

# فقدت " بعض الوزن الزائد "

طلبت من القديس خوسيماريا أن  
يساعدني كي أفقد بعض الوزن  
ففي الأعوام الفائتة أهملت  
الاهتمام بوزني وكسبت بعض  
الوزن بالزائد. واليوم بعد ثمانية  
أشهر من تضرعي للقديس  
خوسيماريا من أجل هذا الأمر  
أقول بفرح كبير إنه بفضل  
مساعده، فقدت ما يساوي 20  
كيلوغراماً من الوزن.

2011/08/07

## فقدت " بعض الوزن الزائد "

في شهر تشرين الثاني \ نوفمبر من العام الماضي، طلبت من القديس خوسيماريا أن يساعدني كي أفقد بعض الوزن ففي الأعوام الفائتة أهملت الاهتمام بوزني وكسبت بعض الوزن بالزائد. واليوم بعد ثمانية أشهر من تضرعي للقديس خوسيماريا من أجل هذا الأمر أقول بفرح كبير إنه بفضل مساعدته ومن دون أن أخضع لنظام غذائي معين (لكن مع تغيير العادات شيئاً فشيئاً) فقدت ما يساوي 20 كيلوغراماً من الوزن. وأنا مقتنع تماماً أن ما حدث هو بفضل مساعدة القديس خوسيماريا. ما زلت أطلب منه ألا يتوقف عن مساعدتي لأن الطبيب أوصاني ان أفقد بعض الوزن الزائد.

ج. س. أ ، اسبانيا

9 تموز 2011

## في نهاية العام الدراسي

أعتقد أننا جميعاً منهمكون مع نهاية العام الدراسي. في الواقع، بعد أن وصلت الى الجامعة بهدف العمل أدركت أنني قد نسيت هاتفي في المنزل. أعتقد أن الليالي الفاتئة التي امضيتها من دون أن أنام لها تأثير على تركيزي عند خروجي من المنزل. وبعد انقضاء الصباح لم أجد السلسلة التي تحتوي على كافة مفاتيحي التي استعملها أثناء النهار أي مفاتيح المنزل ومفاتيح مكتب الجامعة ومفاتيح شقة والدي، الخ.

أما المصيبة الثانية فكانت أكثر خطورة. هممت بالتفتيش عن المفاتيح الضائعة والتعب مسيطر علي لكنني لم أجدها. فجأةً تذكرت أنني بحركة ميكانيكية وغير

ضرورية في الصباح أخذتها من مكثبي  
ووضعتها في مكان غير عادي يمر  
بقربه عدة اشخاص كل يوم.

رحت اتضرع للقديس خوسيماريا كي  
أجدها في هذا المكان لكن هذا لم  
يحدث. حاولت ألا أغضب وأن أتابع  
صلاتي: "يا ابي أرجوك دع هذه  
المفاتيح تظهر، وفي حال ظهرت أكتب  
عن هذه المساعدة". فكّرت بأن أتصل  
بمن يغير الأقفال. ذهبت كي أسأل  
حارس المدخل الأساسي للمكان الذي  
أعمل فيه عن كيفية القيام بتغيير  
الأقفال والمفاتيح، فوجدتها في هذا  
المكان، فقد قام أحدهم بوضعها هناك.

أنا ممتنة للقديس خوسيماريا من أجل  
هذه الخدمة الصغيرة والكبيرة في  
الوقت عينه.

ف. ي. شيلي

8 تموز 2011

.....

pdf | document generated automatically  
-<https://opusdei.org/ar-lb/article/fqdt> from  
(2026/03/21) [/b-d-lwzn-lzyd](#)