

# Kalyan Lantern

MAHBIL/2015/63218 | MNE/353/2018-20 | MR/Tech/WPP-323/NE/2018

APRIL - MAY 2018

Vol. 03 | Issue 10 | MUMBAI | 36 Pages | Price: ₹10/-

കളിവുകാവ  
ചിന്തകൾ







**TRINITY**  
WORLD HOLIDAYS

# The Mountains are calling

Let us help you plan  
your summer getaway  
in Himachal.

6 Nights / 7 Days  
2 N Shimla, 3 N Manali,  
1 N Chandigarh

Tour cost  
**₹.16,999/- PP**

**JUMBO DISCOUNT**  
Book 60 days  
prior and  
avail Attractive  
Discounts

\*Sightseeing by Private AC Car, Breakfast & dinner  
Ex Delhi / Chandigarh  
Valid from **01 April** to **15 July**

Toll free **1800 266 9599** | [www.trinityairtravel.com](http://www.trinityairtravel.com)

35 years of excellence | Sister concern of "Trinity Air Travel & Tours Pvt Ltd"

Trinity World Holidays Pvt Ltd, 401, Kumar Plaza, Kurla-Kalina Road, Santacruz (E), Mumbai-29.  
+91 22 66847792 / 93 | India Offices: Mumbai / Pune Delhi/ Kerala / Bangalore

\*Conditions Apply



# സൗഹൃദങ്ങൾ പുതുക്കാം

സൗഹൃദം..... എപ്പോഴും വറ്റാത്ത സ്നേഹത്തിന്റെ നീരുറവയാണ്! അത് കൊടുക്കാനും പകരാനും കഴിയുക എന്നത് ജീവിതസൗഭാഗ്യവും....

അവധികാലങ്ങൾ എന്നും സൗഹൃദങ്ങൾ പുതുക്കാൻ ഉതകുന്നവയാണ്. എന്റെ അവധികാലങ്ങൾ എത്രയോ നല്ല സ്മരണകൾ എനിക്കു നൽകുന്നു. കേരളത്തിന്മേൽ നാട്ടിൽപ്പുറങ്ങളിൽ പാടത്തും, പറമ്പിലും പുഴയോരങ്ങളിലും ഉല്ലാസ പരവകളെപ്പോലെ പാറി നടന്ന കാലം. സ്വാർത്ഥതയുടെ മതിൽകെട്ടുകൾ പൊളിച്ചുകളഞ്ഞ് സൗഹൃദങ്ങൾക്കും, സ്നേഹത്തിനും, സാഹോദര്യങ്ങൾക്കും ഊന്നൽ നൽകിയിരുന്ന ഒഴിവുകാലങ്ങൾ.

എന്നാൽ ഇന്നിന്റെ മക്കൾ.....

സ്വാർത്ഥതയുടെ ചുവരുകൾ കെട്ടിയുയർത്തി, സ്വാർത്ഥനായി, അവനവൻ തീർക്കുന്ന ഒറ്റയടിപാതയിലൂടെ, ആധുനികതയുടെ മുഖമണിഞ്ഞ്, വിതൃസ്തനായി ജീവിക്കാൻ പഠിച്ചിരിക്കുന്നു. അവിടെ സംസാരങ്ങളോ, പങ്കുവയ്ക്കലോ, സൗഹൃദങ്ങളോ ഇല്ല. പുഞ്ചിരിക്കാൻ പോലും ഇന്ന് മറന്നുപോയിരിക്കുന്നു.

ആരാണ് ഇതിന് ഉത്തരവാദികൾ... നാം തന്നെ യല്ലേ... അതോ, നമ്മുടെ ആധുനികജീവിത സാഹചര്യങ്ങളോ...?

നമുക്ക് നമ്മുടെ പഴയകാലങ്ങളിലേക്ക് യാത്ര ചെയ്തു കൂടെ. വളർന്നു വരുന്ന തലമുറയ്ക്ക്, സൗഹൃദങ്ങളുടെ മഹത്വം പങ്കുവെച്ചുകൂടെ. ഈ

വേനൽ അവധി, നമ്മുടെയൊക്കെ നാട്ടിൽപ്പുറങ്ങളിൽ ചെന്ന്, സ്വന്തപ്പെട്ടവരേയും, ബന്ധപ്പെട്ടവരേയും പഴയ കൂട്ടുകാരേയും സന്ദർശിക്കാം. പഴയ ഓർമ്മകളെ തട്ടിയുണർത്തി, പുത്തൻ ഉണർവിന്റേയും, സൗഹൃദങ്ങളുടേയും, പുഞ്ചിരിയുടേയും ലോകത്തിലേക്ക് നമ്മുക്ക് സഞ്ചരിക്കാം.

ഈ അവധിക്കാലം ഏവർക്കും സന്തോഷത്തിന്റേയും സൗഹൃദങ്ങളുടേയും ദിനങ്ങളാകട്ടെ....



## Kalyan Lantern

YOUR WORD IS A LAMP TO MY FEET AND A LIGHT TO MY PATH

**MARCH 2018**

**Vol. 03 | Issue 09**

### PATRON

Bishop Mar Thomas Elavanan

### CHAIRMAN

Msgr. Emmanuel Kadankavil

### CHIEF EDITOR

Fr. Biju Mannamcheril

### ASSOCIATE EDITOR

Fr. Shaiju Augustine Kattayath

### EDITORIAL BOARD

Fr. Benny Thanninikumthadathil

Fr. Lijo Velliyamkandathil

Fr. Raphael Ainickal

Mrs. Rosily Thomas

Mr. Biju Dominic

Dr. C.P. Johnson

Mr. Roy Kottaram

Mr. Babu Mathew

Mr. Joseph John Chittilapilly

### MARKETING MANAGERS

Fr. Sebastian Mudakkalil

Mr. Roy Philip

### CIRCULATION MANAGER

Fr. Sinto Enanickal

### OFFICE SECRETARY

Mr. Joseph Chiramal

### DESIGN & PAGE LAYOUT

Mr. Josemon Vazhayil

Diocese of Kalyan, Plot No. B/38, PB. No. 8434, IIT P.O., Powai, Mumbai, Maharashtra, India - 400076.  
Tel. (+91) (022) 2578 5515, 2578 2385 | E-mail: kalyanlantern@gmail.com  
Website: www.kalyandiocese.com | Matrimonial: www.godsownchoice.com

# REST FOR THE POWER TO BALANCE YOUR LIFE

**W**orkaholism is said to be a 21st century addiction. Of course we need to work; it enables us to fulfil our individual needs and aspirations, and our collective work helps humankind advance to a better way of life. But if we feel compelled to work all the time; if work is not accompanied by rest; we will get stressed out, we risk becoming physical and emotional wrecks, and could end up with broken relationships.





People once worked in order to live; they seem to live to work now. Our work has become our identity; the measure of our worth. Thanks to technology that has made everything 'here and now', we are always 'switched-on'. There's never enough time in the day as we're constantly juggling our responsibilities to our employers, our families, our society, our church. Our 'busyness' has become as automatic as breathing. Worse; we worry that if we aren't always working, we're doing something wrong, or we'll be left behind. This kind of behaviour is not confined to any gender or occupation. The stress it generates is toxic.

The body's sympathetic nervous system triggers a 'fight or flight' response to help us cope with sporadic instances of stress. However, according to the American Psychological Association, when this stress becomes chronic, it can affect the immune, cardiovascular, neuroendocrine and central nervous systems and cause brain changes that contribute to anxiety, depression and addictions.

But the body also has a parasympathetic nervous system that restores it to a state of calm; and allows it to 'rest and digest'. This happens when we indulge in relaxing activities.

Rest should have a two-point focus – getting some 'Me' time and getting some 'Family' time.

Sleep is the most obvious and effective form of rest. But other forms of relaxation, which release feel-good hormones, are equally important. These could be meditating, taking a walk, exercising, swimming, dancing, cooking, painting, playing with a child or pet, praying, hanging out with friends. We can incorporate these into our daily life; have bursts of work intertwined with bouts of relaxation; or make time before or after work, or on the weekends. It is also important to have longer periods of rest from time to time, such as a vacation or a sabbatical, to recharge our batteries and connect with our inner selves and change

direction if needed.

Often our excuse for a fixation with work is that we're slaving away not for ourselves, but for our loved ones; to give them comfortable, high-quality lives. But we if don't spend time with these loved ones, our family life will suffer. We should make it a habit to do small,

“

Vacations taken together will foster strong ties, especially if we can include time to visit grandparents and relatives. We will build invaluable, loving memories to cherish as we grow older.



relaxing things together with our families – eat together, watch a movie, repair something broken, play games, read a book, have a sing-song, pray. Our family members will feel loved and cherished. Our children will feel secure because we are involved in their lives and that



in turn will help them develop into confident adults. We can keep an eye on the values our children are growing up with; can give them the emotional and spiritual guidance they need; bring them back on track if they go astray. Vacations taken together will foster strong ties, especially if we can include time to visit grandparents and relatives. We will build invaluable, loving memories to cherish as we grow older.

Alex Soojung-Kim Pang, author of the bestseller *Rest: Why You Get More Done When You Work Less*, makes the case that rest, in the form of restorative activities that give us a complete break from our normal work, is crucial to improved productivity and creativity. Our relaxed minds work subconsciously, rebooting, organising our learnings and our memories, and developing bits and pieces for ideas that will pop up as 'Aha!' moments when we get back to work. He says Work and Rest are partners, not competitors.

William Henry Davies was spot on when he

wrote in his famous poem *Leisure* - "A poor life this if, full of care, we have no time to stand and stare". So let's not feel guilty about taking rest. Remember; on the seventh day, even God rested.

#### TO RECAP:

- Rest is good for our physical and mental health.
- Rest refreshes and refuels us, it prevents burnout.
- Rest recharges and deepens our family and social relationships.
- Rest makes us more productive and creative at work.
- Rest helps us retain learnings and create memories.
- Rest helps us connect with our inner selves, and with God.



# ss \_\_\_\_\_ nf pw hnr i ah pw



**മ**നുഷ്യന്റെ അടിസ്ഥാനപരമായ ആവശ്യങ്ങളിൽ ഒന്നാണ് വിശ്രമം. ഒരു ദിവസത്തിന്റെ നല്ലൊരു ഭാഗം നാം വിശ്രമിക്കാറുണ്ട്. ആഴ്ചയിൽ ഒരു ദിവസമെങ്കിലും വിശ്രമത്തിനായി മാറ്റി വയ്ക്കുന്ന പതിവ് നമ്മുടെ സമൂഹത്തിലുണ്ട്. ചിലർ, വർഷത്തിൽ ഏതാനും ആഴ്ചകൾ വിശ്രമത്തിനായി മാറ്റിവയ്ക്കാറുണ്ട്. മനുഷ്യൻ വിശ്രമം അനിവാര്യമാണ്. അധ്വാനവും, വിശ്രമവും, ദൈവം മനുഷ്യനു നൽകിയ കഴിവുകളെ അതിന്റെ പൂർണ്ണതയിൽ ഉപയോഗിക്കുവാൻ സഹായിക്കും.

**ദൈവം വിശ്രമിച്ചു! ദൈവത്തിന് വിശ്രമം അനിവാര്യമോ?**

ബൈബിളിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ വിശ്രമത്തെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുമ്പോൾ സ്വഭാവികമായും നമ്മുടെ മനസ്സിൽ ആദ്യമായി കടന്നു വരുന്ന ചിത്രം, ആദ്യ ദിവസങ്ങളിലായുള്ള സൃഷ്ടികർമ്മങ്ങൾക്കു ശേഷം ഏഴാം ദിവസം വിശ്രമിക്കുന്ന ദൈവത്തിന്റേതാണ്. അതോടൊപ്പം ചില ചോദ്യങ്ങളും ഉയരുന്നു. ദൈവത്തിന് വിശ്രമം ആവശ്യമുണ്ടോ? എന്തിന് വിശ്രമിച്ചു?

സർവ്വശക്തനും സർവ്വവ്യാപിയുമായ ദൈവത്തിന് വിശ്രമത്തിന്റെ ആവശ്യമില്ല. ദൈവം വിശ്രമിച്ചു എന്നു പറയുന്നത്, ക്ഷീണിതനായതുകൊണ്ടോ അവശനായതുകൊണ്ടോ അല്ല. “കർത്താവ് നിത്യനായ ദൈവവും ഭൂമി മുഴുവന്റേയും സ്രഷ്ടാവുമാണ് അവിടുന്ന് ക്ഷീണിക്കുകയോ തളരുകയോ ഇല്ല” (ഏശയാ 40:28).

ബൈബിൾ പാരമ്പര്യത്തിൽ, അതായത് യഹൂദ പാരമ്പര്യത്തിൽ ആഴ്ചയുടെ ഏഴാം ദിവസം പ്രാർത്ഥനാദിനമാണ്, വിശ്രമദിനമാണ്. ആഴ്ചയുടെ ഏഴാം ദിവസം കർത്താവിന്റെ ദിനമായിരിക്കണം, വിശ്രമദിനമായിരിക്കണം എന്നത് ദൈവം മോശ വഴി നൽകിയ പത്തു പ്രമാണങ്ങളിൽ ഒന്നാണ്. ഈ ദൈവകല്പിതമായ ആചരണം മനുഷ്യകുലത്തിന്റെ ആരംഭം മുതലേ സ്ഥാപിതമാണ് എന്ന് മനുഷ്യനെ ചിന്തിപ്പിക്കുവാൻ ഉൽപത്തി ഗ്രന്ഥകാരൻ ആറു ദിവസങ്ങൾ കൊണ്ട് സകലത്തിനെയും സൃഷ്ടിച്ച്, ഏഴാം ദിവസം വിശ്രമിക്കുന്ന ദൈവത്തെ അവതരിപ്പിക്കുന്നു.

#### അദ്ധ്യാനവും വിശ്രമവും

ഉൽപത്തി 1:23 ൽ നിങ്ങൾ ഭൂമിയെ കീഴടക്കുവിൻ എന്ന് പറഞ്ഞ് മനുഷ്യനെ ദൈവം അനുഗ്രഹിക്കുന്നതായി നാം കാണുന്നു. അദ്ധ്യാനം എന്നത് ദൈവം മനുഷ്യന്റെ ജീവിതത്തിൽ നൽകിയ ഒരു

നിക്കുവാൻ കഴിയുക എന്നത് അനുഗ്രഹമാണ്.

അദ്ധ്യാനത്തോടൊപ്പം മനുഷ്യന് വിശ്രമവും അനിവാര്യമാണ്. വിശ്രമ രഹിതമായ അദ്ധ്യാനം ആപത്കരമാണ്. വിശ്രമം ഒരു ആശ്വാസമാണ്, ഉന്മേഷം വീണ്ടെടുക്കുവാനുള്ള അവസരമാണ്. അതോടൊപ്പം തന്റെ അദ്ധ്യാനത്തെ, നോക്കിക്കാണാനും അതിനെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുവാനും വിലയിരുത്തുവാനുമുള്ള അവസരമാണ്. ദൈവം ഇപ്രകാരം തന്റെ പ്രവൃത്തിയെ വിലയിരുത്തുന്നതായി നാം ബൈബിളിൽ കാണുന്നുണ്ട്. “താൻ സൃഷ്ടിച്ചതെല്ലാം നന്നായിരിക്കുന്നുവെന്ന് കണ്ടു”. (ഉൽപത്തി 1 : 31)

#### സാബത്തു വിശ്രമം : ദൈവ മനുഷ്യ ബന്ധത്തെ സുദൃഢമാക്കാനുള്ള ദിവസം

ആഴ്ചയുടെ ഏഴാം ദിവസം സാബത്താണ്, പരിശുദ്ധമായി ആചരിക്കണം എന്ന് മോശ വഴി ദൈവം തന്റെ ജനത്തോട് കല്പിക്കുന്നതായി (പുറപ്പാട് 20:10-11) നാം ബൈബിളിൽ കാണുന്നുണ്ട്. ലേവ്യരുടെ പുസ്തകം 33-ാം അദ്ധ്യായം ദൈവം ഇസ്രായേൽ ജനത്തിന് നൽകിയ തിരുനാളുകളെക്കുറിച്ചും അതിനോടനുബന്ധിച്ചുള്ള വിശ്രമദിനങ്ങളെക്കുറിച്ചും പ്രതിപാദിക്കുന്നുണ്ട്. ഓരോ തിരുനാളുകളിലും ദൈവം തന്റെ ജനത്തോട് അദ്ധ്യാനത്തിൽ നിന്ന് വിരമിക്കുവാനും വിശ്രമിക്കാനും ആവശ്യ



“

ബൈബിളിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ വിശ്രമത്തെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുമ്പോൾ ആറ് ദിവസങ്ങളിലായുള്ള സൃഷ്ടി കർമ്മങ്ങൾക്കുശേഷം ഏഴാം ദിവസം വിശ്രമിക്കുന്ന ദൈവം. അതോടൊപ്പം ചില ചോദ്യങ്ങളും ഉയരുന്നു. ദൈവത്തിന് വിശ്രമം ആവശ്യമുണ്ടോ? എന്തിന് വിശ്രമിച്ചു?

അവശ്യഘടകമാണ് എന്നാണ് ഈ വചനത്തിലൂടെ നാം മനസ്സിലാക്കേണ്ടത്. മനുഷ്യൻ ഭൂമിയെ കീഴടക്കുന്നതിന്റെ ഭാഗമാണ് അവന്റെ അദ്ധ്യാനം. സാഹചര്യങ്ങളെ സുഗമവും സുഖകരവുമാക്കുവാനുള്ള ക്രിയാത്മകവും ഗുണകരവുമായ പ്രവൃത്തിയാണ് അദ്ധ്യാനം. സ്രഷ്ടാവിന്റെ ഛായയും സാദൃശ്യവും എന്ന നിലയിൽ മനുഷ്യൻ അദ്ധ്യാനം വഴിയായി ദൈവത്തിന്റെ സൃഷ്ടികർമ്മത്തിൽ പങ്കുചേരുന്നു. അതിനാൽ തന്നെ അദ്ധ്യാനം ഭാരമല്ല, മറിച്ച് അദ്ധ്യാ

പ്നെന്നുണ്ട്. ഈ വിശ്രമങ്ങൾ ശാരീരിക ആശ്വാസം നൽകുന്നതോടൊപ്പം ജനത്തിന് ദൈവാനുഗ്രഹങ്ങളെ ഓർക്കാനും ദൈവത്തോടുള്ള ബന്ധം സുദൃഢമാക്കുവാനുമുള്ള അവസരമായിരുന്നു.

#### സാബത്ത് വിശ്രമവും യേശുവും

സാബത്ത് ദിവസം എന്തു ചെയ്യരുത് എന്ന് പഴയ നിയമഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ പ്രതിപാദിക്കുമ്പോൾ, എന്തു ചെയ്യരുത് എന്നതിലുപരി എന്തു ചെയ്യണം എന്ന



തിലേയ്ക്കാണ് ഈശോ ശ്രദ്ധയാകർഷിക്കുന്നത്. സാബത്തിന് ഈശോ പുതിയൊരർത്ഥം നൽകുന്നു. ഈശോയുടെ അഭിപ്രായത്തിൽ സാബത്തു ദിനം ശാരീരിക വിശ്രമത്തോടൊപ്പം ദയയും കരുണയും കാണിക്കുന്നതായിരിക്കണം. ചുരുക്കത്തിൽ മനുഷ്യന്റെ മനസ്സിന് സൗഖ്യവും ആത്മാവിന് പ്രത്യാശയും ശരീരത്തിന് ഊർജ്ജവും നൽകുന്നതായിരിക്കണം.

### വിശ്രമം : ശാരീരികവും മാനസികവും ആത്മീയവും

പൂർണ്ണമനുഷ്യനും പൂർണ്ണ ദൈവവുമായ ഈശോ തന്റെ പരസ്യജീവിതകാല പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കിടയിൽ വിശ്രമിക്കുന്നതായി നാം കാണുന്നു. തന്റെ ശിഷ്യരും വിശ്രമിക്കുന്നു എന്നതിൽ ഉറപ്പു വരുത്തിയിരുന്നു. ഒരിക്കൽ ധാരാളം ആളുകൾ വരുകയും പോവുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ ഭക്ഷണം കഴിയ്ക്കാൻ പോലും ഒഴിവു കിട്ടാതിരുന്നപ്പോൾ



ഈശോ തന്റെ ശിഷ്യരോട് പറയുന്നുണ്ട്. “നിങ്ങൾ ഒരു വിജനസ്ഥലത്തേക്ക് വരുവിൻ നമുക്കെല്ലാം വിശ്രമിക്കാം” (മർക്കോസ് 6:31). ഈശോ തന്റെ ശിഷ്യന്മാർക്കൊപ്പം ആയിരിക്കുവാനും അവർക്ക് ഈശോയെക്കാപ്പം ആയിരിക്കുവാനും സാധിക്കത്തക്ക രീതിയിൽ ഒരു വിജനമായ സ്ഥലത്തേക്ക് അവരെ കൊണ്ടുപോയി അവിടെ വിശ്രമിക്കുന്നു. ഈ തിരുവചനം ഏതു തരത്തിലുള്ള വിശ്രമമാണ് നമുക്ക് വേണ്ടത് എന്ന് സൂചന നൽകുന്നു. ദൈവത്തിന് പൂർണ്ണമായി സമർപ്പിച്ച് അവിടുത്തിൽ പ്രത്യാശയർപ്പിച്ച് അവിടുത്തോടൊപ്പം ആയിരിക്കുക, വിശ്രമിക്കുക.

നാം വിശ്രമിക്കുവാനായി കിടക്കയിൽ വളരെ സമയം ചിലവഴിക്കുന്നവരാണ്. പക്ഷെ രാവിലെ എഴുന്നേൽക്കുമ്പോൾ പലപ്പോഴും കിടക്കാൻ പോയതിനേക്കാളും അവശരായി നാം എഴുന്നേൽക്കുന്ന ദിവസങ്ങൾ ഉണ്ട്. നമ്മൾ കിടക്കയിൽ ആയിരുന്നപ്പോൾ നമ്മുടെ ശരീരം വിശ്രമിച്ചിട്ടുണ്ടാവും പക്ഷെ മനസ്സ്

വിശ്രമിച്ചിട്ടുണ്ടാവില്ല. ആകുലതകളും, ഉത്കണ്ഠകളും, നമ്മുടെ മുമ്പിലുള്ള വെല്ലുവിളികളും, പാപങ്ങളും, നമ്മുടെ ഭയങ്ങളുമൊന്നും ശാരീരിക വിശ്രമത്തിലൂടെ മാറുന്നവയല്ല. ശരിയായ വിശ്രമം എന്നു പറയുന്നത് ശരീരത്തിന് മാത്രം ലഭിക്കേണ്ടതല്ല, നമ്മുടെ മനസ്സിനും ആത്മാവിനും കൂടി ലഭിക്കേണ്ടതാണ്. ഇത്തരത്തിലുള്ള ഒരു വിശ്രമത്തിലേയ്ക്കാണ് ഈശോ നമ്മെ ക്ഷണിക്കുന്നത്.

“അദ്ധ്വാനിക്കുന്നവരും ഭാരം വഹിക്കുന്നവരുമായ നിങ്ങളെല്ലാവരും എന്റെ അടുക്കൽ വരുവിൻ, ഞാൻ നിങ്ങളെ ആശ്വസിപ്പിക്കാം” (മത്തായി 11 : 8). നമ്മുടെ മുമ്പോട്ടുള്ള വഴികൾ അടഞ്ഞിരിക്കുമ്പോൾ, ഒന്നും ചെയ്യാനാവാത്തവിധം തകർന്നിരിക്കുമ്പോൾ ദൈവത്തിങ്കലേക്ക് ചെല്ലുക, അവിടുന്ന് തന്റെ സമൃദ്ധിയിൽ നിന്ന് നൽകി നമ്മെ ആശ്വസിപ്പിക്കും.

വിശ്രമം എന്നു പറയുന്നത് പൂർണ്ണമായ ഉണർവ് നൽകുന്ന ഒരു അനുഭവമാണ്. ഈ അനുഭവം ഉണ്ടാവുക നമ്മുടെ കർത്താവിൽ ആശ്രയം വച്ച് നമ്മെ തന്നെ പൂർണ്ണമായി അവിടുത്തേക്ക് സമർപ്പിക്കുമ്പോഴാണ്. ഇങ്ങനെയുള്ള സമർപ്പണ മനോഭാവത്തോടെ നാം ക്രിസ്തുവിന്റെ സാന്നിധ്യത്തിൽ ജീവിക്കുന്നത് അർത്ഥവും ആത്മാവിന് ആശ്വാസവും കണ്ടെത്തുമ്പോഴാണ് യഥാർത്ഥ വിശ്രമാനുഭവത്തിലേയ്ക്ക് നമ്മൾ എത്തിച്ചേരുക.

ഏഴയ്ക്കു പ്രവാചകനിലൂടെ ദൈവം പറയുന്നുണ്ട്. ബലഹീനതകൾ ഏറ്റെടുക്കുവാനും രോഗങ്ങൾ സുഖപ്പെടുത്തുവാനും ഒരു രക്ഷകൻ വരുമെന്ന്. പ്രവചനത്തിന്റെ പൂർത്തീകരണമായി യേശു വന്നു. യേശുവിന്റെ പരസ്യജീവിതത്തിൽ തന്റെ അടുക്കൽ വരുന്നവർക്ക് ബലഹീനതകളിൽ നിന്നും രോഗങ്ങളിൽ നിന്നും പാപങ്ങളിൽ നിന്നും മൊക്കെ സൗഖ്യം നൽകി വിശ്രമം നൽകുന്നതായി നാം കാണുന്നു. അതുകൊണ്ട് പരിപൂർണ്ണ വിശ്രമത്തിന്, ശാരീരികവും മാനസികവും ആത്മീയവുമായ വിശ്രമത്തിന് ദൈവത്തിങ്കലേയ്ക്ക് തിരിയുക.

കിടക്കയല്ല, മറിച്ച് ദൈവത്തിന്റെ കരങ്ങളാണ് നമുക്ക് വിശ്രമം നൽകുന്നത്. അതുകൊണ്ട് പൂർണ്ണമായും നമ്മെതന്നെ ദൈവത്തിന് സമർപ്പിക്കുക. നാം എവിടെ ആയിരിക്കാമെന്ന് എന്തു ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുകയായിരുന്നെങ്കിലും, ഓരോ നിമിഷവും ദൈവത്തിങ്കലേയ്ക്ക് തിരിയുക, നമ്മുടെ ശാരീരികവും മാനസികവും ആത്മീയവുമായ വിഷമങ്ങൾ ദൈവത്തിന് സമർപ്പിക്കുക, ദൈവത്തിന്റെ കരങ്ങളിൽ വിശ്രമിക്കുക.

# NINE AMAZING IDEAS FOR

## SUMMER VACATION

Vacation is a time of fun and creative learning. Kalyan Lantern presents 9 amazing ideas. Come on! Let's make this vacation unique and different!

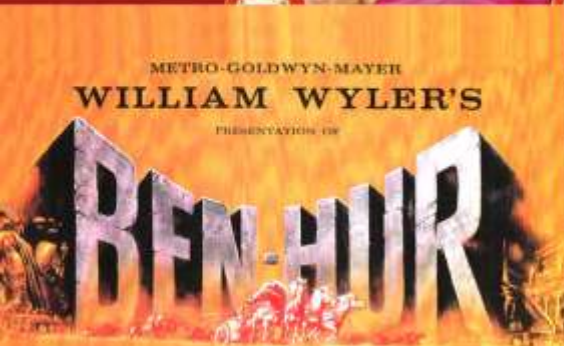
## 12 Catholic SHRINES to Visit in Maharashtra

1. Shrine of Don Bosco's Madonna, Matunga, Mumbai
2. St Michael's Church, Mahim, Mumbai City
3. Mount Mary Church, Bandra, Mumbai Suburban
4. Infant Jesus Shrine, Nashik Road, Nashik District
5. Shrine of Our Lady of Remedies, Vasai, Palghar
6. St Gonsalo Garcia Church, Vasai, Palghar District
7. St Alphonsa Church, Kalewadi, Pune District
8. St Anthony Shrine, Camp, Pune District
9. Shrine of Our Lady of Fatima, Karjat, Raigad District
10. Mother of Victory Shrine, Tikujiniwadi, Thane District
11. Our Lady of Vailankanni Shrine, Uttan, Thane District
12. St Thomas Cathedral, Kalyan, Thane District

For details of the churches and shrines to visit in Kerala, visit: <http://kalyandiocese.com/wp-content/uploads/2018/03/Lantern-April-2016-Final.pdf>







## 10 MOVIES WITH CHRISTIAN THEME

Christian idelas have greatly influenced cinema & literature everywhere. Kalyan Lantern suggests 10 phenomenal movies with Christian theme. Watch & Enjoy!

1. The Chronicles of Narnia (2005, 2008, 2010)
2. The Lord of the Rings (2001, 2002, 2003)
3. The Encounter (2011)
4. The Case For Christ (2017)
5. The Mission (1986)
6. Facing the Giants (2006)
7. God's Not Dead (2014)
8. Ben-Hur (1959)
9. Pranchiattan and the Saint (2010)
10. Munthirivallikal Thalirkkumbol (2017)





## 12 Local GAMES to Play while in Kerala

1. 7 stones/tiles
2. Eerkkil vettu
3. Eru/olapanthu
4. Goli (marbles)
5. Kallanum policum
6. Kavidi
7. Kuttyum Kolum
8. Maas
9. Njondi thodeel
10. Olichu kali (Hide & seek)
11. Pambaram
12. Vattu kali



## 12 Local FRUITS to Taste while in Kerala



1. Aatha chakka
2. Arinellikka
3. Cashew fruit
4. Chaambakka
5. Jack fruit
6. Kambili (Babloos) naaranga
7. Loobikka
8. Mango (local varieties like moovaandan, prior, kilichundan, neelan, etc.)
9. Njaaval pazham
10. Passion fruit
11. Rambutan
12. Star fruit (Chathurapuli)





## 24 Local SNACKS to Eat while in Kerala

- |                     |                                 |                    |
|---------------------|---------------------------------|--------------------|
| 1. Achappam         | 2. Ada                          | 3. Ayinaas (Kaaja) |
| 4. Avil vilayichath | 5. Avilosunda                   | 6. Bonda           |
| 7. Chakka varatti   | 8. Kappa & Meen curry           | 9. Kinnathappam    |
| 10. Kokku vada      | 11. Kozhukotta                  | 12. Kuzhalappam    |
| 13. Madhura seva    | 14. Mutta churul                | 15. Mutta appam    |
| 16. Neyyappam       | 17. Noolappam (Idiappam)        | 18. Pappada vada   |
| 19. Parippu vada    | 20. Pazham pori (Ethakka appam) | 21. Puttu & Kadala |
| 22. Sukhiyan        | 23. Undampori                   | 24. Vattayappam    |

## 10 Great Catholic Personalities

1. ST. FRANCIS: The Reformer
2. ST. THOMAS AQUINAS : The Theologian
3. BL. JOHN HENRY NEWMAN : The Convert
4. ST. CATHERINE of SIENA : The Mystic
5. G.K. CHESTERTON : The Evangelist
6. ST. BENEDICT : The Monk
7. MICHELANGELO : The Artist
8. ST. AUGUSTINE : The Teacher
9. St. Teresa of Calcutta : The Saint of Darkness
10. FLANNERY O'CONNOR : The Storyteller

## 10 YouTube Channels

1. Catholic Answers
2. FOCUS - Fellowship of Catholic University Students
3. Bishop Robert Barron
4. Ascension Presents
5. Steubenville Youth Conferences
6. 10 Reasons Why We Love Being Catholic
7. The Catholic Apologist
8. New Catholic Generation
9. Catholic Words
10. Cathlete4Christ



# 12 Fascinating THINGS to Do at Home in Kerala

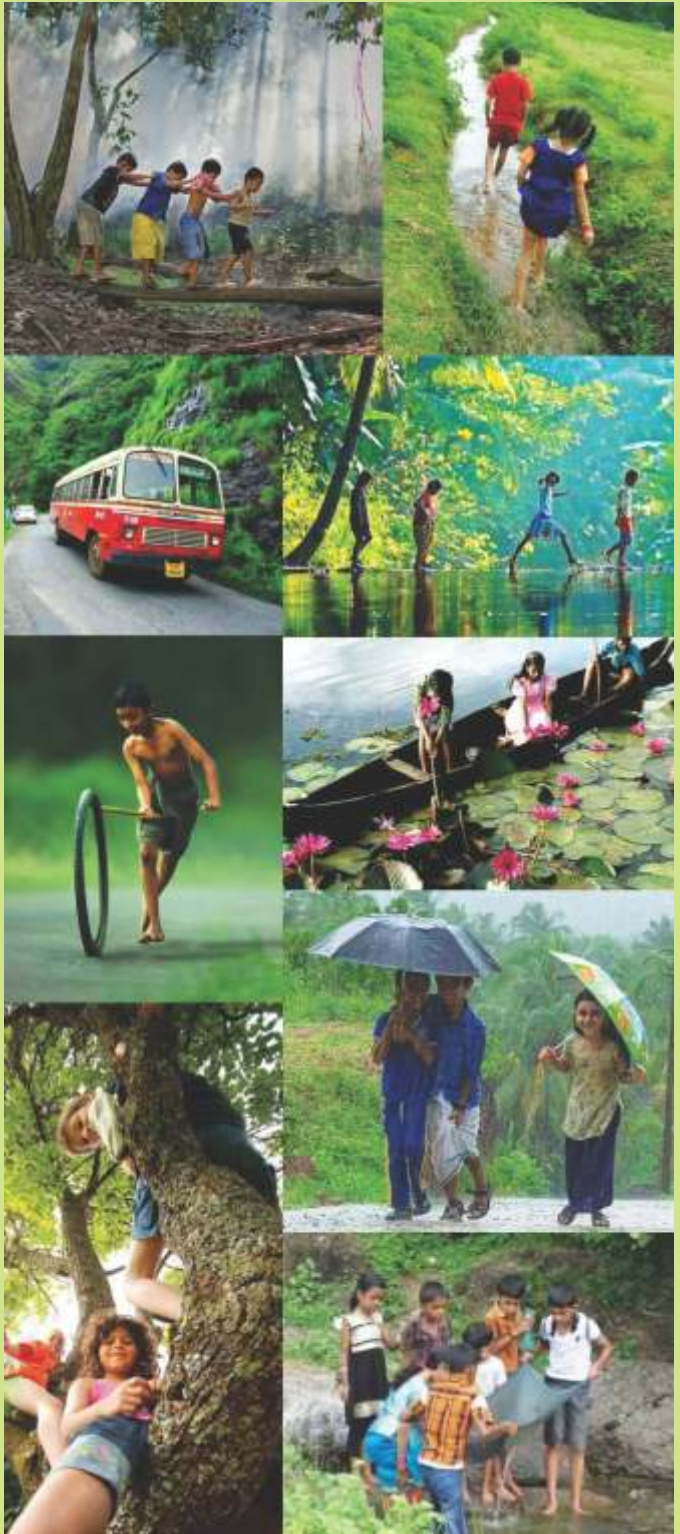
1. Paala valikkal (get pulled on a areca palm leaf)
2. Ola medayal (twine coconut leaves)
3. Thenga pothikkal (clean coconut)
4. Rubber vettal (tap rubber)
5. Bathe cows / Milk goats
6. Run and catch hens/ducks
7. Water garden-plants and farm-trees
8. Taste honey from banana flower
9. Make hammock between trees and take rest
10. Tie oonjaal on trees and swing
11. Cut a jackfruit, clean it and take out all the edible petals from it
12. Roast cashew nut in fire and take out the seed





# 24 Memorable ACTIVITIES to Do Outdoors in Kerala

1. Catch fish from streams using a towel (thorth) or hook (choonda)
2. Make paper boats and put in running water
3. Wander through the paddy fields
4. Walk through the villages and markets
5. Identify ayurveda plants from your surroundings and know their benefits
6. Indentify different types of vegetable / fruit plants and trees
7. Take a local boat (vallam) ride through the backwaters / rivers
8. Ride on an elephant
9. Walk over wooden bridges
10. Dance in the monsoon rain
11. Chart your family tree
12. Visit elderly relatives and neighbours
13. Visit any of the churches built by St Thomas
14. Visit the shrine of a Kerala-born saint / blessed
15. Attend a church feast
16. Travel in a local private bus
17. Watch a Malayalam movie with friends and family
18. Watch any local art forms (kathakali, kalaripayattu, mohiniyaattam, etc.)
19. Stroll on a nearby beach and collect some rare shells
20. Visit museum / palace / fort / zoo etc.
21. Visit hill station / sanctuary / forest / backwaters etc.
22. Go on a trek with cousins and friends
23. Get wet under the waterfalls
24. Do bon-fire with friends and family



Compiled by:

**Dr. CP Johnson, Bhandup & Fr. Shaiju Kattayathu**

# k m - v thnzi aw

മരിയ വാൾതോർത്തയുടെ  
“ദൈവമനുഷ്യന്റെ സ്നേഹഗീത” (THE  
POEM OF THE MAN - GOD),

ഇറ്റാലിയൻ ഭാഷയിൽ നിന്നും മലയാളത്തിലേക്ക്  
വിവർത്തനം ചെയ്ത 14 വാല്യങ്ങളുള്ള  
കൃതിയാണ്. ക്രിസ്തുവിന്റെ ജീവചരിത്രം മുഴുവൻ  
ഈ പുസ്തകങ്ങളിൽ രേഖപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു.  
സുവിശേഷ സംഭവങ്ങൾ നേരിട്ട് കണ്ടു എഴുതിയ  
തുപോലെ സജീവമാണ് ഈ കൃതിയിൽ. ഇത് ഒരു  
നോവൽ പോലെ വായിച്ചുപോകാം. പന്ത്രണ്ടാം  
പിയൂസ് മാർപാപ്പ ഈ പുസ്തകങ്ങൾ വായിച്ച  
ശേഷം, ഈ ദർശനങ്ങളിൽ വിശ്വാസം പ്രകടിപ്പി  
ച്ചിട്ടുണ്ട്. മൂന്നാം വാല്യത്തിൽ നിന്നും എടുത്തിട്ടു





ഉള്ളതാണ് താഴെ പറയുന്ന വിവരണം.

“ആത്മാർത്ഥമായി ജോലി ചെയ്യുക; ഏഴാം ദിവസം കർത്താവിനായിട്ടും നിന്റെ ആത്മാവിനായിട്ടും ചിലവഴിക്കുക” എന്നു പറയപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. സാബത്തിന്റെ വിശ്രമത്തെക്കുറിച്ചുള്ള കല്പനയാണിത്.

മനുഷ്യൻ ദൈവത്തെക്കാൾ വലിയവനല്ല. എന്നാൽ ദൈവം പ്രപഞ്ചത്തെ ആറുദിവസം കൊണ്ടു സൃഷ്ടിച്ചു. ഏഴാം ദിവസം അവൻ വിശ്രമിച്ചു. അപ്പോൾ പിന്നെ മനുഷ്യൻ എന്തുകൊണ്ടാണ് അവനെ അനുകരിക്കാതെ, അവന്റെ പ്രമാണത്തെ അനുസരിക്കാതിരിക്കുന്നത്? ഇത് ഒരു ബുദ്ധിശൂന്യമായ കല്പനയാണോ? അല്ല. ഇത് ശരിക്കും ശരീരത്തിനും ധാർമ്മിക ജീവിതത്തിനും അരുപിയുടെ ജീവനും സഹായകമായ ഒരു കല്പനയാണ്.

സൃഷ്ടികൾക്കെല്ലാം ആവശ്യമായതുപോലെ, ക്ഷീണിച്ച ഒരു ശരീരത്തിന് വിശ്രമം ആവശ്യമാണ്. വയലിൽ പണിയെടുത്ത കാളയ്ക്ക് വിശ്രമം വേണം. അതു വിശ്രമിക്കുന്നു; അതു നഷ്ടപ്പെട്ടു പോകാതിരിക്കാൻ അതു വിശ്രമിക്കുന്നതിന് നമ്മൾ അനുവദിക്കുന്നു. അതു പോലെ നമ്മെ വഹിക്കുന്ന കഴുതയും കുട്ടിയെ പ്രസവിക്കുകയും നമുക്കു പാൽ തരികയും ചെയ്യുന്ന ആടും വിശ്രമം ആവശ്യമുള്ളവയാണ്. വയലിലെ മണ്ണിനും വിശ്രമം വേണം. നമ്മൾ അതനുവദിക്കുന്നു. വിത്തിടാത്ത മാസങ്ങളിൽ മഴവെള്ളത്തിൽ നിന്നും ഭൂമിയിൽ നിന്നും ലഭിക്കുന്ന ലവണങ്ങളാൽ പരിപൂ

ഷ്ടമാകുന്നതിന് നമ്മൾ അനുവദിക്കുന്നു. മൃഗങ്ങളും ചെടികളും പ്രത്യുല്പാദനത്തിന്റെ നിത്യമായ നിയമങ്ങൾ പാലിച്ച് നമ്മുടെ അനുമതി കൂടാതെ തന്നെ നന്നായി വിശ്രമിക്കുന്നു. എന്നാൽ സ്രഷ്ടാവിനെ അനുകരിക്കാൻ മനുഷ്യൻ ആഗ്രഹിക്കാത്തതെന്തുകൊണ്ട്? ദൈവം ഏഴാം ദിവസം വിശ്രമിച്ചു. താഴ്ന്ന സൃഷ്ടികൾ, മൃഗങ്ങളും സസ്യങ്ങളും സ്വാഭാവികപ്രവണതയെന്ന കല്പന മാത്രം ലഭിച്ചിട്ടുള്ളവ, ആ പ്രമാണത്തോട് സഹകരിക്കാനും അനുസരിക്കാനും പഠിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ഈ കല്പന ശരീരത്തിനുവേണ്ടി മാത്രമല്ല, ധാർമ്മിക ജീവിതത്തിനും വേണ്ടിയുള്ളതാണ്. ആറുദിവസം മനുഷ്യൻ എല്ലാവർക്കും എല്ലാറ്റിനു വേണ്ടിയുളളവനാണ്. തറയിലുള്ള ഒരു നൂലു പോലെ അവൻ മുകളിലേക്കും താഴേക്കും നീങ്ങുന്നു. ഇനി ഞാൻ എന്നെത്തന്നെ ശ്രദ്ധിക്കാൻ പോകയാണ്. ഞാൻ ഒരു പിതാവാണ്ല്ലോ. ഇന്ന് ഞാൻ എന്റെ കുട്ടികളുടേതായിരിക്കും; ഞാൻ ഒരു ഭർത്താവാണ്, ഇന്നത്തെ ദിവസം എന്റെ ഭാര്യക്കുവേണ്ടി ഞാൻ ചെലവഴിക്കും. ഞാൻ ഒരു സഹോദരനാണ്. ഇന്ന് എന്റെ സഹോദരന്മാരോടൊത്ത് ഞാൻ സന്തോഷിക്കും. ഞാൻ ഒരു പുത്രനാണ്; ഇന്ന് വൃദ്ധരായ എന്റെ മാതാപിതാക്കളുടെ കാര്യങ്ങൾ ഞാൻ അന്വേഷിക്കും” . ഇങ്ങനെയൊന്നും പറയാനാകാതെ എന്നും അദ്ധ്വാനമാണല്ലോ.

ഇത് ആദ്ധ്യാത്മികമായ ഒരു കല്പനയാണ്. ജോലി വിശുദ്ധമാണ്. സ്നേഹം കൂടുതൽ വിശുദ്ധവും; ദൈവം ഏറ്റവും വിശുദ്ധിയുള്ളവനും അതിനാൽ ഏഴു ദിവസങ്ങളിലൊന്നെങ്കിലും നല്ലവനും പരിശുദ്ധനുമായ നമ്മുടെ പിതാവിനായി നീക്കിവയ്ക്കണം. അവനാണു നമുക്കു ജീവൻ തന്നതും ആ ജീവൻ നമ്മിൽ നിലനിറുത്തുന്നതും. നമ്മുടെ പിതാക്കൾ, കുട്ടികൾ, സഹോദരന്മാർ, ഭാര്യമാർ, നമ്മുടെ ശരീരങ്ങൾ ഇവയോടുള്ളതിനേക്കാൾ കൂറുണ്ടെന്ന് ബഹുമാനമാണോ നമ്മുടെ പിതാവിനോട് നമുക്കുണ്ടാകേണ്ടത്. കർത്താവിന്റെ ദിവസം അവനു തന്നെയുള്ളതായിരിക്കട്ടെ! ഓ! ഒരു ദിവസം മുഴുവൻ ജോലി ചെയ്തശേഷം സ്നേഹമുള്ള ഒരു ഭവനത്തിൽ വിശ്രമിക്കുന്നത് സന്തോഷപ്രദമാണ്. എന്നാൽ പിന്നെ ആറുദിവസത്തെ ജോലി കഴിഞ്ഞ് പിതാവിന്റെ ഭവനത്തിൽ അഭയം തേടാത്തത് എന്തുകൊണ്ട്? ആറു ദിവസത്തെ യാത്ര കഴിഞ്ഞു വരുന്ന ഒരു മകൻ നിങ്ങളോടു പറയുകയില്ലേ. “ഞാൻ വന്നു എന്റെ വിശ്രമദിവസം നിങ്ങളോടു കൂടെ ചെലവഴിക്കുവാനാഗ്രഹിക്കുന്നു” എന്നു നിങ്ങൾ എന്തുകൊണ്ട് ആ മകനെപ്പോലെ ആകുന്നില്ല. എന്നാൽ ഇപ്പോൾ ശ്രദ്ധിച്ചു കേൾക്കൂ. ഞാൻ പറഞ്ഞത് “നേരായിട്ടുള്ള ഒരു ജോലി ചെയ്യുക” എന്നാണ്.

നമ്മുടെ നിയമം അയൽക്കാരെ സ്നേഹിക്കണമെന്ന് കല്പിക്കുന്നു എന്ന് നിങ്ങൾക്കറിയാമല്ലോ.

സത്യസന്ധമായി ജോലി ചെയ്യുക എന്നത് അയൽക്കാരോടുള്ള സ്നേഹത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗമാണ്. പരമാർത്ഥമായ ജോലി ചെയ്യുന്ന ഒരാൾ പണമിടപാടുകളിൽ മോഷണം നടത്തുകയില്ല; വേലക്കാരന് കുലികൊടുക്കാതിരിക്കുകയില്ല; കുറ്റകരമായി അവനെ ചൂഷണം ചെയ്തുകയില്ല; ഒരു ഭൃത്യനും വേലക്കാരനും എല്ലാം തന്നെപ്പോലെ തന്നെ ആത്മാവും ശരീരവും ഉള്ളവരാണെന്നു ഓർമ്മിക്കുകയും ചെയ്യും. കല്ലു പൊട്ടിക്കയോ കല്ലിനിട്ട് ഇരുമ്പുവടികൊണ്ട് അടിക്കുകയോ

തന്നെത്തന്നെ പരിശോധിച്ച് സ്വയം നന്നാകാനും പരിശ്രമിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ ഏഴാം ദിവസം വിശുദ്ധമായി ആചരിക്കുന്നു എന്നു കരുതാനാവില്ല.

ഇതാണു വിശുദ്ധമായ ദിവസാചരണം, ബാഹ്യമാത്രമായ ആചരണമല്ല. നിന്റെ ചിന്താഗതിക്ക് അല്പംപോലും മാറ്റംവരുത്താതെ പുറമേയുള്ള ആചരണമല്ല ദൈവം ആവശ്യപ്പെടുന്നത്, സജീവമായ പ്രവൃത്തികളാണ്. കപടമായ പ്രവൃത്തികളല്ല. നിയമത്തോടുള്ള



കാലുകൊണ്ട് ചവിട്ടുകയോ ചെയ്താൽ കുറ്റമില്ലല്ലോ. മുകളിൽ പറഞ്ഞതുപോലെ ചെയ്യാത്ത ആൾ തന്റെ അയൽക്കാരനെ സ്നേഹിക്കുന്നില്ല. അതിനാൽ ദൈവത്തിന്റെ ദൃഷ്ടിയിൽ അവൻ പാപം ചെയ്യുന്നു. അവന്റെ സമ്പാദ്യങ്ങൾ ശപിക്കപ്പെട്ടവയാണ്. അവയുടെ ഒരു ഭാഗം ദരിദ്രർക്കായി ദൈവാലയത്തിനു നൽകിയാലും അവ ശപിക്കപ്പെട്ടതായിരിക്കും.

ഓ! എത്ര കപടമായ കാഴ്ചകൾ ആളുകൾ അർപ്പിക്കുന്നു. അൾത്താരയുടെ ചുവട്ടിൽ കൊണ്ടു വയ്ക്കാൻ എങ്ങനെ ഒരുവൻ ധൈര്യപ്പെടും? തന്റെ ആശ്രിതനായ കീഴുള്ളവന്റെ കണ്ണീരും രക്തവുമല്ലേ അതിൽ നിന്ന് ഇറ്റിറ്റു വീഴുന്നത്. ഈ കാഴ്ച മോഷ്ടിച്ചതല്ലേ? അയൽക്കാരനെ ചതിച്ച് സമ്പാദിച്ചതല്ലേ? കള്ളൻ ചെയ്യുന്നത് അയൽക്കാരനെ ചതിക്കയല്ലേ? എന്നാൽ വിശ്വസിക്കൂ. ആഴ്ചയിൽ ആറു ദിവസം ചെയ്ത പാപങ്ങൾക്കു പരിഹാരം ചെയ്യാനും

തെറ്റായ ബഹുമാനം വെറും കാപട്യമാണ്. കപടമായ സാബത്താചരിക്കുന്നു എന്നു കാണിക്കാൻ വിശ്രമം എടുക്കുന്നതും, അലസമായിട്ടു തളളുന്ന സമയം തിന്മയ്ക്കായും ജഡികാനന്ദത്തിനായും കാമക്രീഡകൾക്കായും അടുത്തയാഴ്ചയിൽ അയൽക്കാരനെ എങ്ങനെ ചൂഷണം ചെയ്തു നശിപ്പിക്കണമെന്ന് ആലോചിക്കാനായും ചെലവഴിക്കുമ്പോൾ അതു വെറും തട്ടിപ്പാണ്. ശരീരത്തിനു വിശ്രമം കൊടുക്കുന്നതോടൊപ്പം ആന്തരികമായി, ആദ്ധ്യാത്മികമായി സ്വയം വിശുദ്ധീകരിക്കാൻ ആത്മ പരിശോധന ചെയ്യുന്നില്ലെങ്കിൽ ആ സാബത്താചരണവും കപടമാണ്. സ്വന്തം ഹീനത്വം അംഗീകരിച്ച് അടുത്ത ആഴ്ചയിൽ സ്വയം നന്നാക്കാമെന്നുള്ള ദൃഢനിശ്ചയം ശരിയായ സാബത്താചരണത്തിന്റെ ഭാഗമാണ്.



# Ah [n] me<sup>-</sup> nsâ a [p] pcw



H cp th\eh[n l qSn l Sóp t] ml pl  
bmWv Hmtcm Ah[n] meš fpw  
l Sóp t] mb \_mey<sup>-</sup> nsâbpw  
buh\<sup>-</sup> nsâbpw HmĀ½l fpsS l qSv Xpdóv  
hnSemWv H<sub>u</sub> w Cós el fise \nd<sub>u</sub> l n«mĀó  
B Ah[n] meš<sup>-</sup> j pdn<sup>u</sup>vaj Āj v] d<sup>a</sup> pw  
l mWn<sup>u</sup>pw sl mSpj m<sup>3</sup> Hchk chpw.

a® w Np«pw l pgnbm\sb j nSn<sup>u</sup>pw a® nō  
tXm<sup>u</sup> nb ssl hncepl Ā F{Xam{Xw k vāmĀ«v  
t^mWnō tXm<sup>u</sup> nbmepw B k pJapĀ  
HmĀ½l Āj v] l camhn<sup>u</sup>. C<sup>-</sup> hW \m«nō  
sNñpt¼mĀ thWw k vāmĀ«v t^m<sup>-</sup>  
amānh<sup>u</sup> v l p«nl Āsj m<sub>u</sub> w AsXmsj Hó v  
hoi<sup>u</sup> pw sNċm<sup>3</sup>.

hĀ n s] m«nb sNcp<sup>u</sup> nō \nópcp<sup>-</sup> ncn<sup>a</sup>  
h<sup>u</sup> n<sup>u</sup> { l S Ā HmSn<sup>u</sup> k pJw... AsXš s\bm  
adj pl ? dtam«v l - t{Smfñō HmSpó  
Cet{l mWnl vl mĀ HmSn<sup>u</sup> mō l n«m<sup>-</sup> B ck w  
F š s\bm Rms\šā l p«nl Āj v] d<sup>a</sup> v  
sl mSpj pl ? tX<sup>a</sup> v XoĀó sNcp<sup>u</sup> vl n«m<sup>-</sup>  
Xn\mō A<sub>u</sub> šā j p<sup>-</sup> <sup>3</sup> sNcp<sub>u</sub> vapdn<sup>u</sup> v  
h<sup>u</sup> nbpi<sup>u</sup> m<sub>u</sub> nbXn\vl n«nb A Sn... AtXmĀ<sup>-</sup> v  
Nncn<sub>u</sub> pt¼mĀ ho<sup>u</sup> pw l p«nbmhm<sup>3</sup> tam l w.  
NqSnsâ thñō hānb tXm«nse C<sup>-</sup> ncn

shĀ<sup>-</sup> nō tXmĀ<sup>-</sup> v hoi n] nSn<sup>u</sup> l p<sup>a</sup> p  
ao\ns\ A ½ s] mcn<sup>u</sup> p Xó Xnsâ k zmtZmĀ<sup>-</sup> v  
] ntāó v] nsó bpw hānb tXm«nse l ĩn\Ns  
bnō l ċ n«v ao\msWó p l cpXn tNc] m¼ns\  
] nSn<sup>u</sup> Xpw ] nsó A Xns\ l pS<sup>a</sup> v Xmsgbn«v  
ho«ntej v t] Snt<sup>u</sup> mSnbXpw F ĩmw Cós sebm  
sWó v tXmó pó p. Cóm sl m<sup>u</sup> v tXmSv Xsó  
CñmXmbncn<sub>u</sub> pó p.

Ah[n] v A ½ pho«nō t] mbXpw l k n<sup>3</sup> k n  
s\m<sub>u</sub> w l Ā \pw t] meok pw l fn<sup>u</sup> Xpw, k mǎp  
l fn<sub>u</sub> m<sup>3</sup> Hfn<sup>u</sup> ncpó j<sup>-</sup> mb<sup>-</sup> nō Fensb  
l i<sup>u</sup> v t] Sn<sup>u</sup> Xpw, ] nsó d\_Ā ac<sup>-</sup> n\mbn  
sh«nb l t¼m l p l pgnj p aosX l ¼pw  
l cnl nebpan«v aqSn A Xnō l k n<sup>3</sup> k ns\  
] d<sup>a</sup> v] ān<sup>u</sup> v hogv<sup>-</sup> nbXpw DĀ nō Nncn  
] SĀ<sup>-</sup> pó p. F sâ l p«nl Āj v \msf HmĀ<sup>-</sup> v  
Nncn<sub>u</sub> m<sup>3</sup> HmĀ½l Ā j Wnbm<sup>3</sup> A hcpw  
t] ml bmWnó v A ½ pho«nō.

] nsó sbs<sup>-</sup> ĩmw... Hme<sup>-</sup> pw, Hme<sub>u</sub> m¼pw,  
Hme] o<sub>u</sub> nbpw, a<sup>u</sup> nS bpw CuĀj nenbpw  
h<sup>u</sup> pi<sup>u</sup> m<sub>u</sub> nb j ¼chpw, ] nsó A<sub>u</sub> šā  
ho«nse j pc<sub>u</sub> pdt<sup>-</sup> j v Nm<sup>a</sup> v \nó t] cac<sup>-</sup>  
nse t] c<sub>u</sub> bpsS k zmZnō A j l SadnbmsX  
l bdnbXpw t] cachpsamSn<sup>u</sup> v l psd HmSpw

s] m«n'' vXmsgsb~ nbXpw. apä~ n\pa, psd  
sXmSnbise GtXm ac~ n³ sl m¼nð  
sl «n~ ó Duª mð þ A Xnencró pw \nó pw



B Sn aÖ cn'' Xpw. sXS vaSenð XoÄ~  
\_\_mänð ] dóp s] mS nb k n l k dpl fpw.  
cm{Xnbmbmð ] nsó tN'' namcpw tN«òmcpw  
] dbpó t{] Xl Yl fnð hni zk n'' vt] Sn''v  
aq{Xsamgnj m³ ] pdt~ j vt] ml m³  
l gnbmsX l nSj bnð Xsó l mcyw  
k m[ n'' Xpw, l qsS l nsó A \nbs\ ] ntäóv

cmhise ] gn NmcnbXpw Cóv Nncisj m, w  
N½epw NmÄ~ pó p apJ~ v

HmÄj m³ XpSS nbmð Hgpl nsb~ pó h  
sbñmw l pdnj m³ Cu l pdnj vaXnbmhññ.  
F' va[pcamWm HmAal Äj v.. sskj nfnð  
aWnbSn''vs] «nj pÄ nð sl m' phóncpó  
\ndapÄ sFkv{I ow t] mse a[pcw. ] gp~ v  
hogpw ap³ t] sl «nbndj nb hcnj j bnð  
A ½ tXS Nnci nbñ«vXó Xnsâ t] mse  
a[pcw. ] Ä n, d¼nse ^qUt\_\_mä l fow  
l gnª v B äñsemcp l pfow \S~ n aSp~ v  
ho«nð sNñpt¼m A ½ tXS bpw i Äj cbpw  
h''pi' m j nXó CebS t] mse a[pcw. tN''n  
] dn''vXó s\ñnj l gn''v] nsó shÄ w  
l pSn''t, m tXmó nb t] mse a[pcw.

] l Äóp, sl mSpj m\mhñ~ Xñm Cu a[pcamw  
HmA½l Ä Hópw. C~ hW Ah[nj mew  
\apj v \½psS l p«nl Äj mbn l pd''v  
a[pcapÄ HmA½l Ä ] Wnbm\mbn amän  
hbq mw. AhÄsj m, w l p«nl fmhmw. A S s\  
A hcpadnbs« Ah[nj me~ nsâ a[pcw.

Josemon Vazhayil  
Nerul Parish

# FAMILY PICTURE COMPETITION






Capture the best & most special moment of your family get together during the vacation.

---

Give an attractive Caption

---

Send your entries to  
[kalyanlantern@gmail.com](mailto:kalyanlantern@gmail.com)

---

Last date to submit:  
10th June, 2018

---

Selected 5 entries will be published in Lantern





# മരണത്തെ അനുസ്മരിക്കുന്നു

amÄ tXmakıCeh\mÄ  
l e]m- cq] XbpsS sa(Xm³

## ആമ്മേൻ എന്ന പ്രത്യുത്തരം

സ്ഥാപനവിവരണത്തിന്റെ സമാപനത്തിൽ സമൂഹം 'ആമ്മേൻ' എന്ന് പ്രത്യുത്തരിക്കുന്നു. പഴയ നിയമഉടമ്പടിയിൽ മോശ ജനങ്ങളെ കല്പനകൾ വായിച്ചു കേൾപ്പിച്ചപ്പോൾ 'കർത്താവും കല്പിച്ചതെല്ലാം ഞങ്ങൾ ചെയ്തു' എന്ന് വാഗ്ദാനം നല്കി. അപ്പോൾ രക്തമെടുത്ത് അവരുടെമേൽ തളിച്ചു കൊണ്ട് മോശ പറഞ്ഞു. "കർത്താവ് നിങ്ങളോടു ചെയ്ത ഉടമ്പടിയുടെ രക്തമാകുന്നു ഇത്". (പുറ. 24:7-8). ഇതുപോലെ 'നിങ്ങൾക്കു വേണ്ടി മുറിക്കപ്പെടുന്ന ശരീരം' 'ചിന്തപ്പെടുന്ന രക്തം' എന്നു പറയുമ്പോൾ സമൂഹം 'ആമ്മേൻ' എന്ന് മറുപടി പറയുന്നു. 'ഞാൻ ഇത് ചെയ്തത് നിങ്ങൾ എന്റെ ഓർമ്മയ്ക്കായി ചെയ്യുവിനെന്നും' നമ്മോട് ആഹ്വാനം ചെയ്യുന്നു. സമൂഹം 'ആമ്മേൻ' പറയുമ്പോൾ, ഈശോയുടെ മാതൃക അനുസരിച്ച് നമ്മുടെ ജീവിതവും മറ്റുള്ളവർക്കായി കൊടുക്കുവാൻ നമ്മൾ തയ്യാറാണെന്നും അവിടുത്തെ സഹനത്തിന്റെ കാസ കുടിക്കുവാൻ സന്നദ്ധരാണെന്നുമാണ് നമ്മൾ അൾത്താരയിൽ ഉടമ്പടി ചെയ്യുന്നത്. ഈശോ സബദീപുത്രന്മാരായ യാക്കോബിനോടും യോഹന്നാനോടും ചോദിച്ചു. 'ഞാൻ കുടിക്കുന്ന പാനപാത്രം കുടിക്കുവാൻ നിങ്ങൾക്കു കഴിയുമോ?' (മർക്കോ. 10:38). ഓരോ ബലിയിലും നമ്മളും ഈ സന്നദ്ധതയാണ് ഏറ്റു പറയുന്നത്. പുതിയ ഉടമ്പടിയുടെ രക്തമാണ് ഇവിടെ നാം പാനം ചെയ്യുന്നത്. കർത്താവ് സ്നേഹിച്ചതുപോലെ സ്നേഹിച്ചുകൊള്ളാമെന്ന ഉടമ്പടി. ഓരോ വിശുദ്ധ കുർബ്ബാനയും ഒരു വിളിയും ദൗത്യവുമായിത്തീരുകയാണ്. അൾത്താരയിലെ ബലിക്കുശേഷം സ്നേഹത്തിന്റെയും സമർപ്പണത്തിന്റെയും സ്വയം ദാനത്തിന്റേയും ജീവിതമാണ് ഈ ഉടമ്പടിക്ക് അർത്ഥം നല്കുന്നത് എന്ന് നമുക്ക് ഓർക്കാം.

## കുന്ദാചാരം

ദൈവികസാന്നിധ്യത്തോടുള്ള ആദരവ് പ്രകടിപ്പിക്കുവാൻ സമൂഹം കുന്ദാചാരം ചെയ്യുന്നു. അപ്പത്തിന്റേയും വീഞ്ഞിന്റേയും സാദൃശ്യത്തിൽ രണ്ടായിട്ടാണ് സ്ഥാപനവിവരണത്തിലൂടെയുള്ള കുദാശ കർമ്മം നടത്തുന്നതെങ്കിലും ഈശോയുടെ ശരീര രക്തങ്ങൾ ഒരേ ദിവ്യരഹസ്യമാണെന്ന് വ്യക്തമാ

ക്കാൻ സ്ഥാപനവിവരണത്തിന്റെ അവസാനം ഒരു പ്രാവശ്യമാണ് കുന്ദാചാരം നടത്തുന്നത്.

## മരണത്തെ അനുസ്മരിക്കുന്നു

അപ്പവും വീഞ്ഞും ഒരുക്കി അൾത്താരയിൽ പ്രതിഷ്ഠിക്കുമ്പോൾ കർത്താവിന്റെ പീഡാനുഭവത്തേയും മരണത്തേയും സംസ്കാരത്തേയും അനുസ്മരിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും സ്ഥാപനവിവരണത്തെ മരണവുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി കാണാം. സ്ഥാപനവചനങ്ങളിലൂടെ കർത്താവിന്റെ ശരീരവും രക്തവും പീലാസയിലും കാസയിലുമായി വേറെയായി ഒരുക്കപ്പെടുന്നത് കർത്താവിന്റെ മരണത്തെ ദ്യോതിപ്പിക്കുന്നു. പഴയനിയമ ബലിയിൽ ബലിമൃഗത്തെ കൊന്ന് ശരീരത്തിൽ നിന്ന് അതിന്റെ രക്തം വേറെയായി ശേഖരിച്ച് ബലിപീഠത്തിൽ തളിച്ചിരുന്നു. (ലേവ്യർ 1 : 1-9)

പഴയനിയമകാഴ്ചപ്പാടിൽ ജീവൻ രക്തത്തിലാണ്, രക്തം ശരീരത്തിൽ നിന്ന് വേർതിരിക്കുന്നത് പൂർണ്ണമായ മരണമായും ബലിയുടെ പ്രധാനഘടകമായും കണക്കാക്കപ്പെട്ടു. അൾത്താരയിലെ ബലിയിലും ഇത് പ്രതീകാത്മകമായി ദ്യോതിപ്പിക്കപ്പെടുന്നു. വി. പൗലോസ് അനുസ്മരിപ്പിക്കുന്നു: "നിങ്ങൾ ഈ അപ്പത്തിൽ നിന്ന് ഭക്ഷിക്കുകയും ഈ പാത്രത്തിൽ നിന്ന് പാനം ചെയ്യുകയും ചെയ്യുമ്പോഴെല്ലാം കർത്താവിന്റെ മരണം പ്രഖ്യാപിക്കുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്" (1 കൊറി. 11:26). സ്ഥാപനവിവരണത്തിന്റെ ആരംഭത്തിൽത്തന്നെ 'പീഡാനുഭവത്തിന്റെ സ്മരണ' എന്നാണ് വിശേഷിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത്. സാധാരണയായി അനാഹറകളിലെല്ലാം ഇതിനുശേഷം വരുന്ന പ്രാർത്ഥന 'അവിടുത്തെ മരണത്തേയും ഉത്ഥാനത്തേയും ഞങ്ങൾ അനുസ്മരിക്കുന്നു' എന്നാണ് തുടങ്ങുന്നത്. കർത്താവിന്റെ കുരിശിലെ നൂറുങ്ങളെപ്പട്ട ശരീരത്തിന്റേയും ചിന്തപ്പെട്ട രക്തത്തിന്റേയും ബലി അൾത്താരയിൽ കൗദാശികമായി സന്നിഹിതമാക്കപ്പെടുന്നു. അപ്പത്തിന്റേയും വീഞ്ഞിന്റേയും ഈ സാദൃശ്യത്തിലും കർത്താവ് പൂർണ്ണമായും സന്നിഹിതനാണെങ്കിലും അതിനെ വേർതിരിച്ച് ഒരുക്കുന്നതിൽ മരണത്തിന്റെ സാദൃശ്യം ഉൾക്കൊള്ളുന്നുണ്ട്. നമ്മൾ വി. കുർബ്ബാനയിൽ സംബന്ധിക്കുന്നത് വെറും ഒരു

ചടങ്ങായി മാറരുത്. മരിച്ച്, ഞാൻ നിത്യം ജീവിക്കേണ്ടതിനായി എന്റെ ദൈവം എനിക്കായി മരിക്കാനും മാത്രം എന്നെ സ്നേഹിക്കുന്നു എന്നു മനസ്സിലാക്കുവാനും പ്രഘോഷിക്കുവാനുമാണ് നാം ബലിയിൽ പങ്കെടുക്കുന്നത്. എന്റെ ദൈവം

എനിക്കായി മരിച്ചത് എനിക്ക് ജീവൻ നൽകുവാൻ വേണ്ടിയും അതുപോലെ, ഞാൻ എനിക്കുതന്നെ മരിച്ചുകൊണ്ട് ദൈവത്തിനും മറ്റുള്ളവർക്കുമായി ജീവിക്കണം എന്ന് പഠിപ്പിക്കുവാനുമാണ്.

# We commemorate His Death

The response: Amen

The community responds 'Amen' at the end of institution narrative. In the O.T. Covenant when Moses read out from the 'Book of the Covenant' the people replied saying "we will observe all that Yahweh has decreed". Then Moses took the blood and sprinkled on the people saying "This is the blood of the covenant that Yahweh has made with you" (Ex. 24:7-8). So too in the Qurbana when the priest says "This is the body broken for you" and "blood shed for you" the community responds saying Amen.

As we say Amen to the words of Jesus we are also agreeing to a covenant with Jesus that we too are ready to drink from the chalice of suffering and that we too are ready to be broken for the life of the others. We are reminded of Jesus words to the sons of Zebedee "can you drink the cup that I must drink?" (Mk. 10:38). In every Qurbana as we say Amen we too are agreeing to Jesus' question. We are drinking from the blood of the New covenant as a sign of agreement. The content of the covenant is that we too shall love one another as Jesus loved. Hence every Qurbana is a call and a mission. Let us remember that, it is a life dedicated for love and self giving that completes and gives meaning to our celebrations at the altar.

Bowing of the Head

After the words of institution the community bow their heads in respectful adoration. As part of the act of consecration and blessing words of institution is spoken over the bread and wine separately. But in order to manifest that they are one reality of Jesus body and blood we have only one act of bowing in adoration at the end.

We commemorate the death

Though we commemorate the passion, death and burial already at the presentation of the bread and wine on the altar, institution narrative is a special moment of the commemoration of the death of Christ. At the institution narrative the body and blood of Christ is presented separately on the paten and in the chalice. This is also symbolic of the death of Christ. In O.T. sacrifice the victim was killed and the blood of the animal was collected and was poured on the altar (Lev. 1:1-9). According to O.T. understanding life consists in the blood. So, separating the blood from the body was considered as the sign of death and as important element of the act of sacrifice. This is also symbolically represented in the sacrifice on the altar by the consecration of bread and wine. St. Paul too reminds us "every time you eat this bread and drink this cup you are proclaiming His death" (1 Cor. 11:26).

In our Qurbana the words of institution and its narration is qualified as the 'commemoration of His passion'. In most of the anaphoras the prayer after the words of institution always includes the words: 'remembering, therefore your death and resurrection'. The sacrifice of Jesus' body broken and blood shed on the cross is sacramentally made present on the altar. Jesus is fully present in the consecrated bread and wine. Yet their separation into two symbols specially signifies the death of Christ.

Our participation in the Qurbana should not become merely a ritual. But it should being an occasion to understand and proclaim the truth that Jesus my God, loves me so much as to die for me, that I may live for ever. God died for me in order to give me life and to teach me through example that I should also be ready to die, so that I may be able to live for God and for others.



# ETHICAL & PASTORAL APPROACH TO RESTORE HUMAN DIGNITY & ADVOCATING A CULTURE OF LIFE IN FAMILY AND SOCIETY



**GLOBAL SYMPOSIUM ON LIFE**

**NOVEMBER 30<sup>TH</sup> TO DECEMBER 2<sup>ND</sup>, 2017**

**EPARCHY OF KALYAN**

FINDINGS AND RECOMMENDATIONS OF THE SYMPOSIUM

CONCLUSIONS

30. Accolades to the organizers of this Symposium that has brought forth many valuable insights on openness to life, choosing life and respect for life and sanctity of human life upholding the dignity of the

deep conviction of the need to proclaim, celebrate and serve the Gospel of life through prayer, research and advocacy. We raise our hearts and minds in gratitude to the spirit of the Lord who is moving the humanity to form a right conscience, who guided us all through this symposium, kept our faith always alive and helped to go ahead with a renewed hope.



Philippians 2:1-2 declares, "If then there is any encouragement in Christ, any consolation from love, any sharing in the Spirit, any compassion and sympathy, make my joy complete: Be of the same mind, having the same love, being in full accord and of one mind."

Dear All in Christ,

Greetings from Kalyan Eparchy Youth Centre !!!

We bring to you the next awaited event for HSC and SSC students, KOINONIA 2018. This summer when the 10TH GRADE and 12TH GRADE are done with their annual exams, we at KEY, with a joyful heart, invite each one of them for the awaited camp – KOINONIA 2018. A platform for these young stars of KEY which aims at transforming them into active and Christ- centered personas through enlightening sessions and discussions.

Koinonia's primary meaning is "Fellowship, Sharing In Common and Communion". We

hope to give our younger youth three days filled with fun, fellowship, enjoyment and a lot of learning experiences so as to ensure that these great minds take away an amazing learning experience which will definitely help them in near future.

**WHEN :**

**6th - 8th April: SSC (1st batch).**

**10th - 12th April: HSC.**

**27th - 29th April : SSC (2nd batch)**

**Venu: ARC Panvel**

## Pope institutes feast of Our Lady, Mother of Church (CWN)

Pope Francis has decreed that the ancient devotion to the Blessed Virgin Mary, under the title of Mother of the Church, be inserted into the Roman Calendar. The liturgical celebration, B. Mariæ Virginis, Ecclesiæ Matris, will be celebrated annually as a Memorial on the day after Pentecost. In a decree released by the Congregation for Divine Worship and the Discipline of the Sacraments, Cardinal Robert Sarah, its Prefect, said the Pope's decision took account of the tradition surrounding the devotion to Mary as Mother of the Church.



## Nearly 50,000 baptisms registered in China in 2017 (CNS)

The Catholic Church in China registered 48,556 baptisms in 2017, reflecting the missionary strength of the Catholic communities there. The figures are likely incomplete, given the difficulty of procuring data from Catholic communities in the rural parts of China. But the numbers still "reflect the vitality and the missionary dynamism of a community that fully lives faith," said the organisation conducting the annual survey: The Faith Institute for Cultural Studies, a church-run organisation based in Shijiazhuang. The province of Hebei – which consistently has the highest number of baptisms each year of all the Chinese provinces – topped the list again with 11,899.



## Paul VI and Oscar Romero will be canonized (CNA)



The Vatican announced that Pope Francis has recognized a second miracle allowing five people on the path to sainthood to be canonized, the most prominent being Bl. Pope Paul VI and Bl. Oscar Romero. With a second miracle approved, the path has been cleared for a date to be set for the canonization of each of the five candidates, allowing them to officially be declared a saint. Though no date has yet been announced, both Paul VI and Oscar Romero are expected to be canonized together during the Synod of Bishops in October.

## Stephen Hawking, Member of PAS, Dies at 76 (zenit)

Vatican media announced the death of British astrophysicist Stephen Hawking, at 76. Author of the scientific theory that the creation of the universe "doesn't require the intervention of a supernatural being or a god," Hawking was elected member of the Pontifical Academy of Sciences in 1986. He was decorated by the Academy with the Pius XI medal for his studies on "black holes" in 1975. The famous scientist met Pope Francis in November 2016, during the Academy's Plenary Session. Hawking also met three other Popes: Paul VI, in April 1975, John Paul II in October 1981, and Benedict XVI in October 2008.





## Indian Bishops oppose court allowing euthanasia (ucan)

CBCI has opposed Supreme Court allowing euthanasia, saying the Indian constitution and teachings of the Catholic Church assert the right to life, and those teachings do not include right to die within its scope. "No one can in any way permit the killing of an innocent human being, whether a foetus or an embryo, an infant or an adult, an old person, or one suffering from an incurable disease, or a person who is dying," the bishops said in response to recent court verdict. Euthanasia is immoral according to Catholic teachings, they said.



## Patriarch Sako: Nominated for the Nobel Peace Prize 2018 (asianews)



Mar Louis Raphael Sako, the Patriarch of Babylon and Head of the Chaldean Catholic Church, has been named for the 2018 Nobel Peace Prize. For him receiving a prize "is not important", he said. What counts is "the symbolic value of the gesture" because it helps "keep alive the focus on the Iraqi people, on the Christian community", which is still today the victim of attacks. It also helps working "for the future of the country". Becoming a nominee for the prize "flow from this and represents an extraordinary contribution to overcoming marginalisation and indifference towards our suffering and that of other minorities."

## Church in India marks 5 years of Pope Francis (cruxnow)

Cardinal Oswald Gracias of Bombay, Apostolic Nuncio Archbishop Giambattista Diquattro and 33 bishops from all over India celebrated Holy Qurbana to mark the 5th anniversary of the election of Pope Francis. The bishops also held a half-hour of Eucharistic adoration to mark the day. Cardinal Gracias, who is president of the CBCI, said the bishops were also praying for all bishops in India and the rest of Asia, that they understand and put in the practice the "mind of the Holy Father - inspired by the Holy Spirit - on how to live their episcopacy and be bishops of today: Beacons of mercy and good shepherds."



## BISHOP'S DIARY

APRIL - 2018

- |      |   |           |   |
|------|---|-----------|---|
| 1st  | Easter - Cathedral                      | 14th      | Communion & Confirmation - Sakinaka     |
| 4th  | Curia Meeting - Bishop's House          | 15th      | Communion & Confirmation - Vasai (East) |
| 5th  | Blessing of School - Boisar             | 16th-17th | Eparchial Ordination - Sagar            |
|      | Visit to Thalwada                       | 18th-21st | CLC Meeting - Kakkanad                  |
| 7th  | Communion & Confirmation - Malad (West) | 22nd      | Ordinations - Panvel                    |
| 8th  | Qurbana - Chembur                       | 25th      | Curia Meeting - Bishop's House          |
| 10th | Presbyterium & Recollection             | 26th      | Communion & Confirmation - Akhurdi      |
| 11th | Curia Meeting - Bishop's House          | 28th      | Communion & Confirmation - Powai        |
| 13th | MPC - Panvel                            |           |   |

# 50th Wedding Anniversary

6th May 2017



*Wishing you both  
all the happiness and  
the best of health,  
together in the  
years to come..*

*With prayerful wishes from  
Leo, Leena, Roy, Smitha,  
Adrian, Nikhita, Rohan, Arnel  
and all your loved ones.*

*Household and Car Shifting Peoples*



**The Ultimate Movers**



An ISO 9001:2008 Certified Company



**Domestic / International / Local**

- Packing • Handling • Unpacking
- Transportation • Insurance
- Warehousing • Car Transportation

വീട്ടുസാധനങ്ങൾ പ്രൊഫഷണലായി പായ്ക്ക് ചെയ്ത്  
ഇൻഷുറൻസോടുകൂടി കേരളം ഉൾപ്പെടെ  
ഇന്ത്യയിലെവിടെയും തിരിച്ചും എത്തിക്കുന്നു.

തൃശ്ശൂർ, കൊച്ചി, കണ്ണൂർ, തിരുവനന്തപുരം  
തിരുവല്ല, അടൂർ, കോട്ടയം,

**Tel.: 022 - 25915959 / 25913737**

**MR. JOHN P. CHERIAN**  
Cell : 9892191241

Off.: 44/1, Saidham Arcade, P. K. Road, Near St. Mary's School, Mulund (W), Mumbai - 80.  
Email : jollyspeedcargo@gmail.com, Web.: www.jollyspeedcargo.com

**Andheri : 9892191241 | Kalyan : 9833696920 | Navi Mumbai : 9833697030**

**COCHIN • MUMBAI • BANGLORE • CHENNAI • DELHI • AHMEDABAD • HYDERABAD**





Interactive class by Dr. Finto Francis



Innauguration of Women's day celebrations by H.E. Mar Thomas Elavanal, Bishop of Kalyan



First time in the History of KMS, 900 mothers from the different parishes participated in the Women's day Celebrations



Prayer Dance by Goregaon East parish



Dance by Kharghar parish



Dance by Kalyan forane I



Dance by Kalyan Forane II



Dance by Kalyan forane III



Dance by Kalyan Forane IV



Dance by kalyan forane V



Dance by Kalyan Forane IV



Dance by Kalyan Forane IV

## Conclusive Statements of the 8th meeting of the 11th Pastoral Council meeting held on 10th March 2018 at Bel Air Hospital in Panchgani

### Respect and care for elders:

1. The Sacramental needs of those who are less mobile or immobile are to be catered to especially on important and obligatory days and on first Fridays.
2. At the parish level, there shall be provisions for the special care to help elders especially those with lesser mobility or housebound.
3. The Associations of Pithruvedi, Mathrusangam, and the Youth shall form teams of volunteers for the visits and forms of helps such as paying pay utility bills, charge mobile phones etc.
4. The eparchial associations shall take up different formative sessions for the elders and the youngsters to facilitate good relationship and cooperation.
5. Parish level പകൽവീട് (Pakalveedu similar to Day club) to create a place of gathering for the elders of the parish.
6. The administrative bodies at the parish, forane, and eparchial levels shall be created with sufficient number of elders and the youngsters.
7. It is the duty of the elders of the parish to accept the youngsters as they are and give them responsibilities in different activities without being judgemental about the outcome.
8. Pithruvedi shall take up initiatives to avail government subsidiaries and other services for the senior citizens.
9. Social Security Scheme in the Eparchy has a one-time plan of extending some financial help to its bedridden members towards their palliative care.

10. The catechism and youth departments of the eparchy shall promote 'SAFE' (Stand for Elders) program in all parishes.

### Parish, Forane and Pastoral Council meetings:

1. All meetings shall be structured and should only on the agenda and shall maintain the allotted time for each topic.
2. The matter for discussions for the four meetings in a year shall be prepared and sent together in advance.
3. The given matter shall be discussed first at Family Unit meeting, and then the reporting of each discussion shall be done in parish council, followed by forane and pastoral councils. Each council should reflect the opinions expressed in the lower bodies.
4. All subsequent councils and the Family unit meetings shall have the reporting from its representatives about the plan of action and conclusive statements taken in the upper councils.
5. As elections are taking place for different executive bodies, there shall be orientation sessions for different councils, as they take charge to explain their duties and scope of activities.

### General:

1. '2018' will be celebrated as 'the Year of Young Spouses and Working Youth Next with the aim of seeking out to them and catering to them pastoral care. The year will be inaugurated on 23 March at Mother of Victory Shrine, Tikunjiniwadi in the starting of Mahatheerthadanam. The detailed programmes of the year will be informed later.
2. 30th year celebration of the Eparchy of Kalyan will be on 1 May 2018 at St Thomas Cathedral Church, Kalyan West.

## Is your Company ISO 9001- 2015 Certified ?????

For Training, Auditing, Documentation and certification of  
ISO 14001, 22000, 27000, OHSAS 18001, HALAL, CEMARKING  
certificates of Dubai, UK, Australia, US and India

Govt approved Certificates:

Contact: :

Babu Mathew  
Director, Lead Auditor ISO

**CHRISMA**

(Affiliated with 'Centre for HR & International Standards')



Office No. 4 Anand Paradise,  
Indralok 6, Mira- Bhayandar,  
Mumbai - 401105

Branches :  
Thane, Pune, Surat, Daman,  
Boisar, Trivandrum & Delhi.

Cell-9768141100, 9769421411 Mail: chrismacert@gmail.com Web: www.chrismacert.com



**Kerygma Bible Quiz Top 5 Rankers Certificate Distribution 2017**







## 1st Death Anniversary

*Those we love don't go away,  
They walk beside us everyday,  
Unseen, Unheard, but always near still loved,  
Still Missed and Very Dear*

*Deeply Missed & Fondly  
Remembered by  
Daughters, Son-in-laws  
and Grand Children*

**ELSY AUGUSTINE**

**Date of Birth: 28th June, 1941**

**Date of Eternal Abode: 13th April 2017**



## 1st Death Anniversary

*Your life was a blessing  
Your memory a treasure  
Loved & respected beyond words  
And missed beyond measure*

*Deeply missed and  
fondly remembered by:*

**Wife** : Omana Francis  
**Son** : Larin Francis  
**Daughter** : Marin Justine  
**Son-in-law** : V.J. Justine  
**Grand daughter** : Alisha Celin

**Shri K.L. Francis**

**Date of Birth: 25-05-1950**

**Date of External Abode: 03-04-2017**



# 1st Death Anniversary

*Unprepared we were that morning  
To bear the sorrow that day would bring  
The call was sudden, The shock severe  
To part with you, 'we loved so Dear'*

*A Light from our Household is gone A voice we loved is stilled,  
A place is vacant in our home Which can never be filled.*

*We miss you, your thoughtful ways,  
With you we spent our Happiest days,  
Deep in our hearts you will Always stay,  
Loved and remembered everyday.*

*Fondly remembered by*

**Wife** : Mary Paul  
**Son** : Jacob Paul  
**Daughter** : Cigi  
**Son-in-law** : Sunil  
**Daughter-in-law** : Niji  
**Grandchildren** : Godwin, Viaan, Janice

**C.C. Paul, Chakkedan House**

**Born: 16-06-1951 Died: 01-05-2017**

*Matunga*

# In Loving Memory 1st Death Anniversary



*Mrs. Darly Lazar*

Left for her heavenly abode on February 18, 2017

What though the radiance  
which was once so bright  
Be now forever taken from my sight,  
Though nothing can bring back the hour  
Of splendor in the grass, of glory in the flower;  
We will grieve not, rather find  
Strength in what remains behind

You are MISSED each and every day,  
for you were SOMEONE SPECIAL  
who meant more than words can say.

Deeply Missed and Lovingly Remembered By:

FAMILY, FRIENDS &  
RELATIVES





# MANGALA CARGO CORPN.

HOUSEHOLD PACKERS & MOVERS

മംഗള കാർഗോ കോർപ്പറേഷൻ

നിങ്ങളുടെ വീട്ടുസാധനങ്ങളും കച്ചവട സാമഗ്രികളും പായ്ക്ക് ചെയ്ത് പൂർണ്ണ ഉത്തരവാദിത്വത്തോടും ഇൻഷുറൻസോടും കൂടി ഇന്ത്യയിൽ എവിടേയും എത്തിക്കുന്നതിനും തിരികെ കൊണ്ടുവരുന്നതിനും ഞങ്ങളെ സമീപിക്കുക.

Own Vehicle

## Contact:

C. L. DAVID VALAPPILA	Dombivali	Thane
9323196882 / 9821222065	8879229738	9167534571

## Branch Office:

Kannur, Calicut, Trichur, Ernakulam,  
Kottayam, Kollam and Trivandrum

Shop No. 1,  
Trishul Terraces,  
Plot No. 36, 37,  
Sector 20, Koparkhairane,  
Navi Mumbai - 400 709  
Tel.: 022 - 2754 6884





Medium Fair, 24 / 155 / B.Sc. IT + PG in C-DAC  
 / Presently working as Sr. Software Engineer  
 in MNC, Pune / Parents settled in Mumbai  
 (Kalyan) / 0251-2330880 / 9423986262 /  
 9422106501 / johnmary1984@gmail.com  
**GOC201848038**



Fair, 24 / 163 / 62 / MBBS (From Mumbai) /  
 Preparing for MD entrance exam / Parents  
 from TCR & Ernakulam / 022-24446969 /  
 9821021781 / ajohn@jtent.in  
**GOC201746649**

SMRC Girl, Medium / 26 / 153 / 55 / B.Sc.  
 Nursing / Working in Ireland / Settled in  
 Mumbai / Parents from Kottayam /  
 9323793818 / 9768606790 /  
 varghese.jc62@gmail.com  
**GOC201848590**



SMRC Mumbai based - Fair, 33 / 5.4 / 65 /  
 Hotel Management / Presently working in  
 Dubai / Parents from TCR /  
 9619889640 / 9769335989  
 jeevan\_7bom@yahoo.com  
**GOC201848436**



**THANKSGIVING TO ST. JUDE**  
 Sebastian — Malad (East)

## Hearty Welcome to St. Thomas Cathedral Kalyan (West)

On the occasion of the completion of 25 years of the establishment of St. Thomas Cathedral Church and Pilgrim Centre, Bishop Mar Thomas Elavanal requested for the grace of Indulgentiam Plenariam for the Cathedral Church to Penitenzieria Apostolica, Rome. Now the Cathedral Church has the privilege of Plenary Indulgence till 31st July 2018. It is indeed a blessed opportunity for all the faithful of the eparchy to avail this grace by means of pilgrimage to the Cathedral.



His Holiness Pope Francis has benevolently granted the grace of plenary indulgence to St. Thomas Cathedral & Pilgrim Centre, (Kalyan West) Through Bishop Mar Thomas Elavanal

### Plenary Indulgence is granted on all days by the following conditions

- ❖ Sacramental Confession ❖ Eucharistic Communion
- ❖ Prayer for the intention of the Pope

### Liturgical Services on all the days of the week:

6.00 pm - Holy Rosary in the Eucharistic presence  
 6.00 pm to 6.30 pm - Confession  
 6.30 pm - Holy Qurbana

**On Wednesdays:** Novena to Mother Mary after the Holy Qurbana

**On Sundays:** Novena to St. Thomas after the Holy Qurbana

### First Friday of the Month

6.30 pm - Holy Rosary  
 7.00 pm - Adoration  
 7.30 pm - Holy Qurbana

### Last Friday of the Month

4.00 pm to  
 6.00 pm - Confession  
 6.00 pm - Holy Rosary  
 6.30 pm - Holy Qurbana  
 7.15 pm - Adoration

### Q. WHAT IS A PLENARY INDULGENCE?

The plenary indulgence is a remission before God of the temporal punishment due to sins whose guilt has already been forgiven, which the faithful Christian who is duly disposed gains under certain prescribed conditions through the mediation of the church.

### Q. HOW TO RECEIVE THE PLENARY INDULGENCE?

To receive indulgences, it is necessary that the faithful be in the state of grace. In addition, receive the Sacraments of Confession and Holy Eucharist and pray for the intentions of the Pope (1 Our Father, 1 Hail Mary, 1 Glory be...).

### Q. WHO CAN RECEIVE THE PLENARY INDULGENCE?

Indulgences can be gained either to oneself or to the bedridden or to the souls of the deceased.



# EPARCHY OF KALYAN 30<sup>TH</sup> YEAR

## *Celebration*

on May 1, 2018 at St. Thomas Cathedral, Kalyan West

Programmes: 4.00pm Holy Qurbana | 5.30pm Public Meeting

### നന്ദി.... നന്ദി.... നന്ദി....

അവർണ്ണനീയമായവിധത്തിൽ നമ്മെ അനുഗ്രഹിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന സർവ്വശക്തനായദൈവത്തിന് തങ്ങളുടെ നിരന്തരമദ്ധ്യസ്ഥതയിലൂടെ കൂടെസഞ്ചരിക്കുന്ന പരിശുദ്ധ കന്യകാമറിയത്തിനും മാർത്തോമാശ്ലീഹായ്ക്കും സകലവിശുദ്ധർക്കും, കാല്പനികരും കഴിവുറ്റവരുമായ നേതൃനിരയ്ക്കും പ്രത്യേകിച്ച് അഭിവന്ദ്യ മാർ തോമസ് ഇലവനാൽ പിതാവിനും, ആത്മസമ്മർഷണത്തിലൂടെ രൂപതയെ വളർത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന വൈദികർക്കും സന്യസ്തർക്കും അൽമായ നേതാക്കൾക്കും ഉദാര മനസ്ക്കരായ സഹായികൾക്ക്, വിശ്വസ്തരും സ്ഥിരപരിശ്രമികളുമായ രൂപതാംഗങ്ങൾക്ക്



EPARCHY OF KALYAN

2018

### 2018 - YEAR OF YOUNG SPOUSES AND WORKING YOUTH

**Objective:** To identify and accompany the working youth and young spouses, giving effective pastoral care to them.

#### INAUGURATION:

on March 23, 2018

at Mother of Victory Shrine, Tikunjinwadi.



**WHY  
SETTLE  
FOR  
LESS?**



## **SME LOAN**

Get Hassle-free  
Federal Bank  
SME Loans  
for small  
businesses



## **CAR LOAN**

Get 100%  
funding with  
lower EMIs  
on Federal Bank  
Car Loans



## **SALARY ACCOUNT**

Enjoy 80%  
overdraft  
facility with  
Federal Bank  
Salary Account



## **HOME LOANS**

Enjoy lower  
EMIs with  
30 years  
repayment  
on Federal Bank  
Home Loans



## **FEDBOOK SELFIE**

Enjoy instant  
transactions  
on opening  
a FedBook  
Selfie Account



24x7 PHONE BANKING  
1800 425 1199  
1800 420 1199

+91 484 2630994/5 (NRI)

[www.federalbank.co.in](http://www.federalbank.co.in)

**FEDERAL BANK**  
YOUR PERFECT BANKING PARTNER

www.southindianbank.com |  /thesouthindianbank



# LOCK YOUR ACCOUNT BE SAFE DIGITAL -LOCK



SIB Mirror+

Lock or unlock your account from  
anywhere, at the touch of a finger.  
Protect all your digital transactions.

Download from



Toll Free (India): 1800-843-1800, 1800-425-1809 (BSNL),  
Email: sibcorporate@sib.co.in, CIN : L65191KL1929PLC001017