**خمسة عشر صلاة في خمسة عشر ثانية**

 24 AUGUST 2016[ندى بطرس](https://ar.zenit.org/articles/author/nadaboutros/)

من منّا لم يشعر في وقت من الأوقات أنّه منهك ومرهق ومتوتّر، ولم يجد نفسه إلّا متمتماً “تعال أيها الروح القدس”؟ هناك وقت لا نجد فيه جملة أخرى نقولها لتشعرنا بالسلام وتزوّدنا بإلهام لمعرفة التصرّف، وهناك أوقات نحتاج فيها إلى صلاة صغيرة لنعيد تركيزنا على الله فنشعر بالهدوء، وننسى قلقنا. مهما كانت الأسباب، قال لنا الله إنّ طول صلاتنا ليس مهمّاً بقدر القلب الذي نتلو عبره الصلاة. “حينما تصلون لا تكرروا الكلام باطلاً كالأمم فإنهم يظنون أنه بكثرة كلامهم يُستجاب لهم”. (متى 6 : 7)

بالنسبة إلى بيكي روتش، هناك 15 صلاة يمكننا تلاوتها في 15 ثانية، وقد أوردتها في مقال نشره موقع catholic-link.org الإلكتروني. فما هي تلك الصلوات؟

1 باسم الآب والابن والروح القدس

2 أيها الرب يسوع ساعدني

3 يا يسوع الحنون، لا تحكم عليّ بل خلّصني

4 مبارك هو الرب ومبارك اسمه القدّوس

5 يا يسوع ومريم، أحبّكما! أنقذا الأرواح!

6 يا يسوع الوديع والمتواضع القلب، اجعل قلبي مثل قلبك

7 أنا أؤمن، فأعِن عدم إيماني (مرقس 9 : 24)

8 يا يسوع، أنا أثق بك

9 أيها الرب يسوع ابن الله ارحمني أنا الخاطىء

10 الرب راعيّ فلا يعوزني شيء (المزمور 23)

11 نعبدك أيها المسيح ونباركك، لأنّك بصليبك المقدّس خلّصت العالم

12 لتكن مشيئتك!

13 يا إلهي، كلّ شيء لك

14 هلمّ أيها الروح القدس!

15 سامحني يا إلهي لأنني أهنتك