

அடைக்கல அன்னை சபைத் தலைமையகம்

அரண்வாயல் குப்பம்,

திருவள்ளூர் மாவட்டம் - 602 025

சுற்று மடல் எண்: 65

நாள் : 05.05.2020

என் பாசத்திற்குரிய அருட்சகோதரிகளே!

நெஞ்சம் நிறைந்து உங்களை அன்போடு வாழ்த்துகிறேன்!

இது ஒரு முடிவற்ற நீண்ட தொடர் பயணம் போல் தெரிகிறது.

நிச்சயமற்ற சூழல்கள், அச்சம் தரும் செய்திகள்

நம்மை சஞ்சலமடையச் செய்கின்றன.

ஒரு விதத்தில் நாம் கையறு நிலையில் இருக்கிறோம்.

எல்லாம் செய்ய முடியும் என்று நினைத்த

நம் தலைமுறையை ஒன்றும் செய்ய முடியாதவர்களாக

மாற்றி உள்ளது இன்றைய சூழல்.

ஒரு விதத்தில் இச்சூழலிலிருந்து காப்பாற்றப்பட

அற்புதங்களையும் அதிசயங்களையும்

நம் பருப்பொருளுக்கு அப்பாற்பட்ட இறைசக்தியையும்

பிரபஞ்ச பேராற்றலையும் நம்புவதையும்

அந்தப் பேராற்றலுக்குள் நம்மை ஒப்படைப்பதையும் தவிர

வேறு ஒன்றும் செய்ய இயலாது.

எனவே அமைதியோடு ஆண்டவருக்குள் நாம் சரணடைவோம்.

தேவையற்ற கலக்கம் குழப்பம் நமக்கு இப்போது அவசியமற்றது.

மிதமிஞ்சிய எதிர்பார்ப்புக்களே கவலைக்குக் காரணம் ஆகிறது.

நடப்பதை நடப்பது போல் ஏற்றுக் கொண்டால்

துன்பமும் துயரமும் இருக்காது.

அடித்துச் செல்லும் ஆற்றின் வெள்ளத்திற்கு எதிர் நீச்சல் போட இயலுமா?

ஒரு வேளை மரத்தின் வேர்களோ விழுதுகளோ

நம்மைக் காப்பாற்ற கடவுளால் அங்கு நியமிக்கப்பட்டிருக்கலாம்.

நம்பிக்கையோடும் நிதானத்தோடும் நிர்சலனமான

உள்ளத்தோடும் நடப்பவைகளை எதிர்கொள்வோம்.

இதை விடுத்து இந்தக் காலக்கட்டத்திலும்

அவசியமற்ற உட்பூசல்களில் ஈடுபட்டுக் கொண்டிருப்பது

மிகுந்த வருத்தம் தருகிறது.

நாம் உட்கார்ந்திருக்கும் கிளையை

நாமே வெட்டிக் கொண்டிருக்கும் அறிவிலிகளுக்கு

நம்மை ஒப்பிடுவதைத் தவிர வேறு என்ன செய்ய இயலும்?

நம் கலக்கம் தீர கடவுளை சரணடைவோம்.

நம் அருகாமையில் இருப்பவரின் செயல்கள்

நம்மை சங்கடப்படுத்தினால் சற்று தூரம் தள்ளி நடக்கப் பழகுவோம்.

நாம் பேசுவதால் கலகம் விழைய வாய்ப்புள்ளது எனில்

பேசுவதை தவிர்த்து விடவேண்டியதுதானே.

நாம் பொறுமையாக இருக்கப் பாடம் கற்றுக் கொள்வதற்காகவே

மூன்றாம் முறை Lock Down அறிவிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

இருந்தும் நாம் பொறுமையைப் பயிற்சி செய்யத் தவறுவது ஏன்?

நம்மில் பலர் ஓடும் பேருந்தில் ஓடிக்கொண்டிருக்கிறோம்.

என்ன ஓடிக் களைத்தாலும் பேருந்து எப்போது போய்ச் சேருமோ

அப்போது தான் ஊர் போய்ச் சேர்வோம் என்பதை மறந்து விட வேண்டாம்.

அவசியமற்ற அனைத்தையும் தவிர்ப்போம்.

மனதைச் சஞ்சலப்படுத்தும் எல்லாவற்றையும் விலக்குவோம்.

ஆண்டவர் மட்டுமே நம் குறிக்கோளாய் இருக்கட்டும்.

மனம் மாசற்றதாகவும், ஆண்டவரில் ஊன்றி இருப்பதாகவும்

சுயநலம் அற்றதாகவும் மாணுட சமுதாயக் கரிசனை கொண்டதாகவும்

சிறுமதி தவிர்த்ததாகவும் பெருந்தன்மையும் பேருண்மையும்

கொண்டதாகவும் இருக்கக் கவனத்தோடு பரிசீலனை செய்வோம்.

இந்த உள்ளிருப்பு காலம் இதற்குப் பயன்பட்டும்.

இந்தக் காலத்தைத் தவறவிட்டால் நம்மைப் பக்குவப்படுத்த

வேறு எப்போதும் வாய்ப்புக் கிடைக்காது என்பதை மறந்துவிட வேண்டாம்.

ஆண்டவரின் அருள் நம் ஒவ்வொருவரோடும் இருந்து

நாம் மேற்கொண்ட இந்த துறவற அர்ப்பணத்தை

சீரிய முறையில் வாழ்வாக்க வழிநடத்துவதாக!

நம் எல்லோரையும் ஆண்டவர் பாதத்தில் ஒப்படைத்து

சரணடைவதில் பேராணந்தம் கொள்கிறேன்.

எல்லோரும் நலமோடு வாழ்க!

சகோதரிகளின் அன்பான கவனத்திற்கு

மீண்டும் Lock down அறிவிக்கப்பட்டுள்ளபடியால் அந்த வாய்ப்பைப் பயன்படுத்தி ஆண்டு தியானத்திற்கு ஏற்பாடு செய்கிறோம்.

- இந்த ஆண்டு ஏற்கனவே தீர்மானித்தது போல் **Franciscan Retreat** – க்கு ஏற்பாடு செய்கிறோம்.
- உங்கள் மாநிலத் தலைமைச் சகோதரிகள் உங்கள் இல்லத்தைத் தொடர்பு கொண்டு தியானம் செய்பவர்களின் பட்டியலைக் கேட்டிருப்பார்கள்.
- முடிந்த வரை கல்விப்பணி, மருத்துவ/ சமூகப்பணிகளில் நேரடி ஈடுபாட்டில் உள்ள அனைவரும் இந்த தியானத்தில் கலந்து கொள்வது நல்லது. ஓய்வு பெற்ற சகோதரிகள் மற்றும் பின்னர் தியானம் செய்து கொள்ள வாய்ப்பு உள்ளவர்கள் இல்லத்தின் தேவைகளைக் கவனித்துக் கொள்ளுங்கள். மற்றவர்கள் தியானத்தில் கலந்து கொள்வார்கள்.
- தியானம் மே 7 காலை 7 மணிக்கு ஆரம்பமாகும். மே 14 மாலை 4.30 மணிக்கு நிறைவுறும்.
- தியானம் செய்பவர்கள் இணைந்து ஒரு கால அட்டவணையைத் தயாரித்துக் கொள்ளுங்கள்.
- கூடிய வரையில் தனித்த அமைதிக்கும் செபத்திற்கும் நேரம் ஒதுக்குங்கள். காலை மாலை திருப்புகழ்மாலைக்கும் செபமாலைக்கும் குழுமத்தோடு இணைந்து கொள்ளுங்கள்.
- தியானம் தொடங்கும் அன்று காலை 7 மணிக்கு இல்லத்தில் தியானம் செய்யும் அனைவரும் ஒரு அறையில் அல்லது ஆலயத்தில் ஒன்று கூடுங்கள். அன்று மட்டும் சபைத் தலைமை அன்னை தொடக்க உரை நிகழ்த்துவார். ஒவ்வொரு நாளும் காலை 9.30 to 10.30, மாலை 3.30 to 4.30 ஆகிய நேரங்களில் 2 talk ஏற்பாடு செய்யப்பட்டுள்ளது.
- எல்லா உரைகளும் நேரடி link மூலம் உங்களுக்கு அனுப்பப்படும். உங்கள் இல்லத்தில் தியானம் செய்பவர்களின் பட்டியல் மற்றும் தியானத் தொடர்பாளர் ஒருவரை நியமித்து அவரது Whatsapp number – ஐ உங்கள் மாநிலத் தலைமைச் சகோதரிகளுக்கு உடனடியாக அனுப்பி வைப்பீர்கள்.
- முடிந்தவரை Computer - இல் Link – ஐ தொடர்புபடுத்தி அனைவரும் ஒரு அறையில் அல்லது கோவிலில் தனித்தனியாக (சமூக இடைவெளியை மனதில் கொண்டு) அமர்ந்து உரைகளைக் கவனித்துக் கேளுங்கள். ஒரு வேளை Laptop or Computer – இல் network இல்லாத இடங்களில் உங்கள் Mobile - ஐப் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம். இதனை உங்கள் இல்லத்தின் வசதிக் கேற்ப முடிவு செய்து கொள்ளுங்கள். தியானத் தொடர்பாளருக்கு மட்டும் Link அனுப்பப்படும் என்பதைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.
- தியானத்திற்கு அனைவரும் 'ஊற்று' புத்தகத்தைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். ஒவ்வொரு நாளும் அதில் உள்ள ஒரு பத்தி உங்களின் தனிப்பட்ட தியானத்திற்காக அருட்தந்தையால் பரிந்துரைக்கப்படும். தியானத்தின் வழிகாட்டி Rev.Fr. Antony Raj OCD அவர்கள். தியான Talk உடைய hard copy – யும் உங்கள் தொடர்பாளர்களுக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும். நீங்கள் அதனை உங்கள் Mobile - இல் பெற்றுக் கொண்டு படித்து தியானத்திற்குப் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

தீயானத் தொடர்பாளர்கள் கவனிக்க :

- உங்களுடைய Whatsapp – க்கு Link அனுப்பப்படும். நீங்கள் அதை உங்கள் Computer – க்கு அனுப்பி Computer மூலம் உரையை செவிமெடுக்க ஏற்பாடு செய்யுங்கள். இது சாத்தியமாகாத சூழலில் உங்கள் Mobile Phone – ஐப் பயன்படுத்தலாம். Print Materials உங்கள் Whatsapp – க்குத் தான் அனுப்பப்படும். நீங்கள் அதனை உங்கள் இல்லத்தில் தீயானம் செய்யும் அனைவருக்கும் கிடைக்கும்படிப் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். Print எடுத்துக் கொடுக்க இயலா விட்டால் தீயானம் செய்யும் சகோதரிகளின் Mobile –க்கு அனுப்பிவிடுங்கள். அவர்கள் படித்து தீயானிக்க வசதியாக இருக்கும். ஒவ்வொரு **talk** க்குக்கும் தனித்தனி Link அனுப்பப்படும். எனவே கவனத்தோடு இருங்கள். இதில் ஏதாவது சந்தேகம் ஏற்பட்டால் Mr. Appu Raj 8695455555 என்ற எண்ணைத் தொடர்பு கொண்டு தெளிவு பெறுங்கள்.
- நம்முடைய சுய பொறுப்புணர்வுக்கு வாய்ப்பாக அமையும் இந்த தீயானத்தை அதிசிரத்தையோடு ஆழ்ந்த அமைதியில் செய்து இறையனுபவம் பெறுங்கள். அமைதியே நம்மை நாம் சந்திப்பதற்கான ஒரே வழி. அனைத்திலும் நிறைவை அடைய முயலுவோம். அதுவே நம்மை நிறை நிலை மாந்தராக்கும்.
- நம் சகோதரிகள் தனிவரத்தை வாழ்வாக்கும் சிரத்தையோடு Covid 19 பாதிப்பு காலத்தில் பணியாற்றியிருக்கிறார்கள். அதிகம் பாராட்டுகிறேன். அதன் அறிக்கை தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது. விரைவில் உங்களுக்கு அனுப்பப்படும்.

உங்கள் ஒவ்வொருவரையும் ஆண்டவர் பாதுகாத்தலும்

அடைக்கல அன்னைமீன் பாதுகாப்பிலும் ஒப்படைத்து

அனைத்தும் நலமாக நடைபெற அன்போடு வாழ்த்துகிறேன்.

மனப்பூர்வமாக ஆசீர் அருள்கிறேன்!

அக ஒளிப்பயணத்தில் தோழமையுடன்

Sr. Maria Guliani FBS

சபைத் தலைமை அன்னை