ஜீவநதி

தெளிவான ஜீவத்தண்ணீருள்ள சுத்தமான நதி (வெளி. 22:1)

NOVEMBER 2026



SHARJAH TAMIL CONGREGATION (CSI KANYAKUMARI DIOCESE)

Private circulation only.

ஷார்ஜா தமிழ் திருச்சபை - கன்னியாகுமரி பேராயம்
SHARJAH TAMIL CONGREGATION - KANYAKUMARI DIOCESE

ஜீவநதி

நவம்பர் 2026 - இதழ் 231

"கர்த்தர் நம்மைப் பிரகாசிப்பிக்கிற தேவனாயிருக்கிறார்"
சங்கீதம் 118:27

SHARJAH TAMIL CONGREGATION

(CSI KANYAKUMARI DIOCESE)

P.O.Box : 46121, Sharjah, U.A.E. Tel. / Fax : 06-5680727, Mobile : 050-9367576

For private circulation only

அனுதின மன்னா

கர்த்தருடைய வேதம் குறைவற்றதும்,
ஆத்துமாவை உயிர்ப்பிக்கிறதுமாயிருக்கிறது. (சங்கீதம் 19:7)

தேதி	நாள்	காலை	சிந்தனை வசனம்	மாலை
1	ஞாயிறு	வெளி. 7:9-14	7:14	உபா. 6:1-3
2	திங்கள்	2 கொரி. 5:1-9	5:1	1 சாமு. 3:1-21
3	செவ்வாய்	யோவா. 11:21-27	11:27	2 தீமோ. 1:1-14
4	புதன்	எரே. 31:31-40	31:34	கொலோ. 3:1-21
5	வியாழன்	ஏசா. 25:6-9	25:8	நீதி. 8:22-36
6	வெள்ளி	சங். 118:17-21	118:18	1 யோவா. 2:1-17
7	சனி	எபி. 12:1-6	12:1	நீதி. 23:17-19
8	ஞாயிறு	1கொரி. 1:9-12	1:9	மீகா 6:1-8
9	திங்கள்	மத். 18:18-20	18:19	1 கொரி. 1:1-9
10	செவ்வாய்	சங். 133	133:1	2 கொரி. 4:7-18
11	புதன்	நெகே. 2:12-20	2:17	தீத். 1:1-9
12	வியாழன்	2 கொரி. 13:5-7	13:7	1 யோவா. 1:1-10
13	வெள்ளி	2 கொரி. 13:8-11	13:11	1பேது. 3:8-22
14	சனி	மத். 18:1-5	18:3	ஏசா. 52:1-15
15	ஞாயிறு	எண். 27:2-7	27:7	2 இராஜா. 5:1-14
16	திங்கள்	சங். 8	8:2	உபா. 29:1-15
17	செவ்வாய்	சங். 145:1-12	145:9	மாற். 5:21-23
18	புதன்	அப். 12:12-18	12:17	மாற். 9:33-37
19	வியாழன்	அப். 16:13-15	16:15	லூக். 7:11-17
20	வெள்ளி	1 சாமு. 2:1-10	2:10	யாத். 2:1-10
21	சனி	மத். 5:31-37	5:37	யாத். 15:1-22
22	ஞாயிறு	பிலி. 2:4-8	2:5	பிர. 4:9-16
23	திங்கள்	கொலோ. 3:14-17	3:14	2 இராஜா. 17:5-18
24	செவ்வாய்	பிலி. 2:1-3	2:3	அப். 4:13-31
25	புதன்	கொலோ. 3:9-12	3:12	ஏசா. 2:1-5
26	வியாழன்	கொலோ. 3:13-25	3:13	லேவி. 26:1-6
27	வெள்ளி	1 பேது. 3:11-15	3:14	நீதி. 17:1-6
28	சனி	லூக். 9:51-56	9:56	மத். 1:1-12
29	ஞாயிறு	லூக். 1:5-20	1:20	ஏசா. 11:1-9
30	திங்கள்	லூக். 1:14-25	1:14	பிலி. 2:1-18

சபை ஆயரிடமிருந்து...

கிறிஸ்துவுக்குள் மிகவும் அருமையானவர்களே கடவுளுடைய பெரிதான கிருபையினால், நம்முடைய திருச்சபையின் இந்த ஆண்டின் அறுவடைப் பண்டிகையை, அக்டோபர் மாதம் 11-ம் தேதி மிகச் சிறப்பாக கொண்டாடி மகிழ்ந்தோம். அறுவடைப் பண்டிகை சிறப்புத் தொழுகையில் கலந்து கொண்ட அனைத்து ஆயர்களுக்காகவும் ஆண்டவரைப் போற்றுகின்றேன். சிறப்புத் தொழுகை மற்றும் நிகழ்வுகளில் கலந்துக்கொண்ட நமது திருச்சபையின் மக்கள் மற்றும் பிற திருச்சபைகளின் சபைக்குழு உறுப்பினர்கள், இறைமக்கள், நண்பர்கள் அனைவருக்காகவும் ஆண்டவருக்கு நன்றி செலுத்துகின்றேன்.

அறுவடைப் பண்டிகையின் எல்லா நிகழ்வுகளும் சிறப்பாக நடைபெற இரவு பகலாக அயராமல் உழைத்து, ஒத்துழைப்பு நல்கிய நமது திருச்சபையின் செயலர், உப தலைவர் மற்றும் சபைக்குழு உறுப்பினர்கள், இந்த ஆண்டின் கன்வீனர்களாக செயல்பட்ட Mr.பினுகுமார் உதவியாக Mr. பால் பிரைனர் மற்றும் பாடகர்குழு, பெண்கள் ஐக்கிய சங்கம், ஜுனியர் சர்ச் போன்றவைகளின் பொறுப்பாளர்கள் மற்றும் அங்கத்தினர்கள், மைக் ஆப்பரேட்டர்கள் என்று அனைவரையும் மனதாரப் பாராட்டுகின்றேன். குறிப்பாக, சகோதரர்களின் உழைப்பு, முயற்சி, வாஞ்சைகளுக்காக ஆண்டவரைப் போற்றுகின்றேன். அதேப்போல், அறுவடைப் பண்டிகைக்காக ஜெபித்த, கொடுத்த, உழைத்த அனைவரையும் ஆண்டவர் தம்முடைய ஆசீர்வாதங்களால் என்றும் நிரப்புவாராக.

அகில உலக திருமறைப் பள்ளி தினத்தை கொண்டாடும் இந்த நவம்பர் மாதத்தில் நமது திருச்சபையின் ஜுனியர் சர்ச்சில் இந்த ஆண்டு முழுவதும் அர்ப்பணத்தோடு பிள்ளைகளை வழிநடத்தின ஆசிரியர்கள், கலந்து கொண்ட பிள்ளைகள், உற்சாகப்படுத்தின பெற்றோரைப் பாராட்டுகின்றேன்.

அன்பானவர்களே! இந்த வருட கிறிஸ்து பிறப்பு ஆராதனைகள் மற்றும் சிறப்பு நிகழ்வுக்காக ஆயத்தப்படுகின்றோம். யாவரும் இதற்கான ஒத்துழைப்புகளைத் தரவும் அனைத்து நிகழ்வுகளும் ஆசீர்வாதமாக அமைய ஜெபிக்கவும் அன்போடு கேட்டுக்கொள்கிறேன்.

நம்முடைய திருச்சபையின் ஆரம்ப நாட்களில், இனிமையான பாடல்களாலும், ஊக்கமான ஜெபங்களினாலும் நமது திருச்சபையின் வளர்ச்சிக்காக நல்ல பங்களிப்பை நல்கிய போதகர் அருள்திரு Y. பீட்டர் அவர்கள் கடந்த மாதம் இறையழைப்பைப் பெற்றார்கள். அவர் நமது திருச்சபையின் அங்கத்தினர் திரு. P.Y. ஜோசப் ரோலோ அவர்களின் மாமனார் மற்றும் திருமதி. பிரியா ஜோசப் அவர்களின் தந்தையுமாவார். மேலும் கடந்த மாதம் நமது சபைக்குழு உறுப்பினர் திரு. P.பால் பிரைனரின் மனைவி திருமதி.டோமினி பிரைனர் அவர்களின் தகப்பனார் திரு. பயஸ் அவர்களும் இறையழைப்பைப் பெற்றார்கள். தங்களின் அன்புக்குரியவர்களை இழந்து தவிக்கிற இந்தக் குடும்பங்களின் ஆறுதலுக்காக தொடர்ந்து ஜெபிக்க வேண்டுகின்றேன்.

அன்புக்குரியவர்களே! நம்முடைய ஆண்டவர், இந்த மாதத்திலும் கர்த்தர் நம்மைப் பிரகாசிப்பிக்கிற தேவனாயிருக்கிறார். சங்கீதம் 118:27 ஆகவே ஆண்டவர் மீது நம்பிக்கை கொண்டு புதிய மாதத்தில் பயணிக்க அழைக்கப்படுகின்றோம்.

தேவன் நம்முடைய வாழ்வில் பிரகாசிக்கும்போது இருள் அகன்று புதிய நம்பிக்கை பிறக்கிறது. தாவீது, **“கர்த்தர் என் வெளிச்சமும் என் இரட்சிப்புமானவர், யாருக்குப் பயப்படுவேன்?”** (சங்கீதம் 27:1) என்று விசுவாசத்தோடு அறிக்கையிடுகிறார். எனவே துன்பங்களும் சோதனைகளும் நம்மைச் சூழ்ந்தாலும் நாம் பயப்படத் தேவையில்லை. ஏனெனில் நம்முடைய தேவன் இருளை வெளிச்சமாக மாற்ற வல்லவர். அவரை நம்பி வாழ்வோம். இறை ஆசி நம் அனைவரோடும் இருப்பதாக.

இறைப்பணியில்
Rev. J. தேவராஜ ஜெபஸ்டின்
சபை ஆயர்.

அருளுரைப்பகுதி

“கர்த்தர் நம்மைப் பிரகாசிப்பிக்கிற தேவனாயிருக்கிறார்” சங்கீதம் 118:27

மனித வாழ்க்கையில் இருள் போன்ற சூழ்நிலைகள் ஏற்படலாம். துன்பம், தோல்வி, நோய், குடும்பப் பிரச்சனைகள், எதிர்காலத்தைப் பற்றிய கவலைகள், நம்முடைய நம்பிக்கையை மங்கச் செய்யலாம். ஆனால், இத்தகைய சூழ்நிலைகளிலும் நம்மைப் பிரகாசிப்பிக்கிற தேவன் நம்மோடு இருக்கிறார் என்பதே இந்த வசனம் நமக்கு தரும் வாக்குத்தத்தமாகும். இருள் நிரந்தரமானதல்ல, தேவனுடைய ஒளி நம்முடைய வாழ்க்கையில் புதிய நம்பிக்கையையும் வழிகாட்டுதலையும் தருகிறது.

1. இருளில் ஒளிதரும் தேவன்:

சங்கீதம் 118 என்பது தேவனுடைய இரக்கத்தையும் விடுதலையையும் துதிக்கும் நன்றிப் பாடலாகும். துன்பங்களிலிருந்து தேவன் தம்முடைய மக்களை விடுவித்து, அவர்களுக்கு வெற்றியைத் தருகிறவராக இச்சங்கீதம் சித்தரிக்கிறது. **“கர்த்தர் நம்மைப் பிரகாசிப்பிக்கிற தேவனாயிருக்கிறார்”** என்ற வார்த்தைகள், தேவனே நம்முடைய வாழ்க்கையின் ஒளி என்பதை உணர்த்துகின்றன. சங்கீதக்காரன் கூறுவதுபோல, **“கர்த்தர் என் வெளிச்சமும் என் இரட்சிப்புமானவர்”** (சங்கீதம் 27:1). இறையியலாளர் டெரிக் கிட்னர் (Derek Kidner), சங்கீதங்களை விளக்கும்போது, அவற்றில் வெளிப்படும் துதி என்பது தேவனுடைய செயல்களையும் அவருடைய உண்மைத்தன்மையையும் நினைவுகூர்வதோடு தொடர்புடையது என்பதை வலியுறுத்துகிறார். ஆகவே, இருளான சூழ்நிலைகளைப் பார்த்து கலங்காமல், தேவனுடைய வல்லமையை நம்பி வாழ அழைக்கப் படுகின்றோம்.

2. வழிநடத்தும் ஒளியான தேவன்:

ஒளி இருளை அகற்றுவது மட்டுமல்ல, நாம் செல்ல வேண்டிய பாதையையும் காட்டுகிறது. சங்கீதம் 119:105 கூறுகிறது: **“உமது வசனம் என் கால்களுக்குத் தீபமும், என் பாதைக்கு வெளிச்சமுமாயிருக்கிறது.”**

தேவனுடைய வார்த்தை நம்முடைய தீர்மானங்களிலும் குடும்ப வாழ்க்கையிலும் ஊழியத்திலும் சரியான வழியைத் தேர்ந்தெடுக்க உதவுகிறது. இறையியலாளர் ஜான் கால்வின், தேவனுடைய வார்த்தையின் வழியாக மனிதன் தன் வாழ்க்கையைச் சீரமைத்து, தேவனுடைய சித்தத்தை அறிய வேண்டும் என்பதை வலியுறுத்துகிறார். எனவே, குழப்பமான சூழ்நிலைகளில் மனித ஆலோசனைகளை மட்டும் சார்ந்திருக்காமல், ஜெபத்துடனும் வேத தியானத்துடனும் தேவனுடைய வழிநடத்துதலைத் தேடுவோம்.

3. பிறரை பிரகாசிப்பிக்கும் வாழ்க்கை:

தேவன் நம்மைப் பிரகாசிப்பிக்கிறதன் நோக்கம் நம்முடைய வாழ்க்கை மட்டும் ஆசீர்வதிக்கப்படுவதல்ல, நம்மூலமாக மற்றவர்களும் நம்பிக்கையைப் பெற வேண்டும் என்பதுமாகும். இயேசு கூறுகிறார்: **"நீங்கள் உலகத்திற்கு வெளிச்சமாயிருக்கிறீர்கள்"** (மத்தேயு 5:14). நம்முடைய அன்பு, மன்னிப்பு, நேர்மை, இரக்கம், தியாகம் ஆகியவற்றின் வழியாக கிறிஸ்துவின் ஒளி பிறருக்குத் தெரிய வேண்டும். இறையியலாளர் வில்லியம் பார்க்லே (William Barclay), கிறிஸ்தவ வாழ்க்கை என்பது வார்த்தைகளில் மட்டும் அல்லாமல் அன்றாடச் செயல்களிலும் வெளிப்பட வேண்டும் என்பதைத் தமது விளக்கங்களில் வலியுறுத்துகிறார். ஆகவே, நம்முடைய குடும்பத்திலும் பணியிடத்திலும் திருச்சபையிலும் தேவனுடைய ஒளியைப் பிரதிபலிப்பவர்களாக வாழ்வோம்.

அன்பானவர்களே, நம்முடைய வாழ்க்கையில் இன்று இருள் சூழ்ந்திருந்தாலும் நம்பிக்கையை இழக்க வேண்டாம். நம்மைப் பிரகாசிப்பிக்கிற தேவன் நம்மோடு இருக்கிறார். அவர் நம்முடைய இருளை அகற்றி, நம்முடைய பாதையை வழிநடத்தி, பிறருக்கு ஆசீர்வாதமாக வாழச் செய்வார். ஆகையால், ஒவ்வொரு நாளும் விசுவாசத்தோடு அறிக்கையிடுவோம்: **"கர்த்தாவே, நீரே என் ஒளி, என் வாழ்க்கையைப் பிரகாசிப்பித்து, உமது சித்தத்தின்படி என்னை வழிநடத்தும்."** ஆமென்!

கிறிஸ்துவின் திருப்பணியில்
Rev. J. தேவராஜ ஜெபஸ்டின்
சபை ஆயர்

செயலர் மடல்

"யூதனென்றும் கிரேக்கனென்றும் வித்தியாசமே இல்லை, எல்லாருக்கும் கர்த்தரானவர் நம்மைத் தொழுது கொள்ளுகிற யாவருக்கும் ஐசுவரியசம்பன்னராயிருக்கிறார்". (ரோமர் 10:12)

கிறிஸ்துவுக்குள் பிரியமான திருச்சபையின் விசுவாசிகள் யாவருக்கும், சபைக்குழுயின் சார்பில் அன்பின் நல்வாழ்த்துக்கள். நம்முடைய திருச்சபையின் வாயிலாக நம்மை ஆசிர்வதித்து வழிநடத்திவருகிற கர்த்தராகிய தேவனுக்கு துதி ஸ்தோத்திரங்களை செலுத்துகிறேன்.

கர்த்தருடைய மேலான கிருமையினால், அக்டோபர் மாதம் 11-ஆம் நாள் நம்முடைய திருச்சபையின் அறுப்பின் பண்டிகை சிறப்பாக நடைபெற்றது. இப்பண்டிகையை சிறப்பிக்க அனைத்து வித நல் ஆதரவையும் தந்து, அந்த நாளில் வருகை புரிந்து சிறப்பித்த நமது விசுவாசிகள், UAE-ல் உள்ள நம் திருச்சபையின் மேல் கரிசனை கொண்டு பங்கு பெற்ற நண்பர்கள், ஆயர் பெருமக்கள் மற்றும் யாவரையும் ஒருங்கிணைத்து நிகழ்வில் பங்குபெற செய்த நமது திருச்சபையின் ஆயர் மற்றும் சிறப்பாக செயல்பட்ட கன்வீனர்கள் திரு.பினுகுமார், திரு.பால்பிரைனர், உடன் உற்சாகமாய் செயல்பட்ட சபைக்குழு அங்கத்தினர்கள் மற்றும் கிளைச் சங்கங்களின் அங்கத்தினர்கள், யாவருக்கும் மனமார்ந்த நன்றிகளை தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

அன்பானவர்களே! இந்த வருட கிறிஸ்து பிறப்பு மற்றும் வருகின்ற புதிய வருட தின ஆராதனைகள் மற்றும் சிறப்பு நிகழ்வுகளுக்கான ஆயத்தங்களை நாம் இந்த மாதத்திலிருந்து துவங்க திட்டமிடுகிறோம். யாவரும் அதற்கான ஒத்துழைப்புகளைத் தரவும் எல்லா நிகழ்வுகளும் ஆசீர்வாதமாக அமைய ஜெபிக்கவும் அன்போடு கேட்டுக்கொள்கிறேன்.

நம்முடைய திருச்சபையின் துவக்க நாட்களில், இனிமையான பாடல்களாலும், ஊக்கமான ஜெபங்களினாலும் நமது திருச்சபையின் வளர்ச்சிக்காக நல்ல பங்காற்றிய போதகர் அருள்திரு Y. பீட்டர் அவர்கள் கடந்த மாதம் இறையழைப்பைப் பெற்றார்கள். அவர் நமது திருச்சபையின் அங்கத்தினர் திரு P.Y. ஜோசப் ரோலோ அவர்களின் மாமனார் மற்றும் திருமதி. பிரியா ஜோசப் அவர்களின் தந்தையுமாவார். மேலும் கடந்த

மாதம் நமது சபைக்குழு உறுப்பினர் திரு. P.பால் பிரைனரின் மனைவி திருமதி டோமினி பிரைனர் அவர்களின் தகப்பனார் திரு. பயஸ் அவர்களும் இறையழைப்பைப் பெற்றார்கள். தங்களின் அன்புக்குரியவர்களை இழந்து தவிக்கிற இந்த குடும்பங்களின் ஆறுதலுக்காக தொடர்ந்து ஜெபித்துக்கொள்ளுங்கள்.

இவ்வருட கிறிஸ்து பிறப்பு சிறப்பு நிகழ்வுகள் 06-12-2026 மாலை 4:00 மணி முதல் Al Jurf, Ajman பகுதியில் உள்ள Habitat Private school-ல் வைத்து நடைபெற இருக்கிறது. சிறப்பு நிகழ்வுகள் யாவற்றையும் கிளைச் சங்கங்களின் பொறுப்பாளர்கள் ஆயத்தம் செய்துகொண்டிருக்கிறார்கள். விசுவாசிகள் யாவரும் அந்தநாள் சிறப்பு நிகழ்வில் கலந்து கொண்டு சிறப்பிக்க அன்போடு கேட்டுக்கொள்கிறேன். தொடர்ந்து திருச்சபையின் ஊழியங்களில் உற்சாகமாய் பங்கேற்போம். தேவன் நல்கும் ஐசுவரியத்தை சொந்தமாக்குவோம்.

சபைக்குழு சார்பில்,

K. அருண்குமார் - செயலாளர்.

ஆண்கள் பகுதி

எலிசா: தேவனே என் இரட்சிப்பு! 2 இராஜாக்கள் 2 : 9 - 14

Elisha: God Is My Salvation! 2 Kings 2 : 9 - 14

எலிசா என்ற பெயருக்கு **“தேவனே என் இரட்சிப்பு”** என்று பொருள் கூறப்படுகிறது. எலிசா தீர்க்கதரிசியின் வாழ்க்கை, தேவன் தம்மை நம்புகிறவர்களுக்குத் துணையாக இருந்து, அவர்களைத் தமது பணிக்காகப் பயன்படுத்துகிறார் என்பதை நமக்கு உணர்த்துகிறது.

எலியா தீர்க்கதரிசியைப் பின்பற்றி வந்த எலிசா, தமது வாழ்க்கையை தேவனுடைய பணிக்காக அர்ப்பணித்தார். எலியா எடுத்துச் செல்லப்பட்டபோது, அவருடைய ஆவியின் இரட்டிப்பான பங்கு தனக்கு வேண்டும் என்று எலிசா கேட்டார். தேவன் அவரை வல்லமையாகப் பயன்படுத்தி, பல அற்புதங்களைச் செய்யச் செய்தார் (2 இராஜா. 2:9-14). இதிலிருந்து, நம்முடைய வாழ்க்கையின் உண்மையான இரட்சிப்பும் நம்பிக்கையும் தேவனிடத்திலிருந்தே வருகின்றன என்பதை அறிகிறோம்.

முதலாவதாக, தேவனை நம்புகிற ஆண்களாக வாழ வேண்டும்.
குடும்பத்திலும், வேலையிலும், சமுதாயத்திலும் பல சவால்களை நாம் சந்திக்கிறோம். அவற்றைக் கண்டு தளராமல், தேவனே நம்முடைய துணையும் இரட்சிப்புமாக இருக்கிறார் என்று நம்ப வேண்டும். **"கர்த்தர் என் கன்மலையும், என் கோட்டையும், என் இரட்சகருமாயிருக்கிறார்"** (சங்கீதம் 18:2) என்ற வசனம் நமக்கு உறுதியளிக்கிறது.

இரண்டாவதாக, தேவனுடைய அழைப்புக்கு உண்மையாக இருக்க வேண்டும்.
எலிசா தமது பழைய வாழ்க்கையை விட்டுவிட்டு, தேவனுடைய அழைப்பைப் பின்பற்றினார் (1 இராஜாக்கள் 19:19-21). அதுபோல, ஆண்கள் சங்கத்தின் உறுப்பினர்களாகிய நாம் நம்முடைய குடும்பத்தில் முன்மாதிரியாகவும், சபையில் உண்மையுள்ள ஊழியர்களாகவும், சமுதாயத்தில் நேர்மையான மனிதர்களாகவும் வாழ வேண்டும்.

மூன்றாவதாக, விசுவாசத்துடன் தேவனுடைய பணியைச் செய்யவேண்டும்.
எலிசா தன்னுடைய சொந்த வல்லமையைச் சாராமல் தேவனுடைய வல்லமையைச் சார்ந்திருந்தார். நாமும் நமது திறமையையும் அனுபவத்தையும் மட்டுமே நம்பாமல், ஜெபத்திலும் விசுவாசத்திலும் நிலைத்திருந்து தேவனுடைய பணியைச் செய்ய வேண்டும்.

அன்பான சகோதரர்களே, **"தேவனே என் இரட்சிப்பு"** என்பது வெறும் பெயரின் பொருள் மட்டுமல்ல, அது நமது வாழ்க்கையின் விசுவாச அறிக்கையாக இருக்கட்டும். நமது குடும்பங்களிலும், தொழில் செய்யும் இடங்களிலும், சபையிலும் தேவனை முதன்மைப்படுத்துவோம். எலிசாவைப் போல தேவனுடைய அழைப்புக்கு உண்மையுள்ளவர்களாக இருந்து, அவருடைய நாமத்தை மகிமைப்படுத்துவோம்.

ஜெபம்: ஆண்டவரே, நீரே எங்கள் இரட்சிப்பும் பெலனுமாயிருக்கிறீர். எலிசாவைப் போல உம்மை நம்பி, உமது அழைப்புக்கு உண்மையாக வாழவும், எங்கள் குடும்பத்திற்கும் சபைக்கும் ஆசீர்வாதமாக இருக்கவும் கிருபை தாரும். ஆமென்.

Rev. J. தேவராஜ ஜெபஸ்டின்
சபை ஆயர்

பெண்கள் பகுதி

காணாமல் போன வெள்ளிக்காசைக் கண்டெடுத்த பெண்

தலைப்பு: ஆத்துமாவைக் காத்து, பிறரை இரட்சிப்புக்குள் வழிநடத்துவோம்
தியான வசனம்: லூக்கா 15:8–10

இயேசு கிறிஸ்து கூறிய காணாமல் போன வெள்ளிக்காசின் உவமை, ஒரு பெண்ணின் விடாமுயற்சியையும், இழந்ததை மீண்டும் கண்டுபிடிப்பதில் அவள் காட்டிய அக்கறையையும் எடுத்துரைக்கிறது. பத்து வெள்ளிக்காசுகளில் ஒன்று காணாமல் போனபோது, மீதமுள்ள ஒன்பது காசுகள் இருக்கின்றன என்று அவள் திருப்தியடையவில்லை. விளக்கைக் கொளுத்தி, வீட்டைப் பெருக்கி, காணாமல் போன காசைக் கண்டுபிடிக்கும் வரை கவனமாகத் தேடினாள். இந்த உவமை பெண்களாகிய நாம் நமது ஆவிக்குரிய வாழ்க்கையிலும் குடும்பத்திலும் எவ்வாறு செயல்பட வேண்டும் என்பதை உணர்த்துகிறது.

1. ஆத்துமாவைக் காப்பதில் ஜாக்கிரதையாயிருத்தல்:
“விளக்கைக் கொளுத்தி, வீட்டைப் பெருக்கி, அதைக் கண்டுபிடிக்கிறவரைக்கும் ஜாக்கிரதையாய்த் தேடாமலிருப்பாளோ?” (லூக்கா 15:8). அந்தப் பெண் தனது காசைத் தேடுவதில் காட்டிய அக்கறையைப் போல, நாமும் நமது ஆத்துமாவைக் காத்துக்கொள்வதில் விழிப்புடன் இருக்க வேண்டும். குடும்பப் பொறுப்புகள், வேலைகள், உலகக் கவலைகள் ஆகியவற்றில் மூழ்கி ஜெபத்தையும் வேதவாசிப்பையும் புறக்கணிக்கக்கூடாது. “தெளிந்த புத்தியுள்ளவர்களாயிருங்கள், விழித்திருங்கள்” என்று 1 பேதுரு 5:8 நம்மை எச்சரிக்கிறது. எனவே, ஒவ்வொரு நாளும் தேவனோடு நேரம் செலவிட்டு, நமது விசுவாசத்தைக் காத்துக்கொள்வோம்.

2. மனந்திரும்பி, கிறிஸ்துவின் ஒளியில் வாழ்தல்:
காணாமல் போன காசைக் கண்டுபிடிக்க அந்தப் பெண்ணுக்கு விளக்கு தேவைப்பட்டது. அதுபோல, நமது வாழ்க்கையில் இருக்கும் பாவ இருளை அகற்ற இயேசு கிறிஸ்துவின் ஒளி தேவை. உலகத்தின் செல்வமும் புகழும் நமது ஆத்துமாவுக்கு உண்மையான சமாதானத்தைத் தர முடியாது.

“மனுஷன் உலகம் முழுவதையும் ஆதாயப்படுத்திக்கொண்டாலும், தன் ஜீவனை நஷ்டப்படுத்தினால் அவனுக்கு லாபம் என்ன?” (மத்தேயு 16:26). ஆகவே, நமது தவறுகளை உணர்ந்து மனந்திரும்பி, தேவனிடம் திரும்புவோம். அவருடைய வார்த்தையின்படி வாழ்ந்து, நமது உள்ளத்தையும் குடும்பத்தையும் பரிசுத்தமாகக் காத்துக்கொள்வோம்.

3. குடும்பத்தினரையும் இரட்சிப்புக்குள் வழிநடத்துதல்

காணாமல் போன காசைக் கண்டுபிடித்த பெண், தனது மகிழ்ச்சியைத் தனக்குள் வைத்துக்கொள்ளாமல், சிநேகிதிகளையும் அயல்வீட்டாரையும் அழைத்துச் சந்தோஷத்தைப் பகிர்ந்துகொண்டாள் (லூக்கா 15:9). அதுபோல, இயேசுவின் அன்பையும் நாம் பெற்ற இரட்சிப்பையும் மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்துகொள்ள வேண்டும். குறிப்பாக, நமது கணவர், பிள்ளைகள், உறவினர்கள் ஆகியோர் தேவனை அறியாதவர்களாக இருந்தால், அவர்களுக்காக அக்கறையுடன் ஜெபிக்க வேண்டும். நமது வார்த்தைகளால் மட்டுமல்ல, அன்பான செயல்களாலும் நல்ல முன்மாதிரியாலும் அவர்களை கிறிஸ்துவிடம் வழிநடத்துவோம். ஒரு பாவி மனந்திரும்பும்போது பரலோகத்திலும் மகிழ்ச்சி உண்டாகிறது (லூக்கா 15:10).

அன்பான சகோதரிகளே! காணாமல் போன ஒரு வெள்ளிக்காசுக்காக அந்தப் பெண் விடாமுயற்சியுடன் தேடியதுபோல, நாமும் நமது ஆத்துமாவைக் காத்து, தேவனிடமிருந்து விலகிச் சென்றவர்களுக்காக அக்கறையுடன் ஜெபிப்போம். நமது குடும்பத்தில் யாரும் இரட்சிப்பின் அனுபவத்தை இழந்துவிடாதபடி அன்போடும் விசுவாசத்தோடும் செயல்படுவோம். நமது வீடுகள் ஜெப வீடுகளாகவும், நமது வாழ்க்கை கிறிஸ்துவின் ஒளியைப் பிரதிபலிக்கும் சாட்சியாகவும் விளங்கட்டும். நம்மால் பலர் இயேசுவை அறிந்து இரட்சிப்பைப் பெற தேவன் நம்மைப் பயன்படுத்துவாராக. ஆமென்!

ஆண்டவர் தாமே நம்மை அனைவரையும் ஆசீர்வதித்து வழி நடத்துவாராக.

திருமதி. P.ஜாண்சி
ஆயரம்மா.

திருக்குறள் வழி மறையறிவோம்

திருக்குறள் 10
பிறவி பெருங்கடல் நீந்துவார் நீத்தார்
இறைவன் அடிசேரா தார்.

இறைவனின் திருவடிகளைச் சார்ந்திடுவோம்
மையத் திருமறை வசனம்: **"நானே வழியும் சத்தியமும் ஜீவனுமாயிருக்கிறேன், என்னாலேயல்லாமல் ஒருவனும் பிதாவினிடத்தில் வரான்."** - யோவான் 14:6

மனித வாழ்க்கை என்பது பல்வேறு சவால்களையும், துன்பங்களையும், சோதனைகளையும் கடந்து செல்லும் ஒரு பயணமாகும். கடலில் எழும் அலைகளைப் போல நமது வாழ்க்கையிலும் பல பிரச்சினைகள் எழுகின்றன. இத்தகைய சூழ்நிலைகளில் நாம் எவ்வாறு வாழ்க்கைப் பயணத்தைக் கடந்து செல்ல முடியும் என்பதைத் திருவள்ளுவர் தனது பத்தாவது குறளில் எடுத்துரைக்கிறார். இறைவனுடைய திருவடிகளைச் சார்ந்தவர்கள் பெருங்கடலை நீந்திக் கடப்பார்கள் என்பதே இக்குறளின் மையக் கருத்தாகும்.

முதலாவதாக, இறைவனே நமது வழிகாட்டி. நமது வாழ்க்கையில் எந்த வழியில் செல்ல வேண்டும் என்று தெரியாமல் குழம்பும் நேரங்கள் உண்டு. அத்தகைய நேரங்களில் இறைவனுடைய வார்த்தை நமக்கு வழிகாட்டுகிறது. **"உம்முடைய வசனம் என் கால்களுக்குத் தீபமும், என் பாதைக்கு வெளிச்சமுமாயிருக்கிறது"** என்று சங்கீதம் 119:105 கூறுகிறது. எனவே, நாம் எடுக்கும் ஒவ்வொரு முடிவிலும் இறைவனுடைய சித்தத்தைத் தேடி, அவருடைய வார்த்தையின்படி வாழ வேண்டும்.

இரண்டாவதாக, இறைவனே நமது பாதுகாப்பு. சீடர்கள் படகில் சென்றபோது கடலில் பெருங்காற்று எழுந்தது. அவர்கள் பயந்தபோது இயேசு காற்றையும் கடலையும் அதட்டி அமைதிப்படுத்தினார் (மாற்கு 4:35-41). அதுபோல நமது வாழ்க்கையிலும் சோதனைகள் எழும்போது பயந்து கலங்காமல், இயேசுவின் மீது நம்பிக்கை வைக்க வேண்டும். பிரச்சினைகள் பெரியதாக இருந்தாலும், அவற்றை விட நமது ஆண்டவர் வல்லமையுள்ளவர்.

மூன்றாவதாக, இறைவனோடு நிலைத்திருப்பதே நமது வெற்றி. இறைவனைத் துன்ப நேரங்களில் மட்டும் தேடாமல், ஒவ்வொரு நாளும் ஜெபத்திலும் திருமறை வாசிப்பிலும் அவரோடு உறவுகொண்டு வாழ வேண்டும். இயேசு கிறிஸ்துவே நமது வழியும் ஜீவனுமாயிருக்கிறார் (யோவான் 14:6). அவருடைய கிருபையால் நாம் சோதனைகளைக் கடந்து, விசுவாசத்தில் நிலைத்திருக்க முடியும்.

எனவே, அன்பானவர்களே, நமது வாழ்க்கை என்னும் பெருங்கடலில் துன்பங்கள், தோல்விகள், ஏமாற்றங்கள் என்னும் அலைகள் எழுந்தாலும், நாம் நம்பிக்கையை இழக்க வேண்டாம். நமது சொந்த வல்லமையை மட்டும் சார்ந்திராமல், இறைவனுடைய கிருபையையும் வழிகாட்டுதலையும் சார்ந்து வாழ்வோம். இயேசு கிறிஸ்துவின் வழியில் நடந்து, அவருடைய வார்த்தைக்குக் கீழ்ப்படிந்து, விசுவாசத்தில் நிலைத்திருப்போம். அப்பொழுது வாழ்க்கையின் சவால்களைத் தைரியத்தோடு எதிர்கொண்டு, இறைவன் அருளும் நித்திய வாழ்வை நோக்கி முன்னேற முடியும். இறைவனைச் சார்ந்த வாழ்க்கையே நம்பிக்கையான வாழ்க்கை. ஆகவே, ஒவ்வொரு நாளும் இயேசுவின் திருவடிகளைப் பற்றிக்கொண்டு, அவரை நமது வழிகாட்டியாக ஏற்று, விசுவாசத்தோடு வாழ்வோமாக. ஆமென்.

Compiled by **Mrs. Reji Alwin**

கிறிஸ்துவின் மலைப்பிரசங்கத்தில் கிறிஸ்தவ பண்புகள்

“உலகத்திற்கு வெளிச்சமாய் இருத்தல்.” (மத்தேயு 5:14)

“நீங்கள் உலகத்திற்கு வெளிச்சமாயிருக்கிறீர்கள்” என்று இயேசு கிறிஸ்து தமது மலைப்பிரசங்கத்தில் கூறுகிறார். வெளிச்சம் என்பது கிறிஸ்தவ வாழ்வின் முக்கியமான அடையாளமாகும். இருள் நிறைந்த உலகத்தில் அன்பு, உண்மை, நீதி, சமாதானம் ஆகியவற்றின் வழியாக நாம் கிறிஸ்துவை வெளிப்படுத்த அழைக்கப்பட்டிருக்கிறோம். விளக்கு தன்னுடைய நன்மைக்காக மட்டும் எரிவதில்லை, பிறருக்கு வெளிச்சம் கொடுப்பதற்காக எரிகிறது. அதுபோல நமது வாழ்வும் மற்றவர்களுக்கு ஆசீர்வாதமாக இருக்க வேண்டும். இந்த வெளிச்ச வாழ்வின் மூன்று முக்கியமான பண்புகளை நாம் சிந்திப்போம்.

1. வெளிச்சம் இருளை அகற்றுகிறது (ஏசாயா 60:1)

"எழும்பிப் பிரகாசி, உன் ஒளி வந்தது, கர்த்தருடைய மகிமை உன்மேல் உதித்தது" என்று ஏசாயா தீர்க்கதரிசி அழைக்கிறார். இருள் என்பது பாவம், அநீதி, வெறுப்பு, பொறாமை, நம்பிக்கையின்மை போன்றவற்றைக் குறிக்கிறது. இத்தகைய இருளில் வாழும் மக்களுக்கு நாம் கிறிஸ்துவின் அன்பையும் நற்செய்தியையும் வெளிப்படுத்த வேண்டும். குடும்பத்தில் சண்டை இருக்கும்போது சமாதானத்தை ஏற்படுத்துவதும், துன்பப்படுகிறவர்களுக்கு ஆறுதல் கூறுவதும், தவறு செய்கிறவர்களை அன்போடு நல்வழிப்படுத்துவதும் வெளிச்சமாக வாழ்வதற்கான அடையாளங்களாகும். இருளைக் குறித்துப் பேசிக்கொண்டிருப்பதால் இருள் அகலாது, ஒரு சிறிய விளக்கை ஏற்றினாலே இருள் விலகத் தொடங்கும். அதுபோல உலகத்தின் தீமைகளைக் குறை கூறுவதோடு நிற்காமல், நமது நற்செயல்களால் மாற்றத்தை ஏற்படுத்துவோம்.

2. வெளிச்சம் வழிகாட்டுகிறது (1 கொரிந்தியர் 11:1)

"நான் கிறிஸ்துவைப் பின்பற்றுகிறதுபோல, நீங்களும் என்னைப் பின்பற்றுகிறவர்களாயிருங்கள்" என்று பவுலடியார் கூறுகிறார். கிறிஸ்தவ வாழ்வு மற்றவர்களுக்கு வழிகாட்டும் வாழ்வாக இருக்க வேண்டும். நமது வார்த்தைகளைக் காட்டிலும் நமது செயல்களே பிறருக்கு வலிமையான சாட்சியாக அமைகின்றன. பெற்றோர் தங்கள் பிள்ளைகளுக்கு முன்மாதிரியாகவும், ஊழியர்கள் சபைக்கு முன்மாதிரியாகவும், விசுவாசிகள் சமூகத்திற்கு முன்மாதிரியாகவும் வாழ வேண்டும். நேர்மை, மன்னிப்பு, தாழ்மை, அன்பு ஆகியவற்றில் கிறிஸ்துவைப் பின்பற்றும்போது, நம்மைப் பார்க்கிறவர்கள் கிறிஸ்துவின் வழியை அறிந்துகொள்வார்கள். நாம் காட்டும் வழி நம்மை நோக்கி மக்களை இழுப்பதற்காக அல்ல, இயேசுவை நோக்கி அவர்களை வழிநடத்துவதற்காக இருக்க வேண்டும்.

3. வெளிச்சம் வாழ்வளிக்கிறது (யோவான் 1:9)

"உலகத்தில் வந்து எந்த மனுஷனையும் பிரகாசிப்பிக்கிற ஒளியே அந்த மெய்யான ஒளி" என்று யோவான் இயேசு கிறிஸ்துவைக் குறிப்பிடுகிறார். இயேசுவே உண்மையான வெளிச்சம். அவருடைய வெளிச்சம் மனிதர்களுக்கு நம்பிக்கையையும் புதிய வாழ்வையும் அளிக்கிறது. நம்பிக்கையிழந்தவர்களுக்கு நம்பிக்கை அளிப்பதும், தனிமையில் இருப்பவர்களுக்கு துணையாக நிற்பதும், பசியோடு இருப்பவர்களுக்கு

உணவு கொடுப்பதும், துன்பப்படுகிறவர்களோடு துன்பத்தில் பங்குகொள்வதும் வாழ்வளிக்கும் வெளிச்சத்தின் செயல்களாகும். நம்முடைய சிறிய அன்பான செயலும் ஒருவருடைய வாழ்க்கையில் பெரிய மாற்றத்தை ஏற்படுத்தலாம். ஆகவே, நமது வாழ்வின் மூலம் கிறிஸ்துவின் அன்பையும் இரக்கத்தையும் பிறர் அனுபவிக்கும்படி செய்வோம்.

அன்பானவர்களே, இயேசு நம்மை உலகத்திற்கு வெளிச்சமாக இருக்கும்படி அழைக்கிறார். நம்முடைய வெளிச்சம் இருளை அகற்ற வேண்டும், பிறருக்கு சரியான வழியைக் காட்ட வேண்டும், நம்பிக்கையற்றவர்களுக்கு புதிய வாழ்வளிக்க வேண்டும். மத்தேயு 5:16-ல் இயேசு கூறுவதுபோல, நமது நற்செயல்களைக் கண்டு மக்கள் பரலோகப் பிதாவை மகிமைப்படுத்த வேண்டும். எனவே, நாம் இருக்கும் குடும்பத்திலும், பணியிடத்திலும், சபையிலும், சமூகத்திலும் கிறிஸ்துவின் வெளிச்சத்தைப் பிரதிபலிப்போம். நாம் வெளிச்சத்தின் பிள்ளைகளாக வாழ்ந்து, நம்மைப் பார்ப்பவர்கள் இயேசுவைக் காணும்படி செய்வோம். ஆமென்.

மனிதர்களை தேடிய மாமனிதர்கள்

பில்லி பிரே (1794-1868)

மகிழ்ச்சி புறப்படட்டும்

ஒருமுறை ஹமிக்ஸ் என்ற இடத்தில் இருந்த ஒரு தேவாலயத்தில் போதகர் ஒருவர் செய்தியளித்துக் கொண்டிருந்தார், அவர் ஜனங்களைப் பார்த்து ஒரு கேள்வியைக் கேட்டார் யாராவது எழுந்து நின்று, தேவன் என் சகல பாவங்களையும் மன்னித்து என்னைச் சுத்திகரித்துவிட்டார் என்று கூறமுடியுமா? இச்செய்தியைக் கேட்டுக்கொண்டிருந்த பில்லி, இதயத்தில் மிகவும் குத்தப்பட்டார். நான் பரிபூரணமாகச் சுத்திகரிக்கப்பட்டேன் என்று என்னால் கூறமுடியாதா? தன்னுள்ளே கேள்விக் கணைகளைத் தொடுத்தார். பின்னர் மிகவும் தீர்க்கமான குரலில் போதகரைப் பார்த்து நான் பரிபூரணமாகச் சுத்திகரிக்கப்பட்டேன் என்று கூறினார். இப்பதிலைக் கூறியபின் சொல்லி முடியாத சந்தோஷத்தினால் அவர் நிறைந்து தேவனை துதித்துக் கொண்டே தன் வீட்டிற்குச் சென்றார்.

அன்றுமுதல் ஒவ்வொரு நொடியும் ஆண்டவருக்குள் பரிசுத்தமாக வாழ ஆரம்பித்தார். மக்களால் பிரசங்கி என்று அழைக்கப்பட்டார். எப்பொழுதும் சந்தோஷத்தினால் நிரம்பி நடனமாடும் வழக்கமுடையவர். தன்னுடைய சந்தோஷமான நடனத்திற்கான காரணங்களையும் தன் நண்பர்களிடம் கூறினார். நான் துக்கப்பட முடியாத அளவிற்கு தேவன் என்னை சந்தோஷப்படுத்திவிட்டார். எவ்விதச் சந்தேகமில்லாமல் நான் குதித்து ஆடிப்பாடுகிறேன். என் பாதங்களை யாரும் கீழே பிடித்து வைக்க முடியாது. அப்படி யாராவது என் பாதங்களை வெட்டிவிட்டாலும் அவை மீண்டுமாக வளர்ந்து விடும். உண்மையிலேயே தான் பெற்ற சந்தோஷத்தை செயலில் காட்டியவர் இவர். ஆடம்பரமான வாழ்வு வாழாமல் மிகவும் எளிய வாழ்வையே மேற்கொண்டார். தன்னைக் காணவரும் அனைவரையும் சிரிக்கவைத்து அனுப்புவது இவருக்கு கை வந்த கலை. ஒருநாள் பில்லி, வியாதிப்பட்டிருந்தபோது மரித்துவிடுவார் என்று மருத்துவர் கூறிவிட்டார். பில்லி அவரிடம் ஆண்டவருக்கு ஸ்தோத்திரம். நான் சீக்கிரம் பரலோகத்திலிருப்பேன். அங்கு உங்களைப் பற்றி கூறுவேன். நீங்களும் அங்கு வந்து சேருங்கள் என்று நகைச்சுவையுடன் கூறிய இவர் அநேகரைக் கிறிஸ்துவுக்குள் ஆதாயப்படுத்தினார்.

அன்பரே! உம்மால் பிறர் மகிழ்ச்சியைப் பெறுகின்றார்களா?

வாழ்விலிருந்து வாழ்வுக்கு :

இறக்கும் வரை நமக்கு இன்பம் ஆத்தும ஆதாயமே -சின்சென்டார்ப்

குயவனின் சுரங்களில் :

ஆண்டவரே! நான் பிழைத்திருக்கும்போதும் இறக்கும்போதும்
உம்மிலே என்றும் மகிழ்ந்திருப்பேன்.

By Mr. Alwin

சின்ன சின்ன சிந்தனைகள்

என்ன கிடைக்கும்?

மனிதர்களில் இரண்டு வகையுண்டு.

முதல்வகை

- எந்தவொரு காரியத்தையும் செய்ய நேரிடும்போது, "இதனால் எனக்கு என்ன பலன்?" என்று சிந்திப்பவர்கள்.
- கடைந்தெடுத்த சுயநலவாதிகள்.
- பூமிக்கும் தங்களுக்கும் பாரமாக இருப்பவர்கள்.
- இந்தப் பூமி வாடகை வீட்டில் இருந்து அதன் எல்லா சுகபோகங்களையும் அனுபவித்துவிட்டு, குறைந்தபட்ச வாடகையாக நற்செயல்களையும் செய்யத் தயங்குபவர்கள்.
- மண்ணுலகமாகப் படைக்கப்பட்ட உலகை நரகமாக மாற்ற முயற்சிப்பவர்கள்.

இரண்டாம் வகை

- எந்தவொரு காரியத்தையும் செய்ய நேரிடும்போது, "இதனால் சமுதாயத்திற்கு ஏதாவது பலன் உண்டா?" என்று சிந்திப்பவர்கள்.
- இந்தப் பூமியின் வாழ்க்கைத் தரத்தை வளப்படுத்துபவர்கள்.
- கடவுள் இந்த உலகை மண்ணுலகமாகப் படைத்திருந்தாலும், அதை விண்ணுலகமாக மாற்றும் பொறுப்பு நமக்கு உண்டு என்ற பொறுப்புணர்வு கொண்டிருப்பவர்கள்.
- பிறரன்பே இந்த உலகை இயக்கும் அச்சாணி என்பதை அறிந்து வைத்திருப்பவர்கள்.
- நம் வாழ்வின் வளமையும் மகிழ்வும் நாம் பிறருக்குக் கொடுப்பதன் அளவைப் பொறுத்தது என்பதைப் புரிந்து வைத்திருப்பவர்கள்.

வங்கக்கவி தாகூர் சொன்னது:

"பிறரைப் பற்றிய அன்பு இல்லாமல் சுயநலமே வாழ்வாக வாழ்ந்து கொண்டிருப்பவர்கள் தங்களைத் தாங்களே சாப்பிடுகிற விலங்குகள்."

ஜெ மரிய அந்தோனி

திருமறை அறிவுப்போட்டி நவம்பர் 2026

ஆதியாகமம் 26-30 அதிகாரங்கள்

(சரியான விடைகள் வந்து சேர வேண்டிய கடைசி நாள் 22-11-2026)

1. யூதா என்பதன் பொருள் என்ன?
2. "நான் பாக்கியவதி, ஸ்திரீகள் என்னைப் பாக்கியவதி என்பார்கள்" என்று சொன்னவள் யார்?.
3. யாக்கோபின் கைகளிலேயும், கழுத்திலேயும் போடப்பட்ட தோல் எது?
4. தேவரீர் எனக்குத் தரும் எல்லாவற்றிலும் கர்த்தருக்கு தசமபாகம் செலுத்துவேன் என்று பொருத்தனை பண்ணினவன் யார்?
5. கேராரூர் மேய்ப்பர் தூர்த்துப்போட்ட ஈசாக்குடைய துரவுகள் எவை?
6. யாக்கோபுக்கு ராகேல் பெற்ற முதல் குமாரன் யார்?
7. "நீ என் எலும்பும் என் மாம்சமுமானவன்" - யார் யாரிடம் கூறியது?
8. லாபான் வசித்து வந்த இடம் எது?
9. "மகா பெரியவனானான் " - அவன் யார் ?
10. உன் வாசஸ்தலம் பூமியின் சாரத்தோடும் உயர வானத்திலிருந்து இறங்கும் பனியோடும் இருக்கும் என்று யாருக்கு கூறப்பட்டது?

அக்டோபர் 2026 - சரியான விடைகள்

ஆதியாகமம் 21-25 அதிகாரங்கள்

1. ஏதோம் (ஆதியாகமம் 25:30)
2. கர்த்தருடைய பர்வதத்திலே பார்த்துக் கொள்ளப்படும் (ஆதியாகமம் 22:14)
3. பாட்டி - (ஆதியாகமம் 24: 15, 24:24)
4. தேவதூதன் ஆகாரிடம் (ஆதியாகமம் 21:17-18)
5. ஈசாக்கு (ஆதியாகமம் 25: 7/18)
6. பிகோல் (ஆதியாகமம் 21:22)
7. லாபானும் பெத்துவேலும் ஆபிரகாமின் ஊழியக்காரனிடம் (ஆதியாகமம் 24:50)
8. மக்பேலா (ஆதியாகமம் 23:19)
9. கர்த்தருடைய தூதன் ஆபிரகாமிடம் (ஆதியாகமம் 22:12)
10. ஏசா (ஆதியாகமம் 25:34)

திருமறை அறிவுப்போட்டி சரியான விடை எழுதியவர்கள்

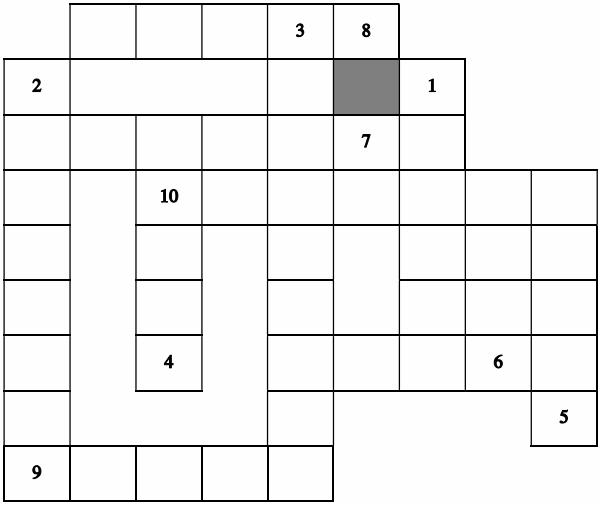
1	Mrs. மினு பெர்மின்
2	Mrs. கிளாட்சிலி பினுகுமார்
3	Mrs. பிரதீபா ராஜேஷ்
4	Mrs. ரோஸ்மின் கிருபா டார்வின்
5	Mrs. ஆன்லெட் ஜட்சன்
6	Mrs. நிஷா ஸ்டாலின்
7	Mrs. பெனிஷா சிங்
8	Mrs. ஷாலினி E
9	Mrs. ஜெப ஷாலு ஜெகன்
10	Mrs. சுஜிலா சோமு
11	Mrs. வயோலா ஸ்டாலின்
12	Mrs. ஷாலினி டீனு
13	Mrs. வெனினா ஸ்டாலின்
14	Mrs. சிந்து மேரி
15	Mrs. விஜய லதா
16	Mrs. ஷெர்லி மோள். S.R.
17	Mrs. திவ்யா ஜோஸ்
18	Mrs. மெர்லின் ஹெர்பர்ட் சுஜின்
19	Mrs. ஆட்லின் ரீனா பிரபு
20	Mrs. கிறிஸ்டில்டா செல்வின்
21	Mrs. பொம்மி ராஜன்
22	Mrs. ஷெரின் ஜெப ஜாண்
23	Mrs. ஜாஸ்மின் ஜஸ்டின்
24	Mrs. ஆஸ்லின் ஜட்சில் பெபிலி
25	Mrs. ஜேன் மிராக்கிலின் ஜிஜின்
26	Mrs. லாரா சுபின்

குறுக்கெழுத்து புதிர்

ரோமர் 9 - 12 அதிகாரங்கள்

(சரியான விடைகள் வந்து சேர வேண்டிய கடைசி நாள் 22.11.2026)

வயது : 21 வயதிற்கு மேல் உள்ளவர்கள்



மேலிருந்து கீழ்

1. யார் இரட்சிக்கப்பட வேண்டும் என்று பவுல் விரும்பினார்?
2. உண்டாக்கப்பட்ட பொருள் உண்டாக்கினவரை நோக்கி, என்னை ஏன் இப்படி உண்டாக்கினாய்? என்று சொல்லலாமா?
3. யாருடைய குறைவில் அவர்களுக்கு உதவி செய்ய வேண்டும்?

கீழிருந்து மேல்

4. "என் பிராணனையும் வாங்கத் தேடுகிறார்களே" என்று விண்ணப்பம் பண்ணினவன் யார்?
5. பாகாலுக்கு முன்பாக முழங்காற்படியிடாதவர்கள் எத்தனை பேர்?

வலமிருந்து இடம்

6. தேவனுடைய நாமம் பூமியில் எங்கும் பிரஸ்தாபமாகும்படியாக கர்த்தர் யாரை ஏற்படுத்தினார்?
7. கேள்வியினால் வருவது எது?
8. எதில் உறுதியாய் தரித்திருக்க வேண்டும்?

இடமிருந்து வலம்

9. ஈசாக்கின் மனைவி பெயர் என்ன?
10. எதில் பொறுமையாயிருக்க வேண்டும்?

(குறுக்கெழுத்து புதிர் போட்டியில் கலந்து கொள்வோர் விடைகளை கொடுக்கப்பட்டுள்ள கட்டத்திற்குள் நிரப்பி தரவும்.)

குறுக்கெழுத்து புதிர் சரியான விடைகள் (ரோமர் 6 - 8)

மேலிருந்து கீழ்		**கீழிருந்து மேல்**	
1	மரணம் (ரோ:6:9)	4	ஆவியானவர் (ரோ.8:26)
2	சிருஷ்டி (ரோ: 8:19)	5	பழைய மனுஷன் (ரோ: 6.6)
3	பவுல் (ரோ:1:1), (1:24)		
இடமிருந்து வலம்		**வலமிருந்து இடம்**	
6	நித்தியஜீவன் (ரோ: 6:22)	9	மாம்சசிந்தை(ரோ. 8:6)
7	கிருபை (ரோ: 6:14)	10	கற்பனை (ரோ. 7:12)
8	ஆவி (ரோ:8:1)		

குறுக்கெழுத்து புதிர் சரியான விடை எழுதியவர்கள்

1	Nisha Stalin	13	Pommi Rajan
2	Anlet Judson	14	Sheryl Mol
3	Gladsily Binukumar	15	Shalini Teenu
4	Rosemine Kiruba Darwin	16	Shindu Mary
5	Pradeepa Rajesh. T.	17	Sujila Somu
6	Venina Stalin	18	Vijaya Latha
7	Minu Bermin	19	Merlin Herbert Sujin
8	Benisha Singh	20	Sherin Jeba John
9	Shalini E	21	Aslin Judsil Bebili C
10	Jeba Shalu Jegan	22	Viola Stalin
11	Divya Jose	23	Jane Miracline Jijin
12	Christilda Selvin	24	Lara Subin

KIDS STORY TIME

Walk, Don't Chase

Once upon a time, there lived a little boy named Daniel who always wanted more. When he saw his friend riding a new bicycle, he wanted one too. When another friend received a beautiful toy, Daniel wanted the same toy. Even when his parents took him to the park, he kept thinking about what he would get next.

One day, Daniel went for a walk with his grandfather. Along the way, he saw beautiful flowers, colourful butterflies, and little birds singing in the trees.

"Grandpa, why are you walking so slowly?" Daniel asked. "We should hurry! There may be something better waiting for us ahead!"

His grandfather smiled and said, "Daniel, if you spend all your time running towards what you want, you may miss the beautiful things God has already given you."

Daniel stopped and looked around. For the first time, he noticed the lovely flowers, the birds singing, and the warm sunshine on his face.

A little further down the path, they saw a thirsty puppy beside a tree. Daniel quickly found some water and gave it to the puppy. The puppy wagged its tail happily.

Daniel smiled. "Grandpa, helping the puppy made me happier than getting a new toy!"

His grandfather replied, "That is because true happiness is not found in chasing more things. It is found in being thankful, loving others, and trusting God each day."

That evening, Daniel prayed, "Dear God, thank You for everything You have given me. Help me stop comparing myself with others and enjoy the blessings You give me every day. Amen."

From that day on, Daniel learned to walk through life with a thankful heart instead of always chasing the next thing.

Bible Verse: "Therefore do not worry about tomorrow." - Matthew 6:34

Moral of the Story: Don't spend your life chasing what you don't have. Be thankful for what God has given you, love others, and trust Him for tomorrow. True happiness is found in walking with God every day.

By. Rev.J.D.R.Jebastin

Streams For the soul

Wind Blows Love

"God so loved the world that He gave His only begotten Son, that whosoever believeth on Him should not perish, but have everlasting life." (John 3:16)

A farmer was excited about sharing the Gospel with others. He placed boards in his farm with the words **GOD IS LOVE**. He even placed this verse on the weathervane on the top of his barn. When asked why he had put it there, he replied, "This is just to remind myself and all others that no matter which way the wind blows, God is love."

Though circumstances look adverse and the roads are rough, our heavenly Father always cares for us, and His love is always blowing towards us.

When the south wind brings with it a soothing breeze and showers of blessings in your life, **God is love.**

When the cold north wind of trial comes upon you, **God is love.**

When the west wind breathes hard upon you with punishing intent, **God is love.**

When the east wind threatens to sweep away everything, **God is love.**

YOUTH SERMON

Love Is the Mark of Our Faith

Bible Reading: Matthew 25:31–46 **Meditation Verse:** Matthew 25:40 "Whatever you did for one of the least of these brothers and sisters of mine, you did for me."

Dear young people in Christ,

We live in a world where people often measure success by achievements, popularity, and social media followers. But Jesus teaches us that the true value of our lives is revealed through the love and kindness we show to others. Our faith is not measured by how loudly we speak about God, but by how lovingly we live for Him.

1. Kindness Reveals Our Faith

1 John 3:18 says, "Let us not love with words or speech but with actions and in truth." We may attend church, read the Bible, and pray regularly, but our faith must also be seen in our daily lives. How do we speak to our friends? How do we treat those who disagree with us? Do our words encourage others or hurt them? As young Christians, we must use our words to build others up, not tear them down. Our kindness should demonstrate that Jesus lives in us.

2. Small Acts of Kindness Make a Difference

In Matthew 25:31–46, Jesus teaches us the importance of feeding the hungry, welcoming strangers, caring for the sick, and helping those in need. These acts remind us that serving others is a way of serving Christ Himself. We can show kindness by encouraging a lonely friend, helping someone who is struggling, standing up for a person who is bullied, or listening patiently to someone who feels forgotten. We do not need great opportunities to show God's love; even a small act of kindness can bring hope to someone's life.

3. Make Kindness Our Way of Life

Following Jesus is not limited to Sunday worship. It must be reflected in our homes, schools, colleges, workplaces, friendships, and social media interactions. Let us choose forgiveness over revenge, understanding over judgment, and compassion over indifference. The world does not simply need young people who talk about Jesus; it needs young people who demonstrate His love through their actions. When we live with kindness, others can see the character of Christ in us.

Dear young people, our world does not need more religious words alone; it needs more love, compassion, and tenderness. Let us make a commitment to encourage those who are discouraged, welcome those who feel excluded, forgive those who hurt us, and help those in need. Remember, you may not be able to change the whole world in one day, but one act of kindness can change someone's day.

Let your kindness be your creed, your care be your prayer, and your love be your worship. May our lives become a living testimony of Jesus Christ. Amen!

Compiled by **Rev. Daniel Raj**

WORLD SUNDAY SCHOOL AND KANYAKUMARI DIOCESE

The first Sunday of the month of November is celebrated throughout the world as **World Sunday School Day**. The Mar Thoma, CSI and CNI Churches celebrate Sunday, 2nd November, as World Sunday School Day.

Robert Raikes (1735–1811), an English publisher, started the first Sunday School in the city of Gloucester, England, in 1780. During the early days, reading, arithmetic and the Bible were taught in Sunday Schools.

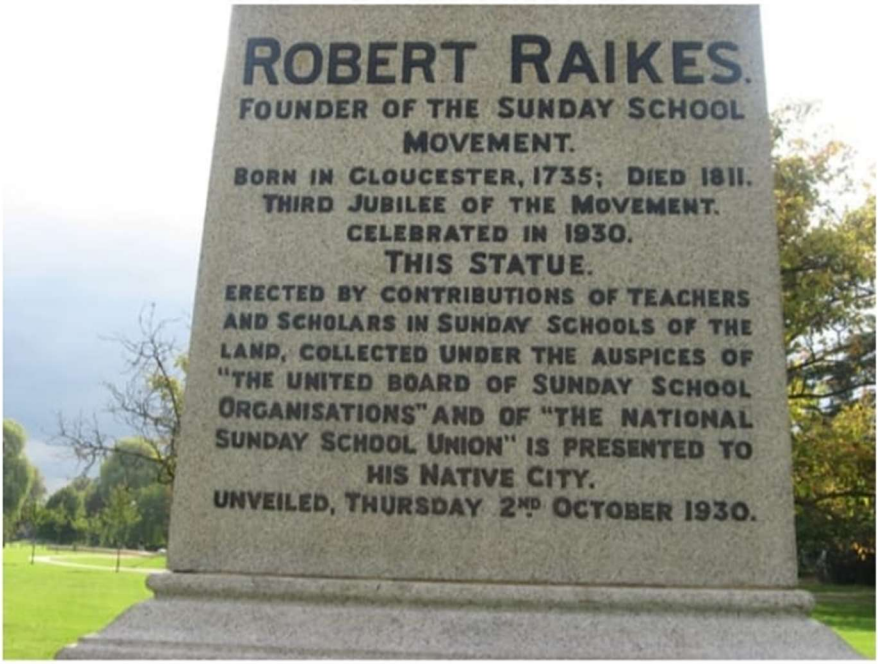
In our CSI Kanyakumari Diocese, the Department of Christian Education and Nurture serves among children towards a transfigured Church. The verse, **"Let the children come to me and do not hinder them, for the Kingdom of**

God belongs to such as these" (Mark 10:14), is the foundation and strong basis of our Sunday School ministry.

Our Sunday School children are divided into nine groups based on age. This year, **45,452 students and 7,035 teachers** are participating in our Sunday Schools. We have our own syllabus, **"Pullulla Meichal."**

At the beginning of every year, we conduct Teachers' Training Programmes for this purpose. Every year, we conduct the Bible Knowledge (B.K.) Examination on different books of the Bible for different age groups. We also conduct the Bible Quest (B.Q.) Examination and the Peter Cater Examination organised by the CSI Christian Education Department.

Every year, on **26th January**, we celebrate the Diocesan Sunday School Festival in one of our churches, where various competitions are conducted at the diocesan level.



Inscription on the tomb of Robert Raikes

What You Spare, Someone's Prayer

We often throw away what no longer serves us, forgetting that someone else may be praying for exactly what we discard. An old pair of shoes, a little of our time, a listening ear, or a kind word may seem small to us, yet they can mean the world to someone in need.

Jesus said, “Gather up the fragments that remain, that nothing be lost” (John 6:12). Even the smallest things mattered to Him.

In a world where everyone seems to want more, let us learn to value what we already have and share what we can. A coat we no longer wear may keep someone warm. A few minutes of our time may comfort a lonely heart. A gentle word may give someone the courage to face another day.

What feels worthless in your hands may become priceless in someone else's life.



இறை பிரசன்னத்தில் !

என்னை நோக்கிக் கூப்பிடு, அப்பொழுது நான் உனக்குத்தரவளித்து, நீ அறியாததும் உனக்கு எட்டாததுமான பெரிய காரியங்களை உனக்கு அறிவிப்பேன். எரேமியா 33:3

- உலக சமாதானத்திற்காக, வன்முறைகள், தீவிரவாதங்கள் ஒழிய .....
- உலகத்தில் நடக்கின்ற யுத்தங்கள் மாற ஆண்டவரிடம் மன்றாடுவோம்.
- அனுதின பிரயாணங்களை மேற்கொள்ளுவதற்காக மன்றாடுவோம்.
- உலக திருச்சபைகளுக்காகவும் இந்திய திருச்சபைகளுக்காகவும் .....
- தென்னிந்திய திருச்சபைக்காகவும் அதன் அனைத்து பேராயர்கள் மற்றும் அவர்களது திருப்பணிகளுக்காகவும் கன்னியாகுமரி மற்றும் அனைத்து பேராயத்திற்காகவும் மன்றாடுவோம்.
- நமது திருச்சபைக்காகவும் அதன் ஊழியங்களுக்காகவும் மற்றும் ஜுனியர் சர்ச், பெண்கள் சங்கம் ஆகியவற்றிற்காகவும் மன்றாடுவோம்.
- நம்முடைய திருச்சபைக்கு வந்து கொண்டிருக்கும் சகோதரர்கள் மற்றும் சகோதரிகளுக்காக மன்றாடுவோம். குறிப்பாக அவர்கள் தங்கியிருக்கின்ற முகாம்கள் மற்றும் இடங்களில் ஆண்டவருடைய பாதுகாப்பு எப்பொழுதும் அவர்களோடு இருக்க மன்றாடுவோம்.
- கிறிஸ்துவின் அன்பை பிரதிபலிக்கும் அனைத்து ஊழியங்களுக்காக மற்றும் அருள்பணியாளர்களின் பாதுகாப்புக்காக மன்றாடுவோம்.
- இந்திய தேசத்திற்காகவும் நாம் வாழும் UAE தேசத்திற்காகவும் அதன் தலைவர்களுக்காகவும் மன்றாடுவோம்.
- திருமணமாகி புத்திர பாக்கியங்களுக்கு காத்திருப்போர்களுக்காக, கர்ப்ப ஸ்திரீகளுக்காக மன்றாடுவோம்.
- கடன் மற்றும் குடும்ப பிரச்சினைகள் பாதிக்கப்பட்டோருக்காக .....
- பலதரப்பட்ட பலவீனங்களால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்காக .....
- முதிர் வயதினரின் பாதுகாப்பிற்காக அவருடைய சுகத்திற்காக .....
- புதிய வேலைவாய்ப்புகளை எதிர்நோக்கி காத்திருப்பவர்களுக்காக .....
- வேலைகளில் உயர்வை எதிர்பார்த்து இருப்பவர்களுக்காக ...
- உலகத்தில் நடைபெறும் அநீதி நிறைந்த செயல்கள் மாற அவருடைய சமூகத்தில் மன்றாடுவோம்.
- நம்முடைய திருச்சபையில் நடைபெற இருக்கும் கிறிஸ்து பிறப்பு கேரல் மற்றும் கிறிஸ்து பிறப்பு சிறப்பு நிகழ்வுகள் ஆயத்தங்களுக்காகவும் ஜெபிப்போம்.
- இப்புதிய மாதத்தில் கர்த்தருடைய வழி நடத்துதலுக்காக இறைவனிடம் வேண்டுவோம்.

சிறுவர் பகுதி...

COLOUR THE PICTURE

(Age 3-9 years)



CHILDREN'S QUIZ CORNER

Genesis: Chapters 25-30

(Age 10-18 years)

1.Why did Isaac lie that Rebecca was his sister?

A. He feared the Philistines would take her from him by forces
B. He feared the Philistine king would envy him because of her.
C. He feared the Philistines would kill him and take her

2. What name did Isaac give to the third well his servant's dug?

A. Beersheba
B. Sitnah
C. Rehoboth

3. Apart from the food prepared with meat, what else did Jacob give Isaac to consume?

A. Bread
B. Milk
C. Wine

4. Why was it a grieve of mind to Isaac and Jacob when Esau married Hittite women? It is because .....

A. the Hittites hated and were envious of Isaac.
B. the Hittite women did not respect them.
C. they did not want their children to marry from the inhabitants of the land where they were.

5. Who prepared the food Jacob took to Isaac?

A. A servant
B. Jacob himself
C. Rebecca

6. Jacob called the place where he slept and dreamt by the name .....

A. Bethel
B. Rehoboth
C. Luz

7. At the time Jacob left to go to his uncle, Isaac and his household were living in .....

A. Beersheba
B. Haran
C. Padanaram

8. Leah's first son was called .....

A. Reuben
B. Judah
C. Simeon

9. What is the meaning of the name Joseph?

A. Adding
B. Multitude
C. Another son

10. What is the meaning of the name Issachar?

A. Contentment
B. a hire
C. a price

Children's Quiz Corner - October 2026 Answers

Genesis: Chapters 21-24

1	A. 100
2	B. 5
3	B. 400 shekels of silver
4	A. Kirjatharba
5	C. She told Abraham he should do what is right in his eyes
6	A. The wilderness of Beersheba
7	A. Wept over her
8	C. In the field
9	A. The wilderness of Beersheba
10	B. Hittites

சிறுவர் பகுதி போட்டியில் பங்கேற்றோர்

Childrens Quiz Corner

1	B. Timothy Bermin	11	Jafflin
2	Aafreen B. Baron	12	Jefflin
3	Aashi B Buena	13	Johan Sujin
4	K. Jovan Fedrick	14	Joshan Sujin
5	K. Ferona Katie	15	Arshit H
6	Johan Judson	16	Remiro R.P
7	Dallin Bryant	17	D. Dorathy
8	S. Bertina	18	Ziyola Linzia
9	Jefna John	19	Stebin Linto
10	Berniha Stalin	20	Shiona Binara

Coloring

1	Chris Bermin	11	Ellen Deborah
2	S. Bertina Stalin	12	Erin Deborah
3	R.P. Evalyn Reeba	13	S. Serafina
4	Jaran Judson	14	Jaffrin Heyra
5	C. Jaffrin Hannah	15	V.M.Nynika
6	R.P. Samuel Raj	16	V.M.Arika
7	J.S. Kaariga Jeshal	17	Andrew Dishaan
8	Bertina. J.B.		
9	D.J. David Gamaliel		
10	Remijo R.P		

மருத்துவப்பகுதி

பக்கவாதத்தைத் தடுக்க முடியுமா?

மூளைக்குச் செல்லும் ரத்தக் குழாயில் ரத்தம் உறைந்தாலோ அல்லது அந்த ரத்தக் குழாய்களிலிருந்து ரத்தம் கசிந்தாலோ பக்கவாதம் ஏற்படும். மூளையின் வலது பக்கத்தில் இந்தப் பாதிப்பு ஏற்பட்டால், உடலின் இடது பகுதி செயலிழந்து போகும். மூளையின் இடது பகுதியில் பாதிப்பு ஏற்பட்டால், வலது பகுதி செயலிழக்கும். உரிய நேரத்துக்குள் சிகிச்சை அளித்தால் மட்டுமே பக்கவாதப் பாதிப்புகளை முழுமையாகக் குணப்படுத்த முடியும். எனவே உடனடிச் சிகிச்சை அவசியம்.

காரணங்கள்

உயர் ரத்த அழுத்தம், நீரிழிவு, ரத்தத்தில் கொழுப்பு அதிகமாக இருத்தல், இதயம் வலிமை இழத்தல், இதயம் சீராக இயங்காமல் விட்டுவிட்டுத் துடிப்பது மற்றும் உடல் பருமன் போன்ற பிரச்சினைகள் உள்ளவர்களுக்குப் பக்கவாதம் தாக்கும் அபாயம் உண்டு. ஹார்மோன் சிகிச்சை பெறுவோருக்கும் இது தாக்கக்கூடும். புகைப்பிடிப்பவர்கள், மற்றவரின் புகையைச் சுவாசிக்க நேர்பவர்கள், அளவுக்கு அதிகமாக மது அருந்துபவர்கள் மற்றும் உடல் உழைப்பின்றி இருப்பவர்களுக்கும் பக்கவாதம் தாக்கும் அபாயம் இருக்கிறது. சிறிய அளவில் பக்கவாதம் (mini stroke) வந்தவர்களுக்கு, மீண்டும் பெரிய அளவில் பக்கவாதம் வர வாய்ப்பு உள்ளது.

அறிகுறிகள்

- திடீரென்று முகம், கை, கால்கள் ஒரு பக்கம் வலிமை இழத்தல், மரத்துப்போதல் அல்லது செயலிழத்தல்.
- கண் பார்வையில் திடீரென்று மாற்றம் ஏற்படுதல், பார்வை மங்குதல், இரட்டைப் பார்வை, கண் பார்வை செயலிழத்தல்.
- திடீரென்று வாய் குளறுதல், மனக்குழப்பம், மற்றவர்களைப் புரிந்துகொள்ளாத நிலை.
- நடை தள்ளாடுதல், மயக்கம், எந்தக் காரணமும் இன்றி தாங்க முடியாத தலைவலி, வாந்தி ஏற்படுதல்.

சிகிச்சை முறைகள்

பக்கவாதத்தின் பாதிப்பு ஏற்பட்டு நிரந்தரமாக முடங்கிப் போவதைத் தவிர்க்க சிகிச்சையை உடனடியாகத் தொடங்க வேண்டும். எனவே, பாதிக்கப்படுபவர்கள் இதன் அறிகுறிகளை உடனே அடையாளம் காண்பதும் அவசியம். மூளையில் ஏற்படும் ரத்தக் கட்டியினால் 80 சதவிகித பக்கவாதமும், மூளை ரத்தக்குழாயில் ஏற்படும் ரத்தக் கசிவினால் 20 சதவிகித பக்கவாதமும் ஏற்படும்.

பக்கவாதம் வந்தவுடனே முதலில் ரத்த அழுத்தம், ரத்தத்தில் உள்ள சர்க்கரையின் அளவு, ஈ.சி.ஜி, போன்ற அடிப்படை பரிசோதனைகளைச் செய்வார்கள். மிகவும் முக்கியமான பரிசோதனை, மூளை ஸ்கேன். இதன் மூலம் ஒருவருக்கு "மூளையில் ரத்த ஓட்டம் குறைந்து உள்ளதா" அல்லது "ரத்தக்கசிவு ஏற்பட்டு உள்ளதா" என்று உறுதியாகக் கண்டறிய முடியும்.

அண்மைக் கால உயரிய சிகிச்சை முறைகளின் மூலம் பக்கவாதப் பாதிப்பைக் குறைத்து, பழைய நிலைக்கே மீண்டு வரமுடியும். இதற்கு வேண்டியது இரண்டு. **ஒன்று:** பக்க வாதத்தின் அறிகுறிகளை உடனே தெரிந்துகொள்ளுதல். **இரண்டு:** மிக விரைவில் பக்கவாதத்திற்கான சிகிச்சையை ஆரம்பித்தல். பக்கவாதம் ஆரம்பித்த நான்கு முதல் ஐந்து மணி நேரத்திற்குள் சிகிச்சை பெற்றால் நல்ல பலன் கிடைக்கும். அதனால்தான் இந்த நேரம் 'பொன்னான நேரம்' (கோல்டன் ஹவர்) எனப்படுகிறது. உரிய நேரத்தில் சிகிச்சை பெறவில்லை என்றால், செயலிழந்த உடல் பகுதியைப் பழைய நிலைக்குக் கொண்டு வருவது சிரமம்.

இரத்தக்கட்டிகளைக் கரைத்தல்

மூளை இரத்தக்குழாய்களில் இரத்தக் கட்டியினால் ஏற்பட்ட அடைப்பை ஊசி மூலம் மருந்தைச் செலுத்திக் கரைப்பார்கள். தடைப்பட்ட இரத்த ஓட்டத்தை இதன் மூலம் சீர் செய்து பழைய நிலைக்கே கொண்டு வரமுடியும். இதைப் பக்கவாதம் ஆரம்பித்த 4 - 5 மணி நேரத்திற்கு உள்ளேயே தொடங்க வேண்டும்.

இரத்தக் கட்டிகளை அகற்றுதல்

இரத்தக் கட்டிகள் சற்று பெரிதாக இருந்தால், இப்படி மருத்தின் மூலம் கரைக்க இயலாது. அப்படிப்பட்ட சூழலில், பாதிக்கப்பட்ட இரத்தக்குழாயில் சிறு குழாயை நுழைத்து இரத்தக் கட்டியை நீக்கிவிடுவார்கள்.

இத்துடன் கூடுதலாக பிசியோதெரபி சிகிச்சையும் கொடுக்க வேண்டும். பழையபடி இயல்பாகப் பேசுவதற்காகப் பேச்சுப் பயிற்சி சிகிச்சையும் (Speech therapy) கொடுக்க வேண்டும். செய்யும் வேலை அல்லது தொழிலைப் பழையபடி இயல்பாகச் செய்வதற்கு ஏதுவாக அதற்கான சிறப்புச் சிகிச்சையும் (Occupational therapy) கொடுக்க வேண்டும்.

தடுக்கும் முறைகள்

- நீரிழிவு, உயர் ரத்த அழுத்தம், மிகை கொழுப்பு ஆகிய பிரச்சினைகள் இருந்தால், முறையாக மருந்துகளை எடுத்துக் கொண்டு அவற்றைக் கட்டுக்குள் வைத்திருங்கள்.
- புகைப்பதையும், மது அருந்துவதையும் நிறுத்தவும்.
- ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறையைப் பின்பற்றுங்கள். சமச்சீர் உணவு சாப்பிடுங்கள்.
- வழக்கமான நடைப்பயிற்சி, யோகா ஆகிய உடற்பயிற்சிகள் உங்களை ஆரோக்கியமாக வைத்திருந்து, பிற்கால அபாயங்களான இதய தாக்குதலையும், பக்கவாத நோய்களையும் தடுக்கும்.

திருமதி. சபிதா அருண்குமார்



சிறுவர் பகுதி...

COLOUR THE PICTURE

(Age 3-9 years)



Winner

D.Andrew Dishaan



2026 ஆராதனை ஒழுங்குகள்

இடம்: Hall No. 10 - Union Church

ஞாயிறு ஆராதனை
ஒவ்வொரு ஞாயிற்றுக்கிழமையும்
காலை 6:30 மணி

தாய நற்கருணை ஆராதனை
மாதத்தின் முதலாம் ஞாயிற்றுக்கிழமை
காலை 6:30 மணி

உபவாச ஜெபக் கூடுகை
மாதத்தின் இரண்டாவது ஞாயிற்றுக்கிழமை
காலை 11:00 மணி

வீட்டு ஜெபக் கூடுகை
மாதத்தின் மூன்றாவது ஞாயிற்றுக்கிழமை
இரவு 7:00 மணி

துதி ஆராதனை
மாதத்தின் நான்காம் ஞாயிற்றுக்கிழமை
காலை 6:30 மணி

பாடல் ஆராதனை
மாதத்தின் ஐந்தாம் ஞாயிற்றுக்கிழமை
காலை 6:30 மணி

திருமறைப் பள்ளி வகுப்பு
ஒவ்வொரு ஞாயிற்றுக்கிழமையும்
காலை 7:00 மணி

பெண்கள் ஐக்கிய சங்கம்
இரண்டு மற்றும் நான்காம்
ஞாயிற்றுக்கிழமை காலை 7:45 மணி

பாடகர் குழு பயிற்சி
ஒவ்வொரு ஞாயிற்றுக்கிழமை
காலை 9:00 மணி

ஜெப கூடுகை
ஒவ்வொரு புதன்கிழமையும்
இரவு 8:00 மணி

SHARJAH TAMIL CONGREGATION (CSI KANYAKUMARI DIOCESE)

P.O. BOX : 36378, Sharjah, U.A.E. TEL. : 06-5680727, Mobile : 050-936 7576