Scoileanna Caitliceacha: An Gnáthshaol, Glaoite Chun na Naofachta

18–24 Eanáir 2026

Rang 3 agus Rang 4/P5 agus P6

Snáithaonaid – Leibhéal 3

LIOTÚIRGE AGUS URNAÍ

Snáithaonaid: Urnaí

- Nuair a ghuímid, labhraímid le Dia, éistimid leis, cuirimid aithne air agus gráimid ar bhealach feabhsaithe é. (General Directory for Catechesis, 139; *Catechism of the Catholic Church* [CCC], 2653).
- Glaonn Dia chun urnaí muid agus tugaimid freagra dearfach air. (*Gaudium et Spes*, 18; *CCC*, 2567).
- Bíonn cluas le héisteacht i gcónaí ag Dia dár gcuid urnaí.

AN MHORÁLTACHT CHRÍOSTAÍ

Snáithaonaid: Teagasc Sóisialta na hEaglaise

- Is féidir liom mo chuid buanna a úsáid ar mhaithe le daoine eile.
- Is féidir liom a bheith cothrom agus cóir. (*CCC*, 1944–5, 2255, 2319).
- Is féidir liom a bheith ionraic, macánta agus caoin (*Revised Core Syllabus for Religious Education*, 3b).
- Is féidir liom cabhrú le daoine bochta agus le daoine ocracha.

AN CREIDEAMH CRÍOSTAÍ

Snáithaonaid: Rúndiamhair na hEaglaise

- Na Naoimh: Cairde Dé a chónaíonn leis mar chuid den Eaglais ar neamh. (CCC, 828, 956–7, 960–2, 1195, 2013, 2030, 2683, 2692). N. Pádraig, N. Bríd, N. Colmán (Colmcille).
- Mairfidh gach rud maith fiúntach ar domhan i ríocht Dé ar neamh. Cabhraíonn gach gníomh cineálta, flaithiúil, freastail le tógáil na ríochta.

Snáithaonaid: Rúndiamhair Íosa Críost

- Chabhraigh Íosa leis na heasláin (Lúcás 17:11-19).
- Thug Íosa grá agus aire do na boicht (Eoin 6:1-13).

An Luan: Glaoite Chun na Naofachta trí Urnaí

Smaoinigh
Is í an urnaí an bealach ina labhraímid le Dia agus ina n-éistimid. Cuidíonn sé linn teacht níos gaire dó agus a bheith naofa. Ghuigh Íosa go minic agus mhúin sé an 'Ár nAthair' dá dheisceabail. Nuair a dhéanaimid urnaí, glaoitear chun na naofachta orainn, mar is féidir linn labhairt le Dia agus éisteacht leis ansin.

Fiosraigh
Tosaigh le ceist: 'Nuair a bhíonn tú ag comhrá le do chairde, an ndéanann tusa amháin an chaint – nó an éisteann tú chomh maith?'

Mínigh: 'Is éard is urnaí ann ná labhairt le Dia agus éisteacht leis chomh maith. Uaireanta bíonn briathra á rá againn, uaireanta eile suímid síos go ciúin. Tugtar an machnamh Críostaí nó an phaidir chiúin ar a leithéid.'

Taispeáin coinneal (lasta go cúramach) mar chomhartha ar láithreacht Dé.

Ceangal leis an naofacht: 'Nuair a ghuímid an phaidir chiúin, bíonn Críost inár gcroí againn, agus is é sin an bealach chun na naofachta.'

Roinn scéal Éilias agus an Cogar Beag leo (1 Ríthe 19:11-12, in oiriúint):

> Ba mhaith le hÉilias Dia a chloisteáil. Tháinig gaoth láidir, ach ní raibh Dia sa ghaoth. Tháinig an crith talún, ach ní raibh Dia sa chrith talún.
> Tháinig an tine, ach ní raibh Dia sa tine.
> Ansin tháinig cogar beag – bhí a fhios ag Éilias ansin, go raibh Dia i láthair.

Mínigh: 'Is minic a labhraíonn Dia linn sa chiúnas síochánta, ní i measc an ghleo. Sin an fáth go bhfanaimid go ciúin ag éisteacht.'

Plé gearr:
- Cén fáth, ar uairibh, go mbíonn sé deacair a bheith ciúin?
- Conas mar a chabhraíonn an ciúnas linn cluas le héisteacht a thabhairt do Dhia?

Gníomhaíocht

Machnamh Treoraithe Chríostaí:

1. Iarr ar na daltaí suí go ciúin compordach agus na lámha fillte ar na glúine acu.
2. Las an choinneal agus abair: 'Táimid chun paidir chiúin a rá. Éistfimid le Dia inár gcroí.'
3. Múin focal nó frása urnaitheach dóibh gur féidir athrá a dhéanamh air, m.sh. 'Tar chugam, a Thiarna Íosa.'
4. Cabhraigh leo 2–3 nóiméad den urnaí chiúin a rá. Tosaigh agus críochnaigh le cling chiúin. Tá amadóirí don mhachnamh Críostaí ar fáil ar shuíomh Christian Meditation Ireland: https://christianmeditation.ie/meditation-timers-2/
5. Tar éis sos beag iarr orthu: 'Conas mar a mhothaigh sé a bheith ag suí go ciúin i láthair Dé?' (Dearbhaigh gach aon fhreagra.)

Paidir Dheiridh: 'A Thiarna Íosa, gabhaimid buíochas leat as bheith go ciúin inár láthair. Cabhraigh linne éisteacht leatsa ionas go n-éireoimid naofa trí urnaí. Amen.'

An Mháirt: Glaoite Chun na Naofachta trí Chairdeas is Grá

Smaoinigh
Ciallaíonn an cairdeas go dtugaimid tacaíocht dá chéile, aire dá chéile agus go léirímid trócaire dá chéile. Mhúin Íosa dúinn conas maireachtáil ar an mbealach seo sa chaoi inar mhair sé i rith a shaoil féin. Iarrann Íosa ar a dheisceabail (a chairde) é a leanúint ar bhealach cairdiúil grámhar.

Fiosraigh
Bain úsáid as na ceisteanna seo le plé a dhéanamh ar fhreastal agus ar íobairt na linne seo:

- Cad is brí leis an téarma 'freastal' i saol an lae inniu? Tabhair samplaí de na daoine a chabhraíonn leis an bpobal sa dúiche seo.
- Cé hiad na daoine a dhéanann íobairt ar son na sochaí sa lá atá inniu ann (m.sh. tuistí, altraí, misinéirí, comhraiceoirí tine)? Cén íobairt a dhéanann siad ar ár son?
- Conas mar is féidir le páistí cosúil libhse freastal agus íobairtí beaga a dhéanamh ar son an duine eile? Cad iad na bealaí ina bhféadfadh sibhse cabhrú sa bhaile, ar scoil, sa pharóiste?
- Cén duine amuigh sa saol nó luaite ar an nuacht a rinne rud cróga nó cineálta ar son dhaoine eile? Cén fáth go ndearnadar a leithéid, an dóigh leat?
- Conas mar a léiríonn gníomhartha íobartha nó fhreastail an grá, díreach mar a léirigh Íosa é? Cén uair a rinne Íosa freastal nó íobairt ar son dhaoine eile sa Bhíobla?
- Cén fáth go spreagann an creideamh muid chun freastal nó íobairt a dhéanamh agus cabhrú leis an duine eile, fiú nuair a bhíonn a leithéid, deacair go maith? Conas mar a chabhródh Dia agus an urnaí linne a bheith láidir go leor le freastal a dhéanamh ar dhaoine eile?

Scéal

Roinn an scéal seo leo maidir le Naomh Maximilian Kolbe agus an fhéiníobairt a rinne sé in Auschwitz, leis na leanaí. Thug seisean a bheatha uaidh le príosúnach eile a shábháil ón mbás, i rith an Dara Chogadh Domhanda. D'eascair an grá agus an chrógacht a léirigh sé ón gcreideamh láidir a bhí in Íosa aige.

> I rith an Dara Chogadh Domhanda, cuireadh an sagart cineálta cróga seo Maximilian Kolbe in Auschwitz, campa géibhinn sa Pholainn. Cé go raibh an dólás, an t-ocras agus an scéin le sonrú mórthimpeall air, níor chaill an tAthair Kolbe an creideamh i nDia ná an grá a bhí aige do chách.
>
> Chaith an tAthair Kolbe a chuid ama sa champa ag urnaí agus ag tabhairt sóláis dá chompánaigh. Mheabhraigh sé dóibh go mbíonn Dia linn fiú san áit is measa ar domhan.
>
> Ar an lá áirithe seo theith príosúnach ón gcampa géibhinn, agus theastaigh ó na húdaráis deichniúr fear eile a mharú mar éiric. Scread duine den deichniúr a roghnaíodh, 'Mo bhean! Mo pháistí!' Thit an slua ina dtost.
>
> Is ansin a tharla an t-iontas. Sheas an tAthair Kolbe amach agus ar sé, 'Glacfaidh mise áit an fhir seo. Níl bean chéile ná clann orm. Lig domsa dul ina áit.' Bhí ionadh an domhain ar na gardaí, ach d'aontaíodar leis.
>
> Treoraíodh an tAthair Kolbe agus an naonúr eile isteach i gcillín beag faoi thalamh. Níor tugadh bia ná deoch dóibh. Tar éis tamall fada ní raibh fágtha beo ach an tAthair Kolbe. Cé go raibh a chorp thar a bheith lag, bhí misneach láidir ann. Ag an deireadh, ar an 14 Lúnasa 1941, thug sé a bheatha uaidh, díreach mar a rinne Íosa dúinne.

Ceisteanna le Plé leis an Rang:

1. Cén fáth go raibh ar chumas an Athar Maximilian Kolbe a bheith dóchasach, cineálta agus lán den chreideamh, in áit chomh huafásach sin le hAuschwitz? Bígí ag smaoineamh faoin mbealach ina dtugann an creideamh spreagadh agus misneach dúinne, fiú nuair a bhíonn go leor deacrachtaí romhainn.
2. Bhí an tAthair Kolbe sásta bás a fháil in áit an fhir eile. Cad as ar tháinig an chrógacht a bhain leis an eachtra iontach grámhar seo? Cabhraigh leis na daltaí a thuiscint conas mar a spreagfadh an creideamh domhain, gníomhartha iontacha an ghrá.
3. Conas mar is féidir linne an creideamh, an chrógacht is an grá a léiriú inár saol féin – sa bhaile, ar scoil, fiú nuair a bhíonn deacrachtaí le sárú againn?
4. Thug an tAthair Kolbe sólás do na príosúnaigh eile, agus thug sé le fios dóibh go raibh Dia ina measc go fóill. Cén tábhacht a bhaineann le grá Dé a mheabhrú do dhaoine eile, ach go háirithe nuair a bhíonn cúrsaí go dona?
5. Cén cheacht a mhúineann an scéal seo dúinn maidir le saol naofa a chaitheamh – ní trí urnaí amháin ach tríd an mbealach ina ndéileálaimid le daoine eile chomh maith?

Gníomhaíocht

Paidir Bhuíochais: Cum paidir ar son an té a chabhraigh le daoine eile fiú nuair a bhí deacrachtaí le sárú chun a leithéid a dhéanamh (m.sh., dochtúirí, cúramóirí, an mhuintir).

Tosach na hUrnaí:

- A Thiarna Íosa, guím ar son ...
- A Íosa, iarraim ort go ...
- Beannaigh, le do thoil ...
- A Dhia, gabhaim buíochas leat as ...

An Chéadaoin: Glaoite Chun na Naofachta i Saol an Teaghlaigh (Lá na Seantuismitheoirí)

Smaoinigh

Foghlaimímid i rith na seachtaine maidir leis an nglao chun na naofachta inár saol, go n-iarrtar orainn maireachtáil ar bhealach áirithe agus a bheith ar nós Chríost i smaoineamh, i mbriathar agus i ngníomh, agus i saol an teaghlaigh chomh maith. Is cuid shuntasach den teaghlach iad na seantuismitheoirí, a thugann léargas dúinn ar an saol naofa. Ar an gCéadaoin seo i Seachtain na Scoileanna Caitliceacha, déanaimid ceiliúradh ar ról na seantuismitheoirí sa teaghlach agus an tábhacht a bhaineann leis an aire a thugann siad dúinn, an tacaíocht agus an spreagadh maidir lenár n-aislingí a chur i gcrích, agus an sampla a thugann siad dúinn ar an naofacht inár saol. Nuair a bhíonn meas grá agus buíochas á léiriú againn i leith na seantuismitheoirí, nuair a thugaimid aire dóibh, caithimid saol níos naofa sinn féin.

Fiosraigh

Is beannacht inár saol iad na seantuismitheoirí. Nuair a thug sé teachtaireacht don chúigiú Lá Domhanda Urnaí ar son na Seantuismitheoirí ar an 27 Iúil 2025, arsa an Pápa Proinsias:

> Nach minic a raibh na seantuismitheoirí mar eiseamláirí an chreidimh, na cuimhne agus na cráifeachta dúinn, mar eiseamláirí an tiomantais sóisialta agus na suáilce cathartha, na buanseasmhachta in aghaidh an dóláis? Beidh an oidhreacht a thug siad ar aghaidh ar bhealach dóchasach grámhar dúinne mar ábhar buíochais dúinne agus mar spreagadh chun na dianseasmhachta.

Is seoda luachmhara inár saol iad na seantuismitheoirí. Tugann siad aire dúinn, tacaíonn siad linn, gránn siad muid. Cabhraíonn siad linn barr foirfeachta a bhaint amach, spreagann siad muid agus múineann siad iliomad ceachtanna tábhachtacha.

Iarr ar na daltaí: Cad iad na rudaí a mhúineann na seantuismitheoirí duit? Pléann na daltaí an cheist i mbeirteanna nó i ngrúpaí beaga. Scríobh na samplaí a thugann siad ar an gclár bán agus na focail is na tuairimí a thagann chucu nuair a smaoiníonn siad ar na seantuismitheoirí.

Tabhair cuireadh do na leanaí paidir an Phápa Proinsias do na seantuismitheoirí a rá.

A Mhamó is a Dhaideo Ionúin,
Go mbíodh An Tiarna Íosa Críost i gcónaí libh.
Gabhaimid buíochas libh as an ionchur a rinne sibh inár saol
Agus as na tabhartais a bhronnann sibh i gcónaí ar an
teaghlach agus ar an bpobal seo.
Guímid go gciallóidh an nasc láidir atá agaibh le
Dia go mbeidh an neart, an misneach is an
tsláinte ionaibh leanúint go bríomhar ar aistear an tsaoil.
Go mbainfidh sibh sásamh leanúnach as an saol,
as bhur gcuid oibre, as bhur gcuid urnaí. Go
mbeidh bhur gcuid cuimhní mar chuimhní
taitneamhacha, agus go dtiocfaidh an fhís atá
agaibh don todhchaí i gcrích.
Athaontófar lena chéile sinn i Ríocht Dé amach
anseo, trí Chríost ár dTiarna. Amen.

Gníomhaíocht

Roghnaigh gníomhaíocht ar bith thíos le Lá na Seantuismitheoirí a cheiliúradh.
Nóta: Ba cheart go mbeadh na hoidí aireach i leith na gcúrsaí seo má tá daltaí ann ar cailleadh seantuismitheoir le déanaí leo, nó sa chás nach mbíonn teagmháil ar bith ag páistí áirithe leis na seantuismitheoirí. Is féidir le rang ar bith na gníomhaíochtaí thíos a úsáid ar leibhéil éagsúla deacrachta. Roghnaigh mar a oireann daoibh féin.

Portráid díomsa le Mamó/Daideo: Spreag na daltaí leis na portráidí a dhéanamh agus a dhathú, ag díriú ar ócáid lúcháireach a roinneadar lena chéile.

Cárta Buíochais: Spreag na daltaí le Cárta Buíochais a chruthú do na seantuismitheoirí a dhíríonn ar an tionchar dearfach a bhí acu ar shaol na ndaoine óga. Bronn an cárta ar na seantuismitheoirí, nó chuir sa phost é má chónaíonn siad i gcéin.

Cuimhne ar Leith: Spreag na daltaí le cuimhneamh ar ócáid ar leith inar roinn na seantuismitheoirí leo ar bhealach suntasach. Iarr orthu cur síos a scríobh faoin ócáid agus é a roinnt leis na seantuismitheoirí.

Urnaí

Scríobh paidir bhuíochais ar son na seantuismitheoirí.

Tionscadal

Déan nasc leis an gcuraclam OSIE staire, agus spreag na daltaí le taighde a dhéanamh faoi stair na seantuismitheoirí trí agallamh a chur orthu más féidir. Mura mbíonn deis labhartha leo, d'fhéadfaí ceist a chur ar na tuismitheoirí nó ar ghaolta eile maidir le saol na seantuismitheoirí. Aimsigh pictiúir, den óige, den phósadh, d'ócáidí ar leith, cinn ina mbíonn an páiste féin le sonrú leo. D'fhéadfadh na daltaí póstaer a chruthú a thabharfadh léargas ar an ionchur suntasach a rinne na seantuismitheoirí i saol an pháiste agus i saol an teaghlaigh.

An Déardaoin: Glaoite Chun na Naofachta trí Mhisneach is Freastal

Smaoinigh

Tá iliomad bealaí ann inar féidir a bheith naofa. Áirítear an freastal ina measc (cabhrú go grámhar le duine eile) agus an chrógacht (bheith cróga in aghaidh na ndeacrachtaí). Tá samplaí den naofacht le sonrú i saol eiseamláirí mar an Br Kevin Crowley. Lean seisean dea-shampla Chríost go cróga, agus is féidir linn déanamh amhlaidh, agus freastal ar an duine eile ar bhealach cineálta trócaireach, i mbriathra, i smaointe agus i ngníomh.

Fiosraigh

Inis scéal an Bráthair Kevin Crowley dóibh. D'fhreastail seisean ar feadh i bhfad ar lucht Bhleá Cliath a bhí gan dídean. Mínigh go simplí: 'Léirigh an Br Kevin a naofacht trí bhia, aire agus cineáltas a thabhairt do na daoine a bhí i ngátar. Chaith sé a shaol ar son na ndaoine bochta, díreach mar a mhúin Íosa dúinne.'

Tugann na gearrthóga seo YouTube léargas ar naofacht an Br Kevin agus ar an mbealach ina ndearna sé freastal ar na bochtáin ar lucht ocrach Bhleá Cliath agus orthu san a raibh gan dídean.

Téann an Br Kevin ar scor óna chuid oibre le hIonad na gCaipisíneach:
https://www.youtube.com/watch?v=mnBSIOi7Uvg

'Beirim liom lúcháir agus dólás na mbocht – Fágann an Br Kevin slán le hIonad na gCaipisíneach:
https://www.youtube.com/watch?v=Fgs4QUhkiXQ

Iarr ar an rang: 'Cad iad na bealaí simplí inar féidir linn freastal ar an duine eile sa bhaile, ar scoil, sa chlós súgartha?'

Gníomhaíocht

An Lámh Chúnta: Déanann na daltaí imlíne den láimh ar leathanach bán. Scríobhann siad nó tarraingíonn siad bealach amháin inar féidir leo freastal a dhéanamh (m.sh. glanadh suas, roinnt, cabhrú sa bhaile).

Críochnaigh le paidir ghearr: 'A Íosa, cabhraigh linne a bheith cróga agus freastal grámhar a dhéanamh ar dhaoine eile.'

An Aoine: Glaoite Chun na Naofachta trí Lúcháir is Misean

Smaoinigh

Ciallaíonn an téarma 'misean', go roinnimid soiscéal Íosa. Iarrtar orainn a leithéid a dhéanamh go lúcháireach, díreach mar a rinne na mná ag an tuama nuair a thug siad le fios do na deisceabail go raibh Íosa beo. Craobhscaoilimid go lúcháireach ríocht Dé a bheith anseo, áit ina n-iarrtar orainn beatha chóir a chaitheamh agus freastal lúcháireach a dhéanamh ar a chéile. Is é an misean atá romhainn ná an ríocht seo a chur i bhfeidhm gach lá. Is sampla maith é saol N. Carlo Acutis den ghlao chun na naofachta trí lúcháir is misean.

Fiosraigh

Rinneadh naomh de Carlo Acutis anuraidh. Iarr ar na daltaí:

- 'Cad is naomh ann?'
- 'An bhfuil naomh ar bith ar aithne againne?'
- 'An féidir linne a bheith inár naoimh?'

Seinn an físeán 'Carlo Acutis' Super Mission!': https://www.youtube.com/watch?v=_9PHignhk44

Pléigh leis na daltaí na bealaí ina bhféadfaí an naofacht a léiriú i smaointe, i mbriathra agus i ngníomhartha.

Gníomhaíocht

Slabhra an Chairdis: Bronn stiall de pháipéar daite an duine orthu. Scríobhann siad nó tarraingíonn siad bealach amháin inar féidir grá agus cairdeas a léiriú (m.sh. roinnt, cabhrú, caint chaoin). Ceangail na stiallacha lena chéile le 'Slabhra an Chairdis' a dhéanamh agus a chur ar taispeáint.

Críochnaigh le paidir ghearr: 'A Íosa, cabhraigh linn ár gcairde a ghrá díreach mar a thug tusa grá do do chairde féin. Cabhraigh linn maireachtáil mar a mhair Naomh Carlo Acutis, ar bhealach naofa lúcháireach.'