



# அருங்கோடை நாள்

கத்தோலிக்க அருங்கோடை ஆண்மீக மாத தெழுவு

மார்ச் 2022

மார்ச் 01

தெழுவு 03

தனி சுற்றுக்கு மட்டும்



**தலையங்கம்**  
அருட்பணி  
**T. ஆல்பர்ட்**  
இயக்குநர்,  
அருங்கோடை இல்லம்

கடவுள் தான் படைத் தபடைப்புகளிலே உயரிய படைப்பான மனிதரை படைத்தவுடன் அவர்களுக்கு ஆசியுங்கி மனிதர் என்று பெயரிட்டார் என தொடக்க நூல் 5 : 2 கூறுகிறது. இதை சிந்திக்கும் பொழுது கடவுள் மானிடரை எப்பொழுதும் ஆசிக்குரிய பின்னைகளாய் இருக்க வேண்டும் என விரும்பினார் என்பது திண்ணம். ஆனால் பாவம் மனிதனுக்குள்ளே நுழைந்தவுடன் அவன் பாவ இயல்பில் பெருந்துவதை இறைவன் கண்டு மனமுடைந்தார் என்பதை தொடக்கநூல் 6: 5 கட்டிக்காட்டுகிறது. தம் அன்பின் நிறைவான படைப்பாக மனிதன் இருந்தபடியாலும், அவன் அத்தனை படைப்புக்கும் வழி காட்டியாக, நெறியாளராக இருக்கின்ற காரணத்தினாலும், தான் படைத்த படைப்பை பாவ சாபத்திலிருந்து காப்பாற்றும் திட்டத்தை இறைவன் வகுக்கார். இதன் மூலமாக இறைவன் மன்னுலகை புதுப்பித்து நம்மையும்,

இப்படைப்பு அனைத்தையும் உயர்ந்த அந்த திட்டத்தின் மகிழமையை சுவைக்கப் பல்வேறு வழி களில் செயலாற்றி இறுதியாக தம் மகன் வழியாக அதை நிறைவு செய்தார். நம் மில் பலர் நினைத்துக் கொண்டிருப்பது போல தவக்காலம் என்பது ஏதோ நாம் செய்த பாவங்களை கழுவிக்கொண்டு மீண்டும் நாம் அந்த வழியே செல்வது அல்ல. மாறாக அத்திட்டத்தை அறிந்து அதை நிறைவேற்ற நாமும் படைத்த இறைவனுடைய அத்திட்டத்தோடு நம்மை இனைத்துக்கொள்ளும் காலம். மற்றொரு விதமாக கூறுவேண்டுமானால் உடன் படிக்க கையை மீண்டுமாய் புதுப்பித்துக் கொள்ளும் காலம். இந்த மீட்புத் திட்டத்தை அறிய முடியாதபடி நம் கண்களை மறைத்து நிற்கும் பாவம் எனகிற கொடுமையின் வேர்களை கண்டும் காலம். இந்த பொறுப்புணர்வோடு பயணிக்க நாம் சிறப்பாக அழைக்கப்படுகிறோம். இக்காலம் ஏதோ 40 நாட்கள் குறித்த ஒரு கவலை என்று இருந்துவிடாமல் கடவுளின் மிகப்பெரிய இறைத் திட்டம் என்பதை உணர்ந்த பின்னைகளாய் பயணிக்க அழைக்கப்படுகிறோம். இச்சிந்தனையோடு பயணிக்க உங்களை அனுபுதன் அழைக்கின்றோம்.

## வாழ்வே தவம்



**D. ஜோஞானப்பிரகாசம்**  
MA.,M.Ed.,

நமது ஆண்மீக பயணத்தில் மீண்டும் ஒரு தவக்காலம். இத்தவக்காலத்தில் உண்மையிலேயே தவம் என்பது என்ன?

இறைவன் நம்மிடம் எதிர்பார்ப்பது என்ன என்பதைக்குறித்து சிறிது சிந்திப்போம். இன்றைய நடைமுறை வாழ்க்கையில் தவம் என்பது என்னவாயிருக்கிறது?

உபவாசித்து செபித்தல், புலால் மற்றும் மதுவைத் தவிர்த்தல், மெளனம் காத்தல், காவி உடை அனிதல் இவைகளைத்தான் தவம் என்று கருதுகிறோம். இவை தவம் அல்ல, இவை தவ முயற்சியாகும். தவமுயற்சி என்பது உண்மையான ஒரு தவத்திற்கு நம்மை இட்டுச்செல்கிற செயல். எசாயா 58:5 இவ்வாறு சொல்கிறது.

"ஒருவன் தன்னை ஒடுக்கிக் கொள்ளும் நாளையா நான் உண்ணா நோன்பின் நாளாகத்



தெரிந்து கொள்வது?" "ஒருவன் நான்லைப்போல தன் தலையைத் தாழ்த்திச் சாக்கு உடையையும், சாம்பலையும் அணிந்து கொள்வதா எனக்கு ஏற்ற நோன்பு? இதையா நீங்கள் நோன்பு என்றும் ஆண்டவருக்கு உகந்த நான் என்றும் அழைக்கின்றீர்கள்?"

இவை நோன்பு அல்ல என்று கூறும் எசாயா நால், எது உண்மையான நோன்பு என்பதையும் 58 : 6, 7ல் தெளிவாய்ச் சொல்கிறது. "கொடுமைத்தனைகளை அவிழப்பதும், நுகத்தின் பிணையல்களை அறுப்பதும் ஒடுக்கப்பட்டோரை விடுதலை செய்து அனுப்புவதும் எவ்வகை நுகத்தையும் உடைப்பதும் நேரா நான் தேர்ந்து கொள்ளும் நோன்பு! பசித்தோருக்கு உங்கள் உணவைப் பகிர்ந்துகொடுப்பதும், தங்க இடமில்லா வறியோரை உங்கள் இல்லத்திற்கு அழைத்து வருவதும், உடையற்றோரைக் கானும் போது அவர்களுக்கு உடுக்கக்கொடுப்பதும், உங்கள் இனத்தாருக்கு உங்களை மறைத்துக் கொள்ளாதிருப்பதும் அன்றோ நான் விரும்பும் நோன்பு".

ஓரு வேளை உணவைத் தவிர்ப்பது, உபவாசம் இருந்து

"காலம் நிறைவேறிவிடது. இறையாடசி நெருங்கி வந்து விடது; மனம் மாறி நற்செய்தியை நம்புங்கள்" (மாற்கு 1:15)

## அருங்கோடை குல்ல மார்ச் மாத வழிபாடுகள்



06.03.2022 நூயிரு  
அருட்பணி. அமல்ராஜ்  
இல்லம் இயக்குநர்



13.03.2022 நூயிரு  
அருட்பணி. மரியக்குசை  
திருச்சி



20.03.2022 நூயிரு  
அருட்பணி. ஆரோக்கியராஜ்  
சீவகங்கூ



27.03.2022 நூயிரு  
செனாதர். ம.அந்தோனி  
கத்தோலிக் குரிசென்திருந்து  
திருநெல்வேலி



27.03.2022 நூயிரு  
கோதுர். வெந்தோனி  
கிராம ஹஸ்பிங்கள்,  
அருங்கோடை இல்லம்.

02.03.2022 சாம்பல் புதன் மாலை 6.00 மணிக்கு நிருப்பில் நடையைறும். தவகாலத்தில் எல்லா நாட்களிலும் மாலை 5.30-7.15 வரை ஜெப வழிபாடு நடையைறும்.

04.03.2022 முதல் வெள்ளி காலை 10.00 மணி முதல் 1.00 மணி வரை கிறை ரைக்கத்தின் தீருப்பவி நடைபெறும்.



www.arungkodaiillam.org  
arungkodai illam trichy  
arungkodaiillam@gmail.com  
24x7 மணிநேர ஜெப உதவி  
அலைபேசி  
திருமண தகவல் மையம்  
அன்புப்பணி மையம்

0431 - 2415858 / 0431 - 2410164  
63838 24132  
63836 51076  
89030 42513

கிரிஸ்துவில் அன்புள்.

அருட்பணி. T. ஆல்பர்ட் இயக்குநர்  
அருட்பணி I. அமல்ராஜ் இல்லம் இயக்குநர்  
மற்றும் ஊழியர்கள்.

அந்த மாத உள்ளிருப்பு தியான் நாட்கள்  
23.03.2022 முதல்  
26.03.2022 வரை  
கொட்டுமது: 63836 51076





உங்களைத் தூய்மையாக்கிக் கொள்ளுங்கள் நானை ஆண்டவர் உங்களிடையே வியத்தகு செயல்கள் புரிவார் - யோசவா 3:5

## அருங்கொடை கில்லம் தியான மையம்



தியான மைய பணிக்கு முழுவின் தலைவராக அருட்பணி. ஆல்பர்ட் அவர்களும் ஒருங்கிணைப்பாளராக சகோ. ஜோ ஞானப்பிரகாசம் அவர்களும் செயல்பட்டு வருகின்றனர்.

### தியான மைய வரலாறு

திருச்சி அருங்கொடை இயக்கத்தின் 47 ஆண்டு கால வரலாற்றில் ஊழியர்கள் மற்றும் மக்களின் நீண்டகால கனவு அருங்கொடை இல்ல வளாகத்திற்குள் ஒரு உள்ளிருப்பு தியான மையம் எழுப்பப்பட வேண்டுமென்பது.

ஏந்த ஒரு திட்டத்தையும் அதற்குரிய காலத்தில் மிக நேர்த்தியாக நிறைவேற்றுபவர் நம் தந்தையாகிய கடவுள். அவனு போல ஊழியர்களின் பல ஆண்டு ஏக்கத்தையும், ஜெபத்தையும் கண்ணோக்கி இத்தியான இல்லத்தை எழுப்ப திருவுளம் கொண்டார் இறைவன்.

எருசலேம் நகரின் மதிலைக் கட்டி யெழுப்ப பதையாகிய கடவுள் குறித்த காலத்தில் நெகேமியாவை அனுப்பியது போல அருங்கொடை இல்லத்திற்கும் அவர் முன்குறித்த நாளில் அருட்பணி. ஆல்பர்ட் அவர்களை இயக்குநராக அனுப்பினார்.

2019ம் ஆண்டு டிசம்பர் 4ம் தேதி புதிய தியான இல்லத்திற்கான அடிக்கல் மேட்கு ஆயர் தேவதாஸ் அம்புரோவுள் அவர்களால் நாட்டப்பட்டது. அடிக்கல் நாட்டப்பட்ட ஒரு சில மாதங்களில் கொரோனா எனும் பெருந்தொற்று உலகையே முடக்கிப்போட்டது. யாரையும் எங்கேயும் சந்தித்து நிதி திரட்ட முடியாத குழ்நிலை. எல்லாக் கதவுகளும் மூடப்பட்டாலும் ஆண்டவர் ஒரு புதிய வாசலைத்திற்பார் என்ற நிறை நம்பிக்கையின்படி திருச்சி காவிரி கலைத்தொடர்பகத்தின் KC Trichy என்ற யூடியூப் சேனலில் அருட்பணி. ஆல்பர்ட் அவர்கள் தினசரி திருப்பலி நிறைவேற்ற ஆண்டவர் திருவுளம் கொண்டார். அதில் தந்தையவர்கள் விடுத்த அழைப்பை ஏற்று தமிழகம் மட்டுமல்ல, உலகின் பலவேறு நாடுகளிலிருந்தும் மக்கள் நிதியிக்க, 10 மாதங்களில் எழில்மிகு தியான இல்லம் அருங்கொடை வளாகத்தில் கட்டி எழுப்பப்பட்டது. 2020ம் ஆண்டு அக்டோபர் 7ம் நாள் மேதகு ஆயர் தேவதாஸ் அம்புரோவுள் அவர்களால் அர்ச்சிக்கப்பட்டு இறைப்பணிக்காய் அர்ப்பணிக்கப்பட்டது.

### பொது தியான நாட்கள் :

மூன்று நாள் தியானம் பிரதிமாதம் இரண்டாம் வாரம் மற்றும் நான்காம் வாரங்களில் புதன் மாலை துவங்கி சனிக்கிழமை இரவு நிறைவேற்கிறது. ஒரு நாள் தியானம் பிரதி மாதம் மூன்றாம் வாரம் புதன் மற்றும் சனிக்கிழமைகளில் நடைபெறுகிறது.

### தியான நிகழ்வுகள் :

தியானம் தினமும் காலை 6 மணிக்குத் துவங்கி 8 மணிக்கு நிறைவேற்கிறது.

இறைப்பிரன் நெத்திற்குள் முழுமையாக இட்டுச்செல்லும் வைக்கயில் இறைப்புகழ்ச்சியும் நற்கருணை ஆராதனையும் நடைபெறுகிறது.

மக்கள் நல்லதொரு ஓப்புரவு அருட்சாதனத்திற்கு தயாரிக்கப்பட்டு ஒப்புரவு அருட்சாதனம் நிறைவேற்றப்படுகிறது.

பிரச்சனைகளில் சிக்கித்தவிக்கும் மக்களுக்கு தனித்தனியே கவுன்சிலிங் கொடுக்கப்படுகிறது.

மனமாற்றம் பெற்று புதுப்படைப்பாவதற்கான ஆழமான இறை செய்திகள் வழங்கப்படுகிறது.

வெள்ளி மாலை சிறப்பு குணமளிக்கும் வழிபாடு நற்கருணை பிரசனைத்தில் நடத்தப்படுகிறது.

சனி மாலை ஆழ்மனதில் புதைந்து கிடக்கின்ற உள்மனக்காயங்களிலிருந்து விடுதலையளிக்கும் சிறப்பு நற்கருணை ஆராதனை இடம் பெறுகிறது.



தூய ஆவி பொழி யப்படுகிற அபிஷேக ஆராதனையுடன் தியானம் நிறைவேற்கிறது.

### சிறப்பு குழு தியானங்கள்

பல்வேறு பங்குத்தாங்களில் ஜெபக் குழுக்களாகவோ, நற்செய்திப்பணி குழுக்களாகவோ செயல்படுவோ குழுவாக வந்து தியானம் செய்து கொள்வதற்கும் வாய்ப்பு வழங்கப்படுகிறது. அதற்கான ஏற்பாடுகளும் செய்து தரப்படுகிறது. கடந்த நவம்பர் மாதத்தில் Morning Star என்ற ஜெபக்குழுவினர் 40 பேர் இங்கு ஒருநாள் தியானம் மேற்கொண்டனர்.

### சிறப்பு தனி தியானம்

அருட்பணி மற்றும் அருட்சகோதிகள், அருட்சகோதிகள், பொதுநிலையினர் தனித்திறந்து தியானம் செய்வதற்கும் வாய்ப்புகள் வழங்கப்படுகிறது. இங்கு தங்கிக்குழு தியானம் மற்றும் தனி தியானம் செய்ய விரும்புவோர் இயக்குநர் தந்தையை அனுகும்படி கேட்டுக்கொள்கிறோம். அல்லது தியான முன்பதிலும் என் 6383641076 என்ற எண்ணிலிருந்து தொடர்பு கொள்ளுவதாலும் கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

### தியான இல்லம் விரிவுபடுத்தும் பணி

தியான இல்லம் தற்போது மேலும் விரிவுபடுத்தப்பட்டு வருகிறது. இவ்விரிவுபடுத்தும் பணி விரைவாக முடிக்கப்பெற்று தியானம் சிறப்பாக நடைபெற உதவ விரும்புவோர் இயக்குநர் தந்தையை அனுகும்படி கேட்டுக்கொள்கிறோம். அல்லது தந்தையை அனுகும்படி கேட்டுக்கொள்கிறோம்.



கூகுள் பே : 638382132 (Arungokodai Illam)

Bank Transfer :

Customer Name : Arungokodai Illam

Bank A/c No. : 0117-04006691-195001

IFSC : CSBK0000117, Type : Current Account

Bank Name : Catholic Syrian Bank

Branch : Cantonment, Trichy



**கியேசுவை சிலுவையில் அறைந்தது ஆணிகள் அல்ல, கியேசு நம்மீது கொண்ட அன்புதான் ...AMEN...**

**கடந்த மாதம் யூரேக்கா யூரேக்கா -2 வினாவிடைப் போட்டியில் கலந்துகொண்டு பரிசு பெறுபவர்கள்.**

**முதல் பரிசு பெறுபவர்கள் - 5**

- |                        |                         |
|------------------------|-------------------------|
| 1. T. ரீட்டா           | 2. M. ஜார்ஜ் ஆண்டனிராஜ் |
| 3. J. ஸ்டெல்லா ஜெயராஜ் | 4. P. மரிய ஜோ           |
| 5. S. ரீதா டெய்சி பாபு |                         |

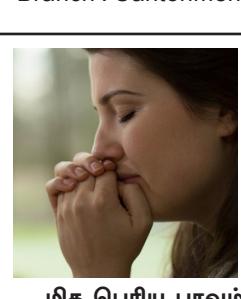
### இரண்டாம் பரிசு பெறுபவர்கள் - 17

- |                       |                          |
|-----------------------|--------------------------|
| 1. அ. சகாய விஜிலா     | 10. M. ஜெயலி             |
| 2. ஸ்டெல்லா மேரி      | 11. S. ஜேஃப்பின் ஜோஸ்வா  |
| 3. D. ஜான் ஜோசப்      | 12. J. கிளாரா லூர்துமேரி |
| 4. S.L. ஆகாஸ்         | 13. J. குழந்தை தெரஸ்     |
| 5. A. ஜோஸ்பின்        | 14. ஜாக்குலின் ஜான்சன்   |
| 6. மார்க்ரேட் சேவியர் | 15. R. ஞான சிரோன்மணி     |
| 7. வினோலா             | 16. I. இஸ்பெல்லா         |
| 8. C. ஆரோக்கிய ஜூலி   | 17. ஜெனித்தா ஜான் ஜோசப்  |
| 9. J. இஸ்பெல்லா       |                          |

**மூன்றாவது பரிசு பெறுபவர்கள் - 9 ஆற்தல் பரிசு பெறுபவர்கள் - 20**

### குட்டஸ் நான் யார் தெரியுமா?

1. காத்திறந்து காத்திறந்து காலங்கள் போனதமா மெசியாவின் வருஷக்ககாக வழிமேல் விழி வைத்து காத்துக் கொண்டிருந்தேன் . உம் இதயத்தை ஒரு வான் ஊடுவும் என்று மரியாவிடம் கூறிய நான் யார்?
2. நான் பாடும் மெளராகம் கேட்கவில்லையா ! என் கண்ணீர் துளிகள் உம் பாதம் சேரவில்லையா ! குழந்தைக்காக ஏங்கி நின்றேன் மடி பிச்சை தாரும் தேவா ! உமக்கே அவனை அர்ப்பணிக்கிறேன் நான் யார்?
3. ஊரை தெரிஞ்சுக்கிட்டேன் உலகம் புரிஞ்சுக்கிட்டேன் திரும்புவந்தேன் பாவ அறிக்கை செய்தேன் நேசித்து அவைனத்தீரே ! முதல் தரமான ஆடை, மோதரம், மிதியடி, விருந்து கொடுத்து மகிழ்ந்தீரே நன்றி நான் யார்?
4. அண்ணன் என்னடா ! தம்பி என்னடா !... கனவின் மனன் என்று அனைவராலும் வெறுக்கப்பட்டேன். எகிப்துக்கு அடிமையாகச் சென்றேன் கடவுள் என்னோடு இருந்தார். எகிப்தின் ஆளுநராக உயர்த்தப்பட்டேன் நான் யார்?
5. எந்தன் இயேகவே வாங்க ! உங்க மனச தாங்க ! என்னை விட்டு பிரியாதிங்க ! எந்தன் உள்ளனம் தாங்காதுங்க ! என்னை இப்படி பற்றிக் கொள்ளாதே என உயிர்த்தெழுந்த இயேக என்னிடம் கூறினார் நான் யார் ? விடைகள் 7 ஆம் பக்கத்தில்...



மிக பெரிய பாவம்

நாம் செய்கின்ற பாவங்களிலேயே மிகவும் பெரிய பாவம் ஜெபிக்காமல் இருப்பது. - அருட்ந்தை ஜார்ஜ் கைத்தொழில்



செபமாலை

சாத்தானை எதிர்க்கக்கூடிய மிகப் பெரிய ஆயுதம் செபமாலை.

# ஏகளிர் ஸ்பெஷல்

## இனிய மகளிர் தின வாழ்த்துக்கள்

### பெண்ணே! மெய்யுணர்வு கொள்!

நெருப்பென ஊக்கம் கொள்ளு !  
 நெடுங்கிடும் துயர்கள் போகும் !  
 வருந்தி நீ உழைத்துப் பாரு !  
 வானம் உன் வசமாய் ஆகும் !  
 புன்படும் போதெல்லாம் புன்னகை செய் !  
 அவமானப்படும் போதெல்லாம் புது அவதாரம் எடு !  
 துன்ப, துயரங்களை அனிகலன்களாக பூண்டுகொள்.  
 மெய்யுணர்வை அணிந்து வீறுநடை போடு !  
 சாதனைப் பக்கங்கள் உனக்காக விரிந்திடாமல் போகுமோ !  
 உன்னத நோக்கம், உயரிய இலட்சியம்  
 உன் உள்ளத்தில் உறுதியாய் இருக்கட்டும் !  
 பெண்ணே! மெய்யுணர்வு கொள் !  
 மேன்மையாய் வாழ்ந்திடு !



பெண் அன்பில் ஒரு தாய்  
 பெண் அழகில் ஒரு தேவதை  
 பெண் அறிவில் ஒரு மந்திரி  
 பெண் வெறுப்பில் ஒரு நெருப்பு  
 பெண் வெற்றிக்கு ஒரு மாலை  
 பெண் நட்பில் ஒரு நேர்மை  
 பெண் கண்டிப்பில் ஒரு ஆசிரியர்  
 மொத்தத்தில் பெண்  
 தியாகத்தின் மறு உருவம்.  
 பெண்மையை போற்றுவோம்!!!



**மணம் தரும்  
மதுமலர்  
புனித யோசேப்பு  
(சூசையப்பர்)**

தாழ்ச்சியின் சிகரம்!  
 தயை மிகுந்த முழுபெரும் தந்தை!  
 இல்லற வாழ்வின் ஆபரணம்!  
 கீழ்படிதலின் கருவுலம்!  
 பிரமாணிக்கத்தின் பிறப்பிடம்!  
 பொறுமையின் பொக்கிழம்!  
 துண்புறுவோரின் பாதுகாவலர்!  
 அன்னை மரியின் காவல் தெய்வம்!  
 அருமையும், அன்பும், கனிவும் நிறைந்த தந்தை!  
 படைப்பாற்றல் மிக்க துணிவுள்ள தந்தை!  
 விவேகத்தைத் கொண்டு விடியலுக்காக முயற்சி  
 செய்து விண்ணைத் தொடும் சிகரமாய் உயர்ந்த புனிதரை  
 எந்நானும் போற்றுவோம் !

### கனி கொடுக்கும் அத்திமரம்

பெண்கள் மறையுண்மை  
 புரியாத புதிர்

பெண் ஒரு நாளைக்கு பேசக்கூடிய  
வார்த்தைகள் - 20000



### சாதிக்கப் பிறந்தவளே!

எதிர்மறை பேச்சு, புறணி பேச்சு, தேவையற்ற  
பேச்சை தவிர்த்து, பயன் தரக்கூடிய  
வார்த்தைகளை பேசு. கனி கொடுக்கும்  
அத்திமரமாய் வாழ முயற்சி எடு !

### சாதனைப் பெண்கள்

சாதனைகளோடு சரித்திரம் படைக்க  
கடவுளால் படைக்கப்பட்ட  
கற்பகவிருட்சம் தான்  
அன்னை மரியாள்



சில நேர சுமைகளை  
கூட பாரமாய் கருதும்  
உலகில்  
சுமைகளை சுகங்களாக  
என்னி வாழ்ந்தவள்  
மாமியாளின் வற்புறுத்தல்களை  
பாசத்துடன் மறுத்தவள் ரூத்



புதல்வர்கள் இருவரும்  
இறந்தகாலங்களாய் மாற,  
மருமகள்களின்  
எதிர்காலக் கவலைகளுக்குள்  
மாமியார் விழுந்தார்  
கடவுளின் பேரிரக்கத்தினால்  
பிஞ்சுப் பூவை நெஞ்சில் தாங்கி  
பேரனுக்கு ஒபேது என பெயரிட்டும்  
பேணிக் காக்கும் மதுரமான தாயானாள்  
நகோமி

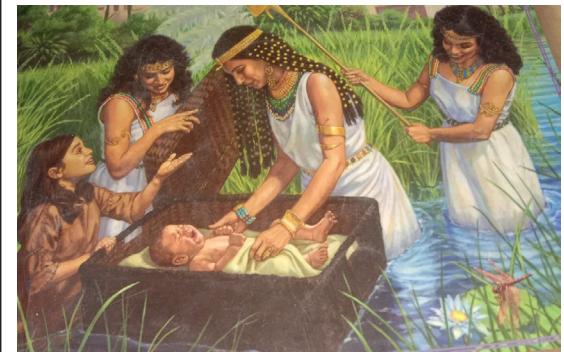


உன்மேல் அன்பு  
செலுத்துகிறவர்களை  
நேசி  
உன்மீது கோபம்  
கொண்டவர்களை  
அதைவிட  
அதிகமாக நேசி என்று  
அன்பின் சின்னமாய் வாழ்ந்தவர்  
புனித அன்னை தெரசாள்

நீங்கள் மற்றவர்களிடமிருந்து  
தனித்து தெரிகிறீர்கள் என்று  
பிழர் சொல்லும் விமர்சனங்களுக்காக  
கவலை கொள்ளாதீர்கள் / தனித்துவமே  
உங்களின் அடையாளம்

- விஞ்ஞானி கல்பனா சாவ்லா

### தேவனைப் போற்றுவோம்!



மன்னன் பார்வோனின் மகளையே தன்  
மீட்புத்திட்டத்தில் குழந்தை மோசே வழியாக  
இணைத்த மகத் துவமான தேவனைப்  
போற்றுவோம் !

**மெல்லினமே!**  
**மெல்லினமே!**

விரைந்திடு !  
 தன்னம்பிக்கை தழைத்திட !  
 ஆழ்மனதின் ஆற்றலை மேம்படுத்திட !  
 தோல்வி பயத்தை தகர்த்தெறிய !  
 வெற்றியை நோக்கி விரைந்திட !  
 சமுதாயத்தில் சிறந்து விளங்கிட !  
 எண்ணங்களில் ஏற்றம் கண்டிட !  
 பலங்களைப் பன்மடங்கு பெருக்கிட !  
 சாதனைகள் பல புரிந்திட !  
 குடும்பத்தில் குதாகலம் நிலவிட !  
 நாடு நலமுடன் விளங்கிட !  
 விரைந்திடு ! வரலாறு படைத்திட !

## தவக்காலம் பெண்களின் மகத்துவம்

'கடவுள் தம் உருவிலேயே ஆனும், பெண்ணுமாக மாணிடரைப் படைத்தார்' என்ற இறைவார்த்தையானது (தொநூ 12: 27) நமக்கு இணையாக, தம்மில் ஒரு அங்கமாகப் பெண்ணைப் படைத்துவதீர்களதை தெளிவுபடுத்துகிறது. பெண்ணிற்கும் பெருமை சேர்க்கும் வகையில் இறைவன், 'மனிதன் தனிமையாக இருப்பது நல்லதன்று' அவனுக்குத் தகுந்த துணையை உருவாக்குவேன்' என்று (தொநூ 2:18) தாம் படைத்து உருவாக்கி யமனிதனின் விலாஸமும் பிலிருந்து பெண்ணை உருவாக்கி, மனிதனுக்கு அளித்து ஆனும் பெண்ணும் இணைந்து வாழக் குடும்ப நியதியை வலியுறுத்துகிறார் (தொநூ 2:22,24). ஆதிப்பெற்றோர் தாங்கள் கீழ்ப்படியாமையால் பாம்பிள் குழ்ச்சிக்குப் பலியாகி, இறைவனுடனான தங்கள் உறவு முறிந்து போன நிலையில், அவர்கள் மேல் இரக்கம் கொண்ட கடவுள் பாம்பிடம், 'உனக்கும், பெண்ணுக்கும், உன் வித்துக்கும், அவள் வித்துக்கும் பகையை உண்டாக்குவேன்' எனத் தமது மீட்புப் பணியில் பெண்ணையும் இணைத்து தமது மாட்சியில் பங்களிக்கிறார் (தொநூ 3:15). தம் மகனையே உலகோரின் பாவத்திற்காகப் பரிகாரப்பலியாய்த் தரத் திருவுளம் கொண்டார் இறைவன். ஆவியாரின் வல்லமையால், அதே தியாக உணர்வினால் நிரப்பப்பட்டு தான், பெற்ற மகனையே சிலுவையில் பலியாகத் தந்து இறைவனின் தியாகத்தில் தன்னையும் இணைத்துக்கொள்கிறார் அன்னை மரியா.

கத்தோலிக்கக் கிறிஸ்தவராகிய நமக்கு தவக்காலம் கிறிஸ்தவத்தின் ஆண் வேராகிய தியாகத்தின் வலிமையை உணர்த்தும் அருளின் காலம். இயேசுவின் பாடுகளை தியானிக்கும் போது நம் முள் நாம் பயணித்து, ஊதாரிமைந்தனைப் போல மனமாற்றம் பெற்றவர்களாய், இறைவனுடன் ஒப்புரவாகிடவும் விண்ணக வாழ்வினைப் பெற ஏற்றத்தகுதியையும் நாம் பெற்றுக் கொள்ள ஏதுவாகிறது, ஆம்! துன்பங்களைத் தன்னுள் சுமந்துள்ள தவக்காலம், புனிதவெள்ளையக் கடந்து, உயிர்ப்பு ஞாயிறாக ஒளிந்து, நமக்கு விண்ணகக் கதவுகளைத் திறந்துவிடுகிறது அல்லவா! தன் வாழ்வையே ஓர் தவமாக, அன்பு வேள்வியாக சுடர்விட்டு, நம்மைச் சேர்ந்தவர்க்கு தீபமாகத் திகழ்வதே பெண்ணின் இயல்பு. அன்னைமரியாவைப் போலவே ஒவ்வொரு பெண்ணும், தானுமதான் குடும்பத்தின் தவக்காலமாக, விளங்கி விடியலை நோக்கும் பிள்ளைகளை சிறப்புற வளர்த்து ஆளாக்க வேண்டும் என்ற அவர் உள்ளத்தில் நிறையைப் பெற்று, தன் வாழ்வையேக் குடும்பத்திற்காக அர்ப்பணித்து அவ்வன்பு வேள்வியில் தன்னையேக் கரைத்துக் கொள்கிறாள். பெண்மை ஓர் அளப்பரிய சக்தி; பிறர் நலனுக்காகவே தன்னைத் தவமாக அர்ப்பணிக்கின்றாள். "தவஞ் செய்வார் தாங் கருமஞ் செய்வார் மந் நல்லார் அவஞ்

செய்வார் ஆசையுட் பட்டு" (குறள் 266) அதாவது தவம் செய்கின்றவரே தமக்குரியக் கடமையைச் செய்கின்றவரே ஆவர், அவர் அல்லாத மற்றவர் ஆசை வலையில் அகப்பட்டு வீண் முயற்சி செய்கின்றவரே என்கிறார் திருவள்ளுவர். இதனை வாழ்வாக்கி, தவம் செய்வார் என்பதற்குரியவர் பெண்களே! அதனால்தான் 'மங்கையராய்ப் பிறப்பதற்கே நல்ல மாதவம் செய்திடல் வேண்டுமெம்மா' என்கிறார் கவிமணி தேசிக விநாயகம்பிள்ளை அவர்கள். ஒவ்வொரு ஆணின் வெற்றிக்குப் பின்னும் ஒரு பெண் இருக்கிறாள் என்கிறது முதுமொழி. பெண் என்பவளைத் தமது படைப்பாற்றலுக்கும், பராமரிக்கும் தமது பணிக்கும் பங்காளியாகக்கீடு கொண்டார் இறைவன், ஆம்! பெண் ஓர் உயிரில் சமக்க ஆரம்பித்த உடனேயே தன்னை இழக்கும் தவவேள்வியில் தன்னை அப்பளிக்கின்றாள். தொப்புடல் கொடிமூலம் அக்கருவிற்கு உணவளித்து, தன் உணவை வெறுத்து, உறக்கம் விடுத்து, நோன்பு இருந்து, உடல் நலம் இழந்து, தன்னையே மறந்த மற்பட்டவளாய் உயிரைப்பன்யம் வைத்துப் பிள்ளையை ஈன்றெடுத்து, உதிரத்தைப் பாலாக்கிப் புகட்டி அப்பிள்ளையை வளவுக்கிறாள். இவ்வாறு மனுக்குல மீட்புக்காகத் தன்னையே இழந்த இயேசுவைப் பிரதிபலித்து, நம் முன் நடமாடும் தவக்காலமாகிறாள் பெண். "நான் ஆண்டவரின் அடிமை உம் சொற்படியே எனக்கு நிகழ்டும்" என்ற (லூக் 1:37) இறைவார்த்தைக்கு ஏற்ப, திரு அவைக்கு முகவரி தந்த அன்னை மரியா 'ஏழையின் சிரிப்பில் இறைவனைக் காண்போம்' என்ற பொன்மொழிக் கேற்ப சமூகப் பணிக்கு முகவரி தந்தவர் அன்னை தெரசா. தவக்காலம் நம் ஆண்ம ஈடுப்பதற்கிற்கு வழிவகுப்பதைப் போலவே, தன் வாழ்வையே நமக்காகத் தியாகம் செய்து தவ வாழ்வவாழ்வதால், தவக்காலம் பெண்களின் மகத்துவமே ! மார்ச் 8ம் தேதியை உலகப் பெண்கள் தினமாகக் கொண்டாடும் நாம், நம் குடும்பங்களில் வாழும் பெண்களை நன்றியுடன் வாழ்த்தி மகிழ்வதோடு அல்லாமல் அவர்களின் தியாகங்களையும், கடின உழைப்பையும், நினைவில் கொண்டு இத்தவக்காலத்தில் 'தவக்காலம் பெண்களின் மகத்துவத்தை உணர்த்தும் வசந்த காலம்' என உரக்கக்கூறிப் பெண்களை வாழ்த்துவோம்!



அதன்மூலம் 'தாயைப் போல நான் உன்னைக் காப்பேன்' என உறுதிக் கூறும் இறைவனை மகிழ்வைப் படுத்துவோம்!

ஜெபங்களும்,  
வாழ்த்துக்களும்

**பிலோமினா அமலன்**  
திருச்சி 21

### ஜெபங்களுடன்



நினைவில்  
K.தார்சில் ஜோசப் ராஜ்  
19.03.2009

நினைவில்  
T.ராணியம்மாள்  
15.03

நினைவில்  
S.ஜூலி  
20.03



L. மகிழமை நாதன் 13.12.1999  
M. இருதய மேரி 02.03.2020



நிலம் இடம்  
வாங்க விற்க அனுகூலம்  
JKS  
S. Sesuraj - Trichy  
Cell : 94436 72149



Top 20 South Indian Foods  
சிறந்த முறையில் ஆர்டின் பேஸில்  
மதிய உணவு மற்றும்  
இரவு உணவு செய்து தரப்படும்.  
**கிவான்ஸ் கேட்டரியி**  
9092561749, 6380364147

### அருங்கொடை இல்லம் தவக்கால சிறப்பு நிகழ்வு

திருநீற்றுப்புதன் முதல் உயிர்ப்புப் பெருவிழா வரை தினமும் மாலை 5.30 மணி முதல் இரவு 8:00 மணிவரை தவக்கால சிறப்பு மாலை வழிபாடு நடைபெறும். இவ்வழிபாட்டில் ஜெபமாலை, நற்கருணை ஆராதனை, தவக்கால சிந்தனை, திருப்பலி, சிலுவைப்பாலை ஆகியவை நடைபெறும். இத்தவக்காலத்தில் நாற்புத நாட்களும் இச்சிறப்பு வழிபாட்டில் கலந்துகொண்டு நம்மை நாமே புதுப்பித்துக் கொள்வோம்.



ஜெப கோபுரம்

தொடர்பு எண்கள்

அலுவலகம் 99444 28912  
தொடர்பு எண் 0431 241 5858 / 04312410164 / 63838 21432  
தியான முன்பதிலு 63836 51076  
அன்புப்பணி மையம் 89030 42513  
ஆலோசனை மையம் (Counselling) 94432 30769  
திருமணத்துவம் மையம் 63836 51076  
சூகுள் பே (Google Pay) 63838 21432  
விளம்பரத் தொடர்புக்கு 63836 51076

### தொடர்பு எண்கள்

அலுவலகம் 99444 28912

தொடர்பு எண் 0431 241 5858 / 04312410164 / 63838 21432

தியான முன்பதிலு 63836 51076

அன்புப்பணி மையம் 89030 42513

ஆலோசனை மையம் (Counselling) 94432 30769

திருமணத்துவம் மையம் 63836 51076

சூகுள் பே (Google Pay) 63838 21432

விளம்பரத் தொடர்புக்கு 63836 51076



**மரியன்னை [தொடர்] - பகுதி 3**  
**மரியன்னையை**  
**வரவேற்பது**  
**தூய ஆவியின்**  
**தூண்டலே!**

-D. ஜோஞானப்பிரகாசம் M.A, M.Ed.

முதிர்ந்த வயதில் கருவற்றிருக்கிற தன் உறவினரான எலிசபெத்தை சந்திக்க மரியா யூதேயா மலை நாட்டிலுள்ள அவரது வீட்டிற்குச் செல்கிறார். அங்கு எலிசபெத்து “என் ஆண்டவரின் தாய் என்னிடம் வர நான் யார்?” (லூக் 1:43) எனக்கூறி மிகுந்த தாழ்ச்சியிடுன் மரியாவை தன் இல்லத்திற்குள் வரவேற்கிறார்.

எலிசபெத்து எப்படிப்பட்ட மனநிலையில் மரியன்னையை வரவேற்கிறார் என்பதை விவிலியத்தில் நாம் கூர்ந்து நோக்க வேண்டும். “மரியாவின் வாழ்த்தை எலிசபெத்து கேட்ட பொழுது அவர் வயிற்றிலிருந்த குழந்தை மகிழ்ச்சியால் துள்ளிற்று. எலிசபெத்து தூய ஆவியால் முற்றிலும் ஆட்கொள்ளப்படார்” என்று லூக்கா 1:41 மிகத்தெளிவாய்க் கூறுகிறது. தூய ஆவியால் முற்றிலும் ஆட்கொள்ளப்பட்ட நிலையில் எலிசபெத்து மரியன்னையை தன் இல்லத்திற்குள் வரவேற்கிறார். ஆகவே எலிசபெத்து மரியாவைத் தன் இல்லத்திற்குள் வரவேற்பது அதுவும் மிகுந்த தாழ்ச்சியிடுன் வரவேற்பது தூய ஆவியானவருடைய தாண்டுதல் என்பது தெளிவாகத் தெயியவில்லையா?

விவிலியத்தில் வரும் இறையடியார்கள் கூறும் ஒவ்வொரு வார்த்தையையும் மேற்கோளாக வைத்து ஜெபிக்கிறோம். அவ்வார்த்தை நம் ஒவ்வொருவருக்கும் பொருந்தும் என்று எல்லா போதகர்களும் எடுத்துரைக்கின்றார்கள்.

எடுத்துக்காட்டாக சாழுவேல் இறைவாக்கினர் “ஆண்டவர் இதுவரை எனக்கு உதவி செய்தார்” (1 சாழுவேல் 7:12) என்று சொன்னால் அது நமக்கும் பொருந்தும் என்று சொல்கிறோம். தாலீது “என்னும் சிறுவன் என்னை சிங்கத்தின் கைக்கும் கரடியின் கைக்கும் தப்புவித்த ஆண்டவர் இந்த பெலிஸ்தியின் கைக்கும் தப்புவிப்பார்” (1 சாழு 17:37)

### பிறந்தநாள் (Mar 01 to 31- 2022)

1. A. ஜோசப், திருச்சி
2. மேரி புஷ்ப லதா, திருச்சி
3. சகாய ஹென்டி, திருச்சி
4. ஜோஸ்பின் நிர்மலா ராணி, திருச்சி
5. ஜமுனா ராணி, திருச்சி
6. உமா தேவி, திருச்சி
7. ஜெய கிறிஸ்டி, திருச்சி
8. சேகதாஸ், திருச்சி
9. கலைச் செல்வி, United Kingdom
10. ஜெரால்டு இன்பென்ட், திருச்சி
11. S. பிரிடிட்டா, திருச்சி
12. A. சகாய மேரி, திருச்சி
13. சுரேஷ், திருச்சி
14. அனிதா மார்க்கிரேட், திருச்சி
15. ஆரோக்கிய கிளாடியா, திருச்சி
16. V. ஹெஷல், திருச்சி
17. சகாய மேரி, திருச்சி
18. ஏனோக் அரவிந்த், திருச்சி
19. ஜோஸ்பின் கவிதா, ஜெயம்கொண்டம்
20. ஜெனிட்டா, திருச்சி
21. ஜித்தன் பிரான்சிஸ், திருச்சி
22. எலிசபெத் ராணி, சென்னை
23. பிரான்சினா, திருச்சி
24. T. சாந்தி, திருச்சி
25. டயானா டாரத்தி, ஊட்டி
26. I. நித்யா, திருச்சி
27. P. ராணி, திருச்சி
28. ஜெனிட்டா, திருச்சி
29. கிப்டலின் கிறிஸ்டினா, திருச்சி
30. அந்தோணி இம்மானுவேல் தாமஸ்
31. அடைக்கல மேரி, திருச்சி

32. ஜாஸ்மின், திருச்சி
33. ஜோ கண்ணா, திருச்சி
34. ஜோபில், திருச்சி
35. ஜோஸ்பா, திருச்சி
36. R. ரோஷன் மேத்யூ, புதுக்கோட்டை
37. ஷார்ட்லின், திருச்சி
38. மரியதேவதாஸ், United Kingdom
39. ரெனோல்ட் சகாய ராஜ், திருச்சி
40. மதலை முத்து, கிருஷ்ணகிரி
41. ஹரிஹரன், திருச்சி
42. அல்போன்ஸ், சென்னை
43. ரோஸ்லின் ஜெபமாலை, புதுக்கோட்டை
44. ம. ராஜா மேரி, திருச்சி
45. ஜேம்ஸ், திருச்சி
46. சகாய மேரி ஜெனிபர், திருச்சி
47. ரஞ்சித், திருச்சி
48. I. சார்லஸ் டார்னே, திருச்சி
49. R. இருதய ராஜ், திருச்சி
50. ஜெபமாலை ராஜாத்தி, திருச்சி
51. ஆரோக்கிய மேரி, திருச்சி
52. டேஷ்வா, திருச்சி
53. ஜோசப் ஜார்ஜ், திருச்சி
54. ஜெய மேரி, திருச்சி
55. ரெபேக்கா தேவதாஸ், United Kingdom
56. அக்சிலியா, திருச்சி
57. மேரி அனிதா, பெங்களூர்
58. சலேத் மேரி, தேனி
59. எவ்வர்ட், சென்னை
60. ஜான் பெலிக்ஸ், திருச்சி
61. செல்வ மேரி, திருச்சி
62. ஜான்சன் பிரபு, பெங்களூர்
63. வினோத் குமார், திருச்சி
64. மேரிஜிஷா, திருச்சி

65. சேசு ராஜன், திருச்சி
66. ஹலைனா, சென்னை
67. S.I ஆகாஷ், திருச்சி
68. ரோஷி, புதுச்சேரி
69. ஜெய்டன் ஆண்டனி, மதுரை
70. ஜெயராணி, திருச்சி
71. அருண் லாசர் ஜெரோம் ஜோசப்
72. குனோரி. A, சென்னை
73. ஜான்சன் ஆண்டனி, மதுரை
74. கிளாடிஸ். A, திருச்சி
75. சாந்தி ஆரோக்கியமேரி, திருச்சி
76. சுதா, திருச்சி
77. இன்பென்டா ஜெசினா, திருச்சி
78. கரோலின், திருச்சி
79. ஜஸ்வர்யா வின்சி, சென்னை
80. அருங்பன், திருச்சி
81. ரோஷன் கிறிஸ்டோபர், திருச்சி
82. இசுபெல்லா, ஊட்டி
83. ஆரோன், திருச்சி
84. ஆண்டனி ஷாலோம் பிரபு, திருச்சி

### திருமணநாள் (Mar 01 to 31- 2022)

1. மதலை முத்து, எலிசபெத் ராணி, கிருஷ்ணகிரி
2. மெர்சி. P, திருச்சி
3. பிரிட்டோ அமலா பிரியா, திருச்சி
4. ஜோசப் டேனியல், திருநெல்வேலி
5. ஸ்மென்மோசாஸ் எலியாணி, திருச்சி

இம்மாதம் தங்களின் பிறந்த நாள் மற்றும் திருமண நாளை சிறப்பிக்கும் அருங்கொடை இல்ல பங்காளர் களுக்கு, நம் அருங்கொடை இல்லம் மற்றும் நம் இயக்குநர் தந்தையர்களின் சார்பாக வாழ்த்துகளையும் ஜெபங்களையும் தெரிவித்துக்கொள்கிறோம்.

## யுரேக்கா யுரேக்கா வினா விடைப்போட்டி

### மகளிர் [Special]

#### I. விடையளி :

1. தன்னுடன் பேசிய ஆண்டவரை “காண்கின்ற இறைவன் நீர்” என்று பெயரிட்டமூத்த எகிப்திய பணிப்பெண் யார்?

2. ஏழு பேய்கள் விரட்டப்பட்டு இயேசுவால் குனம் பெற்ற பெண் யார்?

3. பானையிலுள்ள மாவும், கலயத்திலுள்ள எண்ணெயும் குறையாது என்று எந்தப் பெண்ணிடம் எலியா கூறினார்?

4. உலகில் பிறக்காது வாழ்ந்து மரித்த பெண் யார்?

5. பெத்துவேலின் மகள் யார்?

6. யாருடைய மனைவி உப்புத்துணைகள் மாறினார்?

7. லாபானுக்கு பிறந்த புதல்வியர் பெயரென்ன?

8. மகிழ்ச்சியின் நாட்களைத் தவிர, மற்ற நாட்களில் நோன்பிருந்து, பார்வைக்கு அழகுள்ள, எழில் மிக்க பெண் யார்?

9. பேரழகியாய் இருந்த அப்சலோமின் மகள் யார்?

10. மொர்த்தகாய் எடுத்து வளர்த்த பெண் யார்?

#### II. நிரப்புக ..

1. மரியன் னையை வாழ்த்துவதும் நம் இல்லத்திற்குள் வரவேற்பதும் ----- நமக்குக் கற்றுத்தருகிற பாடமாகும்.

2. உங்கள் ----- ஆபரணங்களில் இல்லை.

3. மூவாரு கடவுளைத் தியானிக்கின்ற பொழுது ஒரே ஒரு தான் பார்க்கின்றேன்.

4. ----- என்பது நம்பிக்கைக்குரிய இதயத்தின் ஆரம்ப நிலை .

5. சகிப்புத்தன்மையில் வலிமை மிகுந்தவள் பெண் என்று கூறியவர் ----- .

விடைகள் வந்து சேர வேண்டிய தேதி 17.03.2022  
அனுப்ப வேண்டிய முகவரி

**யுரேக்கா! யுரேக்கா! வினா விடைப் போட்டி,**  
அருங்கொடை இல்லம், 49 -K, பாரதியார் சாலை,  
திருச்சி 620001.

#### குட்டஸ் நான் யார் தெரியுமா?

1. சிமியோன்
2. அன்னா
3. காணாமற்போன மகள்
4. யோசேப்பு
5. மகதல மரியா



விறந்த நாள் வாழ்த்துகளும், ஜெபங்களும்  
B. சிரில் ரிச்சர்டு ஜோஸ்

15.03

### புனிதர் பொன்மொழிகள்

1. மூவரும் ஒன்று, மூவரிலும் உயர்ந்தவர் என்று எவருமல்லை. மூவாரு கடவுளைத் தியானிக்கின்றபொழுது ஒரே ஒரு பேரொளியைத் தான் பார்க்கிறேன், அது பிரிக்க முடியாத பேராற்றல் - புனித கிர்கோரியார்

2. இறைவனுக்குக் கீழ்ப்படிந்து வாழ்வதே மனித மாண்பு - புனித ஜெந்தாம் பத்திநாதர்

3. “இயற்கையின் அழிவு மனிதரின் அழிவு” என்று கூறி, இயற்கையை அன்பு செய்வதும், அதனைப் பாதுகாப்பதும் நமது கடமை என்று கூறியவர் - புனித ஆறாம் பவுல்

4. “நம் பிக்கை என்பது நாம் கண்களால் காண இயலாதவற்றைக் கண்டு செயல் படுவது; நடக்கும் என எதிர் நோக்கிக் காத்திருப்பது” - அக்குயினோ நகர்ப் புனித தாமஸ்

5. “எல்லா மனிதரும் அவர்கள் எந்தச் சூழ்நிலையில் இருந்தாலும் மகிழ்ச்சியாய் வாழவே ஆசைப்படுகின்றார்கள்” - புனித அகுஸ்தின்

6. தங்களது பெற்றோரால் ஆசிர்வதிக்கப்பட்டவர்கள் கடவுளால் ஆசிர்வதிக்கப்பட்டவர்கள். செல்வத்தைவிட ஆசிரே சிறந்தது. - புனித அம்புரோஸ்

7. எனது தாய், தந்தை வழியாகக் கடவுள் தமது ஆசையை நிறைவாய் பொழிந்திருக்கிறார். - குழந்தை இயேசுவின் புனித தேரேசா

### அறிவிப்பு

அன்புக்குரிய அருங்கொடை இல்ல நன்பர்களே இந்த இதழ் உங்கள் வீடுகளுக்கு அஞ்சல் வழியாக வந்து சேர உங்களால் முடிந்த காணிக்கையை செலுத்தி கீழே உள்ள அலைபேசி என்னுக்கு உங்களுது விலாசத்தை அனுப்பி வைக்கவும். அலைபேசி: 9944428912

#### அருங்கொடை நாதர் கத்தோவிக்க ஆங்கீ மாத கீதற் முதன்மை ஆசிரியர் : Fr.T.ஆஸ்பாஸ்

துறை ஆசிரியர் : Fr.I.அமல்ராஜ்

ஆசிரியர் குழு : Fr.S.மரியகுசைசு

திரு D. ஜோ ஞானப்பர்காசம் M.A.Ed.

திருமத் S.ரோஸ் மார்பிழன் M.A.Ed.

வழவுமைப்பு : தாய் முஜிம்பல், திருச்சி.

அச்சுடுவேர் : V.S.பரிண்டோ க்ராஃப், சென்னை.

வெளியீடுவர் : Fr.T.ஆஸ்பாஸ்

## மாமனிதர் நன்மொழிகள்

நமது பாவங்களுக்காக மன்னிப்புப் பெற்ற பின்னர், அவற்றால் உண்டான காயங்களை நமது ஒறுத்தல்களால் குணப்படுத்த வேண்டும்.

- புனித ஜான் கிளிசோஸ்தோம்

பாவம் செய்வதைவிட சாவதே மேல்.

- புனித தோமினிக் சாவியோ

ஒருபோதும் மீண்டும் பாவம் செய்வதில்லை என்ற உறுதி மொழியோடு செய்கின்ற ஒப்புரவானது மிகவும் தூய்மையான மனமாற்றமாகும்.

- மகாத்மா காந்தி

மனமாற்றம் இல்லாத ஒப்புரவு வெறும் தற்பெருமையே.

- ஹெர்பெர்ட் யூஜின் போல்டன்

தூய ஆவியானவரே, என் இதயத்திற்குள் இறங்கி வாரும். இருளை அகற்றி ஒளியேற்றியருஞும்.

- புனித அகுஸ்தின்

ஒருவரின் தவற்றைச் சுட்டிக்காட்டுவது தூய ஆவியாரின் வேலை, தீர்ப்பிடுவது கடவுளின் வேலை, அன்பு செய்வது என் வேலை.

- பில்லி கிரகாம்

யார்மீது தூய ஆவியார் தங்குகிறாரோ அவர் கடவுளின் ஆலயமாகிறார்.

- என். டி. ரெட்

திருமுழுக்கு என்பது நம்பிக்கைக்குரிய இதயத்தின் ஆரம்பநிலை.

- மேக்ஸ் ஹூக்காதோ



### தவுக்காலம்

மனமாற்றத்தின் காலம்  
மன்னிப்பின் காலம்  
இரக்கத்தின் காலம்  
தெய்வீக அன்பினை சுவைக்கும் காலம்

ஓறுத்தல் முயற்சிகளின் காலம்  
எச்சரிக்கையின் காலம்  
சிந்தனையை சீர்தாக்கி பார்க்கும் காலம்  
நம்மையே ஊடுருவி பார்க்கும் காலம்

தியாகத்தின் காலம்  
தானத்தின் காலம்  
நோன்பின் காலம்  
ஒடுக்கும் காலம்

வழிபாட்டுப் பேரணியை திரட்டும் காலம்  
ஆண்டவரின் இல்லத்தில் தங்கிடும் காலம்  
அன்புக்கடித்தை தியானிக்கும் காலம்  
இயேசுவை மாதிரியாக பின்பற்றும் காலம்

உடலால் கடவுனுக்கு மகிழ்ச்சை சேர்க்கும் காலம்  
உணர்வுகளை ஒடுக்கி தேவனில் இணையும் காலம்  
இதயத்தைக்கிழித்து இறைவனிடம் திரும்பும் காலம்  
ஆண்டவரின் நாளுக்காக ஆயத்தப்படுத்தும் காலம்

பக்குவப்படுத்தும் காலம்  
பயன்கொடுக்கும் காலம்

உறுதியின் காலம்  
நம்பிக்கையின் காலம்

- திருமதி. ரோஸி மார்ட்டின் M.A.B.Ed

## மாற்றங்கள் மலரட்டும்

மனித சமூகத்தில் மங்கையர் மாண்புகள் உயர்ந்திட மாற்றங்கள் மலரட்டும்!

மறுக்கப்படும் மகளிர் உரிமைவாழ்வைப் பெற்றிட மாற்றங்கள் மலரட்டும்!

காவியமாக் கப்பட்ட பெண்மை புகழ் நடைமறையாகிட மாற்றங்கள் மலரட்டும்!

கல்யாணத்தில் “கரன்சிதத்சணை” கொள்ளை ஒழிந்திட மாற்றங்கள் மலரட்டும்!

அங்கா நெஞ்சுடனே பெண்கள் “அடிமை எதிர்ப்பு” குரல்தர மாற்றங்கள் மலரட்டும்!

மங்கையர் பெருமை உயரட்டும்!

மனிதம் அதனால் சிறக்கட்டும்!

இறைவனின் படைப்புத் தொழிலில் பங்குபெறும் பெண்களைப் போற்றுவோம்!

## ஆன்மாவின் குணங்கள் உத்தம அறங்கள்

பொறுமை

பணிவு

நேர்மை

தூய்மை

சத்தியம்

அடக்கம்

தவம்

தியாகம்

பற்றின்மை

கற்புடைமை

## உனை வலிமைப்படுத்த 5 நிமிடம்

அமைதி கொடு

உன்னோடு நீயே பேசு

உன் நலம் விசாரி

விருப்பம் கேள்

உனக்கு நீயே உறுதி கொடு

உனை நீயே புகழ்

வேண்டியதற்கு அனுமதி கேள்

உன்னை மறந்தாய்  
என்னை வளர்த்தாய்  
உன்னை உடைத்தாய்  
என்னை பூக்க வைத்தாய்  
எதிர்காலத்தில் உன்னை மறந்து என்னால் இருக்க முடியுமா!

## தாய்

சலிக்காமல் சுமந்தாய்  
பாடுபட்டு பெற்றெடுத்தாய்  
வஞ்சகமின்றி வளர்த்தாய்  
அன்புடன் அரவணைத்தாய்  
மெய்சிலிர்க்க முத்தம் தந்தாய்  
நீதானே என் அன்புத் தாய்!!!

## கடவுளின் கண்மணியே! உனக்குத் தெரியுமா!

1. பங்குத்தந்தையர்களின் பாதுகாவலர் என்று அழைக்கப்படும் புனிதர் யார்?

புனித ஜான் மரிய வியான்னி.

2. “மக்களின் குரு” என்றும் “ஏழைகளின் பங்காளன்”; என்றும் அழைக்கப்பட்ட அருட்பணியாளர் யார்?

அருள்பணி. ஹூயி லெவெ.

3. திருஅவையால் புனிதர் நிலைக்கு உயர்த்தப்பட்ட முதல் திருமணமானத் தம்பதியர் யார்?

புனித ஹூயி மார்ட்டின், புனித செலி குவரின்

4. யாருடைய பெற்றோர் புனித ஹூயி மார்ட்டின் மற்றும் புனித செலி குவரின்?

குழந்தை இயேசுவின் புனித தெரேசா.

5. திரு அவையின் முதல் மறைசாட்சி யார்? புனித ஸ்தேவான்.

6. “இந்த உலகம் சூரியன் இல்லாமலும் வாழந்துவிடும். ஆனால் நந்தகருணை பலி இல்லாமல் வாழ முடியாது” என்று தனது வாழ்வின் வழியாக எடுத்துக்காட்டியவர் யார்? புனித பியோ.

7. நந்தகருணையின் திருத்தந்தை என்று அழைக்கப்பட்டவர் யார்?

புனித பத்தாம் பத்திநாதர்.

8. ஒப்புரவு அருளடையாளத்தில் சொல்லப்பட்ட பாவங்களை வெளியில் சொல்ல மறுத்ததற்காக கொல்லப்பட்ட புனிதர் யார்?

புனித நெப்போ முசேன் யோவான்.

## சாதிக்கப் பிறந்தவளே!

கோபத்தை அன்பால் வென்றுவிடு!

தீமையை நன்மையால் வென்றுவிடு!

பொய்யை உன்மையால் வென்றுவிடு!

## நல்ல மனையாளே!

நீ அன்பு செய்பவர்களுக்காக  
வாழ்வதை விட,

உன்னை அன்பு செய்பவர்களுக்காக,

நீ வாழ்வது நல்லது.

## தவப் புதல்வியே!

நும் அன்பான வார்த்தை,

அனுங்கண்டைவிடச் சக்தி வாய்ந்தது

அன்பால் அனைவரின் இதயத்தைப் பிளந்து

ஒளி ஏற்றிடு!

## எட்டு நன்மைகளை எட்டிப் பிடிக்க ஒப்புரவு அருளடையாளத்தைப் பெறு!

- ❖ உன்மையான தன்னறிவு அதிகரிக்கிறது.
- ❖ கிறிஸ்தவ தாழ்ச்சி அதிகரிக்கிறது.
- ❖ தீயைப் பழக்கங்கள் சரிசெய்யப்படுகின்றன.
- ❖ ஆன்மீகப் புறக்கணிப்பு மற்றும் மந்தநிலை தடுக்கப்படுகிறது.
- ❖ மனச்சான்று தூய்மைப்படுத்தப்படுகிறது.
- ❖ விருப்பு (Will) வலிமைப்படுத்தப்படுகிறது.
- ❖ தன்னடக்கம் எட்டப்படுகிறது.
- ❖ அருள் அதிகரிக்கிறது.

## - திருத்தந்தை பன்னிரண்டாம் பத்திநாதர்

சகிப்புத் தன்மையில் வலிமை மிகுந்தவள் பெண் - காந்தியடிகள்



அம்மா

கருவில் உயிரைத்தந்தாய்  
இரத்தத்தை பாலாய் தந்தாய்  
அம்மா!!!

அம்மா

உன்னை மறந்தாய்  
என்னை வளர்த்தாய்  
உன்னை உடைத்தாய்  
என்னை பூக்க வைத்தாய்  
எதிர்காலத்தில் உன்னை மறந்து என்னால் இருக்க முடியுமா!