



லியான் எனும் சிறுவன், எதற்கும் அமைப்பட்ட வணிகரின் குசுவையில் இருந்து, கடுமையான வாடிக்கையை அனுபவிக்க குவண்டி இருந்தான். அந்த வணிகர் சேல்வம் கோண்டவர் என்றும், தனது குளிர்குரிய நடப்பால் இந்த மண்டலத்தில் அறியப்பட்டவர் என்றும் மக்களுக்கு மதிப்பைப் பயத்தைப் பேற்றவர்.

லியான் சிறியவனாக இருந்த சூபாது பணக்கார வணிகரின் குடும்பத்திற்குள் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டான். அவரது பேற்குறார்கள் கடனுக்கு உள்ளானதால், அவருடைய குசுவையின் ஃலம் தங்கள் கடனை தீர்க்க அவணவாக வாய்ப்பு பேற்றனர். லியாவின் நாட்கள் பல கடமைகள் நிறைந்திருந்தன. அவர் சுத்தம் சேய்தார், நீர் எடுத்துவந்தார் மற்றும் சேய்யக் குகட்ட அனைத்தையும் சேய்தார், எப்போதும் கண்காணிப்பாளர்களின் கடுமையான பார்வையின் கீழ் இருந்தான்.

கடுமையான சுறுஷ்நிலைகள் இருந்தசூபாதிலும், லியான் ஒரு அமைதியான நம்பிக்கையை வைத்திருந்தார் – ஒரு நாள் அவர் தனது அமைத்தனத்திலிருந்து தப்பித்துவிடுவார். அவரது ஆன்மா உடைக்கப்படவில்லை, சூமலும் மிகவும் கனமான பணிகளைச் சேய்ம்கூபாது அவரது முத்திசாலித்தனமும் கருணைப் பிரகாசித்தன.

ஒரு மனிதன் இன்னோருவரை ஒரு உடைமை அல்லது ஒரு போருளைப் சூபால் அவர்கள் சோந்தமாக வைத்திருப்பது சூபால் நடத்தும்சூபாது, ;சோந்தமானவர்; என்ற நிலையில் உள்ள நபர் சிக்கிக் கோண்ட உணர்வை அனுபவிக்க வாய்ப்புள்ளது. இதனுடன், அவர்களுக்கு முடமையான சுதந்திரம் இல்லாமை, எந்த வேளிச்சமும் இல்லாமல் இருளில் சிக்கித் தவிப்பது சூபான்ற உணர்வும் இருக்கலாம். படிய ஏற்பாட்டின் யாத்திராகம முத்தகத்தில் எகிப்தில் இஸ்ரகுவலர்கள் இப்பெத்தான் உணர்ந்தார்கள் என்று நான் உறுதியாக நம்முகிருன். ஆனால் கடகூள் அவர்களைப் பற்றி மற்றதுவிடவில்லை. உண்மையில், இஸ்ரகுவலர்கள் கடகூளின் மக்கள். அவர் அவர்களின் கடகூள்.

இஸ்ரகுவலர்கள் மீது கடகூள் அக்கறை கோண்டுருந்தார். அவர்கள் அமைகளாக இருப்பது அவருக்குப் பிடுக்கவில்லை. அவர்கள் சுதந்திரமாக இருக்க எகிப்திலிருந்து அவர்களை மீட்டுக்கோள்ள அவர் விரும்பினார்! அனைத்து மனிதர்களைப் சூபாலகுவ, இஸ்ரகுவலர்களும் சுதந்திரமாக இருக்க குவண்டும் என்பதற்காககுவ கடகூள் அவர்களைப் படைத்தார்.

கீஜிபுழூடு

‘என்னைப் பின்பற்றுகிறவன் ஒருசூபாதும் இருளில் நடக்கமாட்டான்’ என்று இசுயசு சோன்னதன் அர்த்தத்தைப் முறிந்துகோள்ள இது மிகவும் அருமையான மற்றும் குவடுக்கையான சேயலாகும்.

லிளையாட்டு உங்களுக்குத் குதவையானவை

- இரண்டு கண்ஃகெள்
- பல்குவறு வவெங்கள் மற்றும் அளகுகளில் அட்டைப் பேட்கெள்
- பிளாஸ்கெ் வாளிகள்
- தாடிவான நாற்காலிகள்

லிளையாடுவது எப்படி

- குடிந்தைகள் குடவை இரண்டு அணிகளாகப் பிரிக்கும்.
- அனைத்து பேட்கெளைப் நாற்காலிகளைப் ஒரு மாதிரியான இரண்டு சுகார்ஸ்களில் அடுக்கி வைக்கும் – இவை போறிகள் என்று அழைக்கப்படுகின்றன.
- ஒவ்வோரு அணியிலிருந்தும் ஒருவரின் கண்களைக் கட்டி, அவர்களின் குட உறுப்பினர்கள் தங்கள் நண்பரை போறிகள் வடியாகும் சுற்றிப் வடிநடத்தச் சேய்ய குவண்டும்.
- எந்த வீரரும் தற்சேயலாக ஒரு போறியைத் தோட்டால், அவர்கள் பத்து எண்ணிக்கைக்கு நிறுத்த குவண்டும்.
- ஒரு வீரர் இறுதியாக போறிகளின் முனைவை அடைம் சூபாது, அவர்கள் கண்களைக் கட்டி தோடக்கத்திற்குத் திரும்பி ஒருவார்கள், சூமலும் அவர்களின் மற்றோரு அணியினர் தங்கள் முறையை எடுத்து வடிநடத்தப்படுவார்கள்.
- வேற்றி பேறும் அணிதான் அதன் அனைத்து உறுப்பினர்களைப் முதலில் போறிகள் வடியாக அழைத்துச் சேல்லும் அணி.
- குடிந்தைகள் தங்கள் நண்பர்களுக்கு வடிமுறைகளை அழைப்பதன் ஃலம் வடிகாட்ட உதகுகிறார்கள்.

அகுதசூபால், நாம் இசுயசுகுவாடு நடக்கும்சூபாது, இருளைப் பற்றி பயப்படக்கூடாது, ஏனென்றால் அவர், ஒளி, தாகும் உங்களைப் என்னைப் வடிநடத்துகிறார், வடிநடத்துகிறார், சூமலும் பாதுகாப்பிற்காககும் வடிநடத்துகிறார்.

கீழ்க்கண்ட துறை மற்றும் கட்டிடம்

- 'என்னுடைய இந்த சிறிய ஒளி'
லுடிசைகளை - லிசனர் கிட்ஸ்
வாவின // லுடிசைகளை. உடனடியாக? எ = உடனடியாகவா? எ
- 'உங்கள் ஒளி பிரகாசிக்கட்டும்'
லுடிசைகளை - லிசனர் கிட்ஸ்
வாவின // லுடிசைகளை. லுடிசைகளை. உடனடியாக? எ = உடனடியாகவா? எ

சேவல்பாடு

உங்களுக்குத் துவையானது

- ஒளிரும் குச்சிகள் மற்றும் டார்ச்சைல்கள்/டார்ச்சுகள்
- காகிதப் பைகள் அல்லது சூகாப்பைகள்

ஒவ்வொரு முறைமும், குடிநீரைக் கொண்டு ஒரு பையில் இருந்து ஒளி வளங்களில் ஒன்றைத் குதர்ந்தேடுத்து, இருள் நிறைந்த உலகில் இருக்கக் குடிநீரைக் கொண்டு பிரகாசமாக பிரகாசிக்கும் ஒளியைப் சூபா நாம் எவ்வாறு இருக்க முடும் என்பதைப் பற்றிப் பகிர்ந்து கொள்ளச் சொல்லுங்கள். குடிநீரைக் கொண்டு பகிர்ந்து கொள்ளும்சூபா, அவர்கள் ஒளிரும் குச்சியை உடைக்கலாம் அல்லது ஒளிரும் குச்சியை இயக்கலாம். பின்னர், அனைத்து ஒளிரும் குச்சிகளும் பற்றவைக்கப்படும் வரை, அவர்கள் அதை ஒரு காகிதப் பை அல்லது சூகாப்பையில் வைக்கலாம். விளக்குகளை அனைத்து, அவர்கள் பகிர்ந்து கொண்ட ஒவ்வொரு சூபாசனம் எவ்வாறு பேரீய தாக்கத்தை ஏற்படுத்தி இருளை விரட்ட முடும் என்பதை வலியுறுத்துங்கள்.

சுந்தித்துப் குபங்கள்

நவீன அமைத்தனம்
மற்றும் மனித கடத்தல் என்றால் என்ன?

அமைத்தனம் என்பது ஒரு நபர் மற்றோரு நபராலும் மற்றோரு நபருக்காகவும் சுவலை சேய்ய கட்டாயப்படுத்தப்படுவது. அவர்கள் தங்கள் சுவலைக்கு மிகக் குறைவாகவா அல்லது எதுவும் சேலுத்தப்படாமலா, அந்த நபர் என்ன சேய்யச் சொல்கிறாரோ அதைச் சேய்கிறார்கள். அமைத்தனத்தை மனித கடத்தலை அனுபவிக்கும் மக்களுக்கு வேளிகுற சுதந்திரம் இல்லை. அவர்கள் மிகவும் கருணை காட்டாதவர்களால் தங்கி சுவலை சேய்ய வைக்கப்படுகிறார்கள்.

பேரும்பாலும், அவர்களை சுவலை சேய்ய வைப்பவர்களால் அவர்கள் ஏமாற்றப்பட்டு சிக்க வைக்கப்படுகிறார்கள். அவர்கள் அந்த நபருக்குச் சொந்தமானவர்கள் என்று உணர வைக்கப்படுகிறார்கள், சூமலும் அவர்கள் வாங்கும் விற்கும் சூமாசமான வடிகளில் பயன்படுத்தும் சுவலையே ஒரு போருளாகவும் சோத்தின் ஒரு பகுதியாகவும் நடத்தப்படுகிறார்கள். அமைத்தனம் உலகங்களிலும் உள்ள கிட்டத்தட்ட அனைத்து சுவல்களிலும் தவறாகக் கருதப்படுகிறது, ஏனெனில் அது ஒரு நபரின் அபேபடை மனித உரிமையான சுதந்திரத்தைப் பறிக்கிறது.

உலகம் முழுவதும், கிட்டத்தட்ட 50 மில்லியன் மக்கள் அமைத்தனத்தில் வாழ்கிறார்கள் என்றும், அவர்களில் பலர் உங்கள் வயதுடைய குடிநீரைக் கொண்டும் மதிப்பிடப்பட்டுள்ளது. அமைக்களாக நடத்தப்படும் இந்த குடிநீரைகளில் சிலர் நாம் விளையாடும் போம்மைகளை உருவாக்குபவர்கள் நாம் அணிம காலனிகள், நாம் பயன்படுத்தும் தோலைகுபசிகள் அல்லது நாம் சாப்பிடும் சாக்குலட் சூபான்றவற்றை உருவாக்குபவர்களாக இருக்கலாம். குடிநீரைக் சுவலை சேய்ய கட்டாயப்படுத்தப்படுவதால், அவர்கள் அதிக சூநரம் பள்ளிக்குச் சேல்வதில்லை.

சூகள்வி நம்மைச் சுற்றிள்ளவர்களுக்கு, குறிப்பாக அமைத்தனம் மற்றும் மனித கடத்தல் சுறுதிநிலைகளில் ஈடுபடும் ஆண்கள், பேண்கள், சிறுவர்கள் மற்றும் சிறுமிகளுக்கு நாம் எப்பெ ஒரு வேளச்சமாக இருக்க முடும்?

சேயல்பாடு உண்மையா அல்லது தவறா?

ஒவ்வோரு ஜற்றைப் படுத்து அது உண்மையா அல்லது போய்யா என்பதை முகை சேய்பங்கள்.

ஆறீஞ்சு	சுரு	துகறு
இசுயச தன்னை ;உலகின் ஒளி; என்று அழைத்தார்.		
குடிந்தைகள் ஆளுகை-யால் மிகவும் பாதிக்கப்படக்ஜெயவர்களாக இருக்கலாம்.		
யாரும் பார்க்காதபெ நம் ஒளியை மறைக்க சுவண்டும், ஏனென்றால் அவர்கள் அதை விரும்பாமல் இருக்கலாம்.		
நல்ல சேயல்களைச் சேய்வதன் %லம் நம் ஒளியைப் பிரகாசிக்க சுவண்டும்.		
பிரார்த்தனை சேய்வதன் %லமும், அமைத்தனம் மற்றும் மனித கடத்தல் பற்றிப் சூபசுவதன் %லமும், இது அதிகமான குடிந்தைகள் இந்த வகையான சுவற்றிந்தலைகளில் ஈடுபடுவதைத் தடுக்க உதகும்.		

‘சரியா அல்லது போய்யா?’ சேயல்பாடு இதிலிருந்து பேறப்பட்டது [ராவலிள//தடிலைவோந்தடிசநேலவநயஉாபே.உடிஅ/கசநநெநள/](#)

கைவினை விருப்பங்கள்

ஒளி விளக்கு

ஒரு காகித சூகாப்பையின் வேளிப்புறத்தில் துளைகளை உருவாக்கி, பின்னர் உள்ளுள் ஒரு பளபளப்பான குச்சி அல்லது சூபட்டரி மேடகுவர்த்தியை வைப்பதன் %லம் ஒரு சூகாப்பை விளக்கு ஒன்றை உருவாக்ககும்.

காகித சூகாப்பை விளக்குகள் குளர்கால சங்கிராந்திக்கான னுஜலு விளக்குகள் - சிறிய கைகளுக்கான சிறிய தோட்கள்

ராவலிள//டவைவடநெளகெடிசடவைவடநாயனேள.உடிஅ/ங்ரஉம-யனே-நயளல-யிநச-உரி-டரஅையேசநள/

லாண்டர்ன் விளக்குகள்

ராவலிள//கடயஅநஉசநயவளைநமனைள.டெடிபளிடவ.உடிஅ/2013/07/

டபாவ-டக-றடிசடன-டயவேநசே-உசயகவாவஅட



முகைரை

இசுயச எப்பெ ஒளியாக இருக்கிறார் என்பதைப், மற்றவர்களை இருளிலிருந்து அவரிடத்திலும் அவருடைய ஒளியினிடத்திலும் எப்பெ வடிநடத்த விரும்புகிருறாம் என்பதைப் சிந்திக்கும்சூபாது, நாம் ஒரு நம்பிக்கையின் விளக்கைப் சூபான்றவர்கள். சூயாவான்*812 ஜறுகிறது ‘இசுயச மீண்டும் மக்களிடம் சூபசியசூபாது, “நான் உலகத்திற்கு ஒளி. என்னைப் பின்பற்றுகிறவன் ஒருசூபாதும் இருளில் நடக்கமாட்டான், ஃவ ஒளியைப் பேறுவான்” என்று ஜறினார்.



சூகளுள் ச்சமுழகு இருள்குள்!

சூயாவான் 0812

நாம் எங்கிருந்தாலும் கடகூளின் ஒளியைப் பிரகாசிக்க முடும்.

விருப்பத்திற்குப் பிரார்த்தனை சேயல்பாடு

உங்களுக்குத் சூதவையானது

- உலக வரைபடம் அல்லது உலக வரைபடத்தின் படம்
- ஒரு விளக்கு, ஒளி அல்லது மேடேகுவர்த்தியின் படம்

ஒவ்வோரு குடிந்தைக்கும் ஒரு விளக்கு, ஒளி அல்லது மேடேகுவர்த்தியின் படம் கோடுங்கள்.

வரைபடத்தைப் பார்க்கும்பொழுது, உலகின் ஒரு குறிப்பிட்ட பகுதிக்காக டீபிக்கச் சோல்லங்கள், சூமலும் அந்த குறிப்பிட்ட நாடு அல்லது உலகின் ஒரு பகுதியின் மீது அவர்களின் விளக்கு, ஒளி அல்லது மேடேகுவர்த்தியை வைக்ககூம்.

மக்கள் மற்றும் சுஹஜ்நிலைகளுக்கு அவர்கள் தங்கள் கண்களைத் திறக்கும்பெம், அமைத்தனத்தைம் மனித கடத்தலைம் அனுபவிக்கும் மக்களை இருள் சுஹஜ்ந் சுஹஜ்நிலைகளிலிருந்து கடகூள் தம்முடைய ஒளிக்குக் கோண்டுவரும்பெம் கடகூளிடம் சூகட்டு, தங்கள் ஒளியைப் பிரகாசிக்க வாய்ப்புகளுக்காக டீபிக்க அவர்களை ஊக்குவிக்ககூம்.

சில சூநாங்களில் அமைத்தனத்தில் இருப்பவர்களைக் காண்புகுதா கண்டுபிடிப்புகுதா எளிதல்ல என்பதை ஒவ்வோரு குடிந்தைக்கும் நினைகூஹட்டுங்கள். ஆனால் கடகூள் அனைத்தைம் அறிந்தவர், அனைத்தைம் பார்ப்பவர் என்பதால், அவர்கள் எங்கு இருக்கிறார்கள் என்பது அவருக்குத் தேரீம். உலகின் அந்தப் பகுதியில் உங்கள் மேடேகுவர்த்தி, லாந்தர் அல்லது விளக்கை ஏற்றும்பொழுது, கடகூள் அந்த நபரை அறிந்திருக்கிறார், அவர் மீது அக்கறை கோண்டுள்ளார் என்பதை நீங்கள் நம்பலாம். நீங்கள் தோடர்ந்து பிரார்த்தனை சேய்ம்குபாது, அவர்கள் ஒரு நாள் அமைத்தனத்திலிருந்தும் மனித கடத்தலிலிருந்தும் விடுபடுவார்கள் என்பதை அறிந்து கோள்ளுங்கள்.

