பிப்ரவரி 2026

அதிசசிந்தனை

ஒன்றித்தப் பயணம் மற்றும் இறைவாக்கு உரைக்கும் திருஅவையை நோக்கி ஒன்றித்து நடத்தல்

மறைத்தூதுரைக்கும் சீடத்துவத்திற்கான மக்கள்

உறவுகளுக்கிடையே மனமாற்றம்

நாம் அனைவரும் கிறிஸ்துவின் உடலைச் சேர்ந்தவர்கள் என்று திருஅவை அறிவிக்கிறது. இருப்பினும் சார்ந்திருப்பவர்கள் என்பது நாம் அறிக்கையிடுவது மட்டுமல்ல; அது மக்கள் அனுபவிக்க வேண்டிய ஒன்று.

நேர்மையான கேள்விகளைக் கேட்கும்போது உள்ளடக்குவது தொடங்குகிறது. நம்மைச் சார்ந்தவர்கள் என்று யார் உணர்கிறார்கள்? நாம் ஒன்றுகூடும்போது, யாராவது விடுபட்டிருக்கின்றார்களா? யாருடைய குரல்கள் அரிதாக கேட்கப்படுகின்றன? பெரும்பாலும் வேண்டுமென்றே யாரையும் விலக்கிவிடுவதில்லை. ஆனால் பழக்கவழக்கங்கள், அனுமானங்கள் அல்லது மௌனத்தின் மூலம் இவ்வாறு நிகழ்ந்துவிடுகின்றன.

நாம் பல உறுப்பினர்களைக் கொண்ட ஒரே உடல் என்பதை புனித பவுல் நமக்கு நினைவூட்டுகிறார். ஒவ்வொரு நபரும் வேறுபட்டவர்கள், இருந்தபோதும் ஒவ்வொருவரும் மிகவும் அவசியமானவர்கள். ஒற்றுமை என்பது ஒரேமாதிரியானது என்பதைக் குறிக்காது. ஆனால் பரஸ்பரம் பகிர்ந்துகொள்ளப்படும் கண்ணியம் மற்றும் மரியாதை.

நாம் ஒருவருக்கொருவர் எவ்வாறு தொடர்புகொள்கிறோம் என்பதில் திருஅவை மனமாற்றத்திற்கு அழைக்கிறது. உறுதியான உடலசைவுகள் மூலம் கண்ணியத்தைக் காண்பிக்கவும், குறிப்பிட்ட வேறுபாடுகளுக்கு இடமளிக்கவும், யாரும் கண்டுகொள்ளப்படவில்லை என்ற உணர்வு வராமல் இருப்பதை உறுதிசெய்வது ஆகியவை அனைவரையும் உள்ளடக்கியது என்பதை நடைமுறைப்படுத்துவது.

இந்த மாதம் அதிச மற்றும் பங்கு சமூகங்கள் எவ்வாறு ஒவ்வொரு நபரும் மதிக்கப்படவும், சார்ந்திருக்கிறோம் என்னும் உணர்வு கொள்ளும் இடங்களாகவும் மாறமுடியும் என்பதைப் பற்றி சிந்திப்போம்.

தேர்ந்து தெளிதல்

செவிமடுத்தலில் இருந்து செயல்

பெரிய குழுவிற்கு திரும்புதல்

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:
- தனிநபர்களாக தீர்ப்பிடுவதை ஒதுக்கிவைத்து, மிகவும் திறந்த மனதோடு செவிமடுப்பது
- நாம் விலக்கிவைத்திருக்கும் நபர்களைப் பற்றி விழிப்புணர்வுடன் இருப்பது மற்றும் அவர்களோடு உள்ள உறவை சரிசெய்ய முயற்சிப்பது.

பரிந்துரை இறைவேண்டல்

வழிநடத்துனர் பங்கேற்பாளர்களை சுருக்கமான இறைவேண்டலைச் செய்ய அழைத்தல்.

எடுத்துக்காட்டு:

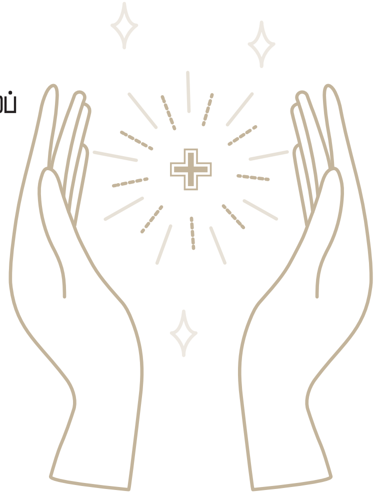
.......“ஆண்டவரே, எனக்கு உதவியருளும்.”

பதிலுரை: ஆண்டவரே எங்கள் மன்றாட்டை கேட்டருளும்.

நிறைவாக, ஆண்டவர் கற்றுத் தந்த இறைவேண்டல், தமதிரித்துவ புகம் (தந்தைக்கும் மகனுக்கும் தூய ...) மற்றும் அமைதியை ஒருவருக்கொருவர் பகிர்ந்துகொள்ளுங்கள்

முடிவு பாடல்:

பொருத்தமான ஒரு பாடலைப் பாடலாம் அல்லது இசைக்கலாம்.



Celebrate Listen Walk (cf. Is 2:2-5)
MPC2026

Published by:
Peninsular Malaysia
Pastoral Team

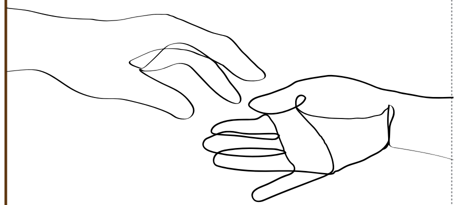
Email:
api@archkl.org

INTERNAL CIRCULATION ONLY

எதிர்கொள்வது

தொடக்கப்பாடல்

பரிந்துரை: எத்துனை நன்று எத்துணை நன்று



தொடக்கச் செபம்

அன்புள்ள தந்தாய்,
நாங்கள் வேறுபட்டவர்களாக
இருந்தாலும், எங்களை அன்பு செய்து,
கிறிஸ்துவின் ஒரே உடலாக இணைய
எங்களை அழைத்திருக்கிறீர்.
தாங்கள் கவனிக்கப்படவில்லை என
எண்ணும் ஒவ்வொருவரையும்
காணுமாறு எங்கள் கண்களைத்
திறந்தருளும்.
நாங்கள் கவனிக்காமல் போகும்
குரல்களைக் கேட்க எங்கள்
காதுகளைத் திறந்தருளும்.
ஒவ்வொருவரையும் நேர்மையுடன்
வரவேற்க எங்கள்
இதயங்களை மென்மையாக்கியருளும்.
ஒவ்வொரு நபரின் மாண்பை மதிக்கவும்,
எங்களின் வார்த்தைகள் மற்றும்
செயல்களின் வழியாக
அனைவரையும் உள்ளடக்கிய
தன்மையைப் பயிற்சி
செய்யவும் மற்றும் அனைவரும்
உண்மையிலேயே
ஒருவரை ஒருவர் சார்ந்திருக்கிறோம்
என்ற
உணர்வைக் கொண்டிருக்கவும்
எங்களுக்குக் கற்றுத்தாரும்.
இவை யாவும் எங்கள் ஆண்டவராகிய
கிறிஸ்து வழியாக உம்மை
மன்றாடுகிறோம். ஆமென்.

மேய்ப்புப்பணிப் பாதை

அனைவரையும் உள்ளடக்குவது என்பதை நடைமுறைப்படுத்துவது வார்த்தைகளால் அல்ல, நம்முடைய உடல்மொழிகளாலும் தொடங்குகிறது. உறுதியான உடல்மொழிகள் கண்ணியத்தை வெளிப்படுத்துகின்றன. அவர்கள் கோட்பாடுகள் அளவில் அல்ல; மாறாக வாழ்க்கை அனுபவத்தில் அவர்கள் பார்க்கப்படுகிறார்கள், மதிக்கப்படுகிறார்கள், வரவேற்கப்படுகிறார்கள் என்பதை அவை மக்களுக்குக் காட்டுகின்றன.

யார் நம்மோடு இருக்கிறார்கள். யார் விடுபட்டு இருக்கிறார்கள் என்பதை நாம் கவனிக்கும்போது உள்ளடக்கம் நடைமுறைப்படுத்தப்படுகிறது. செவிமடுக்கும்போது மெதுவாகவும், அமைதியான குரல்களுக்கு இடமளிக்கும்போது, மற்றவர்களின் நோக்கங்கள், பின்னணிகள் அல்லது சூழ்நிலைகளைப் பற்றிய அனுமானங்களைத் தவிர்க்கும்போது, இது நடைமுறைப்படுத்தப்படுகிறது. பெரும்பாலும் மக்கள் தாங்கள் ஒதுக்கப்பட்டதாக உணர்வது, அவர்களை வெளிப்படையாக நிராகரிப்பதால் அல்ல மாறாக அவர்கள் கவனிக்கப்படுவதில்லை.

எல்லாவற்றிலும் கண்ணியத்தை மதிப்பது என்பது ஒவ்வொரு நபரும் ஒரு கதையை, ஒரு போராட்டத்தை அல்லது ஒரு பரிசை சுமந்து செல்கிறார்கள் என்பதை நாம் அங்கீகரிப்பதாகும். நாம் குறுக்கீடு செய்யாமல் செவிமடுக்கும்போதும், நிபந்தனைகள் இல்லாமல் வரவேற்கப்படும்போதும், தீர்ப்பிடாமல் தொடர்புகொள்ளும்போதும் கண்ணியம் மதிக்கப்படுகிறது. மற்றவர்கள் முழுமையாக அவர்களாகவே இருக்கக்கூடியவகையில் நமது பழக்கவழக்கங்களையும் விருப்பங்களையும் சரிசெய்யத் தயாராக இருப்பதையும் இது குறிக்கிறது.

திருஅவை வேறுபாடுகளைக் கண்டு அச்சப்படும் இடமாக இருக்கக்கூடாது. ஆனால் ஒவ்வொரு நபரும் தங்களை கிறிஸ்துவின் உடலின் ஒரு பகுதியாக அடையாளம் காணக்கூடிய இடமாக இருக்கவேண்டும்.

இறைவார்த்தை

உரோமையர் 12:4-5

ஒரே உடலில் நமக்கு உறுப்புகள் பல உள; அந்த உறுப்புகளெல்லாம் ஒரே செயலைச் செய்வதில்லை. அதுபோலவே, நாம் பலராயிருந்தாலும் கிறிஸ்துவோடு இணைந்திருப்பதால் ஒரே உடலாய் இருக்கிறோம்; ஒருவருக்கொருவர் உடனுறுப்புகளாய் இருக்கிறோம்.

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)

- உள்ளடக்கம் மற்றும் இறைவார்த்தையைக் கருத்தில் கொண்டு என்னுடை பங்கு சமூகத்திலும் அதிச விலும் உள்ளடக்கத்தை வளர்க்க நான் என்ன முயற்சிகள் எடுக்கமுடியும்?

(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:

- எங்களுடைய அனுபவத்தில் நான் கவனித்த பொதுவானது என்ன?
- மற்றவர்களின் பகிர்வுகள் என் சொந்த சூழ்நிலையை வித்தியாசமாகக் காண எவ்வாறு உதவுகின்றன?

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

- அனைவரின் கருத்தையும் செவிமடுத்தபின், பங்கு சமூகமாக, அதிச வாக உள்ளடக்கத்தை செயல்படுத்த தூய ஆவியார் நமக்குக் கூறுவது என்ன?