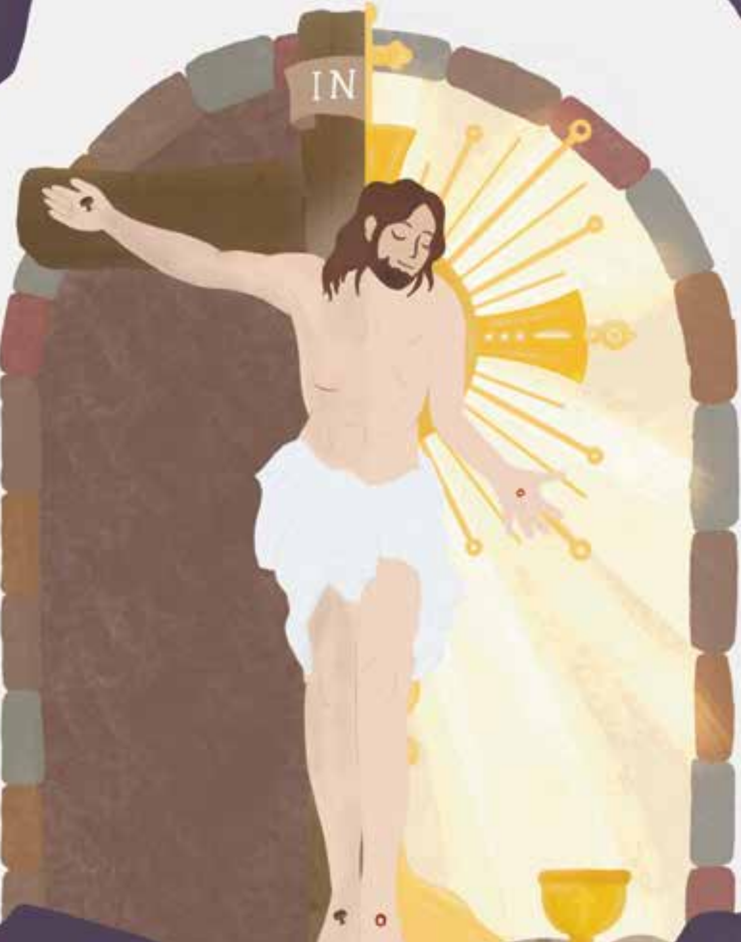
புதிய நற்செய்தி முழக்கத்திற்கான அலுவலகம்

# தவக்காலம்
# பாஸ்கா காலம்




OFFICE FOR THE NEW EVANGELISATION

2025 சிந்தனைக் கையேடு

இந்த முயற்சி கத்தோலிக்க அறக்கட்டளையின் கீழ்,
**GIFT** திட்டத்தால் ஆதரிக்கப்படுகிறது

2013ம் ஆண்டு செப்டம்பர் மாதம் தொடங்கப் பட்டப் புதிய நற்செய்தி முழக்கத்திற்கான அலுவலகம் **(ONE)** சிங்கப்பூரின் உரோமைக் கத்தோலிக்க உயர்மறைமாவட்டத்தில் உள்ள ஒரு நிறுவனமாகும். இது, ஒரு துடிப்பான, நற்செய்தியை முழங்கி, மறைபரப்பும் திருஅவையாக நாம் இருக்க வேண்டும் என்ற நமது உயர்மறைமாவட்டத்தின் தொலை நோக்கை நனவாக்கப் பணியாற்றுகிறது.

புதிய நற்செய்தி முழக்கத்திற்கான வினை ஊக்கியாக, திருமுழுக்குப் பெற்ற நமது கத்தோலிக்கர்களை மறைபரப்பும் சீடர்களாக மாற்றுவதற்கான செயல்முறைகளையும் முன்முயற்சிகளையும் எளிமைப்படுத்துவதே இந்த அலுவலகத்தின் பணியாகும்.

# பொருளடக்கம்

## 003

## தொடக்கப் பகுதி


003 தவக்காலப், பாஸ்கா காலச் செய்தி
005 கையேட்டின் நோக்கம்
005 கையேட்டைப் பயன் படுத்தும் முறை
007 குழு அமர்வின் வடிவம்
008 குழுச் சிந்தனைகளை மேம்படுத்துதல்


## 009

## தவக்காலம்


010 தவக்கால ஞாயிறுகள்
011 தவக்கால முதல் ஞாயிறு
017 தவக்கால 2ம் ஞாயிறு
023 தவக்கால 3ம் ஞாயிறு
029 தவக்கால 4ம் ஞாயிறு
035 தவக்கால 5ம் ஞாயிறு
041 குருத்து ஞாயிறு


## 035

## பாஸ்கா காலம்


048 பாஸ்கா கால ஞாயிறுகள்
049 உயிர்ப்பு ஞாயிறு
055 பாஸ்கா 2ம் ஞாயிறு
061 பாஸ்கா 3ம் ஞாயிறு
067 பாஸ்கா 4ம் ஞாயிறு
073 பாஸ்கா 5ம் ஞாயிறு
079 பாஸ்கா 6ம் ஞாயிறு
085 பாஸ்கா 7ம் ஞாயிறு
091 தூய ஆவியார் ஞாயிறு


## 071

## இறுதிப் பகுதி


097 பிற்சேர்க்கை
106 நன்றியறிவிப்புகள்

# தவக்காலப்,
# பாஸ்கா காலச்
# செய்தி

## கிறிஸ்துவுக்குள் அன்பார்ந்த சகோதர சகோதரிகளே,

தொடக்கக் காலக் கிறிஸ்தவர்கள் அளித்த சாட்சியம் இயேசு கிறிஸ்துவைப் பற்றி அறிந்து கொள்ள அனைவரையும் தூண்டியது. இந்தச் சமூகத்திற்கு வெளியே இருந்தவர்கள் அவர்களை ஒன்றாக இணைத்தது எது என்று சிந்திக்க வைத்தது. இந்த ஆண்டு, 'புதிய யூபிலிக்கான நேரம் வந்துவிட்டது, அப்போது மீண்டும் ஒரு முறை 'புனிதக் கதவுகள்' திறக்கப்பட்டு அனைவரையும் கடவுளின் அன்பின் தீவிர அனுபவத்திற்குள் அழைக்கும்' *(Spes non confundit 6)*. உரோமில் உள்ளப் 'புனித கதவுகள்' வழியாக நாம் செல்ல முடியாத போதும், இந்தத் தீவிர அனுபவம் நம் இதயக் கதவுகளைத் திறக்க வழிவகுக்கும்.

இந்த ஆண்டு, உங்கள் சமூகங்களில் இந்தச் சிந்தனைகளை மேற் கொண்டப் பின், யூபிலி ஆண்டின் ஒரு பகுதியாக சில தொண்டுகளையும் இரக்கச் செயல்களையும் செய்ய சமூகமாகவோ தனிநபராகவோ ஒருவரை ஒருவர் ஊக்கப்படுத்துங்கள். யூபிலி ஆண்டு, நம் ஆண்டவராகிய இயேசு கிறிஸ்துவின் உயிர்ப்பினால் நமக்கு வழங்கப்பட்டுள்ள விடுதலையைக் கொண்டாட நம்மை அழைக்கிறது. கத்தோலிக்கர்கள் பாரம்பரியமாக, செபம், தபம், நோன்பு போன்றவற்றால் உயிர்ப்புப் பெருவிழாவுக்குத் தயாராக அதிக நேரத்தையும் முயற்சியையும் செலவிடுகிறார்கள். இந்தத் தவக்கால நடைமுறைகள், பாஸ்கா காலத்தில் நமது தயாரிப்புக்கான காரணங்களைத் தொடர்ந்து சிந்திக்க நமக்கு வழிவகுக்கும். நமது சமூக ஒன்றிப்பினாலும், இறை வார்த்தையாலும் உருவாகும் கொண்டாட்டங்கள் நம்மை நம்பிக்கையில் வலுவாக்கவும், நம்பிக்கைக்கு சாட்சியமளிக்கவும் நம் அனைவரையும் வழிநடத்தும்.

இந்தத் தவக்கால, பாஸ்கா காலச் சிந்தனைகளை நீங்கள் நேர்மையுடனும் விடாமுயற்சியுடனும் தொடங்க இறைவன் உங்களை தன் நிறைவான அருளால் ஆசீர்வதிப்பாராக. ஆமென்.

## அருள்திரு. டெறென்ஸ் பெறெய்ரா

புதிய நற்செய்தி முழக்கத்திற்கான முதன்மை குரு

# இந்தக் கையேட்டின் நோக்கம்

இந்தக் கையேடு குடும்பங்களுக்காகவும், பெரியோர் மறைகல்விக் குழுக்களுக் காகவும், பங்கு நிறுவனங்களுக்காகவும், அன்பியச் சமூகங்களுக்காகவும் உத்தேசிக்கப்பட்டது. இதைத் தனி மனித சிந்தனைகளுக்கும் பயன்படுத்தலாம்.

- இறைவனுடைய வார்த்தையைக் கேட்டு அதை நம் வாழ்வில் கடைப்பிடிக்க ஊக்குவிக்கும் இடமாக நாம் வாழும் கிறிஸ்தவ சமூகத்தை மாற்றவும்,
- இதில் பங்கேற்போர், அண்டை வீட்டாருக்கும், தேவை உள்ளோருக்கும் உதவும் தங்களின் குறிக்கோளை அடையவும், சமூக அனுபவத்தைப் பெற்றுக் கொள்ளவும்,
- பங்கிலுள்ள நிறுவனங்களும் குழுக்களும் இயேசு கிறிஸ்துவை மட்டுமே மையமாகக் கொண்டு, ஒன்று கூடி செபிக்கவும்,
- இதில் உள்ளச் சிந்தனைகள், செய்திகள், செயல்பாடுகள், நடவடிக்கைகள் மூலம் ஒருவரோடு ஒருவர் நம்பிக்கையைப் பகிர்ந்து, ஒப்புரவாக்கப்பட்டு, அன்பை மட்டுமே தங்கள் தகவல் பரிமாற்றத்தின் முக்கியச் செய்தியாக்கிக் குடும்பத்தினரிடையே உள்ள தொடர்பை அதிகரிக்கவும் இந்தக் கையேடு தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது.

# கையேட்டைப் பயன்படுத்தும் முறை

திருப்பலியில் இறை வார்த்தையைப் பெற முன் தயாரிப்பாக ஞாயிறு திருப்பலிக்கு முன்னரோ, அல்லது திருப்பலியில் நாம் கேட்ட இறை வார்த்தைகளை நம் வாழ்க்கையில் பின்பற்ற ஞாயிறு திருப்பலிக்குப் பின்னரோ இதைப் பயன்படுத்தலாம்.

குழு அமர்வின் போது இறைவார்த்தையைப் படிக்கவும், அமர்வை வழி நடத்தவும், கையாளவும் அமர்வின் உறுப்பினர்கள் தாராளமாக முன்வரலாம்.

ஒவ்வொரு அமர்வையும் சிறப்புடன் வழிநடத்த வெவ்வேறு உறுப்பினர்கள் பொறுப்பு ஏற்கலாம். வேறொருவர் அமர்வில் நடைபெறும் செயல்களைக் குறிப்பெடுத்து, வர இயலாதவர்களுக்கு அனுப்பி வைக்கலாம்.

ஒவ்வொரு அமர்வும் சுமார் இரண்டு மணி நேரத்திற்கு மேல் போகாமல் பார்த்துக் கொள்ளவும். அடுத்த அமர்விற்கான இடமும் நேரமும் இந்த அமர்வில் அறிவிக்கப்பட வேண்டும்.

# குழு அமர்வின் வடிவம்

**1 தொடக்கச் செபம்:**
எல்லோரும் ஒன்று சேர்ந்து தொடக்கச் செபத்தைச் சொல்லி, தொடக்கப் பாடலைப் பாடலாம். தியான உணர்வையும், இறைவார்த்தையைச் செவிமடுக்கத் தூண்டும் பாடல்களைப் பயன்படுத்தவும்.

**2 இறைவார்த்தை:**
கொடுக்கப்பட்டுள்ள மூன்று இறை வார்த்தைப் பகுதிகளை இரு முறையாவது வாசித்து, சில மணித்துளிகள் மௌனமாக தியானிக்கவும். பின்னர், இக்கையேட்டில் உள்ளவற்றைப் பயன்படுத்தி அமர்வின் முதல்வர் அப்பகுதிகளுக்கு விளக்கம் தர வேண்டும். அமர்வை வழிநடத்துவோர் முன்னதாகவே தகுந்த தயாரிப்புடன் இருத்தல் அவசியம்.

**3 தியானிப்போம்:**
இந்த வார இறைவார்த்தைப் பகுதிகளைச் சரியாகப் புரிந்து கொள்ள, நமது சிந்தனையை ஆழப்படுத்த உதவும் இப்பகுதியை ஒருவர் வாசித்தப் பின்னர் சிறிது நேரம் தியானிக்கவும்.

**4 பகிர்வுக் கேள்விகள்:**
வெவ்வேறு குழுக்களை நினைவில் கொண்டு இந்தப் பகுதி வடிவமைக்கப் பட்டுள்ளது. உங்களுக்கு உகந்தப் பகுதியை எடுத்து வாசித்து, சிந்தித்துக் கருத்தளிக்கவும். பலரும் கருத்தளிக்க நேரம் ஒதுக்கவும். ஒரே நபர் பேசுவதைத் தவிர்க்கவும்.

**5 நற்செயல் புரிவோம்:**
இயேசுவைப் பற்றிய நற்செய்தியை வேறொரு நபருடன் பகிர்ந்து கொள்ள நீங்கள் செயல்பட உதவும் இப்பகுதியைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

**6 நிறைவு செபம்:**
எல்லோரும் இணைந்து, நிறைவு செபத்தைச் சொல்லி இவ்வமர்வை நிறைவு செய்யவும். நம் சமூகத்துக்காக வும், பங்கேற்போருக்காகவும், அவர்களது குடுப்பத்திற்காகவும் சிறப்பாகச் செபிக்கவும்.

**7 பிற்சேர்க்கை: நடவடிக்கைகள்**
நம் ஆன்மீகப் பயணத்தை நம் கிறிஸ்துவ சகோதரர் சகோதரிகளுடன் மேம்படுத்தச் செயல்பாடுகளும், நடவடிக்கைகளும் பிற்சேர்க்கைப் பகுதியில் உள்ளது.

# குழுச் சிந்தனைகளை மேம்படுத்துதல்

| | |
|---|---|
| *'இரண்டு, மூன்று பேர் என் பெயரால் எங்கே கூடி இருப்பார்களோ அங்கே அவர்கள் நடுவே நான் இருக்கிறேன்.' (மத் 18:20)* | கிறிஸ்துவின் பிரசன்னத்தைக் குறித்து கவனமாய் இருங்கள். குழுவினிடையே பேசும் போதும், செயல்படும் போதும் பணிவுடனும் மரியாதையுடனும் இருங்கள். உரையை தியானத்துடன் வாசியுங்கள். நற்செய்தி வாசங்களுக்கு கவனத்துடன் செவிகொடுங்கள். |
| *'எல்லோரும் ஒன்றாய் இருப்பார்களாக. தந்தாய், நீர் என்னுள்ளும் நான் உம்முள்ளும் இருப்பது போல், அவர்களும் நம்முள் ஒன்றாய் இருக்கும்படி மன்றாடுகிறேன்.' (யோவான் 17:21)* | அனைவரையும் உபசரியுங்கள். புதிதாக வந்திருப்போர் மீது சிறப்புக் கவனம் செலுத்துங்கள். ஒவ்வொருவரையும் சமூகத்தின் அன்பிற்குரிய அங்கங்களாக நடத்துங்கள். அமர்வில் அனைவரும் பங்கேற்கும்படி ஊக்குவியுங்கள். அனைவருக்கும் புரியும்படியான சொற்களைப் பயன்படுத்துங்கள். |
| *'அவர்களுள் பெரியோர் அவர்கள் மீது அதிகாரம் செலுத்துகின்றனர். உங்களிடையே அப்படி இருக்கக் கூடாது.' (மாற்கு 10:42-43)* | எப்போதும் யாரிடமும் அதிகாரத் தோரணையுடனும், அகந்தையுடனும், பிறருக்கு அறிவுரை கூறும் வகையிலும், யாவற்றையும் அறிந்த மாதிரி அல்லது என்ன செய்ய வேண்டுமென்று பிறருக்கு எடுத்துக்கூறும் வகையிலும் நடந்து கொள்ளக் கூடாது. |
| *' என்னைப் பின்பற்ற விரும்பும் எவரும் தன்னலம் துறந்து தன் சிலுவையை நாள்தோறும் தூக்கிக் கொண்டு என்னைப் பின்பற்றட்டும்.' (லூக்கா 9:23)* | இந்தச் சிந்தனைகளுக்கு மிகவும் அடிப்படையானது இறைவார்த்தை, திருச்சபையின் போதனைகள் மற்றும் கிறிஸ்துவின்பால் நம்மை மனமாறச் செய்யும் அழைப்பு. இந்த அமர்வில், உங்கள் பகிர்வு வேறு கருத்து நோக்கித் திசைமாறிச் சென்றால், அன்றையக் கருத்துக்கு ஆதரவு தரும்படி அனைவரையும் அழைக்கவும். |
| *'ஏனெனில் நீங்கள் பேச வேண்டியவற்றைத் தூய ஆவியார் அந்நேரத்தில் உங்களுக்கு கற்றுத் தருவார்.' (லூக்கா 12:12)* | பகிர்வதை முன் கூட்டியே தயாரிக்கவோ, இதற்காக ஒருவரை நியமிக்கவோ தேவையில்லை. தூய ஆவியார் இரக்கத்துடன் செயல்படக் காத்திருக்கவும். இக்கருத்து தொடர்பாக யாராவது தங்களது விசுவாச அனுபவத்தைப் பகிர்ந்தால், அவருக்கு வாய்ப்பளித்து நன்றி கூறுங்கள். |
| *'உங்கள் ஒளி மனிதர் முன் ஒளிர்க! அப்போது உங்கள் நற்செயல்களைக் கண்டு உங்கள் விண்ணகத் தந்தையை போற்றி புகழ்வார்கள்.' (மத் 5:16)* | இச்சிந்தனைகள் இறைவனின் திருவுளத்தைச் செயல் படுத்தச் சவால் விடுகின்றன. அதாவது நாம் சந்திக்கும் நபர்களிடம் இயேசுவின் அன்பைப் பற்றிச் சிந்திக்க அழைக்கின்றன. இதற்காக அடுத்த குழு அமர்வில் சிறிது நேரம் செலவழித்து, இதையே சென்ற வாரத்தில் நாம் எவ்வாறு சிந்தித்தோம் என்பதைப் பற்றி ஆராயவும். |

# சிங்கை கத்தோலிக்க வானொலி

2025ம் ஆண்டின் தவக்காலப், பாஸ்கா காலச் சிந்தனைகள் கையேட்டின் ஒலி வடிவை உங்களுக்கு கொண்டு வருகிறது.

---

**வரும் மார்ச் 6ம் தேதி முதல் தூய ஆவியார் ஞாயிறு வரை ஒவ்வொரு வியாழன் அன்று காலை 8 மணிக்கு ஆங்கிலத்தில் எங்களது படைப்பாளர்கள் வழியாகக் கேட்டுப் பயன் பெறுங்கள்.**

எங்களது இணையப் பக்கம் (*https://radio.catholic.sg*) வழியாகவும், சிங்கை கத்தோலிக்க வானொலிச் செயலியைப் பதிவிறக்கம் செய்தும் நீங்கள் கேட்டுப் பயன் பெறலாம்.

---

சிங்கை கத்தோலிக்க வானொலியில் கீழ்கண்ட நேரங்களில் இது மறுஒளிபரப்பு செய்யப்படும்.

| திங்கள் முதல் வெள்ளி வரை | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 6:30am | 11:30am | 3:30pm | 6:30pm | 9:30pm |

கீழுள்ள செயலிகள் வழியாகவும் உங்கள் சொந்த நேரங்களில் கேட்கலாம்.

# நாங்கள் எதை இன்னும் சிறப்பாகச் செய்திருக்கலாம்?

இந்தக் கையேட்டைப் பயன்படுத்தியமைக்கு நன்றி!

**நீங்களும் உங்கள் சமூகமும் இறை நம்பிக்கையில் வளர இந்தச் சிந்தனைகள் உதவியிருக்கும் என நாங்கள் நம்புகிறோம்.**

**உங்கள் எதிர்பார்ப்புகளை இந்தக் கையேடு நிறைவேற்றியதா? எதிர்காலக் கையேடுகளில் வேறு என்னென்ன எதிர்பார்க்கிறீர்கள்?**

**உங்கள் கருத்து எங்களுக்கு முக்கியமானது. அதை எங்களுக்குத் தெரிவியுங்கள்!**

SCAN ME

one.org.sg/feedback

# தவக்காலத்தின் ஞாயிறுகள்
## (மூன்றாம் ஆண்டு)

| வாரம் | வாசகங்கள் |
|---|---|
| தவக்காலத்தின் முதல் ஞாயிறு | இணைச்சட்டம் 26:4-10<br>உரோமையர் 10:8-13<br>லூக்கா 4:1-13 |
| தவக்காலத்தின் இரண்டாம் ஞாயிறு | தொ. நூல் 15:5-12,17-18,21<br>பிலிப்பியர் 3:17 – 4:1<br>லூக்கா 9:28-36 |
| தவக்காலத்தின் மூன்றாம் ஞாயிறு | வி. பயணம் 3:1-8, 13-15<br>1 கொரிந்தியர் 10:1-6, 10-12<br>லூக்கா 13:1-9 |
| தவக்காலத்தின் நான்காம் ஞாயிறு | யோசுவா 5:9-12<br>2 கொரிந்தியர் 5:17-21<br>லூக்கா 15:1-3, 11-32 |
| தவக்காலத்தின் ஐந்தாம் ஞாயிறு | எசாயா 43:16-21<br>பிலிப்பியர் 3:8-14<br>யோவான் 8:1-11 |
| திருப்பாடுகளின் குருத்து ஞாயிறு | லூக்கா 19:28-40<br>எசாயா 50:4-7<br>பிலிப்பியர் 2:6-11<br>லூக்கா 22:14 – 23:56 |

# தவக்காலத்தின்

# முதல் ஞாயிறு

## தொடக்கச் செபம்

நமக்குச் சிந்தனை உணர்வூட்டவும், இறைவார்த்தைக்கும் மற்றவருக்கும் திறந்த மனதுடன் செவி கொடுக்கவும் அனைவரும் இணைந்து தொடக்கச் செபத்தை சொல்லி, ஒரு பாடலைப் பாடவும்.

எங்கள் ஆண்டவராகிய இறைவா!

இயேசு தூய ஆவியாரால் ஆட்கொள்ளப்பட்டு பாலைநிலத்திற்கு அழைத்துச் செல்லப்பட்டு, அலகையினால் சோதிக்கப்பட்டார். இவ்வாறு நாமும் தீயோனின் சோதனைகளை எதிர்க்க முடியும் என்பதை இயேசு நமக்குக் காட்டினார். எங்கள் மீட்பராகிய இயேசுவின் அடிச்சுவடுகளை பின்பற்றும் போது, எங்கள் தவக்காலப் பயணம் உமக்கு என்றும் மாட்சி அளிப்பதாக.

ஆமென்.

## இறை வார்த்தை:

*மூன்று வாசகங்களையும் கீழுள்ள அதன் விளக்கங்களையும் சத்தமாக வாசித்தப் பின் அமைதியான சிந்தனைக்கு சிறிது நேரம் ஒதுக்கவும். குழுவின் முதல்வர் கொடுக்கப்பட்டுள்ள விளக்கங்களைப் பயன்படுத்தி வாசகங்களைத் தெளிவு படுத்துவார். குழுவின் முதல்வர் தகுந்தத் தயாரிப்புடன் இருக்கப் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.*

**முதல் வாசகம்: இணைச்சட்டம் 26 : 4 - 10**

இந்த இணைச்சட்டப் பகுதியில் மோசே, வாக்களிக்கப்பட்ட நாட்டினுள் செல்லத் தனக்கே தடை இருந்தாலும், இஸ்ரயேலர் அங்கு என்ன செய்ய வேண்டும் என்று அவர்களுக்கு அறிவுறுத்துகிறார். இஸ்ரயேலர்கள் தங்கள் வரலாற்றைப் பாடி, நன்றியுணர்வின் அடையாளமாக, நாட்டின் முதல் கனிகளை நம் தந்தையாகிய இறைவனுக்குக் காணிக்கை செலுத்த வேண்டும். தாங்கள் ஒரு சிறிய குடும்பமாகத் தொடங்கி, ஒரு பெரும் நாடாக வளர்ந்து, எகிப்தின் அடிமைத்தனத்திலிருந்து விடுவிக்கப்பட்டு, அவர்களுக்கு நிலத்தைக் கொடுத்த நம் தந்தையாகிய இறைவனால் மீட்கப்பட்டதை இந்தச் சடங்கு நினைவுபடுத்துகிறது. அவர்களின் வளமை அனைத்தும் நம் தந்தையாகிய இறைவனைச் சார்ந்தது என்பதை அனைத்து தலைமுறையினருக்கும் இது தொடர்ந்து நினைவூட்டுகிறது.

**இரண்டாம் வாசகம்: உரோமையர் 10 : 8 - 13**

இணைச்சட்ட வசனத்தையும் (30:14) எசாயாவின் வசனத்தையும் (28:16) தூய பவுல் இங்கு சுருக்கமாகக் கூறுகிறார். மீட்புக்கு உண்மையான நம்பிக்கை தேவை என்பதை அவர் வலியுறுத்த விரும்புகிறார். அது வெறும் வார்த்தைகளால் மட்டுமல்ல, நம் இதயத்திலும் மனதிலும் இருக்க வேண்டும். நம் தந்தையாகிய இறைவன், யூதர்களும் கிரேக்கர்களும் அடங்கிய அனைவருக்கும் இறைவன் என்று பவுல் வலியுறுத்துகிறார். இந்தச் சூழலில் பார்க்கும் போது, பவுலின் செய்தி தெளிவாகிறது: பல யூதர்கள் கிறிஸ்துவை ஏற்றுக்கொள்ளவில்லை என்ற உண்மையை அவர் எதிர்கொள்கிறார். ஒரு யூதராக, இந்த உண்மை அவருக்கு ஆழ்ந்த துக்கத்தை ஏற்படுத்தினாலும், நம் தந்தையாகிய இறைவன், நம்பிக்கையற்ற யூதர்கள் உட்பட அனைவரையும் மீட்க விரும்புகிறார் என்று பவுல் உறுதிப்படுத்துகிறார். அவரது மீட்புத் திட்டத்தில் அவர் எந்த பாரபட்சமும் காட்டவில்லை.

**நற்செய்தி வாசகம்: லூக்கா 4 : 1 - 13**

நல்ல காரணங்களுக்காக கிறிஸ்துவின் சோதனை தொடர்ச்சியாகத் தவக்கால நற்செய்தி வாசகமாக இருக்கிறது. தீவிர செபம், தவம், நோன்பு, தானம் செய்யும் இந்தக் காலம் இயேசுவின் 40 நாட்கள் நோன்பைப் பின் பற்றுகிறது. நோன்பு இயேசுவைப் பசிக்கச் செய்தாலும், அது அவரை பலவீனப்படுத்தவில்லை. உணவு, வல்லமை, பாதுகாப்பு போன்ற அடிப்படை மனித ஆசைகள் என்ற சாத்தானின் சோதனைகளை அவரால் வெல்ல முடிந்தது. அதே போல், நமது தவக்கால நடைமுறைகள் நம்மை ஆன்மீக ரீதியில் பலப்படுத்துவதையும், ஏழை எளியோருடன் ஒன்றிப்பை ஊக்குவிப்

பதையும் நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளன. இயேசுவின் நோன்பு அவரது திரு முழுக்கையும் தூய ஆவியாரால் நிரப்பப்பட்டதையும் தொடர்ந்து வந்தது என்பதை முதல் வசனம் நமக்கு நினைவூட்டுகிறது. எனவே, நமது தவக்கால அனுசரிப்புகள் நம்மை தூய ஆவியாரால் வழிநடத்தப்படும் மனநிலையுடன் செயல்பட வேண்டும்.

## தியானிப்போம்:

*இந்த வார வாசகங்களின் சிந்தனையை ஆழப்படுத்த உதவும் இப்பகுதியை ஒருவர் சத்தமாக வாசிக்கவும். சிந்தித்துப் பதிலளிக்கத் தகுந்த நேரத்தை அனுமதிக்கவும்.*

40 வருட கால அலைதல் திரிதலுக்குப் பின்னர் இஸ்ரயேல் மக்கள் எவ்வாறு அடிமைத்தனத்திலிருந்து விடுவிக்கப்பட்டு, வாக்களிக்கப்பட்ட நாட்டினுள் நுழைந்தது என்பது பல நாடகச் செயல்களால் நிறைந்தது. இறப்பிலிருந்து வாழ்வு பெற்றது இயேசு கிறிஸ்துவின் உயிர்ப்பினால் சாத்தியமானது என்பதை திருஅவைப் பயணத்தின் முன்னோட்டமாகப் பண்டையக் கிறிஸ்தவ ஆய்வாளர்கள் கண்டிருப்பர். இருப்பினும், அன்றிலிருந்து இஸ்ரயேலர்களுக்கு இது சுமுகமாக அமையவில்லை; அவர்கள் சவால்களுக்கு மேல் சவால்களை எதிர்கொண்டார்கள் என்பதை இறைவார்த்தை வழியாக நான் அறிவோம்.

அதே போல், இயேசு இறந்தோரிடமிருந்து உயிர்த்தெழுந்த இறைவன் என்று நம் நாவால் அறிக்கையிட்டு, நம் இதயத்தில் நம்புவதோடு நம் பயணம் முடிவதில்லை. நம் தந்தையாகிய இறைவனிடமிருந்து நம்மை விலக்க நமக்குச் சோதனைகளும் கவனச்சிதறல்களும் எப்போதும் வரும். உதாரணமாக, உணவு, வல்லமை, பாதுகாப்பு, கட்டுப்பாடு போன்ற அடிப்படை மனித ஆசைகளின் பாதுகாப்பைப் பற்றி இன்றைய நற்செய்தி வாசகம் எடுத்துரைக்கிறது. இந்த மனித ஆசைகள் ஒழுங்கற்றதாகவும் வெறித்தனமாகவும் மாறி, நமது நற்செய்திப் பணியிலிருந்து நம்மைத் திசைதிருப்பும் போது தான் சிக்கல்கள் எழுகின்றன.

எனவே தான் மோசே, நம் தந்தையாகிய இறைவனுக்குப் பலி செலுத்தி, அவர் அவர்களுக்குச் செய்ததை நினைவுபடுத்த வேண்டும் என இஸ்ரயேலருக்கு அறிவுறுத்தினார். இந்தச் சடங்குகள் வழியாக, நம் தந்தையாகிய இறைவனின் நன்மையும் பாதுகாப்புயும் அவர்களுக்கு தொடர்ந்து கிடைக்கும் என்பதை நினைவூட்டுகிறது. எனவே நாமும் மோசே சொல்வதைக் கேட்டு நினைவில் கொள்ள முயற்சிப்போம். நாமும் அவ்வப்போது, நம் தந்தையாகிய இறைவனையும், நமக்குக் கொடுக்கப்பட்ட பணியையும் நமது அன்றாட வாழ்வின் பரபரப்பில் மறந்துவிடலாம். ஆனால் இந்தத் தவக்காலத்தில், செபம், தவம், நோன்பு ஆகிய மூன்றோடு இன்னும் ஒன்றைச் சேர்த்துக் கொள்வோம்: கடவுள் நமக்கும் நம் திருஅவைக்கும் செய்ததைத் தொடர்ந்து நினைவு கூர்வோம்.

## பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*இந்தப் பகுதி தனிநபர் மற்றும் குழுக்கள் பகிர்வுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் பிற்பகுதி அன்பியங்கள், ஆலயப் பணிக்குழுக்கள், குடும்பங்கள் என்றக் குறிப்பிட்டச் சூழலுக்கேற்பக் குழுப் பகிர்வுகளைத் தூண்ட உதவும். அனைவரும் இக்கேள்விகளைச் சிந்தித்துப் பதிலளிக்க நேரம் ஒதுக்கவும்.*

### தனிநபர் சிந்தனை & பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*கீழுள்ளவற்றைச் சிந்திக்க நேரம் ஒதுக்கவும். நீங்கள் குழுவிலிருந்தால் குழுவாகப் பகிரவும். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். மற்றவர்களுடன் நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

- என் வாழ்வில் தொடர்ந்து வரும் சோதனைகள் என்ன?
- என் சோதனைகள் சுய திருப்தி, வல்லமை அல்லது நம் தந்தையாகிய இறைவனை ஒரு பொருட்டாக எடுத்துக் கொள்வதன் கீழ் வருகிறதா?

### குழுச் சூழலுக்கு ஏற்றப் பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*உங்கள் சூழலுக்கு ஏற்ப பின்வரும் கேள்விகளில் ஒன்றை நீங்கள் சிந்திக்க விரும்பலாம். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். ஒரு சமூகமாக / பணிக்குழுவாக / குடும்பமாக நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

#### சிறு அன்பியக் குழுக்கள்:

- என் வாழ்வில் மனமாற்றம் தேவை என்பதை நான் உண்மையிலேயே நம்புகிறேனா?
- எந்தெந்தப் பகுதிகளில் நான் என் மனமாற்றச் செயல்முறையைத் தொடங்க வேண்டும்?

#### ஆலயப் பணிக்குழுக்கள்:

- புனிதத்தில் வளர நமது ஆலயப் பணிகளின் முயற்சியை எப்படிப்பட்டச் சோதனைகளும் கவனச் சிதறல்களும் தடுக்கின்றன?
- ஒரு ஆலயப்பணிக் குழுவாக நமக்குத் தேவையான ஆன்மீக மனமாற்றம் என்ன?

#### குடும்பங்கள்:

- நம் குடும்பம் ஒரே வீட்டில் வாழும் மக்களின் குழுவாக மாறிவிட்டதா?
- நம் குடும்ப வாழ்வின் எந்தப் பகுதிகளில் மனமாற்றம் தேவை?

# நற்செயல் புரிவோம்

*வேறு ஒரு நபரை அணுகவும், இயேசுவின் நற்செய்தியைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும் அறிவிக்கவும் உங்களுக்கான செயல்.*

உங்களுக்குத் தெரிந்தவர்களிடம், குறிப்பாக குடும்ப உறுப்பினர்களிடம், உங்கள் வாழ்வின் எந்தப் பகுதிகளில் அன்பு, இரக்கம், மன்னிப்பு, நன்றியுணர்வு, நம்பிக்கை, தொண்டு, நீதி போன்ற நற்செய்தி மதிப்புகளை சிறப்பாகப் பிரதிபலிக்க முடியும் என்று கேட்பதன் வழியாக 'மனந்திரும்பி நற்செய்தியை நம்புங்கள்!'

நீங்கள் எந்த நற்செய்தி மதிப்பில் கவனம் செலுத்த விரும்புகிறீர்கள் என்பதைத் தீர்மானித்து, உங்கள் வாழ்வை மாற்ற ஒரு திட்டத்தை உருவாக்கி, இந்த தவக்காலத்தில் பயணிக்க ஒருவரைத் தேர்வு செய்யவும்.

## நிறைவு செபம்

நிறைவு செபத்தை அனைவரும் இணைந்து சொல்லி அமர்வை முடிக்கவும். பங்கேற்ற அனைவருக்காகவும் சமூகத்திற்காகவும் செபியுங்கள்.

எங்கள் ஆண்டவராகிய இறைவா!

இந்தச் சிந்தனை நேரத்தை நிறைவு செய்யும் வேளையில், எங்களுக்கு ஊட்டமளிக்க இந்த இறை வார்த்தைகளை எங்களுடன் எடுத்துச் செல்ல உதவியருளும். எங்கள் அன்றாட வாழ்வில் ஏற்படும் சோதனைகளை, குறிப்பாக உமது அன்பையோ, எங்கள் ஏழை எளியோரின் துயரத்தையோ மறக்கச் செய்யும் சோதனைகளை எதிர்க்க உமது வார்த்தை எங்களுக்கு உதவுவதாக. எங்கள் மீது நீர் கொண்டுள்ள நிலையான அன்பை உமது வார்த்தை நினைவூட்டுவதாக. எங்கள் ஆண்டவராகிய கிறிஸ்து வழியாக உம்மை மன்றாடுகிறோம்.

ஆமென்.

# என் தவக்காலச் சிந்தனைகள்

# தவக்காலத்தின்

# இரண்டாம் ஞாயிறு

## தொடக்கச் செபம்

நமக்குச் சிந்தனை உணர்வூட்டவும், இறைவார்த்தைக்கும் மற்றவருக்கும் திறந்த மனதுடன் செவி கொடுக்கவும் அனைவரும் இணைந்து தொடக்கச் செபத்தை சொல்லி, ஒரு பாடலைப் பாடவும்.

விண்ணகத் தந்தையே,
இந்தத் தவக்காலத்தில் எதிர்நோக்கின் பயணிகளாக நாங்கள் கூடி, திறந்த இதயங்களுடன் உமது பிரசன்னத்தை நாடுகிறோம். உமது மாறாத அன்பில் ஆழமான நம்பிக்கையை வளர்க்க, மனத்தாழ்மையுடனும் மனந்திரும்புதலுடனும் நாங்கள் இந்தத் தவக்காலத்தின் வழியாக நடக்க விரும்புகிறோம். உமது அருள் எங்களை மாற்றுகிறது என்பதை நாங்கள் அறிவோம், உமது வாக்குறுதிகளில் நாங்கள் வல்லமையைக் காண்கிறோம். ஏனெனில், எங்கள் பயணம் எங்களை உம்மிடமும், நிலைவாழ்வின் எதிர்நோக்கையும் நோக்கி இன்னும் நெருக்கமாக அழைத்துச் செல்கிறது என்பதை நாங்கள் அறிவோம்.
இதற்காக நாங்கள் உம்மைப் புகழ்கிறோம் ஆண்டவரே.
ஆமென்.

## இறை வார்த்தை:

*மூன்று வாசகங்களையும் கீழுள்ள அதன் விளக்கங்களையும் சத்தமாக வாசித்தப் பின் அமைதியான சிந்தனைக்கு சிறிது நேரம் ஒதுக்கவும். குழுவின் முதல்வர் கொடுக்கப்பட்டுள்ள விளக்கங்களைப் பயன்படுத்தி வாசகங்களைத் தெளிவு படுத்துவார். குழுவின் முதல்வர் தகுந்தத் தயாரிப்புடன் இருக்கப் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.*

**முதல் வாசகம்: தொடக்க நூல் 15 : 5 - 12, 17 - 18**

தனக்கும் தன் மனைவிக்கும் முதுமையினால் வழிமரபினர் இல்லாதது பற்றி ஆபிராம் நம் தந்தையின் வாக்குறுதி மீது சந்தேகம் கொள்கிறார். ஒரு பெரும் நாட்டைப் பற்றிய நம் தந்தையின் வாக்குறுதி பற்றி ஆபிராம் கேள்வி எழுப்புகிறார் (2). இதற்கு பதிலளிக்கும் விதமாக, ‘இந்த விண்மீன்களைப் போலவே உன் வழிமரபினரும் இருப்பர்’ என்று நம் தந்தை அவருக்கு உறுதியளிக்கிறார். இது வரவிருக்கும் எண்ணற்ற வழிமரபினரைக் குறிக்கிறது. ஒரு ஆழமான செயல் வழியாகத் தந்தை பலிகளுக்கு இடையில் சென்று உடன்படிக்கை செய்கிறார். இது நம் தந்தையாகிய இறைவன் தனது வாக்குறுதியை நிறைவேற்றவில்லை என்றால், அவரும் இறப்பை எதிர் கொள்வார் என்பதைக் குறிக்கிறது. இச்செயல் கிறிஸ்துவின் இறுதி தியாகத்தை முன்னறிவித்து, நம் தந்தையின் உண்மைத்தன்மை நமது தற்போதைய சந்தேகங்களையும் தாண்டி, நமது புரிதலுக்கு அப்பாற்பட்ட எதிர்காலத்தைப் பாதுகாக்கிறது என்பதை நமக்கு நினைவூட்டுகிறது.

**இரண்டாம் வாசகம்: பிலிப்பியர் 3 : 17 - 4 : 1**

பிலிப்பியில் உள்ள தொடக்க காலக் கிறிஸ்தவர்களை தூய பவுல் ‘நாங்கள்’ கிறிஸ்துவின் மூலம் மாற்றத்தின் பாதையில் நடக்கும் சக பயணிகள் என்று அழைக்கிறார். இதற்கு நேர்மாறாக, தூய பவுல் உலக ஆசைகளில் கவனம் செலுத்துபவர்களை ‘அவர்கள்’ என்று குறிப்பிடுகிறார். இந்த வேறுபாடு, துன்பங்களுக்கு மத்தியில் சமூகத்திற்கான பவுலின் ஒற்றுமையையும் ஊக்கத்தையும் நிரூபிக்கிறது. முதல் வாசகம், நம் தந்தையாகிய இறைவனின் தியாக அன்பின் உடன்படிக்கையை நினைவு படுத்துகிறது. ஒன்றாகப் படிக்கும் போது தான், செய்தி தெளிவாகிறது: நம் தந்தையாகிய இறைவன் எப்போதும் நமக்கு உறுதியளித்து ஊக்குவிக்கிறார். கிறிஸ்துவின் வழியாக நிலைவாழ்வின் வாக்குறுதியை நோக்கி நாம் ஒன்றாகப் பயணிக்கும் போது, இந்தப் புரிதல் நமது நம்பிக்கையில் நம்மை வலுப்படுத்தி ஒன்றிணைக்க வேண்டும்.

**நற்செய்தி வாசகம்: லூக்கா 9 : 28 - 36**

இந்தத் தோற்றமாற்றம் இயேசுவின் தெய்வீக மாட்சியை வெளிப்படுத்தி, நமது முதல் வாசகத்தில் ஆபிரகாமின் உடன்படிக்கையை எதிரொலிக்கிறது. நம் தந்தையாகிய இறைவன் ஆபிரகாமுக்கு அளித்த வாக்குறுதிகளை ஒரு வியத்தகு அடையாளத்துடன் உறுதிப்படுத்தினார்: அவர் பலிகளுக்கு இடையில் நடந்தார். இப்போது அவர் இயேசுவை அவற்றின் நிறைவேற்ற மாக இதே போன்ற வியத்தகு முறையில் வெளிப்படுத்துகிறார். மோசேயும் எலியாவும் சட்டங்களையும் இறை வாக்குகளையும் முறையே பிரதிநிதித்துவப் படுத்துகிறார்கள். இயேசுவை தமது உடன்படிக்கை உண்மையின் உச்சக்

கட்டமாகக் குறிப்பிடுகிறார் நம் தந்தையாகிய இறைவன். மேகத்திலிருந்து வந்தக் குரல், ‘இவரே என் மைந்தர்; நான் தேர்ந்து கொண்டவர் இவரே’ என்று அறிவித்து, இயேசுவே வாக்களிக்கப்பட்டவர், அவர் வழியாகவே மீட்பு வரும் என்பதை உறுதிப்படுத்துகிறது. கிறிஸ்துவில், மனிதனுடனான நம் தந்தையாகிய இறைவனின் உடன்படிக்கை அதன் இறுதி நிறைவேற்றத்தை அடைந்து, நமக்கு எதிர்நோக்கையும் விடுதலையையும் வழங்குகிறது.

## தியானிப்போம்:

*இந்த வார வாசகங்களின் சிந்தனையை ஆழப்படுத்த உதவும் இப்பகுதியை ஒருவர் சத்தமாக வாசிக்கவும். சிந்தித்துப் பதிலளிக்கத் தகுந்த நேரத்தை அனுமதிக்கவும்.*

இவ்வாரக் கருப்பொருள் நம் தந்தையாகிய இறைவனின் நம்பிக்கைத் தன்மையையும், அவரது வாக்குறுதிகளின் உருமாற்றும் வல்லமையையும் மையப்படுத்துகிறது. ஆபிரகாமுடனான உடன்படிக்கை காலத்தைக் கடந்த ஒரு வாக்குறுதியுடன் நம்மை இணைக்கிறது. விண்மீன்கள் வழியாகவும் பலிகளுக்கிடையில் நடந்து செல்லுதல் வழியாகக் காட்டப்படும் நம் தந்தை இறைவன் ஆபிரகாமுக்கு அளித்த வாக்குறுதி, அவரது அசைக்க முடியாத அன்பை நமக்கு உறுதிப்படுத்துகிறது. இது நாம் காணக் கூடியதை விட அப்பாற்பட்ட எதிர்காலத்திற்கான எதிர்நோக்கை நமக்குத் தருகிறது. தோற்ற மாற்றம் கிறிஸ்துவின் தெய்வீக மாட்சியை வெளிப்படுத்துகிறது. இயேசுவுடன் மோசேயும் எலியாவும் தோன்றுவது, அவர் சட்டங்களையும் இறைவாக்கு களையும் நிறைவேற்றுவதைக் காட்டுகிறது. இயேசுவின் வாழ்வு, இறப்பு, உயிர்ப்பு ஆகியவை ஆபிரகாமுக்கு அளிக்கப்பட்ட வாக்குறுதிகளின் இறுதி நிறைவேற்றம் என்பதை நமக்கு இது உறுதிப்படுத்துகிறது. இயேசு நமது திரு அவையில், குறிப்பாகச் சடங்குகளில் வாழ்கிறார். இவ்வாறு, நம் தந்தையாகிய இறைவன் கடந்த காலத்தில் ஒரு குறிப்பிட்ட காலத்திற்கு மட்டுமல்ல, இன்றும் தனது வாக்குறுதிகளை நிறைவேற்றி வருகிறார். அவை நமது அன்றாட வாழ்வில் கிறிஸ்து வழியாக உணரப்படுகின்றன. நமது தவக்கால பயணம், நம் தந்தையாகிய இறைவனுடைய மீட்பின் அன்பு இருக்கும் பகுதிகளை அடையாளம் காணவும், கிறிஸ்துவுடன் நம்மை இணைத்துக் கொள்ளவும் ஒரு வாய்ப்பாகும். தெய்வீக அன்பின், மீட்பின் தொடர்ச்சியான கதையின் ஒரு பகுதியாக நாம் இருக்கிறோம்.

இறுதியாக, தொடக்க காலக் கிறிஸ்தவர்கள் ஒன்றுபட்டு உண்மையிலேயே முக்கியமானவற்றில் கவனம் செலுத்த வேண்டும் என்ற பிலிப்பியருக்கான தூய பவுலின் செய்தி, நமக்கு நினைவூட்டுகிறது. நாம் (ஒருவருக்கொருவர்) நமது விண்ணகக் குடியுரிமையை வாழ ஊக்குவிப்போம். நற்செய்தியை உள்ளடக்கி, வாழ்வின் சவால்களுக்கு மத்தியில் நம் தந்தை இறைவனின் வாக்குறுதிகளை நம்ப உதவும் சமூகங்களுடன் இணைக்கப்பட வேண்டும். இத்தவக்காலம் ஆன்மீகப் பயணத்தில் கவனம் செலுத்த நம்மை ஊக்குவிக் கட்டும். நாம் ஒரு தனிப்பட்ட பயணத்திற்கு அழைக்கப்படவில்லை, மாறாக, நமது சமூகத்தில் கிறிஸ்துவின் ஒன்றிப்பு வழியாகக் கிடைக்கும் எதிர்நோக்கை யும் புதுப்பித்தலையும் தழுவும் ஒரு பயணத்திற்கு நாம் அழைக்கப்படுகிறோம்.

## பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*இந்தப் பகுதி தனிநபர் மற்றும் குழுக்கள் பகிர்வுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் பிற்பகுதி அன்பியங்கள், ஆலயப் பணிக்குழுக்கள், குடும்பங்கள் என்றக் குறிப்பிட்டச் சூழலுக்கேற்பக் குழுப் பகிர்வுகளைத் தூண்ட உதவும். அனைவரும் இக்கேள்விகளைச் சிந்தித்துப் பதிலளிக்க நேரம் ஒதுக்கவும்.*

### தனிநபர் சிந்தனை & பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*கீழுள்ளவற்றைச் சிந்திக்க நேரம் ஒதுக்கவும். நீங்கள் குழுவிலிருந்தால் குழுவாகப் பகிரவும். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். மற்றவர்களுடன் நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

- நம் தந்தையாகிய இறைவனின் வாக்குறுதிகளுடன் நீங்கள் ஆழமாக இணைந்திருந்ததாக உணர்ந்த அல்லது அவரது உருமாற்றம் அன்பை ஒரு உறுதியான வழியில் அனுபவித்த ஒரு காலத்தை நினைத்துப் பாருங்கள். இந்த அனுபவம் உங்கள் நம்பிக்கைப் பயணத்தை எவ்வாறு பாதித்தது?
- நம் தந்தையாகிய இறைவன் ஆபிரகாமுக்கு அளித்த வாக்குறுதியையும், தோற்றமாற்றத்தில் அவரது பிரசன்னத்தையும் கருத்தில் கொண்டு இந்த தவக்காலத்தில் அவர் தரும் ஊக்கத்திற்கு நீங்கள் எவ்வாறு உங்களைத் திறக்க முடியும்?

### குழுச் சூழலுக்கு ஏற்றப் பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*உங்கள் சூழலுக்கு ஏற்ப பின்வரும் கேள்விகளில் ஒன்றை நீங்கள் சிந்திக்க விரும்பலாம். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். ஒரு சமூகமாக / பணிக்குழுவாக / குடும்பமாக நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

**சிறு அன்பியக் குழுக்கள்:**

- நம் தந்தையின் வாக்குறுதியை நிறைவேற்றுவதில் ஒரே சமூகமாக நாம் எவ்வாறு ஒருவருக்கொருவர் ஆதரவளிக்க முடியும்?
- நமது சமூகங்களில் நமது தந்தையின் வாக்குறுதி நிறைவேறுவதைக் காண நாம் என்ன தடைகளை நீக்க வேண்டும்?

**ஆலயப் பணிக்குழுக்கள்:**

- நற்செய்தியை உள்ளடக்குவதில் நாம் ஒரு ஆலயப் பணிக்குழுவாக உண்மையிலேயே ஒன்றுபட்டிருக்கிறோமா?
- நமது பணிக்குழுவின் ஒவ்வொரு உறுப்பினரின் புனிதத்தன்மைக்காக நாம் உழைக்கிறோமா?

**குடும்பங்கள்:**

- நம் தந்தையின் பிரசன்னத்தின் அடையாளங்களாக நாம் நம் குடும்பத்தில் எவ்வாறு இருக்க முடியும்?
- நம் வீட்டில் மூவொரு இறை பிரசன்னம் வலுவாக இருக்க நாம் எதை மாற்ற வேண்டும்?

## நற்செயல் புரிவோம்

*வேறு ஒரு நபரை அணுகவும், இயேசுவின் நற்செய்தியைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும் அறிவிக்கவும் உங்களுக்கான செயல்.*

**இது வரை உங்கள் மனமாற்றப் பணி எப்படி உள்ளது? மனமாற்றத்திற்கான உங்கள் சவால்களை உங்கள் அன்புக்குரியவருடனோ, உங்கள் பயண அன்பருடனோ பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.**

## நிறைவு செபம்

நிறைவு செபத்தை அனைவரும் இணைந்து சொல்லி அமர்வை முடிக்கவும். பங்கேற்ற அனைவருக்காகவும் சமூகத்திற்காகவும் செபியுங்கள்.

விண்ணகத் தந்தையே,

உமது திருமகனின் தோற்றமாற்றத்தை திருத்தூதர்கள் அனுபவித்ததற்காக உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம். நீர் எங்களுடன் பகிர விரும்பும் உமது மாட்சியின் ஒரு பார்வையை நாங்கள் பெற்றோம். இயேசு கிறிஸ்து வழியாக உமது பிரசன்னமும், உமது உடன்படிக்கை அன்பும் வெளிப்பட்டதால் நாங்கள் உமக்கு முற்றிலும் தாழ்பணிகிறோம். மறைநூலின் இப்பகுதி எங்கள் வாழ்வில் உமது அன்பை எங்களுக்கு உறுதிப்படுத்துகிறது. எங்களைச் சுற்றியுள்ளவர்களுடன் உமது அன்பையும் எதிர்நோக்கையும் பகிர எங்களை ஊக்குவித்தருளும். எங்கள் ஆண்டவராகிய கிறிஸ்து வழியாக உம்மை மன்றாடுகிறோம்.

ஆமென்.

# என் தவக்காலச் சிந்தனைகள்

# தவக்காலத்தின்

# மூன்றாம் ஞாயிறு

## தொடக்கச் செபம்

நமக்குச் சிந்தனை உணர்வூட்டவும், இறைவார்த்தைக்கும் மற்றவருக்கும் திறந்த மனதுடன் செவி கொடுக்கவும் அனைவரும் இணைந்து தொடக்கச் செபத்தை சொல்லி, ஒரு பாடலைப் பாடவும்.

எங்கள் ஆண்டவராகிய இறைவா!

உயிர்ப்பின் மகிழ்ச்சிக்காக இந்தத் தவக்காலத்தில்
நாங்கள் எங்களைத் தயாரிக்கும் போது, உமது மறைநூலிலுள்ள
எச்சரிக்கைகளையும் அறிவுரைகளையும் கேட்டு, எங்களது இயக்கம்,
எங்கள் இதயங்களைத் தூய ஆவியாரின் தூண்டுதலுக்குத் திறந்து,
நாங்கள் மனந்திரும்பி, தீமையிலிருந்து விலகி, எல்லாவற்றிலும்
உம்மைப் புகழ்ந்து மாட்சிப்படுத்துவோமாக.

ஆமென்.

## இறை வார்த்தை:

*மூன்று வாசகங்களையும் கீழுள்ள அதன் விளக்கங்களையும் சத்தமாக வாசித்தப் பின் அமைதியான சிந்தனைக்கு சிறிது நேரம் ஒதுக்கவும். குழுவின் முதல்வர் கொடுக்கப்பட்டுள்ள விளக்கங்களைப் பயன்படுத்தி வாசகங்களைத் தெளிவு படுத்துவார். குழுவின் முதல்வர் தகுந்தத் தயாரிப்புடன் இருக்கப் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.*

**முதல் வாசகம்: விடுதலைப்பயணம் 3 : 1 - 8, 13 - 15**

ஒரு தெய்வீக எதிர்கொள்ளலை விவரிக்கும் இந்த அழகானக் கதை ஒரு இறைவாக்கினரின் பணியின் தொடக்கத்தைக் குறிக்கிறது. இங்கு, மோசே தனது மூதாதையர்களின் இறைவனைச் சந்திக்கிறார். அவரது மக்களான இஸ்ரயேலர்களை, அடிமைத்தனத்திலிருந்து விடுவித்து வாக்களிக்கப்பட்ட நாட்டுக்குக் கொண்டு செல்ல அவர் அழைக்கப்படுகிறார். நம் தந்தையாகிய இறைவன் அழைக்கும் பலரைப் போலவே, மோசேயும் இந்தப் பணியை மேற்கொள்ளத் தயங்குகிறார். தான் இப்பணிக்குத் தகுதியற்றவர் என்று அவர் இறைவனிடம் பேரம் பேச முயற்சிக்கிறார். இறைவனும் விட்டுக்கொடுக்காமல் தனது பெயரை மும்முறை கூறி அவரை அழைக்கிறார். ஒருவரின் பெயரை வெளிப்படுத்துவது ஒருவரை பாதிக்கும் என்பதால், இறைவன் தனது உண்மை பெயரைக் கொடுப்பதைத் தவிர்க்கிறார் என சில ஆய்வாளர்கள் கருதுகிறார்கள். இப்பெயர்கள் இறைவனின் இயல்பு நிலையானது என்றும், அனைத்தும் நிலைத்திருப்பதற்கானக் காரணமே அவர் என்றும் பலர் நம்புகிறார்கள். எதுவாக இருந்தாலும், இந்தக் கதை இஸ்ரயேல் மக்களின் கூக்குரலைக் கேட்டு, ஆபிரகாமுடன் அவர் செய்த உடன்படிக்கையின்படி அவர்களை மீட்க மோசேயை அனுப்பிய இறைவனைப் பற்றியது.

**இரண்டாம் வாசகம்: 1 கொரிந்தியர் 10 : 1 - 6, 10 - 12**

தூய பவுல் தனது அறிவுரையில், செங்கடல் கடந்ததை திருமுழுக்கு என்றும், இஸ்ரயேல் மக்கள் தண்ணீர் அருந்தியப் பாறையை கிறிஸ்து என்றும் விளக்குகிறார். அன்றைய இஸ்ரயேலரும் இன்றையக் கிறிஸ்தவர்களும், திருமுழுக்கு பெற்று கிறிஸ்துவிடமிருந்தே ஆன்மீகத் தண்ணீரைப் பெற்றுள்ளனர் என்பதே அவரது கருத்து. இருப்பினும், எண்ணிக்கை நூல் சொல்வது போல, பல இஸ்ரயேலர்கள் இன்னும் கீழ்ப்படியாமையால் தங்களது பயணத்தில் இறந்து போயினர். இது ஒரு எச்சரிக்கை என்று பவுல் நம் அனைவருக்கும் தெரிவிக்கிறார். அவ்வாறே, திருமுழுக்கு பெற்ற பிறகு கிறிஸ்தவர்கள் மெத்தனமின்றி, விழிப்புடன் இருந்து, தீயன செய்யாமல் இருக்க வேண்டும். சிலைவழிபாட்டைக் குறித்தே இந்தப் பகுதியின் சூழல் இருந்தாலும், தீமையும் பாவமும் செய்வதிலிருந்து விலகி இருப்பதற்கான எச்சரிக்கையாகவும் நாம் பவுலின் அறிவுரையை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

**நற்செய்தி வாசகம்: லூக்கா 13 : 1 - 9**

இந்நற்செய்திப்பகுதியை இரண்டாகப்பிரித்துப்படிப்பது எளிது. முதற்பகுதியில், உரோமையின் ஆளுநரான பிலாத்து, யூதர்கள் வழிபடும் போது பலரைக் கொன்றதாக இயேசுவிடம் கூறப்பட்டது. தான் பேசிக்கொண்டிருந்தவர்களை விட, சீலோவாம் கோபுரம் விழுந்து இறந்தவர்களுடன் சேர்ந்து அவர்கள்

பெரும் பாவிகளோ குற்றவாளிகளோ என்பதால் அவர்கள் இப்பயங்கரமான இறப்பினைச் சந்திக்கவில்லை என்று அவர் பதிலளித்தார். அனைவரும் பாவிகள், இறப்பினைத் தவிர்க்க மனந்திரும்புதல் தேவை. இங்கு இயேசு மறுமையில் ஆன்மீக இறப்பைக் குறிப்பிடுகிறார். இரண்டாம் பகுதி, வெட்டப்பட இருந்த ஒரு காய்க்காத அத்திமரத்தைப் பற்றிய ஒரு உவமை. இதே உவமை லூக்கா 3:9லும் உள்ளது. அங்கு திருமுழுக்கு யோவான் இதைப் போன்ற இறுதித் தீர்ப்பு எச்சரிக்கையை வழங்கினார்; ஏழைகளுக்கு தாராளமாக வழங்கவும், வணிகத்தில் நியாயமாக இருக்கவும் கூட்டத்தினரை அறிவுறுத்தினார். நற்செய்தியின் இரு பகுதிகளும் மனநிறைவும் ஆன்மீக பலனின்மையும் பற்றிய தொடர் எச்சரிக்கைகளாக ஒன்றிணைகின்றன.

## தியானிப்போம்:

*இந்த வார வாசகங்களின் சிந்தனையை ஆழப்படுத்த உதவும் இப்பகுதியை ஒருவர் சத்தமாக வாசிக்கவும். சிந்தித்துப் பதிலளிக்கத் தகுந்த நேரத்தை அனுமதிக்கவும்.*

மனந்திரும்புதலுக்கான இயேசுவின் அழைப்பைப் பற்றி, குறிப்பாக தவக் காலத்தில், நாம் கேட்கும் போதெல்லாம், நமது தனிப்பட்ட பாவங்களுக்காக மனம் வருந்துவது பற்றி அடிக்கடி சிந்திக்கிறோம். ஆனால் 'மனந்திரும்பு' என்பதற்கான கிரேக்க வார்த்தையான மெட்டானியோ (metanoeo), ஒரு பரந்த பொருளை உள்ளடக்கியது – இது நமது எண்ணத்தின் அல்லது நமது உள்ளார்ந்த வாழ்வின் மாற்றத்தைக் குறிக்கிறது. எனவே, மனந்திரும்பி ஆன்மீக இறப்பைத் தவிர்க்க வேண்டும் என்ற எச்சரிக்கை, நாம் ஒரு கனி தரும் மரமாக மாறுவதற்கு நம்மை முழுவதுமாக மாற்றுவதற்கான அழைப்பாகக் கருதப்பட வேண்டும். இந்த மாற்றம் எவ்வாறு நிகழும்? லூக்கா 3:9ல், திருமுழுக்கு யோவான் இயேசுவின் உவமையை முன் உரைத்து, அனைவரும் 'வெட்டப்படாமல்' இருக்க ஏழைகளுக்கு தாராளமா கவும், வணிகத்தில் நியாயமாகவும் இருக்க வேண்டுமென எச்சரித்தார். முதல் வாசகத்தில், அடிமைத்தனத்திலிருந்த இஸ்ரயேல் மக்களின் கூக்குரலால் நம் தந்தை உந்தப்பட்டு, அவர்களை மீட்கத் திருவுளம் கொண்டார் என்பதைக் காண்கிறோம். அவர் அவர்களின் துயரத்தைப் புறக்கணித்திருக்கலாம், ஆனால் அதற்கு பதிலாக, அவர் மோசேயை அழைத்து, தனது பெயரை அவருக்கு வெளிப்படுத்தி, எகிப்திலிருந்து அவர்களை விடுவிக்க மோசேக்கு அதிகாரம் அளிக்கிறார். இவ்வாறு, ஏழைகள் மீதும், ஒடுக்கப்பட்டவர்கள் மீதும் ஆழ்ந்த அக்கறை கொண்ட ஒரு இறைவனை நாம் காண்கிறோம். இப்போது, திருஅவையின் படிப்பினையால் இறைவனின் திருவுளம் நமக்கு படிப்படியாக வெளிப்படுத்தப்படுவதால், நாம் ஒவ்வொருவரும் நம் தந்தை இறைவனின் சாயலில் படைக்கப்பட்டுள்ளோம் என்பதை இப்போது நாம் அறிவோம்; நாம் அனைவரும் இறைவனின் பிள்ளைகள். நம் தந்தை இறைவன் நம் அனைவரையும், குறிப்பாக ஏழைகளையும் பலவீனர் களையும் பராமரிக்க விரும்புகிறார். கிறிஸ்தவர்களாகிய நாம் இறைவனின் திருவுளத்தை நிறைவேற்றக் கடமைப்பட்டிருப்பதால், துன்பப்படுவோர் மீது நாம் சிறப்பு கவனம் செலுத்த வேண்டும். உண்மையில், நாம் எதையும் செய்யாமல் இருக்கத் திட்டமிடும் போது, நமது தேர்வுகளும் செயல்களும் நம்மை அறியாமலேயே உலகின் தீமைக்கும் அநீதிக்கும் தற்செயலாக ஒத்துழைக்க வழிவகுக்கும் என்பதால், நாம் விழிப்புடன் இருக்க வேண்டும்.

கிறிஸ்துவின் உடலாலும் இரத்தத்தாலும் ஊட்டம் பெற்ற நாம் மெத்தனமாக இருக்கக் கூடாது என 2ம் வாசகத்தில் தூய பவுல் எச்சரித்துள்ளார். தீயவை செய்யாமல் கவனமாக இருந்து பலனளிக்கும் அத்தி மரமாக மாற வேண்டும். மேலும், நமது உலகம் இறையரசு போல மேன்மேலும் மாறுவதைக் காணும் போது நாம் கனிகளைத் தருகிறோம் என்பதை அறியலாம்.

## பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*இந்தப் பகுதி தனிநபர் மற்றும் குழுக்கள் பகிர்வுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் பிற்பகுதி அன்பியங்கள், ஆலயப் பணிக்குழுக்கள், குடும்பங்கள் என்றக் குறிப்பிட்டச் சூழலுக்கேற்பக் குழுப் பகிர்வுகளைத் தூண்ட உதவும். அனைவரும் இக்கேள்விகளைச் சிந்தித்துப் பதிலளிக்க நேரம் ஒதுக்கவும்.*

### தனிநபர் சிந்தனை & பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*கீழுள்ளவற்றைச் சிந்திக்க நேரம் ஒதுக்கவும். நீங்கள் குழுவிலிருந்தால் குழுவாகப் பகிரவும். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். மற்றவர்களுடன் நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

- என் வாழ்வில் மேலான மனமாற்றம் தேவைப்படும் சிக்கலானப் பகுதிகள் யாவை?
- துன்பப்படுபவர்களுக்கும் ஒதுக்கப்பட்டவர்களுக்கும் நான் எவ்வாறு அக்கறை காட்ட முடியும்?

### குழுச் சூழலுக்கு ஏற்றப் பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*உங்கள் சூழலுக்கு ஏற்ப பின்வரும் கேள்விகளில் ஒன்றை நீங்கள் சிந்திக்க விரும்பலாம். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். ஒரு சமூகமாக / பணிக்குழுவாக / குடும்பமாக நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

#### சிறு அன்பியக் குழுக்கள்:

- நமது சமூக வாழ்வின் எந்தெந்தப் பகுதிகளில் நாம் சிலவற்றை சாதாரணமாக எடுத்துக் கொண்டுப் பல ஆண்டுகளாக வளர்ச்சியைக் காணத் தவறியுள்ளோம்?
- நமது ஏழை எளிய அயலாருக்கு நீதியையும் அன்பையும் கொண்டு செல்ல நமது சிந்தனையில் என்ன மாற்றம் தேவை?

#### ஆலயப் பணிக்குழுக்கள்:

- நமது ஆலயப்பணி பல வருடங்களாக தேக்கமுற்று, ஒரே பணியை மீண்டும் மீண்டும் செய்கிறதா?
- விளிம்பு நிலையிலுள்ள நமது அயலாருக்கு நீதியையும் இரக்கத்தையும் கொண்டு செல்ல நமது பணிக்குழு எவ்வாறு முன்வரலாம்?

**குடும்பங்கள்:**

- நம் தந்தையின் குடும்பமாக உண்மையிலேயே வாழ, நம் குடும்ப வாழ்க்கையில் எந்தெந்த பகுதிகளில் மன மாற்றமும், உள்ளார்ந்த வாழ்வில் மாற்றமும், தேவை?
- மிகவும் பாதிக்கப்பட்ட நமது அயலாருக்கு நீதியையும் அன்பையும் கொண்டு செல்ல நாம் எவ்வாறு பாடுபடலாம்?

## நற்செயல் புரிவோம்

*வேறு ஒரு நபரை அணுகவும், இயேசுவின் நற்செய்தியைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும் அறிவிக்கவும் உங்களுக்கான செயல்.*

**நீங்கள் மனம் மாறிக் கொண்டிருப்பதை உணர்ந்தால், மனமாற்றப் பயணத்தில் ஊக்குவிக்க சிலரைக் கண்டறியவும்.**

## நிறைவு செபம்

நிறைவு செபத்தை அனைவரும் இணைந்து சொல்லி அமர்வை முடிக்கவும். பங்கேற்ற அனைவருக்காகவும் சமூகத்திற்காகவும் செபியுங்கள்.

எங்கள் ஆண்டவராகிய இறைவா!
நீர் உமது இரக்கத்துக்கு அப்பாற்பட்ட எவரையும் விட்டுவிடாமல் அனைவருக்கும் மீட்பை வழங்குகிறீர். நாங்கள் எங்களையும் மற்றவர்களையும் மன்னிக்கத் தவறி, உமது நட்புக் கரத்தைப் பிடிக்க மறுக்கும் போது மட்டுமே நாங்கள் அழிந்து போகிறோம். யூதர்கள் பாறையிலிருந்து குடித்தாலும், தண்ணீரைக் கொடுத்தவரை அடையாளம் காணாததாலும், வாழ்வளித்தவரின் வழிகளைப் பின்பற்றாததாலும் பலர் அழிந்து போனார்கள். உமது துன்பப்படும் பிள்ளைகள் மீதான உமது அன்பு, உமது இறையாட்சி இவ்வுலகில் வர வேண்டும் என்ற வைராக்கியத்தை எங்களில் நிரப்புவதாக. ஏனெனில், நாங்கள் அனைவரும் நிலைவாழ்வின் மகிழ்ச்சியை நோக்கி ஒன்றாகப் பயணிக்கும் எதிர்நோக்கின் திருப்பயணிகள். எங்கள் ஆண்டவராகிய கிறிஸ்து வழியாக உம்மை மன்றாடுகிறோம். ஆமென்.

# என் தவக்காலச் சிந்தனைகள்

# தவக்காலத்தின்

# நான்காம் ஞாயிறு

## தொடக்கச் செபம்

நமக்குச் சிந்தனை உணர்வூட்டவும், இறைவார்த்தைக்கும் மற்றவருக்கும் திறந்த மனதுடன் செவி கொடுக்கவும் அனைவரும் இணைந்து தொடக்கச் செபத்தை சொல்லி, ஒரு பாடலைப் பாடவும்.

விண்ணகத் தந்தையே,

இந்த தவக்காலத்தின் நான்காம் ஞாயிறு அன்று,
நாங்கள் மகிழ்ச்சியான இதயங்களுடன் உமது முன் வந்து,
எங்கள் மீது நீர் கொண்டுள்ள மகத்தான அன்பை நினைவு கூர்ந்து
கொண்டாடுகிறோம். உமது வார்த்தையைக் கேட்க நாங்கள் ஆவலுடன்
கூடி வருகையில் உமது உண்மையையும் ஞானத்தையும் பெற
எங்கள் மனதையும் இதயத்தையும் திறந்தருளும்.
ஆண்டவரே, எங்களோடு பேசும். உம்மிடமிருந்தும் எங்களிடமிருந்தும்
நாங்கள் பலவற்றைக் கற்றுக் கொள்ள எங்களை நீர் வழிநடத்தியருளும்.

ஆமென்.

## இறை வார்த்தை:

*மூன்று வாசகங்களையும் கீழுள்ள அதன் விளக்கங்களையும் சத்தமாக வாசித்தப் பின் அமைதியான சிந்தனைக்கு சிறிது நேரம் ஒதுக்கவும். குழுவின் முதல்வர் கொடுக்கப்பட்டுள்ள விளக்கங்களைப் பயன்படுத்தி வாசகங்களைத் தெளிவு படுத்துவார். குழுவின் முதல்வர் தகுந்தத் தயாரிப்புடன் இருக்கப் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.*

**முதல் வாசகம்: யோசுவா 5 : 9 - 12**

முதல் வாசகத்தில், நம் தந்தையாகிய இறைவன் இஸ்ரயேலர்களிடமிருந்து ‘எகிப்தியரின் பழிச்சொல்லை நீக்கிவிட்டதாக அறிகிறோம். எகிப்தியரின் கீழ் இருந்த அடிமைத்தனம், நமது பாவ அடிமைத்தனத்தை அடையாளப்படுத்து கிறது. மோசேவுக்குப் பின் வந்த யோசுவா, இயேசு கிறிஸ்துவை அடையாளப் படுத்துகிறார். மோசே இஸ்ரயேலர்களை அடிமைத்தனத்திலிருந்து செங்கடல் வழியாக வெளியே அழைத்து வந்தார். இது திருமுழுக்கு அருள் அடையாளத்தை அடையாளப்படுத்துகிறது. இவை அனைத்தும் திருமுழுக்கு வழியாக நமது முன்னோரின் பாவ அடிமைத்தனத்திலிருந்து இயேசு நம்மை விடுவிப்பதை முன்னறிவிக்கிறது. இப்போது, இறுதியாக விண்ணகத்தைச் சுட்டிக்காட்டும் வாக்களிக்கப்பட்ட நாட்டு நிலத்தின் விளைச்சலிலிருந்து பெற்ற தானியத்திலிருந்து தயாரிக்கப்பட்ட அப்பத்தை இஸ்ரயேலர்கள் உண்டனர். இந்த ‘விண்ணக அப்பம்’ நாம் ஒவ்வொரு வாரமும் பங்கேற்றுக் கொண்டாடி மகிழும் திருப்பலியைக் குறிக்கிறது.

**இரண்டாம் வாசகம்: 2 கொரிந்தியர் 5 : 17 - 21**

நம் தந்தையாகிய இறைவன் நம் தவறுகளை நம் மீது சுமத்துவதில்லை என்பதைக் குறித்து நாம் எத்துணை நன்றியுள்ளவர்களாயிருக்க வேண்டும்! இது நமக்கு எவ்வளவு மகிழ்ச்சியும் அருளும் தருகிறது! இன்னும் அதிகமாக, அவர் தம்முடன் நம்மை ஒப்புரவாக்க தம் ஒரே மகனாகிய இயேசுவை அனுப்பினார். அப்படிச் செய்ததால் இனி நாம் பழையப் பாவ நிலையில் இருப்பதில்லை. தூய பவுல் எழுதுவது போல், நாம் ஒரு புதியப் படைப்பாக மாறுகிறோம். இறைவனின் அருளால், நாம் நம் பாவ வாழ்வை விட்டுவிட்டு புனிதம் என்னும் ஒரு புதிய யதார்த்தத்தை ஏற்றுக்கொள்கிறோம். அதாவது, நாம் ‘கிறிஸ்துவின் தூதர்களாக’ மாறி, மற்றவர்களும் இறைவனை அறிந்து, அவருடன் ஒப்புரவாக அழைப்பதே நம் பணி. சுருங்கக் கூறின் நாம் நற்செய்தியை வெளிப்படையாக அறிவிக்க வேண்டும்.

**நற்செய்தி வாசகம்: லூக்கா 15 : 1 - 3, 11 - 32**

காணாமற்போன மகன் உவமை நம் தந்தையாகிய இறைவனின் இதயத்தை வெளிப்படுத்தி, அவர் அன்பாய் இருக்கிறார் (1 யோவான் 4:16) என்பதைக் காட்டுகிறது. இளைய மகன் தனது தந்தை இறந்துவிட வேண்டும் என்ற எண்ணத்தில் தனது சொத்தின் பங்கைக் கேட்கிறான். அதை வீணடித்தப் பிறகு, அவன் மனந்திரும்புதலால் அல்ல, மாறாகப் பசியின் கொடுமையால் நேர்மையற்ற மனந்திரும்புதலை வெளிப்படுத்தி வீட்டுக்குத் திரும்புகிறான். இருந்தாலும், தந்தை தன் நிபந்தனையற்ற அன்போடும் மகிழ்ச்சியோடும் அவரை மீண்டும் ஏற்று சேர்த்துக் கொள்கிறார். பாவம் செய்த போதிலும்

இறைவன் நம் சுதந்திரத்தை மதித்து, நாம் மனந்திரும்பும் போது, எவ்விதக் காரணங்களையும் பொருட்படுத்தாமல் நம்மை எப்போதும் வரவேற்கத் தயாராக இருக்கிறார் என்பதே இந்த உவமை நமக்குத் தரும் பாடம். நம் தந்தையாகிய இறைவன் நம்மை அன்பு செய்வதை நிறுத்துவதே இல்லை; அவர் அன்புமயமானவர்.

## தியானிப்போம்:

*இந்த வார வாசகங்களின் சிந்தனையை ஆழப்படுத்த உதவும் இப்பகுதியை ஒருவர் சத்தமாக வாசிக்கவும். சிந்தித்துப் பதிலளிக்கத் தகுந்த நேரத்தை அனுமதிக்கவும்.*

தவக்காலத்தின் நான்காம் ஞாயிறு ‘லேட்டாரே’ ஞாயிறு என்று அழைக்கப் படுகிறது. லேட்டாரே என்றால் லத்தீன் மொழியில் ‘அக்களிப்பு’ எனப் பொருள்படும். கௌடெடே ஞாயிறைப் போலவே (திருவருகையின் 3ஆம் ஞாயிறு) இந்த ஞாயிறும் திருவழிபாட்டு உடையின் நிறம் இளஞ்சிவப்பாக இருக்கும். தவக்கால நோன்பின் போது அக்களிப்பது நம்மில் சிலருக்கு விசித்திரமாகத் தோன்றலாம். இருப்பினும், புனித வாரத்தின் இருண்ட நாள்களுக்குள் நுழையும் முன் உயிர்ப்புப் பெருவிழாவில் நமக்காகக் காத்திருக்கும் அக்களிப்பின் ஒரு முன்மாதிரியை நம் தாய் திருஅவை நமக்கு இன்று வழங்குகிறது.

அப்படியானால், நாம் ஏன் அக்களிக்க வேண்டும்? நம் தந்தையாகிய இறைவன் அன்பாய் இருப்பதால் (1 யோவான் 4:16) நாம் அக்களிக்கிறோம். நம் தந்தையாகிய இறைவன் நம் அன்பில் விழுவதும் இல்லை, விலகுவதும் இல்லை; அவர் அன்பாகவே இருக்கிறார். அவருடைய அன்பால், அவர் இஸ்ரயேலர்களை அடிமைத்தனத்திலிருந்து விடுவித்தது போலவே அவர் நம்மையும் நம் பாவத்தின் அடிமைத்தனத்திலிருந்து விடுவிக்கிறார். அவரது அன்பால், அவர் நமக்குப் புதுவாழ்வைத் தருகிறார். அவரது அன்பிலிருந்து நாம் எவ்வளவு தூரம் விலகிச் சென்றாலும் திறந்த கரங்களுடன் நம்மை மீண்டும் வரவேற்க அவர் எப்போதும் ஆர்வமுடன் காத்திருக்கிறார்.

எனவே, நாம் கொண்டாடுவது சரியானது, நியாயமானது! நமது முதல் பெற்றோரான ஆதாம் ஏவாளின் செயல்களால், நம் தந்தையாகிய இறைவனிடமிருந்து நாம் பிரிக்கப்பட்டோம். நமக்கும் எல்லையற்ற கடவுளுக்கும் இடையிலான இடைவெளியை நம்மால் இணைக்க முடியாது. எனவே, தமது அன்பால், நம் தந்தையாகிய இறைவன் தம் ஒரே மகனாகிய இயேசுவை (கடவுளை) நமக்காக எப்போதும் அவர் விரும்பிய நெருக்கத்தை மீட்டெடுக்க அனுப்பினார். இயேசு தனது சிலுவை மரணத்தால் இதை நிறைவேற்றினார். இதை நாம் விரைவில் நினைவு கூருவோம். இதற்கெல்லாம், நாம் அக்களிக்க வேண்டும்!

# பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*இந்தப் பகுதி தனிநபர் மற்றும் குழுக்கள் பகிர்வுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் பிற்பகுதி அன்பியங்கள், ஆலயப் பணிக்குழுக்கள், குடும்பங்கள் என்றக் குறிப்பிட்டச் சூழலுக்கேற்பக் குழுப் பகிர்வுகளைத் தூண்ட உதவும். அனைவரும் இக்கேள்விகளைச் சிந்தித்துப் பதிலளிக்க நேரம் ஒதுக்கவும்.*

## தனிநபர் சிந்தனை & பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*கீழுள்ளவற்றைச் சிந்திக்க நேரம் ஒதுக்கவும். நீங்கள் குழுவிலிருந்தால் குழுவாகப் பகிரவும். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். மற்றவர்களுடன் நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

- **உங்கள் மகிழ்ச்சிக்குப் பொதுவாக என்ன காரணம்?**
- **உங்கள் வாழ்வில் எந்த மாற்றங்கள் உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியைத் தந்தன?**

## குழுச் சூழலுக்கு ஏற்றப் பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*உங்கள் சூழலுக்கு ஏற்ப பின்வரும் கேள்விகளில் ஒன்றை நீங்கள் சிந்திக்க விரும்பலாம். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். ஒரு சமூகமாக / பணிக்குழுவாக / குடும்பமாக நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

### சிறு அன்பியக் குழுக்கள்:

- ஒரு சமூகமாக, இந்த தவக்காலத்தில் நாம் ஏன் மகிழ்ச்சியாக இருக்க வேண்டும்?
- சமூகத் தவறுகளின் நினைவுகள் மனமாற்றத்தைக் கொண்டு வந்ததா? அந்த மனமாற்றம் மகிழ்ச்சியை அளித்ததா?

### ஆலயப் பணிக்குழுக்கள்:

- உங்கள் ஆலயப்பணி உங்கள் உறுப்பினர்களுக்கு எவ்வாறு மகிழ்ச்சியைத் தருகிறது?
- இந்த தவக்காலத்தின் போது உங்கள் உறுப்பினர்களுக்கு மகிழ்ச்சி அளிக்க உங்கள் பணிக்குழு எவ்வகையான மனமாற்றங்களைச் சந்தித்துள்ளது?

### குடும்பங்கள்:

- தவக்காலத்தின் இன்றைய நிலையில், உங்கள் குடும்பம் ஒரு புதிய குடும்பமாக மாறியுள்ளதா?
- குடும்பத்தின் ஒவ்வொரு உறுப்பினர்களின் மனமாற்றமும் உங்களுக்கு எவ்வாறு மகிழ்ச்சி அளித்துள்ளது?

# நற்செயல் புரிவோம்

*வேறு ஒரு நபரை அணுகவும், இயேசுவின் நற்செய்தியைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும் அறிவிக்கவும் உங்களுக்கான செயல்.*

**மனமாற்றப் பயணத்தைத் தொடங்கிய அனைவரையும் ஒன்று கூட்டி, உங்கள் மனந்திரும்புதலையும் மனமாற்றப் பயணத்தையும் பற்றி ஒருவருக்கொருவர் பகிர்ந்து, சிறிய ஆதாயங்களைக் கொண்டாடுங்கள்.**

# நிறைவு செபம்

நிறைவு செபத்தை அனைவரும் இணைந்து சொல்லி அமர்வை முடிக்கவும். பங்கேற்ற அனைவருக்காகவும் சமூகத்திற்காகவும் செபியுங்கள்.

விண்ணகத் தந்தையே,

இன்றைய செப, சிந்தனை, பகிர்வு நேரத்திற்காக நாங்கள் உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம். இன்று நாங்கள் பெற்றுள்ள அருள்களுக்காகவும், வாக்குறுதிகளுக்காகவும் நாங்கள் உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம். வரும் வாரத்தில், நாங்கள் சந்திக்கும் அனைவருக்கும் உமது தூதர்களாக இருந்து, அவர்களும் உமது வழிகளை அறிந்து கொள்ள அருள் புரியும். போராட்டங்களிலும் சிரமங்களிலும் இருக்கும் அனைவரும் உமது அன்பை அறிய நாங்கள் உதவுவோமாக. எங்கள் ஆண்டவராகிய கிறிஸ்து வழியாக உம்மை மன்றாடுகிறோம்.

ஆமென்.

# என் தவக்காலச் சிந்தனைகள்

# தவக்காலத்தின்

# ஐந்தாம் ஞாயிறு

## தொடக்கச் செபம்

நமக்குச் சிந்தனை உணர்வூட்டவும், இறைவார்த்தைக்கும் மற்றவருக்கும் திறந்த மனதுடன் செவி கொடுக்கவும் அனைவரும் இணைந்து தொடக்கச் செபத்தை சொல்லி, ஒரு பாடலைப் பாடவும்.

எல்லா நன்மைகளின் ஊற்றாகியத் தந்தையே,

உமது வார்த்தைக்கு செவிகொடுக்கக் ஒன்று கூடி வந்திருக்கும்
எங்களது இருள் சூழ்ந்த முகத்தில் உமது ஒளியைப் பிரகாசித்து,
உமக்கு நெருக்கமாக நடக்க விரும்பும் எங்களைக் கண்ணோக்கியருளும்.
உமக்கு விருப்பனானவற்றை நாங்கள் செய்து, விண்ணகத்திற்கும்
உமக்கும் மீதுள்ள எதிர்நோக்கை எங்களில் தூண்டியெழுப்பியருளும்.

ஆமென்.

## இறை வார்த்தை:

*மூன்று வாசகங்களையும் கீழுள்ள அதன் விளக்கங்களையும் சத்தமாக வாசித்தப் பின் அமைதியான சிந்தனைக்கு சிறிது நேரம் ஒதுக்கவும். குழுவின் முதல்வர் கொடுக்கப்பட்டுள்ள விளக்கங்களைப் பயன்படுத்தி வாசகங்களைத் தெளிவு படுத்துவார். குழுவின் முதல்வர் தகுந்தத் தயாரிப்புடன் இருக்கப் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.*

**முதல் வாசகம்: எசாயா 43 : 16 - 21**

வாசகத்தின் இப்பகுதி விடுதலைப் பயணத்தை நினைவு கூர்ந்து இறைவனை ஒரு மீட்பராக அங்கீகரிக்க நம்மை அழைக்கிறது. பாபிலோனிய நாடு கடத்தலின் போது, கடவுளின் நீடித்த அருளை இஸ்ரயேலருக்கு நினைவூட்ட எசாயா இந்த வல்லமைமிக்க நிகழ்வை நினைவுபடுத்துகிறார். பின்னர், நம் தந்தையாகிய இறைவன் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டத் தம் மக்களைத் தனித்து விடமாட்டார்; அவர்களின் விடுதலைக்காக தொடர்ந்து பாடுபடுகிறார், என்று எசாயா அறிவுறுத்துகிறார். நம் கடந்த காலத்தை மட்டுமே நினைவில் கொண்டு நம் தந்தையாகிய இறைவன் இன்று நமக்குச் செய்வதை நாம் தவறவிடலாம். நாம் அவரைத் தொடர்ந்து புதிதாக எதிர்கொள்ள அழைக்கப்படுகிறோம். நம்பிக்கையற்ற சூழ்நிலைகளில், நாம் மனம் தளராமல் எல்லாம் வல்லத் தந்தையாகிய இறைவனிடத்தில் நம்பிக்கை வைக்க வேண்டும்.

**இரண்டாம் வாசகம்: பிலிப்பியர் 3 : 8 - 14**

நம் தந்தையாகிய இறைவன் மீது கொண்ட இறைப்பற்றில் வைராக்கியமுள்ள பவுல், ஒரு காலத்தில் கிறிஸ்தவர்களைத் துன்புறுத்தினார். அவர் சட்டத்தைக் கண்டிப்புடன் கடைப்பிடித்து நீதியை நிலைநாட்டினார். கிறிஸ்துவை எதிர் கொண்ட பின், இந்த நீதி சுயமாக உருவாக்கப்பட்டதாகவும், தனக்கு இது போதுமானதல்ல என்றும் உணர்ந்த அவர், உண்மையான நீதி இயேசுவை நம்புவதாலும், அவரது பாடுகள், இறப்பு, உயிர்ப்பில் பங்கு கொள்வதாலும் மட்டுமே வருகிறது என்கிறார். பிலிப்பியர்கள் கிறிஸ்துவுக்குள்ளானத் தங்கள் வாழ்வில் சிறப்பாகச் செயல்பட்டு வந்தனர் (பிலி 1:3–11). கிறிஸ்துவின் மீதான அவர்களின் அன்பைத் தொடர்ந்து வலுப்படுத்த அவர்களை ஊக்குவிக்க பவுல் தனது அனுபவங்களைப் பகிர்ந்தார். இறைவனின் அன்பை நோக்கிப் பாடுபடுவதாலும், இயேசுவில் நாம் நம்பிக்கையை வைப்பதாலும் ஒருவர் ‘உயிர்ப்பின் இலக்கை’ அடைய முடியும்: இதுவே கிறிஸ்தவப் பரிபூரணம்.

**நற்செய்தி வாசகம்: யோவான் 8 : 1 - 11**

மறைநூல் அறிஞர்களும் பரிசேயர்களும் இயேசுவைச் சிக்க வைக்க, விபச்சாரத்தில் கையும் களவுமாகப் பிடிபட்ட ஒரு பெண்ணை அவரிடம் கொண்டு வந்தனர். கல்லெறிந்து கொல்லும் மோசேயின் சட்டத்தை ஆதரிப்பது உரோமானிய சட்டத்தை மீறுவதாகும். ஆனால், அதை எதிர்ப்பது மோசேயின் படிப்பினைகளையும் அவரது மெசியாத்தன்மையையும் அவமதிப்பதாகும். ‘உங்களுள் பாவம் இல்லாதவர் முதலில் இப்பெண் மேல் கல் எறியட்டும்’ என்று கூறி, இயேசு அந்தக் கண்ணியிலிருந்து முற்றிலுமாகத் தப்பினார். தங்களது சொந்தக் குற்றத்தையே எதிர்கொண்ட மறைநூல் அறிஞர்களை இது பின்வாங்கக் கட்டாயப்படுத்தியது. இயேசு அந்தப் பெண்ணின் பாவத்தை நிராகரிக்காமல், அவள் மீது இரக்கம் காட்டி அவளிடம், ‘நீர் போகலாம். இனி பாவம் செய்யாதீர்’ என்று கூறி அனுப்பினார்.

இவ்வாறாக, இயேசு உண்மையான நீதிக்கும் இரக்கத்திற்கும் முன்மாதிரியாக விளங்கிக் குற்றம் சாட்டியவர்களையும், குற்றம் செய்தவர்களையும் தனது சொல்லாலும் செயலாலும் ஆழ்ந்து சிந்திக்க அழைத்தார்.

## தியானிப்போம்:

*இந்த வார வாசகங்களின் சிந்தனையை ஆழப்படுத்த உதவும் இப்பகுதியை ஒருவர் சத்தமாக வாசிக்கவும். சிந்தித்துப் பதிலளிக்கத் தகுந்த நேரத்தை அனுமதிக்கவும்.*

இன்றையப் போட்டி நிறைந்த சமூகத்தில், நாம் அடிக்கடி தடைகளை எதிர்கொள்கிறோம், நமது வெற்றிக்குத் தடையாக இருப்பவர்களைப் பழி வாங்க ஆசைப்படுகிறோம். இயேசுவை சிக்க வைக்க விபச்சாரப் பெண்ணைப் பயன்படுத்திய, இன்றைய நற்செய்தியில் வரும் மறைநூல் அறிஞர்கள், பரிசேயர்களின் மனநிலை இதுதான். மக்கள் முன்னிலையில் அவளுக்குப் பகிரங்கமாகத் தீர்ப்பு அளித்து, இயேசுவுக்கு எதிரான தங்கள் சாட்சிகளை மேலும் விரிவுபடுத்துவது கூடுதல் நன்மை அளிக்கும் என அவர்கள் நம்பினர். ஆனால், அவர்கள் ஒரு சுயநல இலக்கை அடைய அவளைப் பயன்படுத்தினார்கள். நாமும் பல வேளைகளில் நமது சுயநல ஆசைகளால் இயக்கப்பட்டு ‘நீதியான’ செயல்களைச் செய்வதாக உணரலாம். இருப்பினும், அச்செயல்களுக்கு அப்பால் உள்ள நோக்கங்களைப் பார்க்க இயேசு நமக்கு சவால் விடுகிறார். அப்பெண் பாவியானாலும், மறைநூல் அறிஞர்களின் நோக்கங்கள் தூய்மையற்றவை. தங்கள் அதிகாரத்திற்கு அச்சுறுத்தலாக இருந்த இயேசுவை இழிவுபடுத்த முயன்றதற்காக அவர்கள் நீதிமான்களென உணர்ந்தார்கள். இந்த அணுகுமுறை, எல்லாரையும் ஒரு விலைமதிப்பற்ற, அன்புக் குழந்தையாகப் பார்க்கும் நம் தந்தையின் சாராம்சத்திற்கும் தன்மைக்கும் முரணானது. நம் பாவங்களைச் சுட்டிக்காட்டும் அதே நேரத்தில் நமது கண்ணியமும் அவருடனான நமது உறவை மீட்டு எடுப்பதில் அவர் அக்கறை கொண்டுள்ளார். ‘தம் ஒரே மகனையே அளிக்கும் அளவுக்குக் கடவுள் உலகின் மேல் அன்பு கூர்ந்தார்’ (யோவான் 3:16) என்பது அவரது இறுதித் தீர்ப்பின் சாரம்: கண்டனத்தை அல்ல, நம்மை மீட்டு கண்ணியப் படுத்தும் அவரது அன்பை. நாமும் அதையே செய்ய அழைக்கப்பட்டுள்ளோம். நாம் நம் தவறுகளை ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும், அதே நேரத்தில் மன்னிப்பையும் அனுதாபத்தையும் அளிக்க முன்வர வேண்டும். அப்போது தான் நாமும் நம் தந்தையாகிய இறைவனின் அன்பைப் பெறுகிறோம் என்பதை உணர முடியும். பிலிப்பியருக்கு எழுதிய திருமுகத்தில் தூய பவுல் இந்த நீதியைப் பற்றியே எழுதினார். இயேசுவின் மீதுள்ள நம்பிக்கையால் மட்டுமே உண்மையான நீதி கிடைக்கும் என்பதை அவர் வலியுறுத்தினார். பவுலைப் போலவே, நாமும் சுயநீதியுடனும் தீர்ப்புகளுடன் போராடுகிறோம். இருப்பினும், இயேசு வழியாகவும், தூய ஆவியார் வழியாகவும் இப்படிப்பட்டப் பரிபூரணத்திற்கு அழைக்கும் நம் தந்தையாகிய இறைவனின் அழைப்பை நம்மால் ஏற்க முடியும். இந்தத் தவக்காலத்தில், நமது தவறுகளையும் சுய நீதியையும் தாண்டி, நமது நோக்கங்களை ஆராய்ந்து, எல்லா வகையானச் சூழ்நிலைகளிலும் இறைவனை நம் தந்தையாகத் தேர்ந்தெடுப்போம். நம் வாழ்வில் நம் தந்தையாகிய இறைவன் செய்து கொண்டிருக்கும் ‘புதுச்செயலைக்’ (எசாயா 43:19) காணவும், கிறிஸ்தவப் பரிபூரணத்தை நோக்கி நம்மை வழிநடத்தவும் அருளை வேண்டுவோம்.

# பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*இந்தப் பகுதி தனிநபர் மற்றும் குழுக்கள் பகிர்வுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் பிற்பகுதி அன்பியங்கள், ஆலயப் பணிக்குழுக்கள், குடும்பங்கள் என்றக் குறிப்பிட்டச் சூழலுக்கேற்பக் குழுப் பகிர்வுகளைத் தூண்ட உதவும். அனைவரும் இக்கேள்விகளைச் சிந்தித்துப் பதிலளிக்க நேரம் ஒதுக்கவும்.*

## தனிநபர் சிந்தனை & பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*கீழுள்ளவற்றைச் சிந்திக்க நேரம் ஒதுக்கவும். நீங்கள் குழுவிலிருந்தால் குழுவாகப் பகிரவும். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். மற்றவர்களுடன் நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

- சுயநல ஆசைகளால் உந்தப்பட்டு, 'நீதியானச்' செயல்கள் போல் தோன்றுபவற்றை நீங்கள் செய்கிறீர்களா?
- உங்கள் சொந்த நோக்கங்களுக்காக பிறரை பயன்படுத்துகிறீர்களா?

## குழுச் சூழலுக்கு ஏற்றப் பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*உங்கள் சூழலுக்கு ஏற்ப பின்வரும் கேள்விகளில் ஒன்றை நீங்கள் சிந்திக்க விரும்பலாம். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். ஒரு சமூகமாக / பணிக்குழுவாக / குடும்பமாக நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

### சிறு அன்பியக் குழுக்கள்:

- சமூகம் தனது சொந்த இலாபத்திற்கும் நோக்கங்களுக்கும் மற்றவர்களைப் பயன்படுத்துகிறதா?
- உண்மையான நீதி இயேசுவின் மீதுள்ள நம்பிக்கையால் மட்டுமே வந்து, நம் சமூகத்தில் செயல்படுத்தப்படுகிறது. நமது சமூகம் நேர்மையுடன் செயல்படுகிறதா?

### ஆலயப் பணிக்குழுக்கள்:

- தவறு செய்தவரை நாம் அவமானப்படுத்துகிறோமா, அல்லது திருத்தப்பட வேண்டிய தவறை முன்னிலைப்படுத்துகிறோமா?
- நாம் மக்களிடம் நடந்து கொள்ளும் விதத்தில் நமது ஆலயப்பணி மாற்றம் பெற வேண்டுமா?

### குடும்பங்கள்:

- ஒரு குடும்பமாக அன்புடன் திருத்தப்பட்டு, புனிதத்தில் வளர நம் குடும்பத்தினர் ஒருவரை ஒருவர் ஊக்கப்படுத்த வேண்டுமா?
- நமது குடும்பக் கலாச்சாரத்தில் குடும்பத்தில் ஒற்றுமையை ஏற்படுத்தத் தடைகள் உள்ளதா? அவை என்ன?

## நற்செயல் புரிவோம்

*வேறு ஒரு நபரை அணுகவும், இயேசுவின் நற்செய்தியைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும் அறிவிக்கவும் உங்களுக்கான செயல்.*

**நீங்கள் சேர்ந்து பயணிக்கும் நபர்களுக்கும் பிறருக்கும், அவர்களது மனமாற்றப் பயணத்தில் அவர்களை ஊக்குவிக்க இறைவார்த்தை வசனங்களுடன் செய்தி அனுப்புங்கள்.**

## நிறைவு செபம்

நிறைவு செபத்தை அனைவரும் இணைந்து சொல்லி அமர்வை முடிக்கவும். பங்கேற்ற அனைவருக்காகவும் சமூகத்திற்காகவும் செபியுங்கள்.

**ஆண்டவரே,**

**எங்கள் ஆசைகளாலும் விருப்பங்களாலும் உம்மை ஒருபோதும் சிக்க வைக்காமல் இருக்க உதவியருளும். உமது அருளுக்கும், எங்கள் வாழ்வின் தலையீட்டிற்கும் ஈடாக எங்களிடம் ஏதாவது இருப்பது போல் உம்மிடம் நாங்கள் ஒருபோதும் பேரம் பேசாதிருப்போமாக. நீர் காண்பதை நாங்கள் கண்டு, நீர் தொடுவதை நாங்கள் தொட்டு, நீதியையும் மன்னிப்பையும் உள்ளடக்கிய உமது உடலாக நாங்கள் இவ்வுலகில் இருக்க அருள் புரியும். எங்கள் குறைகளை எதிர்கொள்ள எங்களுக்கு துணிவைக் கொடுத்து, எங்களைத் தூய்மைப்படுத்தி மாற்றுவதால் நாங்கள் எங்கள் வாழ்வினால் உம்மை மாட்சிப்படுத்துவோமாக.**

**ஆமென்.**

# என் தவக்காலச் சிந்தனைகள்

# திருப்பாடுகளின்

# குருத்து ஞாயிறு

## தொடக்கச் செபம்

நமக்குச் சிந்தனை உணர்வூட்டவும், இறைவார்த்தைக்கும் மற்றவருக்கும் திறந்த மனதுடன் செவி கொடுக்கவும் அனைவரும் இணைந்து தொடக்கச் செபத்தை சொல்லி, ஒரு பாடலைப் பாடவும்.

தந்தையாகிய இறைவா,
இந்த அமர்வுக்காகவும், உமது திருமகன் வழியாக நீர் காட்டும் நிலையான அன்புக்கும் அருளுக்கும் நாங்கள் உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம். நாங்கள் படும் துன்பங்களுக்கு நீர் ஒருபோதும் காரணர் அல்ல. இருப்பினும், இந்த நிறைவற்ற உலகில், குறிப்பாக உமது நற்செய்தி ஏற்கப்படாத இடங்களில், நாங்கள் உமது சீடர்களாக இருக்க ஒரு விலை உண்டு. நாங்கள் இயேசுவின் வழியைப் பின்பற்றி, உமது திருஅவையின் மறைப்பணிக்கு, குறிப்பாகச் சவாலானக் கிறிஸ்தவ வாழ்வுக்கு, உண்மையாக இருக்க விரும்புகிறோம். உமது திருவுளத்திற்கு நாங்கள் காட்டும் உண்மைத்தன்மை, பாவிகளுக்காகத் தம்மையே தியாகப் பலியாக்கிய இயேசுவை பிரதிபலிப்பதாக.
ஆமென்.

## இறை வார்த்தை:

*மூன்று வாசகங்களையும் கீழுள்ள அதன் விளக்கங்களையும் சத்தமாக வாசித்தப் பின் அமைதியான சிந்தனைக்கு சிறிது நேரம் ஒதுக்கவும். குழுவின் முதல்வர் கொடுக்கப்பட்டுள்ள விளக்கங்களைப் பயன்படுத்தி வாசகங்களைத் தெளிவு படுத்துவார். குழுவின் முதல்வர் தகுந்தத் தயாரிப்புடன் இருக்கப் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.*

**பவனி வாசகம்: லூக்கா 19 : 28 - 40**

இயேசுவின் எருசலேம் நுழைவு, அவரது மறைப்பணிக்கும், ஒரு மெசியா என்ற அடையாள அறிவிப்பு. ஒரு கழுதை மீது ஏறி வந்த அவர், பணிவையும் அமைதியையும் வெளிப்படுத்தி, அதிகாரத்தையும் ஆதிக்கத்தையும் நம்பும் இவ்வுலக ஆட்சியாளர்களிடம் இருந்து தன்னை வேறுபடுத்திக் கொள்கிறார். ஆண்டவரின் திருப்பெயரால் வரும் அரசராக இயேசுவை அறிவித்தக் கூட்டம் மகிழ்ச்சியுடன் ஆர்ப்பரிப்பது, அவருடைய தெய்வீக அதிகாரத்தையும், அவர் கொணரும் எதிர்நோக்கையும் எடுத்துக்காட்டுகிறது. இத்தருணம் புனித வார நிகழ்வுக்கு களம் அமைத்து, இயேசுவின் அரசாட்சியின் மீதுள்ள ஆழமான யதார்த்தத்தைச் சுட்டிக் காட்டுகிறது. இது வெற்றியால் பெற்றதல்ல, மாறாகத் தன்னையே வெறுமையாக்கும் அன்பாலும், நம் தந்தையாகிய இறைவனின் மீட்புத் திட்டத்தின் நிறைவேற்றத்தாலும் பெறப்பட்ட ஒரு ஆட்சி.

**முதல் வாசகம்: எசாயா 50 : 4 - 7**

நம் தந்தையாகிய இறைவனால் ஒப்படைக்கப்பட்ட கடமையில் விடாமுயற்சி யுடன் இருந்த 'துன்புறும் ஊழியரான' இறைவனின் தூயவரை இங்கு இறைவாக்கினர் எசாயா சித்தரிக்கிறார். நலிந்தவரை கடவுளின் ஆறுதலான நல்வாக்கால் ஊக்குவிப்பதில் அவர் தவறாத அர்ப்பணிப்புடன் இருந்து, அநியாயத் துன்புறுத்தலின் வேதனையிலும் இறைப்பணியின் பாதையில் அவர் நிலைத்திருந்தார். எசாயாவின் 'துன்புறும் ஊழியருடன்' தங்களை அடையாளப்படுத்திக் கொள்வோர், சோதனைகளையும் இன்னல்களையும் அமைதியாக எதிர்கொள்கிறார்கள். தங்களை இறுதித் தீர்ப்பிடுபவர் கடவுள் மட்டுமே என்பதில் அவர்கள் அசைக்க முடியாத நம்பிக்கை கொண்டுள்ளனர். இயேசுவின் சிலுவைப் பயணத்தில், துன்புறும் இறை ஊழியரின் நிறைவான முன்மாதிரியை நாம் கான வேண்டும்.

**இரண்டாம் வாசகம்: பிலிப்பியர் 2 : 6 - 11**

தொடக்கக் காலக் கிறிஸ்தவர்கள் பாடிய ஒரு பாடலாக இப்பகுதியை மறைநூல் அறிஞர்கள் அடையாளம் காண்கின்றனர். நம் தந்தையாகிய இறைவனின் மீட்புத் திட்டத்தை நிறைவேற்றத் தம் சொந்த மாட்சியை விட்டுக் கொடுத்த இயேசு கிறிஸ்துவின் அற்புதமான மனத்தாழ்ச்சியைக் கொண்டாட அவர்கள் இதைப் பாடினர். கிறிஸ்துவக் கெனோசிஸின் (சுய–வெறுமையாக்கல்) மறைபொருள், முதல் மற்றும் அடுத்தடுத்தத் தலைமுறைக் கிறிஸ்தவர்களின் வழிபாட்டிற்கு ஒரு மையக் கருப்பொருளாக இது அமைந்தது. கிறிஸ்துவுக்கான இப்பண்டைய பாடல், மனுவுருவான வார்த்தையின் பாஸ்கா அற்புதத்தைப் பற்றி சிந்திக்க நம்மை ஈர்க்கிறது. அவர் நம்முடன் துன்பப்பட்டு இறந்து, நம் தந்தையாகிய இறைவனுக்குக் கீழ்ப்படிந்தது அவரை ஆண்டவராக உயர்த்தியது.

**நற்செய்தி வாசகம்: லூக்கா 4 : 1 - 13**
இறுதி இரவு உணவிற்கும், பாடுகள் பற்றிய லூக்கா வழங்கும் கிறிஸ்துவின் தியாக அவசியத்திற்கும் இடையிலான தொடர்பை நாம் தவறவிட முடியாது. இந்த நிலையிலும் தங்களில் யார் பெரியவர் என்று சீடர்கள் வாதிட்டது, அவர்கள் இயேசுவின் நோக்கத்தைப் புரிந்து கொள்ளத் தவறியதை வெளிப் படுத்துகிறது. இயேசுவைப் பாதுகாக்க, அவரை கைது செய்ய வந்தவர்களுக்கு எதிராக வன்முறையைக் கையாண்டது அவர்களது தோல்வியின் மற்றொரு தருணம். பேதுருவும் சீடர்களும் இயேசுவை கைவிட்டு ஓடியது அவர்களது தோல்வியின் இறுதித் தருணம். சீடர்களின் இந்தத் தோல்விகள் நாம் ஏன் அடிக்கடி திருப்பலியில் திவ்விய நற்கருணையைப் பெறுகிறோம் என்பதை தெளிவு படுத்துகின்றன: நம் தந்தையாகிய இறைவனின் ஊட்டச்சத்தால் மட்டுமே நாம் இயேசுவின் தாழ்ச்சியைப் பின்பற்றி, மற்றவர்களுக்கு உடைக்கப்பட்ட அப்பமாக மாற முடியும்.

## தியானிப்போம்:

*இந்த வார வாசகங்களின் சிந்தனையை ஆழப்படுத்த உதவும் இப்பகுதியை ஒருவர் சத்தமாக வாசிக்கவும். சிந்தித்துப் பதிலளிக்கத் தகுந்த நேரத்தை அனுமதிக்கவும்.*

இன்றைய வழிபாட்டில் நாம் எல்லாரும் குருத்தோலைகளை உயர்த்தினோம். இறையாட்சி பற்றியக் கிறிஸ்தவப் புரிதலுக்கும் இவ்வுலக அரசாட்சிக்கும் எந்த சம்பந்தமும் இல்லை என்பதை இது நமக்கு நினைவூட்டுகிறது. உலக அரசர்கள் கவர்ச்சியையும் ஆதிக்கத்தையும் நாடுகிறார்கள். ஒரு சிலர் மற்றவர்களைச் சுரண்டுவதையும், தங்களது வெற்றிக்காகத் தங்கள் சொந்த மனித நேயத்தைக் கைவிடுவதையும் நாடுகிறார்கள். இயேசு இங்கு மிகவும் வித்தியாசமான ஒரு அரசராக, எந்த இராணுவமும் இன்றி, ஒரு கழுதைக் குட்டி மீது ஏறி எருசலேமுக்குள் நுழைந்தார். இந்த வார வாசகங்களில், எசாயாவின் ‘துன்புறும் ஊழியரின்’ உருவகத்தை இயேசு நமக்காக வெளிப்படுத்துகிறார். இறையாட்சியின் உண்மையை வெளிப்படுத்தத் தம் முழு வல்லமையையும் அவர் பயன்படுத்தி, ‘துன்பக் கிண்ணத்தை’ எதிர்கொண்ட போதிலும், அவர் தந்தையின் பணியில் உறுதியுடன் இருந்தார். இஸ்ரயேலில் நற்செய்தி அறிவித்ததின் இறுதி விளைவை எதிர்கொள்ளத் இப்போது இயேசு தயாராக இருக்கிறார். தன்னையே வெறுமையாக்கும் ஆன்மீக நிலைக்கு உண்மை உள்ளவராக அவர் நகரத்திற்குள் நுழைகிறார். அவர் முதலில் இறுதி இரவு உணவில் தம் சீடர்களின் கால்களைக் கழுவி அவர்களுக்குப் பணிவிடை செய்தார். பின், அவர் தம் பாடுகளாலும் இறப்பாலும் நமது மீட்புக்கானப் பரிபூரணப் பலியாகத் தம்மையே ஒப்புக்கொடுத்தார். கிறிஸ்துவ வாழ்வினுள் திருமுழுக்குப் பெற்ற கிறிஸ்தவர்கள், தாழ்ச்சியுடன் கீழ்படிந்த ஆண்டவராகிய இயேசுவைப் பின்பற்ற அழைக்கப்படுகிறார்கள். அவர் ஒரு மரத் தொட்டிலில் இவ்வுலக வாழ்வினுள் நுழைந்து, இறுதியில் ஒரு மரச் சிலுவையில் உயிர் நீத்தார். நாம் இயேசுவைப் போல இருக்கவும், நம் தந்தையாகிய இறைவனின் குணப்படுத்தும் வார்த்தையைத் தேடுவோருக்காக உடைபட்டு ஊற்றப்படவும், கிறிஸ்துவின் பாஸ்கா மறைபொருளில் பங்கேற்கத் தூய ஆவியார் நம்மைத் தூண்டுகிறார். இயேசுவைப் பின்பற்றுவோர் தங்களது சுய-பாதுகாப்பைத் தேடாமல், தங்களது நம்பிக்கைக்காகத் துன்புறுத்தப்படும்போது அவருக்குச் சாட்சி பகர்கிறார்கள். இவ்வுலகம் மீண்டும் நற்செய்தி அறிவிக்கப்படுவதைக் கேட்க வேண்டியிருக்கலாம், போர் வீரர்களால் அல்ல, இயேசு செய்தது போல, தாழ்ச்சியான அமைதி மொழியில் வீறுநடை போடும் திருப்பயணிகளால்.

# பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*இந்தப் பகுதி தனிநபர் மற்றும் குழுக்கள் பகிர்வுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் பிற்பகுதி அன்பியங்கள், ஆலயப் பணிக்குழுக்கள், குடும்பங்கள் என்றக் குறிப்பிட்டச் சூழலுக்கேற்பக் குழுப் பகிர்வுகளைத் தூண்ட உதவும். அனைவரும் இக்கேள்விகளைச் சிந்தித்துப் பதிலளிக்க நேரம் ஒதுக்கவும்.*

## தனிநபர் சிந்தனை & பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*கீழுள்ளவற்றைச் சிந்திக்க நேரம் ஒதுக்கவும். நீங்கள் குழுவிலிருந்தால் குழுவாகப் பகிரவும். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். மற்றவர்களுடன் நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

- இயேசு தமது பாடுகளிலிருந்து ஓடி விடவில்லை. என் வாழ்வில் உள்ள சிரமங்களை நான்ன  திர்கொள்கிறேனா?
- என் வாழ்வின் எந்தெந்தப் பகுதிகளில் நான் மிகவும் தாழ்ச்சியுடன் இருக்க முடியும்?

## குழுச் சூழலுக்கு ஏற்றப் பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*உங்கள் சூழலுக்கு ஏற்ப பின்வரும் கேள்விகளில் ஒன்றை நீங்கள் சிந்திக்க விரும்பலாம். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். ஒரு சமூகமாக / பணிக்குழுவாக / குடும்பமாக நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

### சிறு அன்பியக் குழுக்கள்:

- நிகழ்ச்சிகளுக்கு அழைக்கப்படாததால் நம் சமூக உறுப்பினர்கள் வருத்தப்பட்டுள்ளதை நாம் எப்போதாவது பார்த்திருக்கிறோமா?
- நம் சமூக உறுப்பினர்கள் கத்தோலிக்கர்கள் என்ற தங்கள் நிலையை கைவிட்டத் தருணங்கள் உண்டா?

### ஆலயப் பணிக்குழுக்கள்:

- ஆலயப் பணியில் இயேசுவின் மனத்தாழ்ச்சியை உதாரணமாகக் காட்ட நாம் எப்போது மறந்து விடுகிறோம்?
- ஆலயப் பணியில் நற்செய்தி மதிப்பேடுகளை மீண்டும் கொண்டு வர நாம் என்ன செய்யலாம்?

**குடும்பங்கள்:**

- குடும்ப உறுப்பினர்களின் நியாயமான அறிவுரைகளுக்குக் கீழ்ப்படியாமல் இருக்க நாம் கலகச் செயல்களை அதிகாரமாகக் கையில் எடுக்கிறோம். நம் குடும்பத்திற்குள் அதிகாரப் பதவிகளை நாம் தேடுகிறோமா?
- குடும்பத்திற்குள் ஏற்படும் கடினச் சூழ்நிலைகளைச் சமாளிக்க நாம் தயாராக இருக்கிறோமா?

## நற்செயல் புரிவோம்

*வேறு ஒரு நபரை அணுகவும், இயேசுவின் நற்செய்தியைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும் அறிவிக்கவும் உங்களுக்கான செயல்.*

நீங்கள் சேர்ந்து பயணிக்கும் குழுவை ஒன்று கூட்டி, உங்கள் மனமாற்றப் பயணத்தில் நீங்கள் சந்தித்த சிரமங்களையும், நீங்கள் எதிர்கொள்ளும் தற்போதைய சவால்களையும் மற்றவர்களுடன் பகிருங்கள்.

## நிறைவு செபம்

நிறைவு செபத்தை அனைவரும் இணைந்து சொல்லி அமர்வை முடிக்கவும். பங்கேற்ற அனைவருக்காகவும் சமூகத்திற்காகவும் செபியுங்கள்.

தந்தையே,

அமைதியின் அடையாளமான கழுதை மீது ஏறி இயேசு தம் நகரமான எருசலேமுக்குள் நுழைந்தார். தந்தையே, நாங்கள் வழிதவறிச் சென்றாலும், இயேசு வழியாக நீர் எங்களுக்கு அமைதியை வழங்குகிறீர் என்பதை நாங்கள் அறிவோம். எங்கள் ஆண்டவராகிய இயேசு, உமது இறையாட்சியின் உண்மையை வெளிப்படுத்தத் தம் முழு வல்லமையையும் அவர் பயன்படுத்திய போதிலும், அவர் தம் பணியைக் கைவிடவில்லை. எங்கள் மீட்புக்காக தன்னையே வெறுமை யாக்குவதில் இதுவே அவரது இறுதிப் படி. இதைப் பற்றி நாங்கள் சிந்திக்கும் வேளையில், எங்கள் மனமாற்றம் உமக்கு மாட்சியையும் மதிப்பையும் அளிப்பதாக.

ஆமென்.

# என் தவக்காலச் சிந்தனைகள்

பாஸ்கா ஆடாகிய
நம் கிறிஸ்து
பலியிடப்பட்டிருக்கிறார்.

ஆகையால், பாஸ்காவை
நாம் கொண்டாடுவோம்.

1 கொரிந்தியர் 5 : 7 - 8

# பாஸ்கா காலத்தின் ஞாயிறுகள்
## (மூன்றாம் ஆண்டு)

| வாரம் | வாசகங்கள் |
|---|---|
| ஆண்டவரின் உயிர்ப்பு ஞாயிறு | திருத்தூதர் பணி 10:34, 37-43;<br>கொலோசையர் 3:1-4;<br>யோவான் 20:1-9 |
| பாஸ்கா காலத்தின் இரண்டாம் ஞாயிறு | திருத்தூதர் பணி 5:12-16;<br>திருவெளிப்பாடு 1:9-13, 17-19;<br>யோவான் 20:19-31 |
| பாஸ்கா காலத்தின் மூன்றாம் ஞாயிறு | திருத்தூதர் பணி 5:27-32, 40-41;<br>திருவெளிப்பாடு 5:11-14;<br>யோவான் 21:1-19 |
| பாஸ்கா காலத்தின் நான்காம் ஞாயிறு | திருத்தூதர் பணி 13:14, 43-52;<br>திருவெளிப்பாடு 7:9, 14-17;<br>யோவான் 10:27-30 |
| பாஸ்கா காலத்தின் ஐந்தாம் ஞாயிறு | திருத்தூதர் பணி 14:21-27;<br>திருவெளிப்பாடு 21:1-5;<br>யோவான் 13:31-35 |
| பாஸ்கா காலத்தின் ஆறாம் ஞாயிறு | திருத்தூதர் பணி 15:1-2, 22-29;<br>திருவெளிப்பாடு 21:10-14, 22-23;<br>யோவான் 14:23-29 |
| பாஸ்கா காலத்தின் ஏழாம் ஞாயிறு | திருத்தூதர் பணி 7:55-60;<br>திருவெளிப்பாடு 22:12-14,1617, 20;<br>யோவான் 17:20-26 |
| தூய ஆவியார் ஞாயிறு | திருத்தூதர் பணி 2:1-11<br>உரோமையர் 8:8-17<br>யோவான் 14:15-16, 23-26 |

# ஆண்டவருடைய

# உயிர்ப்பு ஞாயிறு

## தொடக்கச் செபம்

நமக்குச் சிந்தனை உணர்வூட்டவும், இறைவார்த்தைக்கும் மற்றவருக்கும் திறந்த மனதுடன் செவி கொடுக்கவும் அனைவரும் இணைந்து தொடக்கச் செபத்தை சொல்லி, ஒரு பாடலைப் பாடவும்.

எங்கள் தந்தையாகிய இறைவா,
உமது வல்லமையால், எங்கள் ஆண்டவராகிய இயேசு இறப்பின் கட்டுகளை உடைத்து, கல்லறையின் வெறுமையிலிருந்து விடுதலையானார்.
உம் பிள்ளைகளாகிய நாங்கள், உமது மீட்புத் திட்டத்தின் அற்புத மறைபொருளைக் கண்டு வியக்கிறோம். இந்த உயிர்ப்புப் பெருவிழாவில் நாங்கள் உயிர்த்தெழுந்தவரைக் குறித்து மகிழ்ச்சியடையும் போது, பயத்துடனும் இறப்புடனும் நாங்கள் மேற்கொள்ளும் இவ்வுலகப் போராட்டம் ஒரு நாள் உயிர்ப்பின் வெற்றிக்கு வழிவகுக்கும் என்ற எதிர்நோக்குடன் வாழ்வோமாக. எல்லாம் வல்ல இறைவா, எல்லாவற்றிலும் மேலானவரே, நீர் போற்றப் பெருவீராக! அல்லேலூயா!
ஆமென்.

## இறை வார்த்தை:

*மூன்று வாசகங்களையும் கீழுள்ள அதன் விளக்கங்களையும் சத்தமாக வாசித்தப் பின் அமைதியான சிந்தனைக்கு சிறிது நேரம் ஒதுக்கவும். குழுவின் முதல்வர் கொடுக்கப்பட்டுள்ள விளக்கங்களைப் பயன்படுத்தி வாசகங்களைத் தெளிவு படுத்துவார். குழுவின் முதல்வர் தகுந்தத் தயாரிப்புடன் இருக்கப் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.*

**முதல் வாசகம்: திருத்தூதர் பணிகள் 10 : 34, 37 - 43**

இயேசுவும் அவரது செய்தியும் கிறிஸ்தவ நம்பிக்கையின் சிகரம். இருப்பினும், இன்றைய வாசகத்தில் பேதுரு குறிப்பிடும் இறைப்பற்றுள்ள கொர்னேலியு, இயேசுவை உடல் ரீதியாக அனுபவித்ததில்லை. நாசரேத் இயேசுவைப் பற்றி கொர்னேலியுவுக்குத் தெரிந்ததெல்லாம் பலரிடமிருந்துப் பெற்ற சிறு வதந்திகள் மட்டுமே. இறுதியாக, தொடக்கத்திலிருந்தே இயேசுவின் கதையை அவரது திருத்தூதர் அளித்த உண்மை சாட்சியை நேரில் கேட்டது, மிகவும் அர்த்தமுள்ளதாகவும் நம்பிக்கையூட்டுவதுமாக இருந்தது. இந்த அற்புத சாட்சி வழியாக பேதுரு துண்டுகளை ஒன்றாக இணைத்து, கொர்னேலியு இயேசுவை அறியவும் இயேசுவின் நற்செய்தியை நம்பவும் வழிவகுத்தார்.

**இரண்டாம் வாசகம்: கொலோசையர் 3 : 1 - 4**

பவுல் காலத்து மக்கள், அடுத்த தலைமுறை அழியாமையை நன்கு நினைவு கூறும் என்று கருதினர். ஒரு நீடித்த மரபை விட்டுச் செல்லும் கலாச்சாரக் கருத்துக்கு, நமது சந்ததியினரின் நினைவைப் பாதுகாப்பது முக்கியம். கிறிஸ்துவில் நிலைத்து வாழ, ஒருவர் சந்ததியையோ, இவ்வுலக நினைவுச் சின்னங்களையோ நம்பாமல், கடவுளின் வல்லமையை நம்ப வேண்டும் என பவுல் வாதிட்டார். இவ்வாறு, உண்மையான நிலைவாழ்வைப் பெற, 'இவ்வுலகு சார்ந்தவைப் பற்றி அல்ல, மேலுலகு சார்ந்தவை' மீது தங்கள் கவனத்தைத் திருப்பும்படி கிறிஸ்தவர்கள் அழைக்கப்பட்டனர். ஆன்மீக அழியாமை பற்றிய பவுலின் உரை, புதிதாக திருமுழுக்குப் பெற்ற கிறிஸ்தவர்கள் நிலைவாழ்வைப் பற்றிய வேறுபட்ட புரிதலைப் பெற வழிவகுத்தது.

**நற்செய்தி வாசகம்: யோவான் 20 : 1 - 9**

சீடர்கள் மத்தியில் மிகுந்த பரபரப்பும் ஓட்டமும் இருந்த போதிலும், அவர்கள் காலியான கல்லறையைக் கண்டதும் இயேசு உயிர்த்துவிட்டார் என்ற எண்ணம் அவர்களிடம் எழவில்லை. இயேசுவின் உடலைத் திருடிவிட்டனர் என்ற எண்ணமே மகதலா மரியாவுக்கு முதலில் எழுந்தது. இருப்பினும், சீடர்கள் அக்காட்சியை மிக உன்னிப்பாகக் கவனித்த போது, இயேசுவைப் பற்றிய நினைவுகள் அவர்களுக்குள் ஒரு புதிய புரிதலைத் தூண்டின. இயேசுவுடன் அவர்கள் பெற்ற தனிப்பட்ட அனுபவம், எல்லா சாத்தியக் கூறுகளையும் மீறி, அவர் சொன்னது போலவே, இறந்தோரிடமிருந்து உயிர்த்துவிட்டார் என்பதை நம்ப வழிவகுத்தது. இந்நிகழ்வு, இயேசு சொன்னதையும் செய்ததையும் பற்றி அவர்கள் முன்பு நினைவில் வைத்திருந்த அனைத்தையும் மாற்றியது.

## தியானிப்போம்:

*இந்த வார வாசகங்களின் சிந்தனையை ஆழப்படுத்த உதவும் இப்பகுதியை ஒருவர் சத்தமாக வாசிக்கவும். சிந்தித்துப் பதிலளிக்கத் தகுந்த நேரத்தை அனுமதிக்கவும்.*

சிங்கப்பூரர்களின் மனதைக் கவர்வது மிகக் கடினம். நன்றாகப் பயணம் செய்து, பலவற்றை அனுபவித்திருக்கும் அவர்களிடம் அதிக எதிர்பார்ப்புகள் உள்ளன. அவர்கள் எல்லாவற்றையும் பார்த்தவர்கள். இருப்பினும், அரிதான சந்தர்ப்பங்களில், சோர்வுற்ற சில சிங்கப்பூரர்கள் புதிய ஒன்றைக் கண்டு ஆச்சரியப்படலாம்! அப்படியென்றால், ஏமாற்றமடைந்த கிறிஸ்தவர்களின் நிலை என்ன? உயிர்ப்பு விழா என்ன புதுமையைக் கொண்டுவர முடியும்? ஒரு வேளை நாம் நமது நம்பிக்கையைப் புறக்கணித்ததால் நம் தந்தையாகிய இறைவனுடனான நமது உறவு அறுத்திருக்கலாம்; அல்லது ஒரு ஆலய ஊழல் நம் இதயங்களைக் கடினப்படுத்தி, நம்மை நாமே தூர விலக்கிக் இருக்கலாம். ஒருவேளை நம் தந்தையாகிய இறைவன் மீது நாம் வைத்திருந்த உயர்ந்த எதிர்பார்ப்புகள் நம்மை ஏமாற்றியதால், நம் தந்தையாகிய இறைவன் நம்மை விட்டுச் சென்றது போல் நாம் உணரலாம்.

சிலுவையில் அறையப்பட்ட வேளையில் இயேசுவின் சீடர்களும் அவ்வாறே உணர்ந்திருக்கலாம். அவர்கள் இயேசுவோடு பயணம் செய்து, அவருடைய அற்புத வார்த்தைகளையும் செயல்களையும் அனுபவித்தார்கள். ஆயினும், எருசலேமைத் தவிர்க்கும் அவர்களின் ஆலோசனையை இயேசு எதிர்த்தார். தன்னைப் பிடிக்கவும், அவர்களைப் பயமுறுத்தும் வகையில் பாடுகள்பட்டுக் கொல்லப்பட அவர் அனுமதித்தார். எல்லாம் அர்த்தமற்றதாகத் தோன்றியது! இயேசுவோடு நல்லதொரு எதிர்காலத்தை அனுபவிக்க வேண்டும் என்ற அவர்களின் கனவும் அவரோடு இறந்து, கசப்பான நினைவுகளை மட்டுமே விட்டுச் சென்றது. இருப்பினும், மகதலா மரியா வெற்றுக் கல்லறை பற்றிய திடுக்கிடும் செய்தியுடன் திரும்பினாள். பின்னர் படிப்படியாக, பேதுருவும் மற்ற சீடர்களும் அதன் பொருளை உணர்ந்தனர். நம் தந்தையாகிய இறைவன் இறப்புக்கு அப்பால் ஒரு புது வழியைத் திறந்துள்ளார்.

நம் வாழ்வின் இறுதியாக இறப்பைப் பார்ப்பதைத் தவிர்க்கவே இயேசு இறந்தோரிடமிருந்து உயிர்த்தெழுந்தார். இதுவே செயல்படும் உயிர்ப்பு! நம் தந்தையாகிய இறைவன் உடல் மற்றும் ஆன்மீக இறப்பை உடைக்கிறார். இந்த யூபிலி ஆண்டு, நம் தந்தையாகிய இறைவன் எல்லா மக்களுக்கும் எல்லா நேரங்களிலும் புதிய வழிகளைத் திறக்கிறார் என்பதை அறிவிக்கிறது. ஆன்மீக இறப்பை வெல்லும் இரக்கம், நம்பிக்கை, அன்பு மற்றும் மன்னிப்பை நாம் காணும் போதெல்லாம், அதுவே உயிர்ப்பு! கடவுள் கதையை மீண்டும் எழுதுகிறார். நம்மிடமுள்ள இருளை மிகைப்படுத்தி மதிப்பிடாமல், எப்போதும் உயர்ந்தவரான நம் தந்தையாகிய இறைவன் மீதுள்ள நம்பிக்கையைக் காத்துக் கொள்வோம். நமது சொந்த ‘வெற்றுக் கல்லறைகளை’ விட்டு வெளியேறி, நாம் இழந்துவிட்டதாக நினைத்த அன்பைத் தழுவிக்கொள்ள, நம் தந்தையாகிய இறைவன் நமது இதயங்களை ஒரு புதிய வழிக்குத் திறக்க அனுமதிப்போம்.

## பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*இந்தப் பகுதி தனிநபர் மற்றும் குழுக்கள் பகிர்வுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் பிற்பகுதி அன்பியங்கள், ஆலயப் பணிக்குழுக்கள், குடும்பங்கள் என்றக் குறிப்பிட்டச் சூழலுக்கேற்பக் குழுப் பகிர்வுகளைத் தூண்ட உதவும். அனைவரும் இக்கேள்விகளைச் சிந்தித்துப் பதிலளிக்க நேரம் ஒதுக்கவும்.*

### தனிநபர் சிந்தனை & பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*கீழுள்ளவற்றைச் சிந்திக்க நேரம் ஒதுக்கவும். நீங்கள் குழுவிலிருந்தால் குழுவாகப் பகிரவும். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். மற்றவர்களுடன் நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

- எனது தவக்கால அனுசரிப்புகளால் நான் என்னுள் ‘புது வாழ்வை’ காண்கிறேனா?
- என் வாழ்வின் எப்பகுதிகளில் உயிர்ப்பையும், உயிர்ப்பின் மகிழ்ச்சியையும் அனுபவித்தேன்?

### குழுச் சூழலுக்கு ஏற்றப் பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*சூழலுக்கு ஏற்ப பின்வரும் கேள்விகளில் ஒன்றை நீங்கள் சிந்திக்க விரும்பலாம். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். ஒரு சமூகமாக/பணிக்குழுவாக/குடும்பமாக நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

**சிறு அன்பியக் குழுக்கள்:**

- நமது கிறிஸ்தவ சமூகத்தின் புதுமை என்ன?
- நமது கிறிஸ்தவ சமூகம் நம்மைச் சுற்றியுள்ளவர்களுக்கு உயிர்ப்பின் நம்பிக்கையையும் மகிழ்ச்சியையும் எந்த வழிகளில் வழங்குகிறது?

**ஆலயப் பணிக்குழுக்கள்:**

- ஆலயப் பணிக்குழுவின் தவக்கால அனுசரிப்பு நமது பணிகளில் எத்தகையப் புது வாழ்வைக் கொண்டு வந்துள்ளது?
- உயிர்ப்பின் புது வாழ்வையும் உயிர்ப்பின் நம்பிக்கையையும் நமது பணிகளில் உணர முடியுமா?

**குடும்பங்கள்:**

- உயிர்ப்பின் புது வாழ்வை அறிமுகப்படுத்த குடும்பத்தில் எந்தக் கல்லறை திறக்கப்பட்டுள்ளது?
- குடும்ப உறுப்பினர்கள் உயிர்ப்பின் மகிழ்ச்சியையும் நம்பிக்கையையும் சுமப்பவர்களா?

# நற்செயல் புரிவோம்

*வேறு ஒரு நபரை அணுகவும், இயேசுவின் நற்செய்தியைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும் அறிவிக்கவும் உங்களுக்கான செயல்.*

**நீங்கள் சேர்ந்து பயணிக்கும் குழுவை ஒன்று கூட்டி, உயிர்த்த இறைவனுடன் நீங்கள் பெற்ற புது வாழ்வைக் கொண்டாடுங்கள். கொண்டாட்டத்தின் முடிவில், இந்த நற்செய்தியை மற்றவர்களுக்கு எவ்வாறு கொண்டு செல்லப் போகிறீர்கள் என்பதைப் பகிருங்கள்.**

## நிறைவு செபம்

நிறைவு செபத்தை அனைவரும் இணைந்து சொல்லி அமர்வை முடிக்கவும். பங்கேற்ற அனைவருக்காகவும் சமூகத்திற்காகவும் செபியுங்கள்.

**தந்தையே,**

**இயேசுவின் உயிர்ப்பு எங்கள் நம்பிக்கையையும் எதிர்நோக்கையும் புதுப்பிக்க ஒரு புதிய வழியைத் திறந்துள்ளது. இன்று நாங்கள் ஒவ்வொருவரும் பகிர்ந்து கொண்டதைக் கேட்கும்போது, உயிர்ப்பின் உற்சாகம் எங்கள் இதயங்களில் உணரப்பட்டது. துன்புறும் எங்கள் சகோதர சகோதரிகளுக்கு உமது புது வாழ்வின் வாக்குறுதியை நாங்கள் கொண்டு செல்ல அருள் புரியும். ஒவ்வொரு கண்ணீரும் துடைக்கப்பட்டு, இனி இறப்பு இல்லா இறையாட்சி பற்றிய எதிர்நோக்கில் வாழ்வார்களாக.**

**ஆமென்.**

# என் பாஸ்கா காலச் சிந்தனைகள்

# பாஸ்கா காலத்தின்

# இரண்டாம் ஞாயிறு

## தொடக்கச் செபம்

நமக்குச் சிந்தனை உணர்வூட்டவும், இறைவார்த்தைக்கும் மற்றவருக்கும் திறந்த மனதுடன் செவி கொடுக்கவும் அனைவரும் இணைந்து தொடக்கச் செபத்தை சொல்லி, ஒரு பாடலைப் பாடவும்.

**விண்ணகத் தந்தையே,**
**எங்கள் உயிர்ப்பு விழாவின் மகிழ்ச்சியின் கொடைக்கும்,**
**இறப்பின் மீது கிறிஸ்து கொண்ட வெற்றிக்கும் நன்றியாக**
**இதோ உமது மக்களான நாங்கள் ஒன்று கூடியுள்ளோம். இன்று**
**நாங்கள் உமது வார்த்தையைப் பற்றி சிந்திக்கையில், சீடர்களின்**
**சந்தேகத்திலும் பயத்திலும் நீர் எவ்வாறு உமது இரக்கத்தை வெளிப்படுத்தினீர்**
**என்பதை நாங்கள் நினைவு கூருகிறோம். எங்கள் இதயங்களையும் மனதையும்**
**இறைவார்த்தைக்குத் திறக்கும் போது, உயிர்த்த கிறிஸ்துவை**
**இன்னும் ஆழமாக எதிர்கொள்ளவும், நம்பிக்கை, எதிர்நோக்கு மற்றும்**
**அன்பில் வளரவும் நீர் எங்களுக்கு உதவியருளும்.**
**ஆமென்.**

## இறை வார்த்தை:

*மூன்று வாசகங்களையும் கீழுள்ள அதன் விளக்கங்களையும் சத்தமாக வாசித்தப் பின் அமைதியான சிந்தனைக்கு சிறிது நேரம் ஒதுக்கவும். குழுவின் முதல்வர் கொடுக்கப்பட்டுள்ள விளக்கங்களைப் பயன்படுத்தி வாசகங்களைத் தெளிவு படுத்துவார். குழுவின் முதல்வர் தகுந்தத் தயாரிப்புடன் இருக்கப் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.*

**முதல் வாசகம்: திருத்தூதர் பணிகள் 5 : 12 - 16**

அனனியா, சப்பிராவின் வஞ்சகம் அவர்களின் இறப்புக்கு வழிவகுத்தது என்ற ஆழ்ந்த வருத்தமளிக்கும் நிகழ்வுக்குப் பின் இன்றைய முதல் வாசகம் தொடங்குகிறது. தொடக்கக் காலத் திருஅவையில் போராட்டங்கள் இருந்த போதிலும், கிறிஸ்தவ சமூகம் தொடர்ந்து சீராக வளர்ந்தது. புனித பேதுரு மற்றும் திருத்தூதர்களின் அற்புதச் செயல்களால் பலர் கிறிஸ்துவிடம் ஈர்க்கப் பட்டனர். இது அவர்களின் சாட்சிக்கும் நம்பிக்கைக்கும் உள்ள வலிமையை நிரூபித்தது. இன்றும் நம் திருஅவை முற்றிலும் சரியாக இல்லை. ஆயினும், அது கிறிஸ்துவின் குணமளிக்கும் வல்லமையையும் மறைப்பணியையும் தொடர்ந்து வெளிப்படுத்தி, அவர் இன்னும் நம்மிடையே இருந்து செயல் ஆற்றுகிறார் என்பதை நமக்கு நினைவூட்டுகிறது.

**இரண்டாம் வாசகம்: திருவெளிப்பாடு 1 : 9 - 13, 17 - 19**

குறிப்பிடத்தக்க சவால்களை எதிர்கொண்ட ஆசியாவிலுள்ள (நவீன காலத் துருக்கி) ஏழு திருஅவைகளுக்கு யோவான் இதை எழுதினார். இந்தப் பகுதியில், ஏழு பொன் விளக்குத் தண்டுகளுக்கு மத்தியில் கிறிஸ்து நிற்கும் ஒரு காட்சியை அவர் காண்கிறார். இது திருஅவைகள் மீது கிறிஸ்து கொண்டுள்ள தெய்வீக அதிகாரத்தைக் குறிக்கிறது. பாவத்தின் மீதும் இறப்பின் மீதும் தான் கொண்ட வெற்றியை நமக்கு உறுதி செய்ய இயேசு 'முதலும் முடிவும் நானே' என்று விவரிக்கிறார். அவர் எல்லாவற்றின் மீதும் அதிகாரம் கொண்டவர், அவர் அனைத்துலகின் நிலையான அரசர். உயிர்ப்புப் பெருவிழாவைக் கொண்டாடும் நமக்கு யோவானின் இக்காட்சி, கிறிஸ்துவின் நிலையானப் பிரசன்னத்திலும், பாதுகாப்பிலும் நம்பிக்கை வைக்க நம்மை ஊக்குவிக்கிறது.

**நற்செய்தி வாசகம்: யோவான் 4 : 1 - 13**

யோவானின் நற்செய்தியின் இந்தப் பகுதி, உயிர்த்த பின் கிறிஸ்து தம் சீடர்களுக்குத் தோன்றிய முதல் விவரிப்பாகும். அவர்கள் மீது ஊதிய இயேசு, தொடக்க நூலில் (2:7) நம் தந்தையாகிய இறைவன் ஆதாம் மீது ஊதி உயிரளித்ததை நமக்கு நினைவூட்டுகிறார். இப்போது, இயேசு சீடர்களுக்குப் புதுவாழ்வைத் தருகிறார். பிறருக்கு இரக்கம் காட்டுவதன் முக்கியத்துவத்தை அவரது வார்த்தைகள் வலியுறுத்துகின்றன. அவர் நமக்குத் தூய ஆவியைத் தந்து, ஒருவருக்கொருவர் மன்னிப்பை வழங்க அதிகாரம் அளிக்கிறார். முதலில் சந்தேகிக்கும் தோமா, கடினக் காலங்களில் நமது நம்பிக்கையை சந்தேகிக்கும் மனிதப் போக்கைப் பிரதிபலிக்கிறார். உயிர்த்த கிறிஸ்துவுடன் ஏற்பட்ட தனிப்பட்ட சந்திப்பு அவருக்கு நம்பிக்கை அளிக்கிறது. காணாமலே நம்பும் உயிர்ப்பின் மக்களான நாம் அனைவரும் பேறுபெற்றோர்!

## தியானிப்போம்:

*இந்த வார வாசகங்களின் சிந்தனையை ஆழப்படுத்த உதவும் இப்பகுதியை ஒருவர் சத்தமாக வாசிக்கவும். சிந்தித்துப் பதிலளிக்கத் தகுந்த நேரத்தை அனுமதிக்கவும்.*

பிறருக்கு நற்செய்தி அறிவித்து மறைப்பணியாற்றுவதே கிறிஸ்தவர்களாகிய நமது முதல் கடமை என இன்றைய முதல் வாசகத்தில் நாம் காண்கிறோம். தூய ஆவியாரின் வல்லமையும் அதிகாரமும் பெற்றத் திருத்தூதர்கள் பல அற்புதங்களைச் செய்து, நோயுற்றோரைக் குணப்படுத்தி, பலரை கிறிஸ்துவில் நம்பிக்கை கொள்ள வைத்தனர். நமது கிறிஸ்தவப் பணி ஒரு தனிப்பட்ட நம்பிக்கை மட்டுமல்ல என்பதை இது நமக்குச் சுட்டிக் காட்டி, கிறிஸ்துவின் அன்பும் குணப்படுத்துதலும் தரும் வழிகளாக இவ்வுலகில் நாம் இருக்க அழைக்கப்படுகிறோம். பிறருக்குப் பணியாற்றவும், இரக்கம் காட்டவும், நீதி வழங்கவும் தூய ஆவியார் நமக்கு அதிகாரம் அளிக்கிறார். பிறரைத் தம்மிடம் ஈர்க்க நம் தந்தையாகிய இறைவன் நமது செயல்களைப் பயன்படுத்துவார் என நாம் நம்புவோம்.

நமது மறைப்பணியில் கிறிஸ்துவின் பங்கைப் பற்றிய நமது புரிதலை நமது இரண்டாம் வாசகம் மேலும் வளப்படுத்துகிறது. கிறிஸ்துவைப் பற்றிய யோவானின் காட்சி நமக்கு எதிர்நோக்கையையும் ஊக்கத்தையும் அளித்து, நமது நம்பிக்கையை உறுதியுடன் வாழ நமது தீர்மானத்தை வலுப்படுத்துகிறது. ‘முதலும் முடிவும் நானே’ என்ற கிறிஸ்து, ஏற்கனவே பாவத்தையும் இறப்பையும் வென்று நிலையான அரசராக ஆட்சி செய்கிறார். நமக்குப் பின்னால் கிறிஸ்துவின் வல்லமை இருப்பதை அறிந்து, நமது நம்பிக்கையைத் துணிவுடன் வாழ இக்காட்சி நம்மை ஊக்குவிக்கிறது. எனவே. நாம் துணிவுடன் நற்செய்தியை அறிவிப்போம், சக கத்தோலிக்கர்களையும் அவ்வாறே செய்ய ஊக்குவிப்போம்.

புனித தோமாவின் சந்தேகங்களையும் அதைத் தொடர்ந்த நம்பிக்கையையும் நாம் சிந்திக்கும் போது, நமது ஆன்மீகப் பயணத்திலுள்ள நமது சொந்தப் போராட்டங்களை நாம் எதிர்கொள்ள அழைக்கப்படுகிறோம். இயேசு நம்மை இரக்கத்துடன் சந்திப்பார் என நாம் நம்ப வேண்டும். அவர் நம் சந்தேகங்களில் நம்மை சந்தித்து, நம் நம்பிக்கையை வலுப்படுத்துகிறார். தோமா இந்தியா வரை நற்செய்தியைப் பரப்பினார் என்பது பாரம்பரியம், இது உயிர்த்தெழுந்த இறைவனுடனான சந்திப்பு எவ்வாறு நம் மறைப்பணியை ஊக்குவிக்கும் என்பதற்கான வல்லமை மிக்கதொரு எடுத்துக்காட்டு. அதே போல், உயிர்த்த கிறிஸ்துவை எதிர்கொள்வது, அவரை அறியாதவர்களுக்கு நற்செய்தியைக் கொண்டு செல்ல நம்மைத் தூண்ட வேண்டும்.

இந்தப் பாஸ்கா காலத்தில் நம் தந்தையாகிய இறைவன் நமக்கு துணிவையும் இரக்கத்தையும் அளிக்க வேண்டுமென்று நம் மன்றாடுவோம். புனித தோமாவின் முன்மாதிரியைப் பின்பற்றி அவர் நம்மை மறைப்பணித் தூதர்களாக அனுப்புவாராக.

## பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*இந்தப் பகுதி தனிநபர் மற்றும் குழுக்கள் பகிர்வுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் பிற்பகுதி அன்பியங்கள், ஆலயப் பணிக்குழுக்கள், குடும்பங்கள் என்றக் குறிப்பிட்டச் சூழலுக்கேற்பக் குழுப் பகிர்வுகளைத் தூண்ட உதவும். அனைவரும் இக்கேள்விகளைச் சிந்தித்துப் பதிலளிக்க நேரம் ஒதுக்கவும்.*

### தனிநபர் சிந்தனை & பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*கீழுள்ளவற்றைச் சிந்திக்க நேரம் ஒதுக்கவும். நீங்கள் குழுவிலிருந்தால் குழுவாகப் பகிரவும். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். மற்றவர்களுடன் நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

- உங்களது நம்பிக்கை பற்றிய சந்தேகங்களை எவ்வாறு வென்றீர்கள்?
- இயேசு தோமாவின் சந்தேகங்களைப் போக்கினார். உங்களது நம்பிக்கை பற்றிய சந்தேகங்களை தெளிவாக்காக யாரிடம் செல்வீர்கள்?

### குழுச் சூழலுக்கு ஏற்றப் பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*உங்கள் சூழலுக்கு ஏற்ப பின்வரும் கேள்விகளில் ஒன்றை நீங்கள் சிந்திக்க விரும்பலாம். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். ஒரு சமூகமாக / பணிக்குழுவாக / குடும்பமாக நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

#### சிறு அன்பியக் குழுக்கள்:

- துன்பங்கள் உங்கள் சமூகத்தில் சந்தேகங்களை உருவாக்குகின்றனவா?
- இது போன்றச் சூழ்நிலைகளில் உயிர்ப்பின் எதிர்நோக்கை எவ்வாறு கொண்டு செல்வீர்கள்?

#### ஆலயப் பணிக்குழுக்கள்:

- உங்கள் ஆன்மீகப் பயணத்திலுள்ளப் போராட்டங்களைச் சமாளிக்க உங்கள் பணிக்குழு எவ்வாறு உதவுகிறது?
- தோமாவின் சந்தேகங்களுக்கு இயேசு உறுதியளிப்பதைப் போல உங்கள் பணிக்குழுவினுள் பகிர்தல் இருக்கிறதா?

#### குடும்பங்கள்:

- ஒரே குடும்பமாக நமது நம்பிக்கைப் போராட்டங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும், செபத்தாலும் புரிந்துணர்வாலும் ஒருவருக்கொருவர் ஆதரவளிக்கவும் ஏற்ற ஒரு இடமாக எவ்வாறு உருவாக்க முடியும்?
- குடும்ப உறுப்பினர்களின் சந்தேகங்கள் தெளிவுபடுத்தப்பட்ட பின், பிறருக்கு நற்செய்தியை அறிவிக்க நம்மை நாமே ஊக்குவிக்கிறோமா?

## நற்செயல் புரிவோம்

*வேறு ஒரு நபரை அணுகவும், இயேசுவின் நற்செய்தியைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும் அறிவிக்கவும் உங்களுக்கான செயல்.*

**ஆண்டவருடைய உயிர்ப்பின் நம்பிக்கையில் நீங்கள் எவ்வாறு வளரலாம் என்பது பற்றி உங்கள் சமூகத்தினருடனோ நண்பர்களுடனோ கலந்துரையாடுங்கள்.**
**ஒரு தனிநபராகவும் சமூகமாகவும் நீங்கள் எடுக்கக்கூடிய உறுதியான நடவடிக்கைகளை ஆலோசியுங்கள்.**

## நிறைவு செபம்

நிறைவு செபத்தை அனைவரும் இணைந்து சொல்லி அமர்வை முடிக்கவும். பங்கேற்ற அனைவருக்காகவும் சமூகத்திற்காகவும் செபியுங்கள்.

**விண்ணகத் தந்தையே,**
**எங்கள் வாழ்வில் நீர் எவ்வாறு தொடர்ந்து செயலாற்றுகிறீர் என்பதைக் கண்டறிய எங்களுக்கு வாய்ப்பளித்ததற்கு நன்றி. இந்தச் சிந்தனையை நங்கள் நிறைவு செய்யும் இவ்வேளையில், உயிர்ப்பின் மகிழ்ச்சியும் எதிர்நோக்கும் எங்கள் இதயங்களை நிரப்புவதாக. நாங்கள் இங்கு பகிர்ந்தது போல, உமது மாட்சியில் இல்லாதவர்களுடனும் பகிர்ந்து, எளிமையான, அர்த்தமுள்ள இரக்கச் செயல்களால் உமது அன்பைப் பரப்ப உமது அருளைத் தந்தருளும். நீர் எங்களுக்கு அளித்த நம்பிக்கை, தூய ஆவியாரால் வழிநடத்தப்பட்டு, எங்கள் கிறிஸ்தவ மறைப்புபணியைத் துணிவுடன்  நிறைவேற்ற அருள் புரியும்.**
**ஆமென்.**

# என் பாஸ்கா காலச் சிந்தனைகள்

# பாஸ்கா காலத்தின்

# மூன்றாம் ஞாயிறு

## தொடக்கச் செபம்

நமக்குச் சிந்தனை உணர்வூட்டவும், இறைவார்த்தைக்கும் மற்றவருக்கும் திறந்த மனதுடன் செவி கொடுக்கவும் அனைவரும் இணைந்து தொடக்கச் செபத்தை சொல்லி, ஒரு பாடலைப் பாடவும்.

**விண்ணகத் தந்தையே,**

**தமது பாடுகளாலும், இறப்பினாலும், உயிர்ப்பினாலும் எங்களுக்குப் புது வாழ்வளித்த உம் திருமகன் இயேசு கிறிஸ்து என்னும் உமது அற்புதக் கொடைக்காக நாங்கள் உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம். அவர் வழியாக எங்கள் மீது நீர் கொண்டுள்ள அன்பின் மகத்துவத்தை நாங்கள் அறிந்தோம். இன்றைய வாசகங்களில், எங்கள் ஒவ்வொருவருக்கும் நீர் தனிப்பட்ட செய்தியைக் கொடுப்பீர் என்பதை நாங்கள் அறிவோம். எங்கள் வாழ்வில் நீர் செய்த அற்புதங்களுக்காக நாங்கள் உம்மைப் புகழ்ந்து, போற்றி, நன்றி செலுத்துகிறோம்.**

**ஆமென்.**

## இறை வார்த்தை:

*மூன்று வாசகங்களையும் கீழுள்ள அதன் விளக்கங்களையும் சத்தமாக வாசித்தப் பின் அமைதியான சிந்தனைக்கு சிறிது நேரம் ஒதுக்கவும். குழுவின் முதல்வர் கொடுக்கப்பட்டுள்ள விளக்கங்களைப் பயன்படுத்தி வாசகங்களைத் தெளிவு படுத்துவார். குழுவின் முதல்வர் தகுந்தத் தயாரிப்புடன் இருக்கப் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.*

**முதல் வாசகம்: திருத்தூதர் பணிகள் 5 : 27 - 32, 40 - 41**

அக்காலத்தில் பெரும்பாலான வழக்குகளில் சட்டப்பூர்வ தீர்ப்பு வழங்கும் அதிகாரம் யூதத் தலைமைச் சங்கத்திற்கு இருந்தது. இயேசுவின் இறப்புக்கு அவர்களே காரணம் என குற்றம் சாட்டியதற்காகத் திருத்தூதர்கள் மீது அவர்கள் சீற்றம் கொண்டனர். இயேசுவின் பெயர் போதிப்பதை நிறுத்த வேண்டும் என்ற தலைமைச் சங்கத்தின் கோரிக்கையைத் திருத்தூதர்கள் புறக்கணித்தனர். 'மனிதர்களுக்குக் கீழ்ப்படிவதைவிட கடவுளுக்கு அல்லவா கீழ்ப்படிய வேண்டும்?' என்றார் பேதுரு. 'உலகில் உங்களுக்குத் துன்பமுண்டு எனினும், துணிவுடன் இருங்கள். நான் உலகின் மீது வெற்றி கொண்டு விட்டேன்' (யோவான் 16:33) என்ற இயேசுவின் வார்த்தைகள், துன்புறுத்தலை எதிர்கொண்டத் திருத்தூதர்களின் துணிச்சலுக்குச் சிறந்த எடுத்துக்காட்டும் நினைவூட்டலுமாகும்.

**இரண்டாம் வாசகம்: திருவெளிப்பாடு 5 : 11 - 14**

துன்புறுத்தலை எதிர்கொண்டக் கிறிஸ்தவர்களுக்கு ஊக்கமளிக்க யோவான் திருவெளிப்பாட்டு நூலை எழுதினார். 'திருவெளிப்பாடு' என்ற சொல் கிரேக்க மொழியின் 'அப்போகாலிப்சிஸ்' என்பதன் மொழிபெயர்ப்பாகும், இதன் பொருள் 'வெளிப்படுத்துதல்'. உருவகத்தின் திரையை யோவான் தனது காட்சிகள் வழியாக அகற்றுகிறார். அவர் விண்ணகத்திலுள்ளப் புனிதர்களும் அனைத்துப் படைப்புககளும் கொல்லப்பட்ட ஆட்டுக்குட்டியான இயேசுவுடன் அரியணையில் அமர்ந்திருக்கும் நம் தந்தையாகிய இறைவனை விழுந்து வணங்கினார்கள். நாமும் நம் வாழ்வில் தவிர்க்க முடியாதத் துன்புறுத்தலை எதிர்கொள்கிறோம். நாம் எவ்வளவு துன்புறுத்தலை எதிர்கொண்டாலும், அவரும் அவரைப் பின்பற்றும் அனைவரும் காலத்தின் முடிவில் இறுதி வெற்றியாளர்கள் என இவ்வாசகம் மீண்டும் நமக்கு நினைவூட்டுகிறது.

**நற்செய்தி வாசகம்: யோவான் 21 : 1 - 19**

'153' என்ற எண்ணைக் குறித்து விவிலிய அறிஞர்கள் மாறுபட்டப் பல கோட்பாடுகளைக் கொண்டுள்ளனர், ஆனாலும், ஏராளமான மீன்களும் கிழியாத வலையும் கத்தோலிக்கத் திரு அவையைக் குறிக்கின்றன என்பது ஒருமித்த கருத்து. இது பல மக்களைக் கொண்ட ஒரு குழுவாகத் இருந்தாலும் ஆண்டவருக்குள் ஒன்றுபட்ட ஒரே சமூகமாகும். இயேசுவோடு இருந்த 'மனிதரைப் பிடிப்போரானத்' திருத்தூதர்கள் (மாற் 1:17) அவரது கட்டளையை நிறைவேற்றி, எல்லா மக்களையும் நமது திருஅவைக்குள் கொண்டுவர வேண்டியிருந்தது. இன்று, அக்கட்டளை நம் பொறுப்பிலுள்ளது. இவ்வுலகில் இறையாட்சியைக் கட்டியெழுப்ப இயேசுவுடன் ஒத்துழைத்து, அவருடைய ஆடுகளைப் பராமரிப்பதில் நாம் அவருக்கு உதவ வேண்டும். புனித பேதுரு

துன்புறுத்தலையும் இறப்பையும் அனுபவிப்பார் என இயேசு ஏற்கனவே கூறியிருந்தார். அவரது கட்டளையைப் பின்பற்றுவதில், நாமும் பெரும் துன்புறுத்தல்களைச் சந்திப்போம். இருப்பினும், நம்மைப் பின்பற்றும்படி கேட்கும் நம் ஆண்டவர் மீது நாம் நம்பிக்கை கொள்ள வேண்டும்.

## தியானிப்போம்:

*இந்த வார வாசகங்களின் சிந்தனையை ஆழப்படுத்த உதவும் இப்பகுதியை ஒருவர் சத்தமாக வாசிக்கவும். சிந்தித்துப் பதிலளிக்கத் தகுந்த நேரத்தை அனுமதிக்கவும்.*

கிறிஸ்தவர்கள் துன்புறுத்தப்படுவதை இன்றைய வாசகங்கள் மையமாகக் கொண்டுள்ளன. முதல் வாசகம் யூதத் தலைவர்களிடமிருந்து திருத்தூதர்கள் சந்தித்தத் துன்புறுத்தலையும், இரண்டாம் வாசகம், நம்பிக்கைக்காகத் துன்புறுத்தப்படும் கிறிஸ்தவர்களுக்கு யோவான் அளித்த ஊக்கத்தையும், இறுதியாக, நற்செய்தி அறிவிக்கும் பேதுரு மறைசாட்சியாவார் என இயேசு முன்னுரைத்ததையும் விவரிக்கிறது. உயிர்ப்புக் கொண்டாட்டத்தின் மத்தியில் இது பொருத்தமற்றதாகத் தோன்றினாலும், துன்புறுத்தல் கிறிஸ்தவ வாழ்வின் தொடர்கதை என்ற யதார்த்தத்தை இது பிரதிபலிக்கிறது. துன்பம் இல்லாத வாழ்வை இயேசு வாக்களிக்கவில்லை; மாறாக, அவரைப் பின்பற்றுவோர் தம் வாழ்வையே இழக்க நேரிடும் என்று அவர் எச்சரித்தார் (மத் 16:24-26).

அதிர்ஷ்டவசமாக, கிறிஸ்தவர்களாக இருப்பது நமது உயிருக்கு ஆபத்தை விளைவிக்கும் ஒரு நாட்டில் நாம் வாழவில்லை. ஆனால், நாம் ‘நுண்ணியத் துன்புறுத்தலை’ எதிர்கொள்ளலாம். நீங்கள் கத்தோலிக்கர் என்று குறிப்பிடும் போது ஒரு சக ஊழியர் ஒரு ஏளனக் கருத்தைச் சொல்லலாம், அல்லது வாரயிறுதி இரவு பானங்களை விட ஆலய நிகழ்வுகளுக்கு முன்னுரிமை அளிப்பதற்காக நண்பர்கள் உங்களை கேலி செய்யலாம், சில நண்பர் குழுக்களில் சேர்வதற்கு நற்செய்தியின் போதனைகளுக்கு முரணானக் கருக்கலைப்பு, ஓரினத்தார் உரிமைகள் போன்ற சமூகப் பிரச்சினைகளின் உலகக் கருத்துக்களுக்கு இணங்க வேண்டிய கட்டாயம் ஏற்படலாம். நீங்கள் அனுபவிக்கும் இப்படிப்பட்ட நுண்ணியத் துன்புறுத்தல் எதுவாயினும், அது மிகுந்த மன அழுத்தம், பதட்டம், குழப்பம் போன்றவைகளுக்கு வழிவகுக்கும்.

இவற்றைத் தாங்கிக் கொள்ளும் வலிமைக்காக நாம் நம் ஆண்டவராகிய இயேசு கிறிஸ்துவிடம் திரும்ப வேண்டும். நமக்கு வரக்கூடியப் பின்னடைவுகள் எதுவாயினும், நம் நம்பிக்கையில் உறுதியாக நின்று, ‘இரத்தம் சிந்தாத மறைசாட்சிகளாக’ இருக்கவே நாம் அழைக்கப்படுகிறோம். இவையே திரு அவையின் வளர்ச்சிக்கு மிகவும் பங்களிக்கின்றன. உங்கள் சொற்களும் செயல்களும் உங்கள் உரையாசிரியரின் மனதை மாற்றாமல் போனாலும், அவர்களின் மனமாற்றத்திற்காக நாம் நிச்சயம் செபித்தாலும், பிறர் உங்கள் நம்பிக்கையைப் பார்த்து ஆர்வம் பெறுவர். திருத்தூதர்களைப் போல, நாமும் ‘இயேசுவின் பெயரை முன்னிட்டு அவமதிப்புக்கு உரியவர்களாகக் கருதப்படுவதில் மகிழ்ச்சியடைவோம்.’

# பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*இந்தப் பகுதி தனிநபர் மற்றும் குழுக்கள் பகிர்வுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் பிற்பகுதி அன்பியங்கள், ஆலயப் பணிக்குழுக்கள், குடும்பங்கள் என்றக் குறிப்பிட்டச் சூழலுக்கேற்பக் குழுப் பகிர்வுகளைத் தூண்ட உதவும். அனைவரும் இக்கேள்விகளைச் சிந்தித்துப் பதிலளிக்க நேரம் ஒதுக்கவும்.*

## தனிநபர் சிந்தனை & பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*கீழுள்ளவற்றைச் சிந்திக்க நேரம் ஒதுக்கவும். நீங்கள் குழுவிலிருந்தால் குழுவாகப் பகிரவும். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். மற்றவர்களுடன் நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

- உங்கள் நம்பிக்கையை அறிக்கை செய்ததற்காக நீங்கள் துன்புறுத்தப் படுகிறீர்களா?
- நம்பிக்கையை அறிக்கையிடுவதிலிருந்தும், தொடக்கக் காலக் கிறிஸ்தவர்கள், திருத்தூதர்களின் வரிசையில் சேர்வதிலிருந்தும் உங்களைத் தடுப்பது எது?

## குழுச் சூழலுக்கு ஏற்றப் பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*உங்கள் சூழலுக்கு ஏற்ப பின்வரும் கேள்விகளில் ஒன்றை நீங்கள் சிந்திக்க விரும்பலாம். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். ஒரு சமூகமாக / பணிக்குழுவாக / குடும்பமாக நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

### சிறு அன்பியக் குழுக்கள்:

- நமது நம்பிக்கைக்கு தினமும் சாட்சியளிப்பதில் நாம் எவ்வாறு ஒருவருக்கொருவர் சிறப்பாக ஆதரவளிக்க முடியும்?
- இயேசுவின் உயிர்ப்பின் நற்செய்தியை எந்த அளவுக்கு நீங்கள் அறிவிக்க விருப்பமாக இருக்கிறீர்கள்?

### ஆலயப் பணிக்குழுக்கள்:

- இந்த ஆலயப் பணிக்குழு வழியாகப் பணியாற்றும் போது, இயேசுவின் உயிர்ப்பின் நற்செய்தியை அறிவித்திருக்கிறோமா?
- நீங்கள் ஆற்றும் நற்செய்திப் பணிக்கு இந்த ஆலயப் பணிக்குழு எந்த வழிகளில் ஊக்குவித்து ஆதரித்துள்ளது?

**குடும்பங்கள்:**

- இயேசுவின் உயிர்ப்பின் நற்செய்தியை அறிவித்ததற்காக நீங்கள் நிராகரிப்பட்ட அல்லது துப்புறுதலைச் சந்தித்த தருணங்களைப் பகிருங்கள்.
- உங்கள் நற்செய்திப் பணியில் உங்கள் குடும்பத்தினர் உங்களுக்கு ஆதரவளிக்கிறார்களா? இந்தப் பணியை வேறு எந்த வழிகளில் அவர்கள் ஆதரிக்க முடியும்?

# நற்செயல் புரிவோம்

*வேறு ஒரு நபரை அணுகவும், இயேசுவின் நற்செய்தியைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும் அறிவிக்கவும் உங்களுக்கான செயல்.*

**உங்களுக்குத் தெரிந்த கத்தோலிக்க நம்பிக்கையை இழந்தவர்களுக்காக செபியுங்கள். நீங்கள் செபிக்கும் இந்த நபர்களுக்காக விவிலிய வசனங்கள் அடங்கிய வாழ்த்து அட்டைகள் தயாரிப்பதைக் கருத்தில் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் சேர்ந்து பயணிக்கும் சமூகத்தினரையும் அவர்களுக்காக செபிக்க அழையுங்கள்.**

# நிறைவு செபம்

நிறைவு செபத்தை அனைவரும் இணைந்து சொல்லி அமர்வை முடிக்கவும். பங்கேற்ற அனைவருக்காகவும் சமூகத்திற்காகவும் செபியுங்கள்.

**விண்ணகத் தந்தையே,**

**எங்களுக்கு முன் சென்ற புனிதர்களின் கொடைக்காக நாங்கள் உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம். நமது நம்பிக்கையின் மறைசாட்சிகளாக இருப்பதன் உண்மைப் பொருளை அவர்கள் எங்களுக்குக் காட்டியுள்ளனர். அவர்களின் துணிவு, ஞானம், விடாமுயற்சி ஆகியவை நாங்கள் பின்பற்றுவதற்கு ஊக்கமளிக்கும் முன்மாதிரியை அளிக்கின்றன. உமது பெயருக்காகத் துன்பங்களையும் அவமானங்களையும் சகித்த இந்த உண்மையுள்ளப் பணியாளர்களுக்காக நாங்கள் உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம்.**

**ஆமென்.**

# என் பாஸ்கா காலச் சிந்தனைகள்

# பாஸ்கா காலத்தின்

# நான்காம் ஞாயிறு

## தொடக்கச் செபம்

நமக்குச் சிந்தனை உணர்வூட்டவும், இறைவார்த்தைக்கும் மற்றவருக்கும் திறந்த மனதுடன் செவி கொடுக்கவும் அனைவரும் இணைந்து தொடக்கச் செபத்தை சொல்லி, ஒரு பாடலைப் பாடவும்.

**விண்ணகத் தந்தையே,**

**உமது வார்த்தையைப் பெற இன்று நாங்கள் திறந்த மனங்களுடன் இங்கு கூடியுள்ளோம். பவுல் மற்றும் பர்னபாவின் துணிவால் எங்களை நிரப்பி, துன்பங்களுக்கு மத்தியிலும் உமது அன்பையும் நம்பிக்கையையும் பகிர விருப்பம் கொண்டுள்ளோம். உமது நற்செய்தியை எல்லா மக்களுக்கும் கொண்டு செல்லும் பணியை உண்மையுடன் பின்பற்ற எங்கள் நல்லாயனின் குரல் எங்களை வழிநடத்துவதாக.**

**ஆமென்.**

## இறை வார்த்தை:

*மூன்று வாசகங்களையும் கீழுள்ள அதன் விளக்கங்களையும் சத்தமாக வாசித்தப் பின் அமைதியான சிந்தனைக்கு சிறிது நேரம் ஒதுக்கவும். குழுவின் முதல்வர் கொடுக்கப்பட்டுள்ள விளக்கங்களைப் பயன்படுத்தி வாசகங்களைத் தெளிவு படுத்துவார். குழுவின் முதல்வர் தகுந்தத் தயாரிப்புடன் இருக்கப் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.*

**முதல் வாசகம்: திருத்தூதர் பணிகள் 13 : 14, 43 - 52**

அந்தியோகியாவில் பவுலும் பர்னபாவும் போதித்த மறையுரைக்கு கிடைத்த பதிலை இன்றைய முதல் வாசகம் விவரிக்கிறது. முதலில், பல யூதர்களும் மனமாறியோரும் நற்செய்தியை மேலும் கேட்க ஆர்வமாக இருந்தனர். இருப்பினும், அடுத்த ஓய்வுநாளில் கிட்டத்தட்ட முழு நகரமும் இதைக் கேட்கக் கூடியிருந்தது. இது யூதத் தலைவர்களிடையே பொறாமையை ஏற்படுத்தியது. எனவே, அவர்கள் பவுலை எதிர்க்கவும் அவமதிக்கவும் தொடங்கினார்கள். இது பவுலும் பர்னபாவும் பிற இனத்தாரிடம் சென்று துணிவுடன் நற்செய்தியை அறிவிக்க வழிவகுத்து, உலகின் எல்லை எங்கும் நற்செய்தியை அறிவிக்கப் படும் என்ற எசாயாவின் இறைவாக்கு நிறைவேறியது (எசாயா 42:1–9). இப்பகுதி தொடக்கக் காலக் கிறிஸ்தவர்களுக்கும் யூத அதிகாரிகளுக்கும் இடையே உள்ள பதட்டத்தை எடுத்துக்காட்டுகிறது. அனைத்து நாடுகளுக்கும் நற்செய்தி அறிவித்தல் விரிவடைவதையும் இது காட்டுகிறது.

**இரண்டாம் வாசகம்: திருவெளிப்பாடு 7 : 9, 14 - 17**

வெண்மையானத் தொங்கலாடை அணிந்து, கையில் குருத்தோலைகளைப் பிடித்தபடி, கடவுளின் அரியணை முன் நிற்கும் ஒரு பரந்த, பலதரப்பட்ட மக்களின் தெளிவானக் காட்சியை இரண்டாம் வாசகம் முன்வைக்கிறது. எல்லா நாட்டையும், குலத்தையும் மக்களினத்தையும் மொழியையும் சார்ந்த இவர்கள், கிறிஸ்து வழியாகக் கிடைக்கும் உலகளாவிய மீட்பைக் குறிக்கிறது. ஆட்டுக்குட்டியானவரின் இரத்தத்தில் கழுவப்பட்டத் தூய்மையையும் வெற்றி யையும் இவர்களது வெண்மையானத் தொங்கலாடை. குறிக்கின்றன. இந்த வாசகம் கடவுளின் நிலையானப் பாதுகாப்பின் வாக்குறுதியை வலியுறுத்து கிறது. பல துன்பங்களைத் தாங்கிய இம்மக்கள் இப்போது இறைவனின் பிரசன்னத்தால் பாதுகாக்கப்படுகிறார்கள். இனி இவர்களுக்குப் பசி, தாகம், வலி, எதுவும் இல்லை. கடவுள் இவர்களது கண்களின் எல்லா கண்ணீரையும் துடைப்பார். இது நிலையான ஆறுதலுக்கும் அமைதிக்கும் பெறுவதற்கான நம்பிக்கையை அளிக்கிறது.

**நற்செய்தி வாசகம்: யோவான் 10 : 27 - 30**

இயேசுவுக்கும் அவரைப் பின்பற்றுவோருக்கும் இடையிலான நெருங்கிய உறவை நற்செய்தி இப்பகுதி எண்பிக்கிறது. அவர்கள் அவரது குரலை அடையாளம் கண்டு, அவரைப் பின்பற்றும் ஆடுகளைப் போன்றவர்கள். இயேசு தம்மைச் சேர்ந்தவர்களுக்கு நிலைவாழ்வை அளிக்கிறார், அவர்கள் ஒருபோதும் அழிந்து போகவோ, அவரிடமிருந்து பறித்துக் கொள்ளப்படவோ மாட்டார்கள் என்றும் உறுதியளிக்கிறார். இப்பகுதி, ஒன்றாயிருக்கும் இயேசு மற்றும் தந்தையின் வல்லமையிலும் உண்மையிலும் வேரூன்றிய மீட்பை

நமக்கு உறுதியளிக்கிறது. இது நம்பிக்கையாளர்கள் மீதான தெய்வீகப் பராமரிப்பை நம் தந்தையாகிய இறைவனிடமிருந்து எவரும் பறித்துக் கொள்ள முடியாது என்பதை அடிக்கோடிட்டுக் காட்டுகிறது. இயேசுவுக்கும் தந்தைக்கும் இடையிலான இந்த ஒற்றுமை, நம்பிக்கையாளர்கள் நம் தந்தையாகிய இறைவனுடன் பகிர்ந்து கொள்ளும் வலுவான, உடைக்க முடியாதப் பிணைப்பை பிரதிபலிக்கிறது.

## தியானிப்போம்:

*இந்த வார வாசகங்களின் சிந்தனையை ஆழப்படுத்த உதவும் இப்பகுதியை ஒருவர் சத்தமாக வாசிக்கவும். சிந்தித்துப் பதிலளிக்கத் தகுந்த நேரத்தை அனுமதிக்கவும்.*

அன்புடனும் அக்கறையுடனும் தனது மந்தையை வழிநடத்தும் ஒரு நல்ல ஆயனாக இன்றைய வாசகங்கள் அனைத்தும் இயேசுவைச் சித்தரிக்கின்றன. நம் தந்தையாகிய இறைவனுடைய வார்த்தையைப் பகிரும் போது நாம் எதிர்ப்பைச் சந்திப்போம் என்பதை அந்தியோகியாவில் பவுலும் பர்னபாவும் பெற்ற அனுபவம் நமக்கு நினைவூட்டுகிறது. எனவே, நாம் அவருடைய வழிகாட்டுதலில் நம்பிக்கை வைத்து, இதுபோன்ற கடினமானக் காலங்களில், எல்லா மக்களையும் சென்றடையும் அவரது அன்பை அங்கீகரிக்க வேண்டும். உண்மையில், நாம் யார், எங்கு நற்செய்தி அறிவிக்க வேண்டும் என்பதை, நமது சொந்தக் கருத்துக்களும், தப்பெண்ணங்களும் கட்டுப்படுத்த அனுமதிக்கக் கூடாது. அனைவரும் நம் தந்தையாகிய இறைவனுடைய மந்தையின் ஒரு பகுதியாக இருக்கவே அழைக்கப்படுகிறார்கள். மேலும், தன் மந்தைக்குள் நம் ஆண்டவர் எத்தனை ஆடுகளைச் சேர்ப்பார் என்பது நமக்குத் தெரியாது. அவருடைய வார்த்தையை நாம் யாரிடமும் அறிவிக்கவில்லை என்றால் அந்த எண் வெறும் பூஜ்ஜியமாக இருக்கும் என்பதே நிச்சயம். நல்லாயனின் உருவம் இயேசுவின் குரலைக் கேட்கவும், அவரைப் பின்பற்றவும், நமது பணியை நம்பிக்கையுடன் நிறைவேற்றவும் நம்மை அழைக்கிறது. அவர் அனைவரையும் நிலைவாழ்வுக்கு அழைத்துச் செல்கிறார் என்பதையும், அவருடைய அன்பிலிருந்து எதுவும் நம்மைப் பிரிக்க முடியாது என்பதையும் நாம் அறிவோம்.

இந்த உயிர்ப்புப் பெருவிழாவில், கிறிஸ்துவின் உயிர்ப்பையும், அவர் அளிக்கும் புதுவாழ்வையும் நாம் கொண்டாடும் போது, அவரை இன்னும் அறியாதவர்களுக்கு இத்தகைய எதிர்நோக்கைக் கொண்டு செல்வதற்கான அழைப்பு நமக்கு நினைவூட்டப்படுகிறது. பவுலையும் பர்னபாவையும் போல, எதிர்ப்புகள் இருந்தாலும் நாம் தொடர்ந்து நற்செய்தியை அறிவித்து, நம் அன்றாட சந்திப்புகளில் நம் தந்தையாகிய இறைவனின் அன்பைப் பகிர வேண்டும். கிறிஸ்துவின் அன்பு எல்லையற்றது, அதற்கு வரையறையே இல்லை என்று உயிர்ப்புப் பெருவிழா நமக்குச் சொல்கிறது. எனவே, நாம் அவருடைய செய்தியை பழக்கமான வட்டாரங்களுக்கு அப்பால் பகிர முன்வர வேண்டும். நல்லாயன் நம்மை வழிநடத்துகிறார் என்பது நமக்குத் தெரியும். அப்படியானால், நாம் துணிவுடன் முன்னேறி, கேட்கும் அனைவருக்கும் உயிர்ப்பின் மகிழ்ச்சியைக் கொண்டு செல்வோம்.

# பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*இந்தப் பகுதி தனிநபர் மற்றும் குழுக்கள் பகிர்வுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் பிற்பகுதி அன்பியங்கள், ஆலயப் பணிக்குழுக்கள், குடும்பங்கள் என்றக் குறிப்பிட்டச் சூழலுக்கேற்பக் குழுப் பகிர்வுகளைத் தூண்ட உதவும். அனைவரும் இக்கேள்விகளைச் சிந்தித்துப் பதிலளிக்க நேரம் ஒதுக்கவும்.*

## தனிநபர் சிந்தனை & பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*கீழுள்ளவற்றைச் சிந்திக்க நேரம் ஒதுக்கவும். நீங்கள் குழுவிலிருந்தால் குழுவாகப் பகிரவும். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். மற்றவர்களுடன் நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

- உங்கள் வாழ்க்கைப் பயணத்தில் யாருடையக் குரலைப் பின்பற்றுகிறீர்கள்?
- நீங்கள் உலக வழிகளை எதிர்த்து, உங்கள் வாழ்வின் வழிகாட்டுதலுக்காக நற்செய்தியை நோக்கித் திரும்புவீர்களா?

## குழுச் சூழலுக்கு ஏற்றப் பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*உங்கள் சூழலுக்கு ஏற்ப பின்வரும் கேள்விகளில் ஒன்றை நீங்கள் சிந்திக்க விரும்பலாம். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். ஒரு சமூகமாக / பணிக்குழுவாக / குடும்பமாக நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

### சிறு அன்பியக் குழுக்கள்:

- பவுலும் பர்னபாவும் செய்தது போல, அவரை இன்னும் அறியாதவர்களுக்கு உயிர்ப்பின் புது வாழ்வை கொண்டு செல்ல நாம் அழைக்கப்படுகிறோம். உயிர்ப்புப் பெருவிழாவின் இந்தச் செய்தியைப் பரப்புவதில் நாம் எந்த அளவு உறுதியாக இருக்கிறோம்?
- நல்லாயனின் குரலைக் கேட்டு, அவருடைய திருவுளத்தை உண்மையாக நிறைவேற்ற சமூகம் நேரம் ஒதுக்குகிறதா?

### ஆலயப் பணிக்குழுக்கள்:

- நம்பிக்கையாளர்கள் மீதான தெய்வீகப் பாதுகாப்பின் ஒளியில், மீட்பின் நற்செய்தியை அறிவிக்க உங்கள் பணிக்குழு அதன் உறுப்பினர்களை தீவிரமாக ஊக்குவித்து, தயார்படுத்துகிறதா?
- கிறிஸ்துவின் உயிர்ப்பையும் அவர் அளிக்கும் புது வாழ்வையும் நாம் கொண்டாடும் போது, அவரை இன்னும் அறியாதவர்களுக்கு இந்த எதிர்நோக்கைக் கொண்டு செல்வதற்கான அழைப்பு நமக்கு நினைவூட்டப் படுகிறது. நற்செய்தி அறிவிக்கும் பணியை மேலும் மேம்படுத்த உங்கள் பணிக்குழு என்ன திட்டங்களைக் கொண்டுள்ளது?

**குடும்பங்கள்:**

- நற்செய்தியை அறிவிக்க என் குடும்பத்தில் யாராவது இருக்கிறார்களா?
- நம்பிக்கையற்றோருடன் நற்செய்தியைப் பகிர என் குடும்பம் எவ்வாறு தயாராகிறது?
- நற்செய்தியை அறிவிக்க நம் குடும்பத்தினரை நாம் எந்த வழிகளில் தயாராக்குகிறோம்?

## நற்செயல் புரிவோம்

*வேறு ஒரு நபரை அணுகவும், இயேசுவின் நற்செய்தியைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும் அறிவிக்கவும் உங்களுக்கான செயல்.*

**நம்பிக்கை இழந்தக் கத்தோலிக்கர்களைச் சந்தித்து, நீங்கள் தயாரித்த வாழ்த்து அட்டைகளை அவர்களிடம் கொடுங்கள். உயிர்ப்புப் பெருவிழா பற்றி அவர்களுடன் பகிருங்கள். யாரும் தனித்து விடப்படுவதில்லை என்பதை அவர்களுக்கு நினைவூட்டுங்கள்.**

## நிறைவு செபம்

நிறைவு செபத்தை அனைவரும் இணைந்து சொல்லி அமர்வை முடிக்கவும். பங்கேற்ற அனைவருக்காகவும் சமூகத்திற்காகவும் செபியுங்கள்.

விண்ணகத் தந்தையே,

நீர் எங்கள் மீது கொண்டுள்ள எல்லையற்ற அன்பையும், முடிவில்லாத அக்கறையையும் எங்களுக்கு நினைவூட்டியதற்காக உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம். நிலைவாழ்வைப் பற்றிய உமது வாக்குறுதி, உயிர்ப்பின் மகிழ்ச்சியை எங்களைச் சுற்றியுள்ளவர்களுடன் பகிர எங்கள் இதயங்களை வலுப்படுத்துகிறது. நாங்கள் மற்றவர்களை உமது மந்தைக்குள் சேர்ப்பதால் உமது பார்வையில் நாங்கள் பேறு பெற்றவர்கள் ஆவோமாக.

ஆமென்.

# என் பாஸ்கா காலச் சிந்தனைகள்

# பாஸ்கா காலத்தின்

# ஐந்தாம் ஞாயிறு

## தொடக்கச் செபம்

நமக்குச் சிந்தனை உணர்வூட்டவும், இறைவார்த்தைக்கும் மற்றவருக்கும் திறந்த மனதுடன் செவி கொடுக்கவும் அனைவரும் இணைந்து தொடக்கச் செபத்தை சொல்லி, ஒரு பாடலைப் பாடவும்.

அருளானவரும் நல்லவருமான தந்தையே,

உயிர்ப்புப் பெருவிழாவுக்காக நன்றி. நீர் உம் திருமகனாகிய இயேசு கிறிஸ்து வழியாகவும், தூய ஆவியார் வழியாகவும் செய்த, செய்து கொண்டிருக்கும் அனைத்திற்கும் நன்றி. இயேசு தம் இறப்பினால் உம் திருவுளம் நிறைவேறியதை எங்களுக்கு காட்டினார். எங்கள் அனைவருக்கும் புது வாழ்வை உருவாக்கும் கீழ்ப்படிதலை எங்கள் வாழ்விலும் காட்டுவோமாக. விலைமதிப்பற்ற இயேசுவின் பெயரால் உம்மை மன்றாடுகிறோம்.

ஆமென்.

## இறை வார்த்தை:

*மூன்று வாசகங்களையும் கீழுள்ள அதன் விளக்கங்களையும் சத்தமாக வாசித்தப் பின் அமைதியான சிந்தனைக்கு சிறிது நேரம் ஒதுக்கவும். குழுவின் முதல்வர் கொடுக்கப்பட்டுள்ள விளக்கங்களைப் பயன்படுத்தி வாசகங்களைத் தெளிவு படுத்துவார். குழுவின் முதல்வர் தகுந்தத் தயாரிப்புடன் இருக்கப் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.*

**முதல் வாசகம்: திருத்தூதர் பணிகள் 14 : 21 - 27**

தூய பவுலின் முதல் மறைப்பரப்புப் பயணத்தின் முடிவை இந்த வாசகம் விவரிக்கிறது. பவுலும் பர்னபாவும் தாங்கள் சந்தித்தக் கிறிஸ்தவர்களுக்கு பணியாற்றி, அவர்களின் நம்பிக்கையை வலுப்படுத்தி, இந்த இவ்வுலக வாழ்வில் மீட்பைப் பெற துன்பங்களும் துன்புறுதல்களும் அவசியம் என்பதை அவர்களுக்குக் கற்பித்தனர். அவர்கள் மூப்பர்களை நியமித்தனர். இம்மூப்பர்கள் உள்ளூர் கிறிஸ்தவ சமூகங்களை வழிநடத்தவும் ஆதரிக்கவும் உதவினார்கள். பவுலும் பர்னபாவும் அந்தியோகியாவுக்குத் திரும்பிச் சென்று, நம் தந்தையாகிய இறைவன் தங்கள் பயணத்தால் சாதித்த அனைத்தையும் ஆலய சமூகத்திற்குத் தெரிவித்து, யூதரல்லாதப் பிற இனத்தாருக்கு நம்பிக்கை அளிக்கக் கடவுள் எவ்வாறு தங்களைப் பயன்படுத்தினார் என்பதை அவர்களுடன் பகிர்ந்து கொண்டனர்.

**இரண்டாம் வாசகம்: திருவெளிப்பாடு 21 : 1 - 5**

‘புதிய விண்ணகமும் புதிய மண்ணகமும்’ பற்றிய யோவானின் காட்சி, நம் தந்தையாகிய இறைவனின் முழுமையான மாற்றத்தையும் படைப்பின் மறு சீரமைப்பையும் குறிக்கிறது. தன் மணமகனுக்காகத் தன்னையே அணி செய்து அழகாகத் தயாராக இருக்கும் ஒரு மணமகள் என்று யோவான் இதை விவரிக்கிறார். இது, எருசலேமின் மறுசீரமைப்பு பற்றிய எசாயாவின் காட்சி போன்ற பழைய ஏற்பாட்டிலிருந்து வரும் இறைவாக்கு உருவகங்களை எதிரொலிக்கிறது. இது, திருஅவையை மணமகளாகவும், கிறிஸ்துவை மண மகனாகவும் புதிய ஏற்பாட்டில் காட்டப்படும் திருமண அடையாளத்தை வலுப் படுத்துகிறது. இப்புதிய படைப்பு வெற்றிடம் அல்ல, அது தம் மக்களிடையே கடவுள் கொண்டுள்ள நெருக்கமான பிரசன்னமாகும். யோவானின் காட்சியில் கடவுளின் உடன்படிக்கை நிறைவேறுகிறது: எல்லாம் புதிதாக்கப்படுவதால் இனி கண்ணீரும் இல்லை, துன்பமும் இல்லை.

**நற்செய்தி வாசகம்: யோவான் 13 : 31 - 35**

இயேசு தம் சீடர்களை ‘பிள்ளைகளே’ என்று அழைத்து, தம் பிரிவிற்கு அவர்கள் தயாராக இல்லாததை விவரிக்கிறார். அவரைப் பின்பற்ற, ‘நான் உங்களிடம் அன்பு செலுத்தியது போல நீங்களும் ஒருவர் மற்றவரிடம் அன்பு செலுத்துங்கள்’ என்றப் புதிய கட்டளையை அவர்களுக்குக் கொடுக்கிறார். அன்பு என்பது ஒரு புதிய கருத்தல்ல என்றாலும், அதன் தீவிரமான வெளிப் பாட்டிற்கு இயேசு அழைப்பு விடுக்கிறார். அவர் தம் சீடர்களிடம், ‘தம் நண்பர்களுக்காக உயிரைக் கொடுப்பதை விட சிறந்த அன்பு யாரிடமும் இல்லை’ (யோவான் 15:13) என்று கூறி, நமக்காக சிலுவையில் உயிரைத்

தியாகம் செய்து அதை வெளிப்படுத்துகிறார். உடை, உணவு, சடங்கு போன்ற வெளிப்புற அடையாளங்களை விட இத்தகையத் தன்னலமற்ற அன்பினால் மட்டுமே இயேசுவின் சீடர்கள் அங்கீகரிக்கப்படுவார்கள்.

## தியானிப்போம்:

*இந்த வார வாசகங்களின் சிந்தனையை ஆழப்படுத்த உதவும் இப்பகுதியை ஒருவர் சத்தமாக வாசிக்கவும். சிந்தித்துப் பதிலளிக்கத் தகுந்த நேரத்தை அனுமதிக்கவும்.*

நன்மைக்கான உள்ளுணர்வு, நீதிக்கான உணர்வு, அமைதிக்கான ஏக்கம் மனிதர்களாகிய நம்மிடம் உள்ளது. இவை நம் தந்தையாகிய இறைவனிடம் இருந்தே வருவதால் இயேசுவை எதிர்கொண்ட அனைவரின் அனுபவமும் இப்படித்தான் இருந்தது. நம் தந்தையாகிய இறைவன் தங்களிடம் இருப்பதை அவர்கள் உணர்ந்து, மறைநூலில் முன்னறிவிக்கப்பட்ட மெசியா இயேசு தான் என்றும் அவர்கள் ஆச்சரியப்பட்டார்கள். இயேசு 'புதிய விண்ணகத் தையும் புதிய மண்ணகத்தையும்' நிலைநாட்ட வந்தார். நம் தந்தையாகிய இறைவனுடைய பிரசன்னத்தில் இருக்க வேண்டும் என்ற அனைத்து மனித குலத்தின் ஏக்கத்தையும் நிறைவேற்ற நம்மோடு இருக்க அவர் வந்தார். 'ஆண்டவரே! உமக்காகவே நீர் எங்களை படைத்தீர், உம்மில் நிலைத்திருக்கும் வரை எங்கள் இதயம் அமைதியற்று இருக்கும்' என்று புனித அகுஸ்தின் தனது நூலில் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

'புதிய விண்ணகமும் புதிய மண்ணகமும்' இறையாட்சி என இயேசுவால் விவரிக்கப்பட்டது. இருப்பினும், இந்த ஆட்சி இவ்வுலகில் இன்னும் முழுமை பெறவில்லை. தம்மைப் பின்பற்றுவோர் அனைவரும் தொடர்ந்து இந்த ஆட்சிக்காக உழைக்க வேண்டும் என்று இயேசு கட்டளையிடுகிறார். எப்படி? அவரது முன்மாதிரியைப் பின்பற்றி, ஒருவருக்கொருவர் காட்டும் தீவிரமான, தியாக அன்பினால். அன்புடன் வாழவும் செயல்படவும் இந்த கட்டளை, இயேசுவின் சீடர்களாக இருப்பதற்கான அடையாளம் மட்டுமல்ல. எல்லா உறவுகளும் சரிசெய்யப்படவும், இறையாட்சியைக் கட்டியெழுப்பத் தூய ஆவியாருடன் ஒத்துழைப்பதற்கான ஒரு வழியாகவும் இது இருக்கிறது.

இந்த அன்பு தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட சிலருக்கு மட்டுமல்ல, முழு மனிதகுலத் திற்கும் உரியது. இத்தூண்டுதல் பவுலும் பர்னபாவும் உரோமை முழுவதும் நற்செய்தியை அறிவிக்க வழிவகுத்தது. ஆலயங்களுக்கு அவர்கள் சொன்ன செய்தி நிதானமாக இருந்தாலும், கிறிஸ்தவர்களான நாம் துன்புறுத்தலைத் தவிர்க்க முடியாதது. துன்புறுத்தலைத் தாங்குவதால் தான் நாம் இயேசு கிறிஸ்துவிடம் நெருங்கி வந்து, அவருடன் இறந்து உயிர்த்தெழுவோம். நாம் உயிர்ப்பின் மக்கள் என்பதை எப்போதும் நினைவில் கொள்வோம். இயேசு நமக்காக சாவை அனுபவித்து, நம் மீது தம் அன்பைக் காட்ட உயிர்த்தெழுந்தார். தூய ஆவியாரால் எப்போதும் வழிநடத்தப்பட்டு, அன்பின் வாழ்வைத் தொடர்ந்து வாழ்வதற்கானப் புதுப்பிக்கப்பட்ட எதிர்நோக்கின் காலமாக இந்த உயிர்ப்புப் பெருவிழா அமையட்டும்.

# பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*இந்தப் பகுதி தனிநபர் மற்றும் குழுக்கள் பகிர்வுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் பிற்பகுதி அன்பியங்கள், ஆலயப் பணிக்குழுக்கள், குடும்பங்கள் என்றக் குறிப்பிட்டச் சூழலுக்கேற்பக் குழுப் பகிர்வுகளைத் தூண்ட உதவும். அனைவரும் இக்கேள்விகளைச் சிந்தித்துப் பதிலளிக்க நேரம் ஒதுக்கவும்.*

## தனிநபர் சிந்தனை & பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*கீழுள்ளவற்றைச் சிந்திக்க நேரம் ஒதுக்கவும். நீங்கள் குழுவிலிருந்தால் குழுவாகப் பகிரவும். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். மற்றவர்களுடன் நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

- ஆண்டவருடைய அன்பு உங்கள் மீது தனிப்பட்ட முறையில் இருக்கிறது என்பதை நீங்கள் நம்பி ஏற்றுக் கொள்கிறீர்களா?
- தம் இறையாட்சியை அறிவிக்க நம் தந்தை உங்களை எவ்வாறு அழைக்கிறார்?

## குழுச் சூழலுக்கு ஏற்றப் பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*உங்கள் சூழலுக்கு ஏற்ப பின்வரும் கேள்விகளில் ஒன்றை நீங்கள் சிந்திக்க விரும்பலாம். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். ஒரு சமூகமாக / பணிக்குழுவாக / குடும்பமாக நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

### சிறு அன்பியக் குழுக்கள்:

- இறைவனின் அன்பு தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட சிலருக்கு மட்டுமல்ல, முழு மனித குலத்திற்கும் உரியது. நமது சமூகம் இதை எவ்வாறு வெளிப்படுத்தியுள்ளது? நம்மைச் சுற்றியுள்ளவர்களுடன் எவ்வாறு பகிர்ந்து கொண்டது?
- இந்தப் பாஸ்கா காலம் அன்பின் வாழ்வைத் தொடர்ந்து வாழ்வதற்கானப் புதுப்பிக்கப்பட்ட எதிர்நோக்கின் காலமாகும். சமூகம் இதை எப்படி யதார்த்தமாக்குகிறது?

### ஆலயப் பணிக்குழுக்கள்:

- பிறர் இயேசுவை இன்னும் ஆழமாக அறிந்து கொள்ள உங்கள் பணிக்குழு உறுப்பினர்கள் ஒருவருக்கொருவர் தங்கள் உயிரைக் கொடுக்கத் தயாராக இருக்கிறார்களா?
- உங்கள் பணிக்குழுவில் அன்பு எந்த அளவுக்கு வெளிப்படுகிறது? உறுப்பினர்கள் ஒருவருக்கொருவர் மீது வைத்திருக்கும் அன்பு எந்த அளவுக்கு வெளிப்படுகிறது?

**குடும்பங்கள்:**

- உயிர்ப்புப் பெருவிழா முதல் நம் குடும்பம் உயிர்ப்பின் வாழ்வை எவ்வாறு வாழ்ந்தது?
- குடும்பத்தில் உணரப்படும் உயிர்ப்பின் எதிர்நோக்கு என்ன?

# நற்செயல் புரிவோம்

*வேறு ஒரு நபரை அணுகவும், இயேசுவின் நற்செய்தியைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும் அறிவிக்கவும் உங்களுக்கான செயல்.*

பெந்தக்கோஸ்தே பேரணி எங்கு நடைபெறுகிறது என்பதைக் கண்டறியவும். நம்பிக்கை இழந்த கத்தோலிக்கர்களைத் தொடர்ந்து அணுகி, தங்களது நம்பிக்கையைப் பற்றி நல்லதைக் கூறுவோரையும், ஆலயப் பணியில் தீவிரமாக ஈடுபட்டுள்ளோரையும் அறிமுகப்படுத்துங்கள்.

# நிறைவு செபம்

நிறைவு செபத்தை அனைவரும் இணைந்து சொல்லி அமர்வை முடிக்கவும். பங்கேற்ற அனைவருக்காகவும் சமூகத்திற்காகவும் செபியுங்கள்.

ஆண்டவரே,

உமது அன்பைப் பரப்புவதில் கிறிஸ்தவர்கள் துன்பப்படுவதைத் தவிர்க்க முடியாதது. இந்த சகிப்புத்தன்மையால் நாங்கள் தூய்மையாக்கப்பட்டு எங்கள் வாழ்வில் உம்மை இன்னும் தெளிவாகக் காண முடியும் என்பதை அறிவோம். இறப்புக்கு அப்பாற்பட்ட எதிர்நோக்குடன் இருக்கும் உயிர்ப்பின் மக்களாக, புனித பவுலையும் பர்னபாவையும் போல உமது அன்பை அனைவருக்கும் வெளிப்படுத்த நாங்கள் பாடுபடுவோமாக. உமது அன்பை வெளிப்படுத்துவதற்கான இந்த முயற்சி, உமக்கும், பிறருக்கும், அனைத்துப் படைப்புகளுக்கும் இடையிலான எங்கள் உறவுகளை மாற்றுவதாக.

ஆமென்.

# என் பாஸ்கா காலச் சிந்தனைகள்

# பாஸ்கா காலத்தின்

# ஆறாம் ஞாயிறு

## தொடக்கச் செபம்

நமக்குச் சிந்தனை உணர்வூட்டவும், இறைவார்த்தைக்கும் மற்றவருக்கும் திறந்த மனதுடன் செவி கொடுக்கவும் அனைவரும் இணைந்து தொடக்கச் செபத்தை சொல்லி, ஒரு பாடலைப் பாடவும்.

**விண்ணகத் தந்தையே,**

**இயேசு தம் சீடர்களுக்குத் தூய ஆவியாரை வாக்களித்துத் தம் பிரிவுக்கு அவர்களைத் தயார்படுத்தினார். இத்தனை வருடங்களுக்குப் பிறகும், அவருடைய வாக்குறுதியால் பயனடைந்தவர்கள் நாங்கள் தான். உம் திருமகனாகிய எங்கள் ஆண்டவர் உம்மை மாட்சியுறச் செய்த அனைத்தையும், எங்களுக்குக் கற்பிக்கவும் நினைவூட்டவும் தூய ஆவியார் அனுப்பப்பட்டார். உம் தொடர்ச்சியான வழிகாட்டுதல் எங்களுக்குள் எதிர்நோக்கையும் அமைதியையும் நிரப்புவதாக. எங்கள் ஆண்டவராகிய கிறிஸ்து வழியாக, இவ்வளவு பெரிய ஆசீர்களுக்காக நாங்கள் உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம்.**

**ஆமென்.**

## இறை வார்த்தை:

*மூன்று வாசகங்களையும் கீழுள்ள அதன் விளக்கங்களையும் சத்தமாக வாசித்தப் பின் அமைதியான சிந்தனைக்கு சிறிது நேரம் ஒதுக்கவும். குழுவின் முதல்வர் கொடுக்கப்பட்டுள்ள விளக்கங்களைப் பயன்படுத்தி வாசகங்களைத் தெளிவு படுத்துவார். குழுவின் முதல்வர் தகுந்தத் தயாரிப்புடன் இருக்கப் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.*

**முதல் வாசகம்: திருத்தூதர் பணிகள் 15 :1 - 2, 22 - 29**

இந்த வாசகத்தில் உள்ளபடி, எருசலேம் ஆலோசனைக் குழுவால் சீடர்கள் மிகப் பெரிய பிரச்சினையை எதிர்கொண்டனர். கிறிஸ்தவம் பிற இனத் தாருக்கும் யூதர்களுக்கும் உரியதா என்று அவர்கள் விவாதித்தனர். பன்முகத் தன்மையும் உள்ளடக்கமும் பற்றிய கேள்விகள் எப்போதும் வருத்தம் உண்டாக்கும் சிறு பிரச்சனைகள் இருக்கத்தான் செய்யும். எனவே, சீடர்கள் மிகுந்த ஞானத்துடன் மனித வழிமுறைகளை நம்பாமல் தூய ஆவியாரின் பகுத்தறிவு தங்களை வழிநடத்த அனுமதித்தனர். அவர்கள் ஆவியாரின் இயக்கத்திற்குக் கீழ்ப்படிந்து, கடவுளின் இறை அனுபவத்திற்குத் திறந்து, ஒருவருக்கொருவர் செவிசாய்க்க விருப்பம் கொண்டனர். தங்களின் சொந்த விருப்பம் அல்ல, இறைவனின் திருவுளம் நிறைவேறுவதே இதன் பொருள்.

**இரண்டாம் வாசகம்: திருவெளிப்பாடு 21 : 10 - 14, 22 - 23**

ஒரு விண்ணக நகருக்கும் வலுவான அடித்தளம் நிச்சயம் தேவை. நாம் அனைவரும் இறைவனின் நெருக்கமான பிரசன்னத்தில் வாழும் இறுதி இடமான விண்ணக எருசலேமை இன்றைய வாசகம் விவரிக்கிறது. இறை மாட்சியின் பிரகாசம் தெளிவாகத் தெரிந்தாலும், அடித்தளம் சமமான முக்கியத்துவத்தைக் கொண்டுள்ளது: நமது திருஅவை, திருத்தூதர்கள் மீது கட்டமைக்கப்பட்டுள்ளது என்பதை நமக்கு அவை நினைவூட்டுகின்றன. நமது நம்பிக்கை பன்னிருவரிடமிருந்து கவனமாகக் கையளிக்கப்பட்டிருப்பதை திருத்தூதரின் வாரிசுரிமை உறுதி செய்து, நமது நம்பிக்கையை நிலை நிறுத்துவதற்கான உறுதியான அடித்தளத்தை நமக்கு வழங்குகிறது. இந்த நம்பிக்கையில் நம்மை வேரூன்றச் செய்வதால் நாம் நம் தந்தையாகிய இறைவனின் மாட்சியை உலகிற்குக் காட்ட முடிகிறது.

**நற்செய்தி வாசகம்: யோவான் 14 : 23 - 29**

இயேசு தம் சீடர்களுக்குத் தூய ஆவியாரை வாக்களித்துத் தம் பிரிவுக்காக அவர்களைத் தயார்படுத்தினார். ஆவியார் அவர்களுக்கு அமைதியையும் ஆறுதலையும் தரும் தேற்றரவாளராக இருப்பார். இவ்வுலகில் நமது நம்பிக்கையை வாழ நமக்குத் தொடர் வழிகாட்டுதல் தேவை என்பதை அறிந்த இயேசு, ஆவியானவர் வழியாக நமக்குக் 'கற்பிக்கிறார், நினைவூட்டுகிறார்.' இந்த ஆழமான நம்பிக்கை நமது வாழ்க்கை அனுபவங்களை இறை இரக்கத்துடன் இணைக்க அனுமதித்து, அவரது பிரசன்னத்தைப் பற்றி நம்மை மேலும் அறிய வைக்கிறது. இது இவ்வுலகம் தர முடியாத ஆழ்ந்த அமைதியை நமக்குத் தரும் நல்லதொரு விழிப்புணர்வு. கடவுள் நம்முடன் நிலைத்திருப்பதில் வேரூன்றிய இந்த அமைதி, எல்லா சூழ்நிலைகளிலும் நமக்கு ஆறுதலையும் வல்லமையையும் தருகிறது.

## தியானிப்போம்:

*இந்த வார வாசகங்களின் சிந்தனையை ஆழப்படுத்த உதவும் இப்பகுதியை ஒருவர் சத்தமாக வாசிக்கவும். சிந்தித்துப் பதிலளிக்கத் தகுந்த நேரத்தை அனுமதிக்கவும்.*

பலத்த காற்றில் ஒரு காற்றாலையை கற்பனை செய்து பாருங்கள். புயலிலும் உறுதியாக நிற்கும் அவற்றின் கத்திகள் காற்றில் சுழல்கின்றன. இந்த ஞாயிறு வாசகங்களுக்கு இவை மிகப் பொருத்தமானது. காற்று என்பது நம் வாழ்வில் தொடரும் ஆவியாரைக் (எபிரேய மொழியில் ரூவாஹ், காற்று என்றும் பொருள்) குறிக்கிறது. காற்றாலையின் கத்திகள் ஆவியாரை நாம் ஏற்கும் தன்மையைக் குறிக்கின்றன; நம் வாழ்வில் செயல்படும் ஆவியாருக்கு நாம் திறந்திருப்பதைப் பொறுத்தே நாமும் சுழல்கிறோம். காற்றாலை போலவே, வாழ்வின் சிரமங்களுக்கு மத்தியில் உறுதியாக நிற்க அதற்குள்ள வலுவான அடித்தளம் போல நமது நம்பிக்கையும் இருக்க வேண்டும் என்பதை இது பிரதிபலிக்கிறது.

நமது நம்பிக்கை வாழ்வின் சூழலில் 'பகுத்தறிவு' என்ற சொல்லை அடிக்கடி கேட்கும் நாம், இதன் கருத்தை நம் நடைமுறை மூலம் சிறப்பாகக் கற்றுக் கொள்கிறோம். முதல் வாசகத்தில், சீடர்கள் ஆவியாரை ஏற்றுக் கொண்டது, காற்றாலையின் கத்திகளை சுழலச் செய்தது போல, அவர்கள் யூதர் அல்லாதவர்களை திருச்சபைக்குள் ஏற்றுக்கொள்ள இது வழிவகுத்தது. தூய ஆவியார் நம் அன்றாட வாழ்விலும், பிறரின் முன்மாதிரிகளிலும் (நல்லது, கெட்டது) நம் தந்தையாகிய இறைவனைப் பற்றி நமக்குக் கற்பிக்கிறார். இவ்வாறு பகுத்தறிவு வாழ்வை வாழ ஆவியார் நம்மில் செயல்பட அனுமதிக்க நமக்குத் திறந்த மனமும் இதயமும் தேவை. ஒரு வலிமையான காற்றாலை வலுவான அடித்தளத்தின் மீது உறுதியாக நிற்பது போல, நாம் எப்போதும் இறைவார்த்தையிலும், அருள் அடையாளங்களிலும் உறுதியாக வேரூன்றி இருக்க வேண்டும். அப்போதுதான், உலகத்தை நாம் எவ்வாறு மாற்ற முயல்கிறோம் என்பதில், ஆவியாரை நாம் ஏற்கும் தன்மை பலனளிக்கும்.

நம் தந்தையாகிய இறைவனின் நிலையான பிரசன்னத்தால் உறுதியளிக்கப் பட்டு, மறைநூலைப் படிப்பதாலும், அருள் அடையாளங்களைப் பெறுவ தாலும் நம்பிக்கையின் ஆழத்தை நம்மால் தேட முடியும். அதே நேரத்தில், நம் அன்றாட வாழ்வில் ஆவியாருக்குத் திறந்திருக்கும் அருளை எப்போதும் தேடி, எல்லாவற்றிலும் நம் தந்தையாகிய இறைவனின் கரத்தைப் பற்றிக் கொள்ள, நம்மால் இயன்ற வரை பாடுபட வேண்டும். இப்படித்தான் நாம் இறையாட்சியைக் கட்டியெழுப்புவதில் சிறப்பாகப் பங்கேற்க முடியும்.

## பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*இந்தப் பகுதி தனிநபர் மற்றும் குழுக்கள் பகிர்வுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் பிற்பகுதி அன்பியங்கள், ஆலயப் பணிக்குழுக்கள், குடும்பங்கள் என்றக் குறிப்பிட்டச் சூழலுக்கேற்பக் குழுப் பகிர்வுகளைத் தூண்ட உதவும். அனைவரும் இக்கேள்விகளைச் சிந்தித்துப் பதிலளிக்க நேரம் ஒதுக்கவும்.*

### தனிநபர் சிந்தனை & பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*கீழுள்ளவற்றைச் சிந்திக்க நேரம் ஒதுக்கவும். நீங்கள் குழுவிலிருந்தால் குழுவாகப் பகிரவும். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். மற்றவர்களுடன் நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

- சீடர்கள் மிகுந்த ஞானத்துடன் மனித வழிமுறைகளை நம்பாமல் தூய ஆவியாரின் பகுத்தறிவு தங்களை வழிநடத்த அனுமதித்தனர். நீங்கள் நிதானித்து, எத்தனை முறை தூய ஆவியார் உங்களை வழிநடத்த அனுமதிக்கிறீர்கள்?
- முக்கியமான முடிவுகளை எடுக்கும் போது, பகுத்தறிவுக்காக நீங்கள் யாரை நாடிச் செல்கிறீர்கள்?

### குழுச் சூழலுக்கு ஏற்றப் பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*உங்கள் சூழலுக்கு ஏற்ப பின்வரும் கேள்விகளில் ஒன்றை நீங்கள் சிந்திக்க விரும்பலாம். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். ஒரு சமூகமாக / பணிக்குழுவாக / குடும்பமாக நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

#### சிறு அன்பியக் குழுக்கள்:

- கடந்த காலத்தில் ஒரு சமூகமாக நாம் எவ்வாறு தூய ஆவியாருக்குச் செவி சாய்த்திருக்கிறோம்? ஒரு சமூகமாக நாம் எவ்வாறு தூய ஆவியாருக்கு மிகவும் திறந்திருக்க முடியும்? (எடுத்துக் காட்டுகளுடன் பகிருங்கள்)
- நமது தந்தையின் பணியை எவ்வாறு நிறைவேற்றுவது என்பது குறித்து ஒரு சமூகமாகப் பகுத்தறியும் போது, உயிர்ப்பு விழாவை நாம் எத்தனை முறை குறிப்பிடுகிறோம்?

#### ஆலயப் பணிக்குழுக்கள்:

- ஆலயப் பனியின் பரபரப்பில், நாம் சில வேளைகளில் செவிகொடுக்கவும், பகுத்தறியவும் மறந்து விடுகிறோம். ஒரு பணிக்குழுவாக நாம் எவ்வாறு தூய ஆவியாருக்கு மிகவும் கீழ்ப்படிந்து, நம் தந்தையாகிய இறைவனுடன் முழுமையாக ஒத்துழைக்க முடியும்?

- நாம் நினைக்கும் நேரத்தில் பகுத்தறிவைப் பெற்றுவிட முடியாது. பகுத்தறிவைப் பெற உங்கள் பணிக்குழு அதன் அனைத்து திட்டங்களையும் எண்ணங்களையும் தொடர்ந்து ஆண்டவர் முன் வைக்க வேண்டும். பணிக்குழு எவ்வாறு இத்தகைய வாழ்க்கை முறை நோக்கிச் செல்லும்?

**குடும்பங்கள்:**

- தூய ஆவியாருக்குச் செவிசாய்ப்பது என்பது ஒருவருக்கொருவர் செவிசாய்ப்பதைக் குறிக்கிறது. நாம் அதிகமாகச் செவிசாய்க்கும் மனநிலையை வளர்க்க ஒரு குடும்பமாக நாம் என்ன செய்யலாம்?
- ஆண்டு முழுவதும் நம் குடும்ப வாழ்வில் உயிர்ப்பு விழா த்தகைய முக்கியத்துவத்தைப் பெற்றுள்ளது?

## நற்செயல் புரிவோம்

*வேறு ஒரு நபரை அணுகவும், இயேசுவின் நற்செய்தியைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும் அறிவிக்கவும் உங்களுக்கான செயல்.*

**பெந்தக்கோஸ்தே பேரணிக்கு அழைப்பதற்கு முன், நம்பிக்கை இழந்த கத்தோலிக்கர்களுக்காக செபியுங்கள். நீங்கள் அவர்களை அழைக்கும் போது அவர்கள் தூய ஆவியாரின் கொடைகளைப் பெற இறைவனிடம் மன்றாடுங்கள்.**

## நிறைவு செபம்

நிறைவு செபத்தை அனைவரும் இணைந்து சொல்லி அமர்வை முடிக்கவும். பங்கேற்ற அனைவருக்காகவும் சமூகத்திற்காகவும் செபியுங்கள்.

விண்ணகத் தந்தையே,
தொடக்கக் காலக் கிறிஸ்தவ சமூகம் தூய ஆவியாரை நம்பியிருந்ததைக் காட்டும் போது, நாங்களும் அதையே செய்ய ஒரு நினைவூட்டலாகும். நாங்கள் பின்பற்ற மீண்டும் ஒரு முன்மாதிரி தந்ததற்காக தந்தையே, உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம். இவ்வுலகப் பயணத்தில் எங்களை அனாதைகளாக விட்டுவிடாமல், எங்களுக்குத் தூய ஆவியாரைக் கொடுத்ததற்காகவும் உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம். எங்கள் ஆண்டவராகிய கிறிஸ்து வழியாக நாங்கள் பகிரும் எல்லாவற்றிலும் தூய ஆவியாரின் பிரசன்னத்தை அங்கீகரிக்க அருள் புரியும்.
ஆமென்.

# என் பாஸ்கா காலச் சிந்தனைகள்

# பாஸ்கா காலத்தின்

# ஏழாம் ஞாயிறு

## தொடக்கச் செபம்

நமக்குச் சிந்தனை உணர்வூட்டவும், இறைவார்த்தைக்கும் மற்றவருக்கும் திறந்த மனதுடன் செவி கொடுக்கவும் அனைவரும் இணைந்து தொடக்கச் செபத்தை சொல்லி, ஒரு பாடலைப் பாடவும்.

**விண்ணகத் தந்தையே,**
**துணிவுக்கும் மன்னிப்புக்கும் முன்மாதிரியானப் புனித ஸ்தேவானுக்காக நாங்கள் உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம். சவாலான நேரங்களிலும் தம் அன்பைக் காட்டி, கிறிஸ்துவுக்கு உண்மை சாட்சியாக இருந்த அவர், நாங்கள் பின்பற்ற வேண்டிய சிறந்த எடுத்துக்காட்டு. தந்தையே, கீழ்ப்படிதலின் முழுமையான முன்மாதிரியான இயேசுவுக்காகவும், உமது திருவுளத்திற்கு நாங்களும் கீழ்ப்படிய முடியும் என்பதை எங்களுக்கு உணர்த்தும் அவரது சீடரின் முன்மாதிரிக்காகவும் நாங்கள் உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம். எங்கள் ஆண்டவராகிய கிறிஸ்து வழியாக உம்மை மன்றாடுகிறோம்.**
**ஆமென்.**

## இறை வார்த்தை:

*மூன்று வாசகங்களையும் கீழுள்ள அதன் விளக்கங்களையும் சத்தமாக வாசித்தப் பின் அமைதியான சிந்தனைக்கு சிறிது நேரம் ஒதுக்கவும். குழுவின் முதல்வர் கொடுக்கப்பட்டுள்ள விளக்கங்களைப் பயன்படுத்தி வாசகங்களைத் தெளிவு படுத்துவார். குழுவின் முதல்வர் தகுந்தத் தயாரிப்புடன் இருக்கப் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.*

**முதல் வாசகம்: திருத்தூதர் பணிகள் 7 : 55 - 60**

முதல் கிறிஸ்தவ மறைசாட்சியானப் புனித ஸ்தேவானின் இறப்பை இப்பகுதி விவரிக்கிறது. தூய ஆவியாரால் நிரம்பிய ஸ்தேவான் விண்ணகத்தை உற்று நோக்கி, கடவுளின் மாட்சியையும், அவரது வலப்பக்கம் இயேசு நிற்பதையும் காண்கிறார். துன்புறுத்தலை எதிர்கொள்ளும் வேளையில் இயேசு நிற்பது ஸ்தேவானுக்கு தெய்வீக ஒற்றுமையையும் ஆதரவையும் அளிப்பதை இது குறிக்கிறது. நம்பிக்கைக்காகத் துன்புறுவோருடன் இயேசு இருக்கிறார் என இக்காட்சி உறுதிப்படுத்துகிறது. கூட்டத்தின் வன்முறையான எதிர்ப்பையும் மீறி ஸ்தேவான் சிலுவையில் தொங்கிய இயேசுவின் வார்த்தைகளை எதிரொலித்து தன்னைத் துன்புறுத்துவோரை மன்னிக்கும்படி வேண்டுகிறார். இத்தருணம், இறப்பிலும் துணிவுடன் சாட்சியமளிக்கவும், வெறுப்புக்கு ஈடாக இரக்கம் காட்டும் அழைப்பையும் வல்லமையோடு நிரூபிக்கிறது.

**இரண்டாம் வாசகம்: திருவெளிப்பாடு 22 : 12 - 14, 16 - 17, 20**

திருவெளிப்பாட்டின் இந்த உச்சக்கட்டப் பகுதியில் கிறிஸ்து தனது மறு வருகையை அறிவிக்கிறார். ‘அல்பா, ஒமேகா’ உருவங்கள் கிறிஸ்துவின் நிலையான அதிகாரத்தைக் காட்டுகின்றன. ஒவ்வொருவரின் செயல்களின் அடிப்படையில் அவர் இறுதித்தீர்ப்பையும் வெகுமதியையும் கொணர்வார். கடவுள் அனைவருக்கும் வழங்கும் தாராள மீட்பின் சலுகையான வாழ்வு தரும் தண்ணீரைக் குடிக்க இயேசு திருஅவையை அழைக்கிறார். அவரது வார்த்தைகள், நாம் தயாரிப்புடன் இருக்க வேண்டியதற்கான அழைப்பு. இது அவர் மீண்டும் வருவதை எதிர்பார்த்து வாழ எல்லா நம்பிக்கையாளர்களை ஊக்குவிக்கிறது. அப்போது அவர் பொறுப்பேற்றலையும் தெய்வீக வாக்குறுதி களின் நிறைவேற்றத்தையும் கொண்டு வருவார். ‘ஆண்டவராகிய இயேசுவே, வாரும்! என்ற நம் இறுதி மன்றாட்டு, கிறிஸ்துவின் இரண்டாம் வருகைக்கான நமது ஏக்கத்தையும், இறைவனுடனான நிலையான ஒன்றிப்புக்கான நமது எதிர்நோக்கையும் வெளிப்படுத்துகிறது.

**நற்செய்தி வாசகம்: யோவான் 17 : 20 - 26**

இயேசு தம் சீடர்களுக்காக மட்டுமல்ல, எதிர்கால நம்பிக்கையாளர்கள் அனைவருக்காகவும், தானும் தந்தையும் ஒன்றாக இருப்பதால் நாமும் ஒன்றாக இருக்க வேண்டும் என்பதற்காகவும் செபித்தார். நம்பிக்கையாளர்களிடையே உள்ள இந்த ஒன்றிப்பு, இறைவனின் அன்பையும் உண்மையையும் இந்த உலகிற்கு வெளிப்படுத்தும் வல்லமையான சாட்சியாகும். தெய்வீக அன்பின் உருமாற்ற வல்லமையை வலியுறுத்தும் இயேசுவின் இச்செபம், தந்தைக்கும் மகனுக்கும் இடையிலான நெருக்கமான உறவுக்குள் மனிதகுலத்தை ஈர்க்கிறது. நம்பிக்கையாளர்கள் இறைவனின் மாட்சியை முழுமையாக

அனுபவிக்க வேண்டும் என்ற விருப்பத்துடன் அவரது செபம் முடிகிறது. இது இயேசுவின் ஆழ்ந்த அன்பையும், தம்மைப் பின்பற்றுவோருடன் நிலையான ஒன்றிப்பில் இருக்க வேண்டும் என்ற அவரது விருப்பத்தையும் வெளிப்படுத்துகிறது.

## தியானிப்போம்:

*இந்த வார வாசகங்களின் சிந்தனையை ஆழப்படுத்த உதவும் இப்பகுதியை ஒருவர் சத்தமாக வாசிக்கவும். சிந்தித்துப் பதிலளிக்கத் தகுந்த நேரத்தை அனுமதிக்கவும்.*

இன்றைய வாசகங்கள் ஒற்றுமை, சாட்சியம், எதிர்நோக்கு ஆகியவற்றை வலியுறுத்துகின்றன. பெந்தக்கோஸ்தே விழாவுக்கு நாம் தயாராகும்போது, திருஅவையின் பணி பற்றியும், நிலைவாழ்வின் வாக்குறுதி பற்றியும் நாம் சிந்திக்க வேண்டும். நம் தந்தையாகிய இறைவனின் வலப்பக்கம் நிற்கும் இயேசுவைக் கண்டப் புனித ஸ்தேவான், தன்னைத் துன்புறுத்துவோரை மன்னிக்கும் வல்லமை பெற்றதை முதல் வாசகத்தில் காண்கிறோம். சாவை எதிர்கொண்ட போதும் துணிவுடனும் அன்புடனும் கிறிஸ்துவுக்கு சாட்சியளிக்க வேண்டும் என்ற அழைப்பை ஸ்தேவானின் நம்பிக்கை காட்டுகிறது. அவர் தனது எதிரிகளுக்காகச் செய்த செபம், சிலுவையில் தொங்கிய இயேசுவின் செபத்தை எதிரொலிக்கிறது. இது மன்னிப்பின் வல்லமையையும், நம் தந்தையாகிய இறைவனின் திருவுளத்துடன் இணைந்து, இதயத்திலிருந்து பாயும் மனமாற்றும் அருளையையும் காட்டுகிறது. துன்புறுத்தலின் போதும், கிறிஸ்துவின் சாட்சிகளாக வாழவும், தாராளமாக மன்னிப்பு வழங்கவும் ஸ்தேவான் நமக்குச் சவால் விடுகிறார். இறுதித் தீர்ப்போடும் வெகுமதியோடும் இயேசு மீண்டும் வருவார் என்ற வாக்குறுதியை நினைவூட்டி, இரண்டாம் வாசகம் நமது நம்பிக்கையை பலப்படுத்துகிறது. அவர் வரும் நேரம் நமக்கு தெரியாததால் நம்பிக்கையோடு வாழ்வதன் அவசரத்தை இப்பகுதி நமக்கு நினைவூட்டுகிறது. 'தங்கள் ஆடைகளைத் துவைத்துக் கொண்டோர்' (நம்பிக்கையோடு வாழ்வோர்) 'வாழ்வு தரும் மரத்தின் மீது' (நிலைவாழ்வு) உரிமை பெறுவார்கள் என்ற எதிர்நோக்கின் செய்தியையும், 'வாழ்வு தரும் தண்ணீரை' இலவசமாய்க் குடிப்பதற்கான அழைப்பு, நம் தந்தையாகிய இறைவனைத் தேடுவோருக்கு இலவசமான, தாராளமான மீட்பின் கொடை உண்டு என்பதையும் குறிக்கிறது. இன்றைய நற்செய்தியில் கேட்டது போல இந்த ஒன்றிப்புக்காகத்தான் இயேசு செபிக்கிறார். அவரைப் பின்பற்றுவோர் மூவொரு இறைவனோடு பகிரப்பட்ட ஒன்றிப்பால் மட்டுமே இந்த ஒன்றிப்பை அடைய முடியும். இயேசுவுக்கும் தந்தைக்கும் இடையிலான அன்பின் வெளிப்பாடே நம் தூய ஆவியார். இதே ஆவியார் தான் திருஅவையின் ஒன்றிப்புக்கும் ஆதாரமாக இருக்கிறார். வெறும் நல்லிணக்கத்தை விட அதிகமான இந்த ஒன்றிப்பு, நம் தந்தையாகிய இறைவனின் அன்பின் உலகச் சான்றாகும். இந்த அன்பை நமது சமூகத்திற்குள் நாம் வெளிப்படுத்தும் போது, நம்மிடையே உள்ள கிறிஸ்துவின் பிரசன்னத்திற்கு நாம் ஒரு உயிருள்ள சாட்சியாக மாறுகிறோம். இந்த ஒன்றிப்பால் உலகம் கிறிஸ்துவை அறிந்து கொள்கிறது. பெந்தக்கோஸ்தே விழாவைக் கொண்டாடும் வேளையில், இயேசுவின் செபத்தை நாமும் எதிரொலித்து செபிப்போம்!

# பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*இந்தப் பகுதி தனிநபர் மற்றும் குழுக்கள் பகிர்வுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் பிற்பகுதி அன்பியங்கள், ஆலயப் பணிக்குழுக்கள், குடும்பங்கள் என்றக் குறிப்பிட்டச் சூழலுக்கேற்பக் குழுப் பகிர்வுகளைத் தூண்ட உதவும். அனைவரும் இக்கேள்விகளைச் சிந்தித்துப் பதிலளிக்க நேரம் ஒதுக்கவும்.*

## தனிநபர் சிந்தனை & பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*கீழுள்ளவற்றைச் சிந்திக்க நேரம் ஒதுக்கவும். நீங்கள் குழுவிலிருந்தால் குழுவாகப் பகிரவும். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். மற்றவர்களுடன் நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

- உயிர்ப்பின் புது வாழ்வு உங்களை ஆழமாகக் காயப்படுத்தியவர்களை மன்னிக்க உதவுகிறதா?
- மன்னிப்பதால் உங்களை விடுவித்துக் கொள்வதிலிருந்து உங்களைத் தடுப்பது எது?

## குழுச் சூழலுக்கு ஏற்றப் பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*உங்கள் சூழலுக்கு ஏற்ப பின்வரும் கேள்விகளில் ஒன்றை நீங்கள் சிந்திக்க விரும்பலாம். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். ஒரு சமூகமாக / பணிக்குழுவாக / குடும்பமாக நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

### சிறு அன்பியக் குழுக்கள்:

- ஒரு பிரச்சனை தொடங்கும் போதே ஒருவரையொருவர் மன்னிக்க உதவும் ஒரு செயல்முறையை வளர்க்க ஒரு சமூகமாக நாம் என்ன செய்யலாம்?
- நாம் ஒன்றித்திருக்க வேண்டும் என இயேசு செபித்தார். நமது சமூகத்தில் இதை நோக்கி நாம் எவ்வாறு செயல்படுகிறோம்?

### ஆலயப் பணிக்குழுக்கள்:

- நமது பணிக்குழுவை கவனிப்போர் நம்மிடமுள்ள ஒன்றிப்பையும் அன்பையும் கவனிக்கிறார்களா?
- பணிக்குழுவில் உள்ளவர்களுக்கு ஒன்றிப்பும் அன்பும் முதன்மை என நீங்கள் நினைக்கிறீர்களா?

**குடும்பங்கள்:**

- குடும்பத்திற்குள் நமது அன்றாட தொடர்புகளில் நமது ஈடுபாட்டை எது வழிநடத்துகிறது?
- பெரும்பாலானக் குடும்ப உறுப்பினர்கள் ஒன்றிப்பையும் அன்பையும் விரும்பினாலும், நாம் விரும்பினால் மட்டுமே இது சாத்தியம். குடும்பத்தில் அதிக ஒன்றிப்பையும் அன்பையும் வளர்க்க மேலும் என்ன செய்ய முடியும்?

# நற்செயல் புரிவோம்

*வேறு ஒரு நபரை அணுகவும், இயேசுவின் நற்செய்தியைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும் அறிவிக்கவும் உங்களுக்கான செயல்.*

தூய ஆவியாரைப் பற்றி மேலும் அறிய முயலுங்கள். நீங்கள் அறிந்ததை உங்கள் சமூகத்துடன் பகிருங்கள். பின்னர், தூய ஆவியாரைக் குறித்த அனைத்து சந்தேகங்களையும் குறிப்பெடுத்து **CTIS**ல் இறையியல் பயின்றவரிடமோ, தெரிந்த ஒரு அருள்பணியாளரிடமிருந்தோ பதில்களை பெற முயலுங்கள்.

# நிறைவு செபம்

நிறைவு செபத்தை அனைவரும் இணைந்து சொல்லி அமர்வை முடிக்கவும். பங்கேற்ற அனைவருக்காகவும் சமூகத்திற்காகவும் செபியுங்கள்.

விண்ணகத் தந்தையே,

புனித ஸ்தேவானுடையத் தேவையில் உமது பிரசன்னத்தை நீர் அவருக்கு வெளிப்படுத்தியது போல, உமது பணியை செய்யும் எங்களிடமும் நீர் வருவீர் என்று நாங்கள் உறுதியாக நம்புகிறோம். உம்மை நோக்கியத் திருப்பயணத்தில், எங்களுக்கான உமது மகனின் செபங்களை நீர் கேட்பீர் என்று நாங்கள் நம்புகிறோம். எங்களது ஒன்றிப்பு எங்கள் அனைவருக்கும் உமது அன்பை வெளிப்படுத்துவதாக.

ஆமென்

# என் பாஸ்கா காலச் சிந்தனைகள்

# தூய ஆவியார் ஞாயிறு

## தொடக்கச் செபம்

நமக்குச் சிந்தனை உணர்வூட்டவும், இறைவார்த்தைக்கும் மற்றவருக்கும் திறந்த மனதுடன் செவி கொடுக்கவும் அனைவரும் இணைந்து தொடக்கச் செபத்தை சொல்லி, ஒரு பாடலைப் பாடவும்.

**விண்ணகத் தந்தையே,**

**எங்களுக்காகப் பரிந்துரைக்கத் தூய ஆவியாரை அனுப்பியதற்காக நாங்கள் உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம். திருஅவையிலும் எங்கள் வாழ்விலும் அவர் தரும் நிலையான வழிகாட்டுதலுக்கும், ஆலோசனைக்கும் நன்றி அப்பா! பெந்தக்கொஸ்தே ஞாயிறு வாசகங்களை தியானிக்கையில், தூய ஆவியாரின் தூண்டுதல்களுக்கு நாங்கள் பணிவுடன் இருந்து, உமது உண்மையை எங்களுக்கு வெளிப்படுத்த அருள் புரியும்.**

**ஆமென்.**

## இறை வார்த்தை:

*மூன்று வாசகங்களையும் கீழுள்ள அதன் விளக்கங்களையும் சத்தமாக வாசித்தப் பின் அமைதியான சிந்தனைக்கு சிறிது நேரம் ஒதுக்கவும். குழுவின் முதல்வர் கொடுக்கப்பட்டுள்ள விளக்கங்களைப் பயன்படுத்தி வாசகங்களைத் தெளிவு படுத்துவார். குழுவின் முதல்வர் தகுந்தத் தயாரிப்புடன் இருக்கப் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.*

**முதல் வாசகம்: திருத்தூதர் பணிகள் 2 : 1 - 11**

முதல் பெந்தக்கோஸ்தே விழாவை இந்தப் பகுதி விவரிக்கிறது. திருத்தூதர்கள் தூய ஆவியாரால் நிரப்பப்பட்டு, எருசலேம் மக்களுக்கு இயேசு கிறிஸ்துவைப் பற்றி அறிவிக்கத் தூண்டப்பட்டனர். அனைத்து நாடுகளிலுமிருந்தும் வந்த இந்த மக்கள், தங்கள் சொந்த மொழிகளில் நற்செய்தியைக் கேட்டனர்; இது தூய ஆவியாரால் தூண்டப்பட்ட ஒன்றிப்பின் அடையாளம். ‘மறைப்பணியில் ஒன்றிப்பு, ஒன்றித்த மறைப்பணி’ என்பதை நம் கர்தினால் வில்லியம் கோ நமக்கு நினைவூட்டுகிறார். நமது மறைப்பணி நாம் ஒரே திருஅவையாக ஒன்றிப்புடன் மேற்கொள்ளப்பட வேண்டும். இந்த நோக்கம், அனைத்து மனிதகுலத்தையும் கிறிஸ்துவோடு ஒன்றித்து, தூய ஆவியார் நம்மில் ஊக்குவிக்கும் ஒன்றிப்புடன் நாம் வாழ வழிவகுக்கும்.

**இரண்டாம் வாசகம்: உரோமையர் 8 : 8 - 17**

‘ஆவி’ என்பதற்கான எபிரேயச் சொல் ‘ரூவாஹ்’, உயிர், மூச்சு, காற்று, என்பதற்கும் பயன்படுத்தப்படுகிறது. தூய ஆவியார் நமக்கு வாழ்வளிக்கிறார், உடல் சார்ந்த வாழ்வல்ல, மாறாக பாவத்திலிருந்து விடுபட்ட வாழ்வு என்று தூய பவுல் நமக்குச் சொல்கிறார். ஆவியார் நம்மை பாவத்திலிருந்து மீட்டு, நல்லொழுக்க வாழ்வை வாழ நமக்கு அதிகாரம் அளிக்கிறார். இது நம்மை நம் தந்தையாகிய இறைவனின் பிள்ளைகளாகவும் வாரிசுகளாகவும் மாற்றுகிறது. தூய ஆவியார் நம்மை மூவொரு இறைவனின் ஒன்றிப்பினுள் கொண்டு செல்கிறார். இதுவே கிறிஸ்தவத்தின் முக்கியக் குறிக்கோளாகவும், உண்மையான வாழ்வாகவும் இருக்கிறது.

**நற்செய்தி வாசகம்: யோவான் 14 : 15 - 16, 23 - 26**

தூய ஆவியார் ஒரு துணையாளராகவும், திருஅவையின் பாதுகாவலராகவும், ஆலோசகராகவும், திருஅவைக்கு வழிகாட்டியாகவும் செயல்படுகிறார். தம் கட்டளைகளுக்குக் கீழ்ப்படிவதே அவருக்கு அன்பு செலுத்துவதாகும் என இயேசு தம் சீடர்களுக்குக் கற்பித்தார். தூய ஆவியார் இந்த உண்மைகளை திருஅவைக்குத் தொடர்ந்து கற்பித்து நினைவூட்டுகிறார். இயேசு தம் திருத் தூதர்களுக்குக் கோட்பாடுகளை அறிவிக்கும் அதிகாரத்தை அளித்தார். இன்று, திருத்தூதர்களின் வாரிசுகளான ஆயர்கள் வழியாக இந்த அதிகாரம் தொடர்ந்து செயல்படுத்தப்படுகிறது, மேலும் தொடர்ந்து தூய ஆவியாரால் வழிநடத்தப்படுகிறது. பாதாளத்தின் வாயில்கள் அதன் மேல் வெற்றி கொள்ளா (மத் 16:18) என்ற இயேசுவின் வாக்குறுதியை நம்பி, திருஅவையின் கட்டளைகளைக் கடைப்பிடிப்பதன் வழியாக நாம் இயேசுவின் மீதுள்ள நம் அன்பைக் காட்டுகிறோம்.

## தியானிப்போம்:

*இந்த வார வாசகங்களின் சிந்தனையை ஆழப்படுத்த உதவும் இப்பகுதியை ஒருவர் சத்தமாக வாசிக்கவும். சிந்தித்துப் பதிலளிக்கத் தகுந்த நேரத்தை அனுமதிக்கவும்.*

தூய ஆவியார் நம் திருஅவைக்குள் வேற்றுமையில் ஒன்றிப்பின் முகவராக இருக்கிறார். எல்லா நாடுகளுக்கும் போதித்து அவர்களை ஒன்றிப்பினுள் ஈர்க்க ஆவியார் திருத்தூதர்களுக்கு அதிகாரம் அளித்தார். இந்த ஒன்றிப்பே நற்செய்தியின் கனி. ஏனென்றால் கிறிஸ்து தம்மை எல்லா மக்களுக்கும் தெரியப்படுத்த விரும்புகிறார். நற்செய்தி அறிவிப்பால் நம் தந்தையாகிய இறைவனுடன், அவரது திருஅவை வழியாக மனிதகுலத்தை ஒன்றிப்பினுள் கொண்டுவர நாம் பாடுபடுகிறோம். எனவே, பெரும்பாலும் பிரிவினைகளால் சூழப்பட்ட இவ்வுலகில் நமது திருஅவை ஒன்றித்திருப்பது மிகவும் முக்கியம்.

நமது தனிப்பட்டக் கொடைகளாலும், நாம் பகிரும் பொது நம்பிக்கையாலும் நம்பிக்கையாளர்களை ஒன்றிணைப்பதாலும், தூய ஆவியார் இந்த ஒன்றிப்பை நிலைநிறுத்துகிறார். கிறிஸ்தவர்களிடையே ஒருவரையொருவர் சார்ந்திருப்பதை வளர்க்கத் தூய ஆவியார் பல்வேறு கொடைகளை தருகிறார். திருஅவையின் பணியை நிறைவேற்ற நாம் ஒருவரையொருவர் சார்ந்திருக் கிறோம். ஆவியாரின் வழிகாட்டுதலின் கீழ் ஒன்றுபட்டு, பல்வேறு கொடைகள் பெற்ற நம்பிக்கையாளர்கள் கிறிஸ்துவை அறிவிக்க ஒன்றித்துச் செயல் படும்போது அவர்களை ஆழமான ஒன்றிப்பினுள் இழுக்கின்றன. திருத் தூதர்களால் ஒப்படைக்கப்பட்ட நம்பிக்கையைப் பாதுகாக்கும் ஆயர்கள் வழியாகவும் தூய ஆவியார் நம்பிக்கையின் ஒன்றிப்பை நிலைநிறுத்துகிறார். இன்றைய நற்செய்தியில் இயேசு எச்சரிப்பது போல, அவரை அன்பு செய்யாதவர் அவருடைய வார்த்தையைக் கடைப்பிடிப்பதில்லை. எனவே, நம்பிக்கைக்கு உண்மையாக இருப்பதால் நாம் நமது நம்பிக்கையில் ஒன்றித்திருந்து, உலகெங்கும் உள்ள கத்தோலிக்கர்களுடன் அதே அருள் அடையாளங்களைக் கொண்டாட முடியும்.

இறுதியாக, இரண்டாம் வாசகத்தில் புனித பவுலின் வார்த்தைகளை நிறை வேற்றுவதற்கான அருளைப் பெற அருள் அடையாளங்கள் உதவுகின்றன. திருமுழுக்கு வழியாக நாம் கடவுளின் பிள்ளைகளாகவும், கிறிஸ்துவுடன் சக வாரிசுகளாகவும் மாறுகிறோம். ஒப்புரவு வழியாக நாம் பாவத்திலிருந்து விடுவிக்கப்படுகிறோம். மிகவும் முக்கியமாக, நற்கருணை வழியாக நாம் இவ்வுலக வாழ்வுக்கான ஆன்மீக உணவாக, இயேசுவைப் பெறுகிறோம். தூய ஆவியார் அனைத்து அருள் அடையாளங்களிலும் சிறப்பாகச் செயல் படுகிறார். மேலும், இயேசுவின் பாடுகளையும், இறுதியில் அவரது மாட்சியில் பங்கு கொள்ளவும் அவர் நமக்கு அதிகாரம் அளிக்கிறார்.

தூய ஆவியாருடனான ஒன்றிப்பில், உலக ஒன்றிப்பின் அடையாளமாக இருக்கும் ஒரு திருஅவையை நாம் கட்டியெழுப்பி, எல்லா மக்களையும் நம் தந்தையாகிய இறைவனிடம் ஈர்க்கும் நமது அழைப்பை நிறைவேற்றுகிறோம். ஆகையால் 'வாரும், தூய ஆவியே!' என்று நாமும் செபிப்போம்.

## பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*இந்தப் பகுதி தனிநபர் மற்றும் குழுக்கள் பகிர்வுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் பிற்பகுதி அன்பியங்கள், ஆலயப் பணிக்குழுக்கள், குடும்பங்கள் என்றக் குறிப்பிட்டச் சூழலுக்கேற்பக் குழுப் பகிர்வுகளைத் தூண்ட உதவும். அனைவரும் இக்கேள்விகளைச் சிந்தித்துப் பதிலளிக்க நேரம் ஒதுக்கவும்.*

### தனிநபர் சிந்தனை & பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*கீழுள்ளவற்றைச் சிந்திக்க நேரம் ஒதுக்கவும். நீங்கள் குழுவிலிருந்தால் குழுவாகப் பகிரவும். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். மற்றவர்களுடன் நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

- தூய ஆவியாருடன் நீங்கள் பெற்ற அனுபவங்கள் என்ன?
- தூய ஆவியாரிடமிருந்து நீங்கள் என்ன கொடைகளைப் பெற்றிருக்கிறீர்கள்? அவற்றை எவ்வாறு பயன்படுத்தியுள்ளீர்கள்?

### குழுச் சூழலுக்கு ஏற்றப் பகிர்வுக்கானக் கேள்விகள்:

*உங்கள் சூழலுக்கு ஏற்ப பின்வரும் கேள்விகளில் ஒன்றை நீங்கள் சிந்திக்க விரும்பலாம். உங்கள் மனதைத் தொட்ட இறைவார்த்தைப் பகுதியைப் பற்றிப் பகிருங்கள். ஒரு சமூகமாக / பணிக்குழுவாக / குடும்பமாக நாம் எவ்வாறு இறைவார்த்தையைப் பகிரலாம்?*

#### சிறு அன்பியக் குழுக்கள்:

- சமூகத்தினுள் உள்ள பல்வேறு கொடைகள் எவ்வாறு மலர ஊக்குவிக்கப் படுகின்றன?
- சமூக வாழ்வின் எந்தெந்தப் பகுதிகளில் தூய ஆவியாரின் கொடைகள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன?

#### ஆலயப் பணிக்குழுக்கள்:

- உங்கள் பணிக்குழு எத்தனை முறை தூய ஆவியாரின் வழிகாட்டுதலுக்காக மன்றாடியுள்ளது?
- நாம் தூய ஆவியாரிடம் எல்லா நாளும், வாரமும், மாதமும் மன்றாடுகிறோமா அல்லது அவரது உதவி தேவைப்படும் போது மட்டும் மன்றாடுகிறோமா?

#### குடும்பங்கள்:

- தூய ஆவியாரைப் பற்றி ஒருவருக்கொருவர் உரையாட நாம் எப்படிப்பட்ட வாய்ப்புகளை உருவாக்க முடியும்?
- நம் அன்றாட வாழ்வில் நம் குடும்பம் எத்தனை முறை தூய ஆவியாரிடம் மன்றாடுகிறது?

## நற்செயல் புரிவோம்

*வேறு ஒரு நபரை அணுகவும், இயேசுவின் நற்செய்தியைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும் அறிவிக்கவும் உங்களுக்கான செயல்.*

**உங்கள் நண்பர்களுடனும், தளர்வுற்றக் கத்தோலிக்கர்களுடனும் பெந்தக்கோஸ்தே மகிழ்ச்சியைக் கொண்டாட ஒன்று கூடுங்கள்.**

## நிறைவு செபம்

நிறைவு செபத்தை அனைவரும் இணைந்து சொல்லி அமர்வை முடிக்கவும். பங்கேற்ற அனைவருக்காகவும் சமூகத்திற்காகவும் செபியுங்கள்.

**விண்ணகத் தந்தையே,**

**எங்களுக்குத் தூய ஆவியாரை அனுப்பியதற்காக நாங்கள் உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம். தூய ஆவியாரால் திருஅவைக்கும் சமூகத்திற்கும் உயிரையும் ஒன்றிப்பையும் அளித்தமைக்காக உமக்கு நன்றி. உமது தொடர்ச்சியான, மென்மையான தூண்டுதல்களுக்கும், தொடர்ந்து எங்களுக்கு அதிகாரம் அளித்து வழிநடத்துவதற்கும் நன்றி. தூய ஆவியாரால், எங்கள் வாழ்வில் உள்ள அருங்கொடைகளை நீர் வெளிப்படுத்துவீர் என்பதை நாங்கள் அறிவோம். உதவி தேவைப்படும் நாங்கள் இவ்வுலகிற்கு எதிர்நோக்கை வழங்கி, உமது ஒளியை பிரகாசமாகப் பிரதிபலிக்க அருள் புரியும்.**

**ஆமென்.**

# என் பாஸ்கா காலச் சிந்தனைகள்

# குடும்பச் சிலுவைப் பாதை

நாம் ஒரே குடும்பமாக இணைந்து நமது வீட்டிலோ, ஆலய வளாகத்திலோ சிலுவைப்பாதை செய்யலாம். எளிய அமைதியான முறையிலோ, ஒருவருடன் ஒருவர் உரையாடி, சிலுவைப்பாதையின் ஒவ்வொரு நிலையைப் பற்றியத் தங்களது எண்ணங்களைப் பகிர்தல் சிறப்பானதொன்று. ஒவ்வொரு நிலையின் படங்களை அச்சிட்டு, பிள்ளைகளுடன் வண்ணம் தீட்டி, அதைப் பற்றி அவர்களுக்கு விளக்கம் அளிக்கலாம். ஒவ்வொரு முறையும் வித்தியாசமான படங்களுடன் செய்து, வழிபாட்டுக் கலையைப் பாராட்டவும், சிந்திக்கும் திறனை வளர்க்கவும் இது நல்லதொரு வாய்ப்பாகும்.

## தொடக்கச் செபம்

ஆண்டவராகிய இயேசு கிறிஸ்துவே,
உமது இறப்பை நோக்கிய உமது வழியில்
என்னையும் நடத்திச் செல்லும். என் மனதையும்,
என் நினைவையும், எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக
என் கறைபடிந்த இதயத்தையும் எடுத்துக் கொண்டு,
என் மீதும், இவ்வுலகின் மீதும் நீர் கொண்ட அன்பால்,
நீர் செய்தவற்றை நான் காணச் செய்தருளும்.
ஆமென்.

### முதல் நிலை: இயேசுவுக்கு சிலுவை மரணத் தீர்ப்பு

முத: இயேசுவே உம்மை ஆராதித்து வணங்கி உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம்.
எல்: ஏனென்றால் உமது பாரமான திருச்சிலுவையால் உலகத்தை மீட்டீர்.

முத: ஆளுநர் பொந்தியு பிலாத்துவின் முன் இயேசு நிறுத்தப்படுகிறார். அவர் நிரபராதி, ஆனாலும் பிலாத்து அவரை தண்டித்து மரண தண்டனை அளிக்கிறார்.
எல்: இயேசுவே, எங்களது கெட்ட எண்ணங்கள், தவறான வார்த்தைகள், கோபச் செயல்கள் இதன் வழியாகவே நீர் உண்மையில் தண்டிக்கப்பட்டீர். எங்களது பாவங்களுக்காக வருந்துகிறோம் என்று உம்மிடம் சொல்லவே இந்த வழிபாட்டை நாங்கள் செய்கிறோம்.

எல்: கர்த்தர் கற்பித்த செபம், மங்கள வார்த்தை செபம், திரித்துவப் புகழ்.
எல்: எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும் இயேசுவே!

### இரண்டாம் நிலை: இயேசுவின் மீது பாரமானச் சிலுவை

முத: இயேசுவே உம்மை ஆராதித்து வணங்கி உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம்.
எல்: ஏனென்றால் உமது பாரமான திருச்சிலுவையால் உலகத்தை மீட்டீர்.

முத: இயேசுவைப் படைவீரர்கள் தாக்கினர், எள்ளி நகையாடினர், காறித் துப்பினர். இப்போது இந்தப் பாரமான சிலுவையை அவர் சுமந்து கொண்டு, கூக்குரலிடும் கூட்டத்தின் நடுவே செல்ல வேண்டும். அவர் மிகச் சோர்வாகவும் சோகமாகவும் இருக்கிறார். ஆனால் அவருக்காகக் கவலைப்படுவார் யாரும் இல்லை.
எல்: இயேசுவே, நீர் சோர்வாக இருப்பதை நாங்கள் கவனித்தோம். நீர் சோகமாக இருப்பதற்காக வருந்துகிறோம். எங்களது செபங்களால் உமது சிலுவையைச் சுமக்க நாங்கள் உமக்கு உதவ விரும்புகிறோம்.

எல்: கர்த்தர் கற்பித்த செபம், மங்கள வார்த்தை செபம், திரித்துவப் புகழ்.
எல்: எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும் இயேசுவே!

### மூன்றாம் நிலை: இயேசு முதல் முறை கீழே விழுகிறார்

முத: இயேசுவே உம்மை ஆராதித்து வணங்கி உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம்.
எல்: ஏனென்றால் உமது பாரமான திருச்சிலுவையால் உலகத்தை மீட்டீர்.

முத: சிலுவை மிகவும் கனக்கிறது. இயேசு அதன் பாரத்தால் கீழே விழுகிறார். முள் முடியிலிருந்து இரத்தம் அவரது கண்களுக்குள் ஓடுகிறது. கசையடிகளால் அவரது முதுகு வலிக்கிறது. மக்களோ கத்தியவாறு அவர் மீது கண்டதை வீசுகிறார்கள். அவர் சுமக்கும் சிலுவையைப் போலவே அவரது இதயமும்

கனமாக இருக்க வேண்டும்.
எல்: இயேசுவே, எங்கள் பாவங்களே உமது சிலுவையை மிகவும் கனமாக்குகிறது. எங்களை மன்னியும். நாங்கள் உம்மை அன்பு செய்கிறோம், எங்கள் செபத்தாலும் வாழ்வாலும் உமக்கு நல்லது செய்ய முயற்சிக்கிறோம்.

எல்: கர்த்தர் கற்பித்த செபம், மங்கள வார்த்தை செபம், திரித்துவப் புகழ்.
எல்: எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும் இயேசுவே!

**நான்காம் நிலை: இயேசு தன் தாயைச் சந்திக்கிறார்**

முத: இயேசுவே உம்மை ஆராதித்து வணங்கி உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம்.
எல்: ஏனென்றால் உமது பாரமான திருச்சிலுவையால் உலகத்தை மீட்டீர்.

முத: திடீரென்று, இயேசு கூட்டத்தின் நடுவில், சாலையின் ஓரத்தில் நிற்கும் தன் தாயைப் பார்க்கிறார். அவளது கண்களில் கண்ணீர். அவள் அவருக்கு உதவ விரும்புகிறாள், ஆனால் முடியவில்லை. அவர்களின் இரு இதயங்களும் மற்றவரின் வலியைக் கண்டு துடிக்கின்றன.
எல்: இயேசுவே, நீரும் உம் தாயும் நாங்கள் கேட்கும்போதெல்லாம் எங்களுக்கு உதவி செய்தீர்கள். இந்தச் சிலுவைப்பாதையால் எங்களது இதயங்களும் வலிக்கிறது. எங்கள் வாழ்வில் நீங்கள் செய்த நன்மைகளுக்காக அடிக்கடி நன்றியுடன் செபிக்க நாங்கள் உமக்கு உறுதியளிக்கிறோம்.

எல்: கர்த்தர் கற்பித்த செபம், மங்கள வார்த்தை செபம், திரித்துவப் புகழ்.
எல்: எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும் இயேசுவே!

**ஐந்தாம் நிலை: இயேசுவுக்கு சீமோன் உதவி செய்கிறார்**

முத: இயேசுவே உம்மை ஆராதித்து வணங்கி உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம்.
எல்: ஏனென்றால் உமது பாரமான திருச்சிலுவையால் உலகத்தை மீட்டீர்.

முத: சிலுவையைச் சுமந்து கொண்டு வேகமாகச் செல்லும்படி படைவீரர்கள் இயேசுவை அவசரப்படுத்துகின்றனர். அவர்கள் கூட்டத்திலிருந்து சீரேனைச் சேர்ந்த சீமோனைப் பிடித்து அதைச் சுமக்க வற்புறுத்துகிறார்கள். சீமோனின் உதவிக்கு இயேசு நன்றியுடையவராக இருந்தார்.
எல்: சிலுவையைச் சுமக்கும்போது, தான் ஆசீ பெற்றவர் என்று சீமோனுக்குத் தெரியவில்லை. சிலுவையின் கனத்தை மட்டுமே அவர் உணர்ந்தார். இச்சிலுவைப் பாதையால் எங்களது சிலுவைகளை சுமக்க நீர் எங்களுக்கு உதவுகிறீர் என்பதை நாங்கள் நினைவில் கொள்ள உதவியருளும்.

எல்: கர்த்தர் கற்பித்த செபம், மங்கள வார்த்தை செபம், திரித்துவப் புகழ்.
எல்: எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும் இயேசுவே!

**ஆறாம் நிலை: இயேசுவின் முகத்தை வெரோணிக்கா துடைக்கிறார்**
முத: இயேசுவே உம்மை ஆராதித்து வணங்கி உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம்.
எல்: ஏனென்றால் உமது பாரமான திருச்சிலுவையால் உலகத்தை மீட்டீர்.

முத: இயேசுவின் முகம் வியர்வை, இரத்தம், தூசியால் மூடப்பட்டு, சங்கடத்தைத் தருகிறது. இப்பரிதாப நிலையைக் கண்ட வெரோணிக்கா இயேசுவின் முகத்தைத் துடைக்க ஓடுகிறார். இந்தச் சிறிய அன்புச் செயல் ஒன்றே அவளால் செய்யக் கூடியது.
எல்: இயேசுவே, விண்ணக மாட்சியில் பிரகாசிக்கும் உமது முகத்தைப் பார்க்கவும் தொடவும் விரும்புகிறோம். எங்களது சிறிய அன்புச் செயல்களும் செபங்களும் உமக்கும் விண்ணகத்திலுள்ள உமது தந்தைக்கும் எங்களை நெருக்கமாக வளர உதவும் என்பதை நாங்கள் அறிவோம்.

எல்: கர்த்தர் கற்பித்த செபம், மங்கள வார்த்தை செபம், திரித்துவப் புகழ்.
எல்: எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும் இயேசுவே!

**ஏழாம் நிலை: இயேசு இரண்டாம் முறை கீழே விழுகிறார்**
முத: இயேசுவே உம்மை ஆராதித்து வணங்கி உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம்.
எல்: ஏனென்றால் உமது பாரமான திருச்சிலுவையால் உலகத்தை மீட்டீர்.

முத: சாலையோ நீளமானது, சிலுவையோ பாரமானது. சோர்ந்து போன இயேசு மீண்டும் கீழே விழுகிறார். படை வீரர்கள் கத்தி, சாட்டையால் அடித்து அவரை எழுப்புகின்றனர். இச்செயல் அவரை மேலும் வேதனைப்படுத்தும் என்று அவர்கள் உணரவில்லையா?
எல்: உலகப் பாவங்களுக்காகத் தான் துன்பப்படுகிறேன் என்று இயேசு அறிவார். அவர் எழுந்து தன் நடையைத் தொடர்கிறார். இயேசுவே, சில வேளைகளில் இவ்வுலக வாழ்வில் நாங்கள் தளர்ந்து போகிறோம், சோர்வடைகிறோம், பொறுமையை இழக்கிறோம். தோல்வியடைந்து பாவத்தில் விழும் போது, அது உம்மை மேலும் காயப்படுத்துவதை நினைத்து நாங்கள் வருந்துகிறோம், உம்மைப் போல பொறுமையாகவும் தைரியமாகவும் இருக்க எங்களுக்கு உதவியருளும்.

எல்: கர்த்தர் கற்பித்த செபம், மங்கள வார்த்தை செபம், திரித்துவப் புகழ்.
எல்: எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும் இயேசுவே!

### எட்டாம் நிலை: இயேசு எருசலேம் பெண்களுக்கு ஆறுதல் கூறுகிறார்

முத: இயேசுவே உம்மை ஆராதித்து வணங்கி உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம்.
எல்: ஏனென்றால் உமது பாரமான திருச்சிலுவையால் உலகத்தை மீட்டீர்.

முத: அடுத்து, இயேசு சில பெண்களைச் சந்திக்கிறார். அவர்கள் அழுகிறார்கள். அவர்கள் இயேசுவுக்காக அழுகிறார்கள், தங்கள் இழப்புக்காக அழுகிறார்கள். இயேசு இல்லாமல் அவர்கள் என்ன செய்வார்கள்? இயேசு, 'தனக்காக அழ வேண்டாம், உலகத்திற்காக அழுங்கள்' என்று அவர்களை ஆறுதல் படுத்துகிறார்.
எல்: இயேசுவே, எங்களுக்காக அழும்படி எருசலேம் பெண்களை ஆறுதல் படுத்தினீர். உமது வலியிலும் நீர் எங்களை நினைத்தீர். நன்றி இயேசுவே. நாங்களும் மற்ற பாவிகளுக்காக செபிக்க உறுதியளிக்கிறோம்.

எல்: கர்த்தர் கற்பித்த செபம், மங்கள வார்த்தை செபம், திரித்துவப் புகழ்.
எல்: எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும் இயேசுவே!

### ஒன்பதாம் நிலை: இயேசு மூன்றாம் முறை கீழே விழுகிறார்

முத: இயேசுவே உம்மை ஆராதித்து வணங்கி உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம்.
எல்: ஏனென்றால் உமது பாரமான திருச்சிலுவையால் உலகத்தை மீட்டீர்.

முத: இயேசு கல்வாரியை நோக்கிப் பார்க்கிறார். தான் இறக்கப் போகும் சிகரம் எவ்வளவு தூரத்தில் இருக்கிறது என்று பார்க்கும் போது அவரது வலிமை வெளியேற அவர் தரையில் விழுகிறார். இன்னும் அதிக வலி. இன்னும் அதிக துக்கம். ஆனால் நம்மை அன்பு செய்யும் இயேசு சிலுவையை சுமந்து தொடர்ந்து செல்கிறார்.
எல்: இயேசுவே, நீர் சோர்வாகவும், சோகமாகவும், வலிமையற்று இருந்த போதிலும் நீர் தொடர்ந்து சென்றீர். நீர் அன்றும் எங்களை அன்பு செய்தீர், இன்றும் அன்பு செய்கிறீர். நாங்களும் உம்மை அன்பு செய்கிறோம். உமது பெரும் தியாகத்தில் உம்மை ஆறுதல்படுத்த விரும்பி இந்தச் சிலுவைப் பாதையை செய்கிறோம்.

எல்: கர்த்தர் கற்பித்த செபம், மங்கள வார்த்தை செபம், திரித்துவப் புகழ்.
எல்: எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும் இயேசுவே!

### பத்தாம் நிலை: இயேசுவின் ஆடைகளைக் களைகிறார்கள்

முத: இயேசுவே உம்மை ஆராதித்து வணங்கி உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம்.
எல்: ஏனென்றால் உமது பாரமான திருச்சிலுவையால் உலகத்தை மீட்டீர்.

முத: மக்கள் கூட்டம் இயேசுவையும் படையினரையும் கல்வாரி மலையின் உச்சி வரை பின் தொடர்ந்தது. அவரது ஆடைகளை கழற்றும்போது எள்ளி நகையாடினர். அவரது முதுகில் இருந்த இரத்தத்தில் தோய்ந்த அங்கியைப் பிடுங்கி இழுக்கிறார்கள். அவர்களோ அவரது மகிமையை உணராது ஒரு கேவலமான பொருளாக மட்டுமே அவரைப் பார்க்கிறார்கள்.
எல்: இயேசுவே, காயமடைந்து, இரத்தத்தில் ஊறி, படை வீரர்களால் கேவலமாக நடத்தப்பட்டு, கூட்டத்தினரால் கேலி செய்யப்பட்டாலும், நீரே எங்கள் அரசர். உமது இறை அரசில் எங்களை நினைவு கூறும்படி உம்மை மன்றாடுகிறோம்.

எல்: கர்த்தர் கற்பித்த செபம், மங்கள வார்த்தை செபம், திரித்துவப் புகழ்.
எல்: எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும் இயேசுவே!

### பதினொன்றாம் நிலை: இயேசுவின் கைகளை ஆணிகள் துளைக்கின்றன

முத: இயேசுவே உம்மை ஆராதித்து வணங்கி உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம்.
எல்: ஏனென்றால் உமது பாரமான திருச்சிலுவையால் உலகத்தை மீட்டீர்.

முத: இது மோசமான செயலா? கடவுளின் அன்புச் செய்தியைச் சுமந்த கால்களும், குணமளித்தக் கைகளும் இப்போது சிலுவையில் ஆணிகளால் அறைந்து துளைக்கப் படுகின்றன. அதிக காயங்கள், அதிக வலி. இயேசுவுக்கு அதிக அவமானம்.
எல்: இயேசுவே, அவர்கள் உம்மைச் சிலுவையில் ஆணியால் அறைந்து உமது தந்தையின் திருவுளம் நிறைவேறுவதைத் தடுக்க முயன்றனர். அந்த வலியை நீர் எங்களுக்காக சகித்துக் கொண்டு உமது வாழ்வை எங்களுக்கு அளித்தீர். நாங்கள் உம்மை நன்றியுடன் அன்பு செய்கிறோம்.

எல்: கர்த்தர் கற்பித்த செபம், மங்கள வார்த்தை செபம், திரித்துவப் புகழ்.
எல்: எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும் இயேசுவே!

### பன்னிரெண்டாம் நிலை: இயேசு தன் உயிரைக் கையளிக்கிறார்

முத: இயேசுவே உம்மை ஆராதித்து வணங்கி உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம்.
எல்: ஏனென்றால் உமது பாரமான திருச்சிலுவையால் உலகத்தை மீட்டீர்.

முத: சிமியோனின் இறைவாக்கின்படி மரியாளின் இதயத்தை வாள் ஊடுருவியது. திருத்தூதர்களின் நம்பிக்கைகள் நசுக்கப்பட்டன. கடவுளின் அன்பின் பழைய உடன்படிக்கையின் அடையாளமான ஆலயத்திரை இரண்டாக கிழிந்தது. இயேசுவின் மரணம் நம் தந்தையாகிய இறைவனுடன் ஒரு புதிய உடன்படிக்கையை உருவாக்குகிறது.
எல்: இயேசுவே, உமது சிலுவையின் அடியிலிருந்த அனைவரிடமும் அன்பாகப் பேசினீர். உமது இறப்பினால் உண்டான புதிய வாழ்வை நீர் அறிந்திருந்தீர். நாங்கள் உமக்கு முன் வரும்போதும் எங்களிடம் அன்பாகப் பேசியருளும். உமது புது வாழ்வுக்கு எங்களையும் தகுதியுடையவர்களாக மாற்றியருளும்.

எல்: கர்த்தர் கற்பித்த செபம், மங்கள வார்த்தை செபம், திரித்துவப் புகழ்.
எல்: எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும் இயேசுவே!

### பதிமூன்றாம் நிலை: தாயின் மடியில் இயேசுவின் உடல்

முத: இயேசுவே உம்மை ஆராதித்து வணங்கி உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம்.
எல்: ஏனென்றால் உமது பாரமான திருச்சிலுவையால் உலகத்தை மீட்டீர்.

முத: எஞ்சியிருக்கும் இயேசுவின் உடலை சிலுவையிலிருந்து கீழே இறக்குகிறார்கள். இந்தக் கொடூர நாளில் மறுக்கப்பட்ட அனைத்து மேன்மையும், பயபக்தியும், அன்பும் இனி சாத்தியமாகும். இது மிகவும் தாமதமா? இது முடிந்துவிட்டதா? மரியாவும் திருத்தூதர்களும் வியந்தனர்.
எல்: இயேசுவே, எங்களது செபத்துடன் உமது உடலை சிலுவையிலிருந்து இறக்கி வைக்கிறோம். நாங்கள் உம்மைத் தொட்டு, ஆணிகளை வெளியே எடுத்து, உமது காயங்களைக் கழுவி, முள்முடியை அகற்றி, அன்புடனும் துக்கத்துடனும் உமது உடலை பாதுகாக்கிறோம். எங்கள் அன்னை மரியாவுக்காக துக்கப்பட்டு ஆறுதல் கூறுகிறோம்.

எல்: கர்த்தர் கற்பித்த செபம், மங்கள வார்த்தை செபம், திரித்துவப் புகழ்.
எல்: எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும் இயேசுவே!

### பதினான்காம் நிலை: இயேசு கல்லறையில் அடக்கம் செய்யப்படுகிறார்

முத: இயேசுவே உம்மை ஆராதித்து வணங்கி உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம்.
எல்: ஏனென்றால் உமது பாரமான திருச்சிலுவையால் உலகத்தை மீட்டீர்.

முத: துக்க நேரத்திலும் உதவி கிடைக்கிறது. அரிமத்தியாவைச் சேர்ந்த யோசேப்பு, இயேசுவை அருகிலுள்ள தனது கல்லறையில் அடக்கம் செய்ய ஏற்பாடு

செய்கிறார். அவரது உடல் துணிகளில் போர்த்தப்பட்டு, கல்லறையினுள் வைக்கப் படுகிறது. எல்லோரும் அழுது கொண்டே செல்கிறார்கள். இறுதியில், எல்லாம் அமைதியானது. முற்றிலும் அமைதி. எங்கும் அமைதி. இந்த அமைதியில் சற்று நேரம் செபிப்போம்.

அமைதியின் தெய்வமே இறைவா என் இதயத் தலைவனே
அருள்வாய் அருள்வாய் யாம் ஏங்கித் தேடுகின்ற அமைதி
அமைதி அமைதி எங்கும் என்றும் அமைதி – 2

நீதிப் பாதையில் நடப்பவர் சுவைப்பது அமைதி அமைதி
தியாகச் சிகரத்தில் நிலைப்பவர் பெறுவது அமைதி அமைதி (2)
அன்பு மொழியை விதைத்திடுவோம், அருளின் பயிரை அறுத்திடுவோம் (2)
அமைதி அமைதி எங்கும் என்றும் அமைதி – 2

முத: மூன்று நாட்களுக்குப் பிறகு, அற்புதம் ஒன்று நடக்கிறது, இயேசு இறந்தோரிடமிருந்து உயிர்த்தெழுந்தார்! உயிர்ப்பின் ஒளி கல்லறையைப் பிளக்கிறது! இயேசுவின் ஒளி மரணத்தை விட வலிமையானது.

எல்: கர்த்தர் கற்பித்த செபம், மங்கள வார்த்தை செபம், திரித்துவப் புகழ்.
எல்: எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும் இயேசுவே!

## இறுதி செபம்

ஆண்டவராகிய இயேசு கிறிஸ்துவே,
நீர் சென்று விட்டீர், எல்லாம் முடிந்து விட்டது. இனி
நாங்கள் ஒருபோதும் மகிழ்ச்சியாகவோ நல்லவராகவோ
இருக்க முடியாது என நாங்கள் பல வேளைகளில்
நினைக்கிறோம். நீர் ஒருபோதும் எங்களை விட்டு விலக
மாட்டீர் என்பதை உமது உயிர்ப்பு எங்களுக்குக் காட்டுகிறது.
எங்கள் வாழ்வாலும் செபத்தாலும் நாங்கள் உம்மைப்
பின் தொடர எப்போதும் முயற்சி செய்ய எங்களுக்கு
உதவியருளும். எங்களைத் தொடர்ந்து வழிநடத்தியருள
உமது திருப்பெயரால் உம்மை மன்றாடுகிறோம்.
ஆமென்.

# Celebrating SUNDAYS of Easter

| | |
|---|---|
| 20 ஏப்ரல் 2025<br>**உயிர்ப்புப் பெருவிழா** | கிறிஸ்துவில் ஒரே உடலாக உயிர்ப்புப் பெருவிழாவை குடும்பத்தாருடனும் நண்பர்களுடன் இணைந்து கொண்டாட தயாராகவும் விழிப்புடனும் இருப்போம். |
| 27 ஏப்ரல் 2025<br>**பாஸ்கா 2ம் ஞாயிறு**<br>**இறை இரக்க ஞாயிறு** | இன்று நமது அன்பியத்துடனும், ஆலயப் பணிக் குழுவுடனும், குடும்பத்தாருடனும் இணைந்து இறை இரக்க செபமாலையை சொல்லி, அவரது இரக்கம் அதிகமாகத் தேவைப்படுவோருக்காக மன்றாடுவோம். |
| 4 மே 2025<br>**பாஸ்கா 3ம் ஞாயிறு** | மே 1 அன்று தொழிலாளரான புனித யோசேப்பின் திருவிழாவைக் கொண்டாடும் நாம், ஊழியர்கள், நம் வாழ்வில் உள்ள ஆண்களையும் சிறப்பாக நினைவு கூர்ந்து, நமது குடும்ப வாழ்விலும், பணியிலும் அவர் நமக்கு முன்மாதிரியாக இருக்க மன்றாடுவோம். |
| 11 மே 2025<br>**பாஸ்கா 4ம் ஞாயிறு**<br>**நல்லாயன் ஞாயிறு &**<br>**அன்னையர் தினம்** | உலக இறை அழைத்தல் நாள் (இன்று) தொடங்கி 365 நாள்கள் நமது உயர்மறைமாவட்ட குருக்களுக்காக சிறப்பாக மன்றாடுவோம். |
| 18 மே 2025<br>**பாஸ்கா 5ம் ஞாயிறு** | இறைவனின் தாயான புனித கன்னி மரியாவின் நினைவாக செபமாலை செபிக்கவும். அனைத்து அன்னையர்களுக்காக சிறப்பாக மன்றாடுவோம். |
| 25 மே 2025<br>**பாஸ்கா 6ம் ஞாயிறு** | ஆண்டவரின் விண்ணேற்றப் பெருவிழா (வியாழன்) முதல் பெந்தகோஸ்தே ஞாயிறு வரை தூய ஆவியாருக்காக நவநாள் செபம் செய்யுங்கள். |
| 1 ஜூன் 2025<br>**பாஸ்கா 7ம் ஞாயிறு**<br>**உலகத் தகவல் தொடர்பு நாள்** | 59வது உலகத் தகவல் தொடர்பு நாளுக்கான நம் திருத்தந்தையின் செய்தியை அறிந்து, உங்கள் இதயங்களில் இருக்கும் எதிர்நோக்கை பகிர்வோம். |
| 8 ஜூன் 2025<br>**தூய ஆவியார் ஞாயிறு** | தூய ஆவியார் பாடல்களை உங்கள் வீட்டிலோ, பணியிடத்திலோ பின்னணியில் இயக்குங்கள். தூய ஆவியார் உங்களைத் தூண்டும் போதெல்லாம் நீங்களும் சேர்ந்து பாடுங்கள். |

# நன்றியறிவிப்புகள்


## ஆசிரியர் குழு

ஆக்னெஸ் ஙெள
ஆர்தர் கோ
எர்வின் சுசான்டோ
செரில் சிம்
டேஃப்னி லியோங்
ஜாக்குலின் ஃப்ளெட்சர்
ஜெர்விஸ் காங்
ஜேம்ஸ் நிக்கோலஸ்
அருள் தந்தை டெரன்ஸ் பெரெய்ரா
அருள் தந்தை ஸ்டான்லி கோ, சே. ச.

## மொழிபெயர்ப்பு

சீன மொழி பேசுவோருக்கான உயர்மறைமாவட்ட ஆணையம் (ACAMS)
தமிழ் மொழி பேசுவோருக்கான உயர்மறைமாவட்ட ஆணையம் (ACTS)

## வடிவமைப்பு

ரே சியா

2 Highland Road #02-19 S(549102)
6911 0420
one.org.sg
enquiries.one@catholic.org.sg
Office for the New Evangelisation
@officeforthenewevangelisation
@evangelise.sg