Frar 2012 Numru 87

Flimkien

Editorjal 3 • Il-Kelma tal-Arċisqof 5
Il-kaptan tal-ġifen 6 • Iltqajt ma' persuna ... gay 9 • Vjola u karamelli 10 • Niddivorzja jew le? 13 • On becoming invisible 18 • Ittri mill-qarrejja 21 • Poeżiji 23
Paġna għat-tfal 25 • Tisliba u Sudoku 27
Tabib: Ħruq ta' Sant'Antnin 29
Ħobb il-parroċċa tiegħek 30

Britannia Tours

30 YEARS OF SERVICE (1982 - 2012)

L-Ghid ġewwa Lourdes

4 - 9 t'April

Prezz jinkludi

- Titjiriet mal-Air Malta: Malta / Lourdes / Malta
- Coach Transfers: ajruport / lukanda / ajruport
- Akkomodazzjoni fil-lukanda Lys de Marie – 3 star superior jew simili
- Full Board: 4 Kolazzjonijiet / 4 pranzi / 4 ċeni
- Kmamar kollha bis-servizzi privati
- Servizz ta' Tour leader
- Servizz ta' Direttur Spiritwali
- Taxxi Kollha

minn €545

NEW BRANCH OPENING IN MOSTA

Il-prezzijiet kollha huma bbażati fuq tqassim tripla/twin, full board u huma nkluži Titjiriet, Lukanda, Trasferimenti, servizzi ta' Tour Leader, Direttur Spiritwali u t-Taxxi (Kundizzjonijiet japplikaw)

Head Office: Valletta
Tel: 2123 8039, 2124 5418, 2124 1904
Paola Branch: Tel: 2180 9930
Mosta Branch: Tel: 2141 3030
Gozo Branch: Rabat Tel: 2156 5620

IATA

DUN ANTON PORTELLI

Grazzi u maħfra

Grazzi Sinjur Alla ...
minflok ingorr, nibda nara l-istorja kollha;
minflok neqred, nagħraf il-ħafna tajjeb li tajtni;
minflok nikkritika, ninduna kemm jien ukoll niżbalja;
minflok ngħir, napprezza dak li għandi;
minflok nirrabja, niftakar li m'jien se nirbaħ xejn;
minflok 'taqbiżli', naħseb f'kemm inkun se niżbalja fi kliemi, fil-ħsieb tiegħi, fid-deċiżjoni li nieħu, fl-azzjoni li nwettaq, fl-eżempju ħażin li nagħti.

Aħfirli Sinjur Alla ...
ta' kemm iġġudikajt ħażin lil ħaddieħor;
ta' kemm insejt kemm inti tħobbni;
ta' kemm stajt għamilt ġid u ma għamiltux;
ta' kemm ma rajtx it-tajjeb li hawn madwari;
ta' kemm ħlejt żmien li tliftu għal dejjem;
ta' kemm ma tkellimtx miegħek fit-talb. ■

IRTIR FIS-SILENZJU GĦAŻ-ŻGĦAŻAGĦ

9-11 ta' Marzu, Mount St. Joseph Retreat House, Mosta, Immexxi minn tim ta' Ġiżwiti
L-irtir huwa mixja personali ħafna ma' Kristu, għalhekk hu rakkomandat li jkun fis-silenzju. Kull min jiġi jkollu direttur personali li jsegwih matul il-weekend. Għal aktar informazzjoni ikteb lil **inygo@jesuit.org.mt**

Flimkien

Rivista ta' kull xahar maħruġa mill-Kulleġġ tal-Kappillani u titqassam b'xejn lill-familji Maltin kollha.

Biex tirriklama fuq Flimkien agħmel kuntatt direttament bit-telefon fuq 2590 6400 jew 2137 4942
Email: flimkien@maltadiocese.org jew bil-posta

Indirizz Editorjali
Flimkien, Kulleġġ tal-Kappillani, Kurja, Floriana
Email: flimkien@maltadiocese.org

Tista' tisma' l-magażin Flimkien jinqara fuq www.rtk.org.mt jew fuq cassette jew CD mingħand il-kappillan tal-parroċċa tiegħek. Tista taqrah minn fuq il-website www.maltadiocese.org

Editur Carmel Conti
Grafika Outlook Coop
Stampar Velprint Ltd

THE JOY OF FATHERHOOD
LIAM FARRUGIA

Liam gradwat mill-Università ta' Malta fit-Teknoloġija tal-Informazzjoni u bħalissa qed jistudja għal Masters. Il-fotografija hija l-passatemp favorit tiegħu u l-ġeneru favorit huwa l-persuni maqbudin f'poża naturali

www.flickr.com/groups/flickristi

WEEKEND RETREATS GĦALL-KOPPJI

Okkażjoni għall-koppji miżżewġin biex iġeddu u jiċċelebraw il-weġħdiet taż-żwieġ tagħhom. Il-koppji jkollhom ħin ta' riflessjoni u talb flimkien kif ukoll ħin ta' *sharing* fi grupp magħmul minn 8 koppji.

- Mill-Ġimgħa 10 ta' Frar fis-7pm, sal-Ħadd 12, wara l-pranzu
- Mill-Ġimgħa 2 ta' Marzu fis-7pm, sal-Ħadd 4, wara l-pranzu

Mount St Joseph, Tarġa Gap, Mosta
Ċempel 2141 6916
Organizzat miċ-Ċentru Injazjan tal-Ispiritwalità

FLIMKIEN FUQ RADJU MARIJA

Kull nhar ta' Ħamis fit-8:30pm imtenni kull nhar ta' Erbgħa fis-1:30am
Approfondiment u diskussjoni bil-parteċipazzjoni tas-semmiegħa ta' Radju Marija dwar artikli u suġġetti li jkunu ġew ittrattati f'ħarġiet riċenti tal-magażin Flimkien. Agħti l-opinjoni tiegħek billi ċċempel 2145 3106 jew 2145 3105. Radju Marija 102.3FM jew 107.8FM; info.mal@radiomaria.org

MONS. P. CREMONA OP

Inħossu bħall-Knisja

Ftit ilu ħarġet l-aħbar mill-Vatikan li fost il-kardinali l-ġodda li se jinħatru fit-18 ta' Frar se jkun hemm Malti: Patri Prospero Grech, Agostinjan. Prospero għadda kważi ħajtu kollha f'Ruma jgħallem u jagħti sehmu fil-Kongregazzjonijiet tal-Vatikan. Huma apprezzati ħafna l-kitbiet u t-taħditiet tiegħu dwar l-Iskrittura Mqaddsa.

Dan l-aħħar il-Papiet kienu qed jaħtru Kardinali lil dawk li jkunu taw kontribut kbir lill-Knisja, anki meta dawn ikunu għadhom ma sarux isqfijiet. Fost dawn insemmu l-famużi Henri de Lubac u Yves Congar li kienu taw sehem kbir fil-Konċilju Vatikan it-Tieni. Hekk ukoll issa, il-Papa Benedittu XVI deherlu li kellu jonora lil Patri Prospero.

Minn qalbi għalhekk nifraħ lil Patri Prospero. Jien naf ċert li qed tifraħ ukoll il-Provinċja Agostinjana, għalhekk nifraħ lilhom ukoll. U se jkollna l-okkażjoni nifirħu flimkien bi Prospero qabel ma jsir Kardinal meta fit-8 ta' Frar se jinħatar isqof f'San Ġwann, il-Belt.

Imma apparti li dan huwa unur, naf żgur li dan kien ġest ta' gratitudni mill-Papa lill-gżejjer tagħna għas-sehem li dejjem tajna lill-Knisja universali. Dan is-servizz lill-Knisja barra minn xtutna, il-Knisja f'Malta tagħtu b'ħafna modi, pereżempju bil-ħafna missjunarji, fosthom isqfijiet, reliġjużi, saċerdoti u anki lajċi. Oħrajn taw il-kontribut tagħhom fil-qasam akkademiku fl-Universitajiet. Oħrajn taw is-servizz tagħhom fl-amministrazzjoni u d-diplomazija tal-Vatikan.

Nieħdu l-okkażjoni tal-Kardinal il-ġdid biex inġeddu l-imħabba tagħna lejn il-Papa, u nitolbu għalih. Ejjew inħossu l-ferħat tal-Knisja fid-dinja bħala l-ferħ tagħna; u l-weġgħat tal-Knisja bħala d-dieqa tagħna wkoll. ■

Fatti u Figuri

26

In-numru ta' missjunarji Kattoliċi maqtula fl-2011

Asja
Indja 3
Filippini..... 1

Amerika
Kolombja.... 7
Messiku..... 5
Brażil 1
Paragwaj 1
Nikaragwa. 1

Affrika
Burundi..... 2
Kongo 1
Sudan 1
Tuniżija 1
Kenja 1

Ewropa
Spanja 1

Be part of the conversation with better hearing.

Our free consultation can put you on the road to better hearing.

We'll help you identify the signs of hearing loss, then test your hearing and discuss the wide range of hearing solutions available today.

No pressure, no gimmicks, no obligation. Just straightforward answers to your questions about hearing health.

Cleartone Hearing is the official Malta distributor of Unitron Hearing Instruments and is pleased to announce the arrival of Moxi™ and Quantum.™

We provide a full service across Malta and Gozo.
Michael Wall H.A.A. Dip. (UCD), M.I.S.H.A.A. M.S.H.A.A. M.I.H.S.,

Offering FREE hearing tests and evaluations.
Please call to book an appointment.

A standard clinic fee will apply.

Moxi™
Powered by Era™

Quantum™
Powered by Era™

CLEARTONE HEARING MALTA LTD
11 Shalom, Frans Dingli Street, Attard, Malta Atd
Call: 21430571

unitron™ Hearing matters

CALL NOW

10 TA' FRAR
60 w.K.

PAUL GALEA

Il-kaptan tal-ġifen

Dan huwa l-*log book,* ibbażat fuq kapitli 27-28 tal-Atti tal-Appostli, tal-kaptan tal-ġifen li wassal lil San Pawl f'Malta. Taħt xi wħud minnhom, b'ittri ħoxnin, insibu kummenti li xi snin wara l-kaptan seta' kiteb ... wara li sar jaf b'Ġesù.

Jum 1: Tlaqna għal Kreta, biex ngħaddu x-xitwa hemm. Pawlu minn Tarsu ma qabilx li nitilqu minħabba t-temp. Iċ-ċenturjun Ġulju qagħad fuq il-parir tiegħi bħala kaptan tal-ġifen. Beda jonfoħ il-Grigal. Nispera li għada ma jżidx. ***Illum nara li kollox Alla jmexxi. Kieku ċ-ċenturjun dakinhar sema' minn Pawlu, konna niffrankaw il-maltempata, imma ma konniex naslu Malta.***

Jum 2: Grigalata li qatt ma ltqajt magħha kemm ili kaptan. Intlaqna għall-qawwa tar-riħ u ħallejnieh iġorrna. Id-dgħajsa tellajnieha mill-baħar. ***Kieku kont appostlu f'nofs l-Għadira tal-Galilija kont ngħidlu, "Salvana, Mulej! Se nintilfu!" Min jaf Ġesù kienx isikket l-irjieħ u l-baħar, u jgħidli, "Dan il-biża' kollu għalfejn, ja bniedem ta' fidi ċkejkna?"***

Jum 3: Irbatna l-ġifen dawramejt biċ-ċimi. Niżżilna l-qlugħ biex ma ninkaljawx. ***Il-ġifen tiegħi żgħir, u l-baħar huwa kbir, imma llum naf li l-qawwa tal-Mulej hija infinita.***

Jum 4
Waddabbna t-tagħbija l-baħar u rmejna anki t-tagħmir tal-ġifen.

Jum 5: Sħab griż skur. Ix-xemx ma dehritx il-jum kollu. Bil-lejl lanqas kwiekeb ma rajna. ***Xi drabi tara kollox iswed u titlef it-tama, imma jien illum nemmen li teżisti x-xemx, anki jekk ma narahiex tiddi; li anki fl-eqqel tal-lejl, tlugħ ix-xemx mhux fil-bogħod.***

Jum 6: B'kollox fuq il-ġifen hawn 276 ruħ, xi wħud minnhom priġunieri. ***Xi ismijiet li għadni niftakar: Ġulju ċ-ċenturjun, Aristarku minn Tessalonika, Luqa minn Antijokja, u naturalment Pawlu minn Tarsu.***

Jum 7: Il-passiġġieri ilhom ħafna ma jitrejqu. Skont Pawlu ħadd m'hu se jintilef ħlief il-ġifen. Qal ukoll li jinħtieġ naħbtu ma' ġżira. ***Niftakar kliem Ġesù meta ltaqa' mal-appostli fuq id-dgħajsa: "Agħmlu l-qalb, jiena hu, tibżgħu xejn."***

Jum 8: Dak li qal Pawlu lbieraħ bqajt naħseb fuqu. Ma għoġbitni xejn l-idea li "ħadd m'hu se jintilef ħlief il-ġifen" - bħallikieku ma hu xejn li l-ġifen tiegħi se jitfarrak. ***Xi drabi trid tissagrifika xi ħaġa biex takkwista xi ħaġa aktar importanti. Ġesù qal: "Jekk għajnek il-leminija hi għalik okkażjoni ta' dnub, aqlagħha***

barra u armiha 'l bogħod minnek; jaqbillek tintiliflek biċċa waħda minn ġismek milli ġismek kollu jinxteħet fl-infern."

Jum 9: Ma nafx kemm hu veru li ħadd ma hu se jintilef. Naħseb li Pawlu beda jitlef rasu għax ilu ma jiekol u jorqod.

Jum 10: Il-maltempata mhemmx li tbatti. Ix-xemx għadha ma tidhirx, u lanqas il-ġżira li semma' Pawlu ….

Jum 11: Illum ma kelli ċans nikteb xejn.

Jum 12: Forsi tort ta' xi ħadd minna li hawn fuq dan il-ġifen li nqalgħet dit-tempesta kollha!? ***Darba Ġesù ltaqa' ma' raġel għama minn twelidu, u staqsewh: "Dan twieled għama għax dineb hu stess, jew għax dinbu l-ġenituri tiegħu?" Ġesù wieġeb: "Mhux għax dineb hu jew il-ġenituri tiegħu, imma ġralu hekk biex l-għemil ta' Alla jidher fih."***

Jum 13: Kważi nofs il-lejl. Skandaljajna l-fond tal-baħar, u sibna 20 qama. Erġajna skandaljajna: 15-il qama. Nibża' li se naħbtu ma' xi skoll. Niżżilna erba' ankri mill-poppa.

Jum 14: Xi baħrin ippruvaw jaħarbu mill-ġifen. Pawlu qal liċ-ċenturjun u s-suldati li jekk jippruvaw jaħarbu, ma jsalvawx. Ġulju sema' minn Pawlu, u s-suldati qaċċtu l-ħbula tad-dgħajsa u ħallewha tmur għal riħha. ***Din id-darba mn'Alla ċ-ċenturjun sema' minn Pawlu!***

Jum 15: Mas-sebħ Pawlu qabad il-ħobż, qal il-barka, qasam u beda jiekol, u kulħadd kiel bħalu. Ħaffifna l-ġifen u waddabna l-qamħ il-baħar. Il-ġżira ma għarafnihiex. Rajna bajja bi xtajta fiha. Tellajna l-qala ż-żgħira ta' quddiem għar-riħ u rħejnilha lejn ix-xtajta. Ħbatna ma' sikka bejn żewġ kurrenti. Il-pruwa baqgħet imwaħħla fil-post u ma tħarrkitx. Il-poppa tfarrket bil-qilla tal-mewġ. Is-suldati riedu joqtlu l-priġunieri biex ma jaħarbux, imma biex isalva 'l Pawlu, Ġulju ma ħallihomx.

Jum 16: Il-ġżira jisimha Malta. Kulħadd wasal l-art qawwi u sħiħ. In-nies tal-ġżira qabbdulna ħuġġieġa. Xita u bard. Lifgħa qabdet ma' id Pawlu, li farfarha ġon-nar u nħarqet. Kulħadd stennieh jintefaħ, jaqa' u jmut f'daqqa, imma wara li damu jistennew, u ma ġralu xejn, bdew jgħidu li kien xi alla. ***Meta Ġesù kkalma t-tempesta, l-appostli qalu: "Dan min hu, biex anki l-irjieħ u l-baħar jisimgħu minnu?" Pawlu ma sikkitx it-tempesta, imma meta ħeles mil-lifgħa kulħadd ħasbu li kien xi alla. Qisu ma kienx miraklu biżżejjed li salva kulħadd….***

Jum 17: Ilna tlett ijiem għand il-prinċep tal-ġżira, Publju. Pawlu fejjaqlu lil missieru li kien marid. ***Imma l-akbar fejqan kien se jseħħ ftit jiem wara, meta n-nies tal-post kienu se jisimgħu l-aħbar li Kristu miet u qam biex isalvahom minn deni ħafna akbar mill-mard….***

Jum 90: Għalaqna tliet xhur Malta. Għada nitilqu Sirakuża, Il-Maltin ġabu ruħhom magħna bi ħlewwa li ma bħalha, u għabbew fuq il-ġifen kull ma neħtieġu. ***U dan minkejja li konna immigranti irregolari f'pajjiż li ma nafux!*** ■

VISA

WORLDWIDE SPONSOR

Irbaħ biljetti għal-Logħob Olimpiku 2012 ta' Londra, ġentilment mogħtija mill-Visa

għix il-Logħob Olimpiku 2012 ta' Londra

Uża l-Visa Credit Card tiegħek tal-Bank of Valletta sabiex tidħol biċ-ċans li tirbaħ biljetti għal-Logħob Olimpiku 2012 ta' Londra, ġentilment mogħtija mill-Visa. Żur bov.com/visapromotion għal aktar dettalji.

2131 2020
bov.com/visapromotion

Maħruġ mill-Bank of Valletta p.l.c.
58, Triq Żakkarija
Valletta VLT 1130 - Malta

Termini u kundizzjonijiet japplikaw. Offerta valida sal-15 ta' Mejju 2012. Biex tkun eliġibbli, kull transazzjoni trid tkun ta' valur minn €25 'l fuq. Ma' kull transazzjoni ta' €25 jew aktar li ssir bil-BOV Visa *Credit Card*, wieħed ikun intitolat għal ċans wieħed fil-lotterija. Ir-rebbieħa jintalbu jwieġbu mistoqsija t'abbiltà.

Bank of Valletta

BOV/31489

Iltqajt ma' persuna... gay

M'għandna dritt inpoġġu lil ħadd ġo *ghetto*

Iltqajt ma' persuna ... mimlija sentimenti sbieħ, b'qalb li taf tħobb, edukata, b'ħajja mimlija valuri u b'potenzjal kbir; persuna li tieħu gost tkun magħha. U skoprejt li din il-persuna hi ... gay.

U ħassejtni nisthi minni nnifsi. Ħassejt sens ta' ħtija talli ħsibt li kelli d-dritt niġġudika, nikkundanna u nwaqqa' għaċ-ċajt lil persuni gay, u talli npoġġi lil kulħadd fl-istess keffa.

Qed ngħid hekk għax kont naħseb li kull persuna omosesswali kienet rappreżentata biss fil-parati tal-gay pride u f'dak li hu pervers, u nsejt li anki l-eterosesswali (dawk li mhumiex gay) xi drabi jagħmlu hekk u anki aġħar.

Kont naħseb ukoll li persuna tkun omosesswali tort tagħha, għax kienet tgħix ċertu tip ta' ħajja, imma skoprejt li bejn l-10 u t-12 fil-mija tal-popolazzjoni jitwieldu hekk. Skoprejt ukoll li l-familja fejn tkun trabbiet m'għandha tort ta' xejn u l-persuna gay m'għandha l-ebda kontroll fuq jekk għandhiex tkun gay jew le għax fl-aħħar mill-aħħar tkun twieldet hekk.

U jekk m'għandi l-ebda dritt (anzi ħaġa ta' min jikkundannaha) li naqta' mis-soċjetà u nidħak b'persuna li hi differenti minni jew għandha xi diżabbiltà, għaliex naħseb li għandi dritt nagħmel hekk lil persuna li twieldet omosesswali?

Ħassejt li għandi nikteb għax dan l-episodju lili tani tbeżbiża qawwija. Għaliex ngħidu li aħna nsara jekk minflok komprensjoni, tolleranza u mħabba lejn il-minoranzi li jkunu għaddejjin minn tbatija kbira, nagħmluha tal-maġistrati u tal-imħallfin?

Bħal ma qal saċerdot Taljan dan l-aħħar fuq it-televiżjoni waqt diskussjoni fuq is-suġġett: "Aħna m'għanda dritt inpoġġu lil ħadd ġo ghetto; m'għandniex id-dritt naqtgħu lil xi ħadd mis-soċjetà. Imma d-dover tan-nisrani fuq l-eżempju ta' Kristu hu li joħroġ, jiltaqa', jisma' u jgħin lil kull bniedem emarġinat."

Dan hu l-appell li nixtieq nagħmel lil kull saċerdot u lil kull nisrani: Bħalma qegħdin nippruvaw nagħdru, inħobbu u ngħinu lid-drogati, il-prostituti, il-ħabsin, ir-rifuġjati u minoranzi oħra, ejjew nippruvaw nagħtu jdejna lill-persuna gay li kull ma tixtieq hu li tgħix ħajja verament umana, fil-paċi.

Tajjeb niftakru li dak li jidher 'il bogħod minna, jista' jkun viċin ħafna tad-dar u l-għeżież tagħna!

Ftaħt għajnejja

FR HECTOR SCERRI

Vjola u karamelli

Fir-Randan, żmien il-bniedem jiltaqa' mad-divinità ta' Alla

Xi tfisser "Randan"

Il-kelma *Randan* ġejja mill-Għarbi *Ramadan*. Dan ma jfissirx li r-Randan aħna ħadnieh mill-Islam. Il-kelma Ingliża *lent* ġejja mill-kelma antika *lencten* li tfisser "ittawwal" (*lengthen*) għax il-ġurnata tibda titwal meta tkun dieħla r-rebbiegħa. Bil-Latin jissejjaħ *Quadragesima* li tfisser 40. Il-kelma *Quadragesima* nżammet f'ħafna ilsna oħra, bħal *cuaresma* (Spanjol), *quaresma* (Portugiż), *carême* (Franċiż), *quaresima* (Taljan), *korizma* (Kroat), *carghas* (Irlandiż).

Għaliex "erbgħin"?

Fl-ewwel sekli tal-Knisja, l-erbgħin jum kienu jaħbtu mal-aħħar fażi ta' tħejjija intensiva li jkun fadlilhom jagħmlu l-**katekumeni** qabel jitgħammdu fil-lejl tal-Għid. In-numru 40 insibuh spiss fit-**Testment il-Qadim**: fid-dilluvju fi żmien Noè x-xita damet nieżla 40 jum; Mosè dam 40 jum jitkellem ma' Alla fuq is-Sinaj; l-Israelin damu 40 sena fid-deżert; Elija dam 40 jum fid-deżert qabel wasal fuq il-muntanja Ħoreb; in-nies ta' Ninive għamlu penitenza għal 40 jum wara li wissiehom il-profeta Ġona. Fit-**Testment il-**Ġdid insibu l-40 jum li Ġesù għamel fid-deżert jitlob u jsum qabel ittentah ix-xitan; 40 jum bejn il-Qawmien u t-Tlugħ ta' Ġesù fis-sema. Madankollu n-numru 40 huwa numru **simboliku** li jindika żmien twil li fih "iż-żmien tal-bniedem" jiltaqa' mad-divinità ta' Alla etern.

X'inhi l-Erbgħa tal-Irmied?

L-Erbgħa tal-Irmied - Ras ir-Randan - hija l-ewwel ġurnata tar-Randan (22 ta' Frar). L-irmied ifisser indiema, u jfakkarna li lkoll irridu mmutu. L-irmied, magħmul mill-friegħi taż-żebbuġ li jkun baqa' minn Ħadd il-Palm tas-sena ta' qabel, jitqiegħed flimkien ma' ftit żejt taż-żebbuġ fuq ras dawk li jattendu. Il-marka li jħalli tfakkar li lkoll għad immutu minħabba d-dnub. Madankollu l-irmied jitpoġġa fuq rasna f'forma ta' salib, għax bil-mewt u l-qawmien tiegħu Ġesù kisbilna l-qawmien għall-ħajja.

X'kulur jintuża fir-Randan?

Il-kulur tar-Randan huwa l-vjola, li huwa l-kulur tar-rejiet kif ukoll tal-penitenza. Ir-Randan mhuwiex żmien ta' dwejjaq imma ta' penitenza, riflessjoni, talb, u sawm.

Għalhekk matul ir-Randan insibu ċerta solennità u sobrjetà, u ma jintużawx ħafna fjuri. L-innijiet li jesprimu ferħ bħall-Glorja u l-Alleluja ma jintużawx.

X'għandi nagħmel fir-Randan?

Skont il-Konċilju Vatikan it-Tieni, ir-Randan huwa karatterizzat mill-**magħmudija** u l-**penitenza**. Il-Knisja stabbiliet li r-Randan jibda mill-Erbgħa tal-Irmied sal-Quddiesa ta' Ħamis ix-Xirka li fiha nfakkru t-twaqqif tal-Ewkaristija. Iż-żmien strettament dedikat għall-Passjoni ġie limitat għal ġimgħa waħda biss (minn Ħadd il-Palm 'il quddiem). F'dan is-sens il-Ġimgħa Mqaddsa ġġib fi tmiemu r-Randan. Matul ir-Randan, apparti l-attenzjoni partikolari li għandna nagħtu lit-talbiet fil-quddiesa (bħall-kolletta, it-talba fuq l-offerti, il-prefazju, u t-talba wara t-tqarbin) għandna niffokaw ukoll fuq il-qari tal-quddies, speċjalment dak tal-ħames Ħdud. Għalhekk fir-Randan nagħmlu enfasi akbar fuq is-**smiegħ tal-Kelma ta' Alla** għax din twassalna għall-penitenza u l-konverżjoni. Isiru l-**eżerċizzi** għax dawn jgħinuna f'din il-mixja. Hu rakkomandat ukoll li wieħed jitlob aktar speċjalment il-**Via Sagra**, kif ukoll **isum**.

Għalfejn insum?

Ħafna drabi b'sawm nifhmu li wieħed jiekol inqas jew joqgħod lura minn ikel li jogħġbu. Ġesù nnifsu kien isum, u qalilna biex aħna wkoll insumu. Is-sawm m'għandux isir obbligu jew ritwal legalistiku, inkella jiġri li aktar nikkonċentraw fuqna nfusna milli fuq Kristu. Jekk fir-Randan jirnexxilna noqogħdu lura minn xi ħaġa jew nużawha f'karità biex ngħinu lil ħaddieħor fil-bżonn, inkunu qed inħabbru li Ġesù salvana bil-mewt u l-qawmien tiegħu. Hekk iva, is-sawm ikun jogħġob lil Alla. Is-sawm mhux xi ħaġa li nagħmlu bil-geddum (għax obbligu). Nagħmlu x'nagħmlu, l-ebda sagrifiċċju jew opra tajba tagħna ma jistħoqqilha tikseb il-maħfra ta' dnubietna jew b'xi mod tpatti għal dak li Ġesù għamel għalina. L-enfasi tar-Randan mhux dwar x'se nagħmel *jien* imma dwar *x'għamel Ġesù biex jeħles lill-bnedmin kollha mid-dnub u l-effetti tiegħu.* Għalhekk is-sawm mhuwiex dwar jekk tikolx ħut jew ravjul (għax dawn mhux laħam) u lanqas dwar karamelli tal-ħarrub (għax dawn, skont xi whud, ma jaqtgħux is-sawma). Meta ssum u tħoss ftit ġuħ, ipprova ftakar fl-*għaliex* qed issum. Ġesù darba qal li d-dixxipli tiegħu ma jsumux sakemm l-għarus għadu magħhom, għalhekk meta nsumu nkunu qed nistqarru li qed nistennew il-miġja tal-għarus, li hu Ġesù. Forsi nsibu sens akbar fis-sawm jekk il-flus li niffrankaw meta nsumu minn xi ħaġa (ikel, ħelu, ħarġa, ċinema) jingħataw **karità**.

Kif tiġi stabbilita d-data tal-Għid?

Tiġi stabbilita billi jintuża mhux biss il-kalendarju tax-xemx imma wkoll tal-qamar. L-Għid niċċelebrawh f'dak il-Ħadd li jiġi wara l-ewwel qamar kwinta li jaħbat wara l-21 ta' Marzu (bidu tar-rebbiegħa). Din is-sena l-ewwel qamar kwinta li jiġi wara l-21 ta' Marzu ġej il-Ġimgħa 6 ta' April, għalhekk l-Għid (l-ewwel Ħadd wara s-6 ta' April) se jkun it-8 ta' April. ■

Il-Ħalib Tajjeb Naturalment

Kun Lest għall-Ħajja

Ixrob il-Ħalib Kuljum

Il-ħalib fih il-proteini, il-lipidi, il-kalċjum, il-vitamini A u B6, il-biotin u l-potassjum – kollha nutrijenti essenzjali għal ħajja aktar b'saħħitha.

F'kull stadju tal-ħajja, ixrob minn 2 sa 3 tazzi ħalib kuljum, għaliex il-Ħalib hu tajjeb… naturalment.

Ikkonsma l-ħalib bħala parti minn dieta bbilanċjata.

KAMPANJA FFINANZJATA BL-GĦAJNUNA
MOGĦTIJA MILL-UNJONI EWROPEA

Ko-finanzjament: 50% fondi tal-UE, 20% Fondi Nazzjonali, 30% Fondi Privati

DR MARK SAID LL D

Niddivorzja jew le?

Il-ħajja qasira wisq biex fiha nħallu lok għad-divorzju!

Issa li f'pajjiżna daħal id-divorzju, qatt daħallek il-ħsieb jekk għandekx tirrikorri għalih?

Deċiżjoni bħal din għandha tittieħed bil-kalma, bl-inqas dubji u weġgħat possibbli fuq kull min hu involut.

Min jgħidli li qed jikkunsidra li jiddivorzja, l-ewwel ħaġa li nistaqsi tkun, "Imma int ċert, jew ċerta?" Deċiżjonijiet meħuda bl-għaġġla jafu jeqirdu ħajjiet sħaħ. Jekk ma toqgħodx attent taf tasal f'punt fejn ma tkunx tista' terġa' lura.

Biex ma tieħu l-ebda deċiżjoni żbaljata, nissuġġerilek tagħti kas ta' dak il-leħen żgħir li għandek ġo fik, jekk qed jgħidlek, "Stenna ftit!" Dak il-leħen ta' ġo fik qed jitolbok biex qabel bidla kbira bħal din f'ħajtek, taħsibha sew.

Jekk int qed ittella' u tniżżel jekk tiddivorzjax, warrab kull ħsieb imnebbaħ mill-ħrafa romantika. L-ewwel ħaġa li għandek tagħmel hi li tagħti ħarsa tajba lejn iż-żwieġ tagħkom, u tara x'tista' tagħmel biex iż-żwieġ tagħkom jingħata ċans ieħor.

Skont kemm tkun realistiku u onest, taf tinduna li l-ħaxix mhux dejjem ikun daqshekk ħadrani fuq in-naħa l-oħra! Poġġi bilqiegħda u agħmel lista tal-vantaġġi u l-iżvantaġġi li hemm bejn li tkompli biż-żwieġ jew tiddivorzja.

Pereżempju: it-tfal, f'liema fażi qiegħda l-karriera tiegħek, il-finanzi, il-bidliet fl-istil tal-ħajja 'ġdida', l-ispejjeż tad-divorzju, li se tispiċċa waħdek, possibbiltà ta' mard sesswali minħabba ċ-ċirku ta' relazzjonijiet diversi li tista' tidħol fihom – anki jekk forsi bħalissa tħossok ċert li qatt m'inti se tidħol f'relazzjoni oħra!

Qis ukoll dawn il-mistoqsijiet:

- Mortu għand *marriage counsellor*?
- Ippruvajtu ssibu ftit ħin biex titkellmu u tidentifikaw il-*veri* problemi ta' bejnietkom?
- Tisimgħu *verament* lil xulxin - jew sempliċement titlewmu, tilmentaw u tinjoraw?
- Kemm verament tfittxu *kompromess*?

- Tippruvaw ikollkom *ħin ta' kwalità* flimkien?
- Il-mod kif *targumentaw* hu produttiv jew distruttiv?
- Tbusu lil xulxin u *taħfru lil xulxin* - mingħajr ma żżommu f'qalbkom memorji negattivi?
- Intom tassew *bi sħab,* u taħdmu flimkien għall-istess għanijiet?

Kieku kellkom tiktbu t-tweġibiet għal dawn il-mistoqsijiet jgħinkom ħafna biex id-deċiżjoni tkun ibbażata fuq ir-raġuni. Id-divorzju (u anki s-separazzjoni) hu esperjenza diffiċli. Jekk, fl-aħħar mill-aħħar ikollok tirrikorri għalih, se jkollok tgħaddi minn żmien diffiċli – għall-inqas sakemm issib saqajk mill-ġdid. Imma jekk il-proċess biex tiddeċiedi jkun onest u raġunat, għandek issib xorta waħda l-paċi f'qalbek – tkun xi tkun id-deċiżjoni.

Jien personalment kont, għadni u nibqa' kontra d-divorzju. Imma, ħażin jew tajjeb, il-fatt li issa hemm il-possibiltà tad-divorzju f'Malta, tajjeb tkun infurmat dwar il-konsegwenzi ta' din id-deċiżjoni. Jekk, wara dan l-eżerċizzju kollu, tkun għadek qed thewden jekk għandekx tiddivorzja, allura sinjal li għandek terġa' tipprova ssalva ż-żwieġ tiegħek!

Fuq l-esperjenzi lokali minn meta daħal id-divorzju f'Malta, jibdew jidħlu ħsibijiet oħra, bħal:

- Tinkwieta dwar min jinsab bħalissa ma' uliedek. Tibda taħseb, 'Imma marti jew żewġi għażlu persuna li jixirqilha tidħol fil-ħajja ta' wliedi? Jew hi persuna perikoluża, irresponsabbli, ta' eżempju ħażin?'
- Tirrealizza li mhux se tkun int li tfarrag lil ibnek jew bintek fil-bżonnijiet u d-dwejjaq tagħhom.
- Tibda tara li l-battalji legali kontra l-konjuġi l-ieħor qed idaħħlu fin-nofs lil uliedek ; ulidek jibdew jaraw lill-ġenituri jkissru lil xulxin u jonfqu l-eluf fuq l-avukati tad-divorzju – u dan meta forsi ħsibt li l-konjuġi tiegħek qatt ma kien se jipprova juża lil uliedek bħala arma jew skuża!
- Tibda tara li qatt ma jkollok sigurtà finanzjarja għaliex qatt ma taf meta l-Imħallef se jiddeċiedi li int «għandek tagħti» lill-konjuġi tiegħek aktar flus. Issib ukoll li qatt m'għandek flus biżżejjed għat-tfal u għar-relazzjoni ġdida li tista' tidħol fiha.
- Hawn ukoll min iweġġa' lil uliedu għax - anki bla ma jrid - iġegħelhom jaħsbu li d-divorzju ġara tort tagħhom. Lesti ruħek għal ħafna laqgħat mat-terapista tal-iskola ta' wliedek!
- Tista' tinħakem mill-piżijiet emozzjonali u d-dwejjaq għax tara li kulħadd għandu l-ħajja tiegħu, filwaqt li int m'għandekx aktar ħajja (forsi kont taħseb li d-divorzju se jġiblek il-ħelsien?).

Il-ħajja qasira wisq biex fiha jibqa' lok għad-divorzju! Għaliex ma nħallux dan ir-'rimedju' miktub fil-liġi biss mingħajr ma nirrikorru għalih? Id-divorzju huwa bħall-amputazzjoni: tibqa' tgħix wara, iżda tibqa' bin-nieqes.

Dr Mark Said jaħdem bħala Uffiċjal Legali Anzjan fil-Justice Unit fi ħdan il-Ministeru tal-Ġustizzja u l-Affarijiet Interni.

Id-dar tieghi, mal-familja, indipendenti.

Iva, issa possibli ghal kull tip ta' tarag, kemm dritt kif ukoll ghat-tond. Stairlift huwa is-soluzzjoni ghalik biex tibqa' tghix gewwa darek mal-familja tieghek.

Cemplilna ghall-kwotazzjoni
bla obligazzjoni fuq 21 524 888

Tista' tikkwalifika ghas-sussidju mill-Gvern

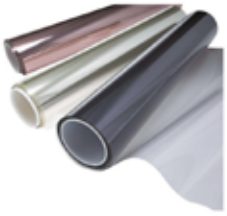
Mobile: 99 242 320
Email: info@stairsindependent.com.mt
Website: www.stairsindependent.com.mt
San Anton, Psaila Street, Birkirkara BKR 9077

STAIRS INDEPENDENT

Energy Care

the name says it all !!

Professional installers of
SOLAR WINDOW FILM.



REDUCE ENERGY COSTS
REDUCE HEAT & FADING
CUT HAZARDOUS GLARE
INCREASE SAFETY & SECURITY
ENHANCE APPEARANCE
IT'S FAST & EASY
LOW COST INVESTMENT.
GUARANTEED FOR 10 YEARS

CONTACT US FOR FREE ESTIMATES AND SITE INSPECTIONS.

TEL: 21577553 MOB: 99260120 INFO@ENERGY-CARE.NET
WWW.ENERGY-CARE.NET

creative solutions
for your promotional needs

Reminding customers about you!

The impact of merchandising lasts years after you have made your sale. It can also stimulate interest and entice customers to purchase your products and services.

BizGifts

Tel: 2144 1604
Email: bizgifts@outlook.coop
www.outlook.coop

GOZO
CARNIVAL
2012
16th-21st
February
victoria, gozo
MINISTRY FOR GOZO
Gozo
National & Regional
Celebrations
Committee
(Ministry for Gozo)
www.gozoculture.com

Our party food

Satisfies

even the
toughest of taste

Papillon

Caterers for all occasions

Tel: 2149 1894/5 Fax: 2149 1889 Email: info@papilloncaterers.com

www.papilloncaterers.com

On becoming invisible

I had found 'peace' and 'security' in my room, and I refused to leave it

My name is John*. I am 23 years old, and my biggest problem is to communicate with people and to make friends.

I always felt 'different'. At school I had a very hard time as I couldn't make friends, couldn't express myself and, because of that, I was bullied. Every time I had to speak in class, my heart pounded in my chest, so I used to panic with the words stuck in my throat.

This had a negative impact on my grades, and I lost my motivation to study. At school I learned how to be invisible, how to survive in an environment that, to me, was aggressive. Slowly but surely, I simply … disappeared!

No one ever invited me to the cinema or parties. Hardly anybody even knew my name! But honestly, for me, staying away was very convenient - although I dreamt that one day I would be stronger, and more popular.

My family became very worried. Mum tried to help me find friends, so she organised outings with my cousins. But I had found 'peace' and 'security' in my room, and I refused to leave it. I often heard my parents discuss what they could do to help me. My father could not accept the fact that his son was 'different', had no friends, was not strong-willed, and possibly not even able to keep a girlfriend.

I spent most of my time watching TV or absorbed in computer games. After secondary school things got even worse. I started looking for a job but this proved very difficult because of my lack of skills, so I got very depressed because I needed money to help my family and to prove to my father that I was not useless after all.

But at the same time meeting new people and attending interviews was traumatic for me. I had started missing sleep, and had lost weight. I used to lie in bed doing nothing. Mum took me to the GP who referred me to a psychiatrist. I was diagnosed with depression, so I started medication.

After a few weeks I felt much better, and I started eating again, watching TV and playing on my computer and I even went out for short walks with my mum. I had regular meetings with my psychologist, although I found it difficult to explain to her how I felt and what I needed. I felt

ashamed to talk to her, even though she was very kind to me.

One day she told me about a programme where I could meet a trained volunteer who was ready to spend some time with me, just to be my "friend". I thought that this was not for me, but thankfully my mother insisted that I should give it a shot.

I didn't want to disappoint my mum again, so after weeks of hesitation I agreed to meet my volunteer. Thanks to my psychologist I was introduced to Michael* at the Health Clinic. I must admit that this meeting changed my life completely. We had a quick chat and I was very impressed with his energy and positive thinking.

We met once a week for two hours. He had a lot of interests and hobbies and he started giving me fitness instructions. Until then, sport wasn't my thing, but with his support I became confident enough to go to the gym. This made me feel better and stronger.

I began to look forward to the next meeting because Michael always had new ideas how to spend time together. I found this rather tiring at first, but I had been told that keeping to my commitments was one of the conditions of the programme.

Once Michael asked me what I would really like to do in life. I replied that I didn't have any particular interests but I enjoyed my computer and the internet. He helped me to apply for a computer course and introduced me to one of his friends who worked in a library and who gave me some computer magazines. Now I am studying Computer Technology.

I still have difficulties in making friends, but with my Befriender's support I have become more confident. If you are lucky enough to meet someone like Michael who gives you a helping hand, your dreams can come true. I believe that one day I will be the one to give support to others.

Would you like to take part in this volunteer programme? Are you ready to support someone in need? Can you dedicate some of your time to people with mental health difficulties? Would you like to change a small part of the world for the better? ■

**All names are fictitious*

Kif rakkuntata lil Rayna Mateva, koordinatriċi tal-Befriending Volunteer Programme (Mount Carmel Hospital Community Services) li tista' tiġi kkuntattjata fuq 2330 4183.

ID-DAR TAL-PROVIDENZA

Homes of Persons with Disability

Tagħtux flus lil min jiġbor bieb bieb f'isem id-Dar tal-Providenza.

Id-Dar tal-Providenza qed taslilha informazzjoni li persuna jew persuni qed jiġbru flus mid-djar jew ibiegħu affarijiet f'isem id-Dar meta dawn mhumiex awtorizzati li jagħmlu dan.

Id-Dar tal-Providenza ma tawtorizza lil ħadd jiġbor donazzjonjiet jew ibiegħ oġġetti f'isem id-Dar bieb bieb.

Min ikollu informazzjoni dwar persuna/i li qed jagħmlu dan għandu jinforma lill-puliżija immedjatament fuq in-numru 21224001 (jew 112 jekk urġenti).

Għal aktar informazzjoni dwar kif tista' tagħti donazzjoni lid-Dar tal-Providenza tista' ċċempel fuq in-numru: 2146 2844 jew iżżur is-sit elettroniku tad-Dar: www.dartalprovidenza.org

Grazzi tal-appoġġ tiegħek.

Ittra Rebbieħa

Three holes

I have had the opportunity to visit a spiritual treasure last year while visiting Rome. The story in brief is this. In March 2000, the Sisters of Charity in Rome received an extraordinary gift: the vest worn by John Paul II on 13th May, 1981 – the day of the attempt on his life. Sr. Beatrice Priori FdC recalls that in l964 Anna Stanghellini entered the convent in the Provincial House in Rome, but she soon realised that this was not her call in life and left the convent. For a number of years she worked as a nurse at the Policlinico Gemelli. On that fateful 13 of May, Anna was assisting in the operating theatre. On termination of the operation, she picked up the blood-stained white vest which had been put aside, wrapped it in gauze and towel, and placed it in a cupboard. On 23 December l996, Anna was admitted as an inmate in the Provincial House where she lived in prayer with the nuns until 22 July, 2004 when she passed away - nine months before John Paul II! Presently the vest can be seen at the convent in Via Francesco Albergotti, 75 – sealed in a frame. It bears the embroidered initials 'GPII' on the back and three bullet holes stained with blood. The three holes tell of the attempt on the Holy Father's life, the pain, the fear and the suffering – but also of the trust and solid faith of this great Pope who lived in our time. They also tell of the protection by 'an invisible hand'.

Phyllis Bajada Abram

Kieku nagħmel l-omelija jien

Nixtieq nikkummenta dwar l-artiklu "Kieku nagħmel l-omelija jien" (Settembru). Ta' sodisfazzjon kbir għalija li għall-ewwel darba rajt kummenti u sentimenti iswed fuq l-abjad – u fi ktejjeb tal-Knisja stess – fuq l-omelija u li jaqblu perfettament ma' dak li minn dejjem ħsibt jien. Ma nkunx nista' nissaporti kwiet u taqbadni r-rabja meta bl-omelija s-saċerdot jitrattani ta' tifel żgħir. Inħossha arroganza wkoll meta s-saċerdot jaqbeż mhux biss l-għaxar minuti imma wkoll in-nofs siegħa. Il-messaġġ prinċipali tal-omelija jrid jingħata fl-ewwel tliet minuti. Jekk le, l-omelija tfalli fl-oġġettiv tagħha. Ma ninsa qatt l-aqwa omelija li qatt smajt, xi għaxar snin ilu meta kont fuq *cruise*. Din l-omelija damet biss ftit sekondi! Is-saċerdot kien qal hekk: *Don't pray God for lesser burdens – pray God for broader shoulders* - Titlobx 'il Alla għal piżijiet inqas – itlob 'il Alla jagħtik aktar qawwa.

Joseph F. Micallef

IKTBILNA!

L-ittri għandhom juru l-isem u l-lokalità tal-kittieb. Kull ittra tista' tiġi mqassra u editjata. L-ittra tax-xahar tirbaħ *voucher* ta' €20 li jissarraf f'ikla għand Pollino's, MIA, Ħal Luqa. Ibgħatha b'email: flimkien@maltadiocese.org jew bil-posta: Flimkien, Ittri mill-Qarrejja, Kurja, Floriana.

MARRIAGE ENCOUNTER

Insaħħu r-relazzjoni tagħna fiż-żwieġ
17-18 ta' Marzu u 12-13 ta' Mejju.
Immexxi minn Fr Joe Mizzi, direttur ta' Kana u koppja membri Gruppi Familji Nsara.
Ħin għall-koppja biex jirriflettu fuq ir-relazzjoni ta' bejniethom u kif jistgħu isaħħuha.
Ċemplu 2152 1669 jew 9983 4654

IBQA' GHIX KUNTENT ĠEWWA DAREK BIL-LIFT TAT-TARAĠ

Ghall-Aqwa Kwalita', Kumdita', Sigurta', Konvenjenza u Liberta'.

Curved Stairlift

Stairlifts for straight and curved stairways for a finer quality of life.
Superior design, easy to use, comfortable, safe & reliable.

Straight Stairlift

COMFORT STAIRS
Independent Living Services

government subsidy

CEMPEL LIL COMFORT STAIRS GHAL KWOTAZZJONI B'XEJN

Showroom, 15, Triq Tumas Dingli, Mosta | Tel: 2157 4846, 2141 2687
Mob: 9987 5336 / 9949 9540 | Email: info@comfortstairs.com | www.comfortstairs.com

Konica KYOCERA xerox hp DELL Canon EPSON LEXMARK SAMSUNG

YOUR RELIABLE SUPPLIER

TONERS AND CARTRIDGES
for all brands of printers

Ramilene
OFFICE SUPPLIES

8, Princess Margaret Street,
Msida MSD 1331, Malta

tel: 21334727 / 21334716
fax : 21316537
Mobile: 99490607

sales@ramilenemalta.com
www.ramilenemalta.com

KOBRA®
SHREDDERS

CLAUDIA CINI

L-eżamijiet

Anabel toqgħod fl-istess triq ta' Maruska u qegħdin fl-istess klassi wkoll. Maruska ma tantx għandha grazzja ma' Anabel, għaliex din dejjem moħħha biex tagħmel bħalha u tikkupjaha f'kollox. Jekk Maruska tilbes dublett, ara Anabel tmur tbiddel u tilbes dublett, u tal-istess kulur ukoll! Waqt il-lezzjoni tat-tpinġija Anabel tpinġi eżatt bħal Maruska, u meta din tħajret tmur titgħallem iż-żfin, Anabel marret ukoll. Saħansitra meta Maruska qatgħet xagħarha qasir, Anabel għamlet l-istess u l-għada marret l-iskola b'xagħarha maqtugħ eżatt bħalha. Kumbinazzjoni l-gosti ta' Anabel dejjem ikunu bħal ta' Maruska! Imma kemm kellha raġun il-mamà ta' Maruska meta kienet tgħidilha biex ma tagħtix kas għax għad jiġi żmien meta Anabel ma tkunx tista' tikkupjaha. U hekk kien, għaliex meta waslu r-riżultati tal-eżamijiet ta' nofs is-sena Maruska ġiet fl-ewwel post. U l-ewwel post persuna waħda biss tista' tieħdu! Min jaf forsi fl-aħħar Anabel ħadet it-tagħlima! ■

Logħob bi premju

Fittex il-kelma

AMANDA, ANABEL, ANNA, BRENDA, DEBORA, DORIS, ĠORĠINA, KLARA, LINA, LORNA, MARISA, MARUSKA, REBEKKA, ROBERTA, SAMANTA, SANDRA, SARA, SILVJA, VERONIKA

Sib dawn il-kliem fil-kaxex ta' hawnhekk f'direzzjoni orizzontali, vertikali jew djagonali. Imxi mix-xellug għal-lemin u minn fuq għal isfel. Bl-ittri li jifdal, għaqqad il-kelma rebbieħa. L-ewwel tweġiba tajba tirbaħ voucher ta' €10 li jissarraf għand *Once Upon A Time* (Vjal ir-Riħan, San Ġwann). Ibgħatha hekk: Flimkien, FITTEX IL-KELMA, Kulleġġ tal-Kappillani, Kurja, Floriana. Ikteb ismek, l-indirizz u l-età.

M	A	R	U	S	K	A			
D	N	K	A	S	N	N			
E	N	R	I	A	R	I			
B	A	Ġ	B	N	K	L	A	R	A
O	R	E	O	D	O	R	I	S	K
R	L	E	O	R	M	R	I	I	K
A	I	L	N	A	Ġ	R	E	L	E
A	M	A	N	D	A	I	D	V	B
A	T	N	A	M	A	S	N	J	E
A	A	T	R	E	B	O	R	A	R

Soluzzjoni ta' Jannar:
MIKROSKOPJU
Rebbieħa: F.Vella, Żejtun

Plug into free energy

by means of Solar Energy

start producing your own energy today

DON'T COMMIT YOURSELF BEFORE YOU COME TO US!

Di Natura

Di Natura Psaila Street, Birkirkara, BKR9037, MALTA
T/F: 21480108 / 27480108 | M: 99992108 / 99082108
E: info@dinatura.com | W: www.dinatura.com

CUSTOMER CARE: MALTA: 99082108 / 99002108 / 99112108 / 99332108 GOZO: 79252603

PAĠNA MIĠBURA MINN CHARLES MAGRO

Il-Baħħ

Għasfur bla għana, f'masġar siġar niexfa;
nixxiegħa xotta il-wied ħalliet għatxan,
mismut bir-riħ tal-lupa sħuna w kiefra,
minn ħdura niedja għamlitu zkuk safran.

U waħdi ngħaddi jiem bix-xemx moħbija,
u ljieli twal bla qamar, b'ebda raġġ.
U nterraq fil-mogħdija bejn l-għelieqi,
inħossni ruħ bla sabar, bla kuraġġ.

Irqad bla fejda u qawmien bla rieda;
nisma' bla nifhem, u nħares bla ma nara.
Niekol bla ħajra, u triqti mingħajr mieta,
nieqes mill-ħeġġa, u sajjem minn kull ħrara.

Id-daħq bla ferħ, il-biki b'ebda demgħa;
bla ħeġġa nimxi, ġisem mingħajr ruħ.
Nieqes mit-tama t-talb li rredden waħdi.
Inħares ċass fil-vojt qisni mibluġħ.

Dan kollu nħoss meta fis-sħab għajnejja
insammar spiss mit-tieqa ta' kamarti;
dan kollu nġorr kuljum fil-fond ta' qalbi.
Qed ngħix fil-baħħ minn meta tlift lil marti

J. Sant, Santa Luċija

Lill-Isqof Annetto Depasquale

(B'radd il-ħajr u ġieħ)

Persuna li f'imġibtek urejt ħlewwa.
Qatt ma tkabbar; ftaħir qatt lissen fommok.
Kellek tbissima ta' min jgħix fis-sewwa.
Kulħadd b'ħabib sinċier, rett, kien
iżommok.

Bniedem ta' studju, t'għaqal u t'għerf kbir.
Mhux inti b'dan stagħnejt; iżda b'qalb kbira
f'servizz ta' ġid offrejtu, biex isir
raġġi ta' dawl għall-Knisja ta' dil-Gżira.

Imma fuq kollox kont il-bniedem t'Alla.
Saċerdot, Isqof qalbieni, tajt xhieda.
Għas-Saltna ħdimt, mat-tajjeb, ma' min
falla.
Xandart il-Kelma; x'inhi t'Alla r-rieda.

Issa m'għadekx twasslilna t'għerf il-kliem;
qed tgħix fil-ferħ tbissima ta' bla tmiem.

Salvinu Falzon, Fgura

L-Arloġġ

L-arloġġ jibqa' jdur,
ibiddel iż-żmien,
ibiddel in-nies.

L-arloġġ m'għandux ħin.
Jaħdem bla waqfien.
Jagħti l-ħajja liż-żgħar
u jmewwet lill-kbar.

Kemm żmien ġab!
u kemm żmien ħa;
żmien ta' biki,
żmien ta' mrar.

Arloġġ, se tieqaf u tistrieħ,
biex Alla jħenn għall-ġusti,
u jgħassar 'il-kburin?

Mario Casha, Santa Luċija

WIDEST RANGE OF ELECTRIC SCOOTERS AND WHEELCHAIRS

S12 Vita
S12 Vita This Excellence Awards winner has been designed to be the ultimate scooter with state-of-the-art technology

S33 Picnic
All the functions in a rather small structure. Offers great portability; easy to assemble and disassemble

PF3 Nomad 4

HP1 Escape

PF1 Frontier
Great to drive, comfortable and loaded with features

HP6 Allure
A mid-wheel drive model offers a small turning radius and presents a classic look

BEST QUALITY AT COMPETITIVE PRICES!

At EuroPharma one will find a vast range of quality products for elderly and persons with special needs.

Stairlifts

Reclining Armchairs

Beds

Commodes

First Aid Kits

europharma
MEDICAL CENTRE

www.europharma.com.mt

Available from:
Hompesch Road, Fgura - **Tel:** 2385 9340
St Martha Str, Victoria Gozo – **Tel:** 2385 9360
Psaila Str, Birkirkara (next to Dhalia) – **Tel:** 2385 9272
FREE UNDERGROUND PARKING FOR EUROPHARMA CLIENTS
Email: info@europharma.com.mt

CLAUDIA CINI

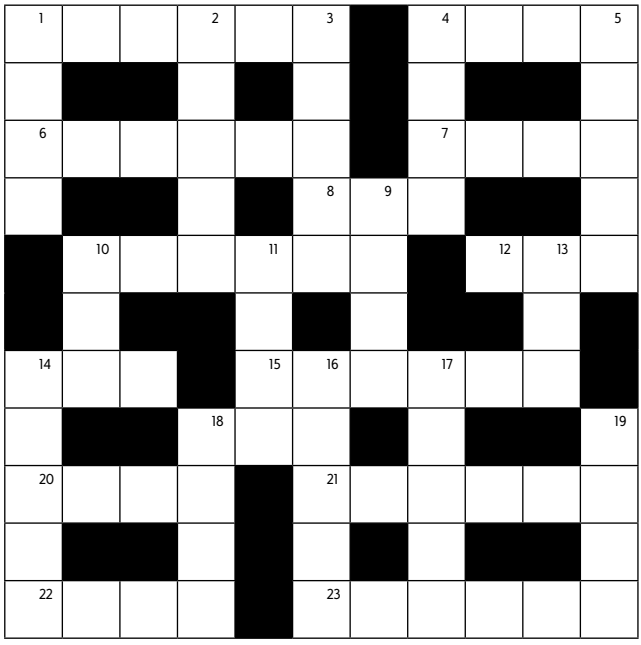
Mimdudin

1. Ringiela nemel (6)
4. Ġakketta ħoxna u twila għall-bard (4)
6. Tirqim, lixxar (6)
7. Bint il-baqra (4)
8. Għażla bejn ħaġa w oħra (6)
10. Qafel sew (6)
12. --- Losco, kantanta Maltija (3)
14. Sett numri f'biljett tal-lottu (3)
15. Frotta safranija u sajfija (6)
18. Ġrajja, fatt (3)
20. Ommu tagħmel il-qaqgħiet fil-Milied! (4)
21. Ir-raġel tad-debba (6)
22. Imma, però (4)
23. Reċipjent għall-bajda mgħollija (6)

Weqfin

1. Reliġjuża tgħix f'kunvent (4)
2. Tal-lottu jew tal-flus (5)
3. Għaġin rqiq qisu spagetti (5)
4. Issellfu għal xi żmien (4)
5. Tniżżel il-baħar (5)
9. Alla Grieg tal-imħabba (4)
10 u 13 Wieqfa. Rakkont, ħrafa (6)
11. Porċellana (4)
13. Ara 10 Wieqfa
14. .... l-bidwi x'razzett għandu! (5)
16. Ħobż bla ħmira (5)
17. Qisien ta' 12-il pulżier il-wieħed (5)
18. Tarf twil fil-libsa tal-għarusa (4)
19. Ħaxix f'qiegħ il-baħar (4)

Tisliba



Soluzzjoni ta' Jannar: Mimdudin: 1. BARRAM, 4. FWAR, 6. ĠUMMAR, 7. NANU, 8. ĦIN, 10. AMORIN, 12. BBA, 14. BAR, 15. TRIPLU, 18. BIR, 20. DOGA, 21. IDEALI, 22. ASJA, 23. AVANZA. **Weqfin:** Weqfin: 1. BUĠI, 2. RAMBO, 3. MERĦI, 4. FANN, 5. RTUBA, 9. INRI, 10. ARA, 11. RATI, 13. BLU, 14. BUDDA, 16. RRIMA, 17. PRECA, 18. BAXA, 19. XITA.
Rebbieħ: A. Bartolo, Pietà

Irbaħ voucher ta' €25 mingħand V&F Portelli and Sons Ltd, Mrieħel billi twieġeb tajjeb sal-15 tax-xahar. Ikteb ismek, in-numru tat-telefon u l-indirizz. Ibgħatha hekk: **Flimkien, Tisliba, Kurja, Floriana.**

Sudoku

	3	4					2	
1				6	4			3
		2	5		7		1	
	1		7	2				4
	2				9	7	6	
4				5				
		6	4		3			1
	8	7				5		6
9							3	7

Imla l-vojt kollu b'mod li l-kolonni, il-linji u kull kaxxa ta' disgħa jimtlew bin-numri 1 sa 9

Ibgħat it-tweġiba sal-15 tax-xahar hekk: Flimkien, Sudoku, Kurja, Floriana. Premju voucher ta' €10 li jissarraf għand Alfsons Enterprises Ltd, Ħamrun.

Soluzzjoni ta' Jannar

1	4	2	9	8	6	5	3	7
8	5	6	7	3	2	9	1	4
9	7	3	5	4	1	6	8	2
5	2	9	1	6	7	8	4	3
6	3	4	2	9	8	1	7	5
7	1	8	4	5	3	2	9	6
4	8	1	3	2	5	7	6	9
3	6	5	8	7	9	4	2	1
2	9	7	6	1	4	3	5	8

Rebbieħa: M. Cutajar, Tarxien

Elmo
INSURANCE

iCar INSURANCE

Buy & Renew
your policy online…

www.elmoinsurance.com

Find us on: facebook

Elmo Insurance Ltd., Abate Rigord Street, Ta' Xbiex, XBX 1111 - Tel: 2343 0000 - Fax: 2134 5037 - info@elmoinsurance.com
Freephone 8007 3100 • Birkirkara 2343 0322 • Bormla 2343 0301 • Paola 2343 0306 • Qormi 2343 0311
Rabat 2343 0332 • St Paul's Bay 2343 0310 • Valletta 2343 0316 • Zebbug 2343 0326/7
Elmo Insurance Ltd. is authorised to carry out general insurance business and is regulated by the Malta Financial Services Authority.

DR PETER FERRY MD, M SC, FRCP

Ħruq ta' Sant'Antnin

Kundizzjoni li taf tkun tassew inkonvenjenti

Il-Ħruq ta' Sant'Antnin jiżviluppa minħabba infezzjoni minn vajrus li jattakka l-ġilda u n-nerv li jagħti l-ħajja lil dik il-parti tal-ġilda. Il-vajrus li jikkawżaha jismu *Varicella Zoster*, u huwa l-istess vajrus li jikkaġuna l-ġidri r-riħ. Fil-fatt kull min xi darba kellu l-ġidri r-riħ jista' jaqbdu l-Ħruq ta' Sant'Antnin.

Din il-kundizzjoni taffettwa wieħed minn kull ħames persuni, xi darba jew oħra f'ħajjithom. Għalkemm tista' anki taffettwa lit-tfal, hi aktar komuni f'persuni ta' 'l fuq minn ħamsin sena. Ħafna drabi taqbdek darba waħda biss f'ħajtek, imma hemm xi whud li taqbadhom aktar minn darba.

Il-vajrus jaffettwa nerv wieħed biss, u għalhekk jattakka naħa waħda biss ta' ġisimna. Is-sintomi huma uġigħ u raxx. L-uġigħ jista' jkun ħruq jew jinħass qisu tbenġil; jista' jkun kontinwu jew jiġi u jmur. L-aktar postijiet fejn jattakka l-vajrus huma s-sider, iż-żaqq jew id-dahar, jew fuq l-għajn.

Ir-raxx ħafna drabi jfeġġ xi jumejn wara li jibda l-uġigħ. Dan jidher bħala tbajja' ħomor li jiżviluppaw fihom bżieżaq żgħar li jibdew jikluk. Dawn idumu xi ġimgħa, u mbagħad jibdew jinxfu, jagħmlu l-qoxra u mbagħad ifiequ.

Importanti nirrealizzaw li għalkemm persuna ma tistax tgħaddi l-Ħruq ta' Sant'Antnin lil persuna oħra, tista' madankollu tgħaddi l-vajrus lil xi persuna li tkun għadha ma żviluppatx il-ġidri r-riħ, u din allura jista' joħorġilha l-ġidri r-riħ.

Għalhekk, meta persuna tkun taf li għandha l-Ħruq ta' Sant'Antnin aħjar tevita kuntatt ma' nisa tqal u persuni li għandhom sistema immunitarja dgħajfa, pereżempju dawk li qed isofru mill-kanċer.

Persuna li ssofri mill-Ħruq ta' Sant'Antnin għandha bżonn mediċini għall-uġigħ, kif ukoll mediċini li jikkontrollaw il-vajrus. Dawn huma l-aktar effettivi meta jingħataw fil-bidunett tal-marda. Xi kultant ikun hemm xi kumplikazzjonijiet, fosthom uġigħ li jibqa' għal tul ta' żmien wara li jmur ir-raxx, infezzjoni tal-ġilda (bil-*bacteria*), infjamazzjoni tal-għajn, paraliżi tan-nerv affettwat, jew infjamazzjoni tal-moħħ.

Madankollu ħafna drabi l-Ħruq ta' Sant'Antnin tkun kundizzjoni ħafifa għalkemm pjuttost inkonvenjenti. ■

Dr Peter Ferry huwa Speċjalista tal-Mediċina u l-Anzjani

Ħobb lill-Parroċċa tiegħek

Ikkoopera, sofri u itlob għall-parroċċa tiegħek.
Itlob lil Alla li din tkun id-dar tal-familja,
fejn tiltaqa' mal-aħwa u tħossok milqugħ.
Agħmel il-parti tiegħek biex dan iseħħ b'mod sħiħ.

Ikkoopera, sofri u itlob għall-parroċċa tiegħek
biex din tkun komunità tassew ta' fidi.
Irrispetta l-kappillan anki jekk għandu elf difett.
Ħares lejh bl-għajnejn tal-fidi, u itlob għalih kuljum.

Ikkoopera, sofri u itlob għall-parroċċa tiegħek
biex din tkun tassew komunità ewkaristika.
Apprezza u xandar ma' kulħadd l-affarijiet sbieħ li hemm fil-parroċċa tiegħek.
Imma xammar il-kmiem biex twettaq dak kollu li tintalab tagħmel.

Il-liġi fundamentali tal-qadi hija l-umiltà.
Aċċetta anki li tiġi mwarrab, jekk dan ikun meħtieġ għall-ġid ta' kulħadd.

Biss, toqgħodx b'idejk fuq żaqqek.
Minflok, intefa' b'ruħek u ġismek fix-xogħol l-aktar antipatiku.

Ara li ma jiġikx f'moħħok li twaqqaf il-partit tal-oppożizzjoni!

Padre Lino Cighinelli ofm

Ibgħat kitbiet simili għal din il-paġna (sa 300 kelma) bl-email: flimkien@maltadiocese.org jew bil-posta: Flimkien, L-Aħħar Paġna, Kurja, Floriana.

EWTN Global Catholic Network Now Available On

Melita • Channel 250
GO Interactive IPTV • Channel 751

EWTN GLOBAL CATHOLIC NETWORK

For further information contact: EWTN Malta • PO Box 30 Msida
ewtnmalta@live.com • www.ewtn.co.uk

Pick up a copy of the monthly EWTN TV Programme Highlights from your local church

FRESH

Electric Water Heaters

BCL BUGEJA COMPANY LTD.

Electrical & Water Supplies

Triq il-Kappillan Mifsud, Sta Venera HMR 1850
Tel: 2122 1326 • Fax: 2122 1326

Stannah®
Stairlifts

Jekk it-taraġ qed ikun ta' problema ... aħna għandna s-soluzzjoni

Stannah Stairlifts *huwa stairlift eleganti, ddisinnjat speċifikament biex jintuża f'kull tip ta' taraġ.*

Ċempel issa għal stima b'xejn fuq il-post mingħajr obligazzjoni.

Tista' tikkwalifika għas-sussidju mill-Gvern.

Lifts Services Ltd.

Factory A25F, Industrial Estate, Marsa, MRS 3000
Tel: 21252206/27500000 Mob: 99492972
email: liftserv@euroweb.net.mt website: www.liftserv.com