoriera@gfnmalta.org

DISTRETT 'A'

Koppja Distrettwali - Charlie u Rita Azzopardi
 Tel. 21497829, Mob. 79854180, E-mail: koppja-distrettwali-a@gfnmalta.org
 Parroċċi: UP2 - Gwardamanga, Hamrun (SG), Marsa (TQ), Santa Venera; UP3 - Birkirkara (SE), Fleur-De-Lys; UP5 - Had-Dingli, Rabat; UP6 - Hal Qormi (SB), Siggiewi, Haż-Żebbuġ.

DISTRETT 'B'

Koppja Distrettwali - Anthony u Helen Attard Bason
 Tel. 21372701, Mob. 79860113, E-mail: koppja-distrettwali-b@gfnmalta.org
 Parroċċi: UP7 - Mosta; UP8 - Mellieħa, Qawra-Buġibba; UP9 - Msida; UP10 - Balluta, Sliema Ġesu` Nażżarenu; UP11 - Tal-Ibraġ, San Ġwann.

DISTRETT 'Ċ'

Koppja Distrettwali - Carmel u Helen Damato
 Tel. 21649785, Mob. 79551082, E-mail: koppja-distrettwali-c@gfnmalta.org
 Parroċċi: UP12 - Paola (KR), Santa Luċija, Hal Tarxien; UP13 - Fgura, Marsaskala, Haż-Żabbar; UP14 - L-Isla, Kalkara; UP15 - Marsaxlokk, Żejtun; UP16 - Mqabba, Żurrieq.

Litanija tal-Ispirtu s-Santu

Mulej hniena – Mulej hniena
Kristu hniena – Kristu hniena
Mulej hniena – Mulej hniena

Missier li tista' kollox – HENN għalina
Ġesù, Iben Etern tal-Missier – HENN għalina

Feddej tad-dinja – Salvana
Spirtu tal-Missier u tal-Iben – Salvana
Hajja bla qies, tagħhom it-tnejn – Qaddisna
Trinità Qaddisa – Ismagħna
Spirtu s-Santu li ġej mill-
Missier – Inżel f'qalbna
Spirtu s-Santu, li Int daqs il-Missier
u l-Iben – Inżel f'qalbna

Wegħda ta' Alla l-Missier – HENN għalina
Raġġ ta' dawl mis-sema – HENN għalina
Gherq ta' kull tjubija – HENN għalina
Għajn tal-ilma tas-sema – HENN għalina
Nar imhegġeġ – HENN għalina
Karità mimlija hrara – HENN għalina
Balzmu ta' faraġ spiritwali – HENN għalina
Spirtu ta' mhabba u verità – HENN għalina
Spirtu ta' gherf u fehma – HENN għalina
Spirtu ta' kunsill u qawwa – HENN għalina
Spirtu ta' ghaqal u devozzjoni – HENN għalina

Spirtu tal-biza' qaddis ta'
Alla – HENN għalina
Spirtu ta' grazzja u talb – HENN għalina
Spirtu ta' paċi u hlewwa – HENN għalina
Spirtu ta' modestja u
innocenza – HENN għalina
Spirtu s-Santu li jagħti
l-faraġ – HENN għalina
Spirtu s-Santu li jqaddes – HENN għalina
Spirtu s-Santu li jmexxi
l-Knisja – HENN għalina
Don ta' Alla l-Għoli – HENN għalina
Spirtu li jimla l-ħolqien kollu – HENN għalina
Spirtu li jagħmilna wlied Alla – HENN għalina
Spirtu s-Santu li jikxfilna l-kruha
tad-dnub – HENN għalina
Spirtu s-Santu, ejja u gedded
wiċċ id-dinja – HENN għalina
Spirtu s-Santu, sawwab id-dawl
tiegħek f'ruĥna – HENN għalina
Spirtu s-Santu, onqox il-liġi
tiegħek fuqna – HENN għalina
Spirtu s-Santu, onqox il-liġi tiegħek
fuq qalbna – HENN għalina
Spirtu s-Santu, kebbes fina n-nar
ta' mhabbtek – HENN għalina
Spirtu s-Santu, ifthilna t-teżori tal-

grazzji tiegħek – HENN għalina
Spirtu s-Santu, għallimna nitolbu
tajjeb – HENN għalina
Spirtu s-Santu, dawwalna bl-ispirazzjonijiet
tiegħek tas-sema – HENN għalina
Spirtu s-Santu, mexxina fit-triq tas-
salvazzjoni – HENN għalina
Spirtu s-Santu, agħtina dak l-gherf li
hu biss meħtieġ – HENN għalina
Spirtu s-Santu, hegġigna biex nagħmlu
dak li hu tajjeb – HENN għalina
Spirtu s-Santu, agħtina l-merti tal-
virtujiet kollha – HENN għalina
Spirtu s-Santu, kun Int il-premjū
tagħna ta' dejjem – HENN għalina

Haruf ta' Alla, li tneħhi d-dnubiet tad-dinja
– l-bagħtilna l-Ispirtu s-Santu
Haruf ta' Alla, li tneħhi d-dnubiet tad-dinja
– Ferra' f'ruĥna d-doni tal-Ispirtu s-Santu
Haruf t'Alla, li tneħhi d-dnubiet tad-dinja
– Agħtina l-Ispirtu ta' gherf u qdusija

Ejja Spirtu s-Santu! Imla' l-qlub tal-fidili
u kebbes fihom in-nar ta' mhabbtek.

**Mill-ktieb *Ġabra ta' Talb u Kant* – paġni
118-120. Mahruġ mill-Ferġha Ewkaristika.**

Talba tal-Bidu

Mulej, Grazzi talli tajtna lil
xulxin bħala l-isbaħ rigal.
Għinna biex inżommuk
dejjem fiċ-ċentru tal-
hajja tagħna fiż-żwieġ,
u biex, magħqudin
flimkien, nibqgħu dejjem
infahħruk. Grazzi talli
laqqajtna lkoll flimkien
f'dan il-Grupp. Għinna
biex, permezz ta' din il-
laqgħa tagħna mal-Kelma
tiegħek, noffru sostenn
lil xulxin b'imħabba u
b'sens ta' qadi qaddis, biex
hekk nissahhu fir-rabta
tagħna fis-Sagrament
taż-Żwieġ. **Ammen.**

Talba tal-Għeluq

Saċerdot: Ħuti, nitolbu lill-Mulej Alla jbierek din il-laqgħa li għamilna fil-preżenza tiegħu. Ningabru quddiem Alla, li bierek l-għaqda tagħkom fis-Sagrament taż-Żwieġ, biex b'fiduċja sħiħa nitolbuh dak li nixtiequ għall-familja tagħna u tal-oħrajn.

Koppja Mexxejja: Nitolbu għall-familji tagħna.

Kulhadd: Mulej, aħna nikkonsagrawlek l-imħabba tagħna lejn xulxin u lejn uliedna u nitolbuk li ssaltan dejjem f'kull membru tal-familja tagħna u tieqaf magħna f'kulma nagħmlu u ngħidu biex, kif aħna magħqudin flimkien f'din l-art ningabru lkoll miegħek fid-dar tiegħek tas-sema.

(Niftakru f'dawk li nixtiequ nitolbu għalihom)

Koppja Mexxejja: Nitolbu għall-familji ta' ħutna.

Kulhadd: Mulej, nitolbuk ukoll għall-familji kollha ta' din il-parroċċa u tad-dinja kollha; saħħaħ l-għaqda fl-imħabba fost il-miżżewġin; ieqaf mat-tfal u ż-żgħażaġħ; kun il-qawwa tal-foqra, il-faraġ tar-romol u Missier il-bnedmin kollha.

(Inżommu id f'id u ngħidu flimkien il-Missierna)

Saċerdot: Iberikna l-Mulej u jħarisna! Jixhet id-dija ta' wiċċu fuqna u jurina l-ħniena! Iħares lejna l-Mulej b'imħabba u jagħtina s-sliem! Fl-Isem tal-Missier u tal-Iben u tal-Ispirtu s-Santu.

Ammen.

Special Offer.



50% off on RICOH Gel Printers when buying an iPhone.



Sliema - Valletta - Pieta - B'Kara - Paola - Gozo
21442123 - www.icentre.com.mt

iCentre | 
Premium Reseller

MOVIMENT TA' KANA
Gruppi Familji Nsara
Skemi 2017