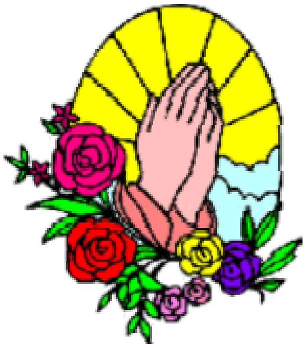
*Bay Area Tamil*
*Catholic Community*

**If you have any trouble in viewing this site in Tamil, Please [Download Tamil Font]**



# அடிப்படைச் செபங்கள்
## (திருத்திய பதிப்பு)
2007 பதிப்பு

### சிலுவை அடையாளம்
தந்தை மகன் தூய ஆவியின் பெயராலே, ஆமென்.

### மூவொரு இறைவன் புகழ்
தந்தைக்கும் மகனுக்கும் தூய ஆவியாருக்கும் மாட்சிமை உண்டாகுக. தொடக்கத்தில் இருந்ததுபோல இப்பொழுதும் எப்பொழுதும் என்றென்றும் இருப்பதாக. ஆமென்.

### கடவுளின் ஆறு சிறப்பான பண்புகள்
1. கடவுள் தாமாகவே இருக்கிறார்.
2. தொடக்கமும் முடிவும் இல்லாமல் இருக்கிறார்.
3. உடலும் உருவமும் இல்லாமல் இருக்கிறார்.
4. அனைத்து நன்மைகளுக்கும் ஊற்றாய் இருக்கிறார்.
5. எங்கும் நிறைந்து இருக்கிறார்.
6. எல்லாவற்றிற்கும் முழு முதல் காரணமாய் இருக்கிறார்.

### இயேசு கற்றுத் தந்த இறைவேண்டல்
விண்ணுலகில் இருக்கிற எங்கள் தந்தையே,
உமது பெயர் தூயது எனப் போற்றப்பெறுக!
உமது ஆட்சி வருக!
உமது திருவுளம் விண்ணுலகில் நிறைவேறுவது போல
மண்ணுலகிலும் நிறைவேறுக!
எங்கள் அன்றாட உணவை
இன்று எங்களுக்குத் தாரும்.
எங்களுக்கு எதிராகக் குற்றம் செய்வோரை
நாங்கள் மன்னிப்பது போல
எங்கள் குற்றங்களை மன்னியும்.
எங்களை சோதனைக்கு உட்படுத்தாதேயும்.
தீயோனிடமிருந்து எங்களை விடுவித்தருளும். ஆமென்.

## மங்கள வார்த்தை மன்றாட்டு

அருள் மிகப் பெற்ற மரியே வாழ்க! / ஆண்டவர் உம்முடனே. / பெண்களுக்குள் ஆசி பெற்றவர் நீரே. / உம்முடைய திருவயிற்றின் கனியாகிய இயேசுவும் / ஆசி பெற்றவரே./
தூய மரியே / இறைவனின் தாயே / பாவிகளாய் இருக்கிற எங்களுக்காக / இப்பொழுதும் / எங்கள் இறப்பின் வேளையிலும் / வேண்டிக்கொள்ளும். / ஆமென்.

## நம்பிக்கை அறிக்கை

விண்ணகத்தையும் மண்ணகத்தையும் படைத்த / எல்லாம் வல்ல தந்தையாகிய / கடவுளை நம்புகிறேன். அவருடைய ஒரே மகனாகிய / இயேசு கிறிஸ்துவை நம்புகிறேன். இவர் தூய ஆவியாரால் கருவுற்று / தூய கன்னி மரியாவிடமிருந்து பிறந்தார். பொந்தியு பிலாத்தின் அதிகாரத்தில் பாடுபட்டு / சிலுவையில் அறையப்பட்டு / இறந்து அடக்கம் செய்யப்பட்டார். பாதாளத்தில் இறங்கி / மூன்றாம் நாள் / இறந்தோரிடமிருந்து உயிர்த்தெழுந்தார். விண்ணகம் சென்று / எல்லாம் வல்ல தந்தையாகிய / கடவுளின் வலப் பக்கத்தில் வீற்றிருக்கிறார். அவ்விடத்திலிருந்து / வாழ்வோருக்கும் இறந்தோருக்கும் / தீர்ப்பு வழங்க மீண்டும் வருவார். தூய ஆவியாரை நம்புகிறேன். தூய கத்தோலிக்கத் திருச்சபையையும் / புனிதர்களுடைய சமூக உறவையும் நம்புகிறேன். பாவ மன்னிப்பை நம்புகிறேன். உடலின் உயிர்ப்பை நம்புகிறேன். நிலை வாழ்வை நம்புகிறேன். ஆமென்.

## பத்துக் கட்டளைகள்

1. நாமே உன் கடவுளாகிய ஆண்டவர். / எம்மைத் தவிர வேறு தெய்வங்கள் உனக்கு இருத்தல் ஆகாது.
2. உன் கடவுளாகிய ஆன்டவரின் பெயரை / வீணாகப் பயன்படுத்தாதே.
3. ஓய்வுநாளைத் தூயதாகக் கடைப்பிடிப்பதில் / கருத்தாய் இரு.
4. உன் தந்தையையும் தாயையும் மதித்து நட.
5. கொலை செய்யாதே.
6. விபச்சாரம் செய்யாதே.
7. களவு செய்யாதே.
8. பிறருக்கு எதிராகப் பொய்ச் சான்று சொல்லாதே.
9. பிறர் மனைவிமீது ஆசை கொள்ளாதே.
10. பிறருக்கு உரியது எதையும் கவர்ந்திட விரும்பாதே.

இந்தப் பத்துக் கட்டளைகளும் இரண்டு கட்டளைகளில் அடங்கும்:
**முதலாவது / எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக / கடவுளை அன்பு செய்வது.**
**இரண்டாவது / தன்னை அன்பு செய்வது போல / பிறரையும் அன்பு செய்வது.**

## திருச்சபையின் ஒழுங்குமுறைகள்

1. ஞாயிற்றுக் கிழமைகளிலும் கடன் திருநாட்களிலும் / திருப்பலியில் முழுமையாய்ப் பங்கேற்க வேண்டும். / இந் நாள்களின் புனிதத்தைப் பாதிக்கக்கூடிய செயல்பாடுகளைத் தவிர்க்க வேண்டும்.
2. ஆன்டிற்கு ஒரு முறையாவது / தகுந்த தயாரிப்புடன் / ஒப்புரவு அருள்சாதனத்தில் பங்கேற்க வேண்டும்.
3. பாஸ்கா காலத்தில் ஒப்புரவு அருள்சாதனத்தில் பங்கேற்று / நற்கருணை உட்கொள்ள வேண்டும்.
4. திருச்சபை குறிப்பிட்டுள்ள நாள்களில் / இறைச்சி உண்ணாதிருக்க

வேண்டும். / நோன்பு நாள்களில் / ஒரு வேளை மட்டும் முழு உணவு உண்ணலாம்.

5. குறைந்த வயதிலும் / திருமணத் தடை உள்ள உறவினரோடும் / திருமணம் செய்யாதிருக்க வேண்டும்.
6. திருச்சபையின் தேவைகளை நிறைவேற்ற நம்மால் முடிந்த உதவி செய்ய வேண்டும்.

## மனத்துயர் மன்றாட்டு

என் இறைவனாகிய தந்தையே / நன்மை நிறைந்தவர் நீர். / அனைத்திற்கும் மேலாக அன்புக்கு உரியவரும் நீரே. / என் பாவங்களால் உமது அன்பை புறக்கனித்ததற்ககாகவும் / நன்மைகள் செய்யத் தவறியதற்காகவும் / மனம் வருந்துகிறேன். / உமது அருள் உதவியால் / இனிமேல் பாவம் செய்வதில்லை என்றும் / பாவத்துக்கு ஏதுவான சூழ்நிலைகளை விட்டு விலகுவேன் என்றும் / உறுதி கூறுகிறேன். / ஆமென்.

## மூவேளை மன்றாட்டு

ஆண்டவருடைய தூதர் மரியாளுக்கு தூது உரைத்தார்.
மரியா தூய ஆவியாரால் கருவுற்றார் அருள் மிகப்-

இதோ ஆண்டவரின் அடிமை.
உமது சொற்படியே எனக்கு நிகழட்டும்.
அருள் மிகப்-
வாக்கு மனிதர் ஆனார்.
நம்மிடையே குடிகொண்டார்.

**அருள் மிகப்-**

கிறிஸ்துவின் வாக்குறுதிகளுக்கு நாங்கள் தகுதி பெறும்படி / இறைவனின் தூய அன்னையே / எங்களுக்காக வேண்டிக்கொள்ளும்.

**மன்றாடுவோமாக**

இறைவா / உம் திருமகன் மனிதர் ஆனதை / உம்முடைய வானதூதர் வழியாக / நாங்கள் அறிந்திருக்கிறோம். / அவருடைய பாடுகளினாலும் இறப்பினாலும் / நாங்கள் உயிர்ப்பின் மாட்சி பெற / உமது அருளைப் பொழிவீராக. / எங்கள் ஆண்டவராகிய இயேசு கிறிஸ்து வழியாக / உம்மை மன்றாடுகிறோம். / ஆமென்.

## பாஸ்கா கால மூவேளை மன்றாட்டு

விண்ணக அரசியே மனம் களிகூறும்.

**அல்லேலூயா.**

ஏனெனில் இறைவனைக் கருத்தாங்கும் பேறு பெற்றீர்.

**அல்லேலூயா.**

தாம் சொன்னபடியே அவர் உயிர்த்தெழுந்தார்.

**அல்லேலூயா.**

எங்களுககாக இறைவனை மன்றாடும்.

**அல்லேலூயா.**

கன்னி மரியே! அகமகிழ்ந்து பூரிப்பு அடைவீர்.

**அல்லேலூயா.**

ஏனெனில் ஆண்டவர் உண்மையாகவே உயிர்த்தெழுந்தார்.

**அல்லேலூயா.**

**மன்றாடுவோமாக**

இறைவா / உம்முடைய திருமகனும் எங்கள் ஆண்டவருமாகிய இயேசு கிறிஸ்துவின் உயிர்த்தெழுதலால் / உலகம் மகிழத் திருவுளம் கொண்டீரே! /அவருடைய அன்னையாகிய கன்னி மரியாவின் பரிந்துரையால் / நாங்கள் நிலை வாழ்வின் பெரு மகிழ்வில் பங்கு பெற / அருள் புரியும். / எங்கள் ஆண்டவராகிய இயேசு கிறிஸ்து வழியாக / உம்மை மன்றாடுகிறோம். / ஆமென்.

## நம்பிக்கை மன்றாட்டு

என் இறைவா / உமது திருச்சபை நம்பிப் போதிக்கிற / உண்மைகளை எல்லாம் / நீரே அறிவித்திருப்பதால் /அவற்றை நான் உறுதியாக நம்புகிறேன். ஆமென்.

## எதிநோக்கு மன்றாட்டு

என் இறைவா / நீர் தந்துள்ள வாக்குறுதிகளை / நான் ஏற்றுக் கொள்கிறேன். / எங்கள் ஆண்டவர் இயேசுவின் இரத்தத்தால் / என் பாவங்களைப் பொறுத்து / எனக்கு உமது அருளையும் / வானக வாழ்வையும் அளிப்பீர் என / உறுதியாக எதி ர்நோக்கி இருக்கிறேன். ஆமென்.

## அன்பு மன்றாட்டு

என் இறைவா / நீர் அளவில்லாத அன்புக்கு உரியவர் என்பதால்/ அனைத்தி ற்கும் மேலாக / உம்மை நான் முழு மனத்தோடு அன்பு செய்கிறேன். / மேலும் என்னை நான் அன்பு செய்வது போல / மற்றவரையும் அன்பு செய்கிறேன். ஆமென்.

## இறை அன்னையை நோக்கிப் புனித பெர்நார்துவின் மன்றாட்டு

மிகவும் இரக்கமுள்ள தாயே / உம்மிடம் அடைக்கலம் நாடி வந்து / ஆதரவை தேடி / மன்றாடினோர் எவரையும் நீர் கைவிட்டதாக / ஒருபோதும் உலகி ல் சொல்லக் கேட்டதில்லை / என்பதை நினைத்தருளும். / கன்னியர்களுக்கு அரசி யான கன்னியே / நீர் அடைக்கலம் தருபவர் என்னும் நம்பிக்கை / என்னைத் தூண்டுவதால் / நான் உமது திருவடியை நாடி வருகிறேன். / பாவியாகிய நான் / உமது இரக்கத்திற்காக / துயரத்தோடு உம் திருமுன் காத்து நிற்கிறேன். / மனி தராகப் பிறந்த வார்த்தையின் தாயே / என் மன்றாட்டைப் புறக்கணியாமல் கேட்டருளும்.

பிறப்புநிலைப் பாவம் இன்றிக் கருவுற்ற தூய மரியே / பாவிகளுக்கு அடைக்கலமே / இதோ உம்முடைய அடைக்கலம் நாடி ஓடி வந்தோம். / எங்கள்மீது இரக்கம் கொண்டு / எங்களுக்காக உம்முடைய திருமகனிடம் வேண்டிக்கொள்ளும்.

ஆமென்.

இனிய தமிழால்
இறைவனில் இணைவோம்

TAMILCATHOLIC.ORG