

Moja katika sala bora ni sala ya uponyaji ni
“sala ya Baba yetu”

Inatupasa tuisali kwa utaratibu na
uangalifu na si haraka.

Yatupasa kutafakari maneno ya sala hii.
“Baba yetu” na si “Baba yangu” kwa sababu
Yesu ni mtoto mpendwa wa Mungu ni ndugu
yetu **atatuomba** kwa Mungu.

Hivyo Nikiomba kwa mtu
ambae ni mgonjwa na sali hivi :

Yesu mponye Adam
Tafadhali Bwana mponye
Yesu naomba pamoja nawe mponye Adam :

Baba yetu ulie mbiguni

Jina lako litukuzwe

Ufalme wako uje

Mapenzi yako yatimizwe hapa duniani

kama huko mbiguni

Utusamehe makosa yetu kama

tunavyo wasemehe waliotukosea

Usitutie majaribuni,

utulinde na maovu