அன்னையோடு மகிழ...
மகிழ்ச்சிநிறை மறையுண்மை

முன்னுரை

அனைத்து புனிதர்களாலும் பரிந்துரைக்கப்பட்ட சிறப்பான, ஒப்புயர்வற்ற செபம் “ஜெபமாலை.” திருத்தந்தை புனித இரண்டாம் ஜான்பால் தனது ‘ரோசரியும் வெர்ஜினிஸ் மரியா’ என்ற சுற்றுமடலில் ஜெபமாலையின் முக்கியத்துவத்தையும் அதன் மகத்துவத்தையும் மிக அழகாக இவ்வுலகிற்கு எடுத்துக்கூறினார்.

இயேசுவின் பிறப்பிலும், அவரது வளர்ச்சியிலும் அவரின் பெற்றோர்களின் பங்கு மிகவும் இன்றியமையாத ஒன்று. மகிழ்ச்சி நிறை மறையுண்மைகளில் நாம் தியானிப்பதும் இவற்றைதான்.

- கன்னிமரியா ‘ஆம்’ என்று சொன்னது அவரின் கீழ்படிதலைக் குறிக்கிறது.
- எலிசபெத்தம்மாளை சந்தித்தது ‘உதவும் மனப்பான்மையைக்’ குறிக்கிறது.
- இயேசுவின் பிறப்பு ‘மகிழ்ச்சியை’ குறிக்கிறது.
- இயேசுவைக் கோவிலில் கொடுத்தது ‘அர்ப்பணத்தைக்’ குறிக்கிறது.
- இயேசுவைக் கோவிலில் கண்டுபிடித்தது ‘பாசத்தைக்’ குறிக்கிறது

இவ்வாறு மகிழ்ச்சிநிறை மறையுண்மைகளை நாம் தியானிக்கும் போது பல்வேறு குணாதிசயங்களை கற்றுக்கொள்ளலாம். நாமும் இந்த ஜெபமாலை வழிபாட்டில் பங்குபெறும் போது இக்குணாதிசயங்கள் நம்முள் வளர பக்தியுடன் பங்குபெறுவோம். அன்னையின் இறையாசீரைப் பெறுவோம்.

மரியன்னைப் பாடல்:

நம்பிக்கை அறிக்கை,

1 விண்ணுலகில்...,

3 அருள்நிறை...,

தந்தைக்கும்...

மகிழ்ச்சிநிறை மறையுண்மைகள்

1. **கபிரியேல் தூதர் மரியாளுக்கு மங்கள வார்த்தை சொன்னதை தியானிப்போமாக…**

கடவுளின் தூதர் அன்னை மரியாவிடம் இயேசுவின் பிறப்பை அறிவித்த போது அதை ‘ஆம்’ என்று ஏற்றுக் கொண்டதைப் போல நாமும் நமது அன்றாட வாழ்வில் கடவுள் நமக்கு தரும் அழைப்பை முழுமனதோடு ‘ஆம்’ என்று ஏற்றுக்கொண்டு வாழ முயற்சி செய்வோம்.

2. **அன்னை மரியாள் எலிசபெத்தை சந்தித்தை தியானிப்போமாக…**

பல தடைகளையும் தாண்டி, மிகவும் தேவையில் இருக்கும் எலிசபெத்துக்கு உதவி செய்ய விரைந்து சென்ற நம் அன்னை மரியாவை போல, நாமும் நம்மைவிட அதிக தேவையில், உதவிக்காக ஏங்கும் நம் அயலாருக்கு உதவி செய்ய நம் வாழ்வில் முயற்சி செய்வோம்.

3. **இயேசுவின் பிறப்பை தியானிப்போமாக…**

இறைமகன் இயேசு தன் உன்னத நிலையில் இருந்து இறங்கி, பாவிகளாகிய நம்மை மீட்க, ஏழையாக பிறந்து, தன்னையே தாழ்த்திக் கொண்டார். அதுபோல, நாமும் நமது உயர் பதவிகள், உயர்ந்தோர், செல்வர் போன்ற நிலையில் இருந்து இறங்கி, தாழ்ச்சி என்னும் உன்னத குணத்தோடு வாழ முயற்சி செய்வோம்.

4. **இயேசு கோவிலில் காணிக்கையாக ஒப்புக்கொடுக்கப்பட்டதை தியானிப்போமாக…**

அன்னை மரியாவும், யோசேப்பும், குழந்தை இயேசுவை கோவிலில் கடவுளுக்கு காணிக்கையாக அர்ப்பணித்ததை போல, நாமும் நம் வாழ்வை இறைவனுக்கு அர்ப்பணித்து அவருக்கு உகந்த வாழ்க்கை வாழ முயற்சி செய்வோம்.

5. **காணாமல் போன இயேசுவை கோவிலில் கண்டெடுத்ததை தியானிப்போமாக…**

அன்னை மரியாவும், யோசேப்பும் காணாமல் போன இயேசுவை தேடி கண்டடைந்ததைப் போல, நாமும் நம் வாழ்வில் இறைவனையே நிலையான சொந்தமென்பதை உணர்ந்து, அவரை தேடி பற்றிக்கொள்ள முயலுவோம்.

கிருபைதயாபத்துக்கு ஜெபம்...

மரியன்னை பாடல்...

தந்தை, மகன், தூய ஆவியின்...

குறிப்பு:

- முதல் பத்து மணியில் பாடப்புத்தகங்களை மாதாவுக்கு அர்ப்பணித்து படிக்கின்ற சிறுவர், சிறுமியர் மற்றும் படிக்கும் இளைஞர்களுக்காக ஜெபிக்கலாம்.
- இரண்டாம் பத்து மணியில் உழைக்கும் கருவிகளை அர்ப்பணித்து தொழிலாளர்கள், விவசாயம் மற்றும் மழைக்காக ஜெபிக்கலாம்.
- மூன்றாம் பத்து மணியில் தொலைதொடர்பு சாதனங்கள் (செல்போன், இன்டர்நெட் மோடம்) இவற்றை அர்ப்பணித்து இவைகளை நாம் பயனுள்ள முறையில் நல்லவகையில் பயன்படுத்த ஜெபிக்கலாம்.
- நான்காம் பத்து மணியில் வாகனத்தின் சாவிகளை அர்ப்பணித்து நாம் பாதுகாப்பான பயணம் செய்ய, சாலை விபத்துகளில் இருந்து நம்மை பாதுகாக்க ஜெபிக்கலாம்.
- இந்த பத்து மணியில் நமக்கு அன்றாடம் தேவைப்படும் பொருட்கள் (உடை, உணவுப்பொருட்கள் போன்றவைகள்) அர்ப்பணித்து ஏழை எளிய, வறுமையில் வாடும் மக்களுக்காக ஜெபிக்கலாம்.

துயர்நிறை மறையுண்மைகள்
ஆறுதல் தரும் அன்னை...

முன்னுரை:

துன்பம் மனித வாழ்வில் இன்றியமையாத ஒன்று. நாணயத்தின் இரு பக்கங்களைப் போன்று இன்பம், துன்பம் இரண்டும் மனித வாழ்வின் இரு பக்கங்கள். துன்பமில்லாத மனிதன் யார்? இதற்கு இறைவனின் மைந்தனும் விதிவிலக்கல்ல.

ஆம், புனித வியாழன் முதல் பெரிய வெள்ளி வரை நடந்த நிகழ்வுகளே இதற்கு தக்க சான்று. நம் பாவங்களுக்காக, நம்மை மீட்பதற்க்காக யாதொரு தவறும், குற்றமும் செய்யாத இறைமகன் இயேசு சவுக்கடிகள்பட்டு, முள்முடி தரித்து, பாரமான சிலுவையை சுமந்து சென்று கல்வாரி மலையில் தன் உயிர் துறந்து நம்மை பாவத்தின் பிடியில் இருந்து மீட்டார்.

இயேசுவின் பிறப்பு முதல் இறப்பு வரை அவர் உடன் பயணப்பட்டவர்களில் மிகவும் முக்கியமானவர், முதன்மையானவர் அவரின் இன்ப, துன்பம் என இரண்டிலும் முழுமையாக பங்கெடுத்துக்கொண்டவர் அன்னை மரியா. சீடர்கள் அனைவரும் இயேசுவை தனித்து விட்டு ஓடியபோதும், பேதுரு மறுதலித்தபோதும் இயேசுவுக்கு ஆறுதலாக பலமாக கல்வாரி வரை சென்றவர் நம் அன்னை.

துயர் நிறைமறையுண்மைகளை தியானிக்கவிருக்கும் நாம் அன்னையோடு இணைந்து இறைமகன் இயேசுவின் பாடுகளை தியானிப்போம் அதில் பங்கெடுப்போம். இறைமகன் இயேசு தனது இலட்சியத்தை அடைவதற்க்கு அவருக்கு பக்கபலமாக இருந்தவர் நம் அன்னை மரியா.

ஜெபமாலை ஜெபிக்கும் நாமும் நம்மை சுற்றியுள்ளவர்களின் துன்பத்தில் பங்கெடுக்கும் பங்காளர்களாகவும் அவர்களுக்கு ஆறுதலாகவும் இருக்கவேண்டிய வரத்தை இவ்வழிபாட்டில் வேண்டுவோம் இறையன்னை நமது துன்பவேளைகளில் பக்கபலமாக, ஆறுதலாக உடன் பயணிக்கிறார் என்பதை ஆழமாக நம்புவோம்.

மரியன்னைப்பாடல்:

நம்பிக்கை அறிக்கை,

1 விண்ணுலகில்...,

3 அருள்நிறை...,

தந்தைக்கும்...

துயர்நிறை மறையுண்மைகள்:

1. **இயேசு கெத்சமணி தோட்டத்தில் இரத்த வியர்வை சிந்தியதை தியானிப்போமாக…**

    இயேசு ஆழ்ந்த துயரத்தில் இருந்த போது அவருக்கு ஆறுதல் தேவைபட்ட போது, ஆறுதல் கூற அவரது சீடர்கள் கூட விளித்து இருக்கவில்லை. நாமும் பிறர் துயரத்தில் இருக்கும் போது அவர்களை புறக்கணிக்காமல் அவர்களுக்கு ஆறுதலாக இருக்க மன்றாடுவோம்.

2. **இயேசு கல்தூணில் கட்டுண்டு அடிக்கப்பட்டதை தியானிப்போமாக…**

    செய்யாத தவற்றிற்க்காக கல்தூணில் கட்டப்பட்டு, அடிக்கப்பட்ட இயேசுவைப்போல இன்று தவறாக தீர்ப்பிடப்பட்டு, துன்பப்படும் எல்லா மனிதர்களுக்காகவும் மன்றாடுவோம்.

3. **இயேசுவுக்கு முள்முடி சூட்டியதை தியானிப்போமாக…**

    கூரிய முட்களால் ஆன முள்முடி இயேசுவுக்கு மகுடமாக சூட்டபட்டு, அவரது சிரசை குத்தி காயப்படுத்தியதைப்போல நாமும் பல வேளைகளில் நம் முட்கள் போன்ற வார்த்தைகளால் பிறரைக் காயப்படுத்தியதை நினைத்து மனம் வருந்தி மன்னிப்பு வேண்டி இறைவனிடம் மன்றாடுவோம்.

4. **இயேசு கல்வாரிமலைக்கு சிலுவையை சுமந்து சென்றதை தியானிப்போமாக…**

    இயேசு நமக்காக, நம்மை மீட்க பாரமான சிலுவையை சுமந்து சென்றதைப் போல, நாமும் நமது அயலாரின் வாழ்வில் வரும் துன்பங்களை நமது தோலில் பகிர்ந்து கொண்டு சுமக்க வேண்டி மன்றாடுவோம்.

5. **இயேசு சிலுவையில் உயிர் துறந்ததை தியானிப்போமாக…**

    நாம் அனைவரும் வாழ இறைமகன் இயேசு தன் உயிரையே தந்தது போல, நாமும் நம்மால் முடிந்தவரை பிறரை வாழ வைக்க தேவையான உதவி புரிய வேண்டி மன்றாடுவோம்.

கிருபைதயாபத்துக்கு ஜெபம்…

அன்னை மரியாவின் மன்றாட்டு மாலை...

குறிப்பு:

பங்குபெறுபவர்கள் தங்களின் மனதில் ஓடிக்கொண்டிருக்கும் வலிதரும் மனத்துயர், அல்லது நிகழ்வு ஏதாவது சிறு காகிதத்தில் எழுதி எரிக்கலாம்.

அல்லது சமூகத்தின் மிகமோசமாகக் காணப்படும் கொடுமையான சட்டங்கள், நிகழ்வுகளை தாளில் எழுதி பிறகு மரியன்னைப்பாடல் பாடும் போது கடிதத்தை மரியன்னையின் முன் வைக்கப்பட்டிருக்கம் நெருப்பில் எரித்து விட்டு அன்னையின் பாதத்தில் இருந்து மலரை எடுத்து வரலாம்.

மரியன்னைப்பாடல்...

தந்தை, மகன், தூய ஆவியின்...

மாட்சிநிறை மறையுண்மைகள்
நம்பிக்கை மாலை...

முன்னுரை

இயேசுவின் பிறப்பு, பணிவாழ்வு மற்றும் பாடுகளின் பலனாக கிடைத்த கீரீடம் தான் இயேசுவின் உயிர்ப்பு. கிறிஸ்துவின் உயிர்ப்பையும் அதை தொடர்ந்து நடந்த நிகழ்வுகளை எடுத்துரைப்பதே மகிமை நிறை மறையுண்மைகள் அல்லது நம்பிக்கையின் மறையுண்மைகள் ஆகும். மற்ற எல்லா மறையுண்மைகளுக்கும் திறவுகோல் போன்றது தான் மகிமை நிறை மறையுண்மைகள். இறைமகன் தன் உயிரை கொடுத்ததன் உச்சம் தான் அவரது உயிர்ப்பு. நம்பிக்கை, விசுவாசம், ஆவியின் வருகை, விண்ணகபேறு, அன்னையின் மேல் பக்தி என பல பரிமானங்களை சிந்திக்க, தியானிக்க அழைக்கிறது இவ்மறையுண்மைகள். மூவொரு இறைவனின் சங்கமத்ததை இம்மறையுண்மைகளில் காணலாம்.

- அனைத்தையும் படைத்த தந்தையாம் கடவுள் தன் மகனை உயிர்த்தெழச் செய்கிறார்.
- உயிர்த்த இறைமகன் இயேசுகிறிஸ்து தந்தையிடம் சென்று அவரது வலப்புரம் அமர்கிறார்.
- இறைமகன் இயேசு நமக்கு துணையாளராக தூய ஆவியானவரை அனுப்புகிறார்.
- இயேசு விட்டுசென்ற இடத்தை தூய ஆவியானவர் நிரப்பி சீடர்களை ஆட்கொள்கிறார்.
- அன்னை மரியை விண்ணகத்திற்க்கு அழைத்துகொண்டு நமக்காக பரிந்து பேசும் விண்ணக ராக்கினியாக முடிசூட்டுகிறார்.

இவ்வாறு இயேசுவின் இறப்பிற்க்கு பின்பு நிகழ்ந்தவற்றை தொகுத்து வழங்குகிறது மற்றும் நமது நம்பிக்கையை மென்மேலும் அதிகரிக்கசெய்கிறது மகிமைநிறை மறையுண்மைகள். ஆகவே, இவ்மறையுண்மைகளை தியானிக்கவிருக்கும் நாம் நமது நம்பிக்கையை ஒருபோதும் தளர விடாமல் இருக்கவும், இறைநம்பிக்கையில் வேரூன்றி வாழ தேவையான வரத்தை இவ்வழிபாட்டில் இறைஞ்சுவோம்.

மரியன்னைப்பாடல்:

நம்பிக்கை அறிக்கை,

1 விண்ணுலகில்…,

3 அருள்நிறை…,

தந்தைக்கும்…

மகிமைநிறை மறையுண்மைகள்:

1. **இயேசு உயிர்த்தெழுந்ததை தியானிப்போமாக**

யோவான் (20:5-8)

பேதுரு கல்லறையை குனிந்து பார்த்த போது துணிகள் கிடப்பதைக் கண்டார். அவர் கல்லறைக்குள் நுழைந்து அங்குத் துணிகளையும், இயேசுவின் தலையை மூடி இருந்த துண்டையும் கண்டார். அத்துண்டு மற்றத் துணிகளோடு இல்லாமல், ஓரிடத்தில் தனியாகச் சுருட்டி வைக்கப்பட்டிருந்தது. பின்னர் மற்ற சீடரும் உள்ளே சென்று இவற்றை கண்டு நம்பினார்.

2. **இயேசு விண்ணகம் சென்றதை தியானிப்போம்**

லூக்கா (24:50-52)

பின்பு இயேசு பெத்தானியா வரை அவர்களை அழைத்து சென்று தம் கைகளை உயர்த்தி அவர்களுக்கு ஆசி வழங்கினார். அவர்களுக்கு ஆசி வழங்கி கொண்டிருந்த போதே அவர் அவர்களிடமிருந்து பிரிந்து விண்ணேற்றம் அடைந்தார். அவர்கள் அவரை வணங்கிவிட்டு பெரும் மகிழ்ச்சியோடு எருசலேம் திரும்பிச் சென்றனர்.

3. **தூய ஆவியார் அன்னை மரியாள் மேலும் சீடர்கள் மேலும் இறங்கியதை தியானிப்போமாக**

திருத்தூதர்பணிகள் (2:2-4)

திடீரென்று கொடுங்காற்று வீசுவது போன்று ஓர் இரைச்சல் வானத்திலிருந்து உண்டாகி அவர்கள் அமர்ந்திருந்த வீடு முழுவதும் ஒலித்தது. மேலும் நெருப்புப் போன்ற பிளவுள்ள நாவுகள் ஒவ்வொருவர் மேலும் வந்து அமர்ந்ததைக் கண்டார்கள். அவர்கள் அனைவரும் தூய ஆவியால் ஆட்கொள்ளப்பட்டனர்.

4. **அன்னைமரியாள் உடலோடும், ஆன்மாவோடும் விண்ணகம் சென்றதை தியானிப்போமாக**

(பனிரெண்டாம் பத்திநாதர் பிரகடனப்படுத்தப்பட்ட நம்பிக்கை கூற்று)

மரியா இறக்கும் போது புனித தோமா அவ்விடத்தில் இல்லை. அவருடைய தாமதமான வருகை மரியாளின் கல்லறையை திறக்க அவர்களை கட்டாயப்படுத்தியது. அக்குழியில் மரியாளுக்கு அணிவிக்கப்பட்ட அடக்கத் துணியைத் தவிர மற்றெதையும் அவர்கள் காணவில்லை (திரு அவையின் பாரம்பரியம்) திரு அவை, கன்னி மரியாவை பற்றி நம்பிக்கைக் கூற்றாக கற்ப்பிப்பது, மரியா தன் உலக வாழ்க்கையை முடித்தபின்பு, அவருடைய உடலும் ஆன்மாவும் விண்ணுலக மகிமைக்கு எடுத்துச்செல்லப்பட்டது.

5. **அன்னை மரியாள் விண்ணக மண்ணக அரசியாக முடிச்சூட்டப்பட்டதை தியானிப்போமாக**

சுற்றுமடல் : பனிரெண்டாம் பத்திநாதர் ‘விண்ணக அரசிக்கு’

மரியாவின் மகன் இயேசு கிறிஸ்து இஸ்ரயேல் மக்களின் அரசர், அண்ட சராசரங்களின் விண்ணக அரசர், இயேசு தான் அரசர் அவர் வழியாக மரியாள் அரசியாக, அறியப்படுகிறாள். இறை உறவின் பொருட்டும், இயேசுவின் மாபெரும் வெற்றியின் பொருட்டும், தந்தையின் உன்னத தனிமதிப்பின் பொருட்டும் மரியாள் விண்ணக, மண்ணக அரசியாக பெருமைப்படுத்தப்படுகிறாள்.

கிருபைதயாபத்துக்கு ஜெபம்…

மரியன்னைப்பாடல்…

தந்தை, மகன், தூய ஆவியின்…

குறிப்பு

- முதல் பத்துமணியில் ஒரு குழுவினர் மாதாவுக்கு மலர்களை அர்ப்பணித்து செபிக்கலாம்.
- இரண்டாம் பத்துமணியில் ஊதுபத்தி அல்லது சாம்பிராணியை பொருத்தி செபிக்கலாம்
- மூன்றாம் பத்துமணியில் எரியும் மெழுகுதிரியை அர்ப்பணித்து செபிக்கலாம்.
- நான்காம் பத்துமணியில் மலர்மாலை செய்து சமர்ப்பிக்கலாம்.
- ஐந்தாம் பத்துமணியில் கீரீடம் செய்து சமர்ப்பிக்கலாம்.

ஒளியின் மறையுண்மைகள்

நம் வழியின் ஒளி - அன்னை

முன்னுரை

ஒளியின் மறையுண்மைகளை நமக்கு தொகுத்து வழங்கியவர் திருத்தந்தை புனித இரண்டாம் ஜான்பால் ஆவார்.

ஒளியின் தேவரகசியங்கள் இயேசு எப்படிப்பட்டவர், அவரது இறை மற்றும் மனித இயல்புகளை நமக்கு எடுத்துரைக்கிறது. இயேசுவே உலகின் ஒளி. இருளை அகற்றி இவ்வுலகிற்கு ஒளியை கொண்டு வந்தவர் நம் இறைமகன் இயேசு. "**நானே உலகின் ஒளி.** யோவான் 9:5" இயேசுவே நமக்கு உண்மையான மீட்பு. மகிழ்ச்சிநிறை மறையுண்மைகளுக்கும், துக்க நிறை மறையுண்மைகளுக்கும் இடையே உள்ள இயேசுவின் பணிகளையும், அவரின் செயல்பாடுகளையும் நமக்கு வெளிச்சமிட்டு காட்டுகின்றன

ஒளியின் தேவரகசியங்கள். தூய ஆவியின் வருகை, இயேசுவின் இறையியல்பின் வெளிப்பாடு, பணி வாழ்வின் துவக்கம், உருமாற்றம் மற்றும் நற்கருணையை ஏற்படுத்துதல் என இயேசுவின் மூன்று வருட அனுபவங்களை மிக அழகாக நமக்கு வெளிச்சமிட்டு காட்டுகின்றன ஒளியின் தேவரகசியங்கள். இயேசு நம்மில் ஒருவர். அவர் நூறு சதவிகிதம் மனிதர். இயேசு இறைமகன் அவர் நூறு சதவிகிதம் இறைவன் என்ற உண்மையையும் அவரே நமக்கு மீட்பு அளிக்கும் ஒளி என்ற உண்மையையும் நமக்கு எடுத்துசொல்கிறது இந்த ஒளியின் மறையுண்மைகள்.

இயேசுவை முழுமையாக விசுவசித்து அவரை பின்பற்றும் ஒவ்வொருவரும் ஒளிர்வர். அவ்வகையில் சுடர்விட்டு எரியும் சுடர்ஒளியாக திகழ்பவர் நம் அன்னை மரியா. எனவே ஒளியின் மறையுண்மைகளை தியானிக்கவிருக்கும் நாமும் பிறர் வாழிவில் ஒளிரும் சூரியனாக இருக்கமுடியாவிட்டாலும் கூட ஒரு சிறு அகல்விளக்காக ஒளிர தேவையான வரம் வேண்டி இந்த ஜெபமாலை வழிபாட்டில் பக்தியுடன் மன்றாடுவோம்.

மரியன்னைப் பாடல்:

நம்பிக்கை அறிக்கை,

1 விண்ணுலகில்…,

3 அருள்நிறை…,

தந்தைக்கும்…

ஒளியின் நிறை மறையுண்மைகள்

1. **இயேசு யோர்தான் நதியில் திருமுழுக்கு பெற்றதை தியானிப்போமாக...**

    இந்த பத்துமணியை ஏழை எளியோர், ஆதரவற்றோர், கைம்பெண்கள் மற்றும் துன்புறும் அனைவருக்காகவும் செபிப்போம்.

    இந்த பத்துமணியில், ஒவ்வொரு மணியையும் ஜெபிக்கும் போது, ஒரு விளக்கு வீதம் பத்து அகல் விளக்குகளை பத்து நபர்கள் அன்னை மரியின் சுரூபம் முன் சென்று வைக்கவும்

2. **கானாவூர் திருமணத்தில் இயேசு தண்ணீரை திராட்சைரசமாக மாற்றியதை தியானிப்போமாக...**

    இந்த பத்துமணியில் நம் திரு அவைத் தலைவர்கள், நாட்டுத் தலைவர்கள் மற்றும் உலக தலைவர்கள் விளக்கு திரியைப் போல் தியாக உணர்வோடு தங்களையே கரைத்து மக்களுக்காக உழைக்கவும் அவர்கள் வாழ்வில் ஒளியாக மாறவும் தேவையான அருளை வேண்டி ஜெபிக்கவும்.

    இந்த பத்துமணியில் ஒவ்வொரு மணியை ஜெபிக்கும் போதும் ஒரு திரி விகிதம் பத்து விளக்குகளுக்குள் திரியை பத்து நபர்கள் சென்று வைக்கவும்

3. **இயேசு இறையரசை குறித்து அறிவித்ததை தியானிப்போமாக...**

    இந்த பத்துமணியில் நம் இளையோர்கள் நாட்டின், சமூகத்தின் வளர்ச்சிக்காக தங்களையே அர்பணித்து வாழ வேண்டி ஜெபிக்கவும்

    இந்த பத்துமணியில் ஒவ்வொரு மணியையும் செபிக்கும் போது 10 விளக்குகளுக்கு தேவையான எண்ணெயை விளக்குக்கு ஒருவராக பத்து விளக்குகளுக்கு தேவையான எண்ணெய்யை ஊற்றவும்

4. **இயேசு தாபோர் மலையில் உருமாறியதை தியானிப்போமாக...**

    இந்த பத்துமணியில் பள்ளி பயிலும் குழந்தைகள் ஒளிசுடரைப்போல் தங்கள் அறிவில், ஞானத்தில் உயர தேவையான வரம் வேண்டி ஜெபிக்கலாம்.

    இந்த பத்துமணியில் ஒவ்வொரு மணியையும் செபிக்கும் போதும் மணிக்கு ஒருவராக பத்து நபர்கள் சென்று ஒளியேற்ற வேண்டும்.

5. **இயேசு திவ்ய நற்கருணையை ஏற்ப்படுத்தியதை தியானிப்போமாக...**

இதில் நம் அனைவரின் தனிப்பட்ட கருத்துக்களுக்காக செபிக்கலாம்.

இந்த பத்து மணியில் அனைவரும் தங்கள் கைகளில் உள்ள மெழுகு திரிகளை ஏற்றிக்கொண்டு சேர்ந்து செபிக்கலாம்.

கிருபைதயாபத்துக்கு ஜெபம்...

மரியன்னைப்பாடல்...

தந்தை, மகன், தூய ஆவியின்...