தூய ஆவியால் நிரப்பப்பட . . .
உள் மனக்காயங்கள் ஆற்றப்பட . . .
தீமையில் இருந்து விடுதலை பெற . . .
இறை இரக்க நவநாள் செபம்.
என்னிடம் வா நவநாள் செபம்.

Rev. Dr. Jose Vettiyankal VC LOCL, PhD, MA, MPhil, PhD

தூய ஆவியால் நிரப்பப்பட, உள் மனக்காயங்கள் ஆற்றப்பட, தீமையில் இருந்து விடுதலை பெற, இறை இரக்க நவநாள் செபம், என்னிடம் வா நவநாள் செபம்.

Rev. Dr. Jose Vettiyankal VC is a retreat preacher. Ever since his ordination on Jan 4th 1988 he has preached all over the world. He has also served as tribunal judge in the Archdiocese of Mylapore in Tamil Nadu and defender of Bond in the Archdiocese of Kottayam in Kerala. For a while he was Provincial Superior of the St Joseph Province of the Vincentian Congregation. At present he serves as the Director of Logos Retreat Centre, Bengaluru, India.

Logos Retreat Centre

No.29, Prakruthi township, 1st Main, P.B.4326
Babusahibpalaya, Near St. Joseph Parish Church
Bengaluru - 560113. Whatsapp: 919845039507

₹.50.00

Jan - 2019

Design by: Grace Graphix 9840602882

இந்தப் புத்தகத்தின் நோக்கம்

இயேசு கிறிஸ்துவுடன் நெருக்கமான, உறுதியான எட்டு வகையான உறவை ஏற்படுத்திக் கொள்ளவும் இயேசுவுக்குள் நிலைத்திருந்து (யோவான் 15:7) அல்லது இயேசுவோடு ஏற்கனவே நமக்கிருக்கின்ற எட்டு வகையான உறவை, 20 வகையான செபங்களையும் 5 வீட்டுப்பாடங்களையும் செய்வதின் மூலம் உறுதிபடுத்துதல். பின்வரும் எட்டு வகையான உறவுகள், மக்களின் எல்லாப் பிரச்சனைகளிலிருந்தும் தீர்வு காணவும், அனைத்து நோய்களிலிருந்தும் சுகம் பெறவும் உதவுகிறது. அனைத்திற்கும் மேலாக, அற்புதமான பெந்தகோஸ்தே அனுபவத்தைப் பெற்றுக் கொள்ளவும், திருத்தூதர் காலத்தில் அவர்களுக்கு நடந்தது போலவே, பரிசுத்த ஆவியின் கனிகளையும் வரங்களையும் அருள்கொடைகளையும் பெற்றுக் கொள்ள உதவுகிறது.

இயேசு கிறிஸ்துவோடு நமக்கிருக்கிற உறவுகள் பின்வருமாறு:

1. பின் தொடர்பவர்கள் – மத் 4:23-25
2. சீடர்கள் – லூக் 10:1
3. திருத்தூதர்கள் – மத் 10:1-2, மாற்கு 3:13-14
4. நண்பர்களும், சகோதரர்களும், சகோதரிகளும் – யோவான் 15:16 + யோவான் 20:17
5. இயேசுவின் உடன் உழைப்பாளர்கள் – 1 கொரி 3:9
6. கிறிஸ்து அரசின் தூதர்கள் – 2 கொரி 5:20
7. கிறிஸ்துவின் பதிலாள் – கலா 2:20
8. திராட்சைச் செடியும், கொடிகளும், ஆயரும், ஆடுகளும், மணமகனும், மணமகளும் இவைகளுக்குள்ளே இருப்பது போன்ற உறவு – யோவான் 15:5, 10:16, 2 கொரி 11:2 எட்டு வகையான உறவின் நிறைவே இதுதான்.

இறை இரக்கத்திற்கு எல்லையே இல்லை இது அனைவருக்கும் அளிக்கப்படுகிறது. வாழ்வோரின் ஒளியான கடவுளிடமிருந்து நம்மைப் பிரிக்கும் பாவம் என்னும் கல்லறைக் கல்லை அகற்றிப் போட, நம் ஆண்டவர் எப்போதும் தயாராகவே இருக்கிறார்.

திருத்தந்தை **பிரான்சிஸ்**

His Grace Bernard Moras

Archbishop of Bengaluru

தூய ஆவியால் நிரப்பப்பட . . .
உள் மனக்காயங்கள் ஆற்றப்பட . . .
தீமையில் இருந்து விடுதலை பெற . . .
இறை இரக்க நவநாள் செபம்.
என்னிடம் வா நவநாள் செபம்.

Author
Rev. Dr. Jose Vettiyankal VC LOCL, PhD, MA, MPhil, PhD

Published by
Website: www.frjosevettiyankal.org
Email:frjosevet@gmail.com

தனிச்சுற்றுக்கு மட்டும்

உள்ளடக்கம்

	பக்கம்
1. அநேக பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வு காண்பது எப்படி ?	3
2. தூய ஆவியால் நிரப்பப்பட	4
3. தூய ஆவியைத் தூண்ட ஜெபங்கள்.	15
4. விடுதலை செபம்.	36
5. உள் மனக்காயங்கள் ஆற்றப்பட	41
6. இறை இரக்க நவநாள் செபம்.	51
7. என்னிடம் வா நவநாள் செபம்.	63
8. தினசரி செய்யும் செபம் / வீட்டுப்பாடம்	97

மூவேளை செபம்

முதல்வர்: ஆண்டவருடைய தூதர் மரியாளுக்கு தூதுரைத்தார்.

அனைவரும்: அவரும் பரிசுத்த ஆவியினால் கருத்தரித்தார்.

அருள்நிறைந்த மரியே . . .

மு. இதோ ஆண்டவருடைய அடிமை

அ. உமது வார்த்தையின்படியே எனக்கு ஆகட்டும்.

அருள்நிறைந்த மரியே ....

மு. வார்த்தை மனுவுருவானார்

அ. நம்மிடையே குடிகொண்டார்.

அருள்நிறைந்த மரியே ....

மு. இயேசு கிறிஸ்துநாதருடைய வாக்குறுதிகளுக்கு நாங்கள் தகுதியுள்ளவர்களாகும்படியாக,

அ. இறைவனின் தூய அன்னையே எங்களுக்காக வேண்டிக்கொள்ளும்.

செபிப்போமாக

இறைவா! தேவதூதர் அறிவித்தபடியே உம்முடைய திருமகன் இயேசு கிறிஸ்து மனிதனானதை நாங்கள் அறிந்துள்ளோம். அவருடைய பாடுகளினாலும், சிலுவையினாலும், நாங்கள் அவருடைய உயிர்ப்பின் மேன்மையை அடையும் பொருட்டு, எங்கள் உள்ளங்களில் உமது அருளைப் பொழிய வேண்டுமென்று, எங்கள் ஆண்டவராகிய அதே இயேசு கிறிஸ்து வழியாக மன்றாடுகிறோம். ஆமென்

அநேக பிரச்சினைகளுக்கும் தீர்வு காண்பது எப்படி ?

ஆன்மீக வாழ்வில் வளர்ந்து, சுய அழிவில் இருந்து தற்காத்துக் கொண்டு, இறைவனின் எல்லா ஆசீர்வாதங்களையும் பெற்றுக் கொள்ள, தின செபங்களையும், வீட்டுப்பாடத்தையும் தவறாமல் செய்யவும். 20 வகையான செபங்கள், தனி செபம், பொது செபம், மற்றும் சிறப்பு செபம் என்று மூன்று பிரிவுகளாக தொகுக்கப்பட்டுள்ளன.

கீழ்க்கண்ட ஐந்து வீட்டுப் பாடங்களையும் தவறாமல் பயிற்சி செய்யவும்.

1. 20 செபங்கள் பக்கம் 97–103
2. வீட்டுப்பாடம் 1 – இறைவனை அன்பு செய்யும் நான்கு வழிகள்.
3. வீட்டுப்பாடம் 2 – நான்கு செயல் முறைகள்
4. வீட்டுப்பாடம் 3 – ஐந்து கோட்பாடுகள்
5. வீட்டுப்பாடம் 4 – சுகமும் விடுதலையும் பெற, 10 வழிகள்
6. வீட்டுப்பாடம் 5 – 20 இறைப்பணிகள்

இறைவன் உங்களைக் குணப்படுத்த திருச்சபையில் ஏற்படுத்தியுள்ள மேற்கண்ட எல்லா செயல்களையும் பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். செபங்கள் மூலமாகவும், வீட்டுப் பாடங்கள் மூலமாகவும் ஆண்டவர் இயேசுவோடு அற்புதமான உறவை ஏற்படுத்திக் கொள்ள முடியும். இறைவனோடு எல்லா நிலை உறவிலும் இணைந்து மகிழ்ந்து இருப்பதன், மூலம், ஆன்மீக வாழ்வில் வளரவும், எல்லா ஆசீர்வாதங்களையும் அதிகாரங்களையும் பெற்றுக் கொள்ள முடியும்.

தூய ஆவியின் நிரப்புதல்

எல்லாம் வல்ல இறைவனிடமிருந்து அருளப்படும் தூய ஆவி, கடவுளால் தேர்ந்து கொள்ளப்பட்ட அவருடைய பிள்ளைகளுக்கு கொடுக்கப்பட்ட வரம். இந்த தூய ஆவியின் நிரப்புதல், இயேசு, சீடர்களுக்கு வாக்களித்தது. (லூக்கா 24: 49)

இந்த தூய ஆவியின் அருட்பொழிவு அல்லது தூய ஆவியின் ஞானஸ்நானத்தை தலை மீது கரங்கள் வைக்கப்படுவதாலும், நம்பிக்கையுடன் கூடிய செபத்தின் மூலமும் பெற்றுக் கொள்வீர்கள். பாவத்தில் இருந்து விடுதலைபெற, தைரியத்துடன் சாட்சியம் கூற, இறைமை நிறைந்த வசந்தம் பெற, இறைவனோடு இனிமையான உறவு மற்றும் தூய ஆவியின் ஆன்மீகக் கொடைகளை பெற தூய ஆவியின் நிரப்புதல் உதவும். நீங்கள் இறைவனிடமிருந்து பெற்றுக்கொண்ட தூய ஆவியைத் தூண்டுவதன் மூலம், வாழ்வில் அனைத்துப் பிரச்சினைகளிலும் இருந்து விடுபட்டு, நற்சுகம், சமாதானம், நிறைவான பொருளாதாரம் மற்ற அனைத்து ஆசீர்வாதங்களையும் வாழ்வில் என்றென்றும் பெற முடியும்.

உங்கள் வாழ்வின் பிரச்சினைகளை கீழ்வரும் ஆறு பகுதிகளாக பிரிக்கலாம்.

1. உடல், 2. ஆன்மா, 3. புத்தி, 4. குடும்பம்
5. பொருளாதாரம், 6.தீயசக்திகளுக்கு அடிமைப்படுதல், ஆட்கொள்ளப்படுதல்.

இந்த ஆறு பகுதிகளில் உங்களுக்கு சுகமும் விடுதலையும் தேவை.
தூய ஆவியைத் தூண்டி விடுவதன் மூலம் இந்த ஆறு பகுதிகளில் சுகமும், விடுதலையும் கிடைக்கப் பெறுவீர்கள்.

இந்தப் புத்தகத்தில் உள்ள செபங்கள் அனைத்தும், தூய ஆவியால் நிரப்பப்பட உங்களுக்கு உதவியாய் இருக்கும்.

✦ தூய ஆவியைத் தூண்டி எழுப்புங்கள். 2திமொ 1 : 6

✦ அனைத்திற்கும் மேலாக அவரது ஆட்சியையும் அவருக்கு ஏற்புடையவற்றையும் நாடுங்கள். மத் 6:33

✦ இறையாட்சி என்பது தூய ஆவி அருளும் நீதி, அமைதி, மகிழ்ச்சி ஆகியவற்றையே அடிப்படையாகக் கொண்டது. உரோமையர் 14:17

✦ நீங்கள் தூய ஆவியார் தங்கும் கோவில். 1 கொரிந்தியர் 3: 16–17,1 கொரிந்தியர் 6:19

ஏன் நாம் தூய ஆவியைத் தூண்ட வேண்டும் ?

மூன்று செயல்களால், ஒரு மனிதனில் குடிகொண்டிருக்கும் தூய ஆவியார் செயலற்றுப் போவார்.

1. வெறுப்பு – கெட்ட ஆவியால் ஆட்கொள்ளப் படுவதின் வெளிப்பாடு. 1 சாமு 16:14.
2. பாவம் – சாவான மற்றும் அற்பப் பாவம். 1 யோவான் 5:16–17.
3. கடவுளுக்கு செய்து கொடுத்த சத்தியத்தை மீறுதல். நீதித்தலைவர்கள் 16:19–21

தூய ஆவி குடிகொண்டிருக்கும் கோவிலாக இருக்கும் நீங்கள், திருமுழுக்கினால் எரியூட்டப் பட்டதால், உங்களில் குடியிருக்கும் தூய ஆவியை அவசியமாகத் தூண்ட வேண்டும். 1 கொரி 3:16, 1 கொரி 6:19

தூய ஆவியின் நிரப்புதலை உறுதி செய்யும் ஆறு வேத வசனங்கள்

1 தூய ஆவியைத் தூண்டுதல். 2 திமொ 1:6
2. தூய ஆவியில் மறுபிறப்பு. யோவான் 3:3–5
3. தூய ஆவியின் அருட்பொழிவு. 1 யோவான் 2:27
4. தூய ஆவியால் நிரப்பப்படுதல். தி ப 2:4, 4:31.
5. தூய ஆவியால் திருமுழுக்கு. தி ப 1:5.
6. தூய ஆவி அருளும் ஞானத்தில் வளர்ச்சி. லூக் 2:52.

ஆதியில் இருந்து தொடர்ந்து வரும் தூய ஆவியின் நிரப்புதல்

- ஆண்டவராகிய கடவுள் ஆதாமின் நாசிகளில் உயிர் மூச்சை ஊதினார். தொடக்க நூல் 2:7
- யோவேல் 2:28, திப 2:38 ஆவியின் அருட் பொழிவைக் குறித்த வாக்குறுதிகள். இறுதி நாட்கள் என்பது கிறிஸ்துவின் பிறப்பிற்கு பிந்தைய காலம். எபி 1:1
- இயேசு தூய ஆவி என்னும் நெருப்பால் உங்களுக்குத் திரு முழுக்கு அளிப்பார். யோவான் 1:33, லூக்கா 3:16
- இயேசு அவர்கள் மீது ஊதி / தூய ஆவியைப் பெற்றுக் கொள்ளுங்கள் என்றார். யோவான் 20:23
- நீங்கள் தூய ஆவியால் ஆட்கொள்ளப்படும் வரை இந்நகரத்திலேயே இருங்கள் என்றார். லூக்கா 24:49, திப1:4
- தூய ஆவி உங்களிடம் வரும்போது நீங்கள் கடவுளது வல்லமையைப் பெற்று எருசலேமிலும், யூதேயா, சமாரியா முழுவதிலும், உலகின் கடையெல்லை வரைக்கும் எனக்குச் சாட்சிகளாய் இருப்பீர்கள். தி ப 1:5
- பெந்தகோஸ்து நாளில் அவர்கள் தூய ஆவியை நிரம்பப் பெற்றார்கள். தி ப 2:1–4
- நீங்களும் உங்கள் பிள்ளைகளும் தூய ஆவியால் நிரப்பப்படுவீர்கள். தி ப 2:38.
- தொடர்ந்து தூய ஆவியால் நிரப்பப்படுதல். தி ப 4:31
- பிற இனத்தவர் தூய ஆவியால் நிரப்பப்படுதல். தி ப 10:44–48
- அருட்பொழிவு பெற்றவர்களிடம் கரங்களை வைத்து செபிப்பதினால், தூய ஆவியால் நிரப்பப்படுவீர்கள். தி ப 19:1–7

தூய ஆவியால் நிரப்பப்படுவதன் நோக்கம் :

✦ நான் செய்யும் செயல்களை என்னிடம் நம்பிக்கை கொள்பவரும் செய்வார். ஏன் அவற்றை விட பெரியவற்றையும் செய்வார். ஏனெனில் நான் தந்தையிடம் போகிறேன். யோவான் 14:12.

✦ பொது நன்மைக்காகவே தூய ஆவியாரின் செயல்பாடுகள் ஒவ்வொருவரிலும் வெளிப்படுகிறது. 1 கொரி 12:7

✦ அருட்கொடையின் பொழிவு, அனைவரும் அன்பினால் ஒன்றிணைக்கப்பட்டு, கடவுளின் மறைபொருளாகிய கிறிஸ்துவை யாவரும் அறிந்துணர்ந்து, அந்த அறிவுத்திறனால் உறுதியான நம்பிக்கையை நிறைவாகப் பெறும்வரை தொடரும். எபே 4:11–12 இறைத் தன்மையின் முழுநிறைவும் உடலுருவில் கிறிஸ்துவுக்குள் குடிகொண்டிருக்கிறது. கொலோ 2:9

✦ குறைபாடு இல்லாமலிருக்க, உங்கள் விண்ணகத் தந்தை நிறைவுள்ளவராய் இருப்பது போல நீங்களும் நிறைவுள்ளவராய் இருங்கள். மத்தேயு 5:48

✦ திருச்சபையின் பணிகளை நிறைவேற்ற...... ஆண்டவரது ஆவி என்மேல் உள்ளது. ஏழைகளுக்கு நற்செய்தியை அறிவிக்க எனக்கு அருட்பொழிவு செய்துள்ளார். லூக்கா 4:18. தூய ஆவியின் வல்லமையைப் பெற்று உலகின் கடையெல்லை வரைக்கும் எனக்கு சாட்சிகளாய் இருப்பீர்கள் என்றார். தி ப 1:8

✦ இயேசுவை மாட்சிப்படுத்துவதற்காக. யோவான் 16:14

தூய ஆவியால் நிரப்பப்படுவதால் கிடைக்கும் 13 பலன்கள்.

1. இறைவனோடும் அனைத்து மக்களோடுமான நம்முடைய உறவு மேம்படும்.

இறைவன் நம்முடைய தந்தையாகவும் (உரோ 8:14:17) தாயாகவும் (எசாயா 66:13) (CCC370) இருப்பார். மற்ற அனைவரும் கிறிஸ்து இயேசுவில் நம் சகோதர சகோதரிகளாக இருப்பார்கள். 1தெச 5:1–2 இயேசு நம் மீட்பராகவும், (தி ப 4:12). தூய ஆவி நம் துணையாளராகவும் இருப்பார். யோவான் 15:26.

2. இயேசுவே ஆண்டவர் என்று வெளிப்படையாக அறிவிப்பீர்கள். 1கொரி 12:3 தூய ஆவியால் ஆட்கொள்ளப்பட்டவரன்றி வேறு எவரும் “இயேசுவே ஆண்டவர்” எனச்சொல்ல முடியாது. இயேசுவே ஆண்டவர் என்று அறிவித்தாலன்றி மீட்பு பெற முடியாது. (உரோ 10:9)
3. மலையை நகர்த்தக்கூடிய நம்பிக்கையைக் கொண்டு மாற்கு 11:23 அனைவருடைய நலனுக்காக ஐந்து அரும் அடையாளங்களை உங்களால் செய்ய முடியும். மாற்கு 16:17–18
4. விவிலியத்தையும், திருச்சபையின் கட்டளை களையும், மரபுகளையும் உங்களால் தவறின்றி கற்றுக் கொள்ள முடியும். தூய ஆவியின் அருட்பொழிவால் அனைத்தையும் கற்றுக் கொள்வீர்கள். 1 யோவான்2:27, யோவான் 14:26
5. தூய ஆவியின் கொடைகளையும் (எசாயா 11:2) கனிகயையும் (கலா 5:22–23) அருங்கொடை களையும் (1 கொரி 12:8–12)(எபே 4:11) பெறுவீர்கள்.

   சாத்தானாலும் அருங்கொடைகளை அளிக்க முடியும். ஆனால் அது தீய கனிகளாக வெளிப்படும். கலா 5:19–21.
6. உங்களால் முழு இதயத்தோடும், முழு ஆன்மாவோடும், முழு ஆற்றலோடும் உன் ஆண்டவராகிய கடவுளை எளிமையாக அன்பு செய்ய

முடியும். இணைச்சட்டம் 6:5. ஆண்டவரை அன்பு செய்வோருடைய நன்மைக்காகவே, தூய ஆவியார் அனைத்திலும் ஒத்துழைக்கிறார். உரோ 8:28

7. உங்கள் ஞாபக சக்தி அதிகரிக்கும். தூய ஆவி, இயேசுவின் போதனைகளை உங்களுக்கு நினைவூட்டுவார். யோவான் 14:26.
8. வாழ்க்கையின் குறிக்கோளைப் பெறுவீர்கள். (மத்தேயு 16:24–26) உங்கள் ஆன்மாவைக் காப்பாற்றிக் கொள்ள உங்கள் சிலுவையைத் தூக்கிக் கொண்டு இயேசுவைப் பின்பற்றுவீர்கள்.
9. உங்களால் எளிதாக மன்னிக்க முடியும். பிறர் செய்த தீங்குகளை உங்களால் மறக்க முடியாவிட்டாலும், அதன் நினைவுகள் வலியை ஏற்படுத்தாது. தூய ஆவியின் வழியாக கடவுளின் அன்பு நம் உள்ளங்களில் பொழியப்பட்டுள்ளதால் (உரோ 5:5) நம்மால் பிறரை கடவுளைப்போன்று அன்பு செய்ய முடியும்.
10. இறைமகிழ்ச்சியினாலும், சமாதானத்தினாலும் நிரப்பப்பட்டு. உள்மனக்காயங்களில் இருந்து ஆற்றப்படுவீர்கள். உங்கள் துயரம் மகிழ்ச்சியாக மாறும். யோவான் 16:20
11. பலவிதங்களில் உங்களால் செபிக்க இயலும். நீண்ட செபங்களால் சலிப்பு அடையமாட்டீர்கள். உரோ 8:26
12. நல்ல உடல்நலமும், ஆவியில் புத்துணர்வும் பெறுவீர்கள். உடல், நலம் பெறாத நிலையிலும், துன்பங்களை மகிழ்ச்சியுடன் அனுபவிக்கும் அருளைப் பெறுவீர்கள். 2 கொரி 12:9
13. நீங்கள் மேற்கொள்ளும் அனைத்துக் காரியங்களிலும் வெற்றி பெறுவீர்கள். (வியாபாரம், படிப்பு, அலுவல், இறைத்தொண்டு, தொழில் மற்றும் குடும்ப வாழ்வு)

தூய ஆவியைத் தூண்டுவதற்கு ஒன்பது வழிகள்:

1. **மனம் திரும்புதல்.** இறையாட்சி நெருங்கி வந்துவிட்டது. அதில் நுழைவதற்காக மனம் மாறி நற்செய்தியை நம்புங்கள். மாற்கு **1:15** உண்மையான மனமாற்றத்துடன் கூடிய பிறர் மீதுஅக்கறை கொண்ட அன்பு–பாவத்திற்கான அனைத்து தண்டனைகளையும் ரத்து செய்துவிடும். **(CCC-1472)**
2. **பாவ மன்னிப்பு பெறுதல். தி ப 8:21–23**
   தீய நடத்தைகளுக்காக மனம் வருந்தி பாவமன்னிப்பு பெற்று, தூய உள்ளத்தை பெற்றால் அன்றி தூய ஆவிகளின் கொடைகளை பெற்றுக் கொள்ள முடியாது.
3. **இயேசுவின் மீது நம்பிக்கை கொள்வது**
   இயேசுவின்மீது நம்பிக்கை கொள்பவருடைய உள்ளத்திலிருந்து வாழ்வு தரும் தண்ணீர் ஆறாய்ப் பெருக்கெடுத்து ஓடும். யோவான் 7:37–39
   நீயும், உன்னுடைய பிள்ளைகளும், தொலைவில் உள்ள யாவரும் தூய ஆவியால் நிரப்பப்படுவீர்கள்.
   தி ப 2:38–39 இறைவனிடம் நம்பிக்கை கொண்டு, அவரை ஏற்றுக்கொண்ட ஒவ்வொருவருக்கும் அவர் கடவுளின் பிள்ளைகள் ஆகும் உரிமையை அளித்தார். யோவான் 1:12.
4. **செபம்**
   திருச்சபையின் கோட்பாடு மற்றும் படிப்பினைகளின்படி செபிக்கவும். ஆழ்சிந்தனை தியான நிலை அடைய, ஆசிவேண்டுதல், ஆராதனை, பரிந்துரைவேண்டுதல், விண்ணப்பம், புகழ்ந்துபாடுதல், நன்றி கூறுதல் என்ற ஆறுவகை ஜெபங்களுடன் (ccc 550 - 556) வாய்மொழியாகவும், தியானம் மற்றும் ஆழ்ந்த சிந்தனை வழியாக வெளிப்படுத்தியும் ஜெபிக்கவும் (ccc 569-571) மூவொரு இறைவனுடன் நம்பிக்கையும் பற்றுறுதியும் கொண்டு ஜெபிப்பதால் நமது வேண்டுதல்களும் விருப்பங்களும் நிறைவேறும். (ccc 534)

5. **இறைவார்த்தை மற்றும் திருச்சபையின் கோட்பாடுகளின்படி வாழ முயற்சி செய்தல்.**
   தி.பா 10:44–48. **(CCCC. 19)** யோவான் 20:30
6. **அருட்சாதனங்கள்.** முக்கியமாக திருப்பலியும், ஒப்புரவும் அருட்சாதனமும். **(CCCC. 146)** இயேசுவின் திருமுழுக்கு. லூக்கா 3:21, எண்ணெய் ஊற்றி புனிதப்படுத்தல். 1சாமுவேல் 10:1 (சவுல்) மற்றும் 1 சாமு; 16:13 (தாவீது)
7. **இரக்கத்துடனும் அனுதாபத்துடனும் செயல்படுவது.** உங்கள் தந்தை இரக்கமுள்ளவராய் இருப்பது போல நீங்களும் இரக்கமுள்ளவராய் இருங்கள். லூக்கா 6:36 மத்தேயு 5:7
   நீங்கள் செபத்திலும், செயலிலும் இரக்கம் உடையவராய் இருந்தால். நீங்கள் அருட்கொடைகளைப் பெறுவீர்கள் என்று தூய பாஸ்டீனா அவர்கள் கூறியுள்ளார்கள்.
   கருணையுடன் கூடிய 14 இரக்க செயல்களில் ஈடுபடுங்கள். **CCCC appendix B**
8. அருட்பொழிவு பெற்ற அருட்பணியாளர்களிடம் கரங்களை வைத்து செபித்துக் கொள்வது.
   தி ப 8:17 மற்றும் 19:6 **CCCC 265-2**திமொ 1:6
9. **துன்பங்கள்** லூக்கா 12:50. இயேசு, துன்பங்களை மனித இனத்தை மீட்டுக் கொள்ளும் திருமுழுக்காகக் கருதினார். 2கொரிந்தியர் 9:12. பவுல், துன்பங்களை கடவுளின் வெளிப்பாடாகவும், உயிர்த்த கிறிஸ்துவினுடைய சக்தியின் வெளிப்பாடாகவும் கருதினார்.
   உரோ. 8:28 கடவுளிடம் அன்பு கொண்டவருடைய துன்பங்கள் அவருக்கு நன்மையாகவே மாறும்

CCCC 57-நம்முடைய துன்பங்களுக்கு நேரிடையாகவோ அல்லது மறைமுகமாகவோ கடவுள் காரணமானவர் அல்ல.

CCCC 72 கடவுளுடைய முதல் திட்டத்தின்படி மனிதனுக்கு சாவோ, துன்பமோ கிடையாது.

CCC 418 சென்மப்பாவத்தினால் நம்மை, துன்பம், சாவு, சக்தியின்மை, அறியாமை மற்றும் விபச்சார நாட்டமும் ஆட்கொண்டது.

CCC 1264- துன்பம், சாவு, அறியாமை, தீயஒழுக்கம் மற்றும் விபச்சார நாட்டம் இவையாவும் சென்மப்பாவத்தின் தற்காலிக வெளிப்பாடு.

CCC 1521 - துன்பப்படுதல் சென்மப்பாவத்தின் விளைவு.**GS13** அதிகமான மனிதத்துன்பங்கள், நன்மை நிறைந்த இறைவனிடமிருந்து வருவதில்லை. இயேசுவின் மீது நம்பிக்கை வைத்து கடவுளின் கருணையை நோக்கி உறுதியாக செபிப்பதால் கட்டுக்களிடமிருந்தும், துன்பங்களிலுமிருந்தும் விடுதலை பெற முடியும்.

CCC 2448- மனித இனத்தின் பல்வேறு விதமான துன்பங்கள் இறைவனின் இரக்கத்தைத் தூண்டியதால் அவர் அவற்றைத் தன் உடலில் ஏற்றுக் கொண்டு மனித இனத்தைத் துன்பங்களிருந்து விடுவித்தார். அவர்மீது நம்பிக்கை வைக்கும் அனைவரும் துன்பங்களிலுமிருந்தும் விடுதலை பெற முடியும்.

CCC 311 - துன்பங்களை கடவுள் கொடுப்பது இல்லை. அவர் அவற்றை அனுமதிக்கிறார். சுதந்திரமான தேர்வுகளே தீமைக்கான மூலகாரணம்.

CCC 312 - பொறுமையோடு இயேசுவின் பாடுகளைத் தியானித்து, இறைவனிடம் வேண்டினால், அவர் நம்முடைய துன்பங்களை நமக்கு சாதகமாக மாற்றி இறைவனுக்கு மகிமை சேர்ப்பார்.

CCC 314 - இயேசு நமக்குப்பதிலாக துன்பப்பட்டதால் குணமாவது இறை அரசின் வெளிப்பாடாக உள்ளதை யாராலும், மறுக்க முடியாது. இப்பொழுது, துன்பமானது சுய தூய்மைப்படுதலின் வெளிப்பாடாகவும், நம்முடைய மற்றும் பிறருடைய மீட்புக்கான காரணியாகவும் இருக்கின்றது. கொலோ 1:24.

அருங்கொடை மறுமலர்ச்சி இயக்கத்தில் திருச்சபைக்கு பணி செய்தல்

ஆவியின் பணிகள், செயல்பாடுகள் தூய ஆவியின் கொடைகள் (CCCC 160)

1. அப்போஸ்தலர் பணி – ஆயர்கள்
2. குருத்துவப் பணி
3. துறவறத்தார் மற்றும் அர்ப்பணிக்கப்பட்டவர்கள்
4. போதனை, பிரசங்க பணி. 1கொரி 9:16, நற்செய்தி அறிவிப்பவரின் பாதங்கள் எத்துணை அழகாக இருக்கின்றன. உரோ 10 :15
5. ஆற்றுப்படுத்தும்பணி. சீராக் 25:4–5
6. பரிந்துரை பணி / மன்றாட்டு / அனைவருக்காகவும் மன்றாடுங்கள். இறைவனிடம் வேண்டுங்கள். பரிந்து பேசுங்கள். நன்றி செலுத்துங்கள். (திமொ–2.1–3)
7. குணமாக்கும் பணி. (மாற்கு 16:18, கடவுளின் கோவிலான மனித உடல் குணமாக வேண்டும். 1கொரி 3:16, கடவுள் சிலருக்கு குணமாக்கும் கொடையை அளித்துள்ளார். CCCC 1508
8. உள் மனக்காயங்கள் ஆற்றும் பணி
9. விடுதலைப்பணி – லூக் 13:10–17
10. பொருளாதார நலப்பணி – யோசுவா 1–8 இணைச்சட்டம் 28: 1–14
11. குடும்ப நலப்பணி. தி ப 16:31–37
12. தன்னார்வ தொண்டர் – பங்கு, தியானம், தியான இல்லம் போன்ற நிறுவனங்கள்
13. ஞான உபதேச ஆசிரியர்கள்
14. ஜெபக் கூட்டம், விவிலிய மாநாடு, தியானங்கள் ஒருங்கிணைப்பாளர்கள்
15. சேவைப் பணிகள், முதியோர், அனாதைகள் இல்லம், நல இல்லம், உணவு வழங்குதல்

16. இசைப்பணி, ஆராதனை புகழ்ச்சி வழிபாடுகள் பணி. 2அரசர் 3:15
17. சாட்சியப்பணி திப 1:8
18. ஊக்கப்பணி, நற்செயல்கள் தியானம் செய்யத் தூண்டுதல் யாக்கோபு 5:20
19. ஊடக ஊழியம், துண்டு பிரசுரங்கள் விநியோகித்தல், எழுத்துப்பணி, ஒலி – ஒளி நாடா, விவிலியம் வழங்குதல்.
20. காலம், திறமை மற்றும் செல்வத்தில் பத்து சதவிகிதத்தை கடவுளுக்கு காணிக்கையாக கொடுப்பது. பிலி 4:16–20 மலா 3:8–10, தொநூல் 14:17–20.

இறை ஊழியம் புரிய மூன்று அத்தியாவசியமான தேவைகள் :

1. இறை ஊழியம் புரிய கிறிஸ்துவின் அன்பினால் தூண்டப்படும் அனல் மூட்டும் ஆசை. 2 கொரி 5:14
2. திருச்சபையின் அனுமதி பெறுதல் – கலாத்தியர் 2:1–10, (குருக்கள், ஆயர்கள்) உரோ 13:1, எபி 13 : 17
3. ஊழியங்களில் நல்ல பலன்களை தொடர்ந்து பெருக்கச் செய்ய வேண்டும். மத் 7:17, யோவான் 15:16.

தூய ஆவியால் அருட்பொழிவு பெற தடையாக இருப்பவை. CCCC - appendix B

1. ஆணவம்
2. பேராசை
3. காமம்
4. கோபம்
5. போசனப்பிரியம்
6. பொறாமை
7. சோம்பல்
8. சுற்றுப்புறத்தை மாசுபடுத்துதல்

தூய ஆவியை தூண்டுவதற்காக தினமும் செய்ய வேண்டிய அஷ்டாங்க செபம் எனப்படும் எட்டு வகையான செபங்கள்

(மூவேளை செபம் சொல்லிய பின்பு செய்ய வேண்டும் பக்கம் – 2)

I. அர்ப்பண செபம் 15

II. அனைவருக்குமான செபம் 18

III. பாதுகாப்பும் விடுதலையும் பெற செபம் 18

IV. இறை இரக்க செபத்துடன் ஐந்து தனி செபங்கள்....... 23

V. செபமாலை செபித்தல் 31

VI. தினசரி நற்செய்தி வாசித்தல் 31

VII தியானம் 31

VIII. திருப்பலியில் பங்கேற்றல்....... 32

I. அர்ப்பண செபம் :

(இறை இரக்கத்தின் பேழைக்குள் அனைத்தையும் ஒப்புக்கொடு) தொநூல் 8:1. கடவுள் நோவாவையும், அவருடன் பேழைக்குள்இருந்த எல்லாரையும் நினைவு கூர்ந்தார். வெள்ளம் தணியத் தொடங்கியது.

இயேசுவே, என் உடலையும், ஆன்மாவையும், மனதையும், என் செப விண்ணப்பங்களையும், (30 கருத்துக்கள்) குடும்பத்தாரையும், உறவினர்களையும், நண்பர்களையும், பகைவர்களையும், என் நாட்டையும், உலக முழுவதையும், பிரபஞ்சத்தையும் அதில் உள்ள அனைத்தையும், நற்கருணை நாதர் இயேசு கிறிஸ்துவின் இதயத்திற்கும், அன்னை மரியாவின் அமல உற்பவ இதயத்திற்கும், இறை இரக்க பேழைக்கும் ஒப்புக்கொடுக்கிறேன்.

30 கருத்துக்கள்

உலகத்திற்காக

1. நான் பாவி–பாவம் செய்தேன் என்று உணர்தலுக்காக
2. ஒப்புரவு எனும் கொடைக்காக
3. இயேசுவின் மீது நம்பிக்கை கொள்ள
4. செபம் எனும் கொடைக்காக
5. தூய ஆவியின் நிரப்புதலுக்காக
6. செபக் கருத்துக்கள் நிறைவேற
7. இயேசுவின் சிந்தனையும், இரக்கமும் நிறைந்த இதயம் பெற. (நல்ல சமாரியனாக விளங்க)

தனி ஒருவருக்காக

1. இயேசுவின் இரத்தத்தினால் பாவங்களிலிருந்து கழுவப்பட
2. அடிமைத்தனத்தில் இருந்து விடுதலை பெற
3. வாழ்வில், ஆறு பகுதிகளிலும் குணமும், விடுதலையும் பெற (உடல், ஆன்மா, புத்தி, குடும்பம், பொருளாதாரம், தீய சக்திகள்)
4. தூய ஆவியால் நிரப்பப்பட
5. அனைத்து செப விண்ணப்பங்களும் நிறைவேற
6. ஏசுவுக்கு சான்று பகர
7. ஏசுவை பிறருக்கு அறிமுகம் செய்ய. நற்செய்தி அறிவிக்க
8. பிறரிடம் இரக்கத்தோடு நடக்க

9. குடும்பத்தில் மரித்த ஆன்மாக்களின் மீட்புக்காக.
10. பரலோக வாழ்வு பெற

துறவிகள் மற்றும் குருக்களுக்காக

1. மோயீசன் போல மக்களை வழி நடத்த
2. எலியா போல உற்சாகத்தோடு செபிக்க
3. தாவீது போல நிர்வகிக்க
4. சாலமன் போல நீதி வழங்க
5. எப்போதும் மறு கிறிஸ்துவாக இருக்க
6. திருச்சபையோடும், திருத்தந்தையோடும் ஒன்றித்து அப்போஸ்தலரைப் போல இருக்க
7. தூய ஆவியின் வழி நடத்துதலோடு எப்போதும் இருக்க

சொந்தக் கருத்துக்கள் :

1. குடும்பத்துக்காக
2. எதிரிகளுக்காக
3. உள்மனக்காயங்கள் ஆற்றப்பட
4. உடல்நலம் மற்றும் நோய் எதிர்ப்பு சக்திகளுக்காக
5. தூய ஆவியால் நிரப்பப்பட
6. சிறப்புக் கருத்துக்களுக்காக

II. அனைவருக்குமான செபம் :

அனைத்து படைப்புகளுக்குள்ளும் இந்த இறைவாக்கு நிறைவேற வேண்டும் (எசேக்கியேல் 36:25–28)

வானகத் தந்தையே, அனைத்து மனித குலத்தின் மீதும், படைப்புகள் மீதும் தூய நீரை தெளிப்பீராக. உம் மகன் இயேசு கிறிஸ்துவின் வழியாக அனைவரும் புதிய இதயத்தையும், புதிய ஆவியையும், புதிய மனத்தையும், பெற்றுக் கொள்வார்களாக. ஆண்டவரே, உம்முடைய கட்டளைகளையும், விதிமுறைகளையும் எங்கள் புதிய இதயங்களில் எழுதுவீராக. நாங்கள் உம் அன்புக் கட்டளைகளை உண்மையாகவே கடைப்பிடிக்க எங்களுக்கு உதவி செய்தருளும். இவ்வாறு அனைவரும் இயேசு கிறிஸ்துவுக்குள் ஒரே இதயமும், ஒரே மனமும், ஒரே ஆவியும் பெற்றுக் கொள்ள செய்தருளும்.

தந்தையாம் இறைவா! அனைவர் மீதும் இரக்கமாயிரும். (மாற்கு 10: 46–50) ஆண்டவராகிய இயேசு கிறிஸ்துவே! நெருப்பாலும் தூய ஆவியிலும் திருமுழுக்கு அளித்தருளும். (மத்தேயு 3:11) தூய ஆவியே! அனைவரையும் இறைவார்த்தைக்கும், திருச்சபையின் மரபுக்கு ஏதுவாக வாழ்வதற்கு வழிநடத்தும். (யோசுவா 1 : 8, திபா 104 : 30, லூக் 1:35)

III. பாதுகாப்பும் விடுதலையும் பெற செபம் :

பாதுகாப்பு செபம் :

இயேசுவே, உம்முடைய தூய சிலுவையின் நிழலில் என்னை பாதுகாத்து உம்முடைய விலைமதிப்பில்லா காயங்களுக்குள்ளே என்னை மறைத்துக் கொள்ளும். உம் தூய இரத்தத்தை என் மீதும் ...., ..., ... மீதும் தெளித்தருளும். அன்னை மரியே,

என்னையும் ....யும் உம் அரவணைக்கும் மேலாடைக்குள் மூடிக் கொள்ளும். தூய மைக்கேல் அதி தூதரே, எனக்காக, வேண்டிக் கொள்ளும். அனைத்து திருத்தூதர்களே. புனிதர்களே, மறைசாட்சிகளே எனக்காக வேண்டிக் கொள்ளுங்கள்.

<u>விடுதலை தரும் செபம் :</u>

இயேசுவின் நாமத்தில் என்னிடமிருந்து (உன், அவர்களுடைய, நம்முடைய) காம உணர்வு, வெறுப்பு, கோபம், பொறாமை, அகங்காரம், பயம், நோய்கள் தலைவலி, வேதனை தரும் ......, ..., ..., தீய ஆவியே, (தீய ஆவிகள் ஏதேனும் இருந்தால் அவைகளுடைய பெயர்களை இங்கே குறிப்பிடவும்). உன்னை, நான் என் ஆண்டவர், இயேசுவின் பாதத்திற்கு இப்போதே துரத்துகிறேன்.தீய ஆவியே, கடவுளின் பிள்ளை என் மீது (உன்மேல் / அவர்கள் மேல் / எங்கள் மேல்) உனக்கு எந்த அதிகாரமும் இல்லை. உன்னை நான் இயேசுவின் பாதத்தில் முடிவு பரியந்தம் கட்டிப்போடுகிறேன். நான் (நீங்கள் / அவர்கள் / நாங்கள்) இயேசுவின் இரத்தத்தால் கழுவப்பட்டு மீட்கப்பட்டிருக்கிறேன்.

அதிதூதரான மைக்கேலே, திருத்தூதர்களான புனித பேதுருவே, புனித பவுலே, அனைத்து புனிதர்களே, மறைசாட்சிகளே, சிறப்பாக, புனித செபஸ்தியாரே, புனித ஜார்ஜியாரே – எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக தூய கன்னி மரியாளின் வல்லமைமிக்க பரிந்துரையை நாடுகிறேன். மீட்பின் நிறைவை முழுமையாக அனுபவிக்க எனக்கு (உனக்கு, அவர்களுக்கு, நமக்கு) ஆண்டவரே அருள்வாராக. தூய பரிசுத்த ஆவியே வாரும். என்னை (உன்னை, அவர்களை, நம்மை) உம் வல்லமையால் நிரப்பும்.

இறைவா என்னை இப்பொழுதே அனைத்து வசியங்கள், சாபங்கள், கட்டுக்கள், தீய சக்திகளால் ஆட்கொள்ளுதல், அடிமைப்படுதல், சாத்தானின் வலைகள், சோதனைகள், துன்பங்களிலிருந்து மீட்டருளும் ஆமென்.

இறை இரக்க செபம்

இறை இரக்க செபத்தை, அன்னை மரியாளின் செபமாலையைக் கொண்டே சொல்லவும்

தொடக்க செபம் :

இயேசுவே! உம்மரணத்தினால் வாழ்வின் ஊற்றுக்கண் ஆன்மாக்களுக்காக பொங்கி எழுந்தது / அனைத்துலகத்திற்காக இரக்கத்தின் பெருங்கடல் திறக்கப்பட்டது / வாழ்வின் ஊற்றே / அளவில்லா உம் இரக்கத்தினால் அனைத்து உலகத்தையும் சூழ்ந்து / உம்மையே எங்கள் மேல் பொழிந்தீர்.

இயேசுவின் இதயத்திருந்து / இரக்கத்தின் ஊற்றாக எங்களுக்காக பொங்கி எழுந்த இரத்தமே, தண்ணீரே / நான் உம்மீது நம்பிக்கை வைக்கிறேன்.

கர்த்தர் கற்பித்த செபம் :

பரலோகத்தில் இருக்கிற எங்கள் பிதாவே / உம்முடைய நாமம் அர்ச்சிக்கப்படுவதாக / உம்முடைய இராச்சியம் வருக / உம்முடைய சித்தம் பரலோகத்தில் செய்யப்படுவது போல் பூலோகத்திலும் செய்யப்படுவதாக.
எங்கள் அனுதின உணவை எங்களுக்கு இன்று

அளித்தருளும் / எங்களுக்கு தீமை செய்தவர்களை நாங்கள் பொறுப்பது போல எங்கள் பாவங்களை பொறுத்தருளும் / எங்களை சோதனையில் விழவிடாதேயும் / தீமையிருந்து எங்களை இரட்சித்தருளும். ஆமென்.

மங்கள வார்த்தை செபம் :

அருள் நிறைந்த மரியே வாழ்க / கர்த்தர் உம்முடனே / பெண்களுக்குள் ஆசீர்வதிக்கப்பட்டவள் நீரே / உம்முடைய திருவயிற்றின் கனியாகிய இயேசுவும் ஆசீர்வதிக்கப்பட்டவரே.

அர்ச்சியஷ்ட மரியாயே / சர்வேசுரனுடைய மாதாவே / பாவிகளாயிருக்கிற எங்களுக்காக இப்பொழுதும் எங்கள் மரண நேரத்திலும் வேண்டிக் கொள்ளும். ஆமென்.

விசுவாசப் பிரமாணம் :

பரலோகத்தையும் பூலோகத்தையும் படைத்த எல்லாம்வல்ல பிதாவாகிய சர்வேசுரனை விசுவசிக்கிறேன்.

அவருடைய ஏக சுதனாகிய நம்முடைய நாதர் இயேசு கிறிஸ்துவையும் விசுவசிக்கிறேன்.

இவர் பரிசுத்த ஆவியினால் கர்ப்பமாய் உற்பவித்து கன்னிமரியிடமிருந்து பிறந்தார். போஞ்சு பிலாத்தின் அதிகாரத்தில் பாடுபட்டு சிலுவையில் அறையுண்டு மரித்து அடக்கம் செய்யப்பட்டார்.

பாதாளத்தில் இறங்கி மூன்றாம் நாள்

மரித்தோரிடமிருந்து உயிர்த்தெழுந்தார்.
பரலோகத்திற்கு எழுந்தருளி எல்லாம் வல்ல பிதாவாகிய சர்வேகரனுடைய வலது பக்கத்தில் வீற்றிருக்கிறார். அவ்விடத்திருந்து சீவியரையும் மரித்தவரையும் நடுத்தீர்க்க வருவார். பரிசுத்த ஆவியை விசுவசிக்கிறேன்/ பரிசுத்த கத்தோலிக்க திருச்சபையை விசுவசிக்கிறேன்.
அர்ச்சியஷ்டவர்களுடைய சமுதீதப் பிரயோசனத்தை விசுவசிக்கிறேன் / பாவ பொறுத்தலை
விசுவசிக்கிறேன் / சரீர உத்தானத்தை
விசுவசிக்கிறேன் / நித்திய சீவியத்தை
விசுவசிக்கிறேன். ஆமென்.

அ. <u>செபமாலையின் பெரிய மணியில் :</u>

நித்திய பிதாவே, உமது நேச மகனும், எமதாண்டவருமான இயேசு கிறிஸ்துவின் உடலையும், இரத்தத்தையும், ஆன்மா மற்றும் தெய்வீகத்தையும் /எங்கள் பாவங்களுக்கும், அகில உலகின் பாவங்களுக்கும் பரிகாரமாக உமக்கு ஒப்புக் கொடுக்கிறேன்.

ஆ. <u>செபமாலையின் 10 சிறிய மணிகள் ஒவ்வொன்றிலும்</u>
இயேசுவின் வேதனை நிறைந்த பாடுகளை முன்னிட்டு / அப்பா பிதாவே / எங்கள் மீதும் / அகில உலகின் மீதும் / இரக்கமாயிரும்.
முடிவில்: தூய இறைவனே, தூய வல்லவரே......
தூய அழிவில்லாதவரே எங்கள் மீதும் / அகில உலகின் மீதும் / இரக்கமாயிரும். **(3 முறை)**

இறுதி செபம் :

நித்திய பிதாவே, முடிவில்லா இரக்கமும், குறைவில்லா மனதுருக்கமுடைய பெட்டகமே, எம்மை கருணைக்கண் நோக்கி, உம் இரக்கத்தை எம்மீது மிகுதியாக்கும். துன்ப நேரங்களில் நாங்கள் துவண்டு விடாமல் / மிகுந்த மன உறுதியோடு / உம்முடைய சித்தத்திற்கு எம்மையே அர்ப்பணிக்க / அருள்புரியும். அதுவே உம் அன்பும் இரக்கமும் ஆகும். ஆமென்.

IV. தனிப்பட்ட கருத்துக்களுடன் இறை இரக்க செபமாலை

1.	தொடக்க செபம்	20
2.	கர்த்தர் கற்பித்த செபம்	21
3.	மங்களவார்த்தை செபம்	21
4.	விசுவாசப் பிரமாணம்	21

இறை இரக்கத்தின் செபமாலையுடன் ஐந்து தனி செபங்கள்

1. குடும்ப செபம் :

உங்கள் குடும்பம் பிரச்சினையில் இருக்கும் போது, உங்கள் குடும்பத்தார் செபிப்பதில் ஆர்வம் இல்லாமல் இருந்தாலும் அல்லது செபத்தில் பங்கேற்காமல் இருந்தாலும் உங்கள் ஒருவருடைய செபம், உங்கள் குடும்பத்தையே காப்பாற்றும். (திப 16:31)

உங்கள் குடும்பத்தார் வீட்டில் இல்லாத போது எப்படி செபிப்பது ?

(உங்கள் கரங்களை நீட்டி உங்கள் குடும்பத்தார் அனைவரும் உங்களோடு, ஆவியில், உங்களை

சுற்றிலும், முழந்தாள்படியிட்டு உங்கள் விரித்த கரங்களுக்கு கீழ் இருக்கிறார்கள் என்று கற்பனை செய்யுங்கள்).

செபம் : இயேசு ஆண்டவரே! என் குடும்பத்தாரையும், விசேஷமாய் என் கணவரையும் (மனைவியையும்) நான் அன்பு செய்யவும், மதிக்கவும் எனக்கு உதவி செய்யும். நான் எவ்வாறு அன்பு செய்ய வேண்டும், மதிக்க வேண்டும் என்று அவர்கள் விரும்பு–கிறார்களோ, அவ்வாறு அன்பு செய்ய எனக்கு உதவி செய்யும்.

நான், அவர்கள் என்னை எவ்வாறு மதிக்க வேண்டும், அன்பு செய்ய வேண்டும் என்று விரும்புகிறேனோ, அவ்வாறே, அவர்கள் என்னை அன்பு செய்யவும், மதிக்கவும் செய்தருளும்.

ஆண்டவரே தூய ஆவியின் வல்லமையால் எங்களை நிரப்பும். எங்களுக்குள் ஒரே மனதையும், ஒரே இதயத்தையும், ஒரே ஆவியையும் உருவாக்கும். ஆண்டவரே எங்கள் குடும்பத்தாருக்கு உம்முடைய ஒற்றுமையையும் சமாதானத்தையும் தந்தருளும். ஆண்டவரே, என் இதயத்தின் வேண்டுதல்களையும், விருப்பங்களையும் நீர் நிறைவேற்றும். உம் திருமுன், என் குடும்பத்தாரின் வேண்டுதல்களை சமர்ப்பிக்கிறேன்.

நித்திய பிதாவே, உமது நேச மகனும், எமதாண்டவருமான இயேசு கிறிஸ்துவின் உடலையும், இரத்தத்தையும், ஆன்மா மற்றும் தெய்வீகத்தையும் /எங்கள் பாவங்களுக்கும், அகில உலகின் பாவங்களுக்கும் பரிகாரமாக உமக்கு ஒப்புக் கொடுக்கிறேன்.

(பிறகு இறை இரக்கத்தின் செபமாலையின் முதல் பத்து மணிகளை இவ்வாறு செபியுங்கள்). 'இயேசுவின்

வேதனை நிறைந்த பாடுகளை முன்னிட்டு, அப்பா பிதாவே! எங்கள் மீதும், அகில உலகின் மீதும், எங்கள் குடும்பத்தின் மீதும் இரக்கமாயிரும்'.

முடிவில்:

தூய இறைவனே, தூய வல்லவரே......

2. உங்கள் பகைவருக்காக செபம் :

(கரங்களை உயர்த்தி உங்கள் பகைவர் அனைவரும் உங்களுக்கு முன்பாக நின்று கொண்டிருப்பதை உணர்ந்து இவ்வாறு செபியுங்கள்)

அ) ஆண்டவரே, நீர் என் பகைவர்களையும் அவர்கள் குடும்பங்களையும், என்னையும், என் குடும்பத்தையும் விட அதிகமாக ஆசீர்வதியும்.

ஆ) ஆண்டவரே, உம் தூய ஆவியால் அவர்களை நிரப்பியருளும்.

இ) ஆண்டவரே, அவர்கள் அனைவரும் இன்றுமுதல் எப்போதும் என் சார்பாக இருக்கச் செய்யும்.

நித்திய பிதாவே, உமது நேச மகனும், எமதாண்டவருமான இயேசு கிறிஸ்துவின் உடலையும், இரத்தத்தையும், ஆன்மா மற்றும் தெய்வீகத்தையும் /எங்கள் பாவங்களுக்கும், அகில உலகின் பாவங்களுக்கும் பரிகாரமாக உமக்கு ஒப்புக் கொடுக்கிறேன்.

(பிறகு இறை இரக்கத்தின் இரண்டாவது பத்து மணிகளை இவ்வாறு செபியுங்கள்) 'இயேசுவின் வேதனை நிறைந்த பாடுகளை முன்னிட்டு, அப்பா பிதாவே! எங்கள் மீதும், அகில உலகின் மீதும், எங்கள் பகைவர்கள் மேலும் இரக்கமாயிரும்'.

முடிவில்:

தூய இறைவனே, தூய வல்லவரே......

3. எதிர் மறையான அனுபவங்களில் இருந்தும் உள்மனக் காயங்களில் இருந்தும் குணம் பெற செபங்கள் :

(உங்களுடைய கரங்களை மார்புக்கு அரை அடி முன் சிலுவை வடிவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்). மோசே கசப்பான தண்ணீரின் மீது ஒரு மரத்துண்டை போட்டார். அத்தண்ணீர் நல்ல இனிமையான தண்ணீராக மாறியது. அவ்வாறே சிலுவையின் வல்லமை உங்களுடைய கசப்பான நினைவுகளையும், அனுபவங்களையும் இனிமையானதாக மாற்றும். வெள்ளை நிறக் கதிர்கள் உங்கள் இதயத்திற்குள் சிலுவையில் இருந்து பாய்வதை கற்பனை செய்து பாருங்கள். உங்கள் இதயத்தில் எல்லா வகையான கசப்பு அனுபவங்களும் சேர்த்து வைக்கப்பட்டிருப்பதை உணருங்கள். அந்த வல்லமையான கதிர்கள் உங்கள் உள்மனக் காயங்களை ஆற்றுவதை உணர்வீர்கள்.

செபம் : இயேசுவே, 'நீர் நேற்றும் இன்றும் என்றும் மாறாதவராக இருக்கிறீர்'. நீர் என்னுடைய கடந்தகால அனுபவங்களுக்குள்ளும், காயப்பட்ட உணர்வுகளுக்குள்ளும், எதிர்மறையான நிகழ்வுகளுக்குள்ளும் வந்து, என் நன்மைக்காக அனைத்தையும் என் சார்பாக உருமாற்றும்.

என் வாழ்வில் நிகழ்ந்த எல்லா வகையான எதிர்மறையான அனுபவங்கள் – புறக்கணிக்கப்பட்டவை. மன்னிக்க இயலாமை, வருத்தங்கள், பயம், தனிமைப்படுத்தப்பட்டது மற்றும் தோல்விகள் – இவை எல்லாவற்றின் மீதும் நான் செபிக்கிறேன். இயேசுவே! என் கசப்பான அனுபவங்களுக்குள் வாரும். அவைகளை இனிமையான நினைவுகளாக மாற்றும். என்னை அநியாயமாக காயப்படுத்தியவர்களை மன்னித்து அவர்களுக்காக செபிக்கிறேன். அவர்களை என்னை

விட அதிகமாக ஆசீர்வதியும்.

நித்திய பிதாவே, உமது நேச மகனும், எமதாண்டவருமான இயேசு கிறிஸ்துவின் உடலையும், இரத்தத்தையும், ஆன்மா மற்றும் தெய்வீகத்தையும் /எங்கள் பாவங்களுக்கும், அகில உலகின் பாவங்களுக்கும் பரிகாரமாக உமக்கு ஒப்புக் கொடுக்கிறேன்.

(பிறகு இறை இரக்கத்தின் மூன்றாவது பத்து மணிகளை இவ்வாறு செபியுங்கள்).

'இயேசுவின் வேதனை நிறைந்த பாடுகளை முன்னிட்டு' அப்பா பிதாவே! எங்கள் மீதும் அகில உலகின் மீதும் எங்கள் உள்மனக்காயங்கள் மீதும் இரக்கமாயிரும்'.

முடிவில்:

தூய இறைவனே, தூய வல்லவரே......

4. உடல் நோய்களிருந்து குணம்பெற செபம் :

(மார்பின் மீது உங்கள் கரங்களை சிலுவை வடிவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள் அல்லது நோய் உள்ள இடத்தில் உங்கள் கரங்களை வைத்துக் கொண்டு குணம் பெற செபியுங்கள். அப்போது சுகமோ அல்லது நோய்களை தாங்கிக் கொள்ளும் ஆற்றலோ அல்லது துன்பங்களை மகிழ்ச்சியோடு ஏற்றுக்கொள்ளும் வரமோ அருளப்படும்.)

செபம்: இயேசுவே! நீர் உம் காயங்களால் சுகமாக்குபவர். ஆண்டவரே என்னை சுகமாக்கும். சுகமாக்குபவரே, உம் காயங்களால் இப்பொழுதே என்னை சுகமாக்கும், என்னை மன்னியும் ஆண்டவரே. என் பாவங்களையும் என்

முன்னோர்களின் பாவங்களையும், கல்வாரியில் நீர் சிந்திய உம் தூய இரத்தத்தால் மன்னியும். உம்முடைய உயிர்ப்பின் வல்லமையாலும் உம் தூய ஆவியாலும் என்னை நிரப்பும்.

1. இன்றே என் வாழ்வில் பலவீனப்படுத்தும் ஆவிகளுக்கும், துன்புறுத்தும் ஆவிகளுக்குமான கடைசிநாள். (லூக்கா 19:10)
2. விரைவில் நான் தூய ஆவியால் நிரப்பப்படுவேன். (திப 1:5)
3. அப்பொழுது நான் புதிய படைப்பாக மாற்றப்படுவேன். இந்த புதிய படைப்பில், பழைய பலவீனங்களுக்கும். துன்பங்களுக்கும் இடமில்லை. (2 கொரி 5:17)
4. அப்பா பிதாவே, என்மீது இரக்கமாயிரும்.

   (மாற்கு 10:46–50)
5. ஓ இயேசுவே! தூய ஆவியால் என்னை நிரப்பும். (மத் 3:11)
6. தூய ஆவியே! ஆண்டவருடைய கட்டளைகளையும், திருச்சபையின் கட்டளைகளையும், கடைப்பிடித்து வாழ எனக்கு உதவும். அதனால், யோசுவா 1:8ல் ஆண்டவர் அளிக்கும் வாக்குறுதி என்னில் நிறைவு பெறும்.
7. பலவீனப்படுத்தும் ஆவியையும், துன்புறுத்தும் ஆவியையும், ஆண்டவராகிய இயேசு கிறிஸ்துவின் நாமத்தினால் கட்டி. அவருடைய பாதங்களில் இப்பொழுதே தள்ளுகிறேன்.

   (மாற்கு 16:17–18)
8. இந்த தீய ஆவிகள் ஆண்டவருடைய இரண்டாம் வருகை மட்டும் அவர் பாதங்களில் இருக்கட்டும்.

(திவெ 22:20). இயேசு உன்னைக் கடிந்து கொள்வார். (யூதா 1:8)

9. இயேசுவின் காயங்களால் நான் குணமடைந்துவிட்டேன். (1பேதுரு 2:24). இயேசுவின் இரத்தத்தினால் என் பாவங்கள் மன்னிக்கப்பட்டன. எபி 9:22 தூய ஆவியாலும் இயேசுவின் உயிர்ப்பின் வல்லமையாலும் நான் நிரப்பப்படுகிறேன். (எபே 1:19–21) எபே 2:4–6)

10. இயேசுவின் வேதனை நிறைந்த பாடுகளை முன்னிட்டு, என்மீதும். அகில உலகின் மீதும், என் நோய்கள் மற்றும் துன்பங்களின் மீதும் இரக்கமாயிரும்.

நித்திய பிதாவே, உமது நேச மகனும், எமதாண்டவருமான இயேசு கிறிஸ்துவின் உடலையும், இரத்தத்தையும், ஆன்மா மற்றும் தெய்வீகத்தையும் /எங்கள் பாவங்களுக்கும், அகில உலகின் பாவங்களுக்கும் பரிகாரமாக உமக்கு ஒப்புக் கொடுக்கிறேன்.

(பிறகு இறை இரக்கத்தின் நான்காவது பத்து மணிகளை இவ்வாறு செபியுங்கள்).
'இயேசுவின் வேதனை நிறைந்த பாடுகளை முன்னிட்டு' அப்பா பிதாவே! எங்கள் மீதும் அகில உலகின் மீதும் எங்கள் நோய்கள் மீதும் இரக்கமாயிரும்').

முடிவில்:
தூய இறைவனே, தூய வல்லவரே......

5. தூய ஆவியால் நிரப்பப்பட செபம் :

(இரு கரங்களையும் உயர்த்தி தூய ஆவியால் நிரப்பப்பட செபியுங்கள்).

செபம் : ஆண்டவரே, நீர் வாக்களித்த உம்முடைய தூய ஆவியால் என்னை நிரப்பும். ஆண்டவரே, தூய ஆவியின் ஏழு வரங்களையும், பன்னிரெண்டு கனிகளையும் ஒன்பது கொடைகளையும் எனக்குத் தாரும். தூய ஆவியானவரே, இயேசு கிறிஸ்துவின் சாட்சியாக நின்று, இயேசுவே ஆண்டவர் என்று முழக்கமிட எனக்கு உதவி செய்யும்.

நித்திய பிதாவே, உமது நேச மகனும், எமதாண்டவருமான இயேசு கிறிஸ்துவின் உடலையும், இரத்தத்தையும், ஆன்மா மற்றும் தெய்வீகத்தையும் /எங்கள் பாவங்களுக்கும், அகில உலகின் பாவங்களுக்கும் பரிகாரமாக உமக்கு ஒப்புக் கொடுக்கிறேன்.

(பிறகு இறை இரக்கத்தின் ஐந்தாவது பத்து மணிகளை இவ்வாறு செபியுங்கள்).

'இயேசுவின் வேதனை நிறைந்த பாடுகளை முன்னிட்டு, அப்பா பிதாவே, எங்கள் மீதும் அகில உலகின் மீதும் எங்கள் வேண்டுதல்கள் மீதும் இரக்கமாயிரும்'.

முடிவில்:
தூய இறைவனே, தூய வல்லவரே.....

.

இறுதி செபம் – பக்கம் 23

V. உங்களுடைய கருத்துக்கள் நிறைவேற செபமாலை செபியுங்கள்

(செபமாலையின் ஒவ்வொரு பத்து மணிகளிலும் இக்கருத்துக்களுக்காக செபியுங்கள்)

1. உலகெங்கும் உள்ள எல்லா குடும்பங்களின் நல்லுறவுக்காகவும், நலன்களுக்காகவும்.
2. எல்லா மனிதரும் ஒப்புரவும் மனமாற்றமும் பெற
3. அனைவரும் தூய ஆவியால் நிரப்பப்பட
4. நோயுற்றோர், உடல் ஊனமுற்றோர், தீராத வியாதியுள்ளோர் அனைவரும் சுகம் பெற
5. திருத்தந்தை, ஆயர்கள், குருக்கள், திருத்தொண்டர்கள், துறவியர், நற்செய்தி அறிவிப்போர், இறை ஊழியர்களுக்காக

   ஆதி திருச்சபை, திருமறை நூலை செபித்தது. தற்போது செபமாலையும் செபிக்க ஊக்குவிக்கின்றது.**(CCC 2678)**

VI. நற்செய்தி வாசித்தல்:

இறைஇரக்கத்தின் செபமாலை, மரியன்னையின் செபமாலையின் முடிவில் அன்றைய நற்செய்தி பகுதியையோ அல்லது ஏதாவது ஒரு நற்செய்தி பகுதியையோ வாசிக்கவும்.

VII. தியானம்:

வாசித்த நற்செய்தியை ஐந்து நிமிடங்கள் தியானிக்கவும். **(CCCC570)**

VIII. திருப்பலியில் பங்கேற்றல்

உங்கள் கருத்துக்களோடு தினமும் திருப்பலியில் பங்கு கொள்ளவும். (பக்கம் 16–17)

உங்களால் திருப்பலியில் பங்கேற்க முடியாத போதெல்லாம் " என்னிடம் வா நவநாள் செபத்தை' படித்து, அன்றைய நாளின் கருத்துக்களை, மனதால் உங்கள் ஆலயத்தின் பலிபீடத்தில் வைத்து செபிக்கவும்.

(நவநாள் செபங்கள், திருப்பலிக்கு சமம் அல்ல)

தீவிர ஆன்மீக செபம்

சில கடுமையான பிரச்சினைகளையும், நோய்களையும் வெற்றி கொள்வதற்கு, இந்த ஒன்பது நாள் தீவிர செபம் பரிந்துரைக்கப் படுகிறது.

1. ஒவ்வொரு நாளும் ஒன்பது முறை இறை இரக்க செபமாலை சொல்லவும்
2. மத்தேயு முதல் யோவான் நற்செய்தி வரை, தினமும் ஒன்பது அதிகாரங்கள் வாசிக்கவும்.
3. ஒரு மணி நேர திவ்ய நற்கருணை ஆராதனை ஒன்பது நாட்களும் செய்தல்
4. முழுமையாக, உண்மையான ஒப்புரவு அருட்சாதனம் பெறுதல்.
5. ஒன்பது நாட்களும் முழுத்திருப்பலியுடன் நன்மை உட்கொள்ளுதல்.

தனி செபத்தின் ஆழமான தேவையை அனைவரும் உணர்ந்து உள்ளனர். உண்மைக் கிறிஸ்தவராக வாழ்வது அதுவும் பிறமத சகோதரரோடு வாழ்வது என்பதே மிகுந்த பாரமான காரியம். மிகுந்த பாரத்தோடு வாழ்பவர்களையும், வாழ்வதற்கே கஷ்டப்படுவர்களையும் பார்த்து

“என்னிடம் வாருங்கள். உங்களை நான் இளைப்பாற்றிப் புதுப்பிப்பேன்” என்கிறார் இயேசு. பலத்த சோதனைகள், மனவலி, குடும்பத்தில் அன்றாடம் நிகழும் போராட்டங்கள் மற்றும் வியாபார உலகில் நிகழும் நிச்சயமற்ற தன்மைகளும், அனைத்துவித போராட்டங்களும் செபத்தினால் ஜெயிக்கும் தாகத்தை அதிகப்படுத்துகின்றது. இவ்வித போராட்ட நேரங்களில் இயேசு திவ்ய நற்கருணையில் இருந்து நம் உடைந்த உள்ளத்தைத் தேற்றுவார்.

இயேசு, நம்மில் ஒன்றிக்க அப்ப வடிவத்தைத் தேர்ந்தெடுத்தார். அப்பம், அந்த வடிவத்தைப் பெறும் முன், அடிக்கப்பட்டு, உடைக்கப்பட்டு, அரைக்கப்பட்டு இறுதியாக அப்ப வடிவம் பெறுகிறது. இயேசுவும் நமக்காக கல்தூணில் கட்டி அடிக்கப்பட்டார். உள்ளம் உடைந்தார். சிறுமைப்பட்டார்.

அவரே வானிலிருந்து இறங்கி வந்த உயிருள்ள உணவு. இதுவரையில் வந்த எல்லா வான் படைகளிலும் மிகுந்த பலம் கொண்டு அளவிட முடியாத வல்ல இறைவன், திவ்ய நற்கருணை நாதரே. அவர் சகல சக்திகளுக்கும் முன்னோடி. விண் மற்றும் மண் உலகின் எந்த சக்திக்கும் மீறிய உந்து சக்தி அவரே.

திவ்ய நற்கருணை பிரசன்னம். அனைவருக்கும் மீட்பின் பலன்களை உறுதி செய்கிறது. அவரின் வார்த்தை இன்றும், என்றும், என்றென்றும் மாறாதது.

அவர் நமக்கு இன்று அருளும் வார்த்தை "என்னில் பலம் கொள். திகையாதே, கலங்காதே." மாற்கு 6:50.

இயேசு நமக்குக் கொடுத்த விலை இல்லா பொக்கிஷம் திவ்ய நற்கருணை. இங்கு அவர் நமக்காக தினமும் காத்திருக்கின்றார். இவர் மூலம் நம் உடைந்த உள்ளம் தேற்றப்படும்.

பாவங்களுக்கு மன்னிப்பு பெறுவது எப்படி ?

1. பாவத்தின் பலனை அனுபவிக்க மாட்டேன் என உறுதியுடன் முடிவு செய்யுங்கள். சிராக் 37:17–18
2. பரிசுத்த வாழ்வை வாழுங்கள். யோவான் 5:14
3. உங்கள் எதிரிகளை மன்னியுங்கள். மத்6:14–15.
4. பரிகாரம் செய்யுங்கள். லூக் 19: 1–10
5. உபவாச செபம். யோனா. 3:4–10
6. தர்மம் செய்யுங்கள். தோபித்து 4:10–11
7. குருவானவரிடம் பாவ மன்னிப்பு பெறுதல். யோவான் 20:23, யாக்கோபு 5:14:16. வருடத்திற்கு ஒருமுறையாவது பாவசங்கீர்த்தனம் செய்வது. **CIC 989** (வகையிலும், எண்ணிக்கையிலும் **CIC 988)** சாவானபாவம் இருப்பின்,நன்மை வாங்கும் முன் பாவசங்கீர்த்தனம் செய்யவும். **CCCC 305.**

குறிப்பு : பிற பிரிவு மக்கள் 1 முதல் 6 செயல்களை மட்டும் செய்யவும்.

மைக்கேல் அதிதூதர் செபம்

வானக சேனைகளின் மகிமை நிறைந்த தூய மைக்கேல் சம்மனசே! வானக சேனையின் தலைமைத் தூதரே! எங்கள் போராட்ட நேரங்களிலும், இருளின் அதிகாரம் பெற்ற ஆட்சியாளர்களின் ஆதிக்கத்திற்கு எதிராய் எங்களை காத்தருளும். சத்ருவின் உச்சக்கட்ட தாக்குலிதன் போது எங்களை காத்தருளும். (எபே 6:12) கடவுளின் சாயலாக அவருடைய மீட்பின் வல்லமையால் படைக்கப்பட்ட எங்களைப் பாதுகாக்கவும், உதவவும் வாரும். திருச்சபை உம்மை அதன் பாதுகாவலராகவும், உற்ற துணையாகவும் கருதுகிறது. சர்வேஸ்வரர் தாமே உம்மை, மீட்கப்பட்ட ஆன்மாக்களை மோட்சத்தில் சேர்க்க நியமித்துள்ளார். சத்ருவின் தலையை நசுக்கி அதன் அதிகாரங்களை சர்வேஸ்வரனின் காலடியில் வைக்கவும் அதன் கொடூரத் தன்மைகள், மனிதனை அடிமைப்படுத்தாமல் எங்களை உமது பாதுகாவலில் வைத்துக்கொள்ளும். திருச்சபையைக் காயப்படுத்தாமல் பாதுகாத்துக் கொள்ளும். எங்களின் செபங்களை சர்வவல்ல தேவனின் திருப்பாதத்தில் சமர்ப்பித்தருளும். எங்களின் செபங்களை யாதொரு தொய்வுமின்றி கடவுளின் இரக்கத்தைப் பெறச் செய்வீர். சத்ருவின் செயல்பாடுகளையும், சாத்தானின் போராட்டங்களையும் உமது வானக வல்லமையினால் வெற்றிகொள்ள வல்லமைதாரும். அதன் பொய்மைகளை பாதாளத்தில் கட்டவும், அதன்மூலம் இனி, உலகை அதன் இச்சைகளுக்கு ஆட்கொள்ள முடியாதபடிக்கு (திருவெளிப்பாடு 20:2) அதன் செயல்களை சர்வேஸ்வரனின் பார்வையில் கட்டி எங்களைக் காத்துக் கொள்ளும். ஆமென்.

தீய சக்திகளிடம் இருந்து விடுபெற, திருத்தந்தை 13ம் லியோ அவர்களது விடுதலை செபம்

நம் ஆண்டவர் இயேசு கிறிஸ்துவின் வல்லமையுள்ள நாமத்திலும், மாசற்ற அன்னை மரியா மற்றும் அதிதூதரான தூய மைக்கேல், புனிதர்களுள் பேறுபெற்ற தூய பேதுரு, தூய பவுல் மற்றும் அனைத்து புனிதர்கள் பரிந்துரையாலும், பிசாசின் தாக்குதல்கள், மற்றும் ஏமாற்று வித்தைகளில் இருந்து விடுபெற நாங்கள் நம்பிக்கையுடன் வேண்டுகிறோம். (திபா 68:1–2)

'கடவுள் எழுந்தருள்வார். அவருடைய எதிரிகள் சிதறடிக்கப் படுவார்கள். அவரை வெறுப்போர் அவர் முன்னிலையினின்று ஓடிப்போவார். புகை அடித்துக் செல்லப்படுவது போல அடித்துச் செல்லப்படுபவர். நெருப்புமுன் மெழுகு உருகுவதைப் போல கடவுன் முன் பொல்லார் அழிந்தொழிவார்கள்.

முதல்வர் : ஆண்டவரின் திருச்சிலுவை முன்னே எதரிகளின் படை சிதறுண்டு போவதாக!

அனைவரும் : யூதா குலத்தின் சிங்கமும், தாவீதின் குலக்கொழுந்துமானவர் வெற்றி பெற்றுவிட்டார். (தி.வெ 5:5)

முதல்வர்: இறைவா, உமது இரக்கம் எங்கள் மேல் இரங்கி வருவதாக.

அனைவரும்: நாங்கள் உம்மீது கொண்ட எதிர்நோக்கின் படியே ஆகட்டும்.

(குருவானவர் செபிக்கையில் மந்திரிக்கப்பட்ட திருச்சிலுவையை கொண்டு தீய சக்தியில் இருந்து

விடுதலை பெற விரும்பும் அந்த நபருக்காக, கீழ்க்கண்ட செபத்தை செபிக்க வேண்டும். இறைமக்கள் இந்த சிலுவை அடையாளம் ✝இருக்கும் இடங்களில் கையால் சிலுவை வரைய வேண்டும்).

இயேசுவின் வல்லமையுள்ள திருநாமத்தினால், அசுத்த ஆவிகளையும், சாத்தானின் தீயசக்திகளையும், நரகத்தின் தாக்குதல்களையும், எல்லா தீமைகளின் படைகளையும், சபைகளையும், பிரிவுகளையும் என்னிடம் இருந்துவிரட்டுகிறேன். ✝ திருச்சபையிலிருந்தும், இறை சாயலாகப் படைக்கப்பட்ட இயேசுவின் விலைமதிப்பற்ற திரு இரத்தத்தினால் விலை கொடுத்து வாங்கப்பட்ட மனிதரிடமிருந்தும். உங்களை பிடிங்கி எறிந்து விரட்டுகிறேன். ✝ பாம்பு போன்ற தந்திரமான சாத்தானே, மனுக்குலத்தை ஏமாற்றவோ, திருச்சபையைத் துன்புறுத்தவோ, கடவுளால் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ளப்பட்டவர்களை வேதனைக்குள்ளாக்கி கோதுமை மணிகளைப்போல் அரித்தெடுக்க இனி உன்னால் இயலாது.

✝ அனைத்துக்கும் மேலான இறைவன் உனக்கு கட்டளை இடுகின்றார். ✝ நீ உன் கர்வத்தினால், சமமாக நினைக்கும் இறைவன், எல்லா மனிதர்களும் மீட்பு பெறவும், உண்மையை அறிந்துணரவும் வேண்டுமென விரும்பும் (1திமொ 2:4) தந்தையாம் இறைவன் கட்டளையிடுகின்றார். ✝ இறைமகனாம் இயேசு கட்டளையிடுகின்றார்.

✝ தூய ஆவியாம் கடவுள் கட்டளையிடுகின்றார். ✝ வார்த்தை மனுவுருவான இயேசு கிறிஸ்து

கட்டளையிடுகின்றார். ✝ அவர், உன் பொறாமையினால், நீ அழிக்க நினைத்த மனுக்குலத்தை மீட்க, சாவை ஏற்கும் அளவுக்கு. அதுவும், சிலுவை சாவை ஏற்கும் அளவுக்கு, தம்மைத் தாழ்த்திக்கொண்டார். (பிலி 2:8). உலகம் முடியும்வரை நான் எந்நாளும் உங்களோடு இருக்கிறேன் (மத் 28:20) என்று பாறைமேல் அவர் எழுப்பிய திருச்சபையை, நரகத்தின் வாயில் அதை தீண்டாவண்ணம் காத்துவருகின்றார். உன்னத திருச்சிலுவையின் அடையாளத்தினால் கட்டளையிடுகின்றேன். ✝ கிறிஸ்துவ நம்பிக்கையின் மறைபொருள் சக்தியினால் கட்டளையிடுகின்றேன். ✝ தனது அமல உற்பவத்தினால் சாத்தானின் தலையை மிதித்து அழித்த கன்னித்தாய் அன்னை மரியாள் கட்டளையிடுகின்றார். ✝ திருத்தூதர்கள் தூய பேதுரு, தூய பவுல் மற்றும் அனைத்து திருத்தூதர்களின் விசுவாசம் கட்டளையிடுகிறது. ✝ மறைசாட்சிகளின் திரு இரத்தமும், புனிதர்களின் பக்திநிறைந்த பரிந்துரையும் கட்டளையிடுகின்றது. ✝ எனவே, சபிக்கப்பட்ட பறக்கும் நாகங்களே, பேய்த்தன முள்ள படைகளே, வாழும் இறைவனின் மூலம் உன்னைவிரட்டுகிறேன். ✝ உண்மையுள்ள இறைவனின் மூலம் உன்னை விரட்டுகிறேன். ✝ பரிசுத்த இறைவனின் மூலம் உன்னை விரட்டுகிறேன். ✝ தம் ஒரே மகன் மீது நம்பிக்கை கொள்ளும் எவரும், அழியாமல் நிலைவாழ்வு பெறும் பொருட்டு, அந்த மகனையே அளிக்கும் அளவுக்கு

உலகின்மீது அன்பு கூர்ந்த இறைவனின் (யோவான் 3:16) மூலம் உன்னை விரட்டுகிறேன். ✝ மனுக்குலத்தை ஏமாற்றி, அவர்கள்மீது முடிவில்லாத பழிகேட்டுக்கு உள்ளாக்கும் விஷத்தை ஊற்றுவதை நிறுத்து. திருச்சபையின் சுதந்திரத்துக்கு தடைகள் ஏற்படுத்தி துன்புறுத்துவதை நிறுத்து. மனிதனின் மீட்புக்கு எதிரியான, சாத்தானே, பொய்மையின் தலைவனே, உடன் போய்விடு. உன் தந்திரத்தினால் நீ வெற்றி கொள்ள முடியாத கிறிஸ்துவுக்கு இடம் கொடு. கிறிஸ்து, தன் இரத்தத்தினால் சொந்தமாக்கிக் கொண்ட ஒரே பரிசுத்த, கத்தோலிக்க, அப்போஸ்தல திருச்சபைக்கு இடம் கொடு. எல்லாம் வல்ல இறைவனின் கரங்களின் கீழ் குனிந்து வணங்கு. பரிசுத்த உன்னத இயேசுவின் பெயரால், இறைவனின் கருணையை நாங்கள் வேண்டும் பொழுதே, நடுநடுங்கி ஓடிப்போவாயாக. இப்பெயரே நரகத்தை நடுநடுங்கச்செய்கிறது. இப்பெயருக்கே, தூய்மையும் விண்ணகத்தின் அதிகாரமும், சக்திகளும் தாழ்மையோடு சமர்ப்பிக்கின்றன. இப்பெயருக்கே கெருபினும், செரபிமும் இடைவிடாது பரிசுத்தர், பரிசுத்த தேவன், படைகளின் ஆண்டவர் என்று, புகழ் பாடுகின்றனர்.

முதல்வர் : ஆண்டவரே எங்கள் செபத்தை கேட்டருளும்.

அனைவரும் : எமது கூக்குரல் உம்மிடம் வருவதாக!

முதல்வர்: ஆண்டவர் உம்மோடு இருப்பாராக!

அனைவரும் : உம்மோடும் இருப்பாராக!

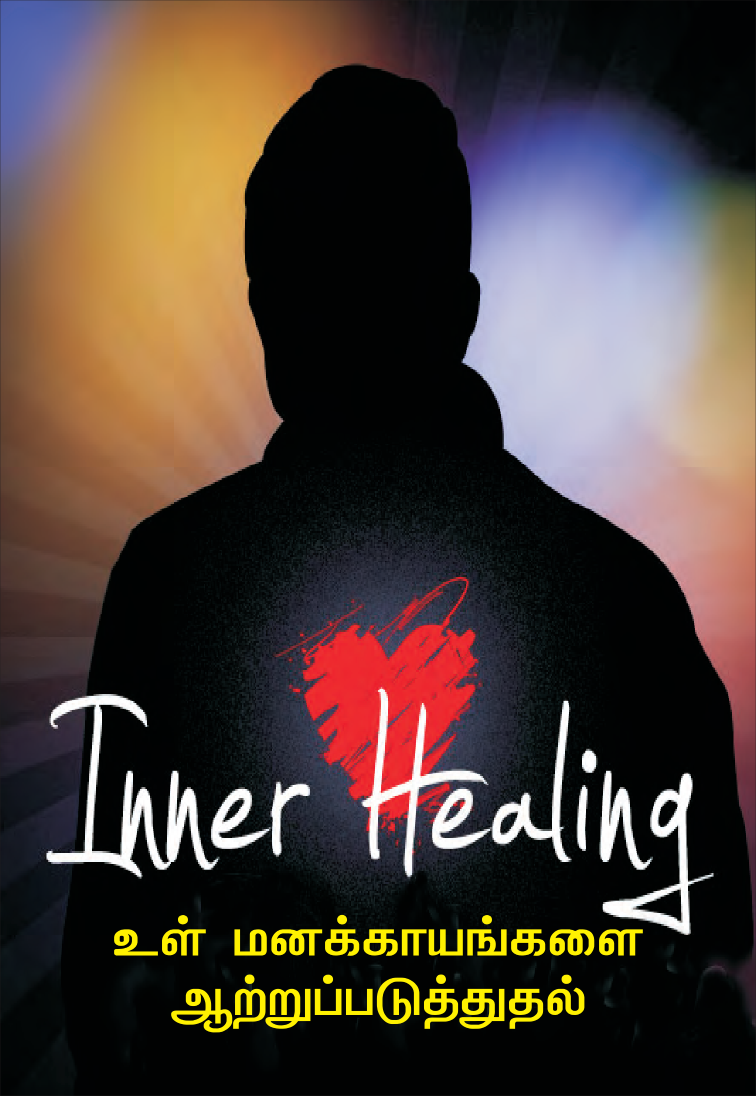
செபிப்போமாக!

விண்ணக மண்ணக இறைவா, அனைத்து தூதர்கள், அதிதூதர்களின் இறைவா! குருக்கள், அப்போஸ்தலர்கள், மறைசாட்சிகள், இறைவாக்கினர்கள், கன்னியர்களின் இறைவா!

இறப்பிற்குப் பின்பும் வாழ்வு அளிப்பவர் நீர் ஒருவரே. உம்மைத்தவிர வல்ல தேவன் இவ்வுலகில் இல்லை. நீரே கட்புலனானவர், கட்புலன் ஆகியவற்றின் இறைவன். உமது ஆட்சிக்கு முடிவு என்பதே இல்லை. எல்லா இனத்தாரும் வந்து உம் திருத்தாள் பணிவர். எங்களை அனைத்து பாவக் கறையினின்றும், சோதனையினின்றும், தீய சக்திகளிடம் இருந்தும் விடுவித்து, பகைவனின் கன்ணியினின்றும் தப்புவித்து, எதிரிகளின் பகை விரோதத்தினின்று தப்புவித்து, உமது வல்லமையுள்ள பராமரிப்பினால் எங்களைக் காத்து வழி நடத்த வேண்டுமென்று, எங்கள் ஆண்டவர் இயேசு கிறிஸ்து வழியாக உம்மை மன்றாடுகிறோம் – ஆமென்.

சாத்தானின் கண்ணியினின்று எங்களை விடுவித்தருளும் ஆண்டவரே. இதன் மூலம் நாங்கள் உமது உண்மையான பணியாளர்களாக திருச்சபைக்கு பணி புரிய பகைவனின் தீய சக்திகளிடம் இருந்து எங்களைக் காத்து, சாத்தானை கீழே வீழ்த்தி நசுக்கியருள உமதருள் வேண்டுகிறோம். எங்கள் செபத்தைக் கேட்டருளும். ஆமென்.

(தூய நீரைத் தெளிக்கவும்).


Inner Healing
உள் மனக்காயங்களை
ஆற்றுப்படுத்துதல்

உள் மனக்காயங்களை ஆற்றுப்படுத்துதல்

உள் மனக்காயங்கள் ஆற்றுப்படுத்துதல் என்பது ஒருவருடைய வாழ்வில் மனமாற்றமும், மனத்தூய்மையும் பெறுவதற்கான செபமும் ஆலோசனையும் ஆகும்.

உள் மனக்காயங்கள் ஆற்றுவது மக்களைப் பக்குவப்படுத்தும் ஒரு கருவி.

இயேசு கிறிஸ்துவில் வெற்றி பெற்ற முழுமையான மனிதர்களாய் இருக்கவும், ஏசுவில் மிகவும் பயனுள்ள வாழ்வு, வாழவும் ஆற்றுப்படுத்துதல் உதவும்.

பாடுபட்டு மரித்து, உயிர்த்தெழுந்த கிறிஸ்து–வையும், அவருடைய பரிசுத்த இரத்த பலனையும், கொண்டு மனதில் குணம் அடையாத பகுதிகளில் குணம் பெற முடியும்.

அடிமைத்தனத்தில் இருந்து வெளிவரவும், சுதந்திரமாக வாழவும் இது ஒரு கருவி.

ஏசு கிறிஸ்துவில் வெற்றிகரமாக வாழ இது ஒரு கருவியாய் உதவும்.

ஒருவருடைய வாழ்வில் செபமும், ஆற்றுப்படுத்துதலும், மீட்பின் பலனை வாழ்வின் எல்லா பரிமாணங்களிலும் பயனடையச் செய்யும் கருவி.

உள் மனதை சுத்தம் செய்ய உதவும் கருவி. உள் மனதில் வெறுப்பு, காயங்கள், சந்தேகங்கள், ஏற்றுக் கொள்ளாமை, பயம், யாவும் மறைக்கப்பட்டு புதைக்கப்படுகிறது. குறைகள் ஏற்பட்ட போது அதை முறையாக கையாளப்படாமல் விட்டதாலும் அல்லது அதை அக்கறையின்றி விட்டதாலும் ஏற்பட்ட பாதிப்புகள் ஆற்றுப்படுத்துவதால் குணமாகும்.

உங்கள் வாழ்வில், நன்மைகள் மற்றும் நல்ல செயல்களைத் தடுக்கும் உள் மனக்காயங்களின் வெளிப்பாடுகள்:

1. அதிக வெட்கம்
2. பயங்கள், (பரீட்சை, வியாதி, விலங்குகள், பூச்சி, மக்கள், காற்று, நீர், ஆறு, ஏரி, மின்னல், பேய், ஆவிகள், சாத்தான், மந்திரவாதிகள், பிச்சைக்காரர்கள், அந்நியர்கள், வண்டி ஓட்ட பயம், நீச்சல், வியாதிகள், குளிக்க, குடும்ப வாழ்வு, ஆண், பெண் உறவில் பயம், எதிர்பால் பயம்) ஆசிரியர், குழந்தைகள், பெரியவர், சமநிலையில் இருப்பவர் மீது பயம்.
3. மனஉளைச்சல், தேவையற்ற எதிர்கால விளைவுகள் குறித்த பயம். நியாயம் அற்ற பயம் (இவை அனைத்தும் நிரந்தரமாக மனதை தொடர்ந்து ஆட்கொள்வது)
4. தொடர் வேதனைகள் கஷ்டங்கள், இவைகளில் இருந்து வெளிவரமுடியாத போராட்டம்.
5. தனிமைப்படுத்தப்பட்ட எண்ணங்கள் (எ.கா.) இந்த கூட்டத்தில் நான் மட்டும் தனித்து உள்ளேன்.
6. ஆதாரமற்ற பயம், சிறுவிஷயங்கள் குறித்த பயம், தனி அறையில் தனியாக இருக்க பயம், உயரம் குறித்த பயம், குறுகிய இடம் குறித்த பயம் மற்றும் பிற பயங்கள்.
7. நான் ஒன்றுக்கும் உதவாதவன் என்ற தாழ்வு மனப்பான்மை
8. என்னை அன்பு செய்வார் யாரும் இல்லை என்ற

எண்ணங்கள்

9. அனைவரும் என்னை வெறுக்கிறார்கள் என்ற எண்ணம்
10. எனக்கு நண்பர்கள் யாரும் இல்லை. அனைத்து நபர்களும் எனக்கு எதிராக உள்ளனர். எந்த காரணமும் இன்றி யாரோடும் ஒத்து போகாத மனநிலை .
11. உணர்வு மாறும் மனநிலை
12. அனைவராலும் எளிதாகக் காயப்படக் கூடிய நபர்
13. அனைவரோடும் சுமுகமாக போக முடியாதவர்கள்
14. அதிக நம்பிக்கை
15. தன்னம்பிக்கை இல்லாதவர்கள்
16. மேடை பயம்
17. திக்கிப்பேசுதல்
18. உளவியல் சம்பந்தப்பட்ட வியாதிகள் பாக்டிரியாவோ அல்லது வேறு வைரஸ் தாக்குதல் இல்லை என்றாலும் அது வைரஸ் பாதிப்பு என்று தானாக நினைப்பது
19. அனைத்து வித ஒவ்வாமைகளும் (எ.கா.) சாப்பாடு, தூசி, காலைப்பனி, மகரந்தம், வாசனைத் திரவியங்கள், துணி, அணிகலன்கள், குளிர்ந்த நீர், கோடைக்காலம், குளிர்காலம் மற்றும் பல நிலைகள்.
20. மற்றவர்களிடம் எளிதாகத் தொடர்பு கொள்ளக்–கூடிய திறமைக்குறைபாடு.
21. மறந்து விடுகின்ற தன்மை.
22. உளவியல் தடைகள், உளவியல் நோய்கள் மற்றும் மன பயங்கள்.
23. மனப்பூர்வமில்லாமல் பாலுணர்வு தூண்டப்படுதல்.

24. தூக்கமின்மை மற்றும் அதிக தூக்கம் அல்லது எப்போதும் களைப்பாக உணர்வது.
25. பயங்கரக் கனவுகள்
26. கவனச் சிதறல்கள்
27. ஞாபக சக்தி இன்மை
28. உழைப்பிற்கு ஏற்ற மதிப்பெண் மற்றும் பலன் இல்லாத நிலை
29. உணவு உட்கொள்ளுதல் குறைபாடுகள் அதிகமாக உண்ணுவதும், குறைவாக அல்லது அதிகமாக, சாப்பிட பிடிக்காமல் இருப்பது
30. பங்காளிகள், பிள்ளைகளோடு அல்லது பெற்றோரோடு மனம் திறந்து பேச முடியாத நிலை.
31. கற்பனை கோட்டையில் மகிழ்தல், அந்த எண்ணங்களோடு வாழ நினைப்பது.
32. பாதுகாப்பற்ற நிலை.

பாவத்திற்கு இட்டுச்செல்லும் உள் மனக் காயங்கள்

1. கவர்ச்சியால் உந்தப்படுதல் – கவர்ச்சிக்கு அடிமைப்பட்டால் இகழ்ச்சிக்கு உள்ளாவீர்கள். **CCC 2847**
2. மனஅழுத்தம்– தற்கொலைக்குக் கூட இட்டுச் செல்லலாம்.
3. தவறான, கட்டுப்பாடற்ற கற்பனை.
4. தற்கொலை எண்ணங்கள்
5. தவறாக புரிந்து கொள்ளுதல்.

6. தவறாக விளங்கிக் கொள்ளுதல்.
7. பிறர் மீது நம்பிக்கை அற்ற தன்மை அல்லது எப்போதும் பிறர் மீதும் சந்தேகப்படுதல்.
8. தன்னிரக்கம்
9. கண்மூடித்தனமான ஆசைகள்
10. மிருகங்கள் மற்றும் பொருட்கள் மீது அபரிமிதமான அன்பு
11. கோபமான மனநிலை, கெட்ட கோபம், ஆத்திரம்.

பாவத்திற்கு ஏதுவான உள்மனக் காயங்கள்

1. பொறாமை
2. பெருமை
3. வெறுப்பு
4. மன்னிக்க முடியாமை மற்றும் உடைந்த உறவுகள்
5. கடவுளுடைய கட்டளைக்கும், திருச்சபையின் கட்டளைக்கும் கீழ்ப்படியாமை
6. செபிக்க இயலாமை, அறவே செபம் இல்லாதது பாவம்
7. கடவுள் மீது நம்பிக்கை அற்ற நிலை/ உரோமையர் 14:21.
8. பிறரைப் பற்றி அவதூறு மற்றும் தவறான செய்திகளைப் பரப்புவது.
9. நம்பிக்கை இன்மை (கையறு நிலை)
10. மனம் திருந்தவும், பாவ பரிகாரம் செய்யவும் முடியாத நிலை
11. தற்பெருமை
12. சூதாட்டம், குடி, போதை மருந்துகளுக்கு அடிமை

13. பாலியல் அடிமைத்தனம் மற்றும் பாலியல் அரக்கத்தனம், இயற்கைக்கு மாறான மோகபாவ அரக்கத்தனங்கள்.
14. குற்றப்படுத்துதல்
15. சுய நியாயம்
16. பிறர்மீது குற்றம் சுமத்தி வன்முறையைத் தூண்டி விடுவது, பிறரை வீண்பழிக்கு உட்படுத்துவது.
17. போசனப் பிரியம்
18. சோம்பல், பிறகு பார்க்கலாம் தன்மை
19. கடவுளைப் பற்றியும், குருக்கள் மற்றும் பிறரைப் பற்றியும் தவறாக பேசுவது.
20. பேராசை, சொத்து சுகம் அடைய ஆசை
21. மந்திரவாதி மற்றும் செய்வினை பிரயோகப்–படுத்துவது
22. பொய் சொல்வது, உளவியல் பொய்கள்
23. சொத்துக்களை நாசப்படுத்துவது. ஊதாரித்தனம்
24. சொகுசான வாழ்க்கையில் நாட்டம், தேவைக்கு அதிகப்படியான செலவுகள்
25. கொள்ளை அடித்தல் – திருடுதல்.
26. போதை,பணம், விபச்சாரம், பெண்களை அடிமைப் படுத்துதல்
27. பொறுப்பற்ற தன்மை
28. தவறான கண்ணோட்டம்
29. பிறர் பொருளை, உடலை அபகரிப்பது, அட்டூழியங்கள், சமூக விரோதப்போக்கு, தீவிரவாதம், இனவாதம், போர் (இனம், மதம், மொழி) விலங்கு வதை

உள்மனக்காயங்கள் – காரணம்

1. அன்பு பெறாத அனுபவங்கள்
2. ஏற்றுக் கொள்ளாமல் நிராகரிப்பட்ட உணர்வுகள்
3. வலியும், வேதனையும் தந்த அனுபவங்கள்
4. எதிர்மறை எண்ணங்கள்
5. காயப்பட்ட எண்ணங்கள்
6. முன்னோர் மற்றும் பெற்றோரின் செயல்களால் ஏற்படுத்தப்பட்ட விளைவுகள்.
7. சாத்தானால் ஏற்படுத்தப்பட்ட விளைவுகள்.

தீர்வு :

1. இயேசுவோடு நடந்து, கடந்த கால வளர்ச்சி பாதையை கடப்பது
2. நிபந்தனை அற்ற மன்னிப்பு
3. உள்மனக் காயங்கள் ஆற்ற ஆற்றுப்படுத்துதல் ஆராதனை (தகுதி பெற்ற நபரை கொண்டு வழிநடத்தப்பட வேண்டும்.)
4. உள்மனக் காயங்கள் ஆற்றப்பட தொடர்ந்து செபங்களைச் செய்வது
5. விடுதலை மற்றும் பாதுகாப்பு செபங்கள் செய்வது
6. தூய ஆவியால் நிரப்பப்பட செபம்.
7. இறைப்புகழ்ச்சி

உள்மனக்காயங்கள் ஆற்றும் வேதவசனம்

1. உங்கள் இதயம் கலங்காமல் இருப்பதாக. யோவான் 14:1
2. உடைந்த உள்ளத்தோர் அருகில் ஆண்டவர் இருக்கிறார். திபா 34:18
3. உங்களுடைய பாரங்களை என் மீது வையுங்கள். 1 பேதுரு 5:7

4. கலங்காதே! நான் உங்களோடு இருக்கிறேன். எசாயா 43:5
5. உன் தாயும் தந்தையும் கைவிட்டாலும், நான் உன்னைக் கைவிடமாட்டேன். திபா 27:10.
6. உன் தாய் மறந்தாலும் நான் உன்னை மறவேன். எசாயா 49:15
7. ஆண்டவரையும் அவரது நியமங்களையும் கைக்கொள்ளுங்கள் மற்றவை யாவும் இலவசமாய் உங்களுக்கு கொடுக்கப்படும். மத்தேயு 6.33
8. எனக்கு வலுவூட்டுகிறவரின் துணை கொண்டு எதையும் செய்ய எனக்கு ஆற்றல் உண்டு. பிலிப்பியர் 4:13.
9. வாழ்வது நான் அல்ல. என்னில் கிறிஸ்துவே வாழ்கிறார். கலாத்தியர் 2.20
10. ஆண்டவர் எனக்காய் யாவற்றையும் செய்யும் போது சத்துருவானவன் என் கால்களுக்கு கீழ் தூசியாவான் : மலாக்கி.4:3.
11. எனக்கு எதிராய் எந்த ஆயுதமும் வாய்க்காதே போகும். தீமையும் எள்ளளவும் பாதிக்காது. எசாயா 54:17.
12. கடவுள் என்னுடைய தாயும் தந்தையுமாக இருக்கிறார்... என்மீது அன்பு கொண்டுள்ளார். **CCC** 370
13. நான் இனி உன் பாவங்களை நினைவு கூறமாட்டேன். எபிரேயர் 8:12, எசாயா 43:25
14. முன்பு நடந்தவற்றை மறந்து விடுங்கள். புதுச்செயல் ஒன்றை நான் செய்கிறேன். எசாயா 43:18.
15. கடவுளிடம் அன்பு கூர்பவர்களோடு, அவர்கள் நன்மைக்காகவே, ஆவியார் அனைத்திலும் ஒத்துழைக்கிறார். உரோமையர் 8:28.

உள் மனக்காயங்கள் ஆற்றப்பட செபம்

(உங்களுடைய கரங்களை மார்புக்கு அரை அடி முன் சிலுவை வடிவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்). மோசே கசப்பான தண்ணீரின் மீது ஒரு மரத்துண்டை போட்டார். அத்தண்ணீர் நல்ல இனிமையான தண்ணீராக மாறியது. அவ்வாறே சிலுவையின் வல்லமை உங்களுடைய கசப்பான நினைவுகளையும், அனுபவங்களையும் இனிமையானதாக மாற்றும். வெள்ளை நிறக் கதிர்கள் உங்கள் இதயத்திற்குள் சிலுவையில் இருந்து பாய்வதை கற்பனை செய்து பாருங்கள். உங்கள் இதயத்தில் எல்லா வகையான கசப்பு அனுபவங்களும் சேர்த்து வைக்கப்பட்டிருப்பதை உணருங்கள். அந்த வல்லமையான கதிர்கள் உங்கள் உள்மனக் காயங்களை ஆற்றுவதை உணர்வீர்கள்.

செபம் : இயேசுவே, 'நீர் நேற்றும் இன்றும் என்றும் மாறாதவராக இருக்கிறீர்'. நீர் என்னுடைய கடந்தகால அனுபவங்களுக்குள்ளும், காயப்பட்ட உணர்வு–களுக்குள்ளும், எதிர்மறையான நிகழ்வுகளுக்குள்ளும் வந்து, என் நன்மைக்காக அனைத்தையும் என் சார்பாக உருமாற்றும்.

என் வாழ்வில் நிகழ்ந்த எல்லா வகையான எதிர்மறையான அனுபவங்கள் – புறக்கணிக்கப் பட்டவை. மன்னிக்க இயலாமை, வருத்தங்கள், பயம், தனிமைப்படுத்தப்பட்டது மற்றும் தோல்விகள் – இவை எல்லாவற்றின் மீதும் நான் செபிக்கிறேன். இயேசுவே! என் கசப்பான அனுபவங்களுக்குள் வாரும். அவைகளை இனிமையான நினைவுகளாக மாற்றும். என்னை அநியாயமாக காயப்படுத்தியவர்களை மன்னித்து அவர்களுக்காக செபிக்கிறேன். அவர்களை என்னை விட அதிகமாக ஆசீர்வதியும்.

இறை இரக்கத்தின்
செபமாலை – நவநாள்

இறை இரக்கத்தின் செபமாலை – நவநாள்

நம் ஆண்டவர், ஆசீர்வதிக்கப்பட்ட பாஸ்டீனா பயன்படுத்த அளித்த இறை இரக்கத்தின் நவநாள் செபங்களுடன் வல்லமையுள்ள இறை இரக்கத்தின் செபமாலை வெளிப்படுத்தி, அனைவரும் அதை செபிக்க விரும்பினார். ஆசீர்வதிக்கப்பட்ட பாஸ்டீனா இரக்கத்தின் செபமாலையை தினமும், சிறப்பாக இறக்கும் தருவாயில் இருப்பவர்களுக்கும் செபித்தார். ஆண்டவர், மற்றவர்களும் இச்செபத்தை செபிக்க தூண்ட வேண்டும் என்று பாஸ்டீனாவைப் பணித்தார். அத்தகையோருக்கு வியத்தகு அருளை பொழிவேன் என வாக்களித்தார்.

இச்செபமாலையை எந்நேரத்திலும் செபிக்கலாம், சிறப்பாக இரக்கத்தின் திருவிழாவிற்கு முன்பு நவநாட்களாக செபிக்க வேண்டும். “இந்நவநாளின் வழியாக ஆன்மாக்களுக்கு அனைத்து விதமான இறை அருளையும் வழங்குவேன்” என்று ஆண்டவர் வாக்களித்தார்.

இவ்விரக்கத்தின் செபமாலையை, நம் தனிப்பட்ட கருத்துக்களுக்காகவும் ஒப்புக் கொடுக்கலாம் அல்லது ஆசீர்வதிக்கப்பட பாஸ்டீனாவிற்கு ஆண்டவர் அளித்த கருத்துகளுக்காகவும் சேர்த்து இந்நவநாள் செபத்தை ஒப்புக் கொடுக்கலாம்.

ஆசீர்வதிக்கப்பட்ட பாஸ்டினாவிற்கு ஆண்டவர் அளித்த நவநாள் கருத்துக்கள்:

முதல் நாள் :

இன்று மனித இனம் முழுவதையும் சிறப்பாக பாவிகள் அனைவரையும் என்னிடம் ஒப்புக்கொடு

மிகவும் இரக்கமுள்ள இயேசுவே, எங்கள் மேல் இரக்கம் கொள்வதும், எங்களை மன்னிப்பதும் உம் இயல்பாகும். எம் பாவங்களைப் பாராமல், உம் அளவற்ற நன்மைத்தனத்தில் நாங்கள் கொண்டுள்ள நம்பிக்கையைப் பாரும். அளவில்லா இரக்கமுள்ள உம் இதயத்தில் குடியிருக்க எங்களுக்கு இடமளித்தருளும். உம்மை விட்டு ஒருபோதும் எம்மை பிரியவிடாதேயும். உம்மை பிதாவோடும், தூய ஆவியோடும் இணைக்கும் உம் அன்பை முன்னிட்டு இறைஞ்சி மன்றாடுகிறோம்.

நித்திய பிதாவே, இயேசுவின் இரக்கமுள்ள இதயத்தில் இணைக்கப்பட்டுள்ள மனித இனத்தையும், சிறப்பாக பாவிகள் அனைவரையும் பரிவோடு கண்ணோக்கும், என்றென்றும் உம்முடைய வல்லமையுள்ள இரக்கத்தை நாங்கள் போற்றிப் புகழச் செய்தருளும். இயேசுவின் வேதனை மிகுந்த பாடுகளை முன்னிட்டு எங்கள் மேல், அப்பா பிதாவே இரக்கம் வையும். ஆமென்.

இரண்டாம் நாள் :

இன்று குருக்கள், துறவியரின் ஆன்மாக்களை என்னிடம் ஒப்புக்கொடு

மிகவும் இரக்கமுள்ள இயேசுவே, நன்மையான அனைத்தும் உம்மிடமிருந்தே வருகின்றன. உம் பணிக்கென அர்ப்பணிக்கப்பட்ட அனைவருக்கும் தகுந்த முறையில் இரக்க செயல்கள் புரிய உம் அருளை நிரம்பத்தாரும். அவர்களை காணும் அனைவரும் வானகத்திலுள்ள இரக்கமுள்ள தந்தையை மகிமைப்படுத்தட்டும்.

நித்திய பிதாவே, உமது திராட்சைத் தோட்டத்தில் பணிபுரிய நீர் தேர்ந்து கொண்ட குருக்கள், துறவியரின் ஆன்மாக்களை இரக்கத்தோடு கண்ணோக்கும். உம் ஆசியின் வலிமையால் அவர்களை உறுதிப்படுத்தும். உம் திருமகனின் இதய அன்பினால் அரவணைக்கப்பட்ட அவர்களுக்கு மீட்பின் பாதையில் பிறரை வழி நடத்த உம் வல்லமையையும் ஒளியையும் தாரும். எல்லையில்லா உம் இரக்கத்தை எக்காலமும் அனைவரும் ஒரே குரலில் புகழ்ந்து பாடுவார்களாக. ஆமென்.

மூன்றாம் நாள் :

இன்று பக்தியும் விசுவாசமும் உள்ள ஆன்மாக்கள் அனைவரையும் என்னிடம் ஒப்புக்கொடு

மிகவும் இரக்கமுள்ள இயேசுவே, உம் இரக்கத்தின் கருவூலத்திருந்து உம் அருளை ஒவ்வொருவருக்கும் நிரம்பத்தந்தருளும். உம் இரக்கமுள்ள இதயத்தில் குடியிருக்க எங்களுக்கு இடமளித்தருளும். உம் இதயத்தை விட்டு என்றும் பிரிய விடாதேயும். வானகத் தந்தையின்பால் பற்றி எரியும், உம் அற்புதமான இதய அன்பை முன்னிட்டு நாங்கள் இறைஞ்சி மன்றாடுகிறோம்.

நித்திய பிதாவே, உம் மகனின் உடைமைகளான விசுவாசமுள்ள ஆன்மாக்கள் மேல் உம் கருணைக் கண்களைத் திருப்பியருளும். இயேசுவின் வேதனை நிறைந்த பாடுகளை முன்னிட்டு இவர்களுக்கு ஆசீர் அளித்தருளும். இடைவிடா உம் பராமரிப்பினால் இவர்களை அரவணைத்துக் கொள்ளும். இவர்கள் அன்பில் தவறி விடாமலும், புனித விசுவாச செல்வத்தை இழந்துவிடாமலும், பாதுகாத்துக் கொள்ளும். வானதூதர், புனிதர் அனைவருடன், உம் அளவில்லா இரக்கத்தை எக்காலமும் மகிமைப்படுத்துவார்களாக. ஆமென்.

நான்காம் நாள் :

இன்று இறைவனில் நம்பிக்கையில்லாதவர்–களையும், என்னைப்பற்றி இன்னும் அறியாதவர்களையும் என்னிடம் ஒப்புக்கொடு

மிகவும் இரக்கமுள்ள இயேசுவே, நீரே உலகின் ஒளி, உம் இரக்கமுள்ள இதயத்தில் குடிகொள்ள, இறைவனில் விசுவாசமில்லாதவர்களையும் உம்மை இன்னும் அறியாதவர்களையும் ஏற்றுக்கொள்ளும். உம் அருள் ஒளி, இவர்களுக்கு ஒளியூட்டட்டும். அவர்களும் எங்களோடு இணைந்து உம் அற்புதமான இரக்கத்தை புகழ்வார்களாக. உம் இரக்கம் நிறைந்த இதய வீட்டிருந்து இவர்களை தப்பிச்செல்ல விடாதேயும்.

நித்திய பிதாவே, இயேசுவின் இரக்கமுள்ள இதயத்தால், அரவணைக்கப்பட்ட உம்மில் விசுவாசம் இல்லாதவர்கள் மேலும், உம்மை அறியாதவர்கள் மேலும், உம் கருணைக் கண்களைத் திருப்பியருளும். இவர்களை நற்செய்தியின் ஒளியில் இணைத்துக் கொள்ளும். உம்மை அன்பு செய்வது எத்துணை இன்பமானது என்பதை இவர்கள் அறியார். இவர்களுக்கும், உம் இரக்கத்தை எக்காலமும் புகழ்ந்து போற்றும் அருளை அளித்தருளும். ஆமென்.

ஐந்தாம் நாள் :

இன்று என் திருச்சபையிருந்து பிரிந்து சென்ற ஆன்மாக்களை என்னிடம் ஒப்புக்கொடு

மிகவும் இரக்கமுள்ள இயேசுவே, நன்மையானவரே, உம்மிடம் ஒளியைத் தேடுவோருக்கு ஒளியை மறுக்காதவரே, இரக்கமிக்க உம் இதயத்தில் தங்க, உம் திருச்சபையினின்று பிரிந்து சென்றவர்களுக்கு இடமளித்தருளும். உம் ஒளியால் இவர்களை ஆட்கொண்டு திருச்சபையின் ஒன்றிப்பில் ஈர்த்துக் கொள்ளும். உம் இரக்கமிகு இதயத்திலிருந்த இவர்களை பிரித்துசெல்லவிடாதேயும். உம் அளவில்லா இரக்கத்தை இவர்கள் மனமுவந்து போற்றிப்புகழ வரம்தாரும்.

நித்திய பிதாவே, உம்மகனின் திருச்சபையிலிருந்து பிரிந்துசென்று, உம் ஆசீர்வாதங்களை வீணாக செலவிட்டு, உம் அருளை இழந்து தவறான கொள்கைகளில் பிடிவாதமாக உள்ள இவ்வான்மாக்கள் மீது உம் கருணைக் கண்களை திருப்பியருளும். இவர்களின் தவறுகளை பாராமல், உம் மகனின் அன்பையும், இவர்களுக்காக அவர் அனுபவித்த கசப்பான பாடுகளையும் பாரும். ஏனெனில், இவர்களும் உம் இரக்கமிகு இதயத்தில் இணைக்கப்பட்டிருக்கிறார்கள். உம்முடைய பெரிய இரக்கத்தை எக்காலமும் இவர்கள் போற்றிப் புகழச் செய்தருளும். ஆமென்.

ஆறாம் நாள் :

இன்று கனிவும் மனத்தாழ்மையுள்ள ஆன்மாக்களையும், சிறுபிள்ளைகளின் ஆன்மாக்களையும் என்னிடம் ஒப்புக்கொடு.

மிகவும் இரக்கமுள்ள இயேசுவே, நீரே மொழிந்துள்ளீர். நான் கனிவும், மனத்தாழ்மையும் உடையவன். என்னிடம் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். உம்முடைய இரக்கமுள்ள இதயத்தில் குடியிருக்க, கனிவும், இரக்கமுள்ள அனைத்து ஆன்மாக்களுக்கும் சிறு பிள்ளைகளின் ஆன்மாக்களுக்கும் இடமளித்தருளும். வானகத்தந்தையின் செல்லப் பிள்ளைகளான இவ்வான்மாக்கள் விண்ணகத்தை பெரு மகிழ்ச்சிக்குள்ளாக்குகின்றனர். இவர்கள் இறைவனின் அரியணை முன் நறுமணம் வீசும் பூச்செண்டுகளாய் விளங்குகிறார்கள். இறைவனுக்கு மகிழ்ச்சி தரும் நறுமணம் இவர்களே. உம் இரக்கமிகு இதயத்தில் என்றும் குடிகொண்டுள்ளவர்கள் இவர்களே. ஓ இயேசுவே!! உம் அன்பையும் இரக்கத்தையும் இவர்கள் இடைவிடாமல் புகழ்ந்து பாடுவார்களாக.

நித்திய பிதாவே, கனிவும் மனத்தாழ்மையுள்ள ஆன்மாக்கள் மீதும், சிறு பிள்ளைகளின் ஆன்மாக்கள் மீதும், உம் கருணைக் கண்களை திருப்பியருளும். உம்முடைய இரக்கமிக்க இதயத்தில் இவர்கள்

இணைந்திருக்கிறார்கள். உம்மகனின் சாயலை கொண்டிருக்கிறார்கள். மண்ணகத்தில் இவர்களிடமிருந்து எழும் நறுமணம், விண்ணக அரியணைக்கு எழுவதாக. இரக்கமும், நன்மைத்தனமும் நிறைந்த எங்கள் தந்தையே, இவ்வான்மாக்கள் மேல் நீர் கொண்டுள்ள அன்பையும், மகிழ்ச்சியையும் முன்னிட்டு உம்மை இறைஞ்சி மன்றாடுகிறேன். அகில உலகையும் ஆசீர்வதியும். இவ்வான்மாக்கள் அனைத்தும் இணைந்து உம் இரக்கத்தின் பெருமைகளை என்றென்றும் புகழ்ந்து போற்றுவார்களாக. ஆமென்.

ஏழாம் நாள் :

இன்று என் இரக்கத்தை ஆராதித்து மகிமைப்படுத்தும் ஆன்மாக்களை என்னிடம் ஒப்புக்கொடு

மிகவும் இரக்கமுள்ள இயேசுவே! உம் இதயம் அன்பே உருவானது. உம் இரக்கத்தை ஆராதித்து வணங்குகிற, அனைத்து ஆன்மாக்களையும் உம் இரக்கமிகுந்த இதய வீட்டில் இடமளித்தருளும். இவ்வான்மாக்கள் இறைவனின் வல்லமையால் நிறைந்திருக்கிறார்கள்.

ஓ இயேசுவே ! உம் இரக்கத்தில் நம்பிக்கை கொண்ட இவர்கள் உம்மோடு இணைந்து எத்தகைய துன்பங்கள் எதிர்ப்புகள் மத்தியிலும் மனித இனத்தை

தங்கள் தோள்களின் மேல் சுமந்து கொண்டு பீடு நடை போடுகிறார்கள்.

இவ்வான்மாக்கள் இவ்வாழ்விருந்து கடந்து வரும்பொழுது கடுமையான தீர்ப்புக்கு உள்ளாகாமல், உம் இரக்கத்தினால் அரவணைக்கப்படுவார்களாக.

நித்திய பிதாவே! உம் அளவில்லா இரக்கத்தின் பெருமைகளைப் போற்றி, புகழ்ந்து, ஆராதித்து, வணங்கும் இவ்வான்மாக்கள் மீது உம் கருணைக் கண்களை திருப்பியருளும். உம் இரக்கமிகு இதயத்தினால் இவர்கள் ஆட்கொள்ளப்பட்டிருக்–கின்றார்கள். இவ்வான்மாக்கள் உயிர் வாழும் நற்செய்தி ஆவார்களாக; இரக்கச் செயல்களால் இவர்களின் கரங்கள் நிறைந்திருக்கின்றன. இவர்களின் இதயங்கள் மகிழ்ச்சியால் பொங்கி வழிகின்றன. உம் இரக்கத்தை பாடும் பாடல்களை இவர்கள் பாடுகிறார்கள். உன்னதரே இறைவா உம்மை இறைஞ்சுகிறேன். உம்மேல் இவர்கள் கொண்ட நம்பிக்கை, விசுவாசத்தை முன்னிட்டு இவர்களுக்கு இரக்கம் காட்டும். உம் அளவில்லா இரக்கத்தை ஆராதிக்கிற இவ்வான்மாக்களுக்கு இவ்வுலக வாழ்விலும், மரண நேரத்திலும் இயேசு இவர்களுக்கு அளித்த வாக்குறுதி நிறைவேறட்டும். அவரே தம் மகிமைக்காக இவர்களை பாதுகாப்பாராக. ஆமென்.

எட்டாம் நாள் :

இன்று உத்தரிக்கிற ஸ்தலத்தில் காத்திருக்கும் ஆன்மாக்களை என்னிடம் ஒப்புக்கொடு

மிகவும் இரக்கமுள்ள இயேசுவே! நீரே மொழிந்தது போல, நீர் இரக்கத்தையே விரும்புகிறீர்! ஆகவே, உம் இரக்கமிகு இதயத்துக்கு உத்தரிக்கிற ஸ்தல ஆன்மாக்களை கொண்டு வருகிறேன். இவர்கள், உமக்கு மிகவும் விருப்பமானவர்கள். எனினும் உம் நீதியின்படி தண்டனைக்கு உரியவர்கள். உம் இதயத்திருந்து வழிந்தோடிய இரத்தம், தண்ணீரின் ஊற்றுக்கள் பாய்ந்தோடி உத்தரிக்கிற ஸ்தலத்தின் நெருப்பை அணைக்கட்டும். அங்கும் உம் இரக்கத்தின் வல்லமை கொண்டாடப்படுவதாக.

நித்திய பிதாவே ! உம்முடைய இரக்கமுள்ள இதயத்தில் இணைந்துள்ள உத்தரிக்கிற ஸ்தலத்தில் வேதனையுறும் அனைத்து ஆன்மாக்கள் மீதும் உம் கருணைக் கண்களைத் திருப்பியருளும். உம்மகன் இயேசுவின் வேதனை நிறைந்த பாடுகளையும், அவருடைய திரு இதயத்தில் நிறைந்துள்ள கசப்பையும் முன்னிட்டு, உம் நீதித்தீர்ப்புக்கு ஆயத்தமாய் உள்ள ஆன்மாக்களுக்கு இரக்கம் காட்டும்படி கெஞ்சி மன்றாடுகின்றேன். உம் அன்பு மகன் இயேசுவின் காயங்கள் வழியாக இவர்களைப் பாரும். உம் நன்மைத்தனமும், இரக்கமும் அளவில்லாதவை என நாங்கள் உறுதியாக நம்புகிறோம். ஆமென்.

ஒன்பதாம் நாள் :

இன்று வெதுவெதுப்பான ஆன்மாக்களை என்னிடம் ஒப்புக்கொடு

மிகவும் இரக்கமுள்ள இயேசுவே! நீர் இரக்கமும் தயவும் உள்ளவர். உம் இரக்கமுள்ள இதயத்திற்கு வெதுவெதுப்பான ஆன்மாக்களை கொண்டு வருகிறேன். உம் தூய்மையான அன்பு நெருப்பினால் வெதுவெதுப்பான, ஆன்ம வாழ்வில் இறந்துபோன, அருவருப்பு நிறைந்த இவ்வான்மாக்களை, மீண்டும் உம் அன்பு நெருப்பினால் பற்றி எரியச் செய்யும். ஓ மிகவும் இரக்கமுள்ள இயேசுவே ! அனைத்து வல்லமையும் நிறைந்த உம் இரக்கத்தை பயன்படுத்தி உம் அன்பினால் இவர்களை ஆட்கொள்ளும். தூய்மையான உம் அன்புக் கொடைகளை இவர்கள் மேல் பொழிந்தருளும். உம் வல்லமைக்கு அப்பாற்பட்டது எதுவுமில்லை.

நித்திய பிதாவே! வெதுவெதுப்பான இவ்வான்மாக்கள் மேல், உம் கருணைக் கண்களை திருப்பியருளும். இரக்கம் மிகுந்த உம் இதயத்தில் இவர்களுக்கு இடமளித்தருளும். இரக்கம் மிகுந்த தந்தையே, உம் மகனின் வேதனை மிகுந்த பாடுகளை முன்னிட்டும், சிலுவையில் மூன்று மணி நேரம் அவர் பட்ட வேதனைகளை முன்னிட்டும், உம்மை கெஞ்சிக் கேட்கிறேன். இவர்களும் உம் அளவில்லா இரக்கத்தை மகிமைப் படுத்துவார்களாக. ஆமென்.

என்னிடம் வா!

நவநாள் செபிக்கும் முறை:

1. நற்கருணை இயேசுவின் முன்பாக வந்து ஆராதனை செய்யவும்.
2. கிறிஸ்துவின் வார்த்தைகளை வாசிக்கவும்.
3. விவிலிய சிந்தனைகளை வாசித்தபின் கேட்க வேண்டிய கேள்விகள்:
   - i) எந்த விவிலிய வாசகம் என்னைத் தொட்டது ?
   - ii) இதை வாசிக்கும் போது நான் உணர்வது என்ன ?
   - iii) இவ்வசனங்கள் வழியாக பேசிய இயேசுவுக்கு நான் சொல்லும் பதில் என்ன ?
4. கொடுக்கப்பட்ட செப பகுதியை வாசிக்கலாம் அல்லது, சொந்தமாகவும் செபத்தில் பதில் கூறலாம்.
5. இரக்கத்தின் செபமாலையின் முதல் பகுதியை மட்டும் சொல்லலாம். அதை இயேசு மனதில் எழுப்பும் கருத்துக்களுக்காக ஒப்புக்கொடுக்கலாம்.
6. கொடுக்கப்பட்ட துணை தியானத்தையும் பயன்படுத்தலாம்.

இச்செபத்தை செபிக்கும்போது, நற்கருணைப் பேழையிருந்து வல்லமை வெளிப்படுத்துவதைக் காண்பீர் ! இயேசு அருளும், வல்லமையும், சமாதனமும், அன்பும் உங்களுடையதாகும்.

கிறிஸ்து பேசுகிறார் :

என்னிடம் வா! உன் பெயரை நான் அறிவேன்! உன் தாயின் கர்ப்பத்தில் உருவாகும் போதே நான் அறிந்திருந்தேன். உன் பிறப்பிற்கு முன்பாகவே உன்னைக் கண்டேன். நான் உன்னை எப்போதுமே நேசித்துள்ளேன்.

சுமையால் சோர்ந்திருப்போரே என்னிடம் வாருங்கள்! உங்களுக்கு இளைப்பாறுதல் தருவேன்!!

என்னோடு தங்கி எனக்கு செவி கொடு! இது என் வீடு, உன்னை வரவேற்கின்றேன்! உன்னை அதிகம் விரும்புகின்றேன். என் அன்பை நீ அனுபவிக்க ஆவலாய் இருக்கின்றேன். என்னுடைய அன்பு தீயைப் போன்றது. எல்லா பகைமையையும், அகந்தையையும், பாவத்தையும் சுட்டு எரிக்கும்.

உன்னுடைய வாழ்க்கை, என் அமைதியாலும் மகிழ்ச்சியாலும் நிரம்ப விரும்புகின்றேன். உன் முன்பு நான் இருக்கின்றேன். என் வீட்டிலே சிறைப்பட்டுள்ளேன். உன் இதயத்திற்குள் என்னை ஏற்றுக்கொள். என்னை உன் வீட்டிற்கும் பள்ளிக்கும் அலுவலகத்திற்கும் வீதிகளுக்கும் எடுத்துச்செல். உன்னுடைய கால்கள், கைகள், உன் குரல் எனக்கு தேவைப்படுகிறது! உன் இதயத்தால் என் அன்பை காயப்பட்ட உலகத்திற்கு எடுத்துச் செல்! என்னை உன் இதயத்திற்குள் எடுத்துச் செல்!

விவிலிய சிந்தனை:

'ஆண்டவராகிய என் தலைவரின் ஆவி என்மேல் உளது; ஏனெனில் அவர் எனக்கு அருள் பொழிவு செய்துள்ளார்; ஒடுக்கப்பட்டோருக்கு நற்செய்தியை அறிவிக்கவும், உள்ளம் உடைந்தோரைக் குணப்படுத்தவும், சிறைப்பட்டோருக்கு விடுதலையைப் பறைசாற்றவும், கட்டுண்டோருக்கு விடிவைத் தெரிவிக்கவும்........' எசாயா 61:1–4.

ஆண்டவரே என்னிடம் ஏன் வந்தீர்? விவிலியம் உம்மைப்பற்றி எனக்கு என்ன சொல்லுகிறது?

உம்முடைய வார்த்தையை வாசிக்கும்போது, நீர் மக்களை எவ்விதம் தொட்டு குணமாக்கினீர் என்பதை பார்க்க முடிகிறது. பசியாய் இருந்த மக்களுக்கு உணவு அளித்தீர். மக்களின் வாழ்க்கையை மாற்றினீர்! உம் வார்த்தை, உம் தொடுதல், உம் கை, உம் பார்வை, ஒன்றே மனிதர்க்கு மீண்டும் முழுமை பெறச் செய்தது.

உரையாடல்: ஆண்டவரே! இப்போது நீர் எங்கே? உம்முடைய தொடுதல் எங்கே? உம் பார்வை எங்கே? எத்தனையோ உடல்களை, உறவுகளை புதுப்பித்த நீர் எங்கே இருக்கின்றீர்? நான் பார்க்க வேண்டும்! ஆண்டவரே, உம்மை காண்பித்தருளும்!!

கிறிஸ்து பேசுகிறார்:

என் குழந்தையே! இதுவே என் பதில்! இங்கு நற்கருணையில் நான் சிறப்பான விதத்தில் இருக்கின்றேன்! இறந்தோரை தொட்டு உயிர்ப்பித்த அதே கைகள் தான்! பார்வை இழந்தோரை தொட்டு குணமாக்கிய அதே கரங்கள் தான் இங்கு

இருக்கின்றன. அதே வல்லமையோடு நான் இங்கு இருக்கின்றேன். ஒவ்வொரு பிணியை குணமாக்கவும், உன் வாழ்வில் போராட்டங்களை அமைதியாக்கவும் நான் இங்கு இருக்கின்றேன்! மீண்டும் ஒருமுறை கேட்கின்றேன்! என்னை உன் வீட்டிற்கு எடுத்துச்செல்! நீ வேலை பார்க்கும் இடத்துக்கு எடுத்துச் செல்! நான் உன்னோடு இருப்பேன்! நான் உன்னை ஆசீர்வதிப்பேன்! நீயும் பிறருக்கு ஆசீர்வாதமாக இருக்கலாம்! என்னை எடுத்துச் செல்வாயா?

<u>செபம் :</u>

இயேசுவே! என்னோடு நடந்து வாரும்! என்னுடைய இதயத்தை உமக்கு பீடமாக அளிக்கின்றேன்!! உம்மை வரவேற்கின்றேன்! என்னோடு இருப்பதற்கும், என்னை பயன்படுத்துவதற்கும் நீர் அளிக்கும் அன்பு எத்தனை பெரிது! என் பிரச்சனைகளையும் பிணிகளையும் நானே சுமந்து கொண்டு இருக்கின்றேன். எனக்காக நீ காத்திருக்கும் நற்கருணை பிரசன்னத்துக்கு வராது இருந்து இருக்கின்றேன். நற்கருணையில் உம்முடைய அன்பையும் வல்லமையையும் உணரச் செய்ததற்காக நன்றி செலுத்துகிறேன். ஆம் ஆண்டவரே! உம்மை பிறருக்கு எடுத்துச் செல்வேன்! என்னுடைய வாழ்வு மற்றவருடைய வாழ்வைத் தொட பயன்படுத்தும்!

<u>அமைதியாய் செபிக்கவும் :</u>

இரக்கத்தின் செபமாலையை அகில உலகத்திற்காகவும் ஒப்புக் கொடுத்து செபிக்கவும்

இரண்டாம் நாள்

கிறிஸ்து பேசுகிறார் :

என் குழந்தையே! உன்னை வரவேற்கின்றேன்! நீ வருவாய் என்று எனக்கு தெரியும். உனக்கு நான் அதிகம் கொடுக்க வைத்துள்ளேன். உனக்கும் என்னை அன்பு செய்வோருக்கும் பல வரங்களை வைத்து இருக்கின்றேன். உன்னுடைய கனவுகள் எல்லாம் நனவாக என்னிடம் அன்பும் வல்லமையும் உள்ளது. என் குழந்தையே! ஏன் எத்தனையோ பேர் குணமடையாது பெரும் துயரோடு இறந்து போகிறார்கள்? தொழுநோயாளிகளை தொட்டு குணப்படுத்திய என் கைகள் அமைதியாக பயன்படாது இருக்கின்றனவே! என் மக்கள் என்னிடம் வரவேண்டும் என்று ஆவலாய் இருக்கின்றேன். அவர்கள் என் முன்பாக வந்து அமரட்டும்! இவ்வுலகிலே எவ்வளவோ கோபம், பகைமை, துன்பங்கள் இருக்கின்றன. ஆனால் சாத்தானால் திருடப்பட்ட அனைத்தையும் மீண்டும் மீட்க ஒரு வல்லமையான நண்பன் இங்கு இருக்கின்றேன். இந்த வல்லமை என்னில் இருக்கின்றது.

சிந்தனை :

கடவுளின் வல்லமை எப்போதும் மக்களுக்கு காத்து இருக்கின்றது. நற்கருணைக்கு முன்பாக வந்து அமரும் போது, அந்த வல்லமையை நாம் வெளிப்படுத்துகிறோம். இதே கடவுளின் வல்லமை நம் வாழ்வில் எப்போதும் நம்மை சுற்றி இருக்கின்றது. கடவுள் யோசுவாவுக்கு சொன்னார் (1.5) 'உன் வாழ்நாள் முழுவதும் எந்த மனிதனும் உன்னை எதிர்த்து நிற்கமாட்டான்.......'

சங்கீத ஆசிரியரும் பாடி உள்ளார். தி.பா.121:7-8

விவிலிய சிந்தனை :

'அமைதியை அருளும் ஆண்டவர் தாமே எப்பொழுதும் எல்லா வகையிலும் உங்களுக்கு அமைதி அளிப்பாராக! ஆண்டவர் உங்கள் அனைவரோடும் இருப்பாராக!' 2 தெசலோனி 3:16.

'கடவுள் உங்களை எல்லா நலன்களாலும் நிரப்ப வல்லவர். எந்தச் சூழ்நிலையிலும் எப்போதும் தேவையானதெல்லாம் உங்களுக்குத் தருவார். அனைத்து நற்செயல்களையும் செய்வதற்குத் தேவையானதெல்லாம் உங்களுக்கு மிகுதியாகவே தருவார். ஒருவர் ஏழைகளுக்கு வாரி வாரி வழங்கும் போது அவரது நீதி என்றென்றும் நிலைத்திருக்கும்' 2 கொரி 9:8 & 9.

மேலே குறிப்பிட்ட இறை வசனங்களை மனதில் பதித்துக்கொள்! ஒவ்வொரு வாக்குறுதியும் உன்னுடைய குறிப்பிட்ட தேவைகள் நிறைவேற கேட்டுப் பெற்றுக்கொள்.

செபம் :

இயேசு ஆண்டவரே! உமது வருகை, வரலாறு, காலத்தின் ஓட்டத்தையே மாற்றி உள்ளது. நீர் உண்மையான ஒளியாக இருக்கின்றீர். உம் ஒளி என்றுமே மறையாது இருக்கும். எந்த துன்பமும் உம் ஒளியின் சுடரை அணைத்திட முடியாது. ஆண்டவரே உம் அன்பு வெல்லும்! உம் அன்பு பகைமை, கசப்பு, விரோதம் அனைத்தையும் மேற்கொள்ளும்! உயர்ந்த சுவர்களும் உம்மை நிறுத்த முடியாது. யுத்தங்களும், ஆயுதங்களும், உம் சமாதானத்தை மறைக்க

முடியாது. இங்கு அந்த வல்லமை இருக்கின்றது. சுகமும் அமைதியும் உன் வாழ்வில் காண இந்த வல்லமையால் முடியும். எனவே எல்லாவிதமான எதிர் மறையில் இருந்தும் விடுவிக்க முடியும்! (எசாயா 41:16) ஆண்டவரே என்னுடைய இதயத்தையும் கைகளையும் என் சகோதரர்களுக்கு மூடி வைத்திருக்கும்போது, உம்முடைய மனமாற்ற அழைத்தலை கேட்காது இருந்து இருக்கிறேன்!

என் சுயநலத்திற்காக குருடாய் இருந்து இருக்கின்றேன். என்னை மன்னியும். ஆண்டவரே! உம்மை ஏமாற்றிவிட்டேன்! நீர் விரும்பும்படி என்னை உமக்கு ஏற்ற நண்பராக மாற கற்றுத்தாரும்! ஆமென்.

இயேசு பேசுகிறார் :

நான் இங்கு இருக்கின்றேன். என் குழந்தையே! என் கை உன்னை அரவணைத்து உதவி செய்ய இருக்கிறது. என்னுடைய பலம் உனக்கு போதுமானது. நற்கருணையில் என்னைப் பார். உன் மத்தியில் வாழ்கின்றேன். கடந்ததை குணப்படுத்தவும், எதிர்காலத்தை மீட்கவும் நான் உன்னை பெயர் சொல்லி அழைக்கின்றேன். என்னை அன்பு செய்கின்றாயா? 'ஆம்' என்றால் என்னுடைய அன்பையும் அமைதியையும் பெற்றுக்கொள் (மவுனமாக அமர்ந்திருத்தல்).

அமைதியாய் செபிக்கவும் :

இரக்கத்தின் செபமாலையை அகில உலக அமைதிக்காக ஒப்புக் கொடுத்து செபிக்கவும்

இயேசு பேசுகிறார் :

என்னிடம் வா! என் கையில் உன் கையை வை! பயப்படாதே! நீ எனக்கு நெருங்கியவன். உன் பெயரை அறிவேன். உன் முகத்தை காண விரும்புகிறேன். உன் கண்ணீரை துடைக்க விரும்புகிறேன். நீ தனிப்பட்ட விதத்தில் படைக்கப்பட்டிருக்கிறாய். நான் இந்த உலகை படைத்ததில் இருந்து உன்னைப் போல் ஒருவரும் இல்லை. இனி இருக்கப்போவதும் இல்லை. தலை நிமிர்ந்து, வாழ்வின் கொடைக்காக என்னைப் போற்று! நீ சிறப்பாக படைக்கப்பட்டதற்காக என்னைப் போற்று!

நீ ஏன் அங்கலாய்த்துக் கொண்டு இருக்கின்றாய்? ஏன் தனிமையாய் இருப்பதாய் உணர்கிறாய்? உன் உள்ள அமைதியை இழக்கச் செய்வது என்ன? என்னிடம் வா! என்னிடம் நீ உன் உள்ளத்தை வெளிப்படுத்தும் போதே என் அமைதியை அனுபவிப்பாய்! பழைய நினைவுகள் உன்னை வருத்துகின்றனவா? இரகசியமான குற்றங்கள் உன் இதயத்தை தாக்கி உனக்கு தொந்தரவு செய்கின்றனவா? என்னிடம் அதை கொடுத்துவிடு! நான் உன் கடந்த குற்றங்களை எல்லாம் அன்போடு மன்னிப்பேன்!

விவிலிய சிந்தனை :

‘கதிரவன் மறையும் நேரத்தில், எல்லாரும் தங்களிடையே பற்பல பிணிகளால் நலம் குன்றி இருந்தோரை அவரிடம் கூட்டிவந்தார்கள். அவர் ஒவ்வொருவர் மேலும் தம் கைகளை வைத்து அவர்களைக் குணமாக்கினார். பேய்களும், ‘நீர்

இறைமகன்' என்று கத்திக் கொண்டே பலரிடமிருந்து வெளியேறின. அவர் மெசியா என்று பேய்கள் அறிந்திருந்தபடியால், அவர் அவற்றை அதட்டி, பேசவிடாமல் தடுத்தார்' லூக் 4:40–41.

அவநம்பிக்கையில் உனக்கு தெரிந்து இருப்போரை எண்ணிப்பார். குறிப்பாக தாழ்வு உணர்வும் உள்ளச் சோர்வுள்ளோர்களையும் இயேசுவிடம் கொண்டு வா! நீ அவர்களுக்கு குணமளிக்கும் கருவியாக இரு!

இதயத்தில் கோபத்தை தாங்கி இருப்போரை அறிவாயா? பழி எண்ணங்களோடு இருப்போரை அல்லது குடிக்கு அடிமையாய் இருப்போரை பாவ பழக்கத்திற்கு அடிமைப்பட்டோரையும் இயேசுவிடம் கொண்டு வா!!

இயேசு எல்லோருக்கும் சுதந்திரம் அளிக்கவே வந்தார்! அவர் என்றும் இந்த பீடத்தில் உயிரோடு உள்ளார். அவருடைய வார்த்தைகளை நம்பி அவர் தரும் சுதந்திரத்தை நம் வாழ்விலும் நம் குடும்பங்களிலும் கொண்டு வர வேண்டும்!

ஆண்டவரால் காயங்கள் குணப்படுத்தப்படு–கின்றன. ஏனெனில் அவர் அவைகளைச் சுமந்தார்.

தி.பா.147:3 'உடைந்த உள்ளத்தோரைக் குணப்படுத்துகின்றார். அவர்களின் காயங்களைக் கட்டுகின்றார்'.

தி.பா.23:2–3 'பசும்புல் வெளிமீது எனை அவர் இளைப்பாறச் செய்வார். அமைதியான நீர்நிலைகளுக்கு எனை அழைத்துச் செல்வார். அவர் எனக்குப் புத்துயிர் அளிப்பார்'.

எசே 34:12–16 'ஓர் ஆயன் தன் மந்தையினின்று சிதறுண்ட ஆடுகளைத் தேடிச் செல்வது போல,

நானும் என் மந்தையைத் தேடிப் போவேன். காணாமல் போனதைத் தேடுவேன். அலைந்து திரிவதைத் திரும்பக் கொண்டுவருவேன். காயப்பட்டதற்குக் கட்டுப் போடுவேன்’

(குறிப்பிட்ட இறைவாக்குகளில் எது உனக்கு அதிகம் திடம் கொடுக்கிறது? அதை தியானித்து இரு! இயேசு உனக்கு ஆறுதல் அளிப்பார்)

செபம் :

இயேசுவே! ஒவ்வொரு நாள் காலையிலும் எங்களோடு நடந்து வாரும். சூரியன் எழுந்து நம்பிக்கையை ஒளிர்விக்கின்றது. அந்த நம்பிக்கையை நாங்கள் மற்றவர்களுக்கு எடுத்துச் செல்வோம்! இன்று ஆண்டவரே நீர் யாரோடு என் வழியாக பேசுவேன் என்று விரும்புகிறீரோ அவர்களிடம் இட்டுச் செல்லும்.

நான், என்னை நீர் பயன்படுத்த அனுமதிக்கும் போதே உமது பிரசன்னம் என் வாழ்வில் அதிகமாக வெளிப்படும் என்பதை அறிவேன்.

மற்றவர்களை நான் எவ்வளவுக்கு ஆறுதல் படுத்துகின்றேனோ, அவ்வளவுக்கு நீரும் என்னை ஆறுதல்படுத்தி குணப்படுத்துவீர்.

ஆண்டவரே, இருப்பினும் நான் பயப்படுகிறேன். நான் தடுமாறும் போதும், என் நடை பலவீனமாகும் போதும், நான் தைரியம் இழக்கும் போதும், என் அருகில் இருந்து என்னை அரவணைத்துக் கொள்ளும் ஆண்டவரே.

கடந்து போகும் நாட்களும், மாதங்களும், ஆண்டுகளும் நான் உம்மை மறவாது இருக்கச் செய்யட்டும். கடந்து போகும் ஒவ்வொரு நாளும்

உம்முடைய பாதத்தில் என்னை பார்க்கட்டும். உம்மிடமிருந்து பலமும் ஆறுதலும் மகிழ்ச்சியும் பெறுவேன்.

ஆண்டவரே உம்மை சந்திப்பதற்கு பயப்படுவோரை ஆசீர்வதியும். எனக்கு நீர் காண்பித்ததை போல அவர்களும் உம்மை உணரச் செய்யும். ஆம் ஆண்டவரே, அவர்களும் உம்மை மீட்பராகவும், குணப்படுத்துபவராகவும் மாறாத அமைதி அளிப்பவராகவும் உம்மை காணட்டும்.

(இயேசுவின் அமைதி உன்னில் பாய்ந்து செல்ல அவர் முன்பாக அமைதியோடு உன் சுவாசத்தோடு அவருடைய அமைதியையும் உட்கொள்.)

அமைதியாய் செபிக்கவும் :

இறை இரக்க செபமாலையை கழிவிரக்கத்திலும், அவமானத்திலும் கட்டுண்டு இருப்பவர்களுக்காக ஒப்புக் கொடுத்து செபிக்கவும்.

நான்காம் நாள்

கிறிஸ்து பேசுகிறார் :

உனக்கு ஆயிரம் வரவேற்புகள். நீ நுழைவதை காண்பதற்கு இதயம் ஏக்கமாய் இருக்கின்றது. நீ இங்கு வருவதற்கு தகுதியற்றவன் என்று உணரச் செய்யும் தாழ்வு மனப்பான்மையை மறந்துவிடு. உன் குற்றங்களை அறிவேன். உன்னுடைய தோல்விகளும் எனக்கு தெரியும். என் குழந்தையே, ஒன்றும் எனக்கு இரகசியம் இல்லை. நீ பலவீனமாக இருந்த போதிலும், நான் உன்னை விரும்புகிறேன்.

என் அன்பையும் மன்னிப்பையும் ஏற்றுக் கொள்ள அனைத்தையும் உனக்கு அளிக்கின்றேன். உன் மனமாற்றத்தை என்னிடம் சொல்.

என்னுடைய ஆவியே உன்னை இன்று இங்கு வழிநடத்தி இருக்கிறது. உலகிற்கு தூதுவனாக உன்னை தேர்ந்து கொண்டேன். நினைவு கொள். நான் மரிய மதலேனை, என் உயிர்ப்பை அறிவிக்க தேர்ந்து கொண்டேன். இப்போது நான் இங்கு நற்கருணையில் உயிரோடு காத்திருப்பதை பிறருக்கு சொல்ல உன்னை தேர்ந்து கொள்கிறேன். நான் இங்கு இதயத்தில் அன்போடு, கைகளில் வல்லமையோடு வாழ்வுகளை மாற்றவும், உடைந்ததை குணப்படுத்தவும், பாவங்களை மன்னிக்கவும், பசியுற்றவரை நிரப்பவும், குழப்பமானவர்களுக்கு அமைதி அளிக்கவும் இருக்கின்றேன்.

குழந்தையே. என் மக்கள் துன்புறுவதை கண்டுக் அவர்கள் இங்கு வந்து விடுதலையடைய மறுப்பதைப் பார்த்தும் என் இதயம் துயர் கொள்கிறது. எனவே நீ இந்த நற்செய்தியை மற்றவர்களுக்குச் சொல். நீ இங்கு குணமடையும் இந்நேரத்தில், உனக்கு கிடைக்கும் அனுபவம் பற்றி மற்றவர்களோடு பகிர்ந்து கொள்.

என் அன்பின், என் அமைதியின் தூதுவனாய் இரு! நான் உன்னோடு இருப்பேன்.

சிந்தனை :

நற்கருணையில் இருக்கும் கிறிஸ்து, அவர் முன்பாக இருப்போரை வாழ்வில் தொடுகிறார். அங்கு அனுபவிக்கும் அவருடைய நிலைத்த மென்மையான

அன்பை மறக்க முடியாது. நாம் நினைப்பதற்கு மேலாக அவர் நம்மைத் தொட்டு நம் வாழ்வை மாற்றுகிறார். எந்த மதத்தை சார்ந்தவராய் இருப்பினும், கடந்த காலம் ஏதுவாய் இருந்த போதிலும் எல்லோரையும் அரவணைக்கும் அன்பு அவரிடம் உண்டு.

கிறிஸ்து, மொழி, மதம், ஆகியவைகளை கடந்து, தெய்வீக அன்பில் இணைக்கின்றார். இப்பீடத்தில் குடிகொண்ட அமைதியும் வல்லமையும், இவ்வுலகம் அனைத்தையும் ஆசீர்வதிக்கின்றது.

கடவுள் நம் இதய இரகசியங்களை அறிந்து, நம்மை நல்லவர்களாக மாற்றுகின்றார்.

<u>**விவிலிய சிந்தனை :**</u>

'உங்கள் செல்வம் எங்கு உள்ளதோ, அங்கே உங்கள் உள்ளமும் இருக்கும்' மத்.6:21.

'மனிதர் முகத்தைப் பார்க்கின்றனர்; ஆண்டவரோ அகத்தைப் பார்க்கின்றார்' என்றார். 1 சாமு 16:7

'அவர்களுக்கு நான் வேறோர் இதயத்தையும் புதியதோர் ஆவியையும் வழங்குவேன். கல்லாலான இதயத்தை அவர்கள் உடனின்று களைந்து விட்டு சதையாலான இதயத்தை அருளுவேன். அப்போது அவர்கள் என் நியமங்களின்படி நடப்பார்கள். என் நீதிநெறிகளுக்குச் செவி கொடுத்து அவற்றைக் கடைப்பிடிப்பார்கள். அவர்கள் என் மக்களாய் இருப்பார்கள். நான் அவர்கள் கடவுளாய் இருப்பேன்' எசே.11:19–20.

'நான் ஒருபோதும் உன்னைக் கைவிடமாட்டேன்! உன்னை விட்டு விலக மாட்டேன்' எபி.13:5.

செபம் :

அன்புள்ள இயேசுவே! இந்த நாளுக்காக நன்றி கூறுகின்றேன். உம்முடைய அன்பின் மன்னிப்புக்காகவும் என்னை ஏற்றுக் கொண்டதற்காகவும் நன்றி கூறுகின்றேன். உம்முடைய ஆழ்ந்த அன்பை அறிவது எவ்வளவு நல்லது. என்னுடைய பலவீனம், தோல்விகள், மத்தியிலும் என்னை நீர் தொடர்ந்து அன்பு செய்கிறீர்.

ஆண்டவரே, உம்முடைய அழைப்பை கேட்டு, நான் வெளியில் சென்று வீட்டில் இருப்பவரிடமும், நான் சந்திப்பவரிடமும், உம் அன்பை பகிர்ந்து கொள்ள அழைக்கின்றீர். ஆம் ஆண்டவரே, எத்தனையோ பேர் இருளில் தனிமையில் இருந்து உம்மை அறியாது தவிக்கின்றனர் என்பதை உணர்கிறேன். ஏனெனில் அவர்கள் நீர் குணமளிப்பவர் என்பதை இன்னும் கேட்டதில்லை. ஆண்டவரே, உம்முடைய வல்லமையை வெளிப்படுத்த தவறியுள்ளேன். இன்று அதை அறிகிறேன். எவ்வளவுக்கு உம்முடைய வல்லமையை மற்றவர்களுக்கு அளிக்கின்றேனோ அவ்வளவுக்கு என்னை நீர் நிரப்புகின்றீர்! ஏனெனில் நீர் கூறியுள்ளீர்: ‘உனக்கு இருமடங்காய் கொடுக்கப்படும்’.

கடந்த காலம் எப்படி இருந்தபோதிலும், ஆண்டவரே! இன்றுமுதல் புதிய தொடக்கமாய் இருக்கட்டும். இந்த உமது பீடத்தில் இருந்து என் கைகளை இணைத்து உம்முடைய ஆசீர்வாதங்களை பெற்றுக் கொள்கிறேன். என்னையே உமக்கு அளித்து உமது ஆசீர்வாதங்களை எடுத்துச் செல்லும் கருவியாக மாற்றும். உம்முடைய அன்புக்காக ஓடுவோரை

தேடுவேன். உம்முடைய வெளிச்சத்துக்கு அவர்களையும் இட்டுச்செல்வேன். உண்மையற்ற கடவுளை வணங்குவோரை தேடிச் செல்வேன். நீர் அவர்களை அன்பு செய்கிறீர்! அவர்களுக்காகவும் பலியானீர்!

அவர்களை ஆசீர்வதித்து உம்மிடம் வரச் செய்யும்! உடலிலும் உள்ளத்திலும் துன்புறுவோரை நாடி அவர்களுக்கு ஆறுதல் அளிப்பேன். அவர்கள் சோதனை நேரத்தில் தளராது இருக்க அவர்களை ஊக்குவிப்பேன். ஆண்டவரே மற்றவர்களை துன்புறுத்துவோர் மீது இரக்கமாயிரும். அவர்களுக்கு புதிய இதயத்தை கொடுத்தருளும். அவர்களுடைய தவறுகளிருந்து மனம் மாற்றி உம்மை நம்ப செய்தருளும். என்னை எப்போதும் ஆசீர்வதியும் ஆண்டவரே. உம்முடைய அருள்ஒளி என்னுடைய எல்லா வார்த்தைகளிலும் செயல்களிலும் பிரகாசிப்பதாக. ஆமென்

அமைதியாய் செபிக்கவும் :

இரக்கத்தின் செபமாலையை

உலகில் உள்ள எல்லா பாவிகளும் மனம் திரும்ப ஒப்புக் கொடுத்து செபிக்கவும்

ஐந்தாம் நாள்

கிறிஸ்து பேசுகிறார் :

என்னிடம் வா! பயப்படாதே. இன்று நான் உன்னிடம் மிகவும் சிறப்பானவற்றை பற்றி பேச விரும்புகிறேன். நீ என்னிடம் வரும் ஒவ்வொரு முறையும் ஆசீர்வாதம் பெற்றுச் செல்லுகிறாய் என்பதை அறிவாயா. என்னிடம் வருபவர் எவரும் வெறுங்கையராய் திரும்பமாட்டார்.

உன்னுடைய இதயம் அன்பாலும் மகிழ்ச்சியாலும் நிரப்பப்படும். உன்னுடைய புத்தி தெளிவு பெறும். என் முன் நீ அமர்ந்து இருக்கும் போது நினைப்பதற்கு மேலாக நீ நிரப்பப்படுகிறாய். இதை நீ அறிய வேண்டும் என்று விரும்புகிறேன். நீ எனக்கு மிகவும் முக்கியமானவன். உன் பெயரை அறிவேன். உன்னுடைய பெயர் என் கையில் பொறிக்கப்பட்டுள்ளது. நீ உன்னை எவ்விதம் பார்த்தாலும் நான் உன்னை என் நண்பராய் பார்க்கின்றேன். உனக்காக இரத்தம் சிந்தி இறந்து இருக்கின்றேன். உன்னை சிறப்பான விதத்தில் ஆசீர்வதித்துள்ளேன். உனக்கு சிறந்த வரங்களை கொடுத்துள்ளேன். இவ்வரங்களை கண்டு கொண்டால், அவை வளரும். எனக்கு ஐந்து அப்பங்களையும் இரண்டு மீனும் கொடுத்த சிறுவனை நினைவு கூர்கின்றாயா? நான் எத்தனை பேருக்கு அதை வைத்து. உணவு கொடுத்தேன்! நீ என்ன கொடுத்தாலும் அதை ஏற்று பயன்படுத்துவேன். உன் கைகளை கொடு. என்னிடம் அவைகளை நீட்டு, உன்னை நான் ஆசீர்வதிப்பேன். அதனால் அவைகள் பிறரோடு பகிர்ந்து கொள்ள எப்போதும் திறந்து இருக்கும்.

உன் கண்களை கொடு! அவைகளை ஆசீர்வதித்து மற்றவர்கள் தேவைகளை கண்டு நிறைவேற்றுவதற்கு உனக்கு பலம் தருவேன். உன் குரலை கொடு. அதை நான் ஆசீர்வதித்து பயன்படுத்துவேன். அதனால் உன்னை கேட்போர் மகிழ்ச்சியாலும் அன்பாலும் நிரப்பப்படுவர். நான் என் இதயத்தை உனக்கு கொடுப்பது போல் உன் இதயத்தை எனக்குக் கொடு. உன் வழியாக நான் அன்பு செய்வேன்.

சிந்தனை :

கொடு! உனக்கு இருமடங்காக கொடுக்கப்படும். தாராள உள்ளத்தில் இறைவனை மிஞ்சமுடியாது. நான் அவர் விரும்புவது போல் என் அவயங்களை அவர் விரும்பும்படி எடுத்து நான் கொடுக்கும் போது நற்கருணை நாதர் மகிழ்கின்றார். என்னுடைய அறிவுக்கு எட்டாத விதத்தில் ஆசீர்வாதங்களை வாக்களிக்கும் நாள் இது.

விவிலிய சிந்தனை :

"என் நீதியின் வலக்கரத்தால் உன்னைத் தாங்குவேன்" எசா 41:10

"நான் நற்செய்தியை அறிவிக்கத் தொடங்கின காலத்தில், மாசிதோனியாவை விட்டுச் சென்ற பிறகு, உங்களைத் தவிர வேறெந்தத் திருச்சபையும் என் வரவு செலவில் பங்கேற்க–வில்லை. இதை நீங்களும் அறிவீர்கள்" பிலி.4:15

"எனக்கு வலுவூட்டுகிறவரின் துணைகொண்டு எதையும் செய்ய எனக்கு ஆற்றல் உண்டு" பிலி4:13.

"நான் ஒருபோதும் உன்னைக் கைவிடமாட்டேன். உன்னை விட்டு விலக மாட்டேன்" எபி.13:5.

"வேறெந்தப் படைப்போ நம் ஆண்டவர் கிறிஸ்து இயேசுவின் வழியாய் அருளப்பட்ட கடவுளின் அன்பிருந்து நம்மைப் பிரிக்கவே முடியாது என்பது என் உறுதியான நம்பிக்கை" உரோ.8:39.

செபம் :

ஆண்டவரே! நான் குருடனாய் இருந்து

இருக்கின்றேன். உம்மிடம் வராததால் நான் எவ்வளவோ துன்பப்பட்டு சோதனை அடைந்துள்ளேன். சில சமயங்களில் என் வாழ்வு மகிழ்ச்சி இல்லாத நாட்களாகவும், தூக்கம் இல்லாத நாட்களாகவும் இருந்து இருக்கின்றன. என் பயங்களின் சத்தத்தினால் உம்முடைய குரலை கேட்க முடிவதில்லை. ஆண்டவரே உம்மோடு நான் எதார்த்தமாக இருக்க வேண்டும். நீர் என்னிடம் எதுவும் கேட்பீரோ என்று பயந்து சில சமயங்களில் உம்மிடம் வாராது இருந்து இருக்கின்றேன். சில சமயங்களில் உம்மால் கைவிடப்பட்டதாகவும், நான் நல்லவனாக இல்லாததால், என்னை நீர் கேட்பதற்கு கூட விரும்பவில்லை என்றும் நினைத்துள்ளேன்.

மன்னியும் இயேசுவே! நான் அறிவிலியாக இருந்து இருக்கின்றேன். நீரே மிகவும் நேசமும் பாசமும் மிகுந்த அன்பராய் இருக்கின்றீர். உமக்கு ஒரே ஒரு விருப்பம்தான். அதாவது கொடுத்துக் கொண்டே இருக்க, அதற்குப் பதில் சிறியதையே கேட்கின்றீர். அதைக் கூட கொடுக்க தகுதியற்றவன் நான்.

ஆண்டவரே! என் இதயத்தை அளிக்கின்றேன். வாரும் ஆண்டவரே! பொறாமை, கோபம், ஆகிய சுவர்களைத் தகர்க்க வேண்டும். குணமளிக்கும் வார்த்தைகளை, என் இதயத்திற்கு பேசும். என் உள்ளவலியைக் குறையும். என்னில் இருக்கும் குறைகளைத் தீரும்,

ஆண்டவரே! உலகிலுள்ள என் சகோதர சகோதரிகள் பெயரால் எங்களுடைய இல்லங்களுக்கு வரவேற்கின்றேன். எங்கள் குடும்பங்கள் உம்மை

நோக்கி குரல் எழுப்புகின்றன. காரணம், பெற்றோர்கள் பிரிந்து விட்டார்கள். உமது பீடத்தில் அன்பு வாக்களித்தவர்கள், ஒருவரை ஒருவர் ஏமாற்றி வாழ்கின்றனர். அன்பைத் தூண்டிய வார்த்தைகள் இப்போது ஏமாற்றுகின்றன. இயேசுவே! எல்லா குடும்பங்கள் மீதும் இரக்கம் வையும்! உமது அமைதியையும் அன்பையும் மீண்டும் கொண்டு வாரும். மீண்டும் வாரும் ஆண்டவரே! மீண்டும் பேசும். மீண்டும் தொடும். மீண்டும் குணப்படுத்தும்! ஆமென்.

அமைதியாய் செபிக்கவும் :

இரக்கத்தின் செபமாலையை உடைந்த உறவுகள் ஒன்றுபட ஒப்புக் கொடுத்து செபிக்கவும்

ஆறாம் நாள்

கிறிஸ்து பேசுகிறார் :

என் மிகவும் பிரியமான நண்பனே வருக. உனக்காக காத்துக் கொண்டு இருக்கின்றேன். நீ என்னோடு நேரத்தை செலவழிக்க முடிவு செய்தது பற்றி மகிழ்ச்சி அடைகிறேன். இது என் இதயத்திற்கு ஆறுதலையும் மகிழ்ச்சியும் கொடுக்கிறது. ஏனெனில் நீ எல்லாவற்றையும் விட்டு விட்டு என்னோடு இருக்க வந்து இருக்கின்றாய். எனவே உன்னை அதிகமாக, நீ எதிர்பார்ப்பதற்கும் மேலாக ஆசீர்வதிக்கின்றேன்.

என் இதயம், துன்புறும் என் மக்கள் மீது செல்லுகிறது. நான் இங்கு என் மக்களின் துன்பங்களை துடைக்கவிருக்கின்றேன். பயப்படாதே. உன்னுடைய துன்பங்களையும் கஷ்டங்களையும் என் முன் வை.

உன்னை முடிவில்லாத தூய அன்பால் நேசிக்க அனுமதி.

என் அன்பு ஒன்றே உன் எல்லா தேவைகளையும் நிறைவு செய்யும். அமைதியாய் இரு. என் அன்பனே, நான் உன்னை ஒருபோதும் கைவிட மாட்டேன். சில சமயங்களில் நான் உன் செபத்தை கேட்கவில்லை என்று உணருகின்றாய். ஒன்றும் நடக்காதது போல் தோன்றுகிறது. நீ என்னை நம்பினால் நான் முழு வல்லமையோடு என்றும் இருக்கின்றேன். நான் உன்னை நிபந்தனையற்ற விதமாக அன்பு செய்கின்றேன் என்று நம்பு, என்னை நம்பு. என் அன்பை நம்பு. என் வல்லமையை நம்பு.

என் அன்பு பற்றி உன்னிடம் போதுமான அளவுக்கு பேச முடியாது. உன்னை ஒருபோதும் திக்கற்றவனாய் விடமாட்டேன். உன் ஆன்மாவில் இருக்கும் காயங்களை தொட்டு அரவணைக்கின்றேன்.

என் தொடுதலானது குணமளிக்கும். என்னுடைய இரத்தத்தால் உன்னை மூடுகிறேன். அன்பினால் சிந்தப்பட்ட என் இரத்தம் உன்னை சுத்திகரிக்கிறது.

எத்தனையோ அருள் வரங்களை என் மக்கள் மீது பொழிய விரும்புகிறேன். ஆனால் வந்து குணம் பெற மறுக்கின்றனர். நீ போய் அவர்களிடம் சொல்வாயா? உன்னை அவர்களிடம் நான் அனுப்பலாமா?

விவிலிய சிந்தனை :

எனக்கு ஏன் தீராத வேதனை? குணமாகாக் கொடிய காயம்? நீர் எனக்குக் கானல் நீரென, ஏமாற்றும் ஓடையென ஆகிவிட்டீரோ! எனவே, ஆண்டவர் கூறுவது இதுவே – "நீ திரும்பி வந்தால் நான்

உன்னை முன்னைய நிலைக்குக் கொண்டு வருவேன்” எரே. 5:18–19.

“ஆண்டவர் இரக்கமும் கனிவும் உடையவர்; எளிதில் சினம் கொள்ளாதவர்; பேரன்பு கொண்டவர்” தி.பா.145:8.

“நான் உங்கள் எல்லாப் பாவங்களிருந்தும் உங்களைத் தூய்மைப்படுத்தும் நாளில், நகர்களில் உங்களை மீண்டும் குடியேற்றுவேன். அழிவிடங்களை மீண்டும் கட்டியெழுப்புவேன்” எசே. 36:33.

“அவர்களை நான் மீட்டுத் தூய்மையாக்குவேன். அவர்கள் எனக்கு மக்களாய் இருப்பர்; நான் அவர்களுக்குக் கடவுளாய் இருப்பேன்” எசே. 37:23.

“கோழி தன் குஞ்சுகளைத் தன் இறக்கைக்குள் கூட்டிச் சேர்ப்பது போல நானும் உன் மக்களை அரவணைத்துக் கொள்ள எத்தனையோ முறை விரும்பினேன். உனக்கு விருப்பமில்லையே!” மத். 23:37.

“அவர்களுடைய பற்றுறுதியின்மையை நான் குணமாக்குவேன்; அவர்கள் மேல் உளமார அன்பு கூர்வேன். அவர்கள் மேலிருந்த என் சினம் தணிந்துவிட்டது” ஓசே.14:4.

செபம் :

இயேசு ஆண்டவரே! உம்முடைய இல்லத்தில் என்னை ஏற்றுக் கொண்டதற்காக நன்றி கூறுகின்றேன். நான் பல இடங்களை சுற்றி அலைந்து இருக்கின்றேன். உலகை நாடி சென்று

இருக்கின்றேன். ஒரு குறிக்கோளை விட்டு இன்னொரு குறிக்கோளை தேடியுள்ளேன். சில சமயங்களில் ஓர் நிமிட நிறைவு கண்டு இருக்கின்றேன். வந்து போகும் இன்பத்தை உணர்ந்து இருக்கின்றேன். ஆனால் அவைகளின் மத்தியில் ஒரு வெறுமையை உணர்கின்றேன். ஒரு நிறைவற்ற தன்மையோடு இருக்கின்றேன். சில சமயங்களில் நான் என்ன விரும்புகிறேன். நான் என்ன தேடினேன் என்பதைக் கூட கண்டு கொள்ள முடிவதில்லை.

இயேசுவே! இப்போது நான் அறிகிறேன். உமக்காகவே என்னை படைத்தீர். உம்முடைய திருவுள்ளத்திலே நான் இளைப்பாற முடியும். இப்போது வீடு தேடி வருகின்றேன். இங்கு தங்குவதற்கு விரும்புகிறேன்.

ஆண்டவரே இப்போது நான் உணர்கின்றேன். உம்மில்தான் என் எல்லா செபங்களும் கேட்கப்படும். நீர் எவ்விதம், எந்த நேரத்தில் பதில் அளித்தாலும் ஏற்றுக் கொள்ள தயாராய் இருக்கின்றேன். ஏனெனில் எனக்கு நன்மை எது தீமை எது என்பதை நீர் அறிவீர். உமது அன்பு, நான் மீனைக் கேட்கும் போது எனக்குத் தேளை கொடுக்காது.

இயேசுவே! உம்மில் நம்பிக்கை வைக்கின்றேன்.

உம்மை நம்புகிறேன்

நீர் என்னை நேசிக்கிறீர் என்று நம்புகிறேன்.

உம்முடைய அன்பிற்கு என்னை முழுவதும் கையளிக்கின்றேன்.

அமைதியாய் செபிக்கவும் :

இரக்கத்தின் செபமாலையை சிறையில் இருப்பவர்களுக்காக ஒப்புக் கொடுத்து செபிக்கவும்

ஏழாம் நாள்

கிறிஸ்து பேசுகிறார் :

மகிழ்ச்சியாய் இருப்பவர்களே, என்னிடம் வாருங்கள். உங்கள் மகிழ்ச்சியை முழுமையாக்குவேன். உண்மையான மகிழ்ச்சிக்கு தடையாய் இருப்பது என்னவென்று உங்களுக்கு கற்பிப்பேன். எல்லா பகைமையும் பழிவாங்குதலும், எரிச்சல்கள், ஆத்திரமடைதல், பேராசை, சுயநலம், தீர்க்கப்படாத பிரச்சினைகள் இவைகளெல்லாம் சந்தோஷத்தை கெடுத்து விடுகின்றன. என்னிடம் கற்றுக்கொள். எப்படி இதயத்தை சுத்தமாக வைத்துக் கொள்வது என்று என் அன்பையும் நன்மைத்தனத்தையும், நீ வாங்கிக் கொள்.

துன்ப துயரத்தில் இருப்போரே என்னிடம் வாருங்கள். உங்கள் வாழ்வும் பாரபட்சமாக்கப்பட்டுள்ளது என உணர்கிறீர்களா? உங்களுடைய திட்டங்கள் தோல்வியுற்றனவா? நீங்கள் நம்பிக்கை வைத்தவர்கள் உங்களை ஏமாற்றினார்களா? உங்கள் வாழ்வில் எல்லாமே தப்பாகப் போகிறதா?

என் குழந்தையே. இப்போது நீ சரியான இடத்தில் இருக்கின்றாய். என்னிடம் பேசு. உன் இதயத்தை என்னிடம் கொடு! உன் இதயத்தின் ஆழத்திலிருக்கும் எல்லாவற்றையும், குப்பையை கொட்டுவது போல கொட்டிவிடு. என் ஆவி உன்னை

அமைதியாலும் ஆறுதலாலும் நிரப்பிக்கொண்டு இருக்கின்றது.

எவ்வளவு நேரம் நீ விரும்புகின்றாயோ அவ்வளவு நேரத்திற்கு என் முன்பாக அமர்ந்து இரு.

நீ ஆறுதல் படுத்தப்பட்டதாகவும், பலம் பெறுவதாகவும் உணரும்போது, வெளியே சென்று என் பணியாளனாய் இரு. தோல்வி அடைந்தோரையும், துன்புறுவோரையும், நம்பிக்கை இழந்தோரையும், தேடிக் கண்டுபிடி. நான் காயப்பட்டவர்க்குக் குணம் அளிப்பேன். நீ துன்பப்பட்டு இருப்பதால் நீயும் காயம்பட்டு குணமளிப்பவன். எனவே, நீயும், நான் உனக்கு கொடுத்த அன்பையும் அரவணைப்பையும் மற்றவர்களுக்கு கொடுக்கலாம். உன்னை நான் இப்போது என் அப்போஸ்தலனாக தேர்ந்து கொள்கிறேன். உன் துன்பங்கள் உன்னை பக்குவப்படுத்தி மற்றவர்களுக்கு செவிமடுப்பதையும் பிறரைக் குணப்படுத்தவும் நம்பிக்கை அளித்து உன்னை தயாரித்துள்ளன.

என் குழந்தாய். நீண்ட நேரம் நான் மறைந்து இருக்கின்றேன். உன்னுடைய உதவியால் என்னுடைய வல்லமையை வெளிப்படுத்த முடியும். என்னுடைய அன்பின் அரசாட்சியும் பரவ முடியும். என் அப்போஸ்தலனாக நீ எப்படி இருக்க விரும்புகிறாய்?

<u>விவிலிய சிந்தனை :</u>

"நீங்கள் என்னைத் தேர்ந்து கொள்ளவில்லை. நான்தான் உங்களைத் தேர்ந்து கொண்டேன். நீங்கள் கனி தரவும். நீங்கள் தரும் கனி நிலைத்திருக்கவும் உங்களை ஏற்படுத்தினேன். ஆகவே நீங்கள் என்

பெயரால் தந்தையிடம் கேட்பதையெல்லாம் அவர் உங்களுக்குக் கொடுப்பார்" யோவான் 15:16.

"யாரை நான் அனுப்புவேன்? நமது பணிக்காக யார் போவார்?" என வினவும் என் தலைவரின் குரலை நான் கேட்டேன். அதற்கு, "இதோ நானிருக்கிறேன். அடியேனை அனுப்பும்" எசாயா 6:8.

"தாய் வயிற்றில் உன்னை நான் உருவாக்கு முன்பே அறிந்திருந்தேன். மக்களினங்களுக்கு இறைவாக்கினனாக உன்னை ஏற்படுத்தினேன். அஞ்சாதே, ஏனெனில், உன்னை விடுவிக்க நான் உன்னோடு இருக்கின்றேன்." எரேமியா 1:5 & 8

வெறுமையான ஓலமிடும் பாலையில் அவனைக் கண்டார். கழுகு, தன் கூட்டின் மேல் அசைந்தாடித் தன் குஞ்சுகளின் மேல் படர்ந்து, அணைப்பது போலும், தன் சிறகுகளை விரித்து அவற்றைச் சுமந்து செல்வது போலும், அவற்றைத் தன் சிறகுகளில் சுமப்பது போல், ஆண்டவர் ஒருவரே அவனை வழிநடத்தினார்" இணைச் சட்டம் 32:10–12.

"உலகெங்கும் சென்று படைப்பிற்கெல்லாம் நற்செய்தியைப் பறைசாற்றுங்கள்" மாற்கு 16:15.

குறிப்பு : (நான் வார்த்தைகளால் போதிக்கலாம். ஆனால் என் வாழ்வே திறந்த நற்செய்தி. அதன் வழியாக மற்றவர்கள் இயேசுவை அறியவும் சந்திக்கவும் முடியும்).

செபம் :

இயேசுவே! உம்மிடம் வந்து ஆறுதலும் ஆசியும் பெறுதல் ஒன்று! ஆனால் உம்முடைய அழைத்தலை பெறுவது இன்னொன்று. மோசேயைப் போல நானும் சாக்கு போக்கு காண விரும்புகிறேன். எசாயாவைப் போல் என் தகுதியின்மையை உணர்கின்றேன். எரேமியாவைப் போல தயாரிப்பில்லாது இருக்கின்றேன். இருப்பினும் உம்முடைய கண்கள் என் இதயத்தின் ஆழத்தை ஊடுருவதைக் காண முடிகிறது. என்னுடைய சுயநலத்திலிருந்தும், தற்பெருமையிலிருந்தும் வெளிவர நீர் அழைப்பதை கேட்க முடிகிறது. என்னுடைய சாக்கு போக்குகள் உண்மையற்றவை என்பது தெரிகின்றது. என் மனது கல்வாரிக்கு சென்று நீர் அங்கு மனுக்குலத்திற்காக பட்ட வேதனையைப் பார்க்கின்றேன். என் முன்னால் உம் இதயம் எனக்காக ஏங்கித் துடிப்பதை உணர முடிகிறது. நான் போகிறேன் ஆண்டவரே! கடினமாய் இருக்கின்றது. இருப்பினும் என்னை நீர் தனியாக விட்டு விட மாட்டீர் என்று உறுதியளித்து இருக்கின்றீர்.

இயேசுவே! வந்து என் குளிர்ந்த இதயத்தை தொட்டு உம்முடைய அன்பின் அனலாய் என் கண்களைத் திறந்து விடும். உமது மீட்பின் செய்தியை அறிவிக்க எங்கள் நாவைக் கட்டவிழும்.

நற்கருணையில் உமது வல்லமை அளவற்றது. இந்த வல்லமையோடு நான் செல்கிறேன். இன்று முழுவதும் ஆசீர்வதித்து உம்முடைய அன்பால் என் இதயத்தை நிரப்பும். ஆண்டவரே! அன்பு செய்யவும்

குணப்படுத்தவும் உம்மிடம் உள்ள வல்லமை இப்பீடத்திருந்து புறப்படட்டும்.

அமைதியாய் செபிக்கவும் :

இரக்கத்தின் செபமாலையை
நோயாளிகளுக்காகவும்,
துன்பப்படுவோர்களுக்காகவும் ஒப்புக் கொடுத்து
செபிக்கவும்

எட்டாம் நாள்

கிறிஸ்து பேசுகிறார் :

சிறுவரே நெருங்கி வாருங்கள்! என் அருகில் அமருங்கள்! என் ஆழமான நிபந்தனையற்ற அன்பை சுவாசியுங்கள்.
உனக்காக நான் மனிதனானேன்
உனக்காக நான் வாழ்ந்தேன்
உனக்காக நான் இறந்தேன்
உனக்காக நான் உயிர்த்தேன்
உனக்காக இந்த பீடத்தில் நான் வாழ்கின்றேன்

உன்னுடைய இரகசிய நினைவுகளின் வலியையும், மறைந்து இருக்கும் பயங்களையும் நான் அறிவேன். உன் சந்தேகங்கள், உன் கவலைகள், உன் அவநம்பிக்கை எல்லாம் எனக்கு முன்பாக இருக்கின்றன. பசித்தோருடைய பசியையும், தனிமையில் உள்ளோர் கண்ணீரையும், ஒதுக்கப்பட்டோர்களின் கசப்பு உணர்வையும், சிறைப்பட்டோரின் வேதனையும் அறிவேன். ஒவ்வொரு மனித வலியையும் எனதாக்கியுள்ளேன். என்னுடைய வல்லமையும் அன்பும்

அதிகப்பட்டிருந்தால் எத்துணை நல்லது. வா. என்னிடம் தயவு செய்து வா. உனக்கு மட்டும் கேட்காதே; மற்றவர்களுக்காகவும் பரிந்து பேசு! பசியுற்றோர், வீழ்ந்து கிடப்போர், ஊனமுற்றோர் ஒடுக்கப்பட்டோர், வன்முறையாளர், தற்பெருமையுள்ளோர் அனைவரையும் என்னிடம் கூட்டிவா! என் மக்களின் வலியில் நான் இன்பம் அடைவதில்லை. ஆனால் அவர்களுக்காக

மீட்பையும் இரட்சிப்பையும் கொண்டு வந்துள்ளேன். என்னை நம்பு! செபத்திலும் செயலிலும் என் அப்போஸ்தலனாய் இரு.

<u>விவிலிய சிந்தனை :</u>

“எனக்கும், இந்நாட்டு மக்களுக்குமிடையே ஒரு சுவரை எழுப்பி, அதன் மூலம் நான் இந்த நாட்டு மக்களை அழிக்காதபடி தடுப்பவன் ஒருவனை அவர்களிடையே தேடினேன். ஆயினும் யாரும் கிட்டவில்லை” எசே 22:30.

“எருசலேமே, உன் மதில்கள் மேல் காவலரை நிறுத்தியுள்ளேன். இராப்பகலாய் ஒரு போதும் அவர்கள் அமைதியாய் இரார்; ஆண்டவருக்கு நினைப்பூட்டுவோரே. நொடிப்பொழுதும் அமைதியாய் இராதீர்” எசாயா 62:6.

“யோபு, தம் நண்பர்களுக்காக மன்றாடின பிறகு, ஆண்டவர் செல்வங்களையெல்லாம் மீண்டும் நல்கினார். மேலும் அவர் யோபுக்கு இருந்தனவற்றை எல்லாம் இரண்டு மடங்கு ஆக்கினார்” யோபு 42:10.

செபம் :

ஆண்டவரே! நீர் எனக்கு செய்த அனைத்திற்காகவும் உம்மை போற்றி நன்றி கூறுகின்றேன். உம்முடைய அன்பை சிறப்பாக இப்பீடத்தில் காண முடியும். சந்தேகப்பட முடியாது. என்னுடைய தாழ்ந்த உணர்வுகளை உயர்த்தும் ஆண்டவரே! இவ்விதம் செபத்தில் உலகத்திற்கு தேவையானவற்றை உம்மிடம் கொண்டு வருவேன். ஆண்டவரே! நீர் மக்கள் கூட்டத்தை பசியாற்றி இருக்கின்றீர். உம் பிள்ளைகள் மீது இரக்கம் காட்டியுள்ளீர். அவர்களின் தேவைகளை உம்முடைய அளவற்ற இரக்கத்தில் சந்தியும். நீர் சமாதானமும் வாழ்வும் கொண்டு வருவீர்! இருப்பினும் என்னைச் சுற்றிலும் துன்பத்திலும் வன்முறையில் இரத்தம் சிந்தப்படுவதையும் ஆபத்துகளையும் காண்கின்றேன். இவ்வளவு துன்ப துயரங்களிருந்து எங்களை காப்பாற்றுவது யார்? நீர் ஒருவரே! சாத்தானை துரத்தி நசுக்கினீர். நீரே கல்லறையில் இருந்து எமது சாவை வென்றீர். இங்குள்ள பீடத்தில் உமது வல்லமை குறையாது இருக்கின்றது. உமது அன்பு பலமாகவும் நிலைத்து இருக்கின்றது. என்னை குணமாக்கும்! என்னை மன்னியும், என்னை விடுவியும். உம்முடைய அன்பின் வல்லமை, எங்கள் கோபத்தை தணிக்கட்டும். எங்கள் எல்லா கசப்புக்களும் குணமாக்கப்படும். இவ்வுலகில் இருந்து எல்லா யுத்த கருவிகளையும் நீக்கும். வன்முறையின் சாத்தான்களை இவ்வுலகில் இருந்து விரட்டி விடும். எம் மக்களை விடுதலையாக்கும் ஆண்டவரே. ஆமென்

அமைதியாய் செபிக்கவும் :

இரக்கத்தின் செபமாலையை உத்தரிக்கிற ஸ்தலத்தில் உள்ள ஆன்மாக்களுக்காக ஒப்புக் கொடுத்து செபிக்கவும்

ஒன்பதாம் நாள்

கிறிஸ்து பேசுகிறார் :

மகிழ்ச்சியாய் இருங்கள் என் குழந்தைகளே! நன்றியும் புகழும் செலுத்துங்கள். என்னோடு நீ செலவழிக்கும் நேரம் வீணாகவில்லை. நீ உயிரோடு இருப்பது எவ்வளவு மகிழ்ச்சியானது. நீ பெற்ற ஆசீர்வாதங்களில் மிகப் பெரியது விசுவாசம் என்னும் பரிசு. அது உன்னை முழுமையாக்கும். பல நன்மைகள் பெற்றுக் கொண்ட அனுபவமும் உனக்கு உண்டு.

உன் மற்ற விண்ணப்பங்கள் தக்க நேரத்தில் கேட்கப்படும். ஏனெனில் நான் உன் செபங்களை கேட்கின்றேன். உன் காயங்களை குணப்படுத்துகிறேன். ஆனால் மீண்டும் கேட்டுக் கொள்கின்றேன். என்னுடைய வழியில் என் நேரத்தில் காரியங்களை செய்ய விடு. என்னை நம்பு. எனக்கு சூழலின் முழுமையான பார்வை உண்டு. நான் முன்னோக்கி பார்க்கின்றேன். உனக்கு தேவையற்ற துன்பத்தை கொடுக்கமாட்டேன். முடிந்தபோதெல்லாம் என்னிடம் வா! அதிக வேலையாய் இருக்கும்போது கூட ஒரு சில நிமிடங்களாவது வந்து போ. உன்னை எப்போதுமே வரவேற்பேன். உனக்கு கற்பிப்பேன். உன்னை விடுவிப்பேன். தூய ஆவியால் உன்னை நிரப்புவேன். அதனால் உன் அன்றாட வாழ்க்கைப்

பிரச்சனைகளை அமைதியாக சந்திக்க முடியும். நான் உன்னோடு இருந்து, உன் வாழ்வின் புயல்களை அடக்குவேன்.

கடந்த நாட்களில் என்னுடைய வல்லமையை நீ கண்டு இருக்கின்றாய். என்னுடைய அன்பிற்கும் வல்லமைக்கும் சாட்சி கூறு. நற்கருணையில் இருந்து நான் அன்பு செய்வதை மற்றவர்களிடம் சொல். குறிப்பாக என்னுடைய அமைதியான அன்பையும் வல்லமையும் நற்கருணையில் காணச் செய்.

என் அழைத்தலை மற்றவர்களுக்கும் கொடு. மீண்டும் வா. உனக்காக இன்னும் எவ்வளவோ கொடுக்க இருக்கின்றேன்.

விவிலிய சிந்தனை :

"பெருஞ்சுமை சுமந்து சோர்ந்திருப்பவர்களே, எல்லாரும் என்னிடம் வாருங்கள். நான் உங்களுக்கு இளைப்பாறுதல் தருவேன். நான் கனிவும் மனத்தாழ்மையும் உடையவன். ஆகவே என் நுகத்தை உங்கள் மேல் ஏற்றுக் கொண்டு, என்னிடம் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். அப்பொழுது உங்கள் உள்ளத்திற்கு இளைப்பாறுதல் கிடைக்கும்" மத். 11:28,29.

"கடவுளுடைய வல்லமை மிக்க கரத்தின்கீழ் உங்களைத் தாழ்த்துங்கள்; அப்பொழுது அவர் ஏற்ற காலத்தில் உங்களை உயர்த்துவார். உங்கள் கவலைகளையெல்லாம் அவரிடம் விட்டு விடுங்கள். ஏனென்றால், அவர் உங்கள் மேல் கவலை

கொண்டுள்ளார்" 1 பேதுரு 5:6–7.

"ஆண்டவர் உனக்கு ஆசி வழங்கி உன்னைக் காப்பாராக! ஆண்டவர் தம் திருமுகத்தை உன் மேல் ஒளிரச் செய்து உன்மீது அருள் பொழிவாராக! ஆண்டவர் தம் திருமுகத்தை உன் பக்கம் திருப்பி உனக்கு அமைதி அருள்வாராக!" எண் 6:26.

"நான் உனக்குக் கட்டளையிடவில்லையா? வீறுகொள். துணிந்து நில். அஞ்சாதே. கவலைப்படாதே. ஏனெனில் உன் கடவுளும் ஆண்டவருமான நான், நீ செல்லும் இடம் எல்லாம் உன்னோடு இருப்பேன்". யோசுவா 1:9.

செபம் :

என் ஆண்டவரே! கடந்த பல நாட்களாக என் இதயத்தை தொட்டு இருக்கின்றீர். ஆண்டவரே உம் வீட்டில் குடி கொள்வது எவ்வளவோ நல்லது. ஆண்டவரே நான் பெற்றுக் கொண்ட அமைதிக்காகவும் ஆசீர்வாதங்களுக்காகவும் உம்மை போற்றுகிறேன். நான் பெற்றுக் கொண்ட ஆசீர்வாதங்களை எண்ணிப்பார்க்கின்றேன்.

நீர் எனக்கு கொடுத்த வார்த்தைகள் ஆவியின் வாழ்வு கொண்டவை. உண்மையிலேயே நான் உயர்த்தப்பட்டிருக்கின்றேன். பாவியாக உம்மிடம் வந்தேன். என் மனது கவலைகளால் நிறைந்து உடைந்து வந்தேன். தனிமையின் துக்கத்தில் வந்தேன். அன்புக்காக ஏங்கி வந்தேன். சில சமயம் என் உடல் களைப்பும் வேதனைகளும் இருந்தன. நீர் என்னை ஏற்றுக் கொண்டீர். இயேசுவே. உம்முடைய நற்கருணை இதயத்தில் எனக்கு போதிய இடம்

தந்தீர். நீர் என்னை நேசித்தீர். குணமளித்தீர்! என்மீது மழைபோல் உம் ஆவியைப் பொழிந்தீர்.

ஆண்டவரே! நன்றி நிறைந்த இதயத்தோடு உம்மிடம் பணிந்து உமக்கு நன்றி நன்றி என மனமார கூறுகின்றேன்.

அமைதியாய் செபிக்கவும் :

இரக்கத்தின் செபமாலையை வெதுவெதுப்பான ஆன்மாக்களுக்காகவும், இறைவனிடம் இருந்து பெற்றுக் கொண்ட அனைத்து ஆசீர்வாதங்களுக்காவும் ஒப்புக் கொடுத்து செபிக்கவும்

****

தினமும் செய்யும் செபம் / வீட்டுப்பாடம்

ஆண்டவரிடமிருந்து எல்லா ஆசீர்வாதங்களைப் பெற்றுக் கொள்ளவும், சுய அழிவிலிருந்து தப்பவும், ஆவிக்குரிய வாழ்வில் வளரவும், தினசரி செபத்தையும் வீட்டுப் பாடத்தையும் தவறாமல் செய்யவும். (பக்கம் 97–112) மூன்று பிரிவுகளாக பிரிக்கப்பட்ட, மொத்தமாக 20 செபங்கள் உள்ளன. அந்த மூன்று பிரிவுகள் பின்வருமாறு.

தனி செபம், பொது செபம், சிறப்பு செபம்

1. தனி செபம்

1. ஆசீர்வதிக்கும் செபம் cccc 551
2. நற்கருணை ஆராதனை cccc 552
3. விண்ணப்பங்கள் cccc 553
4. பரிந்துரை செபம் cccc 554
5. நன்றியறிதல் செபம் cccc 555
6. புகழ்ச்சி செபம் cccc 556
7. வாய்மொழி செபம் cccc 569
8. தியானம் cccc 570
9. ஆழ்நிலை தியானம் (ஆழ்ந்த சிந்தனை) cccc 571

தனி செபத்தின் ஒன்பது அம்சங்கள்.

CCCC 550 கிறிஸ்தவ இறை வேண்டலின் அடிப்படைக் கூறுகள் யாவை? CCC.2643-2644

கிறிஸ்தவ இறைவேண்டலின் அடிப்படைக் கூறுகள்:

வாழ்த்தும், ஆராதனையும், விண்ணப்பமும், பரிந்துரையும், நன்றி கூறலும், போற்றுதலும் வேண்டுதலின் எல்லா வடிவங்களையும் உள்ளடக்கியதாகவும், வெளிப்படுத்தவதாகவும் நற்கருணைக் கொண்டாட்டம் உள்ளது.

CCCC-551 வாழ்த்து என்றால் என்ன? CCC.2626 - 2627/ 2645

கடவுளின் கொடைக்கு மனிதரின் மறுமொழியே வாழ்த்து ஆகும். நம்மை முதலில் ஆசீர்வதித்து, தமது கொடைகளால் நம்மை நிரப்பும் எல்லாம் வல்லவரை நாம் வாழ்த்துகிறோம்.

CCCC-552 ஆராதனை என்றால் என்ன? CCC.2628

ஆராதனை என்பது, தூய்மைமிகு இறைவனின் படைப்பு என மனிதர் தம்மைத் தாழ்மையுடன் ஏற்றுக் கொள்வது.

CCCC-553 விண்ணப்பத்தின் வகைகள் யாவை? CCC.2629-2633, 2646

இந்த இறைவேண்டல், பாவங்களுக்கு மன்னிப்பு வேண்டுவதாகவும், ஆன்மிக, உலகியல் தேவைகள் அனைத்திற்காகவும் தாழ்மையோடும் நம்பிக்கையோடும் எழுப்பப்படும் மன்றாட்டாகவும் அமையும். இருப்பினும் இறையாட்சியின் வருகைக்காக வேண்டுவதே முதன்மையானது.

CCCC-554 பரிந்துரை என்றால் என்ன? CCC.2634-2636, 2647

பிறருக்காக இறைவேண்டல் செய்வதே பரிந்துரை. எல்லாருக்காகவும் சிறப்பாகப் பாவிகளுக்காகவும் இறைத்தந்தையிடம் பரிந்து பேசும் இயேசுவின் இறைவேண்டலோடு இப்பரிந்துரை நம்மை இணைத்து, அவருக்கு ஒத்திருக்கச் செய்கிறது. நம் பகைவர்களுக்காவும் வேண்டல் செய்வது அவசியம்.

CCCC-555 கடவுளுக்கு எப்போது நன்றி செலுத்தப்படுகிறது? CCC.2637-2638, 2648

திருச்சபை இடைவிடாமல், மிகச் சிறப்பாக நற்கருணைக் கொண்டாட்டத்தில் கடவுளுக்கு நன்றி செலுத்துகிறது. இதன் வழியாக, கிறிஸ்து இறைத் தந்தைக்குச் செலுத்தும் நன்றியில் திருச்சபை பங்கெடுக்க அருள்கிறார். வாழ்வின் ஒவ்வொரு நிகழ்வும் இறைவனுக்கு நன்றி செலுத்த கிறிஸ்தவர்களுக்கு வாய்ப்பளிக்கிறது.

CCCC-556 இறைப்புகழ்ச்சி என்றால் என்ன ? CCC.2639-2643, 2649

கடவுள் கடவுளாகவே இருக்கிறார் என்பதை எவ்வித தயக்கமுமின்றி ஏற்றுக் கொள்ளும் செப வடிவமே இறைப்புகழ்ச்சி ஆகும். இது முற்றிலும் தன்னலமற்றது. கடவுள் என்பதற்காகவே நாம் அவரைப் புகழ்கிறோம். மேலும், அவர் வாழ்கிறார் என்பதற்காகவே நாம் அவரை மாட்சிப்படுத்துகிறோம்.

CCCC-569 வாய்மொழி இறைவேண்டல் என்றால் என்ன ? CCC.2700-2704, 2722

வாய்மொழி இறைவேண்டல் இதயத்தின் உள்ளார்ந்த இறை வேண்டலுடன் உடலை இணைக்கிறது. ஆயினும் உள்ளார்ந்த இறைவேண்டல் செய்வோரும் கூட வாய்மொழி இறைவேண்டலை விட்டுவிடலாகாது. எப்படி இருந்தாலும் வாய்மொழி இறைவேண்டல் தனிப்பட்ட நம்பிக்கையிலிருந்து ஊற்றெடுக்க வேண்டும். "இயேசு கற்றுத் தந்த இறைவேண்டல்'' வாழ்மொழி இறைவேண்டலின் முழுநிறைவான ஒரு வடிவமாகும்.

CCCC-570 தியானம் என்றால் என்ன ? CCC.2705-2708, 2723

தியானம் என்றால் செப உணர்வு கொண்ட சிந்தனை. இந்த சிந்தனை சிறப்பாக இறைவார்த்தையை மையமாகக் கொண்டது. நமது நம்பிக்கையை ஆழப்படுத்தவும், நமது மனதை மாற்றவும், கிறிஸ்துவைப் பின்பற்றவும் நமது தீர்மானத்தை பாதுகாக்கவும், நமது சிந்தனை, கற்பனை, உணர்வுகள், விருப்பம் ஆகியவற்றைத் தியானம் ஈடுபடுத்துகிறது. இது நமது ஆண்டவரோடு அன்பில் இணைவதற்கு முதல் படியாக உள்ளது.

CCCC-571 ஆழ்நிலைத் தியானம் என்றால் என்ன? CCC.2709-2719, 2724, 2739-2741

ஆழ்நிலைத் தியானம் என்றால், கடவுளை அன்போடும் அமைதியோடும் உற்று நோக்குவது. இது கடவுளின் கொடை, தூய்மையான நம்பிக்கையின் நேரம், இவ்வாறு இறைவேண்டல் செய்பவர் கிறிஸ்துவைத் தேடுகிறார். தந்தையின் அன்பான திருவுளத்திற்குத் தம்மையே ஒப்புக் கொடுகிறார். தூய ஆவியாரின் செயல்பாடுகளுக்குத் தம்மையே கையளிக்கிறார். "நட்பின் நெருங்கிய பகிர்வு என ஆழ்நிலைத் தியானத்தை அவிலா நகர் புனித தெரசா வரையறுக்கிறார்". அந்நிலையில் கடவுளுடன் தனித்திருக்க நாம் அதிக நேரம் செலவிடுகிறோம். அவர் நம்மை அன்பு செய்கிறார்.

தனி ஜெபத்தின் வல்லமையை அதிகரிக்க நாம் செய்ய வேண்டிய வீட்டுப் பாடத்தின் ஒன்பது கூறுகள்:

1. மனம் திரும்புதல் – பக்கம் 10
2. பாவமன்னிப்புபெறுதல் – பக்கம் 10
3. இயேசுவின் மீது நம்பிக்கை கொள்வது – பக்கம் 10
4. இறைவனுடன் தனிப்பட்ட உறவு– பக்கம் 10
5. இறைவார்த்தை மற்றும் திருச்சபையின் கோட்பாடுகளுக்கு இணங்க வாழ்வது – பக்கம் 11
6. அருட்சாதனத்தில் பங்கேற்பது. (அடிக்கடி ஒப்புரவு அருள்சாதனத்தைப் பெற்று, திவ்விய நற்கருணையை உட்கொள்வது) – பக்கம் 11
7. 14 இரக்கச் செயல்களைச் செய்வது. – பக்கம் 11
8. வாய்ப்பு கிடைக்கும் பொழுது அருட்பணியாளர்களிடம் கரங்கள் வைத்து செபித்துக் கொள்வது. – பக்கம் 11
9. கடவுள் துன்பங்களைக் கொடுப்பதில்லை, மாறாக அவை நமக்கு நன்மை உண்டாக்கும் நோக்கத்துடன் அனுமதிக்கப்படுகிறது என்று எண்ணி அதை ஏற்றுக் கொள்வது. – பக்கம் 11

II. பொது செபங்கள் – (பக்கம் 15–32)

மூவேளை செபம் பக்கம் 2 (தினமும் மூன்றுமுறை)

1. அர்ப்பண செபம் – பக்கம் 15
2. அனைவருக்குமான செபம் – பக்கம் 18
3. பாதுகாப்பும், விடுதலையும் பெற செபம் – பக்கம் 18
4. இறை இரக்கத்தின் செபமாலையுடன், ஐந்து தனி செபங்கள் – பக்கம் 23
5. திருப்புகழ் மாலையும், ஐந்து பரிந்துரை கருத்துக்களுடன் செபமாலை செபிப்பது – பக்கம் 31
6. அந்தந்த நாளுக்குரிய நற்செய்தியை வாசிப்பது – பக்கம் 31
7. வாசித்த நற்செய்தியை ஐந்து நிமிடம் தியானிப்பது – பக்கம் 31
8. திருப்பலியில் பங்கேற்பது – பக்கம் 32 அல்லது "என்னிடம் வா" நவநாள் செபம் செபிப்பது–பக்கம் 63–96

பொது செபத்தை வல்லமையோடு செபிப்பதற்கு உதவும் 5 வீட்டுப் பாட கூறுகள்:

1. மாற்கு 11:24 எதிர்நோக்குடன் கூடிய நம்பிக்கை
2. லூக்கா 18: 1–8 மனம் தளராமல் – செபிப்பது. (உதா. நேர்மையற்ற நடுவரும், கைம்பெண்ணும்) பதிலைப் பெறும் வரை இடைவிடாது செபிப்பது.
3. லூக்கா 18:9–14. நம்மை நியாயப்படுத்துவதைத் தவிர்க்க வேண்டும். நம்முடைய தகுதியின்மையை உணர்ந்து, கடவுளுடைய இரக்கத்திற்காக மன்றாடுவதே ஆசீர்வாதத்தின் திறவுகோல்.
4. மத் 5:23–24 உங்கள் செபத்தை ஆரம்பிக்கும் முன், உங்கள் எதிரிகளோடு சமாதானம் செய்து கொள்வது.
5. லூக்கா 11:5–8 இடைவிடாது, விடாப்பிடியாக பரிந்துரை செய்வது.

III. சிறப்பு செபங்கள் (தேவைப்பட்டால்)

1. தீவிர ஆன்மிக செபங்கள் – பக்கம் 32

சில கடுமையான பிரச்சினைளையும், நோய்களையும் வெற்றி கொள்வதற்கு, இந்த ஒன்பது நாள் தீவிர செபம் பரிந்துரைக்கப் படுகிறது.

1. ஒவ்வொரு நாளும் ஒன்பது முறை இறை இரக்க செபமாலை சொல்லவும்.
2. மத்தேயு முதல் யோவான் நற்செய்தியிலிருந்து, தினமும் தொடர்ந்து ஒன்பது அதிகாரங்களை வாசிக்கவும், ஒவ்வொரு நற்செய்தியிலிருந்து ஒன்பது அதிகாரங்கள் அல்ல. மொத்தமே ஒன்பது அதிகாரங்கள் மட்டுமே.
3. ஒரு மணிநேர திவ்விய நற்கருணை ஆராதனை ஒன்பது நாட்களும் செய்தல்.
4. ஒன்பது நாட்களுக்குள் ஒரு முறை நல்ல, உண்மையான ஒப்புரவு அருள்சாதனம் பெறுதல்.
5. ஒன்பது நாட்களும் தொடர்ச்சியாக முழு திருப்பலியில் பங்கேற்று, நற்கருணையை உட்கொள்ளுதல்.

2. தீய சக்திகளின் கட்டுகளிலிருந்து விடுபட, திருத்தந்தை 13-ம் லியோ அவர்களின் விடுதலை செபம் (பக்கம் 35-40)

தீய சக்திகளினாலும் பில்லி சூனியக் கட்டுக்களாலும் பாதிக்கப்பட்டிருக்கும் மக்கள், அதிலிருந்து விடுபட, இந்த செபத்தை செபிக்கலாம் என்று திருச்சபை மக்களுக்கு அனுமதி அளிக்கிறது. பாவ மன்னிப்பைப் பெற்ற பின்புதான் இந்த செபத்தை செபிக்க வேண்டும்.

தீயசக்தியைக் கட்டும் செபம்.

(இந்த செபத்தை உங்களுக்காவும், முதல் நிலை இரத்த உறவுக்காக மட்டுமே பயன்படுத்த முடியும்)

....................தீய ஆவியே, இயேசுவின் நாமத்தினால் நான் உன்னைக் கட்டி, இயேசுவின் பாதத்தின் அடியில் உன்னைத் தள்ளுகிறேன். (எபி 10:13)

தீய ஆவியே, இயேசுவின் இரண்டாம் வருகை வரைக்கும் அங்கேயே இரு. ஆண்டவர் உன்னைக் கடிந்து கொள்ளட்டும் (யூதா 1:8)

3. பாவ மன்னிப்பைப் பெற்றுக் கொள்வது எப்படி ? பக்கம் – 34

1. பாவத்தின் பலனை மீண்டும் அனுபவிக்கமாட்டேன் என்று உறுதி கொள்ளுதல் (சீராக் 37:17–18)
2. பரிசுத்தமான வாழ்வை இனி வாழ வேண்டும் (யோவான் 5:14)
3. உங்கள் எதிரிகளை மன்னியுங்கள் (மத் 6:14–15)
4. பரிகாரம் செய்யுங்கள் (லூக்கா 19:1–10)
5. உபவாச செபம் செய்யுங்கள் (யோனா 3:4–10)
6. தர்மம் செய்யுங்கள் (நோபித் 4:10–11)
7. குருவானரிடம் பாவத்தை அறிக்கை செய்து பாவ மன்னிப்பு பெற வேண்டும். (யோவான் 20:23, யாக் 5:14–16) CIC 989 - வருடத்திற்கு ஒரு முறையாவது ஒப்புரவு அருள்சாதனத்தைப் பெற்றுக் கொள்வது. (CIC 988 - வகையிலும் எண்ணிக்கையிலும்) CCCC 305 கூறுவது என்னவென்றால், சாவான பாவம் இருக்குமாயின், நற்கருணை உட்கொள்வதற்கு முன்னால், ஒப்புரவு அருள்சாதனத்தைப் பெற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

குறிப்பு : கத்தோலிக்கர் அல்லாத மக்கள், பாவ மன்னிப்பு பெறுவதற்கு, மேற்கூறிய முதல் ஆறு காரியங்களைச் செய்தால் போதும். ஏழாவது செய்யத் தேவையில்லை.

வீட்டுப் பாடத்தை தினமும், தவறாமல் செய்யும் பொழுது, ஏறக்குறைய எல்லாப் பிரச்சனைகளும் தீர்ந்து விடும். தினமும் 24 மணி நேரத்தில் பத்து சதம் அதாவது 2 மணி 24 நிமிடம் செபித்தால், 13 ஆசீர்வாதங்களை தினமும் பெறுவீர்கள். (பக்கம் 7–9)

வீட்டுப் பாடம்

I. கடவுளை அன்பு கூர்வது எப்படி ? நீங்கள் கடவுளை அன்பு கூர்ந்தால், அனைத்தையும் உங்களுக்கு நன்மையாகவே மாற்றிக் கொடுப்பார். (உரோ 8:28)

1. **கட்டளைகளைக் கடைப்பிடியுங்கள்**
   யாரெல்லாம் கடவுளை அன்பு செய்கிறார்களோ, அவர்களெல்லாம் ஆண்டவரின் கட்டளைகள் அனைத்தையும் கடைப்பிடிக்க வேண்டும். (1 யோவான் 5 :3 இயேசு சொன்னார் நீங்கள் என்மீது அன்பு கொண்டிருந்தால், என் கட்டளைகளைக் கடைப்பிடிப்பீர்கள் (யோவான் 14:15)
2. **உங்கள் எதிரிகளையும் அன்பு செய்யுங்கள்**
   ஏனென்றால், 1 யோவான் 4:20 இவ்வாறு சொல்கிறது. 'கடவுளிடம் அன்பு செலுத்துவதாகச் சொல்லிக் கொண்டு, தம் சகோதரர், சகோதரிகளை வெறுப்போர் பொய்யர். தன் கண் முன்னேயுள்ள சகோதரர் சகோதரிகளிடம் அன்பு செலுத்தாதோர் கண்ணுக்குப் புலப்படாத கடவுளிடம் அன்பு செலுத்த முடியாது. 21–ஆம் வசனம் மேலும் கூறுகிறது கடவுளிடம் அன்பு செலுத்துவோர் தம் சகோதரர், சகோதரிகளிடமும் அன்பு செலுத்த வேண்டும். இதுவே, அவரிடமிருந்து நாம் பெற்ற கட்டளை.
3. **திருச்சபையை அன்பு செய்யுங்கள்**
   (தி.ப. 9:4) திருச்சபையைத் துன்புறுத்தாமல், அதை அன்பு செய்து, பராமரித்து, கட்டியெழுப்ப வேண்டும். திருச்சபையை அன்பு செய்யாமல், ஒருவரும் கடவுளை அன்பு செய்ய முடியாது. எபேசியர் 1:23 சொல்கிறது, திருச்சபையே, கிறிஸ்துவின் உடல் (CCC 1264) யாரெல்லாம் இயேசுவை நம்புகிறார்களோ, அவர்களே கிறிஸ்துவின் உடலாய் இருக்கிறார்கள்.
   ஆகவே, நாம் எல்லா கிறிஸ்தவ சபைப்பிரிவுகளையும் அன்பு செய்ய வேண்டும். ஒரு சில கிறிஸ்தவ சபைப்பிரிவுகள், தாய்த் திருச்சபையுடன் முழு ஐக்கியம் கொண்டிருக்கலாம். வேறு சில சபைகளோ, ஓரவுளக்கு ஐக்கியத்தோடு இருக்கலாம். ஆனால், நாம் கிறிஸ்துவை நம்பும் அனைவரையும் சகோதர, சகோதரிகளாகவே எண்ண வேண்டும். (CCCC 163)

4. செபிப்பதற்கு நேரம் செலவழியுங்கள் இறைவேண்டல் என்பது, நமக்கும் கடவுளுக்கும் இடையே உள்ள உறவு கடவுளோடு முழுஉள்ளத்தோடு, இடைவிடாது உரையாடும் போது, எல்லாம் வல்லவரான இறைவனோடு நெருக்கமான உறவு ஏற்படுகிறது. இந்த உறவு நிலைத்திருந்து வளர வேண்டுமென்றால் லோகோஸ் செப புத்தகமான "தூய ஆவியால் நிரப்பப்பட.. உள்மனக் காயங்கள்ஆற்றப்பட, தீமையிலிருந்து விடுதலை பெற..., என்னும் தலைப்புடைய புத்தகத்தில் 97−112 ம் பக்கங்களிலுள்ள செபங்களையும், வீட்டுப்பாடங்களையும் தவறாமல் செய்ய வேண்டும்.

II இந்த நான்கு செயல் முறைகளும் நம் வாழ்வில் உள்ள அநேகப் பிரச்சனைகளுக்கும் தீர்வு கிடைக்கச் செய்யும். இந்த நான்கு காரியங்களை ஒருவர் செய்யும் போது, அனைத்து ஆசீர்வாதங்களையும், அதிகாரங்களையும் பெற்று, அனைத்து உறவு நிலைகளிலும் மகிழ்ச்சியை அனுபவிப்பார்கள்.

1. இறைவார்த்தையைக் கேட்க வேண்டும். அதை வாசிக்க வேண்டும். (1 கொரி 1:21) இறைவார்த்தையின் படி நடப்பவர்களாக இருக்க வேண்டும். ஆகவே, உங்கள் பிரச்சனைகள் இருக்கும் வரைக்கும், இறை வார்த்தையின் பறைசாற்றுதலைக் கேட்டுக் கொண்டே இருக்க வேண்டும்.
2. குருக்களின் ஜெபத்தைப் பெற்றுக் கொள்ள வேண்டும். (தொ.நூ.20:17) குருக்கள், நம் அனைவருக்காகவும் ஒப்புக் கொடுக்கும் பொது செபம் தான் திருப்பலி ஆகவே, உங்கள் பிரச்சனைகள் தீரும் வரைக்கும் தினமும் திருப்பலியில் பங்கேற்று செபிப்பது மிகவும் நல்லது.
3. மருந்துகள் உட்கொள்ள வேண்டும் (சீராக் 38:1−14) அறிவியல் கண்டுபிடிப்புகளின் முறைகளைப் பயன்படுத்தி, சில நோய்ப் பிரச்சனைகளைப் போக்கி சுகத்தைப் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.
4. லோகோஸ் செப புத்தகத்தில் கொடுக்கப்பட்டுள்ள அனைத்து செபங்களையும், வீட்டு பாடங்களையும் தினமும் செய்து, (பக்கம் 97−112),பரிசுத்த ஆவியானவரின் வல்லமையின் அருள் பொழிவைப் பெற்றுக் கொள்ளலாம் (1 யோ 2:27).

ஆவிக்குரிய வாழ்வில் வளரவும், நம் பிரச்சனைகளைத் தீர்க்கவும், எதிர்காலத்தில் ஏற்படக்கூடிய எல்லாப் பிரச்சனைகளையும் தவிர்க்கவும், இந்த நான்கு முறைகளும் உதவி செய்யும்.

மூன்று வகையான மக்களுக்கு உடனடியாக சுகமோ, அல்லது விடுதலையோ கிடைக்காமல் போகலாம். அவர்கள் பின்வருமாறு.

1. மரணத்தின் நேரம் நெருங்கி வந்தவர்களுக்கு. நாம் பிறப்பதற்கு முன்னே, நன்மை தீமை நாம் செய்வதற்கு முன்னே, நாம் இறக்கும் நேரம், கடவுளால் முன்குறிக்கப்பட்டுள்ளளது. இப்படிப்பட்ட மக்களுக்கு நோயிலிருந்து சுகம் கிடைக்கமால் போகலாம்.அவர்களுக்கு இந்த நோயானது அவர்களை மரணத்துக்கும், நித்திய வாழ்விற்கும் அழைத்துச் செல்வதற்கு ஒரு தயாரிப்பாக இருக்கும்.
2. அற்புதமான அருள்கொடைகளையும், வெளிப்பாடுகளையும் பெற்று, அதில் பெருமகிழ்ச்சியை அனுபவிக்கும் தூய்மையான ஆன்மாவைக் கொண்டோர். அலகைக்கு சவாலாகவும் தீமையைத் தோற்கடிப்பதற்காகவும் அழைக்கப்பட்டவர்கள். (2 கொரி 12:9), இவர்கள் சுகத்தைப் பெற்றுக் கொள்ளாமல் இருக்கலாம். உதாரணமாக புனித குழந்தைத் தெரசம்மாள், கேரளாவின் புனித அல்போன்சா அவர்கள்.
3. இன்னும் அதிகமான நம்பிக்கையைப் பெற்றுக் கொள்ள வேண்டிய நிலையில் இருப்பவர்களும், வல்லமையான அருள் கொடைகளைப் பெற்று, திருச்சபையில் சிறப்பாக ஊழியம் செய்யஅழைக்கப்பட்டவர்களும். (1பேதுரு 4:12–14)

   தீய ஆவி பிடித்திருந்த சிறுவனின் தந்தை இவ்வாறு வேண்டினார் "ஆண்டவரே நான் நம்புகிறேன். என் நம்பிக்கையின்மை நீங்க உதவும்" (மாற்கு 9:24) இந்த செபத்திற்குப் பிறகு அவருடைய மகனுக்குச் சுகம் கிடைத்தது.ஏனென்றால், அவர் கேட்டபடியே, இயேசு அவருடைய நம்பிக்கையை அதிகமாக்கினார். இப்படிப்பட்ட மக்களுக்கு இயற்கைக்கு அப்பாற்பட்ட விதத்தில் சுகம் கிடைக்கும். ஆனால் இயற்கையான விதத்தில் சுகம் கிடைக்காமல் போகலாம். ஆனால் இம்மூவகையான மக்களின் மொத்த விழுக்காடே ஒரு சதவிகிதத்திற்கும் குறைவு தான்.

III. உங்களுடைய எல்லா செயல்பாடுகளுமே, 5 கோட்பாடுகளால் வழிநடத்தப்பட வேண்டும். இவைகளை மனம் திரும்புதலின் செயல்கள் எனப்படலாம். (மாற்கு 1:15)

1. அனைத்தையும் கடவுளின் மாட்சிக்காகவே செய்யுங்கள் (1 கொரி 10:31)
2. அனைத்தையும் மற்றவர்களுடைய உடல், உள்ள மீட்புக்காக செய்ய வேண்டும் (மத் 18:6)
3. தங்களைத் தூய்மைப்படுத்துவதற்காகவே, இவைகளைச் செய்ய வேண்டும் (மத் 16:26)
4. அனைத்துச் செயல்களும், மறைநூலின் படியும், கடவுளின் வார்த்தைக்கு ஒத்ததாகவும் இருக்க வேண்டும் (மத் 22:29)
5. இச்செயல்களெல்லாம் திருச்சபையின் போதனைகளுக்கு ஏற்ப இருக்க வேண்டும். (1தெச 2:13) (நீங்கள் எங்கள் வார்த்தைகளை, மனித வார்த்தைகளாக அல்ல, கடவுளின் வார்த்தையாகவே, ஏற்றுக் கொண்டீர்கள்)

இந்தகோட்பாடுகளெல்லாம் உங்களுடை செயல்களுக்கு அடித்தளமாகக் கொண்டிருந்தால், அச்செயல்கள் சரியான செயல்களாக அமையும். ஆகவே, உங்களுடைய செயல்கள் சரியானவையா அல்லது தவறானவையா என்று இந்த ஐந்து கோட்பாடுகளின் அடிப்படையில் நீங்கள் நிர்ணயிக்கலாம்.

IV. கத்தோலிக்கத் திருச்சபையின் ஆசீர்வாதங்களையும் சுகத்தையும் பெற்றக் கொள்ள 10–க்கும் மேற்பட்ட வழிகள் இருக்கின்றன. ஆகவே, இந்த 10 வழிகளையும் அடிக்கடி பயன்படுத்தி பயன் பெற வேண்டும்.

1. ஆண்டவர் (வி.ப 15:26) நானே உன்னைக் குணமாக்கும் ஆண்டவர். மருந்துகள் உதவாமல் போகலாம். ஆனால் ஆண்டவர் நமக்கு உதவாமல் இருப்பதேயில்லை. பன்னிரெண்டு ஆண்டுகளாய் இரத்தப் போக்கினால் வருந்திய பெண் ஒருவர் இருந்தார். அவர் தம் பணம் முழுவதையும் மருத்துவரிடம் செலவழித்தும், அவர்

சுகத்தைப் பெற்றுக் கொள்ளவில்லை. ஆனால் இயேசு அவளைக் குணமாக்கினார் (லூக்கா 8:43–44)

2. கடவுளின் வார்த்தை எல்லா நோய்களையும் குணமாக்குகிறது. (தி.பா. 107:20)
3. திவ்விய நற்கருணையில் உள்ள இயேசு எல்லா நோய்களையும் குணமாக்குகிறார். (CCC 1509) ''நோயாளிகளை குணமாக்குங்கள்....'' என்னும் கட்டளையை திருச்சபையானது ஆண்டவரிடமிருந்து பெற்று, நோயாளிகளைப் பராமரித்து, தனது பரிந்துரை செபத்தால், அக்கட்டளையை நிறைவேற்றுகிறது. உடலுக்கும் ஆன்மாவிற்கும் மருத்துவரான கிறிஸ்துவின் வாழ்வளிக்கும் பிரசன்னத்தை தாய்த்திருச்சபை நம்புகிறது. இந்தப் பிரசன்னமானது. அருள்சாதனங்கள் மூலமாகவும், மிகச் சிறப்பான விதத்தில் திருப்பலியின் வழியாகவும் செயலாற்றுகிறது. நிலைவாழ்வைத் தரும் அப்பமானது, உடல் ஆரோக்கியத்தோடு சம்பந்தப்பட்டது என்று புனித பவுலடியார் கூறுகிறார்.
4. சில நபர்கள் குணமளிப்பவர்களாக (CCC - 1508), செயல்படுவார்கள் உயிர்தெழுந்த ஆண்டவரின் வல்லமையை வெளிப்படுத்துவதற்காகவே, பரிசுத்த ஆவியானவர் சிலருக்கு நோய்களை குணமாக்கும் அருள்கொடையைக் கொடுக்கிறார். ஆனால் சில நேரங்களில், மிகவும் தீவிரமான செபத்தின் மூலமாகக் கூட, அனைத்து நோய்களுக்கும் சுகம் கிடைப்பதில்லை. ஆகவே, புனித பவுலடியார் ஆண்டவரிடமிருந்து இதைக் கற்றுக் கொண்டார். "என் அருள்" உனக்குப் போதும்; வலுவின்மையில் தான், வல்லமை நிறைவாய் வெளிப்படும். தன் உடலான திருச்சபைக்காக இயேசு அனுபவித்த பாடுகளோடு, நாம் அனுபவிக்கும் துன்பங்களையும் இணைக்கும் போது, கிறிஸ்துவின் பாடுகளை நாம் நிறைவாக்குகிறோம். இதுவே, நாம் துன்பங்களை சகித்துக் கொள்ளும் போது, நமக்குக் கிடைக்கும் தெளிவான அர்த்தம்.

5. புனிதர்களுக்கும், திருப்பண்டங்களுக்கும், ஆசீர்வதிக்கப்பட்ட புனித பொருள்களுக்கும், நோய்களை குணமாக்குகிற வல்லமை இருக்கிறது. (L.G.11) நவநாள் செபங்கள், மற்றும் புனிதர்களிடம் பரிந்துரையாக வேண்டுவது மூலமாகவும் நோய்களிலிருந்து சுகம் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

6. அன்னை மரியாவின் திருத்தலங்கள் வேளாங்கன்னி, லூர்து நகர் போன்று உலகில் பல இடங்களில் உள்ளன. இத்திருத்தலங்களில் உள்ள அன்னை மரியாவின் பரிந்துரை வழியாக பலர் சுகம் பெறுகின்றனர். அன்னை மரியாளின் செபமாலை செபத்தின் வழியாக, அநேகர் சுகம் பெறுகிறார்கள்.

7. திருத்தலங்கள், தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட சில திருப்பயண மையங்கள் இவைகளின் வழியாகவும் கடவுளின் சுகமளிக்கும் வல்லமையைப் பெற்றுக் கொள்ளலாம் (உ.தா யோவான் 5– பெத்சதா குளம்)

8. மருந்துகள், மருத்துவர்கள், அறுவைச் சிகிச்சை இவைகள் மூலமாகவும் சுகம் பெற்றுக் கொள்ளலாம். (சீராக் 38:1–14)

9. நம்முடைய செபங்களுக்கும், விசுவாசச் செயல்களுக்கும் நோய்களை குணமாக்குகிற வல்லமைஇருக்கிறது. இயேசு அவனுக்காக செபித்து, உமிழ் நீராலும், மண்ணாலும் சேறு உண்டாக்கி,கண்களில் பூசி, பின் அவனைக் கண்களைக் கழுவும் படி கூறினார். அந்தப் பார்வையற்றவரும் இவற்றையெல்லாம் செய்த பிறகு சுகம் பெற்றார். (மாற்கு 8:22–24)

10. ஏழு அருள்சாதனங்களும், குறிப்பாக ஒப்புரவு, மற்றும் திருப்பலி இவைகளுக்குஅனைத்து நோய்களிலிருந்தும் சுகம் அளிக்கக் கூடிய வல்லமை இருக்கிறது. CCCC 295-ல் சொல்லப்பட்டிருப்பது என்னவென்றால், ஒப்புரவு மற்றும் நோயில் பூசுதல் அருள்சாதனங்க, சுகமளிக்கும் அருள் சாதனங்களாய் விளங்குகிறது என்பதே.

V. அருள்கொடை மறுமலர்ச்சி இயக்கத்தில் திருச்சபைக்குப் பணி செய்ய வேண்டும் (பக்கம் 12–14) உங்களுடைய நேரம், ஆற்றல், திறமை, பொருளாதாரம் இவற்றின் வசதிக்கேற்ப, நீங்கள் பின்வரும் பணிகளைச் செய்யலாம். திருச்சபைக்காக வெவ்வேறு விதங்களில் ஊழியம் செய்வதால்.பரிசுத்த ஆவியின் கொடைகளை நீங்கள் பெற்றிருக்கிறீர்கள். (CCCC 160)

1. அப்போஸ்தலர் பணி – ஆயர்களுக்கானவை
2. குருத்துவப் பணி – குருக்களுக்கானவை
3. துறவறத்தார் மற்றும் அர்ப்பணிக்கப்பட்டவர்களுக்கான பணி
4. நற்செய்தி அறிவிப்பின் பணி 1 கொரி 9:16, உரோ 10 :15 நற்செய்தி அறிவிப்பவரின் பாதங்கள் எத்துணை அழகாக இருக்கின்றன.
5. ஆற்றுப்படுத்தும் பணி (நல்ல ஆலோசனை தரும் பணி). சீராக் 25:4–5
6. பரிந்துரை பணி (1 திமொ–2.1–3)
7. பிணி தீர்க்கும் ஊழியம். (மாற்கு 16:18, 1 கொரி 3:16, மனிதனின் உடல் கடவுள் வாழும் கோயில்
8. உள் மனக்காயங்கள் ஆற்றும் பணி திபா 34:18
9. விடுதலையளிக்கும் பணி – லூக் 13:10–17
10. பொருளாதாரத்தை நலமாக்கும் பணி – யோசுவா 1–8 இணைச்சட்டம் 28: 1–14
11. குடும்பத்திற்கு நலமளிக்கும் பணி. தி ப 16:31
12. தன்னார்வத் தொண்டர்களாகப் பணியாற்றுவது – பங்குகளிலும், தியான மையங்களிலும், நிறுவனங்களிலும்.
13. பங்குகளில் மறைக்கல்வி ஆசிரியர்களாகப் பணியாற்றுவது
14. செபக் கூட்டங்கள், விவிலிய மாநாடுகள், மற்றும் தியானங்கள் ஏற்பாடு செய்பவர்களாக
15. முதியோர் இல்லங்கள், அனாதை இல்லங்கள், சுகாதார இல்லங்கள் போன்றவற்றில் சேவை செய்வது, அல்லது ஏழைகளுக்கு உணவு வழங்குதல்.

16. இறை இசைப் பணி, துதி, ஆராதனை ஊழியம் 2அரசர் 3:15
17. சாட்சியப் பணி திப 1:18
18. ஊக்கப்படுத்தும் பணி, மக்களை தியானங்களில் பங்கேற்கும்படி ஊக்கப்படுத்தல். யாக்கோபு 5:20
19. ஊடகங்கள் மூலம் ஊழியம், கிறிஸ்தவ பிரசுரங்கள் விநியோகித்தல், ஒலி – ஒளி நாடா, விவிலியம் வழங்குதல்.
20. நேரம், திறமை, பொருள் (செல்வம்) இவற்றிலிருந்து பத்திலொரு பங்கை கடவுளுக்குச் கொடுப்பது. பிலி 4:16–20 மலாக்கி 3:8–10, தொ.நூல் 14:17–20.

உங்களைக் குணப்படுத்துவதற்காக, கடவுள் திருச்சபையிலும், உலகத்திலும் ஏற்பாடு செய்து வைத்திருக்கிற இந்த வசதிகளையெல்லாம் பயன்படுத்துங்கள். லோகோஸ் செப புத்தகத்தில் (பக்கம் 97–112) வரைக்கும் கொடுக்கப்பட்டுள்ள தினசரி செபங்களையும் வீட்டுப்பாடங்களையும் தவறாமல் செய்யுங்கள். அப்போது, அற்புதமான ஒரு உறவை இயேசுவோடு ஏற்படுத்திக் கொள்ள முடியும். ஆவிக்குரிய வாழ்வில் வளர்ந்து, அனைத்து ஆசீர்வாதங்களையும், அதிகாரங்களையும், பெற்று இயேசுவோடு இருக்கின்ற உறவை எல்லா நிலையிலும் அனுபவித்து மகிழ முடியும்.

மீட்பைப் பெறாத ஒருவருக்காக எப்படி செபிப்பது ?

1. இறை இரக்கத்தின் பேழைக்குள் அந்த நபரை முழுமையாக ஒப்புக் கொடுத்து செபிக்க வேண்டும்.
2. தினமும் அர்ப்பண செபத்தை செபிக்க வேண்டும். பக்கம்– 15
3. ஒவ்வொரு நாளும் அந்த நபருக்காக ஒரு இறை இரக்கத்தின் செபமாலையை செபிக்க வேண்டும்.

முன்னோர்களின் சாபங்கள் உங்களை பாதிக்காது (உரோ 8:1) CCC 1472

1. புனித தாமஸ் அக்வினாஸ் தன்னுடைய "சும்மா" என்னும் இறையியல் புத்தகத்தில் (1427–1429) இவ்வாறு கூறுகிறார்

"தந்தையர்களின் பாவம் பிள்ளைகளை பாதிப்பது இல்லை"

2. எசே 18:19–23–ல் முன்னோர்களின் சாபம் என்பது கிடையாது என்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது.
3. எசே 18:19 ஆயினும் தந்தையின் குற்றத்தை மகன் ஏன் ஏற்க்க கூடாது ? என்று நீங்கள் கேட்கலாம். மகன் நீதியையும் நேர்மையையும் கடைப்பிடித்து, என் நியமங்களையெல்லாம் கைக் கொண்டு ஒழுகினால் அவன் வாழ்வது உறுதி.
4. எசே 18:20 பாவம் செய்பவரே சாவர். பிள்ளைகள் பெற்றோரின் குற்றத்தைச் சுமக்க மாட்டார்கள். நீதிமானின் நீதி அவன் மீது இருக்கும். பொல்லாதவனின்பொல்லாங்கு அவன் மீது இருக்கும்.

சுருக்கங்களின் விளக்கம்:

1. CCCC - Compendium of the Catechism of the Catholic Church.
   கத்தோலிக்கத் திருச்சபையின் மறைக்கல்வி சுருக்கம்
2. CCC - Catechism of the Catholic Church
   கத்தோலிக்கத் திருச்சபையின் மறைக்கல்வி
3. CIC - Codex Iuris Canonici (Code of Canon Law)
   திருச்சபை சட்டத் தொகுப்பு
4. P-Page பக்கம் – அருள்பணி முனைவர் ஜோஸ் வெட்டியாங்கல் வி.சி. அவர்கள் எழுதிய 'தூய ஆவியால் நிரப்பப்பட.... என்னும் புத்தகத்தின் பக்கங்கள்.

For more prayers, contact

Rev. Dr. Jose Vettiyankal VC

Email: frjosevet@gmail.com

facebook.com/Fr Jose Vettiyankal

twitter.com/frjosevet

Blog-http://frjosevettiyankal.wordpress.com

www.frjosevettiyankal.org