மலர் : 20
இதழ் : 3

அடித்தளம்

அன்பியங்களின் தொடர்பிதழ்

குழித்துறை மறைமாவட்டம்

மார்ச் 2025

தனிச்சுற்றுக்கு மட்டும்

மகிழ்வின் முகவரி – மனமாற்றம்

இயக்குநரிடமிருந்து ......

இறையேசுவில் அன்பானவர்களே! தவத்தாலும் தானத்தாலும், மாற்றம்பெற்று புது மனிதனாக வாழ வாழ்த்துக்களும், ஜெபங்களும்.

மாற்றத்தால் மனிதத்தை நிலைநாட்ட, மண்ணுலகில் தன்னுயிர் ஈந்த இறைமகன் இயேசுவின் பணிப்பாதையில் ஏராளமான சோதனைகள், வேதனைகள், நெருடல்கள், துன்பங்கள் எண்ணிலடங்காது. பட்ட பாடுகள் ஏடுகளாயினும் மாற்றம் என்பது தவக்காலத்தைத் தவிர, மனிதன் தன் வாழ்வில் நிரந்தரமாக்க இன்னும் முற்படவில்லை என்பது இன்றைய சமூக நிலை உணர்த்துகின்றது.

மானுடம் மீட்பு பெற மனுமகன் உதித்தார் என்றதும் விலைமதிப்புமிக்க பொன், தூபம், வெள்ளைப்போளம் என்று பரிசளித்து எங்களை மீட்க மனுமகன் உதித்தார் என்று மகிழ்ச்சியைக் கொண்டாடிய மனிதர்கள் கூட்டம் ஒருபுறம் இருக்க தனது ஆட்சியுரிமை தகர்ந்துவிடுமோ என்ற ஆணவப் போக்கில் திண்டாடிய கூட்டம் மறுபுறம். திக்கற்றோரையும், வலுவற்றோரையும் அரவணைத்து காடு, மேடு, பள்ளம் கடந்து கல்லும் முள்ளும் பாராமல், உவமைகள் வாயிலாக அறிவுரைகள் கூறிய புனிதத்தை அவமரியாதை செய்து சிலுவைப் பழுவை சுமத்திய போது அதே மக்களினத்தில் பலர் கொண்டாட, ஒரு சிலரின் மனதில் மட்டுமே திண்டாட்டமாயிற்று.

முதிர்ந்து மூப்படைந்து உதிரும் நிலையிலுள்ள இலைகளில் உள்ள தனிமங்களை அது தரையில் உதிரும் முன்னே இளம் இலைகளுக்கு இடம் பெயர்த்துகிறது. தானழிந்து போயினும் தன்னைச் சார்ந்த இளம் இலையாவது பயன்பெறட்டும் என்ற எண்ணம் ஓரறிவு கொண்ட தாவரங்களுக்கு இருக்கிறது ஆனால் ஆறறிவு கொண்ட மனிதனுக்கு இல்லாமல் போயிற்று. அனைத்தும் தனக்கே என்ற சுயநலச் சிந்தனையோடு வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் இந்நிலை மாற நாம் மேற்கொண்ட வழிமுறைகள் அனைத்தும் பயனற்றுப் போகிறது. காரணம் ஒப்புரவாவோம் என்று வாய்மொழியாகக் கூறி ஒவ்வோராண்டும் சிந்திப்பதோடு தவக்காலம் முடிவுப்பெறுகிறது. இவ்வாறாக சிந்திப்பது மட்டுமல்லாமல் நம்மை முழுமையாக ஒப்புரவாக்குவோம். ஒறுத்தல் முயற்சிகளை மேற்கொண்டு, நற்செயல்களால் மனதைப் பண்படுத்துவோம்.

மேலும் பொதுத்தேர்வுக்காய் தங்களைத் தயாரித்துக் கொண்டிருக்கும் மாணாக்கர்கள் தங்கள் எதிர்கால வாழ்வின் இலட்சியத்தை முன்பதித்து தேர்வுகள் எழுதவும், தேர்வு காலங்களில் ஆரோக்கியமான உடல் உள நலன்களை அளித்திடவும், அதிக மதிப்பெண்கள் பெற்று வாழ்வின் அடுத்தகட்டத்திற்கு தங்களை ஆயத்தப்படுத்தவும் இறைவன் துணைபுரிய வேண்டுகிறேன்.

இத்தவக்காலம் நம் அன்பியங்கள் வழியாக இறையாட்சியின்மதிப்பீடுகள் இல்லங்கள் தோறும், குடும்பங்கள் தோறும் சென்றடைய வாழ்த்துகிறேன்.

பணி தோழமையில்

அருட்பணி. மோ. ஆல்வின் விஜய்
இயக்குநர், அன்பிய பணிக்குழு.

1 ஒறுத்தல்

அருட்சகோதரி. ஜுஸ் மார்கிரேட்
புனித எஸ்தாக்கியார் ஆலயம், பாக்கியபுரம்

மனிதர்களின் பாவங்களுக்காகப் பலியாக கடவுளால் ஒதுக்கப்பட்ட ஆட்டுக்குட்டி, அவமானத்தையும் ஏளனத்தையும் சிலுவையிலேச் சுமந்து நடக்கிறார். அவர் சுமப்பது அவருடைய பாவங்களை அல்ல. அது அவருடைய மக்களின் பாவங்கள். (லேவியர் 1:4) "அவர் எரிபலியின் தலை மேல் தம் கையை வைப்பார். அது அவருடைய பாவத்திற்குக் கழுவாயாக ஏற்றுக்கொள்ளட்டும்". நாம் இறவாதபடி நமக்காகக் கொல்லப்பட்ட இயேசு கிறிஸ்துவின் துன்பங்களைத் தியானிக்க திருஅவை நமக்குக் கொடுத்திருக்கும் நேரம் இதுவே.

"நான் விரும்பும் நன்மையைச் செய்வதில்லை. விரும்பாத தீமையையே செய்கிறேன்" என உரோமையர் 7:19 ல் வாசிக்கிறோம். ஒரு புதிய படைப்பாக மாற, முதலில் நாம் நம்மை வெல்ல நம்முடைய உடலின் போக்குகள் அனைத்தையும் இயேசுவின் சிலுவையில் வைக்க வேண்டும். இதை எப்படி செய்ய முடியும் எனில் இரண்டு ஒறுத்தல்கள் நமக்கு பெரிதும் உதவுகிறது. நாம் நம்மைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டும். நம் எண்ணங்களை நாம் கட்டுப்படுத்த வேண்டும். நாம் விரும்பும் ஒன்றை நாம் விட்டுக் கொடுக்கும் போது, நம் நாவுக்குச் சுவை தரும் ஒன்றை, பிறரைக் குறை கூறுவதை, புண்படுத்தும் வார்த்தைகளைப் பயன்படுத்துவதை நிறுத்தினால் நம் நாக்கை வெல்வோம்.

Whatsapp. Instagram. Facebo போன்ற சமூக ஊடகங்களின் பயன்பாட்டைக் கட்டுப்படுத்தும் போது, நம்மைக் கட்டுப்படுத்தும் திறன் பெறுகிறோம். இவ்வாறாக, உடலின் விருப்பங்களுக்கு ஏற்ப வாழாமல், ஆவியாரின் தூண்டுதலின் படி வாழ்வதன் மூலம் ஆன்மீக மனிதனை வலிமையாக்க முடியும். ஈஸ்டர் பண்டிகைக்கு தயாராகும். இந்த காலகட்டத்தில் நம்மை நாமேக் கூர்ந்து கவனித்து எந்தெந்த பகுதிகளில் ஒறுத்தல் பயிற்சிச் செய்யலாம் என்று சிந்திப்போம். பலவீனமான நாம் பரிசுத்த ஆவியிடம் இரக்கம் கேட்கலாம். எல்லாவற்றையும் புதுப்பிக்கும் பரிசுத்த ஆவியானவர் நம்மைப் பலப்படுத்துவார்.

சிந்தனை :

1. ஒறுத்தல் பயிற்சியில் நாம் செய்யக்கூடிய பகுதிகள் யாவை ?
2. வெறுக்கதக்க இதயத்துடன் ஒறுத்தல் நமுறைகள் பயனுள்ளதாகுமா ?

2 உதவுதல்

அருட்பணி. A. புஷ்பராஜ்
பங்குத்தந்தை, நாகக்கோடு

தாய் ஒருவர் பள்ளியில் பயிலும் தன் மகன் மாறுவேடப் போட்டியில் கர்ணன் வேடத்தில் பங்கேற்க வேண்டுமென விரும்பி அதற்காக அழகு கலைஞர் ஒருவரை சந்தித்து கர்ணன் வேடத்திற்குத் தேவையான உடைகள் மற்றும் ஆபரணங்கள் சேர்த்து ரூபாய் ஆறாயிரம் எனப் பேசி முடிவு செய்கின்றனர். தகவல் அறிந்த மகனோ மட்டில்லா மகிழ்ச்சியடைகின்றான். ஆனால், சில தகவல்களுக்குப் பின் அந்த மகன் தாயிடம் வந்து "அம்மா என்னை மன்னித்துவிடுங்கள்! இந்த ஆண்டு நான் போட்டியில் பங்கேற்கவில்லை. அடுத்த ஆண்டு பார்த்துக்கொள்ளலாம் ஏனென்றால், என் வகுப்புத் தோழன் ஒருவன் கல்வி கட்டணம் செலுத்த முடியாத நிலையில் வகுப்பறைக்கு வெளியே நிறுத்தப்பட்டிருக்கிறான். அவனுக்கு ரூபாய் ஐந்தாயிரத்து அறுநூறு கொடுத்து எதவினோமென்றால் அவனும் எல்லா மாணவர்களைப் போல் வகுப்பறைக்குள் வரமுடியும்" என்று தனது விருப்பத்தை வெளிப்படுத்தினான். மகன் கூறிய இச்செய்தியைக் கேட்ட தாய் மகனின் விருப்பத்திற்கு பச்சைக் கொடிக் காட்டியது மட்டுமல்லாது அவனை ஆரத்தழுவி மகனே ! நான் உன்னை கொடை வள்ளல் கர்ணனின் வேடத்தில் தான் வரவேண்டும் என விரும்பினேன். ஆனால், நீயோ உண்மையில் கர்ணனாகவே மாறிவிட்டாய்" என்று அவனைப் பாராட்டி மகிழ்ந்தாராம்.

அன்பு உறவுகளே, இந்த பின்னணியில் நாம் நமது யூபிலி 2025- ம் ஆண்டின் இத்தவக்காலத்தில் எப்படிப்பட்ட உதவிகளைச் செய்ய இருக்கின்றோம் ? யார் நமது உதவிக்கான இலக்கு மக்கள் என்றுச் சிந்திக்க கடமைப்பட்டுள்ளோம். ஏனென்றால்,

முதலாவதாக நம் ஆண்டவர் இயேசு கிறிஸ்து அரவது மூன்றாண்டு பணிவாழ்வில் நோயுற்றோருக்கு சுகம் என்ற உதவி, துன்புற்றோருக்கு அதனின்று விடுதலை என்ற உதவி, பசித்தோருக்கு உணவுக்கொடுத்தல் உதவி, ஒடுக்கப்பட்டோருக்கு உரிமை வழங்கும் உதவி, போதனைகள் வழியாக பயிற்றுவித்தல் உதவி, விழிப்போடிருக்க வழிகாட்டுதல் வழங்கிய உதவி என சென்ற இடமெல்லாம். சந்தித்தோர் அனைவருக்கும் உதவிகள் புரிந்தோர் என்றேச் சொல்ல வேண்டும். இவ்வாறு எங்கும் எல்லாருக்கும் உதவிகள் செய்த அவரைப் பின்பற்றும் நாமும் நன்மையானவற்றையே தேவையிலிருப்போருக்குச் செய்ய வேண்டும் என்பதனை பொதுத்தீர்வை (மத். 25:31-36) நிகழ்வு வழியாக அழுத்தம் திருத்தமாக அவர் நமக்குச் சுட்டிக் காட்டுகின்றார். மிக சிறியோராகிய சகோதர சகோதரிகளுக்கு நாம் செய்பவையும், செய்ய மறுக்கின்றவையும் எத்தகைய விளைவை ஏற்படுத்தும் என்பதனை எடுத்துக் கூறுகின்றார்.

தொடக்ககால கிறிஸ்தவர்களின் வாழ்க்கை முறையில் தேவையில் இருந்தோருக்கு தன்னிடம் இருந்த உடைமைகளைக் கொண்டு உதவி புரிந்ததே புதுமையானதாகவும், தனித்துவம் வாய்ந்ததாகவும் அனைவரையும் திரும்பிப் பார்க்க வைத்தது. திருத்தூதர்கள் இறை அருளாலும், ஆற்றலாலும் கிறிஸ்தவர்களின் வாழ்வை அடித்தளமாகக் கொண்டு இயங்கிக் கொண்டிருக்கும் நமது அன்பியங்களிலும் இத்தகைய உதவும் மனநிலை இருப்பதையும், அது பல்வேறு வடிவங்களில் செயலாக்கும் பெறுவதையும் யாராலும் மறுக்க முடியாது. தொடர்ந்து இத்தகைய உதவும் மனநிலையில் நாம் வளர வேண்டும்.

இறுதியாக உதவுதல் என்பது பணம் மற்றும் பொருள் சார்ந்தது மட்டுமென்று நாம் நினைத்துவிடக்கூடாது. சந்தித்தல், உடனிருத்தல், ஆறுதல் கூறுதல், தட்டிக் கொடுத்தல், ஆதரவளித்தல், திறமைகளைப் பகிர்தல், வழிகாட்டுதல் என உதவுதலை வரிசைப்படுத்திக் கொண்டேச் செல்லலாம். ஏன், பிறருக்கு தீங்குச் செய்யாமல் இருத்தல், தீங்குச் செய்வோருக்குத் துணை போகாமல் இருத்தல் ஆகியவையும் உதவிபுரிதல் தானே.

இந்த யூபிலி ஆண்டின் தவக்காலத்தில் உதவுதலுக்குப் புது வடிவம் கொடுப்போம். ஏழைகளுக்கு உதவுபவன் கடவுளுக்குக் கடன் கொடுக்கிறான் என்பதனை மனதில் இருத்திச் சிந்திப்போம், செயல்படுவோம்.

சிந்தனை

1. யார் ஏழைகள் ?
2. எந்தெந்த விதங்களில் நாம் அடுத்திருப்போருக்கு உதவிகள் செய்யலாம் ?

3 ஒப்புரவாவோம் ! ஒன்றித்து வாழ்வோம்!

அருட்பணி. ஜாண் ஜிஜோ
பங்குத்தந்தை, புத்தன்கடை

ஒவ்வொன்றிற்கும் ஒரு காலம் உண்டு என்பது சபை உரையாளர்களின் வாக்கு. அதுவே, வாழ்வியலுக்கான அடிப்படை இயங்கியல், ஆண்ட்ராய்டு காலம். ஆப்பிள் மீது மோகம் போன்ற பல்வேறு சூழ்நிலை சூழல்களில் சிக்கிப் போராடும் நமக்கு இளைப்பாற இதோ ஒரு வசந்தகாலம். நமக்குள்ளே பயணித்து, தன்னாய்வு செய்து, தவறுகளைச் சரிப்படுத்தி, தடுமாற்றங்களை நெறிப்படுத்தி, இந்த நாற்பது நாட்களில் ஒப்புரவாகுதலே தவக்காலம் தரும் முதன்மையான நோக்கமும் நல்வாய்ப்புமாகும். ஆகவே எந்தெந்த தளங்களில் ஒப்புரவு ஈடேறவேண்டும் என்பதை இக்கட்டுரையின் வழியாகச் சிந்திப்போம்.

இறைவனோடு ஒப்புரவாகுவோம்!

கடலுக்குள்ளே வாழும் மீன் கடல் எங்கே ? எனக் கேட்பது போல் நாமும் இறைவனை மறந்து, அவரது உடனிருப்பை உணராமல், அவரை விட்டு விலகி வெகுதூரம் போயிருக்கலாம். “இதயத்தைக் கிழித்துக் கொண்டு உங்கள் கடவுளாகிய ஆண்டவரிடம் திரும்பி வாருங்கள்” (யோவே. 2:13) என்ற இறைவாக்கினரின் அறைகூவலை ஏற்று, ஊதாரி மைந்தனைப் போல ஆண்டவரிடம் திரும்பி வந்து அவரோடு ஒப்புரவாகுவோம். “அவரோடு ஒன்றித்து வாழுங்கள்” (1 யோவா 2:27) என்ற இறைவார்த்தையை வாழ்வாக்க முயற்சி செய்வோம்.

“நம்மோடு” ஒப்புரவாவோம் !

மனிதனை உடல், உள்ளம், ஆன்மா என முப்பரிமாணங்களில் ஊடுருவிப் பார்க்கலாம். இம்மூன்றும் இணைந்து மனிதனை மட்டுமல்ல மனிதரின் ஆளுமையையும் தன்மையையும் கட்டமைக்கின்றன. நம்மோடு ஒப்புரவாதல் என்பது இம்மூன்றோடும்

ஒப்புரவாதலே. அதனையே புனித பவுல் “அமைதி அருளும் கடவுள் தாமே உங்களை முற்றிலும் தூய்மையாக்குவாராக. அவரே நம் ஆண்டவர், இயேசு வரும்போது உங்களுடைய உள்ளம் ஆன்மா, உடல் அனைத்தையும் குற்றமின்றி முழுமையாகக் காப்பாராக! “(1 தெச. 5:23) என்கிறார். உடம்பை வளர்த்தேன் உயிரை வளர்த்தேனே” எனும் தமிழ் முதுவாக்கின் படி மது, புகை, போதைப் பழக்கங்களைத் தவிர்த்து உடற்பயிற்சி செய்து வியர்வை சிந்தி சத்தான உணவுகளால் உடலைப் பாதுகாப்பது உடலோடு ஒப்புரவாகுதலாகும். பகை, பழிவாங்கும் உணர்வு, அச்சம், தாழ்வு மனப்பான்மை, பொறாமையைத் தவிர்த்து தன்னை முழுமையாக தன்னையே ஏற்றுக்கொள்வதும், தன்னம்பிக்கைக் கொள்வதும் உள்ளத்தோடு ஒப்புரவாகுதலாகும். இறைவேண்டல், ஈகைச் செயல்களால் இறையிரக்கத்தை சுவைத்தல் ஆன்மாவோடு ஒப்புரவாகுதலாகும். இதுவே நம்மோடு ஒப்புரவாகுதலாகும்.

இயற்கையோடு ஒப்புரவாகுவோம் !

காலத்திற்கேற்ற வளர்ச்சி என்பது கட்டாயம் ! ஆனாலும் வானுயரக் கட்டிடங்கள், பாலங்கள் அகலமான சாலைகள் எழுப்புகையில் குளங்கள் மூடப்படுவதும், மலைகள் சுரண்டப்படுவதின் விளைவாக பருவகால மாற்றமும், பச்சைப்பசேலென்ற பகுதிகள் பாலைவனமாக காட்சியளிப்பதும் விவரிக்க முடியாத வலியையும் வெறுமையையும் தானே விட்டுச் செல்கின்றன ! எனவே, இயற்கையை கருவறுக்காத வளர்ச்சிப் பணிகளால் இயற்கைத் தாயே பாதுகாப்போம்.

சமூகத்தோடு ஒப்புரவாகுவோம் !

எந்தவொரு மனிதனாலும் தனித்த இருக்கவோ, இயங்கவோ முடியாது. குடும்பம், உற்றார், உறவு, நட்பு, சுற்றம், சமூகம் என மனிதவாழ்வு உள்ளபடியே அயலாரைச் சார்ந்து, குழுவாகவும் சமூகமாகவும் நகரக்கூடியது. எனவே, தவக்கால சடங்குகளை பின்பற்றுவது மட்டுமல்லாமல் சமூக கடமைகளையும் நிறைவேற்றுவோம். ஏழைகள், தேவையில் தவிப்பாரோடு பகிர்ந்து இல்லாமையை இல்லாமலாக்குவோம். சமத்துவம் காத்து சாதி, சமய, மொழி, வர்க்க, நிற ஏற்றத்தாழ்வுகள், பாகுபாடுகளைக் களைவோம். எல்லாருக்கும் எல்லாம் கிடைக்கும் சகோதரத்துவ சமூகம் படைப்போம்.

4 இறைவேண்டல்

அருட்சகோதரி. பிரான்சிஸ் மேரி இசபெல்லா **FSPM**

"உண்மையாய் தம்மை நோக்கி மன்றாடும் யாவருக்கும் ஆண்டவர் அண்மையில் இருக்கிறார்" (தி.பா. 145:18). இறைவேண்டல் என்பது கிறிஸ்துவே நம்பிக்கையின் ஒரு முக்கிய அம்சமாகும். இறைவேண்டல் கலாச்சாரங்கள், மதங்கள், மொழிகளுக்கு அப்பாற்பட்ட ஒரு உலகளாவிய மனித வெளிப்பாடு, பிள்ளைகளாகிய நாம் நம் தந்தையாகிய கடவுளிடம் நம்பிக்கையுடன் பேசுவதற்கும் தொடர்பு கொள்வதற்கும் நன்றியை வெளிப்படுத்துவதற்கும், மேலும் நமக்கும் தந்தையாம் கடவுளுக்கும் உள்ள நல்லுறவை வலுப்படுத்துவதற்கும் இறைவேண்டல் பாலமாக இருக்கிறது. கடவுளின் அருளை நிறைவாக பெற்றுக்கொள்வதற்கு நம்முடைய இறைவேண்டல் பிள்ளைக்குரிய உரிமையை மிக பிரதிப்பலிப்பதாய் அமைய வேண்டும். பிள்ளைக்குரிய உரிமை இருக்கவேண்டுமென்றால் நம் வாழ்வு கடவுளின் பிள்ளைகளைப் போல் இருந்திருக்க வேண்டும். அப்போது மட்டுமே பிள்ளைக்குரிய உரிமையோடு இறைவேண்டல் செய்ய முடியும்.

கத்தோலிக்க திருஅவையில், இறைவேண்டல் என்பது விசுவாசத்தின் உயிர்மூச்சு ஆன்மீக வாழ்க்கையின் ஒரு முக்கிய அம்சமாகும். உயிர்மூச்சு ஆன்மீக வாழ்க்கையின் ஒரு முக்கிய அம்சமாகும். திருமுழுக்குப் பெற்ற ஒவ்வொரு கிறிஸ்தவரும் நாள்தோறும் இறைவேண்டல் செய்யக் கடமைப்பட்டிருக்கின்றோம்.

கடவுளை வழிபடுவதற்கு கோவிலில் கூடி வரும் போதும், தங்கள் இல்லங்களில் திருவிவிலியத்தை வாசித்து வேண்டுதல் செய்யும் போதும் பலர் இறைவேண்டல்களைப் பயன்படுத்துகின்றனர். ஒரு காலத்தில் மந்திரம், செபம் என்றுக் கூறியவை புதிய மொழிப்பெயர்ப்பில் இறைவேண்டுல் என மாற்றப்பட்டுள்ளது. நாம் ஒவ்வொருவருடைய வாழ்விலும் நான்கு வகையான மன்றாட்டுகளைச் செபிக்கின்றோம்.

1. திருவழிப்பாட்டு மன்றாட்டுகள்
2. மரபு மன்றாட்டுகள்
3. விவிலிய மன்றாட்டுகள்
4. சொந்த மன்றாட்டுகள்

இவை நான்கு மன்றாட்டுகள் இணைகின்ற போது தான் நம் இறைவேண்டல் நிறைவு பெறுகிறது.

இறைவேண்டல் வகைகள்

1. வணக்கம் :

நாம் தந்தையாம் கடவுளை வணங்கி அவர் மகத்துவத்தைத் துதித்து வழிபடுவது.

2. மன்னிப்பு :

நாம் செய்த தவறுக்காக மன்னிப்புக் கோருதல், மனந்திரும்புதலுக்கான உதவியை நாடல்.

3. நன்றி :

நாம் பெற்றுக்கொண்ட நன்மைகளுக்கு, ஆசீர்வாதங்களுக்கு நன்றி கூறுதல்.

4. மன்றாட்டுக்கள் :

பரிந்துரைகள் - மனிதனில் தேவைகள் வழிகாட்டுதல் அல்லது உதவி கோருதல்.

இறைவேண்டலின் நடைமுறைகள்

1. வாய்மொழி இறைவேண்டல்

தனித்தனியாக அல்லது சூழ அமைப்பில் உரக்க இறைவேண்டல் செய்தல்.

2. மௌனத்தில் இறைவேண்டல் :

எண்ணங்கள், உணர்ச்சிகள் அல்லது உடல் அசைவில், குனிந்து வணங்குதல், சிலுவை அடையாளம் வரைதல் போன்றவற்றின் மூலம் இறைவேண்டல் செய்தல்.

3. தியான இறைவேண்டல் :

ஒரு குறிப்பிட்ட சொற்றொடர், சொல் அல்லது உருவத்தில் கவனம் செலுத்தி பெரும்பாலும் அமைதியாக இணைப்பு மற்றும் விழிப்புணர்வின் ஆழமான உணர்வை வளர்த்தல்.

4. மரபு மன்றாட்டுக்கள் :

திருவெளிப்பாட்டுக்கு வெளியே காலம் காலமாக நம் திரு அவையால் செபிக்கப்பட்டு வருகிற செபங்கள். இது அன்னையின் செபமாலை, கிருபையாயத்திற்கு மிகவும் இரக்கமுள்ள தாயே, அன்னையின் மன்றாட்டு மாலைகள் உணவுக்கு முன், உணவுக்குபின், என்று ஒரு செயல் செய்வதற்கும் முன், பின் என பல நடைமுறைகளில் நாம் இறைவேண்டல் செய்யலாம்.

இறைவேண்டல் என்பது விசுவாசத்தின் உயிர்மூச்சு, உன் விசுவாசம் பெரிது. நீ விரும்புகிற படி உனக்கு ஆகக்கடவது என்றார் (மத். 15:28).

இறைவேண்டல் விசுவாசத்தின் உயிர்மூச்சு என்று இந்த யூபிலி ஆண்டின்

தயாரிப்பாக செப ஆண்டாக நம் திருத்தந்தை பிரான்சிஸ் 2024 ஆண்டை அறிவித்ததையொட்டி “இன்று செபித்தல் வெற்றிக்கான சவால்” என்ற தலைப்பு நூல் ஒன்றை கர்தினால் கொமாஸ்திரி அவர்கள் வெளியிட அதற்கு முகவுரை ஒன்றை எழுதியுள்ளார் திருத்தந்தை.

இறைவனை நம்பி தன்னை அவரிடம் ஒப்படைக்கும் இதயத்திலிருந்து வெளிப்படும் இந்த மௌன கூக்குரலை விவரிக்கு வார்த்தைகள் இல்லை. ஏனெனில், இது ஒரு மறை இரகசியம். இதனை வாழ்ந்து அனுபவிப்பதன் எளிமை வழியாகத்தான் அவரவர் புரிந்துகொள்ள முடியும் என எழுதியுள்ளார்.

சுங்கான்கடை பொன்மலையில் தவக்கால நிகழ்வுகள்

மீட்பின் பாதையில் நாம் நடந்திட தோளில் சிலுவை சுமந்து வழிநடந்த நம் ஆண்டவர் இயேசுவின் பாடுகளை நாம் தியானிக்க நம்மை அழைப்பதே இந்த தவக்காலம்.

சுங்கான்கடையில் அமைந்துள்ள பொன்மலையில் தவக்காலத்தின் ஒவ்வொரு வெள்ளிக்கிழமையும் திருச்சிலுவைப்பாதை, தவக்கால தியான உரை மற்றும் திருப்பலி ஏற்பாடு செய்யப்பட்டுள்ளன.

நமது மறைமாவட்ட அன்பிய இறைமக்கள் ஒவ்வொரு ஆண்டும் இதை மிக அர்த்தமுள்ள விதத்தில் ஒருங்கிணைப்பதுப் பாராட்டுதற்குரியது. இந்த ஆண்டும் ஒவ்வொரு மறைமாவட்ட அன்பிய இறைமக்களும் திரளாய் வந்து இயேசுவின் பாடுகளைத் தியானித்து தவக்கால நிகழ்வுக்ள சிறப்பாய் அமைந்திட உதவிட அன்பாய் வேண்டுகிறோம்.

வ.எண்	நாள்	வாரம்	மறைவட்டம்	சிந்தனை
1	07.03.2025	முதல் வாரம்	முளகுமூடு	ஏழையரின் உள்ளத்தோர் பேறுபெற்றோர்
2	14.03.2025	2-வது வாரம்	திரித்துவபுரம்	துயருறுவோர் பேறுபெற்றோர்
3	21.03.2025	3-வது வாரம்	காரங்காடு	கனிவுடையோர் பேறுபெற்றோர்
4	26.03.2025	4-வது வாரம்	மாத்திரவிளை	இரக்கமுடையோர் பேறுபெற்றோர்
5	04.04.2025	5-வது வாரம்	வேங்கோடு	நீதியின் பொருட்டு துன்புறுத்தப்படுவோர்
6	11.04.2025	6-வது வாரம்	புத்தன்கடை	இரக்கமுடையோர் பேறுபெற்றோர்

நிகழ்வுகள்

காலை 9.00 மணி – திருச்சிலுவைப் பாதை
10.00 மணி – தவக்கால தியான உரை
11.45 மணி – திருப்பலி
12.30 மணி – மதிய உணவு

குறிப்பு :

- குருத்து ஞாயிறு (13.04.2025) மாலை 3.00 மணிக்கு திருச்சிலுவைப் பாதையும் தொடர்ந்து, ஆயர் தலைமையில் திருப்பலி நடைபெறும்.
- அனைவரும் நேரத்தோடு வருகை தர அன்புடன் அழைக்கிறேன்.

அன்புடன் அழைக்கும்

அருட்பணி. சார்லஸ் விஜு

(பொன்மலை, அருட்தந்தையர்கள் சார்பாக)

நலத்திட்டங்கள்

முளகுமூடு மறைவட்டம்

பங்கு	அன்பியம்	நோக்கம்	உதவிப் பெற்றவர்கள்	உதவி தொகை
முளகுமூடு	ஆரோக்கிய அன்னை அன்பியம்	கல்வி உதவி	1	2,500/-
		மருத்துவ உதவி	1	20,500/-
	அவிலாதெரசா அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	15	11,000/-
	புனித சவேரியார் அன்பியம்	தத்துபிள்ளை உதவி	1	1,000/-
சுவட்டமாவு	புனித யோவான் அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	1,500/-
காஞ்சிரக்கோடு	புனித லூர்து மாதா அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி (ரூ. 500 வீதம்)	20	10,000/-
	புனித பாத்திமா மாதா அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி (ரூ. 1,600 வீதம்)	4	6,400/-
	புனித வியாகுல மாதா அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி (ரூ. 500 வீதம்)	5	2,500/-
	புனித காணிக்கை மாதா அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி (ரூ. 500 வீதம்)	6	3,000/-
	புனித கார்மல் மாதா அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி (ரூ. 1,000 வீதம்)	5	5,000/-
	புனித ஆரோக்கிய மாதா அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி (ரூ. 1,000 வீதம்)	20	10,000/-
		மருத்துவ உதவி	1	1,000/-
மணலிக்கரை	அன்னை அன்பியம் (17)	ஏழைகள் நல உதவி	1	1,000/-
		மருத்துவ உதவி	1	500/-
	தூய மிக்கேல் அதிதூதர் அன்பியம் (33)	ஏழைகள் நல உதவி	4	6,000/-
சிராயன்குழி	எரேமியா அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	2,000/-
	அன்னைதெரசாள் அன்பியம்		1	1,000/-
	புனித தேவசகாயம் அன்பியம்		1	500/-
	திருமுழுக்கு யோவான் அன்பியம்		2	500/-

கப்பியறை	அன்பியம் ஒருங்கிணையம்	கல்வி உதவி	1	10,000/-
விலவூர்	தூய சவேரியார் அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	1,000/-
	தூய அந்தோணியார் அன்பியம்		1	2,000/-
முளவிளை	அன்பியம் ஒருங்கிணையம்	கல்வி உதவி	1	6,500/-
		ஏழைகள் நல உதவி (ரூ. 2,000 வீதம்)	3	6,000/-
பள்ளியாடி	புனித தாமஸ் மூர் அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	5,000/-
		ஏழைகள் நல உதவி	1	1,000/-
	கிறிஸ்து அரசர் அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	11,821/-
	புனித சூசையப்பர் அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	2,500/-
	அன்பிய ஒருங்கிணையம்	தேவையிலிருப்போர் உதவி	80	75,000/-
தக்கலை	குழந்தை இயேசு அன்பியம்	முதியோர் இல்லம், விழுந்தையம்பலம்	1	12,000/-
		ஏழை பெண்ணின் திருமண உதவி	1	23,000/-
		ஏழைகள் உதவி	21	37,000/-
	சகாய மாதா அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	2,250/-
	கார்மல் அன்னை அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	12,000/-
		ஏழைகள் உதவி	4	1,500/-
	அந்தோணியார் அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	2	5,000/-
		மருத்துவ உதவி(பிறமதம்)	2	3,000/-

மறைமாவட்ட அன்பிய பணிக்குழுவின் மாநாட்டின்போது முளகுமூடு மறைவட்டம் சார்பாக 4 பேருக்கு ரூ. 10,000/- வீதம் ரூ. 40,000/- மருத்துவ உதவி மற்றும் கல்வி உதவி வழங்கப்பட்டது.

காரங்காடு மறைவட்டம்

பங்கு	அன்பியம்	நோக்கம்	உதவிப் பெற்றவர்கள்	உதவி தொகை
கல்லுக்கூட்டம்	2 வது அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	2,500/-
	6 வது அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	1,500/-

வட்டம்	அன்பிய ஒருங்கிணையம்	ஏழைகள் நல உதவி	2	8,000/-
	தூய செபஸ்தியார் அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	2,000/-
	தூய பாத்திமா மாதா அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	1,000/-
	தூய சூசையப்பர் அன்பியம்	ஆதரவற்றோர் இல்லம்	1	2,050/-
		மருத்துவ உதவி	1	1,000/-
முக்கலம்பாடு	4 வது அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	3,700/-
காரங்காடு	சிறுமலர் அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	2	2,000/-
நுள்ளிவிளை (கா)	அன்பிய ஒருங்கிணையம்	கல்வி உதவி	1	5,000/-
	குழந்தை இயேசு அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	5,000/-
	தூய பனிமய மாதா அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	1,000/-
	சகாய அன்னை அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	3,000/-
பிலாவிளை	அன்பிய ஒருங்கிணையம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	1,000/-
	தூய சவேரியார் அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	10,000/-
சேவியர்புரம்	தூய ஆரோக்கிய அன்னை அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	3,000/-
	புனித சூசையப்பர் அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	3,500/-
கண்டன்விளை	பாத்திமா அன்னை அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	2,200/-
		குடில் திட்ட உதவி	1	500/-
	புனித கல்யாண மாதா அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	1,800/-
	புனித அந்தோணியார் அன்பியம்		1	7,500/-
	புனித டோமினிக் சாவியோ அன்பியம்		1	1,000/-
	புனித மரியகொரற்றி அன்பியம்		1	2,000/-
	புனித ஆரோபண அன்னை அன்பியம்		1	4,000/-
	புனித சிறுமலர் அன்பியம்		1	1,000/-
	புனித பிரான்சிஸ் அசிசியார் அன்பியம்		1	1,000/-

குழித்துறை மறைமாவட்டம், அன்பியப் பணிக்குழு நடத்திய
யூபிலி - 2025 வினாடி வினாப் போட்டியில்
பங்கேற்றவர்களுக்கும், பரிசினை வென்றவர்களுக்கும்
அன்பியப் பணிக்குழுவின் பாராட்டுக்களும், வாழ்த்துக்களும்.

முதல் பரிசு : அ. அஜிதா மினி

இரண்டாம் பரிசு : J. ஜெர்மின்

மூன்றாம் பரிசு : ஜெய ஷாலினி

புதிய நிர்வாகிகள்

முளகுமூடு மறைவட்டம்	
மருதூர்குறிச்சி	
தலைவர்	: திருமதி. கிறிஸ்டல் மேரி
செயலர்	: திருமதி. அபிஷா மலர்
து.செயலர்	: திருமதி. அனிஷா
பொருளர்	: திருமதி. ஜெனிதா

மஞ்சாடி	
தலைவர்	: திரு. மார்ட்டின் துரை
து.தலைவர்	: திருமதி. ஜெனிதா
செயலர்	: திருமதி. சித்ரா
து.செயலர்	: திருமதி. ஷாஜினி பிரபா
பொருளர்	: திருமதி. பபிதா

காரங்காடு	
கண்டன் விளை	
தலைவர்	: திருமதி. மேரி ஸ்டெல்லாபாய்
து.தலைவர்	திரு. ஆன்றோ
செயலர்	திருமதி. புஷ்பலாலிகிராஸ்
து.செயலர்	திரு. பெவின்
பொருளர்	திருமதி. ஜாஸ்பின் அஜிலா

பண்டாரவிளை	
தலைவர்	: திருமதி. எழில் அரசி
து.தலைவர்	திரு. ரூபன்
செயலர்	திருமதி. அஜி மகாஜினி
து.செயலர்	திருமதி. விக்டோரியா
பொருளர்	திருமதி. கீதா

ஞாயிறு வழிபாடு தயாரிப்போம்

வாரம்	நாள்	முதல் வாசகம்	இரண்டாம் வாசகம்	நற்செய்தி வாசகம்
1	02.03.2025	சீ.ஞா. 27:4-7	1கொரி. 15:54-58	லூக். 6:39-45
2	09.03.2025	இ.ச. 26:4-10	உரோ. 10:8-13	லூக். 4:1-13
3	16.03.2025	தொ.நூ. 15:5-12, 17-18. 21b	பிலி. 3:17-4:1	லூக். 9:28b-36
4	28.03.2025	வி.ப. 3:1-8a,13-15	1கொரி. 10:1-6,10-12	லூக். 13:1-9
5	30.03.2025	யோசு. 5:1-9a,10-12	1கொரி. 5:17-21	லூக். 15:1-3,11-32

அடித்தளம் விமர்சனங்கள் வரவேற்படுகின்றன.
தொடர்புக்கு 9487110298
8870513177

அன்பிய இயக்குநர்
அன்பிய பணிக்குழு, ஆயர் இல்ல வளாகம்
உண்ணாமலைக்கடை – 629 179

குழித்துறை மறைமாவட்ட

அன்பியப் பணிக்குழு நடத்தும்

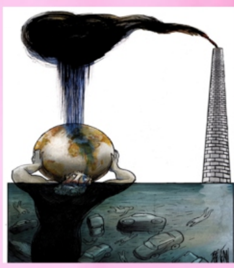
மார்ச் மாத போட்டிகள்

படம் பார்த்து பொருளுணர்ந்து கவிதை எழுதுதல்

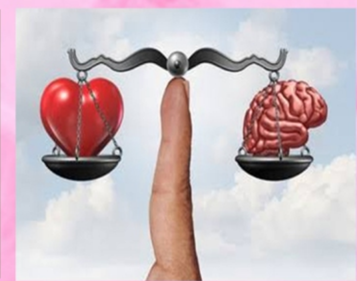
போட்டிக்கான விதிமுறைகள்

* கவிதைகள் சொந்த நடையில் இருத்தல் வேண்டும்.
* கவிதைகள் கையெழுத்து வடிவில் சமர்ப்பிக்க வேண்டும்.
* கவிதைகள் 15 முதல் 20 வரிகளுக்குள் இடம் பெற வேண்டும்.
* கவிதையின் கீழ் பங்கின் பெயர், படைப்பாளரின் பெயர், முகவரி மற்றும் அலைபேசிஎண் எழுதியிருக்க வேண்டும்.
* சிறந்த படைப்புகளுக்குப் பரிசுகள் உண்டு.
* சிறந்தப் படைப்புகள் தேர்வு செய்யப்பட்டு வலையொளிமூலம் பதிவிடப்படும்.
* படைப்புக்கள் பங்களவில் சேகரித்து பங்குத்தந்தையின் கையொப்பமிட்டு அனுப்ப வேண்டும்.

காரங்காடு மறைவட்டம்

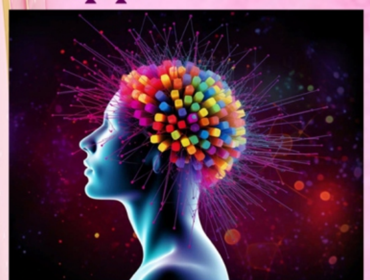


முளகுமூடு மறைவட்டம்



புத்தன்கடை மறைவட்டம்

திரித்துவபுரம் மறைவட்டம்



வேங்கோடு மறைவட்டம்

மாத்திரவிளை மறைவட்டம்

கவிதைகள் சமர்ப்பிக்க வேண்டிய கடைசி நாள் : 28.03.2025

படைப்புகள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரீ :
அன்பியப் பணிக்குழு,
ஆயர் இல்லம், உண்ணாமலைக்கடை – 629 179.

மறைமாவட்ட அன்பிய பணிக்குழுவின் நிர்வாகக்குழு உறுப்பினர்கள், களப்பணியாளர்கள் இணைந்து ஆயரைச் சந்தித்தல்

அன்பிய சங்கம விழாக்கள்

பிலாவிளை – வசந்தபுரம்

கொல்வேல்