

படம் 11.1 திருத்தார்களுடன் இயேசு  
அப்பா பிதாவே! அப்பா பிதாவே!  
அப்பா பிதாவே! பிதாவே!

உம் தூய நாமம் வாழ்கவே  
உம் தூய அரசு வருகவே  
உம் அன்பு எம்மில் பெருகவே  
உம் பண்பு எம்மில் வளரவே  
(அப்பா பிதாவே)  
விண்ணக வாசிகள் வாழ்வது போல்  
மண்ணக மாந்தரும் வாழ்ந்திடுக.  
உம் சித்தம் எம்மில் நிறைவேறுக  
உம் திட்டம் எம்மில் பலன் தரும்.  
(அப்பா பிதாவே)

அன்றாட உணவைத் தந்தருளும்  
ஆவியை எம்மில் பொழிந்தரும்  
உம் திரவாக்கை நல்லுணவாக  
உண்டு மகிழவே செய்தருளும்  
(அப்பா பிதாவே)  
பிறர் குற்றம் நாங்கள் பொறுப்பது போல்  
எம் குற்றம் நீரே பொறுத்தருளும்  
சோதனை நின்றெம்மைக் காந்தருளும்  
சோதிக்கும் சாத்தானை விரட்டிவிடும்.  
(அப்பா பிதாவே)

இப்பாடலை இயற்றிவர் அருட்பணி அடிகள் ஆவார். இப்பாடலில் கூறப்படுவது இயேசு கற்பித்த செபமாகும். இறை மனித உரையாடலிற்காகக் இயேசு எமக்கு அளித்த முழுமையான எடுத்துக்காட்டு இயேசு கற்பித்த செபமாகும். இயேசு கற்பித்த செபத்தை அல்லது பரலோக மந்திரத்தை நாம் பெற்றுக் கொண்ட விதம் தொடர்பான விடயங்களை நற்செய்தி எமக்கு கற்பிக்கிறது.

---

இயேசு ஓரிடத்தில் இறைவனிடம் வேண்டிக் கொண்டிருந்தார். அது முடிந்ததும் அவருடைய சீடர்களுள் ஒருவர் அவரை நோக்கி, “ஆண்டவரே, யோவான் தம் சீடருக்கு இறைவனிடம் வேண்டக் கற்றுக் கொடுத்ததுபோல் எங்களுக்கும் கற்றுக்கொடும்” என்றார்.

லூக்கா 11:1

இதன்படி இயேசு இச்செபத்தை சீடர்களின் வேண்டுகோளுக்கிணங்க கற்றுக்கொடுத்தார். இச் செபத்தை தூய லூக்காவும் தூய மத்தேயுவும் தமது நற்செய்திகளில் குறிப்பிட்டுள்ளனர். (லூக்கா 11:2-4, மத்தேயு 6:8-13)

தூய மத்தேயு இவ்வாறு கூறுகிறார்.

---

நீங்கள் அவர்களைப் போல் இருக்க வேண்டாம். ஏனெனில் நீங்கள் கேட்கும் முன்னரே உங்கள் தேவையை உங்கள் தந்தை அறிந்திருக்கிறார். ஆகவே நீங்கள் இவ்வாறு இறைவனிடம் வேண்டுங்கள்; “விண்ணுலகிலிருக்கின்ற எங்கள் தந்தையே, உமது பெயர் தூயதெனப் போற்றப் பெறுக! உமது ஆட்சி வருக! உமது திருவுளம் விண்ணுலகில், நிறைவேறுவதுபோல மண்ணுலகிலும் நிறைவேறுக! இன்று தேவையான உணவை எங்களுக்குத் தாரும். எங்களுக்கு எதிராகக் குற்றம் செய்தோரை நாங்கள் மன்னித்துள்ளதுபோல எங்கள் குற்றங்களை மன்னியும். எங்களைச் சோதனைக்கு உட்படுத்தாதேயும், தீயோனிடமிருந்து எங்களை விடுவியும். (“ஆட்சியும் வல்லமையும் மாட்சியும் என்றென்றும் உமக்கே ஆமேன்”)

மத்தேயு 6:8-13

“இச் செபம் விண்ணுலகிலிருக்கிற எங்கள் தந்தையே” என்பதாகும். இதன் கருத்தை கத்தோலிக்க திருச்சபையின் மறைக்கல்வி நூலின் படிப்பினைகளின்படி ஆராய்வோம்.

திருமுபூக்கின் மூலம் கடவுளின் சுவீகாரப் பிள்ளைகளான எமக்கு கடவுளை அப்பா தந்தாய் என அழைக்கும் உரிமையை இயேசு வெளிப்படுத்தியிருக்கின்றார். விண்ணுலகில் இருக்கின்ற எங்கள் தந்தையே என்னும் விவிலியச் சொல் ஓர் இடத்தைக் குறிப்பதன்று. மாறாக கடவுளின் இறைமாட்சி, தூய்மை, நேர்மையாளர் உள்ளங்களில் அவரது உடனிருப்பு ஆகியவற்றைக் குறிக்கிறது.

கத்தோலிக்க திருச்சபை மறைநூல் 2798,2802

இச் செபத்தில் புகழ்ச்சிக்குரிய வாழ்த்துக்கள் மூன்றும், ஆன்மீக உடல் தேவைகள் தொடர்பான வேண்டுகைகள் நான்கும் உள்ளன. இப்புகழ்ச்சியினதும் வேண்டுகைகளினதும் கருத்துக்கள் பின்வருமாறு கூறப்பட்டுள்ளன.

1. விண்ணுலகிலிருக்கிற எங்கள் தந்தையே உமது பெயர் தூயதெனப் போற்றப்பெறுக.  
இறைவனின் நாமத்தை போற்றிப் புகழ் நாம் நல்ல முறையில் வாழ வேண்டும். அதாவது நாம் அவரின் நாமம் போற்றப்படும் விதத்தில் வாழ வேண்டும்.
2. உமது ஆட்சி வருக  
இது கிறிஸ்துவின் இரண்டாம் வருகையுடன் தொடர்பானது. இறையாட்சி இவ்வுலகில் முழுமையடைய நாம் செபிப்போம்.
3. உமது திருவுளம் விண்ணுலகில் நிறைவேறுவதுபோல மண்ணுலகிலும் நிறைவேறுக.  
மீட்பின் திட்டம் இவ்வுலகில் முழுமை பெற இறை விருப்பத்துடன் ஒன்றிணைவது எமது கடமையாகும்.
4. எங்கள் அன்றாட உணவை எங்களுக்கு இன்று தாரும். உணவு என்பது இவ்வுலக வாழ்விற்குத் தேவையான உணவு போல, ஆன்மீக வாழ்வுக்கு
  1. இறைவார்த்தையும்
  2. கிறிஸ்துவின் திரு உடலாகிய நற்கருணையும் உணவாகின்றது.
    - i. இறைபாதுகாப்பினால் தமது அன்றாட உணவையும்
    - ii. இறைவார்த்தையினால் ஊட்டத்தையும்
    - iii. நற்கருணையினால் ஊட்டம் பெற இவ்வேண்டுதலினால் கேட்போம்.

5. எங்களுக்கு எதிராகக் குற்றம் செய்தோரை நாங்கள் மன்னித்துள்ளதுபோல எங்கள் குற்றங்களையும் மன்னியும்.

கிறிஸ்துவின் முன்மாதிரிகையினாலும் உதவியினாலும் எமக்கு தீங்குசெய்தோரை மன்னித்தால் மாத்திரம் எம்மையும் மன்னிக்குமாறு இறைவனிடம் செபிப்போம்.

6. எங்களைச் சோதனைக்கு உட்படுத்தாதேயும்

1. பாவம் செய்ய இடமளிக்காமலும்
2. பாவம் செய்ய தூண்டும் சந்தர்ப்பங்களை அறிந்துக் கொள்ள தூய ஆவியின் வரத்தைப் பெறவும்
3. பாவத்திற்கு எதிராக செயற்பட தைரியத்தையும் பாதுகாப்பையும் கேட்டு இறைவனை வேண்டுவோம்.

7. தீயோனிடமிருந்து எங்களை விடுவியும்

அலகையை தோற்கடித்து கிறிஸ்துவைப் பற்றிக்கொள்ள வரம்வேண்டி இறைவனை மன்றாடுவோம்.

“ஆமென்” என்பதால் செபத்தின் மூலம் நாம் கேட்பது தவறாமல் கிடைக்கும் என்ற நம்பிக்கையுடன் செய்யும் நம்பிக்கை அறிக்கையாகும். இச் செபம் முழு நற்செய்தியினதும் சுருக்கமாகும். பரலோக மந்திரத்தில் அடங்காத எதுவுமே திருவிவிலியத்தில் காண முடியாது. எமக்குத் தேவையானதை கேட்பது மட்டுமல்ல கேட்பவை மட்டிலும் ஆர்வத்தைக் கற்பிப்பதால் இச் செபம் முழுமையான செபமாகும்.

இயேசு கற்பித்த செபத்தை செபிக்கும் முறையை பரிசுத்த திருச்சபை எமக்குக் கற்பிக்கிறது.

நம் விண்ணப்பங்கள் கேட்கப்படுகின்றன என்னும் உறுதியுடன் இயேசு கற்றுத்தந்த இறை வேண்டலை எளிய பிள்ளைக்குரிய நம்பிக்கையுடனும் மகிழ்ச்சியான உறுதிப்பாட்டுடனும் தாழ்ச்சியான துணிவுடனும் செபிக்க வேண்டும்.

கத்தோலிக்க திருச்சபை மறைநூல் 2797

இச் செபத்தை செபிக்கும்போது கரங்களை உயர்த்தி நாம் செபிப்போம். இம்மாதிரிகையைப் பின்பற்றி இச் செபத்தை செபிக்க திருச்சபை எம்மை அழைக்கிறது. ஏனெனில் இச் செபத்தில் முக்கியமானது. கைகளை உயர்த்தி இறைவனை வேண்டுவதாகும்.

## இயேசு கற்பித்த செபத்தின் பண்புகள்

### 1. இறைபுகழ்ச்சி

விண்ணகத்திலிருக்கிற எங்கள் தந்தையே உமது பெயர் தூயதெனப் போற்றப் பெறுக.

### 2. இறை வணக்கம்

உமது ஆட்சி வருக. உமது திருவுளம் விண்ணுலகில் நிறைவேறுவது போல மண்ணுலகிலும் நிறைவேறுக

### 3. வேண்டுதல்

இன்று தேவையான உணவை எங்களுக்குத் தாரும்

### 4. மன்னிப்பு

எங்களுக்கு எதிராகக் குற்றம் செய்தோரை நாங்கள் மன்னித்துள்ளதுபோல எங்கள் குற்றங்களையும் மன்னியும்

### 5. இறை பாதுகாப்பை வேண்டுதல்

எங்களைச் சோதனைக்கு உட்படுத்தாதேயும்.

தீயோனிடமிருந்து எங்களை விடுவியும்

இயேசு கற்பித்த செபத்தை செபிக்கும் முன் எமக்கு குற்றம் செய்யதவர், எம்மை தண்டித்தவர், தீங்கு ஏற்படுத்தியவர், ஏளனம் செய்தவர் அனைவரையும் மன்னித்தல் வேண்டும். கேட்டவை கிடைக்குமென்ற நம்பிக்கையுடன் இச் செபத்தை செபித்து இச் செபத்தின் மகிமையை உணர்ந்துக் கொள்வோம்.

### செயற்பாடு

1. இறைச்சித்தத்தை நிறைவேற்ற நீர் செயற்பட்ட சந்தர்ப்பங்கள் மூன்று எழுதுக.
2. “எங்களுக்கு எதிராகக் குற்றம் செய்தோரை நாங்கள் மன்னித்துள்ளதுபோல எங்கள் குற்றங்களையும் மன்னியும்” என்பதை நீர் பின்பற்றிய சந்தர்ப்பங்கள் மூன்று எழுதுக.

#### வாழ்க்கைக்கு

ஒரு நாளைக்கு ஒரு முறையாவது இயேசு கற்பித்த செபத்தை செபித்து அதன் மகிமையை அனுபவியுங்கள்.