வேளாங்கண்ணி தூய ஆரோக்கிய அன்னை நவநாள்

(முதலில் செபமாலையும், வாழ்க அரசியே செபமும் சொல்ல வேண்டும்)

அன்னைக்கு மன்றாட்டு மாலை:

முத : ஆண்டவரே இரக்கமாயிரும்...
எல் : ஆண்டவரே இரக்கமாயிரும்.
முத : கிறிஸ்துவே இரக்கமாயிரும்...
எல் : கிறிஸ்துவே இரக்கமாயிரும்.
முத : ஆண்டவரே இரக்கமாயிரும்...
எல் : ஆண்டவரே இரக்கமாயிரும்.
முத : கிறிஸ்துவே எங்கள் மன்றாட்டைக் கேட்டருளும்.
எல் : கிறிஸ்துவே எங்கள் மன்றாட்டைக் கனிவாய்க் கேட்டருளும்.

முத : விண்ணகத் தந்தையாகிய இறைவா...
எல் : எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும்.
முத : உலகை மீட்ட திருமகனாகிய இறைவா...
எல் : எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும்.
முத : தூய ஆவியாகிய இறைவா...
எல் : எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும்.
முத : மூவொரு கடவுளாகிய இறைவா...
எல் : எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும்.

(உங்கள் பதில்: எங்களுக்காக வேண்டிக் கொள்ளும்.)

முத : பிறப்புநிலைப் பாவமில்லாமல் உற்பவித்தத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...
முத : உலகம் படைக்கப்படுமுன் இறைவனால் தேர்ந்து கொள்ளப்பட்டத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...
முத : இன்ப வனத்தில் முதல் பெற்றோருக்கு அறிவிக்கப்பட்டத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...
முத : பாவ இருளை அகற்றுகின்ற ஞான ஒளியானத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...
முத : விடிவெள்ளி என இறைவாக்கினரால் போற்றப்படும் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...
முத : மனுக்குலத்துக்கு அருள்மழை பொழியும் மேகமானத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...
முத : எல்லா நன்மைத்தனத்துக்கும் பாத்திரமானத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...
முத : முதுபெரும் தந்தையர்களால் தூயவள் என அழைக்கப்பட்டத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...
முத : அகங்காரப் பேயின் தலையை மிதித்தத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...
முத : இஸ்ராயேலரின் பதினாறு அரச குலங்களுள் சிறப்புற்றக் குலத்தில் உதித்தத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: பேறுபெற்ற அன்னம்மாள் சுவக்கீனின் திருமகளாகப் பிறந்தத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: அவர்களின் வேண்டுதல்களாலும் நற்செயல்களாலும் இறைவனின் அன்புக் குழந்தையாகப் பிறந்தத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: தூதர், புனிதர் அனைவருக்கும் மேலாக நிறைந்த அருள் ஒளியோடு பிறந்தத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: படைப்புப் பொருட்கள் அனைத்திற்கும் மேலாக இறைவனுக்கு மகிமையளிக்கப் பிறந்தத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: விண்ணகமும் மண்ணகமும் போற்றிடும் அழகுடன் பிறந்தத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: இறைவனின் கொடைகளை எல்லாம் பெற்றுத் தரும் இறை குலக்கொழுந்தானத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: எல்லாக் காலத்திற்கும் இறைவனின் திருமுன் இருக்கத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: தூய்மையின் வழியில் எல்லாப் புனிதர்களுக்கும் எடுத்துக்காட்டாக விளங்கும் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: பிறப்பின் போது விண்ணக ஒளியால் சுடர்விட்டத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: மனிதக் குலத்தின் மகிழ்ச்சியாக விளங்கும் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: பிறந்தவுடன் விண்ணகத் தந்தைக்கு காணிக்கையாக ஒப்புக்கொடுக்கப்பட்டத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: உமது அழகுக்கு ஏற்ப மரியா என்னும் புதிய பெயர் சூட்டப்பெற்றத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: என்றும் கன்னியாக விளங்கும் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: ஆலயத்தில் அனைவருக்கும் ஆசிரியையாக விளங்கும் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: நோயுற்றோரின் துன்பத்தை அகற்றி நலமருளும் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: உம்மை நம்பினவர்களை ஒருபோதும் கைவிடாதத் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: புனிதர்களின் விண்ணக முடியென விளங்கும் தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

முத: உலகின் பாவங்களைப் போக்கும் இறைவனின் செம்மறியான இயேசுவே...

எல்: எங்கள் பாவங்களைப் மன்னித்தருளும்.

முத: உலகின் பாவங்களைப் போக்கும் இறைவனின் செம்மறியான இயேசுவே...

எல்: எங்கள் மன்றாட்டைக் கேட்டருளும்.

முத: உலகின் பாவங்களைப் போக்கும் இறைவனின் செம்மறியான இயேசுவே...

எல்: எங்கள் மேல் இரக்கமாயிரும்.

முத : செபிப்போமாக! விண்ணகத் தந்தையே இறைவா, தூய கன்னித் தாயாகிய அன்னை மரியாவை எல்லா அருட்கொடைகளாலும் அலங்கரித்து, உமது திருமகனைப் பெற்று, அமுதூட்டி வளர்க்கும் தாயாக முன்னரே தெரிந்து கொண்டீரே. இந்த உத்தமத் தாய் எங்களுக்காக மன்றாடிக் கேட்கும் விண்ணப்பங்களை நாங்கள் அடைந்து, வறுமை, பிணி போன்ற துன்பங்களிலிருந்து பாதுகாக்கப் படுவோமாக. இந்தத் தாயின் வழியாக ஆரோக்கியமும், எங்கள் வாழ்வில் மகிழ்ச்சியும் பெற்றவர்களாய் தூய்மையின் வழி நடந்து, விண்ணக வாழ்வைப் பெற்றுக் கொள்ள அருள் தாரும். எங்கள் ஆண்டவராகிய இயேசு கிறிஸ்து வழியாக உம்மை மன்றாடுகின்றோம்.

எல் : ஆமென்.

வேளாங்கண்ணி தூய ஆரோக்கிய அன்னைக்கு நவநாள் செபம்

மகா பரிசுத்த கன்னிகையே, இயேசுவின் தாயாராயிருக்குமாறு நித்தியமாகப் பரிசுத்த மூவொரு கடவுளால் தெரிந்து கொள்ளப்பட்ட தூயத் மணியே! கடவுளுடையத் திருப்புதல்வன் உமது திரு உதரத்தில் அவதாரமான போதும், ஒன்பது மாதமளவாக அவரை உமது மாசணுகாதக் கருவில் தாங்கிய போதும், நீர் அடைந்தப் பேரின்பத்தை உமது ஏழை ஊழியனாகிய அடியேன் உமக்கு நினைவூட்டுகிறேன். எனது அன்பினாலும், செபங்களாலும் நீர் அப்போது அனுபவித்த இன்பத்தை மீண்டும் புதுப்பிக்கவும், கூடுமானால் அதிகரிக்கவும் விரும்புகிறேன். துன்பப்படுகிறவர்களுக்கு இரக்கம் மிகுந்த அன்னையே! நீர் அப்போது அனுபவித்த இப்பெருமகிழ்ச்சியைக் கொண்டாடுபவர்களுக்கு, நீர் வாக்களித்துள்ள விசேச உதவியையும், பாதுகாப்பையும் எனக்கு இத்துன்ப நேரத்தில் தந்தருளும். உமது தெய்வப் புதல்வனுடைய அளவற்ற வல்லமையில் நம்பிக்கை கொண்டு, கேட்பவருக்கு அளிப்பதாக அவர் தந்த வாக்குறுதியை நினைத்து, உமது பெரும் வல்லமை நிறைந்த மன்றாட்டுக்களில் உறுதி கொண்டு, இந்த நவநாளின் போது நான் செய்யும் விண்ணப்பங்களைக் கடவுளுடைய திருச்சித்தத்திற்கு ஏற்றவையானால் அவரிடம் பரிந்து பேசி அடைந்து தந்தருளும். நான் கேட்கும் மன்றாட்டுகள் கடவுளுடைய திரு விருப்பத்திற்கு மாறானதாயிருந்தால் எனக்கு எவ்வரம் மிகவும் தேவையோ அதையே அடைந்து தந்தருளும்.

(உங்கள் மன்றாட்டுகளை இப்போது மௌனமாக நினைவு கூறுங்கள்)

தேவ தாயே! இப்போது உமக்கு வணக்கமாக நான் செய்யும் இந்நவநாளை உம்மில் நான் கொண்டிருக்கும் பெரும் நம்பிக்கையைக் காட்டுவதற்காகவே செய்கிறேன். இயேசு மனிதனான போது உமது திரு உள்ளம் அடைந்த தெய்வீக மகிழ்ச்சியை நினைத்து அதற்கு வணக்கமாக நான் செய்யும் இந்நவநாளையும் இப்போது நான் சொல்லப் போகும் செபத்தையும் அன்புடன் ஏற்றுக் கொள்ளும்.

(இப்போது மங்கள வார்த்தைச் செபத்தை சொல்லவும்)

கடவுளின் மாட்சி பெற்ற அன்னையே! அருள் மிகப் பெற்றவள் என முதன் முதல் அதிதூதர் கபிரியேல் சொன்ன போது கொண்டிருந்த பணிவு வணக்கத்துடன் நானும் இவ்வாழ்த்துதலைக் கூறுகிறேன். ஏற்றுக் கொள்ளும் தாயே. நீர் அணிந்திருக்கும் முடியில் என் செபங்கள் அனைத்தும் விண்மீன்களெனத் துலங்குமாறு விரும்புகிறேன். வருந்துவோருக்கு ஆறுதலே, நான் உம்மிடம் இப்போது மன்றாடும் விண்ணப்பங்கள் நிறைவேறுமாறு உமக்கு வணக்கமாக இதுவரை நான் செய்த அனைத்து நற்செயல்களையும் உமக்கு ஒப்புக்கொடுக்கிறேன். உமது திருமகனும் எங்கள் ஆண்டவருமான இயேசு கிறிஸ்துவின் திரு இதயத்தில் பொங்கி வழியும் பேரன்பையும், அது போன்ற உமது அன்பையும் பார்த்து, ஏழையான எனது செபத்தை ஏற்று என் மன்றாட்டுகளை அடைந்து தந்தருளும் தாயே! ஆமென்.

முதல் நாள் செபம்:

அமலோற்பவக் கன்னிகையே! இறைவனின் மேலான படைப்பே! வல்லமை மிக்கவர் பெருமை உள்ளவைகளை உம்மிடத்தில் செய்தருளினார் என்பது முற்றிலும் உண்மையே. அவர் பூமியை உண்டாக்கி அலங்கரித்தபொழுது, தண்ணீர் அனைத்தையும் கடலில் ஒன்றாகச் சேர்த்தது போன்று, எல்லா தேவ வரங்களையும் உம்மிடத்தில் நிறைத்து வைத்திருக்கிறார். ஓ மனுக்குலத்தின் சிறப்பே! பூவுலகின் எழிலே! இறைவனின் ஆலயமே! தூய மூவொரு இறைவனின் இன்பப் பூங்காவே, நீர் வாழ்க! வாழ்க! ஆரோக்கியத் தாயே! எங்கள் திருத்தந்தைக்காகவும், திருஅவைக்காகவும், கிறிஸ்துவின் எல்லா அடியார்களுக்காகவும் இறைவனிடம் மன்றாடுமாறு உம்மை வேண்டுகின்றோம். ஆன்ம வாழ்வையும், அறிவையும், ஆரோக்கியத்தையும் அளித்திட வேண்டியவர் நீரல்லவோ! இளையோர் அனைவரும் பாவச் சோதனைகளில் சிக்கிக் கொள்ளாமல், அருள் வாழ்வில் நிலைத்து, அறநெறியில் நடந்திட அருள் கூர்ந்திடும் தூய அன்னை நீரன்றோ! கன்னியர் தங்கள் அணிகலனானக் கற்பினைக் களங்கம் ஏற்படாமல் காத்திட வரமளித்திடும் கற்பின் அரசி நீரல்லவோ? குடும்பப் பெண்கள் தங்கள் மாங்கல்ய மாட்சியை மங்காமல் காத்திட உதவிடும் தாவீது குலச்செல்வி நீரல்லவோ? தாய் தந்தையர்களுக்கு எடுத்துக்காட்டு நீர். விதவைகளுக்கு ஆறுதல் நீர். விரத்தர்களுக்குத் தஞ்சம் நீர். எளியோர்களுக்குச் செல்வம் நீர். நோயாளிகளுக்கு ஆரோக்கியம் நீர். மனத்துன்புறுவோருக்கு அடைக்கலமும் நீர். அம்மா! உம் வழியாய் இறைவனை அன்பு செய்து, அவரது மகிமைக்காக வாழ்ந்திட எங்களுக்காக வேண்டிக்கொள்ளும். ஆமென்.

முத : வேளாங்கண்ணி தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

எல் : எங்களுக்காக வேண்டிக் கொள்ளும்.

2ம் நாள் செபம்:

தாவீது குலத்தின் மாணிக்கச் சுடரே! யூத மக்களின் ஜோதிக் கதிரே! எளிய பாவிகளாகிய நாங்கள் உம் அன்பையும், மாட்சியையும் கண்டு வியக்கிறோம். அலகையின் ஆட்சியை அழித்திட அமலோற்பவ திருக்குழந்தையாய்ப் பிறந்தீர். இருளின் பிடியில் மருளும் மனுக்குலத்தோருக்கு கிறிஸ்துவின் ஒளியை வீசிடச் செய்தீர். மருள் நீக்கி அருள் வாழ்வை அனைவருக்கும் அளித்திட வேளாங்கண்ணித் திருத்தலத்தில்

வீற்றிருக்கிறீர். ஓ, பேருபகார அன்னையே! மாசில்லாக் கன்னிகையே! பாவச் சுமையால் வாடும் நாங்கள் உம்மிடம் புகலிடம் தேடி ஓடி வருகிறோம். ஆழ்ந்த நம்பிக்கையோடு உம்மை அழைக்கின்றோம். உம் திருப்பெயரை பக்தியுடன் நாவினிக்கப் புகழ்கின்றோம். ஓ மாமரியே! தயாளத் தாயே! விமலனின் அமலியே! எங்களுக்கு ஆன்ம நலம் அருளும். தூய வழியில் நடத்தும். பாவம் சூழ்ந்த இருளை அகற்றி, கிறிஸ்துவின் ஒளியை எங்கள் உள்ளத்தில் ஏற்றி, உடல் நலமும் அளித்திட எங்களுக்காக வேண்டிக்கொள்ளும். ஆமென்.

முத: வேளாங்கண்ணி தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

எல்: எங்களுக்காக வேண்டிக் கொள்ளும்.

3ம் நாள் செபம்:

எங்கள் நேசத்துக்குரிய அன்னையே! நீரே தூய வாழ்வின் மேலான எடுத்துக்காட்டு. நீர் வாழ்க! இளமையில் தானே உலகின் இன்பத்தைத் துறந்தவளாய் பெற்றோரையும் தனிமையில் விட்டு விட்டு ஆலயத்தில் உம்மைக் கடவுளுக்கே உரிய காணிக்கையாக அர்ப்பணித்தீர். கிறிஸ்துவில் புது வாழ்வு பெற்ற நாங்கள், உடல், உலகம், அலகை, இம்மூன்றையும் விட்டு விட்டதாக வாக்களித்தோம். ஆனால் பலமுறை தவறினோம். வாக்குறுதியை மீறிக் குற்றங்கள் பல புரிந்தோம். உலக இன்பத்தையே நாடி அலைந்தோம். நிலையான விண்ணகப் பேரின்பத்தை மறந்தோம். சிலுவையில் அன்பில் செம்மலாக, மீட்பின் ஆயராகப் பலியான இயேசுவைப் பாவ வாழ்வால் பரிகசித்தோம், இகழ்ந்து ஒதுக்கினோம். கருணையே உருவான இறைவனின் அமல அன்னையே! எங்கள் பாவ நிலையை உணர்ந்து வருந்துகிறோம். அவல நிலையிலிருந்து எங்களைக் காத்திட உம்மை வேண்டுகின்றோம். இறைவனை நிந்தித்த எங்களுக்கு மன்னிப்பைப் பெற்றுத் தரும் பேருபகாரத் தாய் நீரல்லவோ! அருளை இழந்து இருளில் அலைந்து திரியும் எங்களுக்கு உம் அன்புக் கரங்களை நீட்டியருளும். இயேசுவின் இருதய ஊற்று நீரைப் பருகி, இறைவனின் புனித மக்களாக வாழ்ந்திட எங்களுக்காக வேண்டிக்கொள்ளும். ஆமென்.

முத: வேளாங்கண்ணி தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

எல்: எங்களுக்காக வேண்டிக் கொள்ளும்.

4ம் நாள் செபம்:

ஓ, தூய அன்பின் அன்னையான ஆரோக்கிய கன்னிகையே! நீர் இயேசுவின் தாய் என்பது பற்றி மிக்க பெருமை கொள்கிறோம். உம்மை உள்ளத்துடன் ஏற்றிப் போற்றி வாழ்த்துகிறோம். இறை தூதர் அறிவித்த நற்செய்தியைத் தாழ்ச்சியான உள்ளத்துடன் ஏற்றுக் கொண்டீர் என்பதை நாங்கள் பக்தியுடன் தியானிக்கின்றோம் அருள் நிறைந்த மரியே வாழ்க! நீர் இறை மகனைக் கருவாக உமது திரு வயிற்றில் ஏந்திய நேரம் முதல், உம் புகழ் விண்ணோக்கி வளர்ந்தது. வரங்களும் அருளும் உம்மில் நிறைந்திட நீர் இறைவனின் தாயானீர். பெண்களுக்குள் ஆசீர்வதிக்கப்பட்டவள் நீரே. கிறிஸ்துவில் நீர் பெற்ற புது வாழ்வில் நாங்களும் பங்கு கொண்டு, அருள் நிறைந்தவர்களாக இருக்க எங்களுக்காக வேண்டிக் கொள்ளும். உமது தாழ்ச்சியைக் கண்ட விண்ணக அரசர் உம்மில் மனிதனானார். உமது நிகரில்லாக் கற்பின் மணம் கமழ தூய ஆவியார் உம்

மீது எழுந்தருளினார். ஓ, கருணை நிறைந்தவளே! உம்மில் இறைவன் ஒன்றித்தது போல், அருள் சாதனங்கள் வழியாக நாங்களும் அவருடன் ஒன்றித்து வாழ எங்களுக்காக இறைவனிடம் மன்றாடும். ஆதித் தாயின் தீவினையால் சபிக்கப்பட்ட மனுக்குலம் உம் வழியாக ஆசீர் பெற்றுள்ளது. ஓ, மாதர்களின் மாணிக்க ஒளிச் சுடரே! தாய்மார்களின் தூய இரத்தினமே! சுந்தரவதிகளின் சுந்தரியே! எல்லாத் தலைமுறைகளும் உம்மைப் பேறுடையாள் எனப் போற்றுமே. உம்மைப் பணிந்து வாழ்த்துகிறோம் தாயே! எங்களை உம் அன்புக் கரங்களால் ஆசீர்வதித்து எங்களுக்காக வேண்டிக்கொள்ளும். ஆமென்.

முத : வேளாங்கண்ணி தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

எல் : எங்களுக்காக வேண்டிக் கொள்ளும்.

4ம் நாள் செபம்:

களங்கமற்ற ஆரோக்கிய அன்னையே! இறைவனின் கொடைகளைப் பெற்றுத் தரும் பேருபகாரியே வாழ்க! தூய எலிசபெத் வீட்டில் நீர் தங்கி இருந்தபோது, அவ்வீட்டாருக்கும் திருமுழுக்கு யோவானுக்கும் எத்தனையோ நன்மைகள் கிடைக்கச் செய்தீர். வேளாங்கண்ணித் திருத்தலத்தில் வீற்றிருக்கும் நீர் எங்களுக்குத் தேவையான எல்லா நன்மைகளையும் பெற்றுத் தாரும். உமது தயவால் இத்திருத்தலத்தில் பார்வை பெற்றோரும், ஆரோக்கியம் அடைந்தோரும், பாவ வழி விட்டு மனந்திரும்பியோரும், ஆறுதல் அடைந்தோரும் எத்தனையோ பேர்! ஓ, தயை நிறைந்த தடாகமே! இரக்கத்தின் திரு உருவே! மனித குலத்துக்கு நீர் செய்துள்ள பேருபகாரங்களுக்கு வணக்கத்துடன் நன்றி கூறுகின்றோம். உம்மை உயர்த்திய எல்லாம் வல்ல இறைவனைப் பணிந்து ஆராதிக்கிறோம். எங்களுக்காக என்றும் இறைவனிடம் மன்றாட உம்மை வேண்டுகின்றோம். கன்றை அறியாப் பசுவில்லை. சேயை அறியாத் தாயில்லை. நீர் மனுக்குலத்தின் தாயாக உள்ளீர். உம் மக்களாகிய எங்கள் அனைவரையும் உம் அன்புக் கரங்களில் வைத்துக் காத்தருளும். மேலும் கிறிஸ்துவை நிராகரித்தவர்களும், பாவ வழியில் வாழ்பவர்களும் மனந்திரும்பவும், எங்களுக்காகவும் வேண்டிக் கொள்ளும். ஆமென்.

முத : வேளாங்கண்ணி தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

எல் : எங்களுக்காக வேண்டிக் கொள்ளும்.

6ம் நாள் செபம்:

இறை மக்களால் போற்றப்படும் அமல ஆரோக்கிய அன்னையே! உமது நிகரற்றப் புகழினை எடுத்துரைக்க எவரால் இயலும்? மனுவான இறைவன் உம் வழியாகவன்றோ இவ்வுலகிற்கு மீட்பளித்தார். நீர் என்றும் கன்னிமைக்குப் பழுதின்றி கடவுளின் தாயாக விளங்குகிறீர். உம்மை வாழ்த்துகிறோம். ஓ, விண்ணகத்தில் வீற்றிருக்கும் எங்கள் இன்பமே! இறை ஒளியை அள்ளி வழங்கிடும் குளிர் நிலவே! உண்மை வழி காட்டும் விண்மீனே! உம் கரங்களில் தவழும் அன்புக் குழந்தையை ஆராதித்து உம்மை வணங்குகிறோம். இயேசுவே எங்களின் அரசர். நீரே எங்கள் அரசியாக இருக்கிறீர். அவர் எங்களின் ஆண்டவர். நீர் எங்களின் அன்னை. விண்ணகத் தந்தைக்கும் மனிதருக்கும் இடையே நடுவராக இருக்கிறார் கிறிஸ்து. உமது திருமகனுக்கும்

எங்களுக்கும் இடையே நீர் நடுவராக இருக்கிறீர். இயேசு விண்ணக வழியாக இருக்கிறார். நீர் அதன் வாயிலாக இருக்கிறீர். ஓ, பேறுபெற்ற இஸ்ரயேல் குலமகளே! அருளின் இருப்பிடமே! படைத்த இறைவனை எங்களின் மீட்பராக ஈன்றெடுத்தீர். உலகமே கொள்ள முடியாத அவரை நீர் உமது திரு வயிற்றில் தாங்கினீர். உயிர்களுக்கு உணவூட்டுகின்றவரை நீர் பாலூட்டி வளர்த்தீர். இதனாலன்றோ எல்லாத் தலைமுறையினரும் உம்மைப் பேறுடையாள் என்று வாழ்த்துகின்றன! உம் திரு மகனிடம் எமக்காகப் பரிந்து பேசும். அவரை அன்பு செய்து சேவித்து வாழ வரமருளும். அவரோடும், உம்மோடும் விண்ணகத்தில் முடிவில்லா இன்பமடைய எங்களுக்காக வேண்டிக்கொள்ளும். ஆமென்.

முத: வேளாங்கண்ணி தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

எல்: எங்களுக்காக வேண்டிக் கொள்ளும்.

7ம் நாள் செபம்:

இரக்கம் மிகுந்த அன்னையே! எங்கள் பாவங்களின் பொருட்டு நீர் இயேசுவுடன் அனுபவித்த வேதனை எவ்வளவோ கொடூரமானது. அதை நினைத்து ஆலைவாய்க் கரும்பென மனம் வருந்துகின்றோம். ஓ, கருணைக் கடவுளின் கன்னித் தாயே! நீர் சிந்திய கண்ணீர் யாவும் எங்களுக்கு அருட்சுனையாய்ப் பாயட்டும். எங்கள் உள்ளத்தில் காணப்படும் தீய நாட்டங்களை எல்லாம் அகற்றி இறை அன்பை வளர்க்கட்டும். அன்புத் தந்தைக்கு ஏற்ற பிள்ளைகளாக நாங்கள் வாழ எங்களுக்கு ஆசீர் தாரும். தூய அன்னையே! எல்லா ஆபத்துகளினின்றும் எங்களை பாதுகாத்தருளும். வேடனைக் கண்ட பறவை விண்ணிலே பறந்து மறைவது போலவும், புலியைக் கண்ட புள்ளிமான் புதருக்குள் பதுங்கி ஒளிவது போலவும், பாவிகளாகிய நாங்கள் உமது மாசற்ற திரு இருதயத்தில் அடைக்கலம் நாடி ஓடி வருகிறோம். எங்களை அரவணைத்து, இறைவனிடம் அழைத்துச் செல்ல எங்களுக்காக வேண்டிக்கொள்ளும். ஆமென்.

முத: வேளாங்கண்ணி தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

எல்: எங்களுக்காக வேண்டிக் கொள்ளும்.

8ம் நாள் செபம்:

ஓ, உன்னதக் கடவுளின் ஆலயமே! ஞானத்தின் இருப்பிடமே! நீர் வாழ்க! ஆதியில் அழியாத கேதுரு மரத்தினால் வாக்குத்தத்தப் பெட்டகம் செய்யப்பட்டு, உள்ளும் புறமும் தங்கத் தகடுகள் போர்த்தப் பட்டிருந்தது. அதுபோன்று உமது திருவுடல் அழியாமையைத் தரித்துக் கொள்ள இறைவனின் மாட்சி உம்மில் அணிகலனாக விளங்கிற்று. உம்மைக் கண்டு பூரிப்படைகிறோம். இறைவனுக்கு மகிமை உண்டாகுக என்று வாழ்த்துகிறோம். மாசும், குறையும், கறையும் இல்லாத அழகுத் திரு உருவே! மண்ணக வாழ்வின் இறுதியில் விண்ணகத்திற்கு ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட அன்னையே! வழிப் போக்கர்களாகிய எங்களை மறந்து விடாதேயும். ஒளியான இறைவனுடன் ஒன்றித்துள்ள விண் சுடரே!இருளில் வாழும் எங்களுக்கு ஒளியைப் பெற்றுத் தாரும். உலகம் என்ற கடலிலே படகு போன்ற எங்கள் அற்ப வாழ்வு ஆபத்தின்றிக் கரை சேர்ந்திட அருள்வீராக. சிலுவையின் அடியில் இயேசு எங்களை உம் மக்களாக்கி

ஒப்படைத்துள்ளார் அன்றோ! அன்புத் தாயே, எங்களை ஆதரித்துக் காப்பற்றியருள உம்மை மன்றாடுகின்றோம். இம்மண்ணக வாழ்வில் மனத் தூய்மையையும், உடல் ஆரோக்கியமும் பெற்றவர்களாக விண்ணகத்தில் உம்மோடு என்றென்றும் இறைவனைப் போற்றிட வரம் அருள எங்களுக்காக வேண்டிக்கொள்ளும். ஆமென்.

முத: வேளாங்கண்ணி தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

எல்: எங்களுக்காக வேண்டிக் கொள்ளும்.

9ம் நாள் செபம்:

ஆரோக்கிய அன்னையே! இறைவனின் தாயான உம்மை வாழ்த்துகிறோம். இறைவனின் புகழ் பாடும் படைப்புப் பொருட்கள் அனைத்தும் உம்மை வாழ்தும்படியாக அழைக்கின்றோம். கடவுளின் படைப்புகளே, ஆரோக்கிய அன்னையைப் போற்றுங்கள். வானக அரசியைப் புகழ்ந்து பாடுங்கள். இறைவனின் தூதர்களே, ஆரோக்கிய அன்னையைப் போற்றுங்கள். வானகப் படைப்புகளே, வானக அரசியைப் புகழ்ந்து பாடுங்கள். விண்ணகத்திலுள்ள புனிதர்களே, ஆரோக்கிய அன்னையைப் போற்றுங்கள். பகலோனே, நிலவே, வானத்தில் ஒளிர்கின்ற விண்மீன்களே, ஆரோக்கிய அன்னையைப் போற்றுங்கள். மழையே, வெண் பனியே விண்ணக அரசியைப் புகழ்ந்து பாடுங்கள். வெம்மையே, குளிரே ஆரோக்கிய அன்னையைப் போற்றுங்கள். மலைகளே, குன்றுகளே, பள்ளத்தாக்குகளே ஆரோக்கிய அன்னையைப் புகழ்ந்து பாடுங்கள். இருளே, ஒளியே ஆரோக்கிய அன்னையை வாழ்த்துங்கள். மேகங்களே, மின்னல்களே, ஆரோக்கிய அன்னையைப் புகழ்ந்து பாடுங்கள். பூமிதனில் உள்ள விளைச்சல்களே ஆரோக்கிய அன்னையைப் போற்றுங்கள். நீர் சுனைகளே, மலை அருவிகளே, நதிகளே, ஆரோக்கிய அன்னையைப் புகழ்ந்து பாடுங்கள். கடலே, கடல்வாழ் உயிர்களே ஆரோக்கிய அன்னையைப் போற்றுங்கள். வானத்துப் பறவைகளே, தரைவாழ் உயிரினங்களே ஆரோக்கிய அன்னையைப் புகழ்ந்து பாடுங்கள். ஆரோக்கியத் தாயே! புகழ் பாடும் உம் மக்களின் மன்றாட்டுக்களை தயவுடன் ஏற்றுக் கொள்ளும். நாங்கள் என்றென்றும் உம்மை எங்கள் தாயாக அன்பு செய்வோம். நாங்கள் ஆன்ம உடல் ஆரோக்கியம் நிறைந்தவர்களாக இறைவனின் அன்பில் நிலைத்துப் புனிதர்களாக வாழ்ந்திட எங்களுக்காக உம் திரு மகன் வழியாக விண்ணகத் தந்தையிடம் எங்களுக்காக வேண்டிக்கொள்ளும். ஆமென்.

முத: வேளாங்கண்ணி தூய ஆரோக்கிய அன்னையே...

எல்: எங்களுக்காக வேண்டிக் கொள்ளும்.

(புனித பெர்னார்டின் செபத்தைச் சொல்லி நிறைவு செய்யவும். விரும்பினால், நமது திருத்தந்தையின் கருத்துகளுக்காகவும், நமது பங்கின் கருத்துகளுக்காகவும் சிறப்பாக மன்றாடலாம்.)

வேளாங்கண்ணி தூய ஆரோக்கிய அன்னையை நோக்கி மன்றாட்டு

கன்னி மரியே! ஆரோக்கிய அன்னையே! வேளாங்கண்ணியில் இரக்கத்தின் அரியணையில் வீற்றிருக்கும் எங்கள் ஆண்டவளே! எங்களின் ஆன்ம, உடல் நோய்களை அகற்றி, எங்களுக்கு ஆறுதலாகவும் அடைக்கலமாகவும் இருந்தருளும். உமது பேருதவியால் எண்ணற்ற நோயாளிகள் நலமடைந்துள்ளனர். உமது வல்லமையையும், தயவையும் நம்பிக் கொண்டு உம்மை நாடி வந்துள்ளோம். உமது திருமகனையும், உம்மையும் அன்பு செய்து, இறைத் தொண்டர்களாக நாங்கள் விளங்குமாறு செய்தருளும். எங்களின் ஆன்ம அருள் வாழ்வை வளப்படுத்தியருளும். உலகத் துன்பங்களாலும், மன வேதனைகளாலும் அல்லல் படுகிறவர்களுக்கு அருகிலிருந்து உமது தாயன்புடன் ஆறுதலளியும். இறைவனின் திருவுளத்திற்கு ஏற்புடையதானால் அத்தகையத் துன்ப வேதனைகளிலிருந்து அவர்களைக் காத்தருளும். பாவச் சேற்றில் சிக்குண்டவர்களை உமது அருள் நீரால் கழுவிப் புனிதராக்கியருளும். இதயத் தாழ்ச்சியும், சாந்தமும் உள்ள இறை மகனை ஈன்றெடுத்த தாயே! உமது உதவியை நாடியவர் எவராகிலும் உம்மால் ஒருபோதும் கைவிடப்பட்டதில்லையே! எங்களுடையத் துயர வேளைகளில் எங்களின் தஞ்சமாக இருப்பீர் என்று நாங்கள் உறுதியாக நம்புகிறோம். ஏனெனில் ஆறுதல் அளிக்க விரைந்திடும் விண்ணகத் தாய் நீரே! இம்மண்ணகத்தில் கசிந்த கண்களையும், அவற்றிலிருந்து வழிந்தோடும் துன்பக் கண்ணீரையும் கண்டு இரக்கமுடன் எங்களை அரவணைத்துக் கொள்பவர் நீரே இறை மக்களுக்கெல்லாம் சகாயம் புரிந்து வரும் ஆரோக்கிய அன்னையே! நீர் எல்லாம் வல்ல இறை மகன் இயேசு கிறிஸ்துவின் அன்னையாக இருப்பதால் எவ்வுதவியையும் எங்களுக்கு அடைந்து கொடுக்கக் கூடியவள் அன்றோ! எல்லா ஆபத்துகளிலிருந்தும் எங்களைப் பாதுகாத்தருளும். எங்களைப் பற்றியுள்ள தீமைகளை அகற்றியருளும். இறை அன்பில் வளர்ந்திட எல்லா நலமும் வரமும் அருளும் பெற்று, நாங்கள் ஒவ்வொருவரும் உம்மோடு கூடி, என்றென்றும் இறைபுகழ் பாடி, எங்கள் ஆண்டவராகிய இயேசு கிறிஸ்துவை வாழ்த்துவோமாக. ஆமென்.

ஆன்ம உடல் நலம் பெற அன்னையை நோக்கி மன்றாட்டு

கன்னி மரியே! ஆரோக்கிய அன்னையே! என் ஆண்டவளே! இறைவன் எனக்களித்த உண்மையான ஆறுதலே! இடுக்கண்களில் இளைப்பாற்றியளிக்கும் விண்ணகப் பத்தினியே! பாவ இருளில் அகப்பட்டுத் தவித்திடும் ஆன்மாவின் ஒளிச் சுடரே! திருப்பயணத்தில் வழிகாட்டியே! பலவீனத்தில் வலிமையே! ஏழைகளின் ஆறுதலே! நோயுற்றவர்களின் அரும் மருந்தே! பாவிகளின் தஞ்சமே! என் மீட்பின் நம்பிக்கையே! எல்லையற்ற முறையில் அன்பு செய்யும் இறைவனுக்கு நீர் தாயானதால், உமது மேலான மகத்துவத்திற்கேற்ப என் மீது இரக்கம் காட்டியருளும். என் தேவைகளை எல்லாம் அறிந்துள்ள உம்மிடம் என் மன்றாட்டுக்களைச் சமர்ப்பிக்கிறேன்.

(உங்கள் மன்றாட்டுகளை இப்போது மௌனமாக நினைவு கூறுங்கள்)

விண்ணக மண்ணக அரசியே! கருணை நிறைந்த மாமரியே! பாவிகளின் தஞ்சமே! பாவக்கடலில் அமிழ்ந்தவர்களுக்குத் தெப்பமே! உலகத்திற்கெல்லாம் தயாபரியே! அடிமையானவர்களை மீட்கின்ற ஆண்டவளே! நோயாளிகளுக்கு ஆரோக்கியமே! உள்ளம் வேதனைப்படுகிறவர்களுக்கு ஆறுதலே! இவ்வுலக வாழ்வின் இருப்பிடமே! தஞ்சமென்று நாடி வந்திருக்கும் என்னைப் புறக்கணியாது, நான் கேட்கின்ற சகாயத்தை அடைந்து தந்தருள உமது திரு மகனும் எங்கள் ஆண்டவருமாகிய இயேசு கிறிஸ்துவை மன்றாடும் தாயே. ஆமென்.