



## धर्मप्रांतीय उपासना आयोग, वसई

राखेचा बुधवार

सकाळची प्रार्थना

**महत्वाची सूचना :** ख्रिस्तसभेची प्रार्थना किंवा विविअरी प्रार्थना हा प्रकार खूप प्राचीन आहे. मठवासी धर्मगुरुंकडून आलेली ही प्रार्थना चर्च आपली अधिकृत प्रार्थना म्हणून मानते. सदर प्रार्थनेचं एक महत्वाचं वैशिष्ट्य म्हणजे ही संपूर्ण प्रार्थना बायबलवर आधारीत आहे. धर्मगुरु धर्मभगिनी तसेच अनेक प्रांपचिक ही प्रार्थना नित्यनेमाने करीत असतात. आपल्या संपूर्ण कुटुंबाला एकत्रित करून आपण ही प्रार्थना करावी. चिंतन व गरजेनुसार विनंत्या ह्या प्रार्थनेमध्ये अंतर्भूत करता येतील. ख्रिस्त सभेची ही महत्वाची प्रार्थना करण्यापूर्वी घरात प्रार्थनामय वातावरण तयार करा. टिक्ही मोवाईल वंद करा घरातल्या राजपिठासमोर मेणवत्या लावा प्रार्थनेला योग्य असे कपडे करा व आपल्या कुटुंबासाठी हा एक भक्तीमय सोहळा वनवा. ख्रिस्तसभेची ही महत्वाची प्रार्थना आपणांस सतत प्रेरणा देत राहो.

**चरण:** प्रभो, आमचे ओठ उघड.

**प्रतिसाद:** आणि आम्ही तुझ्या नामाचे स्तवन करू.

**आमंत्रण स्तोत्र प्रतिगीत:** आमच्यासाठी प्रभू ख्रिस्तावर मोहाचे प्रसंग आले आणि त्यांनी आम्हासाठी दुःख भोगले. चला, आपण त्याचा जयजयकार करू.

**पर्यायी:** अहो, आज जर तुम्ही त्याची वाणी ऐकाल, तर आपली अंतःकरणे कठीण करू नका.

**स्तोत्र ९५ (आमंत्रण स्तोत्र)**

याहो या, आपण परमेश्वराचा जयजयकार करू;

आपल्या तारणदुर्गाचा जयजयकार करू.

उपकारस्मरण करीत आपण त्याच्यापुढे जाऊ,

स्तोत्रे गात त्याचा जयजयकार करू. **आमंत्रण स्तोत्र प्रतिगीत**

कारण परमेश्वर थोर देव आहे;

सर्व देवांहून तो थोर राजा आहे.

त्याच्या हाती पृथ्वीची खोल स्थले आहेत;

पर्वतांची उंच शिखरेही त्याचीच आहेत .  
 समुद्र त्याचाच आहे, त्यानेच तो उत्पन्न केला;  
 कोरडी भूमिही त्याच्याच हाताने घडविली गेली . **आमंत्रण स्तोत्र प्रतिगीत**  
 याहो या, परमेश्वर जो आपला उत्पन्नकर्ता त्याच्यापुढे आपण गुडघे टेकू;  
 त्याची उपासना करू त्याला नमन करू .  
 कारण तो आपला देव आहे, आणि  
 आपण त्याच्या कुरणातील प्रजा, त्याच्या हातचा कळप आहोत . **आमंत्रण स्तोत्र प्रतिगीत**  
 आज तुम्ही त्याची वाणी ऐकाल तर किती वरे होईल !  
 मरीवा येथल्याप्रमाणे, रानांत मस्सा येथील प्रकरणाच्या दिवशी केल्याप्रमाणे  
 तुम्ही आपले मन कठीण करू नका;  
 तेव्हा तूमच्या वडिलांनी जरी माझी कृति पाहिली होती  
 तरी त्यांनी माझी परीक्षा केली व मला पारग्यिले . **आमंत्रण स्तोत्र प्रतिगीत**  
 चाळीस वर्षे त्या पिढीचा मला वीट आला ;  
 मी म्हणालो, हे बहकलेल्या मनाचे लोक आहेत ;  
 ह्यांनी माझे मार्ग जाणिले नाहीत ;  
 म्हणून मी रागाने शपथ वाहून म्हणालो ,  
 हे माझ्या विसाव्यात निश्चित येणार नाहीत . **आमंत्रण स्तोत्र प्रतिगीत**  
 पिता, पुत्र आणि पवित्र आत्मा ह्यांचा गौरव असो,  
 जसा प्रारंभी तसा आता आणि सदासर्वदा असो . आमेन .

**आमंत्रण स्तोत्र प्रतिगीत:** आमच्यासाठी प्रभू गिरस्तावर मोहाचे प्रसंग आले आणि त्यांनी आम्हासाठी दुःख भोगले . चला, आपण त्याचा जयजयकार करू .

**पर्यायी:** अहो, आज जर तुम्ही त्याची वाणी ऐकाल, तर आपली अंतःकरणे कठीण करू नका .

**गीत :** उपवास काळातील गीत

**प्रतिगीत १:** माझे अंतःकरण तयार आहे, हे देवा, माझे अंतःकरण तयार आहे .

**स्तोत्र १०८**

हे देवा, माझे मन स्थिर आहे ;  
 मी गाईन, मी जिवेभावे स्तोत्र गाईन .

हे सतारी, हे वीणे, जागृत व्हा;  
मी प्रभातीला जागे करीन .

हे परमेश्वरा, लोकांमध्ये मी तुझे उपकारस्मरण करीन;  
राष्ट्रांमध्ये तुझी स्तोत्रे गाईन .  
कारण तुझी दया आकाशाहून उंच आहे,  
व तुझे सत्य गगनापर्यंत आहे .  
हे देवा, आकाशाहून तू उन्नत हो;  
तुझे गौरव सर्व पृथ्वीभर होवो .

**त्रुट्या प्रियजनांनी मुक्त व्हावे**  
म्हणून तू आपल्या उजव्या हाताने त्यांचे तारण कर आणि आमचे एक .

देव आपल्या पवित्रतेला अनुसरून म्हणाला,  
मी उल्हास पावेन;  
मी शशेम विभागीन व सुककोथाचे खोरे मोजून देईन;

**गिलाद माझा आहे व मनश्शे माझा आहे;**  
एफ्राईम माझे शिरस्त्राण आहे;  
यहुदा माझे राजवेत्र आहे .  
मवाव माझे स्नानाचे गंगाळ आहे;  
अदोमावर मी आपले पायतण फेकीन;  
पलेशेथाविषयी मी जयघोष करीन .

मला तटबंदीच्या नगरात कोण घेऊन जाईल?  
अदोमात मला कोण नेईल?  
हे देवा, तू आमचा त्याग केला ना?  
हे देवा, तू आमच्या सैन्यावरोवर चालत नाहीस .

**ब्राह्मणासून तू आमची सुटका कर;**  
कारण मनुष्याचे साहाय्य केवळ व्यर्थ आहे .  
देवाच्या साहाय्याने आम्ही पराक्रम करू;  
तोच आमच्या शत्रूस तुडवून टाकील .

पिता, पुत्र आणि पवित्र आत्मा ह्यांचा गौरव असो,  
जसा प्रारंभी तसा आता आणि सदासर्वदा असो . आमेन .

**प्रतिगीत १:** माझे अंतःकरण तयार आहे, हे देवा, माझे अंतःकरण तयार आहे .

**प्रतिगीत २ :** प्रभूने मला न्यायनीतीच्या आणि तारणाच्या वस्त्रांनी विभूषित केले आहे .

**काव्य - यशया ६१:१० , ६२:५**

मी परमेश्वराच्या ठायी अत्यंत हर्ष पावतो,  
माझ्या देवाच्या ठायी माझा जीव उल्हासतो;  
कारण जसा नवरा शेळापागोटे परिधान करून  
स्वतःला याजकांसारख्या मंडित करितो व  
नवरी जशी अलंकारांनी स्वतःला भूषित करिते,  
तशी त्याने मला तारणाची वस्त्रे नेसविली आहेत;  
मला धार्मिकतेच्या झग्याने आच्छादिले आहे .

कारण भूमी जशी आपले अंकुर उगविते,  
मला जसा आपणांत पेरलेले बीज उगवेसे करितो,  
तसा प्रभू परमेश्वर सर्व राष्ट्रांदेख्यत धार्मिकता व कीर्ती अंकुरित करील .

क्षियोनेची धार्मिकता उदयप्रभेप्रमाणे फाकेपर्यंत  
तिच्याकरिता मी मौन धरणार नाही,  
येसुशलेमेचे तारण पेटलेल्या मशालीप्रमाणे दिसेपर्यंत  
तिच्याकरिता मला चैन पडणार नाही .

राष्ट्रे तुझी धार्मिकता पाहतील,  
सर्व राजे तुझे वैभव पाहतील,  
परमेश्वराच्या मुख्याने ठेवलेल्या नव्या नावाने  
तुला हाक मारितील .

तू परमेश्वराच्या हाती शोभायमान मुकूट,  
आपल्या देवाच्या हाती राजकिरीट होशील .

यापुढे तुला सोडिलेली म्हणणार नाहीत,  
यापुढे तुझ्या भूमीला वैराण म्हणणार नाहीत;  
तर तुला 'ती माझा आनंद' व तुझ्या भूमीला 'विवाहित' म्हणतील;  
कारण तू परमेश्वराला आनंद देणारी आहेस,  
तुझी भूमी सधवा होईल .

कारण तस्रण जसा कुमारीशी विवाह करितो,  
तशी तुझी मुले तुजशी विवाह करितील,

नवग जसा नवरी पाहून हर्षतो  
तसा तुझा देव तुला पाहून हर्षेल .

पिता, पुत्र आणि पवित्र आत्मा ह्यांचा गौरव असो,  
जसा प्रारंभी तसा आता आणि सदासर्वदा असो . आमेन .

**प्रतिगीत २ :** प्रभूने मला न्यायनीतीच्या आणि तारणाच्या वस्त्रांनी विभूषित केले आहे .

\*\*\*\*\*

**प्रतिगीत ३ :** माझ्या आयुष्याचे सर्व दिवस मी परमेश्वराचे स्तवन करीन .

**स्तोत्र १४६**

परमेश्वराचे स्तवन करा,  
हे माझ्या जिवा, परमेश्वराचे स्तवन कर .  
माझ्या जिवात जीव आहे  
तोवर मी परमेश्वराचे स्तवन करीन;  
मला अस्तित्व आहे तोपर्यंत मी माझ्या देवाचे स्तोत्र गाईन .

अधिपतींवर भरवसा ठेवू नका;  
मनुष्यांवर भरवसा ठेवू नका;  
त्याच्याकडून साहाय्य मिळणे शक्य नाही .  
त्याचा प्राण जातो,  
तो आपल्या मातीस पुऱ्हा मिळतो;  
त्याच वेळी त्यांच्या योजनांचा शेवट होतो .

ज्याच्या साहाय्याकरिता याकोवाचा देव आहे,  
ज्याची आशा आपला देव परमेश्वर ह्यावर आहे, तो धन्य .  
त्यानेच आकाश, पृथ्वी, समुद्र व त्यातील सर्वकाही निर्माण केले,  
तो सदा आपले सत्यवचन पाळितो .  
तो छललेल्यांचा न्यायनिवाडा करितो;  
भुक्लेल्यांना अन्न देतो . परमेश्वर बंदिवानास मोकळे करितो .

परमेश्वर आंधल्यांना दृष्टी देतो;  
परमेश्वर वाकलेल्यांना उभे करितो;  
परमेश्वर नीतिमानांवर प्रेम करितो .

परमेश्वर उपस्थांचे रक्षण करितो;  
अनाथ व विधवा ह्यांची दाद घेतो;  
**यंतु दुर्जनांचा मार्ग वेडावाकडा करितो .**

परमेश्वर सर्वकाळ राज्य करितो;  
हे सियोने, तुझा देव पिढ्यानपिढ्या राज्य करितो .  
परमेश्वराचे स्तवन करा .

पिता, पुत्र आणि पवित्र आत्मा ह्यांचा गौरव असो,  
जसा प्रारंभी तसा आता आणि सदासर्वदा असो . आमेन .

**प्रतिगीत ३ :** माझ्या आयुष्याचे सर्व दिवस मी परमेश्वराचे स्तवन करीन .

\*\*\*\*\*

### शास्त्रवाचन

अनुवाद ७:६, ८-९

कारण तू आपला देव परमेश्वर ह्याची पवित्र प्रजा आहेस . तू त्याची खास प्रजा व्हावे म्हणून साच्या पृथ्वीवरील राष्ट्रांतून तुझा देव परमेश्वर ह्याने तुला निवङ्ग घेतले आहे . पण परमेश्वराने तुम्हाला पराक्रमी हाताने दास्यगृहातून मिसर देशाचा राजा फारो ह्याच्या हातांतून सोडवून बाहेर आणिले ह्याचे कारण हेच की, तुमच्यावर त्याचे प्रेम आहे आणि तुमच्या पूर्वजांना त्याने जे शपथपूर्वक वचन दिले होते ते पूर्ण करण्याची त्याची इच्छा आहे . तेव्हा हे लक्षात घे की तुझा देव परमेश्वर हाच देव आहे . तो विश्वसनीय देव आहे . जे त्याच्यावर प्रेम करितात व त्याच्या आज्ञा पाळितात त्यांच्या हजारो पिढ्यांपर्यंत तो आपला करार पाळून त्यांच्यावर दया करितो .

### लघु प्रतिसाद

**प्रतिसाद:** तो पारध्याच्या फासापासून मला मुक्त करील .

**प्रतिसाद:** तो पारध्याच्या फासापासून मला मुक्त करील .

**चरण:** आणि दुष्ट शब्दापासून .

**प्रतिसाद:** तो पारध्याच्या फासापासून मला मुक्त करील .

**त्रैक्य सुती:** पिता, पुत्र आणि पवित्र आत्मा ह्यांचा गौरव असो .

**प्रतिसाद:** तो पारध्याच्या फासापासून मला मुक्त करील .

**जगच्याच्या स्तोत्राचे प्रतिगीतः** तुम्ही जेव्हा उपवास करता तेव्हा ढोंग्यांसारखे म्लानमुख होऊ नका .

**जगच्याचे स्तोत्र**

इस्त्राएलचा देव प्रभू धन्यवादित असो,  
कारण त्याने आपल्या लोकांची भेट घेऊन  
त्यांची ‘खंडणी भरून सुटका’ केली आहे;

आणि आपल्यासाठी त्याने आपला दास ‘दावीद’  
ह्याच्या घराण्यात ‘बलवान् उद्धारक प्रस्थापित केला आहे;  
हे त्याने युगाच्या प्रारंभापासून  
आपल्या पवित्र संदेष्यांच्या मुखाद्वारे सांगितले होते;

म्हणजे आपल्या ‘शत्रूंच्या’ व आपला ‘द्वेष करणाऱ्या’  
सर्वांच्या ‘हातून’ सुटका करावी;  
अशासाठी की, ‘आपल्या पूर्वजांवर’ त्याने ‘दया’ करावी.  
आणि त्याने ‘आपला’ पवित्र ‘करार’ म्हणजे जी शपथ  
आपला पूर्वज ‘अब्राहाम ह्याच्याशी त्याने वाहिली’, ती ‘स्मरावी’,

ती अशी की, तुम्ही आपल्या शत्रूंच्या हातून सुटून  
माझ्यासमोर पवित्रतेने व नीतीने  
आयुष्यभर माझी सेवा निर्भयपणे कराल, असे मी करीन .

आणि हे बाळका, तुला परात्पराचा संदेष्टा म्हणतील,  
कारण ‘प्रभूचे मार्ग सिद्ध करण्याकरिता तू त्याच्यापुढे’ चालशील ;

ह्यासाठी की, त्याच्या लोकांस त्यांच्या पापांच्या क्षमेने तारणाचा अनुभव द्यावा .  
आपल्या देवाच्या परम दयेने हे झाले आहे;  
तिच्या योगे उदयप्रकाश वरून आमच्याकडे येईल .

‘ह्यासाठी की, त्याने अंधारात व मृत्युच्छायेत बसलेल्यांना प्रकाश द्यावा’ ,  
आणि आमचे पाय शांतीच्या मार्गी लावावे .

पिता, पुत्र आणि पवित्र आत्मा ह्यांचा गौरव असो,  
जसा प्रारंभी तसा आता आणि सदासर्वदा असो . आमेन .

**जगच्याच्या स्तोत्राचे प्रतिगीतः** तुम्ही जेव्हा उपवास करता तेव्हा ढोंग्यांसारखे म्लानमुख होऊ नका .

## **मध्यस्थीच्या प्रार्थना**

**प्रतिसाद:** प्रभो, आम्हाला तुझा पवित्र आत्मा दे.

**आजपासून** आपण प्रायश्चित्तकाळाला सुरुवात करीत आहोत. ह्या कृपेच्या काळावद्दल आपण परमेश्वराला धन्यवाद देऊ या. त्याने आपली अंतःकरणे साफ करावीत आणि पवित्र आत्म्याद्वारे आपली प्रेमभावना बळकट करावी म्हणून आपण त्याच्याकडे प्रार्थना करू या. **प्रतिसाद:** प्रभो, आम्हाला तुझा पवित्र आत्मा दे.

**प्रभो,** तुझे वचन हे जीवन आहे. - तुझ्या मुखातील प्रत्येक वचनाने आमचे पोषण कर व आमचे जीवन समृद्ध बनव . **प्रतिसाद:** प्रभो, आम्हाला तुझा पवित्र आत्मा दे.

**प्रभू** येशूच्या जीवनाद्वारे तू आम्हाला प्रेमाचा मार्ग दाखविला आहेस. - आमच्या जीवनातील लहान मोठ्या प्रसंगी आम्हाला ह्या प्रेममार्गाने वाटचाल करण्यास शिकव . **प्रतिसाद:** प्रभो, आम्हाला तुझा पवित्र आत्मा दे.

**आम्हाला** आत्मत्याग करण्याची प्रेरणा दे. - आमच्या बांधवांना त्यांच्या गरजांत मदत करण्याची आम्हाला सुबुद्धी दे. **प्रतिसाद:** प्रभो, आम्हाला तुझा पवित्र आत्मा दे.

**तुझ्या** पुत्राचा मृत्यू आम्ही आमच्या शरीरात बाळगत आहोत ह्याची साक्ष आमच्या जीवनाद्वारे देण्यास आम्हाला सहाय्य कर. - कारण त्याच्या शरीराद्वारे तू आम्हाला जीवन दिलेले आहे. **प्रतिसाद:** प्रभो, आम्हाला तुझा पवित्र आत्मा दे.

**आमच्या स्वर्गीय वापा ...**

## **समारोपाची प्रार्थना:**

हे प्रभो, अनिष्टाविरुद्ध चाललेल्या आमच्या ह्या युद्धात आमचे संरक्षण कर. प्रायश्चित्तकाळात आम्ही आज प्रवेश करीत आहोत. स्वार्थत्यागी जीवन जगण्यास आम्हाला सहाय्य कर व हा प्रायश्चित्तकाळ पवित्र कर. ही प्रार्थना आम्ही, तुझ्यावरोवर पवित्र आत्म्याच्या ऐक्यात, सर्वकाळ जिवंत राहणारा व राज्य करणारा, एकच परमेश्वर, तुझा पुत्र, आमचा प्रभू येशू ग्रिस्त ह्याच्याद्वारे करतो .

## **समारोप विधी:**

प्रभू आम्हाला आशीर्वाद देवो, सर्व वाईटांपासून आम्हाला सुरक्षित ठेवो आणि आम्हाला सार्वकालिक जीवनाकडे नेवो .

**प्रतिसाद:** आमेन .

(धर्मपांतीय उपासना आयोग फा. गॅर्वर्ट डिसोजा ह्यांच्या अथक परिश्रमावद्दल तसेच महाय करणाऱ्या सर्वांचा ऋणी आहे.)