நாள்	கருத்து	சிந்தனை	நற்செயல்
25.09.2021	நாம் தந்தை பிரான்சிஸ்குவின் **தாழ்ச்சியில் வளர** செபிப்போம்.	"எப்போதும் மற்றவர்களுக்கு அடிபணிந்திருக்க ஆசிக்கும் ஊழியன் பேறுபெற்றவனே" (அ.19:4)	இன்று **10 தாழ்ச்சி முயற்சிகள்** செய்வோம்.
26.09.2021	நாம் தந்தை பிரான்சிஸ்குவின் **ஏழ்மையைக் கடைப்பிடிக்க** செபிப்போம்.	"ஓ பாக்கியமான ஏழ்மையே! நீ உன்னை அன்பு செய்து அரவணைப்பவர்களுக்கு முடிவில்லா செல்வங்களை வழங்குகிறாய்". (1ஆக்.ம:3)	நம்மிடம் உள்ள **பயன்படுத்தாத பொருட்களை** தேவையில் இருப்போருக்குக் கொடுப்போம்.
27.09.2021	நாம் தந்தை பிரான்சிஸ்குவின் **தவ வாழ்வைக் கடைப்பிடிக்க** செபிப்போம்.	"தவத்திற்கு ஏற்ற கனிகொடுப்பவர் மேல் ஆண்டவரின் ஆவியானவர் தங்குவார்" (1வி.ம.1:1)	இன்று **10 ஒறுத்தல் முயற்சிகள்** செய்வோம்.
28.09.2021	நாம் தந்தை பிரான்சிஸ்குவின் **பொறுமையைக் கடைப்பிடிக்க** செபிப்போம்.	"நீதி வழங்கவேண்டியவர்கள் நீதிக்கு எதிரானதைச் செய்யும்போது ஒருவன் எவ்வளவு பொறுமை கொண்டிருக்கிறானோ அவ்வளவுதான் அவன் பொறுமை" (அ.13:2)	இன்று முழுவதும் நாம் கவனத்தோடு **எல்லாச் சூழல்களிலும் பொறுமையைக் கடைப்பிடிப்போம்.**
29.09.2021	நாம் தந்தை பிரான்சிஸ் போன்று **இறைவன்மீது அளவற்ற அன்பில் வளர** செபிப்போம்.	நம் ஆண்டவராகிய கடவுளை முழுபுரிதலோடும், நம் எல்லா சக்தியோடும், முழு முயற்சியோடும்,எல்லா பாசத்தோடும், எல்லா ஆசை களோடும், எல்லா விருப்பத்தோடும் அன்பு செய்வோமாக. (ஆ.ஒ.23:8)	இன்று முழுவதும் **இறைவனின் பிரசன்னத்தில் வாழ** முயல்வோம்.

30.09.2021	நாம் தந்தை பிரான்சிஸின் **பிறர் அன்பையும் பிரபஞ்ச அன்பையும் பின்பற்றச் செபிப்போம்.**	"கைமாறு கொடுக்க முடியாதவருக்கு அன்புகாட்டும் ஊழியன் பேறுபெற்றவன்". (அ.24:1)	தேவையில் உள்ள ஒருசிலருக்கு உதவி செய்து **அன்பை வெளிப்படுத்துவோம்.** இயற்கையோடும் பிரபஞ்சத்தோடும் அன்பை வெளிப் படுத்தும் செயலில் ஈடுபடுவோம்.
01.10.2021	நாம் தந்தை பிரான்சிஸ் போன்று **பக்தி பற்றுதலிலும் ஆழமான தியான அனுபவத்திலும் வளர** செபிப்போம்.	நம் மீட்பரும் இரட்சகரும் ஒரே மெய்யான கடவுளையும் தவிர வேறு எதையும் ஆசிக்காமலும், வேறு எதையும் விரும்பாமலும், வேறு எதுவும் நம்மை இன்புறுத்த விடாமலும் இருப்போமாக. (ஆ.ஒ. 23: 9)	இன்று **ஒரு மணி நேரம் ஆண்டவர் திருமுன்** பக்திநிறை அன்போடு செலவிடுவோம். **இன்று உண்ணா நோன்பு நாள்**
02.10.2021	நாம் தந்தை பிரான்சிஸ் போன்று **துன்பங்களை அமைந்த மனத்தோடு தாங்கிக்கொள்ள** செபிப்போம்.	"எனக்கு அருமையானவளே! உன்னை கசப்பானவைகள் எதுவும் மேகமென மூடாமலும், கவலைகள் மேற்கொள்ளாமலும், இருப்பதாக!" (2ஆக். ம : 11)	இன்று நமக்கு வரும் **உடல், உள்ள துன்பங்களை மகிழ்ச்சியோடும், அமைதியோடும் ஏற்றுக்கொள்வோம்.**
03.10.2021	நாம் தந்தை பிரான்சிஸ் போன்று **பாக்கியமான மரணம் அடைய செபிப்போம்.**	"வேதனையெனும் சிலுவைமீது அவரோடு நீ இறந்தால் நீ புனிதர்களின் மாட்சிமையில் விண்ணக மாளிகையைச் சொந்தமாக்கிக் கொள்வாயாக" (2ஆக்.ம:21)	**உத்தரிக்கும் நிலையில் வேதனைப்படுவோருக்காக ஒரு செபமாலை** செபிப்போம்.
04.10.2021	தந்தை பிரான்சிஸ் போன்று **நம் சபைச் சகோதரிகள் புனிதத்தில் வளரவும், அவரது பரிந்துரையால் நாம் ஆசிக்கும் நலன்கள் அனைவருக்கும் கிடைக்கவும் செபிப்போம்.**	"இனிமேல் நாம் ஆண்டவரின் சித்தத்தை நிறைவேற்றுவதும் அவரைத் திருப்திப்படுத்துவதும் தவிர வேறு எதுவும் செய்வதற்கில்லை" (ஆ.ஒ. 9)	நமது **கைவினைச் செலவுத் தொகையிலிருந்து ஏதாவதொரு ஏழைக்கு உதவி செய்வோம்.**

Happy Feast of Our Seraphic Father!