செப்டம்பர் 2026

அதிசசிந்தனை

ஒன்றித்தப் பயணம் மற்றும் இறைவாக்கு உரைக்கும் திருஅவையை நோக்கி ஒன்றித்து நடத்தல்

மறைத்தூதுரைக்கும் சீடத்துவத்திற்கான மக்கள்

மாதாந்திர நோக்கம்:

சமூகம்: வேற்றுமையில் ஒற்றுமை

இன்று அடிப்படை திருச்சபை சமூகங்கள் (BECs) அரசு சாரா நிறுவனங்கள் அல்லது தொண்டு நிறுவனங்களுடன் இணைந்து, எல்லைகளைக் கடந்து பல நிகழ்வுகளை ஏற்பாடு செய்யமுடியும். திட்டமிடப்பட்ட இந்தச் செயல்பாடுகளில், சமூகத்தில் விளிம்புநிலை மற்றும் நலிவடைந்த குழுக்கள் தொடர்பான குடும்ப அடிப்படையிலான நிகழ்வுகள் இடம் பெறவேண்டும். நமது வசதியான சூழலை விட்டுவெளியேறி, மற்றவர்களுடன் தொடர்பு கொள்வதன்மூலம் நாம் வெளிநோக்கி நகர வேண்டும். பிள்ளைகள் வீட்டைவிட்டுச் செல்லும்போது ஏற்படும் 'வெற்று கூடு' அல்லது வெறுமையான இடம்((empty nest) என்ற உணர்வை அனுபவிக்கும் பெற்றோரை ஆன்மீக ரீதியாக சந்திக்க வேண்டும்; சிறப்பு கவனிப்பு தேவைப்படும் நபர்களுக்கும் இனி தேவாலயத்திற்கு வராதவர்களுக்கும் நாம் ஆதரவளிக்க வேண்டும்.

தொடக்க இறைவேண்டல்

அன்பு அன்னை மரியே, இன்றிரவு எங்கள் மன்றாட்டைக் கேட்டருளுமாறு உம்மை மன்றாடுகிறோம். எங்கள் குடும்பங்களில் உள்ள நொறுங்கிய, காயப்பட்ட ஒவ்வொரு இதயங்களையும் ஒன்றுசேர்க்குமாறு உம்மிடம் வேண்டுகிறோம். மன்னிப்பு எங்கள் உள்ளத்திற்கு வெகு தொலைவில் இருப்பதை நாங்கள் உணர்ந்து துயரப்படுவதை இயேசுவின் கரங்களில் ஒப்படைத்தருளும். அன்னை மரியே, எங்களால் மறைக்க முடியாத கண்ணீரைக் கண்டருளும். உமது அன்பினால் எங்கள் இதயங்களை மீண்டும் குணமாக்கியருளும். எங்கள் குடும்பங்களின் ஒவ்வொரு உறுப்பினரையும் ஆசீர்வதித்து, உமது அன்பான இதயத்தில் அவர்களை அரவணைத்தருளுமாறு உம்மிடம் வேண்டுகிறோம். எங்கள் ஆண்டவராகிய கிறிஸ்து வழியாக மன்றாடுகிறோம். ஆமென்.

தேர்ந்து தெளிதல்

செவிமடுத்தலில் இருந்து செயல்

ஒவ்வொரு சிறிய குழுவும் தாங்கள் ‘‘நாம்’’ என்ற கண்ணோட்டத்தைப் பகிர்ந்துகொள்ளவும், தூய ஆவியார் எதற்கு அழைத்தார் என்று உணர்வதில் கவனம் செலுத்தவும் அழைத்தல். அதிசவாக, அன்றாட வாழ்க்கையில் 'எளிய செயலைச் செய்ய' வேரூன்ற உதவும் ஒரு வார்த்தையை அடையாளம் காணுதல்.

எடுத்துக்காட்டு:

- ஒரு அதிச வாக நாம் மேலும் தூரநோக்குடன் இருக்கவேண்டும். யாருக்கு அக்கறை காட்டவேண்டும், யாரை அழைக்கவேண்டும், அல்லது யாருடன் உடன் செல்லவேண்டும்? என்று கடவுள் அழைக்கிறாரோ அவர்களை அடையாளம் காணவேண்டும்.
- ஒரு குடும்பமாக, நமக்குத் தெரியாத அல்லது அறிமுகமில்லாத குடும்பங்களைச் சென்றடைவதற்கான வழிகளைப் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.
- ஒரு அதிச வாக அல்லது ஒரு பங்குத் தளமாக, உங்களின் அடிப்படைக் கொள்கைகளுடன் பொருந்திப்போகின்ற நிறுவனங்களுடன் (அரசு சாரா நிறுவனம் NGO) இணைந்து கூட்டுச்செயல்களைத் திட்டமிடுங்கள்

பரிந்துரை இறைவேண்டல்

வழிநடத்துனர் பங்கேற்பாளர்களை சுருக்கமான இறைவேண்டலைச் செய்ய அழைத்தல்.

எடுத்துக்காட்டு:

.. ஆண்டவரே, எங்கள் குணாதிசயங்களிலும் கருத்துகளிலும் வேறுபாடுகள் இருந்தாலும், வாழ்க்கையின் சவால்களின்போது, நாங்கள் ஒருவருக்கொருவர் ஆதரவளிக்கும் வலிமையான மற்றும் அன்பான இல்லத்தைக் கட்டிட எங்களுக்கு உதவியருளும்.
.. ஆண்டவரே, நாங்கள் ஒற்றுமையாக வாழ்வதற்குப் பொறுமை, மனத்தாழ்ச்சி மற்றும் விரைவாக மன்னிக்கும் மனப்பான்மையை வளர்த்துக்கொள்ள எங்களுக்குக் கற்றுக்கொடும்.
... ஆண்டவரே, எங்கள் இல்லம், அமைதி, மற்றும் ஊக்கமூட்டும் இடமாக மாறிட உதவியருளும். மேலும் எங்கள் குடும்பத்தில் எங்கள் வார்த்தைகளாலும், செயல்களினாலும் உம்முடைய அன்பைப் பிரதிபலிக்க எங்களுக்கு உதவியருளும்.
பதிலுரை: ஆண்டவரே எங்கள் மன்றாட்டை கேட்டருளும்

நிறைவு இறைவேண்டல்:

அன்பு தந்தையே, , எங்கள் குடும்பத்தில் அன்பு நிலவிட மன்றாடுகிறோம். ஒருவருக்கொருவர் காட்டும் மரியாதையில் நாங்கள் வளர்ந்திடவும், உண்மையான அன்பு என்பது பொறுமை, இரக்கம், மற்றும் மன்னிக்கும் குணம் என்பதை நாங்கள் உணர்ந்துகொள்ள, எங்களுக்கு உதவிடுவீராக. எங்கள் இல்லங்களை ஆறுதல், மகிழ்ச்சி, மற்றும் ஊக்கமளிக்கும் இடங்களாக மாற்றியருளும். எங்கள் இதயங்களை உண்மையான அன்பால் நிரப்பியருளும். இதனால், எங்களின் ஒவ்வொரு தொடர்பிலும் உம்முடைய இரக்கத்தை நாங்கள் பிரதிபலித்திடுவோமாக. இவையெல்லாம் எங்கள் ஆண்டவராகிய கிறிஸ்து வழியாக உம்மை மன்றாடுகிறோம்.

வெளியீடு: மாமறைமாவட்ட மேய்ப்புப்பணி நிலையம் (API) | **Email:** api@archkl.org INTERNAL CIRCULATION ONLY

எதிர்கொள்வது

தொடக்கப்பாடல்

அன்னை மரியே, என் குடும்பத்தை நலமாக்குவீராக
அன்பு சோர்ந்துபோன இடத்திலும், பதில் அளிக்காத வார்த்தைகள் உண்டு
உள்ளத்தில் அடக்கிவைத்திருக்கும் காயங்கள் உண்டு
அனைவரையும் ஒன்று சேர்க்க முயன்றேன். ஆனால் இதை என்னால் தனித்துச் செய்யமுடியாது.
எங்கள் இதயங்களை உம்முடைய பரிந்துரையில் இணைத்தருளும்
எங்கள் குடும்பங்களை மீண்டும் அழைத்து வாரும்.
தூய மரியே, எங்கள் அருகில் தங்கியிரும்.
எங்கள் வலிகளை இயேசுவின் கரங்களில் ஒப்படைத்தருளும்.
மன்னிப்பு வெகுதொலைவில் இருப்பதுபோல் உணரும் நேரத்தில்
மீண்டும் தொடங்கிட எங்கள் இதயங்களைத் தொட்டருளும்.

பல்லவி:
அன்னை மரியே, என் குடும்பத்தை நலமாக்குவீராக
எங்கள் இதயங்களை மீண்டும் அமைதியில் கொண்டுவருவீராக.
எங்கள் காயங்களை இயேசுவின் இரக்கத்திற்கு கொண்டுவருவீராக!
பலவீனமானதை அவரின் அன்பு மீட்டுக்கொள்வதாக!
நாங்கள் மீண்டும் அன்பு செலுத்த எங்கள் குடும்பத்திற்கு கற்றுத்தாரும்.
உடைந்துபோனதை குணப்படுத்துவீராக.
காயப்பட்ட இடத்தில் அருளைக் கொண்டுவருவீராக

போராட்டம் நிறைந்த திருமணத்திற்காக,
தொலைவில் இருப்பதாக உணரும் குழந்தைக்காக,
துயரத்தில் இருக்கும் தாய்க்காக, மன்றாட அஞ்சும் தந்தைக்காக,
என் மனதில் நான் நினைத்திருக்கும் அனைத்து நபர்களுக்காக,
வெளிக்காட்ட முடியாத கண்ணீரை ஆசீர்வதியும் அன்னையே
அன்னை மரியே இயேசுவின் இரக்கம் பாயும் இடத்தில் எங்களை அழைத்துக்கொள்ளும்
மரியே, எங்களோடு மன்றாடும்
பாதிப்புற்ற ஒவ்வொரு உள்ளத்தையும் மென்மையாக்கும்
கிறிஸ்துவின் அமைதி எங்களை நெருங்கட்டும்
ஒரு புதிய தொடக்கம் எங்களின் தொடங்கட்டும்

எங்கள் காயங்களை இயேசுவின் இரக்கத்திற்கு கொண்டுவருவீராக
உம் மகனிடம் எங்களை அழைத்துச் செல்வீராக
அவருடைய அன்பு எங்களை ஒன்றாக்கி
குணமாக்கும் இடமாக எங்கள் இல்லத்தை மாற்றிடும்.
அன்னை மரியே, என் குடும்பத்தை நலமாக்குவீராக
மீண்டும் எங்களை இயேசுவிடம் வழிநடத்துவீராக.

மேய்ப்புப்பணிப் பாதை

திருமுழுக்கு ஒருவரை கத்தோலிக்க திருஅவையின் முழுமையான உறுப்பினராக்கி, மற்ற நம்பிக்கையாளர்களுடன் ஒன்றிணைக்கிறது. திருமுழுக்கு பெற்ற அனைவரும் இயேசு கிறிஸ்துவின் குருத்துவத்தில் பங்கு கொள்கிறார்கள்; இது, தங்கள் அன்றாட வாழ்க்கையை ஒரு ஆன்மீகப் பலியாக அர்ப்பணிக்க அவர்களை அழைக்கிறது. கிறிஸ்தவ நம்பிக்கையைப் பகிர்வதன் மூலமும் மற்றவர்களுக்குப் பணி செய்வதன் மூலமும், கிறிஸ்துவின் இறைவாக்கினர் குருத்துவ மற்றும் அரசத்துவப் பணியில் நாமும் பங்கு கொள்கிறோம். திருஅவையை அதன் பணிகளின் மூலம் கட்டியெழுப்ப, தூய ஆவியானவரிடமிருந்து சிறப்பு ஆன்மீக கொடைகளும் வரங்களும் நமக்கு வழங்கப்படுகின்றன. கண்ணுக்குப் புலப்படாத, ஆனால் உண்மையான இந்தக் கொடைகள், ஒருவரைக் கடவுளுடனும் திருஅவையுடனும் உள்ள உறவை மாற்றியமைத்து, அவரை கடவுளின் அன்புக்குரிய பிள்ளையாக ஆக்குகின்றன.

இரண்டாம் வத்திக்கான் சங்கம் குடும்பத்தை “எக்லேசியா டொமெஸ்டிகா” – அதாவது இல்லத் திருஅவை என்று அழைக்கிறது. யோசேப்பும் மரியாளும் யேசுவுக்கு முதல் நம்பிக்கையைப் போதிப்பவர்களாக இருந்தனர், மேலும் அவர் ஒரு புனிதக் குடும்பத்தின் அரவணைப்பில் வளர்ந்தார். குடும்பத்தில், தந்தையர்களும் தாய்மார்களும் தங்கள் பிள்ளைகளை அன்றாட வாழ்க்கை, இறைவேண்டல், மற்றும் நம்பிக்கையின் தனிப்பட்ட சாட்சியத்தின் மூலம் கடவுளிடம் அறிமுகப்படுத்தும் ஆரம்ப வழிகாட்டிகளாக உள்ளனர். இல்லம் என்பது கிறிஸ்தவ வாழ்வின் முதல் அடித்தளப் பள்ளியாகும். இது ஒரு குழந்தையின் ஆன்மீக வாழ்வின் ஆரம்பக் கட்டமைப்பை உருவாக்குவதற்கும், பகிர்ந்தளித்தல் மற்றும் பிறருக்கு உதவுதல் போன்ற நற்பண்புகளை வளர்ப்பதற்கும் முக்கியத்துவம் அளிக்கிறது.

பிறருடன் நாம் அன்றாடம் பழகும்போது, அவர்கள் மதிக்கப்படுவதையும், அவர்களின் குரல் கேட்கப்படுவதையும் உணர அவர்களுக்கு இடம் கொடுக்க வேண்டும்; நம்பிக்கையை வளர்ப்பதற்கும், பிறரின் வருத்தத்தை உணர்ந்து வளர்வதற்கும் வழிகளைக் கண்டறிய வேண்டும். நமது சமூக அர்ப்பணிப்பில், சமூகங்களின் அன்றாடப் போராட்டங்களுக்கும் சவால்களுக்கும் உதவுதல், இயற்கையையும் பூமித்தாயையும் பாதுகாத்தல், மற்றும் சமூகத்தில் நேர்மையான தேர்வுகளைச் செய்ய இறைமக்களுக்கு வழிகாட்டுதல் ஆகியவை அடங்கும்.

திருத்தந்தை 14 ஆம் லியோ, மனித மாண்பை நாம் மேம்படுத்த வேண்டும் என்று வேண்டுகோள் விடுக்கிறார். "தொழில்நுட்பம் ஒருபோதும் நடுநிலையானது அல்ல, ஏனெனில் அது, அவற்றை வடிவமைப்பவர்கள், நிதியளிப்பவர்கள், ஒழுங்குபடுத்துபவர்கள் மற்றும் பயன்படுத்துபவர்களின் குணாதிசயங்களை எடுத்துக்கொள்கிறது" (மக்னி:பிகா ஹூமானிடாஸ், எண். 9) (Magnifica Humanitas no; 9) என்று அவர் குறிப்பிடுகிறார். மனித இதயம் என்பது கடவுள் குடியிருக்க விரும்பும் இடம் என்பதை நாம் உணர வேண்டும். நாம் நமது எல்லைகளைக் கடந்து, குறிப்பாக உதவியும் ஆதரவும் தேவைப்படும்போது, மற்றவர்களுடன் துணை நிற்பதில் ஒரு ஆழமான உறவை உருவாக்க வேண்டும்.

இறைவார்த்தை

திருத்தூதர் பணிகள் 2: 44-47

நம்பிக்கைக் கொண்டோர் அனைவரும் ஒன்றாயிருந்தனர்; எல்லா உடைமைகளையும் பொதுவாய் வைத்திருந்தனர். நிலபுலன்களும் பிற உடைமைகளும் உடையோர் அவற்றை விற்று, அனைவருக்கும் அவரவர் தேவைகளுக்கேற்ப பகிர்ந்தளித்தனர். ஒவ்வொரு நாளும் அவர்கள் ஒரே மனத்தோடு கோவிலில் தவறாது கூடிவந்தார்கள்; பேருவகையோடும் எளிய உள்ளத்தோடும் வீடுகள் தோறும் அப்பத்தைப்பிட்டு, உணவைப் பகிர்ந்து உண்டு வந்தார்கள். அவர்கள் கடவுளைப் போற்றி வந்தார்கள்; எல்லா மக்களுடைய நல்லெண்ணத்தையும் பெற்றிருந்தார்கள்; ஆண்டவரும் தாம் மீட்டுக் கொண்டவர்களை நாள்தோறும் அவர்களோடு சேர்த்துக் கொண்டேயிருந்தார்.

உரையாடல்

ஆவியில் கலந்துரையாடல்

4–6 பேர் கொண்ட குழுவில் கீழ்க்கண்ட மூன்று சுற்றுகளில் பகிர்ந்துகொள்ளுங்கள். ஒவ்வொரு பகிர்வுக்குப் பிறகும் ஒரு நிமிடம் அமைதியில் இருப்போம்.

சுற்று 1 “நான்” என்னும் கண்ணோட்டத்தில் (அமைதியில் தியானிக்க தயாராயிருங்கள். அனைவரும் பகிர்ந்துகொள்ளலாம், ஆனால் ஒவ்வொருவரும் 2 நிமிடத்திற்கு மேல் பகிரக்கூடாது. மற்றவருடைய பகிர்வையொட்டி எந்தக் கருத்தும் தெரிவிக்க வேண்டாம்)

- நான் குடும்பத்தில் உள்ள மற்றவர்களின் கண்ணியத்தை மதிக்கிறேனா?

(ஒவ்வொரு நபரின் பகிர்வுக்கும் நன்றி சொல்லியபின், ஒரு நிமிடம் அமைதி காத்தபின் அடுத்த நபர் பகிர்வைத் தொடங்கலாம்)

சுற்று 2 “நீங்களும் நானும்” என்னும் கண்ணோட்டத்தில்:
(இப்போது குழுவில் மற்றவர் பகிர்ந்த கருத்துகளுக்குப் பதில் அளிக்க அழைப்பு – ஒவ்வொருவரும் ஒருமுறை மட்டுமே தங்களுடைய கருத்துகளைப் பகிர்ந்துகொள்ளலாம்.)

அனைவரின் கருத்துகளையும் செவிமடுத்தபின்:

- மற்றவர்கள் பகிர்ந்துகொண்டவற்றில் என் கவனத்தை ஈர்த்தது எது?
- பொதுவான போராட்டங்கள் அல்லது பகிர்ந்துகொள்ளப்பட்ட நம்பிக்கைகளை நான் எங்கே காண்கிறேன்?

(ஒன்று அல்லது இரண்டு குறிப்புகளைத் தெரிவிக்கவும்)

சுற்று 3 – ‘நாம்’ என்னும் கண்ணோட்டத்தில்:
(இப்போது வழிநடத்துனர் அல்லது பொறுப்பாளர் அனைவரும் பகிர்ந்துகொண்டவற்றில் இருந்து பொதுவான கருத்தைத் தேர்ந்தெடுக்குமாறு அனைவரையும் அழைப்பார்)

- எல்லைகளைக் கடந்து குடும்பத்திலும் நம் அயலாரிடமும் நல்லுறவுப் பாலங்களைக் கட்டுவது குறித்து, தூய ஆவியார் நம்முடைய அதிச க்களுக்கு என்ன கூறுகிறார்?

(ஒவ்வொரு நபரின் பகிர்வுக்கும் நன்றி சொல்லியபின், ஒரு நிமிடம் அமைதி காத்தபின் அடுத்த நபர் பகிர்வைத் தொடங்கலாம்)