



Athmaraksha.org

ജപമാല

ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയ ജപമാല-Rosary



ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയ ജപമാല

(വെള്ളിയാഴ്ച ദിവസങ്ങളിലെ കുടുംബപ്രാർത്ഥനയിൽ തിരുഹൃദയജപമാലയുടെ ആഘോഷമായ ഈ ക്രമം ഉപേക്ഷിക്കുന്നത് അഭികാമ്യമായിരിക്കും).

പ്രാരംഭപ്രാർത്ഥന

അനന്ത നന്മസ്വരൂപനായിരിക്കുന്ന സർവ്വേശ്വരാ, കർത്താവേ, നിസ്സാരതം പാപികളുമായിരിക്കുന്ന ഞങ്ങൾ നിസ്സീമപ്രതാപവാനായ അങ്ങയുടെ സന്നിധിയിൽ പ്രാർത്ഥിക്കുവാൻ അയോഗ്യരാകുന്നു. എങ്കിലും അങ്ങയുടെ അനന്തമായ ദയയിൽ ശരണപ്പെട്ടുകൊണ്ട്, അങ്ങയുടെ പ്രിയസുതനും ഞങ്ങളുടെ കർത്താവുമായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയത്തിന്റെ സ്തുതിക്കായി ഈ ജപമാലയർപ്പിക്കുവാൻ ഞങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. ഈ അർപ്പണം ഭക്തിയോടും ശ്രദ്ധയോടും കൂടെ ചെയ്യുന്നതിനു കർത്താവേ, ഞങ്ങളെ സഹായിക്കണമേ.

മിശിഹായുടെ ദിവ്യാത്മാവേ

എന്നെ ശുദ്ധീകരിക്കണമേ

മിശിഹായുടെ തിരുശരീരമേ

എന്നെ രക്ഷിക്കണമേ

മിശിഹായുടെ തിരുരക്തമേ

എന്നെ ലഹരി പിടിപ്പിക്കണമേ

മിശിഹായുടെ തിരുവിലാവിലെ വെള്ളമേ

എന്നെ കഴുകേണമേ

മിശിഹായുടെ കഷ്ടാനുഭവമേ

എന്നെ ധൈര്യപ്പെടുത്തണമേ

നല്ല ഈശോയെ എന്റെ അപേക്ഷ കേൾക്കേണമേ

അങ്ങേ തിരുമുറിവുകളുടെ ഇടയിൽ

എന്നെ മറച്ചുകൊള്ളേണമേ

അങ്ങയിൽനിന്നും പിരിഞ്ഞുപോകുവാൻ

എന്നെ അനുവദിക്കരുതേ
ദുഷ്ടശത്രുക്കളിൽ നിന്ന്
എന്നെ കാത്തുകൊള്ളേണമേ
എന്റെ മരണനേരത്ത്
എന്നെ അങ്ങേപ്പക്കലേക്കു വിളിക്കണമേ

അങ്ങേ പരിശുദ്ധൻമാരോടുകൂടെ നിത്യമായി അങ്ങേ സ്തുതിക്കുന്നതിന് അങ്ങേ അടുക്കൽ വരുവാൻ എന്നോടു കൽപ്പിക്കണമേ. ഹൃദയ ശാന്തതയും എളിമയുമുള്ള ഈശോയെ എന്റെ ഹൃദയം അങ്ങേ ദിവ്യഹൃദയത്തിന് ഒത്തതാക്കിയരുളണമേ.

ഒന്നാം രഹസ്യം

മനുഷ്യരെ ഇത്രയധികം സ്നേഹിക്കുന്ന എന്റെ ഹൃദയം കണ്ടാലും! എന്നാൽ മനുഷ്യർ എന്നെ എത്ര തുച്ഛമായി മാത്രം സ്നേഹിക്കുന്നു എന്നു വി.മർഗ്ഗരീത്ത മറിയത്തോട് അരുളി ചെയ്ത ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയത്തെക്കുറിച്ച് നമുക്കു ധ്യാനിക്കാം. ഈശോയുടെ ഈ ആഹ്വാനം സ്വീകരിച്ചുകൊണ്ട് അവിടുത്തെ സ്നേഹത്തിൽ വളരുവാൻ വേണ്ട അനുഗ്രഹത്തിനായി നമുക്കു പ്രാർത്ഥിക്കാം.

ഓരോ ചെറിയ മണിക്ക്

ഈശോയുടെ മാധുര്യമുള്ള തിരുഹൃദയമേ!
അങ്ങ് എന്റെ സ്നേഹമായിരിക്കണമേ (10 പ്രാവശ്യം)
(ഓരോ ദശകത്തിന്റെയും അവസാനം)
മറിയത്തിന്റെ മാധുര്യമുള്ള ദിവ്യഹൃദയമേ!
എന്റെ രക്ഷയായിരിക്കണമേ.
ഹൃദയശാന്തതയും എളിമയുമുള്ള ഈശോയേ!
എന്റെ ഹൃദയം അങ്ങേ ദിവ്യഹൃദയത്തിന് ഒത്തതായിരിക്കണമേ

രണ്ടാം രഹസ്യം

എനിക്ക് ഈ ജനത്തോട് അനുഭവ തോന്നുന്നു എന്നരുളിച്ചെയ്യുകൊണ്ട് മനുഷ്യരോടുള്ള അനന്തമായ ദയയും കാരുണ്യവും കാണിച്ച ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയത്തെക്കുറിച്ച് നമുക്കു ധ്യാനിക്കാം. നമ്മുടെ സഹജീവികളോട് അനുഭവയുള്ളവരായി ജീവിക്കുവാൻ വേണ്ട അനുഗ്രഹത്തിനായി നമുക്കു പ്രാർത്ഥിക്കാം.

ഈശോയുടെ മാധുര്യമുള്ള തിരുഹൃദയമേ!
അങ്ങ് എന്റെ സ്നേഹമായിരിക്കണമേ (10 പ്രാവശ്യം)

മറിയത്തിന്റെ മാധുര്യമുള്ള ദിവ്യഹൃദയമേ!
എന്റെ രക്ഷയായിരിക്കണമേ.
ഹൃദയശാന്തതയും എളിമയുമുള്ള ഈശോയേ!
എന്റെ ഹൃദയം അങ്ങേ ദിവ്യഹൃദയത്തിന് ഒത്തതായിരിക്കണമേ

മൂന്നാം രഹസ്യം

അദ്ധ്യാനിക്കുന്നവരും ഭാരം ചുമക്കുന്നവരുമായ നിങ്ങൾ എല്ലാവരും എന്റെ അടുക്കൽ വരുവിൻ, ഞാൻ നിങ്ങളെ ആശ്വസിപ്പിക്കാം എന്നരുളിച്ചെയ്ത ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയത്തെക്കുറിച്ച് നമുക്കു ധ്യാനിക്കാം. മറ്റുള്ളവരുടെ ദുഃഖങ്ങളിൽ അവരെ ആശ്വസിപ്പിക്കാൻ വേണ്ട മനോഭാവം വളർത്തിയെടുക്കുവാനേവണ്ടി നമുക്കു പ്രാർത്ഥിക്കാം.

ഈശോയുടെ മാധുര്യമുള്ള തിരുഹൃദയമേ!
അങ്ങ് എന്റെ സ്നേഹമായിരിക്കണമേ (10 പ്രാവശ്യം)
മറിയത്തിന്റെ മാധുര്യമുള്ള ദിവ്യഹൃദയമേ!
എന്റെ രക്ഷയായിരിക്കണമേ.
ഹൃദയശാന്തതയും എളിമയുമുള്ള ഈശോയേ

എന്റെ ഹൃദയം അങ്ങേ ദിവ്യഹൃദയത്തിന് ഒത്തതായിരിക്കണമേ.

നാലാം രഹസ്യം

ഞാൻ വന്നിരിക്കുന്നത് നീതിമാൻമാരെ വിളിക്കാനല്ല. പാപികളെ പശ്ചാത്താപത്തിലേക്കു ക്ഷണിക്കാനാണ് എന്നുള്ളിചെയ്തു ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയത്തെക്കുറിച്ച് നമുക്കു ധ്യാനിക്കാം. പാപികളോടും കരുണകാണിക്കാനും അവരുടെ മാനസാന്തരത്തിനായി പ്രാർത്ഥിക്കാനും, പ്രവർത്തിക്കാനും വേണ്ട അനുഗ്രഹത്തിനായി നമുക്കു പ്രാർത്ഥിക്കാം.

ഈശോയുടെ മാധുര്യമുള്ള തിരുഹൃദയമേ!
അങ്ങ് എന്റെ സ്നേഹമായിരിക്കണമേ (10 പ്രാവശ്യം)
മറിയത്തിന്റെ മാധുര്യമുള്ള ദിവ്യഹൃദയമേ!
എന്റെ രക്ഷയായിരിക്കണമേ
ഹൃദയശാന്തതയും എളിമയുമുള്ള ഈശോയേ
എന്റെ ഹൃദയം അങ്ങേ ദിവ്യഹൃദയത്തിന് ഒത്തതായിരിക്കണമേ

അഞ്ചാം രഹസ്യം

പിതാവേ! ഇവർ ചെയ്യുന്നതെന്താണെന്ന് ഇവർ അറിയുന്നില്ല. ഇവരോട് ക്ഷമിക്കേണമേ എന്നു പ്രാർത്ഥിച്ച ഈശോയുടെ ദിവ്യഹൃദയത്തെക്കുറിച്ച് നമുക്കു ധ്യാനിക്കാം. നമ്മളോടു തെറ്റു ചെയ്യുന്നവരോടു ക്ഷമിക്കുവാൻ വേണ്ട കൃപാധരം ലഭിക്കുന്നതിനായി നമുക്കു പ്രാർത്ഥിക്കാം.

ഈശോയുടെ മാധുര്യമുള്ള തിരുഹൃദയമേ!
അങ്ങ് എന്റെ സ്നേഹമായിരിക്കണമേ (10 പ്രാവശ്യം)
മറിയത്തിന്റെ മാധുര്യമുള്ള ദിവ്യഹൃദയമേ!
എന്റെ രക്ഷയായിരിക്കണമേ
ഹൃദയശാന്തതയും എളിമയുമുള്ള ഈശോയേ
എന്റെ ഹൃദയം അങ്ങേ ദിവ്യഹൃദയത്തിന് ഒത്തതായിരിക്കണമേ.

കാഴ്ചവയ്പ്പ്

ഈശോയുടെ മാധുര്യമുള്ള തിരുഹൃദയമേ!,
ഞങ്ങളുടെ മേൽ അലിവുണ്ടായിരിക്കണമേ
അമലോത്ഭവമറിയത്തിന്റെ കറയില്ലാത്ത ദിവ്യഹൃദയമേ,
ഞങ്ങൾക്കുവേണ്ടി അപേക്ഷിക്കണമേ.
തിരുഹൃദയത്തിന്റെ നാഥേ ,
ഞങ്ങൾക്കുവേണ്ടി അപേക്ഷിക്കണമേ.
ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയം ,
എല്ലായിടത്തും സ്നേഹിക്കപ്പെട്ടു .
മരണവേദന അനുഭവിച്ച ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ!
മരിക്കുന്നവരുടെമേൽ കൃപയായിരിക്കണമേ

ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയ ലൃത്തിനിയ

കർത്താവേ അനുഗ്രഹിക്കണമേ
കർത്താവേ അനുഗ്രഹിക്കണമേ
മിശിഹായേ അനുഗ്രഹിക്കണമേ
മിശിഹായേ അനുഗ്രഹിക്കണമേ
മിശിഹായേ ഞങ്ങളുടെ പ്രാർത്ഥന കേൾക്കണമേ
മിശിഹായേ ഞങ്ങളുടെ പ്രാർത്ഥന കേൾക്കണമേ
മിശിഹായേ ഞങ്ങളുടെ പ്രാർത്ഥന കൈക്കൊള്ളണമേ

മിശിഹായേ ഞങ്ങളുടെ പ്രാർത്ഥന കൈക്കൊള്ളണമേ

ഞങ്ങളെ അനുഗ്രഹിക്കണമേ" എന്ന് ഏറ്റു ചൊല്ലുക

സ്വർഗ്ഗസ്ഥനായ പിതാവേ ദൈവമേ
 ഭൂലോകരക്ഷകനായ പുത്രനായ ദൈവമേ
 പരിശുദ്ധാത്മാവായ ദൈവമേ
 ഏകദൈവമായ പരിശുദ്ധ ത്രിത്വമേ
 നിത്യപിതാവിന്റെ തിരക്കുമാരനായ ഈശോയെ,
 ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 കന്യാമറിയത്തിന്റെ ഉദരത്തിൽ പരിശുദ്ധാരൂപിയാൽ ഉരുവാക്കപ്പെട്ട ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 ദൈവവചനത്തോടു കാതലായ വിധത്തിൽ ഒന്നിച്ചിരിക്കുന്ന ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 ദൈവത്തിന്റെ പരിശുദ്ധ ആലയമായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ,
 അത്യുന്നതന്റെ കൂടാരമായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 ദൈവഭവനവും മോക്ഷവാതിലുമായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 ജ്വലിച്ചെരിയുന്ന സ്നേഹാഗ്നിമൂലമായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ,
 നീതിയുടെയും സ്നേഹത്തിന്റെയും നിധിയായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 നന്മയും സ്നേഹവും നിറഞ്ഞ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ,
 സകല പുണ്യങ്ങളുടേയും ആഴമായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ,
 സകല പുകഴ്ചയും എത്രയുംയോഗ്യമായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ,
 സകലഹൃദയങ്ങൾക്കും അധിപനും കേന്ദ്രവുമായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 ജ്ഞാനത്തിന്റെയും അറിവിന്റെയും നിധിയൊക്കെയും ഉൾക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 ദൈവത്വത്തിൽ പൂർണ്ണതയൊക്കെയും വസിക്കുന്നതായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 നിത്യപിതാവിനു പ്രസാദിച്ചിരിക്കുന്നതായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 ഞങ്ങൾക്കെല്ലാവർക്കും സിദ്ധിച്ചിരിക്കുന്ന നന്മകളുടെ സമ്പൂർണ്ണ നിധിയായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 നിത്യപർവ്വതങ്ങളുടെ ആശയായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 ക്ഷമയും അധികദയയുമുള്ള ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 അങ്ങേ കൃപ അപേക്ഷിക്കുന്ന സകലരേയും ഐശ്വര്യപ്പെടുത്തുന്ന ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 ജീവന്റെയും വിശുദ്ധിയുടെയും ഉറവയായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 ഞങ്ങളുടെ പാപങ്ങൾക്കു പരിഹാരമായിരിക്കുന്ന ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 നിന്ദകളാൽ പൂരിതമായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 ഞങ്ങളുടെ അക്രമങ്ങൾ നിമിത്തം തകർന്ന ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 മരണത്തോളം കീഴ്വഴങ്ങിയ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 സകല ആശ്വാസങ്ങളുടെയും ഉറവയായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 ഞങ്ങളുടെ ജീവനും ഉയിർപ്പുമായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 ഞങ്ങളുടെ സമാധാനവും അനരജ്ഞനവുമായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 പാപങ്ങൾക്കു പരിഹാരബലിയായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 അങ്ങിൽ ആശ്രയിക്കുന്നവരുടെ ശരണമായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 അങ്ങിൽ മരിക്കുന്നവരുടെ ശരണമായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ
 സകല പുണ്യവാൻമാരുടെയും ആനന്ദമായ ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ

ലോകത്തിന്റെ പാപങ്ങൾ നീക്കുന്ന ദിവ്യകുഞ്ഞാടേ,
 കർത്താവേ, ഞങ്ങളുടെ പാപങ്ങൾ ക്ഷമിക്കേണമേ
 ലോകത്തിന്റെ പാപങ്ങൾ നീക്കുന്ന ദിവ്യകുഞ്ഞാടേ,
 കർത്താവേ, ഞങ്ങളുടെ പ്രാർത്ഥന കേൾക്കേണമേ,
 ലോകത്തിന്റെ പാപങ്ങൾ നീക്കുന്ന ദിവ്യകുഞ്ഞാടേ,
 കർത്താവേ, ഞങ്ങളെ അനുഗ്രഹിക്കേണമേ
 ഹൃദയശാന്തതയും എളിമയുമുള്ള ഈശോയേ,
 ഞങ്ങളുടെ ഹൃദയങ്ങൾ അങ്ങയുടെ തിരുഹൃദയത്തിന് അനുയോജ്യമാക്കേണമേ

