CHURCH OF OUR LADY OF LOURDES

50 Ophir Road, Singapore 188690

Connect With Us

Rev Fr Michael Sitaram - Parish Priest
Rev Fr Leo Justin - Assistant Priest

www.ourladyoflourdes.sg
colol.secretariat@catholic.org.sg
+65 6294 0624
ChurchOfOurLadyOfLourdes
ladylourdes.sg

Masses and Devotions

Monday to Friday

Rosary *(Except Tues)*	11:35am
Divine Mercy *(Tues Only)*	11:35am
Mass in English	12:30pm
Mass in Tamil	7:00pm

Saturday

Rosary 4:15pm

Mass in English
5:00pm | 6:15pm | 7:30pm

Sunday

Mass in English
8:00am | 11:00am | 12:30pm

Mass in Tamil
9:30am | 6:30pm

Mass in Malayalam
3:00pm (1st Sun of the month)

Mass in Bahasa Indonesia
3:00pm (2nd Sun of the month)

**Confessions 15mins before Weekend Masses*

Public Holidays

Mass in English	9:00am
Mass in Tamil	10:00am

Adoration Room

Monday - Sunday 8am to 8pm
(Closed on Public Holidays)

Parish Office

Mon - Fri	10am to 6pm
Saturday	2pm to 8pm
Sunday	9am to 2pm

(Closed on Public Holidays)

Bookshop

Saturday 4pm to 7:30pm

1st Sunday of Lent

1st Reading	2nd Reading	Gospel
Gen 2:7-9. 3:1-7	Rom 5:12-19	Mt 4:1-11

Christ, The Second Adam

Today we celebrate Christ, the Second Adam,
who overcame temptation and sin,
and by his obedience won back the world to God.

Our readings at the start of Lent carry the themes of temptation and sin. Perhaps there is weariness in discussing these topics. After all, who enjoys speaking about the unpleasant parts of life? It is important, however, to be reminded of temptation and sin, especially when entering a penitential season such as Lent. To truly appreciate victories, successes, and accomplishments, we first need to understand where we came from and the journey we have taken. When God our Father established the Passover for the Israelites, He instructed them to celebrate it every year. He wanted to remind them that He had freed them from Egyptian slavery.

Let us also be mindful that Jesus' freeing us from sin is not only a past event. We face temptation every day and frequently fall into sin. As St Paul writes, in Romans 3:23, *"all have sinned and fall short of the glory of God"*. Thankfully, we read in Hebrews 4:15, *"For it is not as if we had a high priest who was incapable of feeling our weaknesses with us; but we have one who has been tempted in every way that we are, though he is without sin."* Even in our smallest battles, He understands and stands with us.

Therefore, as we embark on our Lenten journey in preparation for Easter, let us not despair when we face temptation or fall into sin. Each stumble is a new invitation from Jesus Christ to draw closer to Him. Each mis-step is a reminder of our inadequacies and our need to rely on God our Father, who understands our struggles. So let us call out to Him for the strength to walk righteously!

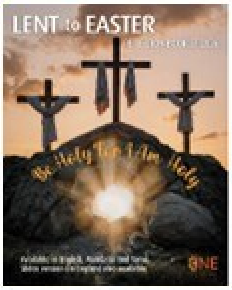
Temptations are real and constant. Which are the ones that I regularly give in to?

When I stumble or give in to temptation, what concrete steps have I taken to turn back to God our Father?

(Source: Lent to Easter Reflection Booklet 2026; ONE.ORG.SG)

Around the Parish

Around the Diocese



Lent to Easter Reflection Booklet 2026

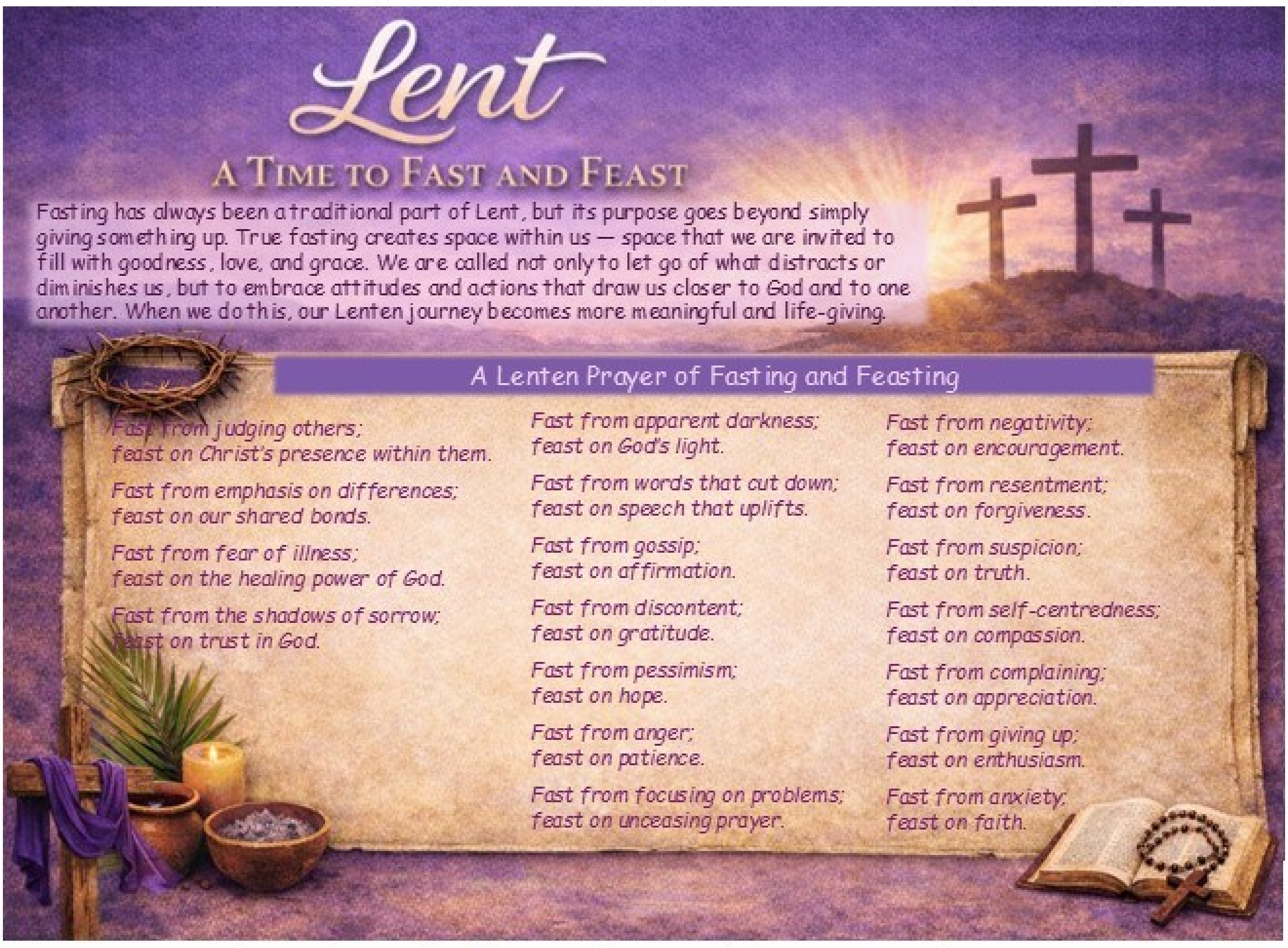
Let us prepare our hearts for Jesus' Passion and Resurrection with Scripture reflections, questions for sharing and activities to grow in faith.

Download Now

one.org.sg

The Fasting & Feasting Prayer

Lent is a time for us to grow closer to God through prayer, fasting, and giving to others. By abstaining from meat on Fridays and by making small sacrifices, we practice self-discipline and remember Jesus' sacrifice for us. His example inspires us to strengthen our faith and to rely more deeply on God.



What will you be fasting from and feasting on this Lent?

CHURCH OF OUR LADY OF LOURDES

50 ஒபியர் சாலை, சிங்கப்பூர் 188690

தொடர்புகளுக்கு:

பங்குத்தந்தை : அருட்தந்தை மைக்கேல் சீத்தாராம்
உதவித் தந்தை : அருட்தந்தை லியோ ஜஸ்டின்

www.ourladyoflourdes.sg
colol.secretariat@catholic.org.sg
+65 6294 0624
ChurchOfOurLadyOfLourdes
ladylourdes.sg

திருப்பலி & பக்தி முயற்சிகள்

திங்கள் முதல் வெள்ளி
திருச்செபமாலை 11:35am
(Except Tues)
இறை இரக்க ஜெபம் 11:35am
(Tues Only)
திருப்பலி (English) 12:30pm
திருப்பலி (தமிழ்) 7:00pm

சனி
திருச்செபமாலை 4:15pm
திருப்பலி (English)
5:00pm | 6:15pm | 7:30pm

ஞாயிறு
திருப்பலி (English)
8:00am | 11:00am | 12:30pm
திருப்பலி (தமிழ்)
9:30am | 6:30pm
திருப்பலி (மலையாளம்)
3:00pm (1st Sun of the month)
திருப்பலி (இந்தோனேசியன்)
3:00pm (2nd Sun of the month)

❖ வார இறுதி திருப்பலிகளுக்கு 15 நிமிடத்திற்கு முன் பாவசங்கீர்த்தனம் கேட்கப்படும்

பொதுவிடுமுறை நாட்கள்
திருப்பலி (English) 9:00am
திருப்பலி (தமிழ்) 10:00am

திவ்விய நற்கருணை அறை
திங்கள் - ஞாயிறு 8am to 8pm
(பொதுவிடுமுறை நாட்களில் பூட்டப்பட்டிருக்கும்)

பங்கு அலுவலகம்
திங்கள்-வெள்ளி 10am to 6pm
சனி 2pm to 8pm
ஞாயிறு 9am to 2pm
(பொதுவிடுமுறை நாட்களில் பூட்டப்பட்டிருக்கும்)

புத்தகக் கடை
சனி 4pm to 7:30pm

தவக்காலம் முதலாம் ஞாயிறு

முதல் வாசகம்	இரண்டாம் வாசகம்	நற்செய்தி
தொ.நூ 2:7-9. 3:1-7	உரோ 5:12-19	மத் 4:1-11

இரண்டாம் ஆதாம் கிறிஸ்து

இன்று நாம் தம்முடைய கீழ்ப்படிதலால் சோதனையையும் பாவத்தையும் வென்று, உலகத்தை மீட்டெடுத்த இரண்டாம் ஆதாமாகிய கிறிஸ்துவைக் கொண்டாடுகிறோம்.

தவக்காலத்தின் தொடக்கத்தில் வாசகங்கள், சோதனை மற்றும் பாவத்தின் கருப்பொருள்களைக் கொண்டுள்ளன. இவற்றைத் தியானிப்பதில் சோர்வு இருக்கலாம். இருப்பினும், குறிப்பாக தவக்காலத்தில் நுழையும்போது, சோதனை மற்றும் பாவத்தை நினைவூட்டுவது முக்கியம். வெற்றிகள் மற்றும் சாதனைகளை நினைத்து மகிழும் முன்னர், நாம் அதற்காக மேற்கொண்ட முயற்சிகள் எவை என்பதைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். நம் பிதாவாகிய கடவுள் இஸ்ரயேலர்களுக்காக பாஸ்காவை நிறுவியபோது, ஒவ்வொரு ஆண்டும் அதைக் கொண்டாடும்படி அவர்களுக்கு அறிவுறுத்தினார். காரணம், எகிப்திய அடிமைத்தனத்திலிருந்து அவர்களை விடுவித்ததை அவர்களுக்கு ஆண்டுதோறும் நினைவூட்ட விரும்பினார்.

இயேசு நம்மை பாவத்திலிருந்து விடுவித்தது கடந்த கால நிகழ்வு மட்டுமல்ல. நாம் ஒவ்வொரு நாளும் சோதனையை எதிர்கொள்கிறோம், அடிக்கடி பாவத்தில் விழுகிறோம். புனித பவுல் கூறுவது போல், "எல்லோரும் பாவம் செய்து கடவுளின் மகிமையை இழந்துவிட்டார்கள்". எபிரேயர் 4:15-ல் நாம் வாசிக்கிறோம், நம்முடைய பலவீனங்களை உணரக்கூடிய, நம்மைப் போலவே எல்லா விதத்திலும் சோதிக்கப்பட்ட ஒருவர் நமக்கு இருக்கிறார். நமது சிறிய போராட்டங்களில்கூட, அவர் துணைபுரிந்துகொண்டு நம்முடன் நிற்கிறார்.

ஆகையால், மீட்பிற்கான தயாரிப்பில், நாம் சோதனையை எதிர்கொள்ளும்போது அல்லது பாவத்தில் விழும்போது விரக்தியடைய வேண்டாம். ஒவ்வொரு தடுமாற்றமும் இயேசு கிறிஸ்துவிடம் நெருங்கி வருவதற்கான ஒரு புதிய அழைப்பாகும். ஒவ்வொரு தவறான அடியும் நமது குறைபாடுகளையும், போராட்டங்களையும் புரிந்துகொள்ளும் தந்தைக் கடவுளை நம்ப வேண்டியதன் அவசியத்தையும் நினைவூட்டுகிறது. எனவே, நம் ஆண்டவர் தரும் நம்பிக்கையில் நமது வாழ்வின் சோதனைகளை எதிர்கொள்வோம். வெற்றி காண்போம்.

(Source: Lent to Easter Reflection Booklet 2026; ONE.ORG.SG)

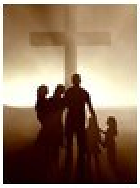
பங்கு செய்திகள்

தவக்கால நிகழ்வுகள் (தமிழ்)

வெள்ளிக்கிழமைகளில் மாலை 7 மணிக்கு சிலுவைப்பாதையும், அதனைத் தொடர்ந்து திருப்பலியும் நடைபெறும்.

இல்லங்களில் சிலுவைப்பாதை

திங்கள் முதல் வியாழன் மற்றும் சனிக்கிழமை



தவக்காலத்தில் உங்கள் வீடுகளில் சிலுவைப்பாதை நடத்த விரும்புவர்கள் உங்களது பெயர்களைப் பதிவு செய்யவும்.

புனித வெள்ளி

நாள்: 03 ஏப்ரல் 2026

சிலுவவைப்பாதை நிலைகள் காட்சியமைப்பு, புனித வெள்ளி வழிபாடுகள், இயேசுவின் இறந்த உடல் ஆசந்தி பவனி நடைபெறும்.

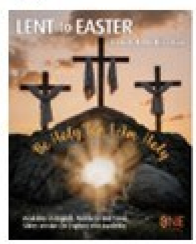
வெளிச்சிலுவைப்பாதை

நாள்: 15 மார்ச் 2026

காலை 11 மணியளவில் நமது தூய லூர்து அன்னை ஆலயத்திலிருந்து பஸ் ஒழுங்கு செய்யப்படும். அதில் பங்குகொள்ள விரும்புபவர்கள் பீட்டர் ஜூலியஸ் (9451 5319) அவர்களிடம் உங்கள் பெயர்களைப் பதிவு செய்யவும்.

தவக்கால மற்றும் உயிர்ப்புக்கால கையேடு 2026

சிங்கப்பூர் உயர் மறைமாவட்டத்தால் தயாரிக்கப்பட்ட **தவக்கால மற்றும் உயிர்ப்புக்கால கையேடு 2026** தமிழ், ஆங்கில மொழிகளில் தயாராக உள்ளது. இறைவார்த்தைப் தியானி மற்றும் மற்றும் தவக்கால செயற்பாடுகள் மூலம், இயேசுவின் பாடுகள், இறப்பு மற்றும் உயிர்த்தெழுதலுக்கு நம் இதயங்களை தயார்படுத்துவோம். இந்த QR Code-ஐ பயன்படுத்தி அதன் பிரதியைப் பெற்று, வாசித்து, தியானித்து பயன் பெறவும்.



Download Now

one.org.sg

2026-ஆம் ஆண்டிற்கான திருத்தந்தையின் தவக்காலச் செய்தி!

திருத்தந்தை இவ்வாண்டிற்கான தனது தவக்காலச் செய்தியில், **“செவிசாய்த்தல், நோன்பு: தவக்காலம் மனமாற்றத்தின் காலம்“** என்ற தலைப்பில் தனது தவக்காலச் சிந்தனைகளை வழங்கியுள்ள திருத்தந்தை, “கடவுளுடைய வார்த்தைக்கு நம் இதயங்களைத் திறக்கும்போது மனமாற்றம் தொடங்குகிறது“ என்று குறிப்பிட்டுள்ளார்.

ஏழைகளின் குரலுக்குச் செவிசாய்க்கும் கடவுள்
“விசுவாசிகள் திருவிவிலியத்திற்கும், ஏழைகள் அல்லது துயருறுவோரின் குரல்களுக்கும் கவனமுடன் செவிமடுக்க வேண்டும்” என்று திருத்தந்தை கேட்டுக்கொண்டார்.

நோன்பு என்பது இதயத்தைத் தயார்படுத்துவது
“இது கடவுளின் வார்த்தையைப் பெற இதயத்தைத் தயார்படுத்துவதற்கான ஓர் உறுதியான வழி“ என்று திருத்தந்தை விவரித்துள்ளார்.

உணவைத் தவிர்ப்பதைத் தாண்டி, விசுவாசிகள் தம் ஆழமான ஆசைகளை ஆராயவும், நீதிக்கான தாகத்தைப் புதுப்பிக்கவும் நோன்பு உதவுகிறது என்ற திருத்தந்தை, “உண்மையான நோன்பு என்பது, தற்பெருமையில் அல்ல, மாறாக, பணிவிலும் நம்பிக்கையிலும் வேரூன்ற வேண்டும்“ என்று குறிப்பிட்டுள்ளார்.