

Kalyan Lantern

MAHBIL/2015/63218 | MNE/353/2024-26 | MR/Tech/WPP-323/NE/2024-26

JUNE 2024

Vol. 10 | Issue 01 | MUMBAI | 32 Pages | Price: ₹17/-

BACK TO SCHOOL
Let's Dream Big



Welcome

**Msgr. Fr. Cyriac
Kumbattu**

As the Protosyncellus of
the Eparchy of Kalyan.

We wish you much joy and
growth in this new chapter.



Thank you

**Rev. Fr. Dr. Francis
Eluvathingal**

For your hard work and selfless service as
the Protosyncellus of the Eparchy of Kalyan.

We wish you continued success in
your new role as the President of the
Major Archiepiscopal Tribunal of
the Syro-Malabar Church.





Hope and Guidance in Today's Education

As we prepare for the reopening of schools and the commencement of a new academic year, our attention is drawn to the various challenges facing academia. The hustle and bustle of parents procuring supplies, teachers refining curricula, and students bracing themselves for yet another year underscore the hectic pace at which education operates. Indeed, our education system has evolved into a whirlwind of activity, presenting both students and educators with formidable tasks.

Amidst all this activity, the Lantern team understands how important it is to take a moment to consider how we can best help our students, parents, and teachers on their academic journey. Our commitment extends beyond mere intellectual development; we are equally concerned with nurturing the emotional, moral, and spiritual growth of our youngsters.

Chief among the challenges we confront is the pervasive pressure put on children to excel academically, often driven by societal expectations and/or parental ambitions. In this edition, we explore the complexities of parental influence and the unique challenges parents face while bringing up a generation who are digital natives. The relationship between parents and children forms the bedrock of educational experience, necessitating a delicate balance between encouragement and pressure. Our

children deserve affirmation and understanding, not burdensome expectations that breed anxiety and disillusionment.

Furthermore, we recognize the importance of equipping our children with the tools to navigate academic challenges with resilience and fortitude. In a world characterized by competition and adversity, academic competence alone is insufficient. Our duty as educators and parents is to instill in our children a sense of hope, motivation, and faith, which will enable them to navigate life's obstacles with grace and perseverance.

Integral to this endeavor is our acknowledgment that education encompasses the holistic development of an individual. Beyond academic proficiency, we must aspire to cultivate compassion, resilience, and faith in our children. Let us unite - as a community of parents, educators, and mentors - to create an environment where our children can flourish spiritually, intellectually, and emotionally. Together, let us commit ourselves to the sacred task of fostering the light within each child, illuminating a world in need of their brilliance.

Yours in faith and education,

Fr. Dr. Rajesh Mathew
Editor-in-Chief



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

JUNE 2024

Vol. 10 | Issue 01

PATRON

Bishop Mar Thomas Elavanal

CHAIRMAN

Msgr. Cyriac Kumbattu

EDITOR-IN-CHIEF

Fr. Dr. Rajesh Mathew

ASSOCIATE EDITOR

Fr. Jojit Johny

MARKETING MANAGER

Fr. Dr. George Vattamattathil

CIRCULATION MANAGER

Fr. Tony Kochuveetil

EDITORIAL BOARD

Fr. Jitin Shaju Kottarathil

Fr. Rayson Joseph MCBS

Fr. Savio Pandiyalackal

Fr. Albin Koonammavu (KMC Rep)

Mr. Joseph Mathew

Mr. Austine Jose Vattakkattu

Mr. V S Chacko

Mr. John Kurian

Ms. Rini Kunjuvareed

Ms. Divya Joseph

Ms. Ann Vigi

OFFICE SECRETARY

Mr. Joseph Chiramal

DESIGN & LAYOUT

Mr. Josemon Vazhayil

Diocese of Kalyan, Plot No. B/38, P.B. 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 MAHBIL/2015/63218 | MNE/353/2024-26

The Crucible of Parental Pressure: Moulding Diamonds or Crumbling Coals?

JUNE 2024

04

KALYAN LANTERN



Rosily Thomas

St. Thomas Forane Church, Borivali

Parental pressure as a catalyst

Every parent harbours dreams and aspirations for their children. However, parental pressure exerted in a supportive manner, can indeed serve as a catalyst for excellence in children. These parents may set high standards for their children having understood their potential. They provide constant support and guidance through positive discussion with the child and collaboration with the educators. The parent being an important figure in child's life, children are motivated to strive for excellence. The structure and discipline imparted by parents cultivate the qualities essential for success in today's competitive



world. Such supportive parents create an environment where failure is seen as a learning opportunity rather than a source of punishment or distress. Under their guidance, children may strive to reach their full potential, just as the right amount of heat and pressure transform carbon into diamonds. They then shine brightly like polished diamonds in their chosen path and career.

Negative impact of pressure

While the right degree of parental pressure is necessary for children to grow and blossom into a brilliant individual, excessive pressure may lead to their fragmentation and disillusionment, much like coal crumbling under immense pressure. Overwhelming parental expectations and demands can crush children's spirits and undermine their self-esteem. When parents impose unrealistic standards or prioritize academic achievement, cultural and societal expectations over their children's happiness and mental health, it may lead to stress, anxiety and depression.

Unfulfilled dreams of parents

It is often seen that the unfulfilled dreams of parents are reassigned to their children. When these dreams are imposed, ignoring the capacities and aptitude of children, it stifles their individuality and strains relationships. Being the vessel for their parents' unfulfilled dreams they may feel pressured to conform to expectations that are not their own, leading to feelings of inadequacy, resentment, and even rebellion. They might feel trapped in a role that does not align with their true self and may experience anxiety and low self-esteem. Breaking free from this cycle requires open communication between children and parents wherein the child is encouraged to articulate his inclinations and passions freely with his parents. An empathetic approach from parents will enhance their confidence. Only in such an open environment can children reclaim their autonomy and pursue a future that is truly their own.

Rejection of authenticity through comparison

Parents often compare their children to their siblings or friends and judge them for being different. Parents do this to inspire them to excel and to instil a sense of competition so that they may strive for perfection. Instead, it often breeds feelings of alienation rather than collaboration as they are constantly pitted against their peers. The relentless comparisons often overshadow authenticity and overlook the unique strengths, talents, and aspirations of children hindering the journey toward self-discovery and personal growth. Comparisons, ingrained in social norms and reinforced through family dynamics, set the stage for self-doubt and insecurity in children forcing them to navigate a landscape defined by external standards rather than authenticity. Instead of flourishing, they may wilt under the pressure. Sadly, many parents are either unaware of or deny that they are their children's primary source of external pressure. By valuing each child's unique qualities and potential, we can empower them to embrace their authenticity and thrive as their true selves.



Unique identity of children

An important aspect parents need to bear in mind is that every child is unique - with their own interests, strengths, limitations and learning styles. Parents' role is to identify their children's individuality and encourage them to pursue their passions, rather than imposing their own aspirations onto them. It is through this recognition of uniqueness that we can truly empower and uplift each child in their life's journey.

Kahlil Gibran in his famous book **The Prophet** talks about the unique identity of every child:

Your children are not your children

*They are the sons and daughters of life's longing for itself
They come through you but not from you
And though they are with you yet they belong not to you*

*You may give them your love but not your thoughts
For they have their own thoughts....*

.....You may strive to be like them

But seek not to make them like you

*For life goes not backward, nor tarries with
yesterday*

Just as diamonds are carefully crafted under controlled pressure, children thrive when exposed to moderate and supportive parental guidance focusing on their uniqueness, while excessive pressure can lead to adverse outcomes akin to crumbling coals. Like skilled artisans, parents must apply pressure with precision bearing in mind the potential of each child.

Fostering Empowerment

It is important to create a nurturing home environment where the child feels safe to express himself, take risks, and make mistakes. Parents will be able to decipher their thought patterns by paying close attention to children's preferences, interests and noting the activities they gravitate towards. By listening to them parents can gather valuable insights into their

individual capacities and inclinations. Once the child's interests are identified, it is necessary to encourage them in pursuing those activities by enrolling them in classes or clubs related to their interests and providing them with the required resources or by simply engaging in conversations about their passions. Involving them in volunteering, attending workshops, camps or engaging in community projects will provide opportunities for their multifaceted growth. Achievements and milestones should be celebrated by acknowledging their efforts and progress, no matter how big or small.

Nurturing Spiritual Intelligence

Children's spiritual intelligence needs to be nurtured alongside their intellectual, emotional, and social intelligences for a well-rounded and balanced personality. Through faith in the Almighty, children come to understand their identity as beloved children of God with unique talents and strengths. This awareness instills a sense of purpose and significance, empowering children to pursue their dreams and aspirations with confidence and conviction. Believing in divine providence can inspire children to dream big and set goals. Therefore, imparting unflinching faith in God and nurturing their spiritual intelligence is necessary to their well-being. Parents should strive to model the values of their faith, like love, kindness, honesty, humility, forgiveness, and service to others, in their own lives. Children who embrace these values are equipped with a strong moral compass that guides their behavior and decisions in all aspects of life.

A child's life is akin to clay in the hands of parents. Moulding his future is in the hands of parents. A nurturing approach rooted in support, understanding and unconditional love will help them shine like diamonds in all aspects of life.

“If we don't shape our kids, they will be shaped by outside forces that don't care what shape our kids are in.” says Dr. Louise Hart.



ഡിജിറ്റൽ യുഗത്തിലെ പേരന്തിംഗ്



Fr. Dr. Sajith Cyriac
Vice-Principal, St. Paul's College, Bangalore.
General Editor, St. Paul's & Better Yourselves Books, Mumbai.

നാമായിരിക്കുന്ന പുതിയ ഡിജിറ്റൽ യുഗം രക്ഷാകർതൃത്വത്തിന്റെ മുഖഛായ മാറ്റിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ഇന്ന് മാതാപിതാക്കൾ ഇതുവരെ അഭിമുഖീകരിച്ചിട്ടുള്ളതിലും കൂടുതൽ വെല്ലുവിളികളിൽ കൂടിയാണ് കടന്നുപോകുന്നത്. മക്കളുടെ ഡിജിറ്റൽ പെരുമാറ്റങ്ങളെപ്പറ്റിയും ശീലങ്ങളെപ്പറ്റിയും പരാതിപ്പെടുകയും പഴിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന മാതാപിതാക്കൾ അറിയുന്നില്ല. ഒരു പരിധിയോളം സ്വന്തം ഭാഗത്താണ് തെറ്റിപ്പോകുന്നത്. ശരിയായ ഉദ്ദേശശുദ്ധിയുണ്ടെങ്കിൽ മാത്രം പോരാ, തെറ്റായ സമീപനങ്ങളിലൂടെയും രീതിയിലൂടെയും ഇന്നത്തെ തലമുറയെ വളർത്തുവാൻ ശ്രമിച്ചാൽ നെഗറ്റീവ് ഫലങ്ങൾ മാത്രമേ കിട്ടുകയുള്ളൂ.

രക്ഷാകർതൃത്വം ഒരു കലയാണ്. പ്രത്യേകിച്ച് ഡിജിറ്റൽ സമൂഹത്തിൽ മുങ്ങിക്കിടക്കുന്ന പുതിയ തലമുറയിലെ കുട്ടികളെ വളർത്തിയെടുക്കുമ്പോൾ മാതാപിതാക്കൾ പല കാര്യങ്ങളിലും ശ്രദ്ധാലുക്കളാകണം.

ഡിജിറ്റൽ പേരന്തിംഗ് ശൈലികൾ (Digital Parenting Skills)

ഓരോ മാതാപിതാക്കളും അവരുടെ മക്കളെ വളർത്തിക്കൊണ്ടുവരുന്നത് പലവിധ ശൈലികളിലാണ്. ഡിജിറ്റൽ യുഗത്തിൽ മാതാപിതാക്കളും മക്കളും തമ്മിലുള്ള ബന്ധത്തെ സാധിനിക്കുന്ന നാല് (4) ശൈലികൾ ഉണ്ട്. ഓരോ ശൈലിക്കും അതിന്റേതായ സവിശേഷതകളും അനന്തരഫലങ്ങളും ഉണ്ട്.

A. സോഷ്യലിസം രക്ഷാകർതൃത്വം (Authoritarian Parenting)

അമിതമായ കർശനവും നിയന്ത്രണവും ഉള്ള മാതാപിതാക്കൾ ഡിജിറ്റൽ ഉപയോഗത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ കഠിനമായ അനുസരണം മക്കളിൽ നിന്നും ആവശ്യപ്പെടുന്നു. അവർ കുട്ടികളുടെ സാമൂഹ്യതയോ കഴിവുകളോയോ പരിഗണിക്കുന്നില്ല. “നീ മൊബൈലിൽ തൊട്ടുപോകരുത്” എന്ന് നിയ

ന്ത്രണം വയ്ക്കുകയും അത് പാലിക്കപ്പെടാതെ വരുമ്പോൾ മക്കൾക്ക് കഠിനമായ ശിക്ഷ നൽകുകയും ചെയ്യുന്ന മാതാപിതാക്കളെ മക്കൾക്ക് ഉൾക്കൊള്ളുവാൻ സാധിക്കുകയില്ല. അവരത് തുറന്ന് പ്രതികരിച്ചില്ലെങ്കിലും അവർക്കുള്ളിൽ അമർഷവും ഭയവും നിറയുകയും വ്യക്തിബന്ധങ്ങളെ ശത്രുതാ മനോഭാവത്തോടെ നോക്കിക്കാണുകയും ചെയ്യുന്നു. മാതാപിതാക്കളുടെ ശ്രദ്ധാവലയത്തിൽനിന്നും പുറത്തുവരുമ്പോൾ കുട്ടികൾ ഓൺലൈനിൽ ആക്രമണാസക്തിയും പരിഭ്രാന്തിയും പ്രകടിപ്പിക്കുന്നു.

B. അനുവദനീയമായ രക്ഷാകർതൃത്വം (Permissive Parenting)

മാതാപിതാക്കൾ മക്കളെ അവരുടെ 'തോന്നുപടി' ഡിജിറ്റൽ ഉപകരണങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുവാൻ അനുവദിച്ചു കൊടുക്കുന്ന ശൈലിയാണിത്. എന്റെ മോൻ / മോളെ സന്തോഷിക്കട്ടെ എന്ന ആഗ്രഹത്തോടെ ചോദിക്കുന്ന മൊബൈൽ വാങ്ങിക്കൊടുത്ത് അവരുടെ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിൽ കൈകടത്തില്ല എന്ന വിചാരത്തോടെ നിശബ്ദനുമതി നൽകുന്ന മാതാപിതാക്കളാണിത്. ഇങ്ങനെയുള്ള മാതാപിതാക്കൾ മൂലം വളർന്നു വരുന്ന കുട്ടിക്ക് ആത്മനിയന്ത്രണം ബുദ്ധിമുട്ടായി വരുന്നു. അവർ ഒരിക്കലും പരിധികൾ മനസ്സിലാക്കാതെ അമിതമായ ഡിജിറ്റൽ ഉപയോഗത്തിലേക്കും അനാരോഗ്യകരമായ ശീലങ്ങളിലേക്കും നയിക്കപ്പെടുന്നു.

C. അശ്രദ്ധമായ രക്ഷാകർതൃത്വം (Neglectful Parenting)

വളരെ ഹാനികരമായ രക്ഷാകർതൃ ശൈലിയാണിത്. കുട്ടികൾ ഡിജിറ്റൽ മീഡിയയിൽ ചെയ്യുന്ന ഒരു കാര്യത്തിലും കൈകടത്താതെ ഉദാസീനതയോടെ ജീവിക്കുന്ന മാതാപിതാക്കളുണ്ട്. അതിരുകളുടെയും മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശങ്ങളുടെയും അഭാവത്തിൽ, അശ്രദ്ധമായ രക്ഷാകർതൃത്വത്തിലൂടെ വളർന്നു വരുന്ന കുട്ടികൾ അനഭിലാഷണീയവും സാമൂഹ്യവിരുദ്ധവുമായ ഓൺലൈൻ പെരുമാറ്റങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു. അവർ ബന്ധങ്ങൾക്ക് വിലമതിക്കുന്നില്ല. തങ്ങളുടെ വൈകാരികാവശ്യങ്ങൾ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുവാൻ തുനിയുന്നതിനിടയിൽ അനാരോഗ്യകരമായ ഓൺലൈൻ ബന്ധങ്ങളിൽ കൂടുമ്പോൾ, രക്ഷാകർതൃപിന്തുണയുടെ അഭാവത്തിൽ ഡിജിറ്റൽ ലോകത്തിലെ പ്രശ്നങ്ങളെ അഭിമുഖീകരിക്കുവാൻ അവർക്ക് ഭയവും ഉണ്ടാകുന്നു.

D. ആധികാരിക രക്ഷാകർതൃത്വം (Authoritative Parenting)

മാതാപിതാക്കളും മക്കളും തമ്മിലുള്ള ബന്ധത്തെ സഹായിക്കുന്നതും മക്കളെ സ്വയം പര്യാപ്തമാക്കുന്നതുമായ ശൈലിയാണിത്. ഡിജിറ്റൽ മീഡിയ ഉപയോഗിക്കുവാനുള്ള മതിയായ സ്വാതന്ത്ര്യം നൽകു

ന്നതോടൊപ്പം കുട്ടികളിൽ നിന്നും വ്യക്തിഗത ഉത്തരവാദിത്തം (Personal responsibility) ആവശ്യപ്പെടുന്നവരാണ് ഈ കൂട്ടം മാതാപിതാക്കൾ. തങ്ങളുടെ നിബന്ധനകൾ അടിച്ചേൽപ്പിക്കാൻ ശ്രമിക്കാതെ കുട്ടികളുമായി സംസാരിക്കുകയും, പരസ്പരധാരണയിലൂടെ ചില അതിർവരമ്പുകൾ ഉണ്ടാക്കുകയും അത് പാലിക്കുവാൻ അവരെ പ്രബുദ്ധരാക്കുകയും ചെയ്യുന്ന മാതാപിതാക്കളാണ് ഡിജിറ്റൽ യുഗത്തിന് ആവശ്യം. ഇങ്ങനെയുള്ള മാതാപിതാക്കളോട് മക്കൾക്ക് ബഹുമാനവും, ആദരവും ഉണ്ടാകും. ഇങ്ങനെ വളർന്നുവരുന്ന കുട്ടികളിൽ പകുത നിറഞ്ഞ ഇടപെടലുകളും പെരുമാറ്റരീതികളും ദർശിക്കുവാൻ സാധിക്കും.

മാതാപിതാക്കൾ കൊടുക്കുന്ന സമയവും മാതൃകയും

ഇന്ന് പല മാതാപിതാക്കളും വ്യക്തിപരമോ, ജോലിയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട കാര്യത്തിനായോ ഡിജിറ്റൽ ടെക്നോളജിയെ അമിതമായി ആശ്രയിക്കുന്നു. എന്നാൽ അവരുടെ ഡിജിറ്റൽ ഉപയോഗം പരിധി കവിയുമ്പോൾ അത് അവരുടെ കുട്ടികളിൽ പ്രതികൂല സ്വാധീനം ചെലുത്തുന്നു. “മക്കൾക്ക് മാതാപിതാക്കൾ നൽകുന്ന സമയത്തോളം മറ്റൊന്നും വരികയില്ല” എന്ന് പ്രശസ്ത ചൈൽഡ് സൈക്കോളജിസ്റ്റ് സെൽമ എച്ച്. ഫ്രെഞ്ചെർഗ് പറയുന്നു. കൂടെക്കൂടെയുള്ള ഫോൺവിളിക്കും മറ്റു ഡിജിറ്റൽ ഉപയോഗത്തിനുമായി അനാവശ്യമായ സമയം എടുക്കുന്ന മാതാപിതാക്കൾ അവരുടെ മക്കളോട് പറയാതെ പറയുന്ന കാര്യം ഇതാണ്: “മറ്റുള്ളവരും മറ്റുള്ള കാര്യങ്ങളും എനിക്ക് നിന്നെക്കൊള്ളും പ്രധാനപ്പെട്ടതാണ്.”

മാതാപിതാക്കളുടെ സ്ക്രീൻ ലോകത്തിലെ ആരവങ്ങൾക്കിടയിൽ ശ്രദ്ധിക്കപ്പെടാതെ പോകുന്ന ഒരു പാട് മക്കൾ നമ്മുടെ ഭവനങ്ങളിൽ ഉണ്ട്. “ഞാൻ അവഗണിക്കപ്പെടുന്നു.” എന്ന തോന്നൽ മക്കളുടെ, പ്രത്യേകിച്ച് കുറുപ്പുകളുടെ ഇളം മനസ്സിലേക്ക് ചേക്കേറിക്കഴിഞ്ഞാൽ മാതാപിതാക്കളിലുള്ള അവരുടെ വിശ്വാസവും സുരക്ഷിതത്വബോധവും നഷ്ടപ്പെടുകയും അവർക്കിടയിലെ ബന്ധത്തിനു വിടവുണ്ടാകുകയും ചെയ്യുന്നു.

രക്ഷിതാക്കളുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്കായി സ്ക്രീനുകളുമായി മത്സരിക്കേണ്ടി വന്ന കുട്ടികളുടെ അവസ്ഥ ഓർത്തുനോക്കുക. മാതാപിതാക്കളുടെ സമയവും ശ്രദ്ധയും പരാജയപ്പെടുന്നിടത്ത് മക്കൾ അവരുടെതായ ഓൺലൈൻ ലോകം തേടും. അവിടെ അപരിചിതൻ അവരെ സ്വീകരിക്കാൻ തയ്യാറായി നിൽക്കുന്നുമുണ്ട്. ചില മാതാപിതാക്കൾ സ്വന്തം സൗകര്യങ്ങൾക്കായി കുറുപ്പുകളുടെ കൈകളിൽ മൊബൈൽ കൊടുത്ത് അവരെ നിശബ്ദരാക്കുന്ന പ്രവണതനാം കാണാറുണ്ട്. ഇത്തരത്തിലുള്ള കുറുക്കുവഴികൾ മാതാപിതാക്കൾ തിരഞ്ഞെടുക്കുമ്പോൾ മക്കൾ



ഗുരുതരമായ ഡിജിറ്റൽ ആസക്തിയിലേയ്ക്ക് കുടുംബാംഗങ്ങൾക്ക് പെരുമാറ്റരീതികളിലേക്കും നയിക്കപ്പെടുന്നു എന്ന് അവർ മനസ്സിലാക്കുന്നില്ല.

ക്ലിനിക്കൽ സൈക്കോളജിസ്റ്റായ കാതറിൻ സ്റ്റേയ്ൻ - അഡാറിന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ, “കുട്ടികൾക്ക് ആത്മവിശ്വാസവും സുരക്ഷിതത്വവും നൽകുന്നത് മാതാപിതാക്കളോടൊപ്പമുള്ള ഒരുമിച്ചിരിക്കലിലാണ്”. ഇങ്ങനെ ഒരുമിച്ചിരിക്കുന്ന സമയങ്ങളിൽ മക്കൾ ഹൃദയം തുറന്നു സംസാരിക്കുവാനും സ്വയം പ്രകടിപ്പിക്കുവാനുമുള്ള സാധ്യതകൾ വളരെ കൂടുതലാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ മക്കളുമായി എന്നും സംസാരിക്കാനുള്ള ഒരു അന്തരീക്ഷം വീടുകളിൽ ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കുവാൻ മാതാപിതാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതുണ്ട്.

മാതാപിതാക്കളും മക്കളും പരസ്പരം സമയം പങ്കിട്ട് സംസാരിക്കുന്ന സമയങ്ങളിൽ ഒരു ഡിജിറ്റൽ ഉപകരണങ്ങളും വില്ലനായി കടന്നുവരാൻ പാടില്ല. കുറച്ചുസമയം കാത്തിരിക്കാൻ കഴിയാത്തത്ര പ്രധാനപ്പെട്ട ഒരു കോളോ സന്ദേശമോ ഇല്ലായെന്ന് ഓർക്കുക. മക്കളുടെ ജീവിതത്തിലെ ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട വ്യക്തികളായ നിങ്ങൾ ഡിജിറ്റൽ ഉപകരണങ്ങളുടെ അമിതമായ ഉപയോഗം മൂലം പലപ്പോഴും അപ്രാപ്യമാണെന്നുള്ള ധാരണ അവർക്കുണ്ടാകുവാൻ ഇടവരുത്തരുത്.

ഭക്ഷണസമയത്ത് യാതൊരുവിധ gadgetsഉം ഉപയോഗിക്കില്ല എന്ന് ഒരു കുടുംബ നയമായിരിക്കണം. കുടുംബഭക്ഷണ സമയമെന്ന് പറയുന്നത് മാതാപിതാക്കൾക്കും മക്കൾക്കും അവരുടെ വിശേഷങ്ങൾ പങ്കുവയ്ക്കുന്നതിനും വൈകാരികമായി ബന്ധപ്പെടുന്നതിനുമുള്ള അവസരമാണ്. ആ സമയത്ത് നിങ്ങളുടെ ശ്രദ്ധയെ കവർന്നെടുക്കുന്ന ഒരു ഡിജിറ്റൽ കാര്യങ്ങളിലും ഇടപ്പെടാതിരിക്കുക. കുട്ടികൾ എവിടെയെങ്കിലും ഇരുന്ന് ഭക്ഷണം കഴിക്കുക എന്ന രീതി ഒഴിവാക്കി കുടുംബാംഗങ്ങളോടൊപ്പം ഒരുമിച്ചിരുന്ന് കഴിക്കുവാൻ ശീലിപ്പിക്കുക. അതു

പോലെ തന്നെ പ്രധാനപ്പെട്ടതാണ് കുടുംബപ്രാർത്ഥനയുടെ സമയവും. ഒരുമിച്ച് പ്രാർത്ഥിക്കുന്ന കുടുംബം ഒരുമിച്ച് നിൽക്കുമെന്നാണ് പറയാറ്. കുടുംബപ്രാർത്ഥനയുടെ സമയത്ത് പൂർണ്ണമായും ഡിജിറ്റൽ ഉപകരണങ്ങളുടെ ഉപയോഗം ഉപേക്ഷിക്കുക.

പ്രശസ്ത സൈക്കോളജിസ്റ്റ് ആൽബർട്ട് ബന്ററയുടെ സോഷ്യൽ ലേണിംഗ് (Social Learning) സിദ്ധാന്തമനുസരിച്ച്, കുട്ടികൾ മറ്റുള്ളവരുടെ പ്രവർത്തനങ്ങളും ജീവിതശൈലിയും കണ്ടാണ് പഠിക്കുന്നത്. പ്രത്യേകിച്ച്, അവർ മാതാപിതാക്കളുടെ മാതൃക അനുസരിക്കുന്നു. തങ്ങളുടെ മക്കൾ സ്ക്രീൻസമയം അമിതമായി ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ അതിൽ രോഷം കൂലരാകുന്ന മാതാപിതാക്കൾതന്നെ സൗകര്യപൂർവ്വം അതേ പരിപാടികളിൽ മുഴുകുമ്പോൾ, ആ മക്കളുടെ മനസ്സിൽ നിങ്ങളുടെ സ്ഥാനം എന്തായിരിക്കും? നിങ്ങൾക്ക് ചെയ്യാൻ കഴിയാത്തത് നിങ്ങളുടെ മക്കളിൽ നിന്നും പ്രതീക്ഷിക്കുമ്പോൾ എന്ത് ധർമ്മികമുഖ്യം നിങ്ങൾക്കുണ്ട്? ഇത്തരത്തിലുള്ള ഇരട്ടത്താപ്പുകൾ കുട്ടികൾ ഒരിക്കലും അംഗീകരിക്കുകയില്ല. അതിനാൽ മാതാപിതാക്കൾ സ്വന്തം ഡിജിറ്റൽ ഉപയോഗത്തിന്റെ സമതുലിതമായ ഉപയോഗം (Balanced use) മാതൃകയാക്കുന്നത് ഉചിതമായിരിക്കും.

നിങ്ങളുടെ മക്കൾ അതിവേഗം വികസിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഡിജിറ്റൽ സ്ക്രീനുകളുടെ ലോകത്തിലേയ്ക്ക് ഒറ്റയ്ക്ക് യാത്ര ചെയ്യുമ്പോൾ ഒരു രക്ഷാകർത്താവെന്ന നിലയിൽ നിങ്ങളുടെ സാന്നിധ്യവും മാതൃകയും വളരെ അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്. അവരെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിലുപരിയായി, ഉത്തരവാദിത്തമുള്ള ഡിജിറ്റൽ ഉപയോഗങ്ങൾക്കായി അവരെ സജ്ജരാക്കുവാനും, പരസ്പരമുള്ള ബന്ധങ്ങളുടെ ദൃഢത കൂട്ടുവാനും കൂടുതൽ പ്രതീകാത്മകമായ കാര്യങ്ങളെ സമീപിക്കുവാനും അവരെ പ്രാപ്തരാക്കണം എന്നതാണ് ഈ ഡിജിറ്റൽ യുഗത്തിൽ മാതാപിതാക്കളിൽ നിക്ഷിപ്തമായിരിക്കുന്ന കടമ.

Turning setbacks into winning streaks

A guide for students facing academic challenges



Regeena Larry

Educator
St Thomas Forane Church, Borivali

“Our greatest glory is not in never falling, but in rising every time we fall.” – Confucius.

In today's educational landscape, the statistics of students facing depression or anxiety paint a concerning picture. According to federal data, 4 out of 10 students encounter these mental health challenges, with nearly 50 million children experiencing some form of mental disorder. The World Health Organization (WHO) notes that approximately 10-20% of children and adolescents worldwide experience mental disorders. Among the

contributing factors are issues such as a lack of interest, fear of failure, external pressures, low self-esteem, and distractions.

For young parents, these figures are alarming, prompting us to delve deeper into the root causes behind our children's struggles. From lack of motivation to overwhelming external pressures, the challenges can seem insurmountable for both parents and educators alike. This is particularly true for students in the 16-20 age group, aspiring to pursue education abroad, where academic excellence and extracurricular achievements are prerequisites for acceptance.

Despite facing challenges in traditional schooling, Thomas Edison's mother wholeheartedly encouraged her son's interests and unconventional pursuits, which eventually made him a world-renowned inventor. While his school teacher called him "addled", his mother told him that he was gifted. This story highlights the power of nurturing a child's interests and the impact of a conducive learning environment.

As undesirable as it feels, failure is an experience that can be helpful in moulding an individual and making them the best version of themselves! Failure comes along with a range of uncomfortable emotions such as shame, disappointment, sadness, worry, anger, and embarrassment. Rather than struggling with our feelings, it can be more helpful to allow them to be.

Failure shouldn't be looked at as something that cripples us and that should be avoided at all times, we should instead view failure as an opportunity for more success, more growth and more experiences. We cannot live our lives avoiding or being scared of failure. If we're focused more on not failing instead of being focused on succeeding, then we are settling for a life of mediocrity and comfort.

So, how can students facing academic setbacks overcome day to day hurdles? Here are some practical tips to consider:



1. Stay Calm, Stay Focused, Stay Balanced

Encourage your child to maintain a calm demeanor when faced with academic challenges. For example, if they receive a lower grade than expected, guide them to take a few deep breaths and evaluate the situation without panic. Suggest they take a short break, perhaps by going for a walk or engaging in a favourite hobby, to help them regain focus. Encourage them to maintain a healthy balance by ensuring they are not only studying but also engaging in physical activity, socializing, and getting adequate rest.

2. Create a Plan

Help your child create a study plan that targets their areas of improvement. For example, if they struggle with math, work with them to set specific goals, such as mastering algebraic concepts over a two-week period. Break the material into smaller, manageable segments, like tackling one topic each day. Set aside dedicated time for regular study sessions, allowing for breaks to avoid burnout. This structured approach reduces the feeling of overwhelm and helps them track progress.

Failure shouldn't be looked at as something that cripples us and that should be avoided at all times, we should instead view failure as an opportunity for more success, more growth and more experiences. We cannot live our lives avoiding or being scared of failure.



3. Practice and Active Engagement

Encourage your child to actively engage with their study materials. For instance, if they're preparing for a history exam, suggest they create flashcards with key dates and events, or take notes while reading to reinforce learning. They could also form a study group with classmates to discuss the material, allowing them to explain concepts to others, which enhances understanding. Self-quizzing is another effective method; they can create their own quizzes or use online resources for practice.

4. Stay Persistent

Teach your child the value of perseverance, even when progress seems slow. Share stories of successful individuals who faced setbacks but remained determined. For example, you could recount Thomas Edison's numerous attempts to create the light bulb, emphasizing that failure can be a stepping stone to success. If your child struggles with a challenging assignment, remind them that it's okay to make mistakes and that persistence will ultimately lead to improvement.

5. Faith and Prayer

Incorporate faith and prayer into your child's approach to overcoming academic challenges. Encourage them to pray for guidance, strength, and patience. For instance, if they are feeling anxious before an exam, suggest they take a moment to pray for calmness and clarity. Share Galatians 6:9 with them: "Let us not become weary in doing good, for at the proper time we will reap a harvest if we do not give up." This verse can serve as a source of comfort and motivation, reminding them that their efforts will eventually yield positive results.

Apart from this, teachers and parents can encourage a growth mind-set which is essential in helping students bounce back from failure. Fostering a growth mind-set, empowers students to view challenges as opportunities for growth and to persist in the face of setbacks. This mind-set shift can have a profound impact on their motivation towards academic success and overall well-being.

By integrating these strategies with unwavering faith and resilience, students can transform setbacks into opportunities for growth and eventual success. Let faith be their guiding light as they navigate the ups and downs of their academic journey, emerging stronger and more resilient with each hurdle overcome.



BEYOND THE GOODY TWO SHOES: Cultivating Resilience and Authenticity in Children



Jerin Jacob
Educator & Researcher
St. Kuriakose Elias Chavara
Church, Kandivli East

**“Children are not clay
to be moulded but rather
seeds to be nurtured.”
- Jess Lair**

In the usual equation between parents and children, there is bound to be a sensitive balance between nurturing societal norms and inspiring an in-depth exploration of a child's unique strengths. For some parents, raising well-behaved children may be the ultimate success. Well, who wouldn't take pride in a child who follows rules, excels in school and college, and rarely brings about trouble? While it is commonplace for parents to wish for their wards to be proficient on the academic front and to also be socially presentable personalities, there is a potent dark side to bringing up a “goody two shoes” child - the suppression of a kid's innate curiosity and desire for self-exploration.

Famed psychologist Dr. Shefali Tsabary mentions, “When we overprotect our children, we rob them of the opportunity to learn from their own experiences and develop the resilience needed to navigate life's challenges.” On over-protecting children and controlling their behaviours extensively, children are seen grappling with their sense of identity and autonomy. Children need the space to make

mistakes and to learn from them, in the absence of which, they may often find themselves unable to face and address the nuances of real-life issues beyond the structured safe spaces of their homes and educational institutions.

Based on a survey conducted by the American Psychological Association, 72% of parents report feeling challenged by the pressure to bring up “successful” kids, while often likening success to the academic prowess and impeccable

relationship. By nurturing a growth mindset in children and allowing them the space to err as a natural part of their learning process, parents can positively instil in them the will to thrive in an ever-changing world. By actively taking out time to listen to their wards, validating their feelings, and meting out guidance without judgement or bias, parents can build the bond between themselves and their children and empower them to navigate the complexities of adolescence and beyond.

Common Parenting Practices	Ideal Parenting Practices
Emphasise obedience: Parents tend to prioritise discipline and adherence to rules, thus pushing their children to fit societal expectations.	Encourage autonomy: Parents should encourage their children to make their own choices and decisions, thus fostering independence and self-reliance.
Focus on achievements: There's a tendency to gauge a child's worth by their academic success or extracurricular achievements, leading to a consistent pressure to excel.	Value individuality: Instead of solely focusing on accomplishments, parents should recognise their child's unique qualities, interests, and talents, despite societal standards.
Discourage self-expression through micro-management: Parents may unintentionally suppress their child's creativity by enforcing strict expectations.	Foster open communication: Parents should create a safe space for open dialogue that lets children express their thoughts, feelings, and concerns freely, promoting emotional well-being.
Fear of failure: Parents sometimes shield their children from failure or setbacks, afraid that it may impact their confidence or hinder their	Embrace failure as growth: Parents should teach children that failure is a natural part of learning and growth, and offer them opportunities for reflection and improvement.
Jeevan's parents enrolled him in various extracurricular activities to improve his resume, overlooking his penchant for art. As a result, Jeevan felt pressured to excel in areas he didn't enjoy.	Sera's parents encouraged her to explore her interests freely, even if they differed from traditional career paths. This allowed Sera to pursue her passion for environmental activism, leading to personal fulfilment and success.

behaviour of the child. Detrimentially, research also proves that overly controlling parenting styles could lead to higher levels of stress and anxiety in children.

Let's take the case of Aanya, whose parents supervised and micromanaged every detail of her life. While Aanya aced her academic journey, she didn't have the emotional strength and resilience required to address limitations and failures on her own. As she became an adult, she found herself repeatedly being affected by indecision and an inherent fear of making mistakes, thus impeding her personal and professional growth.

What can parents do to strike a balance between raising a well-behaved child and tending to their individuality? The answer lies in promoting an environment of support, motivation, and honest communication within the child-parent

Children who feel encouraged and seen by their parents are more likely to exhibit a strong self-esteem and a sense of self-worth. In fact, research published in the Journal of Child and Family Studies found that positive parent-child relationships are linked with improved mental health outcomes in children and young adults.

While it's important for children to learn the significance of following societal norms and behaving appropriately, it's equally critical for parents to nudge their children to explore their individual sense of being, pursue their passions, and plot their own paths in life. By balancing the dichotomies of discipline and freedom, structure and spontaneity, parents can bring up well-rounded, adaptable, and self-assured individuals who explore their worth, express their authentic selves and make choices that reflect their true being. .



My experience as a Teacher

“Consult not your fears but your hopes and your dreams. Think not about your frustrations, but about your unfulfilled potential. Concern yourself not with what you tried and failed in, but with what it is still possible for you to do.”

– Pope John XXIII



Tina Rani George
Teacher of St. Arnold School,
Mahakali Caves, Andheri

The above quote, suggests that moments of darkness or adversity can provide clarity and perspective. In times of difficulty or struggle, when everything seems bleak, individuals may find solace and inspiration in unexpected places, represented here by the stars. Just as stars shines the brightest against a backdrop of darkness, moments of hope, resilience, and opportunity can become more apparent during challenging times. Essentially, it encourages us in embracing optimism and finding light even in the darkest of circumstances, reminding us that hope and beauty can emerge from adversity.

Today, the darkness experienced by our students is incredibly frightening, as the Gen Z seeks solutions in places lacking credibility. These students require assistance, hope, and most importantly, someone who believes in their potential to achieve something meaningful in life. Despite having access to a vast ocean of knowledge, they lack awareness of how, when, and where to apply it effectively, intelligently, and wisely.

As I reflect at this outset, the beginning of my teaching career, it evokes in me a nostalgic memories. Teaching profession was pursued by me rather as a job which turned out to be a huge responsibility to frame a good and better society , as we were dealing with delicate lives. Teachers can enlighten these little minds with hope of positive approach and bring in long-lasting impact in these kids for their bright and meaningful life.

I embarked on my career by simply flowing with the current, stepping into the realm of teaching. During that time, I encountered a child who possessed remarkable intellect but grappled with speech impediments and a learning disability. He endured ridicule from peers, and teachers struggled to comprehend his messages. Understanding his thoughts proved challenging, as did meeting his expectations. Yet, from him, I gleaned invaluable lessons in patience.

I had to devise methods to connect with him, instill confidence, and aid his progress. Crafting additional lectures and custom modules became



essential to imparting understanding. Amidst this journey, a fellow student, gifted with extraordinary intellect, became a guiding light, aiding in our shared mission. Together, we orchestrated a transformation. Today, he has completed his postgraduate studies, equipped to navigate life independently, a testament to perseverance.

Rather than pride in my accomplishments, I feel profoundly grateful for his presence in my life, reshaping my perception of teaching from a mere occupation to a calling. This anecdote underscores the potential for miracles with modest encouragement. In an era often characterized by instant gratification and fleeting happiness, cultivating hope emerges as paramount.

Over the years, I've taught in a school where students hail from underprivileged backgrounds. My initial aim was simply to educate, but as time passed, my focus shifted towards empowering these children, showing them how education could elevate their lives. Achieving this required ingenuity and resourcefulness, given our limited means. Many of these students lacked proper support and were unaware of available opportunities like entrance exams and scholarships. Thankfully, with the help of supportive individuals, I could

guide them effectively. I've always believed that with good intentions, the path becomes clearer, and I've strived to instill this belief in my students, encouraging them not only to improve their own lives but also to extend a helping hand to others facing similar challenges. Now, after 18 years in this career, I take pride in the success of my students. Some have achieved remarkable feats, with a few even prioritizing their parents' well-being by buying them a home before considering marriage. What's more gratifying is seeing these students pay it forward, assisting others in their academic journey. It's a testament to the fulfillment of my goals as an educator – not only imparting knowledge but also

fostering a culture of support and empowerment. However, I also recognize the need for improved career guidance and counseling sessions to help students navigate their futures effectively. We must cultivate a society that believes in the abundance of opportunities within our own country, rather than seeking them elsewhere and blaming fate when challenges arise for parents left behind.

It transcends hollow assurances, embodying a profound belief in one's capacity to achieve. Yet, our fixation on external benchmarks often neglects the individual needs and aspirations of our children, hindering their development of self-esteem and efficacy. By fostering a supportive environment centered on their aspirations, providing guidance akin to a trusted friend, and instilling problem-solving skills and self-confidence, we can empower the next generation to forge their paths to success. It necessitates a shift from imposing our experiences onto them towards embracing their unique journey. Are we, in our quest for legacy, inadvertently stifling their potential? It's time to reconsider and give hope to the kids to walk through a world which has lot of opportunities waiting to embrace them.



Beyond the exam stress; God is waiting for you.



Fr. Jojit Johny
Kalyan Lantern
Editorial Member

During times of stress and turmoil, when the weight of textbooks burdens your mind and the relentless tick of the clock mirrors the pounding of your heart, it's common for people to find themselves flocking to churches and whispering prayers. This surge in spiritual seeking often includes students, parents, and educators alike, who turn to a higher power for comfort during these testing times. But what happens during the quieter days? When the sunrise doesn't bring with it the dread of algebra, and the night's silence isn't broken by the echoes of quadratic equations—do we still remember to seek God then?

While it's natural to reach out to the divine in moments of academic crisis, it's crucial to recognize that spiritual guidance and a relationship with Christ should not be confined merely to periods of educational challenge. Limiting our spiritual interactions to times of need overlooks the expansive role faith can play in our lives.

Jesus is not merely a crisis consultant; He is not a

figure to be called upon only when we've reached our limits. God eagerly awaits our companionship in the mundane flow of daily life, desiring to be involved in every aspect of our existence. He has a unique plan for each of us, one that unfolds as we walk alongside Him daily. "*For I know the plans I have for you,*" declares the Lord, "*plans to prosper you and not to harm you, plans to give you hope and a future.*" - Jeremiah 29:11

Life's journey is inherently filled with highs and lows, with its fair share of trials and uncertainties. In times of sorrow or challenge, turning to God can provide significant comfort and strength. Whether we're facing academic hurdles, personal battles, or societal pressures, faith offers a reservoir of courage and resilience. "Even though I walk through the darkest valley, I will fear no evil, for you are with me; your rod and your staff, they comfort me." - Psalm 23:4. Every day, we're faced with countless decisions, from the trivial to the transformative. Inviting God's wisdom into our decision-making processes can illuminate our paths with clarity and insight.

While exam pressures might prompt us to seek God's immediate intervention, the scope of His relevance extends far beyond scholastic achievements. Faith imbues life with profound purpose and connection, enriching every facet from personal struggles to relationship building, and from making pivotal life choices to everyday interactions. Let us not restrict our spiritual life to times of crisis, but integrate our faith as a constant, guiding presence through all of life's varied experiences. Thus, let us not reserve our devotion for moments of desperation but continually embrace the divine in both the spectacular and the everyday, recognizing God's hand in both monumental milestones and the minute details of daily life.



മാർ നെസേതാറിയസിന്റെ കുദാശക്രമം



മാർ തോമസ് ഇലവനാൽ

കല്യാൺ രൂപതയുടെ മുഖ്യമന്ത്രി

സീറോ മലബാർ സഭയുടെ മൂന്നാമത്തെ കുദാശക്രമം മാർ നെസേതാറിയസിന്റെ പേരിലുള്ള ക്രമമാണ്. ഇത് അഞ്ച് പ്രത്യേക ദിവസങ്ങളിലാണ് ചൊല്ലാൻ നിർദ്ദേശിച്ചിരിക്കുന്നത്.

കഴുകി വിശുദ്ധരാക്കി

ഒന്ന്: കർത്താവിന്റെ മാമോദീസയെ ഓർക്കുന്ന ദനഹതിരുന്നാളിൽ. മൂന്നാം പ്രണാമജപത്തിൽ മമ്മോദീസയിലൂടെ നമ്മെ വിശുദ്ധീകരിച്ചതിനെ ഓർത്ത് ദൈവത്തെ സ്തുതിക്കുന്നുണ്ട്: “പരിശുദ്ധ ജലത്താലുള്ള മാമോദീസായാൽ ഞങ്ങളെ കഴുകി ശുദ്ധരാക്കി; പരിശുദ്ധാത്മാവിന്റെ ദാനം വഴി ഞങ്ങളെ വിശുദ്ധീകരിച്ചു.” (P. 164).

രണ്ട്: വി. യോഹന്നാൻ മാംദാനയെ ഓർക്കുന്ന ദനഹതിലേ ഒന്നാം വെള്ളി. “രക്തസാക്ഷികൾ ജീവാർപ്പണം കൊണ്ട് സ്വന്തമാക്കിയതാണ്” മിശിഹായുടെ ബലി എന്ന് ഭാഷണകാനോനയിൽ അനുസ്മരിക്കുന്നു (P. 156). കൂടാതെ അഞ്ചാം പ്രണാമജപത്തിൽ ‘പ്രവാചകന്മാരെയും രക്തസാക്ഷികളെയും വന്ദിക്കുകയും’ പ്രത്യേകം അനുസ്മരിക്കുന്നുണ്ട് (P. 178).

മൂന്ന്: ഗ്രീക്ക് മല്പാന്മാരെ അനുസ്മരിക്കുന്ന ദനഹതി അഞ്ചാം വെള്ളി. വി. കുർബാന, ‘മല്പാന്മാർ ദൈവാലയങ്ങളിൽ വ്യാഖ്യാനിച്ചതാണെന്ന്’ ഭാഷണകാനോനയിൽ കാണാം (P.157).

നാല്: മൂന്നുനോമ്പിലെ ബുധനാഴ്ച. നോമ്പിന്റെ ചൈതന്യം പ്രകടമാക്കുന്ന പാപമോചനത്തിനായുള്ള പ്രാർത്ഥന കാണാം. ‘മർത്യരായ ഞങ്ങൾ അങ്ങയുടെ കല്പന ലംഘിച്ച് പാപം ചെയ്തുപോയി. അങ്ങയുടെ കരുണയാൽ ഞങ്ങളോടു ക്ഷമിച്ച് ഞങ്ങളുടെ പാപം മോചിക്കേണമേ’ (P. 175).

അഞ്ച്: പെസഹത്തിരുന്നാളിൽ. സ്ഥാപനവിവരണത്തിനുമുമ്പായി പഴയനിയമപെസഹായേയും പുതിയ പെസഹായേയും കുറിച്ച് പ്രതിപാദിക്കുന്നു. മൂന്നാമത്തെ കുദാശക്രമം ഈ അഞ്ചുതിരുന്നാ

ളുകളുടെ ചൈതന്യത്തോടു ചേർന്ന് പോകുന്നതായി കാണാം.

അഞ്ച് പ്രണാമജപങ്ങൾ

മാർ നെസേതാറിയസിന്റെ പേരിലുള്ള ഈ കുദാശക്രമത്തിന് മറ്റു രണ്ടുകുദാശക്രമങ്ങളുടെ പൊതുഘടനയാണുള്ളത്. ഓരോ പ്രണാമജപവൃത്തങ്ങളിലുമുള്ള നാല് ഘടകങ്ങൾ ഈ കുദാശക്രമത്തിലുമുണ്ട്. മറ്റു രണ്ടു കുദാശക്രമങ്ങളിൽ നാല് പ്രണാമജപവൃത്തങ്ങളുണ്ട്. എന്നാൽ ഈ കുദാശക്രമത്തിൽ അഞ്ച് പ്രണാമജപവൃത്തങ്ങളുണ്ട്.

എല്ലാ പ്രാർത്ഥനകളും പ്രധാനപ്പെട്ടതാണ്

വചനശുശ്രൂഷക്കുശേഷം കാർമിക്ൻ ബലിപീഠത്തെ സമീപിക്കുന്ന സമയത്ത് താഴ്ന്ന സ്വരത്തിൽ ചൊല്ലുന്ന “ഞങ്ങളുടെ കർത്താവായ ദൈവമേ” എന്ന പ്രാർത്ഥന ഒന്നാമത്തെ കുദാശക്രമത്തിലെ ഒന്നാമത്തെ ഗ്ഹനപ്രാർത്ഥനയാണ്. അതുപോലെ മൂന്നാമത്തെ ഈ കുദാശക്രമത്തിലെ ‘നഷ്ടപ്പെട്ടുപോയവരെ കണ്ടെത്തുകയും’ എന്ന ഒന്നാമത്തെ ഗ്ഹനപ്രാർത്ഥന രണ്ടാമത്തെ കുദാശക്രമത്തിൽ കാർമിക്ൻ ബലിപീഠത്തെ സമീപിക്കുമ്പോൾ താഴ്ന്ന സ്വരത്തിൽ ചൊല്ലുന്ന കുശാപ്പ പ്രാർത്ഥനയാണ്. ഒരു കുദാശക്രമത്തിൽ കാർമിക്ൻ താഴ്ന്ന സ്വരത്തിൽ ചൊല്ലുന്ന പ്രാർത്ഥന തന്നെ മറ്റൊരു കുദാശക്രമത്തിൽ പ്രണാമജപമായി ചൊല്ലുന്നതുവഴി വി. കുർബാനയിലെ പ്രാർത്ഥനകളെല്ലാം ഒന്നുപോലെ പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്നതാണെന്ന് നമ്മെ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു. ‘നഷ്ടപ്പെട്ടുപോയവരെ കണ്ടെത്തുകയും’ എന്ന പ്രണാമജപത്തിലും ‘നിന്നെ ഞാൻ സ്തുതിക്കുന്നു’ ‘നിനക്ക് ഞാൻ നന്ദി പറയുന്നു’ ‘ഞാൻ അർപ്പിക്കുന്നു’ എന്ന് ഏകവചനമാണ് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഇവിടെ കാർമിക്ൻ ജനങ്ങളുടെ പ്രതിനിധിയായി നില്ക്കുന്നു എന്ന് ഈ പ്രാർത്ഥന ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു.

Qudasha of Mar Nestorius

Mar Thomas Elavanal
Bishop, Diocese of Kalyan

The third Order of Qudasha of the Syro-Malabar Church is the one in the name of Mar Nestorius. This Qudasha is proposed to be used on five special occasions.

Cleansed us with Holy Water

This Qudasha is used on the feast of Denha, the day on which we commemorate the baptism of Our Lord. In the third gehantha prayer in this Qudasha there is the prayer glorifying God for having sanctified us through baptism. "He cleansed in His grace by the gift of the Holy Spirit". Secondly on the first Friday of Denha on which we commemorate St. John the Baptist. After the exhortation of the celebrant 'Lift up your thoughts to the highest' mention is made about the Qurbana of M'shiha: 'Martyrs bought it with their blood' There is the remembrance of 'prophets, apostles, martyrs and confessors' in the fifth gehantha. Thirdly this Qudasha is used on the fifth Friday of Denha, the day of commemoration of the Greek Fathers. In the dialogue prayer there is the mention that 'the fathers interpreted the Qurbana in the Churches'. Fourthly this Qudasha is used on the Wednesday of three days fast. We find the prayer expressing the spirit of penance at the end of the fourth gehantha: 'we mortals have broken your commandment and have sinned, pardon us and forgive us our sins'. Fifthly, this Qudasha is used on the feast of Passover or Maundy Thursday. There is special mention about the Old Testament and New Testament

Passover, before the words of institution. This third order of Qudasha includes the spirit of these special occasions.

Five Gehantha Cycle

The third Order of Qudasha of Mar Nestorius has the same general structure as in the first and second Qudasha. In all these three Qudasha each gehantha cycle has same four elements. The other two Qudasha have only four gehantha cycles whereas this third has five gehantha cycle.

All Prayers are important

The prayer the celebrant recites in low voice, as he approaches the altar after the liturgy of the word, 'Lord our God, we thank you' is the first gehantha prayer in the first order of Qudasha. So too the first gehantha in this Order of Qudasha "I glorify you Lord, who find the lost..." is the Kusappa prayer from the second Qudasha that the celebrant recites as he approaches the altar.

The fact that a Koosappa prayer recited by the celebrant in a bow voice in one Qudasha is used as Gehantha prayer in another Qudasha teaches us that all the prayers of the order of Qudasha are equally important. In the Gehantha 'I glorify you Lord, who find the lost...' we see the prayer, 'I glorify you', 'I thank you' and 'You called me' all in singular. This reminds us that the priest recites the prayers representing the community.

BISHOP'S DIARY

JUNE - 2024

1st	Finance Council	15th	School Blessing - Phalghar
2nd	Dexco Meeting	16th-17th	Episcopal Ordinatin - Goa
4th	Monthly Recollection. Presbyterium, Consultors Meeting - Bishop's House	18th-19th	Sawantwadi
5th	Curia Meeting	22nd	Pastoral Council
8th	Presbyterial Council - Bishop's House	24th-25th	WR Health Committee Meeting
	Qurbana - Vashi	26th	Curia Meeting
9th	Qurbana and blessing - Dombivli (East)	29th	Eparchial Day, Patron's Day celebration - Panvel
12th	Curia Meeting	30th	Pastoral Visit - Marol
13th	Qurbana - Tabore Bhavan		

ഇൻഡോറിലെ ചെമ്പൻപുഴ പൗഷ്പത്തിന്റെ കർമ്മഭൂമിയിൽ ഒരു ദിവസം

Color of the Colorless: ജീവിതത്തിന്റെ നിറം നഷ്ടപ്പെട്ട ജീവിതങ്ങൾക്ക് നിറമേകിയ രക്തപുഷ്പം ആ പുണ്യാത്മാവിന്റെ കനൽവഴികൾ നേരിട്ട് സന്ദർശിക്കാൻ ആ കർമ്മഭൂമിയിൽ നിന്ന് സുവിശേഷമെത്തിച്ചു. സ്വന്തമാക്കാൻ അന്വേഷിച്ചുവന്നതിൽ നിന്നും മാതൃസംഘത്തിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ 32 പേർ അടങ്ങുന്ന സംഘം ഉദ്യോഗസ്ഥനെ ലക്ഷ്യമാക്കി ഇറങ്ങി. അന്നൊരു ഞായറാഴ്ച ആയിരുന്നു. ഉത്തരേന്ത്യൻ സംസ്കാരം മുഴുവനും നിറങ്ങളുടെ ഉത്സവത്തിന്റെ ആനന്ദലഹരിയിൽ തുള്ളിച്ചാടിയപ്പോൾ നിറങ്ങളെ വചനത്തിൽ ചാലിച്ച് സുവിശേഷവൽക്കരണം നടത്തിയ വാഴ്ത്തപ്പെട്ട ധീരരക്തസാക്ഷിണിയുടെ പുണ്യഭൂമിയിലേക്ക് ഒരു തീർത്ഥയാത്ര.



Kalyan Eparchy Prespective Planning (KEPP 2030) ഭാഗമായി എങ്ങനെയൊക്കെ ഒരു പ്രവാസിക്ക് മിഷനറിയാകാം എന്ന് മനസ്സിലാക്കുവാൻ ഞങ്ങൾ നടത്തിയ യാത്രയിൽ രൂപതാ മാതൃസംഘം പ്രസിഡണ്ടും ഞങ്ങളോടൊപ്പമുണ്ടായിരുന്നു. അന്വേഷിച്ചുവന്നതിലേ എല്ലാ ഇടവകകളിൽ നിന്നുള്ള അമ്മമാരും ഈ പ്രയത്നത്തിൽ പങ്കെടുത്തത് ഏറെ ശ്രദ്ധേയമായിരുന്നു. 2024 മാർച്ച് 24ന് ഏകദേശം 7.30 p.m. ന് ഞങ്ങൾ ചക്കാലയിൽ നിന്നും യാത്ര തിരിച്ചു.

20 JUNE 2024 KALYAN LANTERN





ജപമാല ചൊല്ലിയും സ്തുതിഗീതങ്ങൾ ആലപിച്ചും AC Sleeper Coach ബസ്സിലൊരു യാത്ര. തിങ്കൾ രാവിലെ 9 മണിയോടെ ഞങ്ങൾ ഉദയനഗറിലെത്തി ചേർന്നു.

വളരെ ഹൃദ്യമായൊരു സ്വീകരണം ഞങ്ങൾക്ക് അവിടെ ലഭിച്ചു. പ്രാഥമികാവശ്യങ്ങൾ നിറവേറ്റിയതിന് ശേഷം ഞങ്ങൾക്കായ് ഒരുക്കിയ പ്രഭാതഭക്ഷണം കഴിച്ച് ഞങ്ങൾ പുറപ്പെട്ടു. Sr. Rani Mariaയുടെ കബറിടം കുടികൊള്ളുന്ന ചാപ്പലിലേക്ക് അവിടുത്തെ സിസ്റ്റർ, റാണിമരിയ ആരായിരുന്നുവെന്നും ആരായിത്തീർന്നുവെന്നും കൃത്യമായും ലളിതമായും ഞങ്ങൾക്ക് പങ്ക്വെച്ചു തന്നു. സത്ന, ബിജ്നോർ രൂപതകളിൽ മിഷൻ പ്രവർത്തനത്തിലും സാമൂഹ്യ ശാസ്ത്രത്തിലും പ്രാവീണ്യം നേടിയ ആ പുണ്യാത്മാവിന്റെ എല്ലാ കഴിവുകളും ഉപയോഗിച്ച് പ്രവർത്തിക്കാൻ ദൈവം ഒരുക്കിയ ഇടമായിരുന്നു ഉദയനഗർ. ജൻമിമാരുടെ കുത്തകാവകാശങ്ങളും ഉച്ചനീചത്വങ്ങളും ജാതിവ്യവസ്ഥയും റാണിമരിയയെ യേശുവിന്റെ കരുണയുടെ വക്താവ്യാകാൻ പ്രേരിപ്പിച്ചു. കിണറുകൾ കുഴിച്ചും, ബാങ്ക് വായ്പകൾ വാങ്ങിക്കൊടുത്തും കൈതൊഴിലുകൾ പരിശീലിപ്പിച്ചും സുവിശേഷത്തിലെ യേശുവിനെ പങ്ക് വെച്ചു അവർ.

അവിടെ നിന്നും ഞങ്ങൾ പോയത് Sr. Rani Maniaയുടെ പ്രാർത്ഥനാഭവനത്തിലേക്കായിരുന്നു. അവർ ജീവിച്ചിരുന്നപ്പോൾ ഏറെ ആഗ്രഹിച്ചതും മരണശേഷം മാത്രം നടപ്പിലായതുമായ പ്രാർത്ഥനാഭവൻ. ആ ഭവനം പണിയാനുള്ള പരിശ്രമങ്ങൾ ഒത്തിരിയേറെ ദുർഘടപ്രതിസന്ധികളെ തരണം ചെയ്യണമെന്നത്

ദൈവത്തിന്റെ ഹിതം ആയിരുന്നു. ഇന്ന് അനേകായിരങ്ങൾക്ക് വേണ്ടി പ്രാർത്ഥിക്കാനുള്ള ഭവനം ദൈവം അങ്ങനെ ഒരുക്കിയെടുത്തു എന്ന് വേണം പറയാൻ.

പിന്നീട് ഞങ്ങൾ പോയത് റാണിമരിയ താമസിച്ചിരുന്ന ഭവനത്തിലേക്കായിരുന്നു. അവരുടെ ലളിതമായ ജീവിതരീതികണ്ട് മനസ്സിലാക്കാനും പുജ്യാവശിഷ്ടങ്ങൾ കണ്ട് വണങ്ങി പ്രാർത്ഥിക്കാനും ഞങ്ങൾക്ക് വിടെ സാധിച്ചു.

ഉദയനഗറിൽ സി. റാണിമരിയയുടെ പല സഹപ്രവർത്തകരെയും ഞങ്ങൾ കണ്ടുമുട്ടി. അന്നത്തെ ജീവിതസഹചര്യങ്ങളും സി. റാണിമരിയയുടെ പ്രവർത്തനഫലമായി അവർക്ക് ലഭിച്ച ഭൗതികാനുഗ്രഹങ്ങളും ആത്മീയാനുഗ്രഹങ്ങളും ഏറെ സ്നേഹത്തോടെ അവർ പങ്കുവെച്ചു.

ഏകദേശം അഞ്ച് മണിയോടെ ഞങ്ങൾ മടക്കയാത്ര ആരംഭിച്ചു. ദൈവത്തിന്റെ അനന്തപരിപാലനയ്ക്ക് നന്ദിപറഞ്ഞുകൊണ്ട്, വചനം ജീവിച്ചവരുടെ മാധ്യസ്ഥ്യം തേടിയുടെ ആ യാത്ര. ഒരു പാട് സന്തോഷവും അതിലുപരി തികഞ്ഞ ചാരിതാർത്ഥ്യവും ഉള്ള വാക്കിയ ആ യാത്ര. കല്യാൺ രൂപതയിൽ നിന്നും ഉദയ നഗറിലേക്ക് ഉള്ള മാതൃസംഘത്തിന്റെ ആദ്യത്തെ തീർത്ഥാടനമായിരുന്നു ഇത് എന്നതിൽ അന്വേതി ഫൊറോനയ്ക്ക് അതിന്റെ ഭാരവാഹികളോടും അതിൽ പങ്കെടുത്തവരോടും ഒരു പാട് നന്ദിയുണ്ട്. ഇനിയും ഉദയനഗറിലേക്ക് ധാരാളം തീർത്ഥയാത്രകൾ ഉണ്ടാകട്ടെ എന്ന് പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു, ആശംസിക്കുന്നു.



**KIDS
CORNER**

What will this year bring?

We do not know.

It will likely bring its usual times of work and play, experiences of success and failure, all the things that are part of school life.

It is a new beginning, the planting of a seed that will grow for a year, the seed of fruit that will blossom in times to come.

It offers new hope, hope for good work, for successful results, for friendship, for fun, for learning.

In this coming year, may there be learning, prayer and fun.

May there be hard work, faith and friendship.

May no-one in the school be lonely;

may no-one be left out in class;

may no-one suffer because of how others treat them.

As we begin this new year in hope, in prayer and in friendship,

may God begin it with us, be with us during it,

and successfully bring it to its conclusion.

Game time!

Call your friends, choose a token, roll a dice and let's begin!

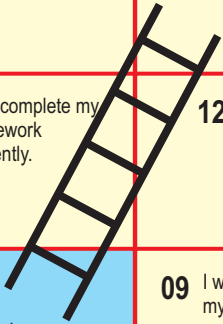
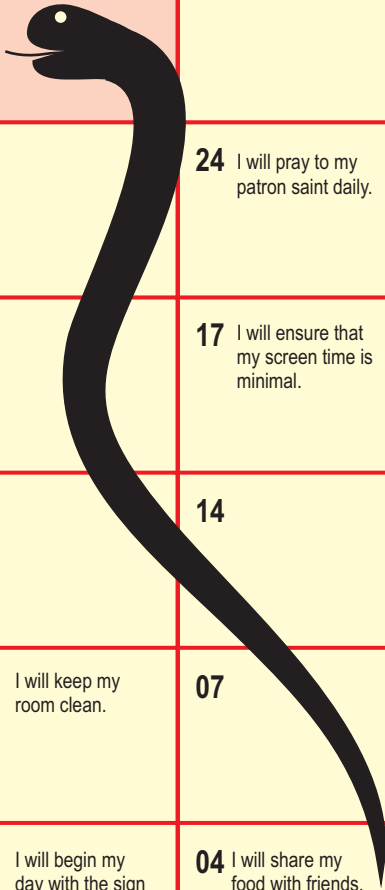
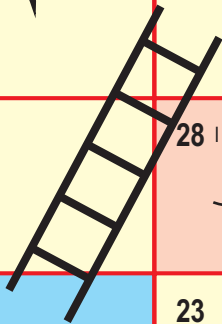
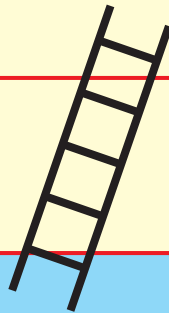
Below are the set of rules to go through before you begin the game.

- Each player starts with a token on square 1
- Players take turns rolling a die and moving their token the number of spaces on the die
- If a player lands on a square with the bottom of a ladder, they get to climb to the top of that ladder
- If a player lands on a square with the head of a snake, they must slide down to the end of the snake's tail
- Players get an extra turn if they roll a six
- The first player to reach the last square first is the winner
- Remember while you go through every square of the board reflect on the do's and don'ts of a student life!



Rosemary Johnson
Little Flower Church, Dahisar

41 I will fill my plate with extra food and waste some.	42	43	44 I will always be thankful for the gift of life.	45 FINISH
40	39	38 I will pack my school bag the night before.	37	36
31 I will read the gospel passages regularly after rosary.	32	33	34 I will attend catechism classes regularly.	35 I will lie.
30 I will procrastinate the completion of my homework.	29	28 I will litter.	27	26
21	22 I will help my parents with daily chores.	23	24 I will pray to my patron saint daily.	25
20	19	18	17 I will ensure that my screen time is minimal.	16 I will participate in Holy Qurbana on Sundays and Holy days of Obligation.
11 I will complete my homework diligently.	12	13	14	15 I will spend time with my grandparents.
10 I will obey my parents and teachers.	09 I will play with my friends.	08 I will keep my room clean.	07	06 I will actively participate in the Holy Rosary.
01 START	02	03 I will begin my day with the sign of the cross.	04 I will share my food with friends.	05



Appointments of the Priests in the Eparchy of Kalyan

w.e.f. 23rd May 2024, Given on 02nd May 2024

Fr. Devassia (Jimil) Mealkarapurath VC
Msgr. Cyriac Kumbattu; Fr. Joju Arackal
Fr. George Vattamattathil;
Fr. Jacob Porathur; Fr. Shibu Pulickal;
Fr. Justin Kallely; Fr. Rajesh Mathew Paruthippallil;
Fr. Biju Chittilappilly; Fr. Paul Kunduparambil
Fr. Shibu Pulickal

Fr. Biju Chittilappilly
Fr. Joju Arackal
Fr. Fr. Paul Painadath MST
Fr. Kuriakose Kalaparambath

Fr. Davis Tharakan

Fr. Sebastian Cherusseril CMF
Fr. Jefrin Pallithara

Fr. Frinto Ollukaran
Fr. Franklin Cheruvathoor
Fr. John Kochuveetil

Fr. Jojit Johny Kootungal
Fr. Fabin Sunny Kanjiraparambil
Fr. Maxin Pozholiparambil
Fr. Sherin Cheranthuruthy OFM Cap.
Fr. Palatty Varghese (Varghese Ittiera) CMF
Fr. Antony Pandikasalavalappil CMI
Fr. Joseph Palathinkal VC
Fr. Binu Kuttikkadan CMI
Fr. Biju Chittilappilly and Fr. Davis Tharakan
Fr. Jefrin Pallithara and Fr. Siby Kulangara

Fr. Shinto Vallanattu and Fr. Joemon Kurisingal

Fr. Joby Ayithamattathil and Fr. Jesto Menachery
Msgr. Cyriac Kumbattu

Fr. George Vattamattathil
Fr. Sheen Chittattukara
Fr. Ginson Valliarumpeth CMF
Fr. Stephen Kolangayil VC
Fr. Steeppen Koola CMI
Fr. Alex Kizhakkepedika CMI

Syncellus & Mission Superior of St. Paul (Vincentian) Mission, Ahmednagar
Members: The College of Eparchial Consultors constituted for a period of 5 years (June 2024 – May 2029)

Member: Eparchial Consulter; Protopresbyter: Pune Forane; **Rector:** Kalewadi Shrine; PP: Kalewadi, **Manager:** St. Alphonsa High School, Kalewadi, **Chaplain:** FCC Convent, Kalewadi; **Relieved:** Protopresbyter: Kalyan Forane, Rector: St. Thomas Pilgrim Centre, PP: Kalyan West

Member: Eparchial Consulter

Director: Evangelization Ministry

Co-ordinator: Evangelization Ministry

Rector: St. Thomas Minor Seminary, Panvel; **Priest-in-charge:** Major Seminarians; **Eparchial Director:** Pope's Worldwide Prayer Network (PWPN) and Eucharistic Youth Movement (EYM); **Relieved:** Protopresbyter: Pune Forane; Rector: St. Alphonsa Shrine; Manager: St. Alphonsa High School, Kalewadi & PP: Kalewadi

Protopresbyter: Kalyan Forane, **Rector:** Kalyan Cathedral, PP: Kalyan West, **Chaplain:** DSHJ Convent, Kalyan West; **Relieved:** PP: Vashi

Protopresbyter: Antophill Forane, PP: Antophill & Mumbai Central

PP: Kalamboli & Kamothe; **Chaplain:** SD Convent, Kalamboli; MSMI Convent, Kamothe & SD Convent, Thaloja; **Relieved:** Protopresbyter: Antophill Forane; PP: Antophill & Mumbai Central

PP: Vashi, Chaplain: SD Convent, Vashi; **Relieved:** PP: Khopoli & Rasayani

PP: Kanjurmarg East; **Relieved:** PP: Vikhroli

PP: Vikhroli, Qurbana Centre: Parksit & Pantnagar; Co-In-Charge: Eparchial Property; Relieved: In-Charge: Mother Teresa School, Malang gad

Administrator: Mother Teresa School, Malanggad; **Relieved:** PP: Mankhurd

PP: Mankhurd; **Relieved:** PP: Lonavala & Talegaon

Chaplain: CHF Convent, Palghar West

PP: Lonavala & Talegaon

PP: Khopoli & Rasayani, Chaplain: CMC Convent, Khopoli

PP: Malad East, w.e.f. 25th April 2024

Priest In-Charge: Chembur & Marouli

Chaplain: CSC Convent, Malad East, w.e.f. 25th April 2024

Internal Auditors: Bishop's House and Karunya Trust

Internal Auditors: All Associations, Departments and Movements. (KMS, KPV, KEY, JNF, Faith Formation, Bible Apostolate, KCCRS, Pro-life, KKK, Dream Chasers, Evangelization, Personal parish, KMC, KLM)

Internal Auditors: 5 Schools (St. Mary's High School, St. Thomas High School, St. Alphonsa High School, St. Chavara Public School & St. Mother Theresa School)

Internal Auditors: Institutions (Seminary, ARC, Ashraya, Anugraha, Sawantwadi)

Relieved: Rector: St. Thomas Minor Seminary, Panvel; Priest-in-charge: Major Seminarians; Eparchial Director: Pope's Worldwide Prayer Network (PWPN) and Eucharistic Youth Movement (EYM)

Relieved: PP: Kanjurmarg East

Relieved: Member: Eparchial Consulter

Relieved: from the Eparchy of Kalyan

Relieved: from the Eparchy of Kalyan

Relieved: from the Eparchy of Kalyan, w.e.f. 15th April 2024

Relieved: from the Eparchy of Kalyan, w.e.f. 25th April 2024

KALYAN LANTERN

Short Story Results

Malayalam

	Name	Parish
1st Prize	Princy Jobi	St. Thomas Church, Vasai East
2nd Prize	Sebastian PK	St Alphonsa Church, Nasik Road
3rd Prize	Shoney K Varghese	St Thomas Church Vasai East

English

	Name	Parish
1st Prize	Jolly Gabriel	St. Thomas Parish, Wanowari, Pune
2nd Prize	Ann Maria Kuruvilla	St. George Church, Panvel
3rd Prize	Nobin Alookaran	St. Thomas Church, Mira Road

PITHRUVEDI

Pithruvedi at Mother of Victory Church, Tikujiniwadi, conducted a 'Health Fest' on 07 April 2024, commemorating 'Pithrudinam'.

The event was guided by Very Rev. Fr. Biju Mannamcheril, the Vicar, and Director of Pithruvedi - Mother of Victory Church. The success of the Health Fest was evident with a commendable turnout of over 200 parishioners who engaged in insightful medical talks facilitated by Dr. Rakesh Saigaonkar and Dr. (Mrs.) Jyoti R.Saigaonkar. Furthermore, 105 attendees benefited from the Medical Camp, offering a range of services including blood tests, eye examinations, dental check-ups, gynaecological consultations, and general physician services.

The active involvement of key figures such as Mr.V.K. Johnson (President), Mr. Nidhish James (Secretary), Mr.Jojan Louis (Treasurer), and the



members of Pithruvedi greatly contributed to the success of the Health Fest program, fostering a sense of unity and purpose within the community.



50th
Wedding Anniversary
 27th May 2024

"Be completely humble and gentle; be patient, bearing with one another in love. Make every effort to keep the unity of the Spirit through the bond of peace." (Ephesians 4:2-3)

With lots of love and prayers:
 Wilson and Soniya
 Grandchildren :
 Jeslin and Janet



PK Thomas & Elsy Thomas

St. Sebastian Parish, Amboli



ROYAL WORLD TOURS PVT. LTD.

Travel with the most trusted name for Pilgrimage & Worldwide Tours

<p>West Europe – 15 Days 6th May, 12th August, 16th September & 1st October Italy / Vatican / Germany / Switzerland France / Spain / Portugal</p>	<p>West Europe – 16 Days 7th May, 13th August, 17th & 30th September Italy / Vatican / France Spain / Portugal</p>	<p>Vietnam – 8 Days 15th May , 9th September & 1st November Ho Chi Minh / Hanoi / Ha Long Bay (Overnight Cruise)</p>
<p>East Europe with Overnight Cruise - 15 Days 2nd May , 12th August & 30th September Italy / Vatican / Croatia / Bosnia & Herzegovina Austria / Slovakia / Hungary / Poland Czech Republic / Germany</p>	<p>West Europe – 18 Days 20th May, 13th August, 23th September & 7th October Italy / Vatican / Austria / Germany / Switzerland Holland / Luxembourg / Belgium / Liechtenstein / France / Spain / Portugal</p>	

ALL INCLUSIVE TOUR PACKAGES / AIR FARE / VISA / ALL 3 MEALS INCLUDED / TIPS INCLUDED / TRAVEL INSURANCE UP TO 69 YEARS INCLUDED

120 & 121, 1st Floor, B Wing, Bhaveshwar Arcade, LBS Road, Near Shreyas Cinema, Ghatkopar (W), Mumbai-400086.
 Charles Martin: +91-98338 32893 ; +91-99202 20022 ; +91-99670 14409 ; 98338 33893
 Email: charles@royalworldtours.in / Website: www.royalworldtours.in

More than 25,000 Satisfied passengers in last 12 years!

1st Death Anniversary
21-06-2024



K.C. JOSEPH

Born: 30/09/1941

In Heaven: 21/06/2023

*"I am the resurrection and the life,
Those who believe in me,
even though they die, will live".*

Fondly remembered by

Wife: Brigithamma Joseph

Children: Dennis & Dency

Son-in-law: Kevin

Daughter-in-law: Rita

Grand Children: Nysa & Jeffrey

Little Flower Forane Church, Nerul

Remembering you on your 77th Birth Anniversary

*Always
loved*



*Forever
Missed*

KUTTIKADAN OUSEPH FRANCIS

4th June 1947 – 14th April 2023

Dear Pappa, we love you and miss your presence very much.



ROOTS INTERNATIONAL

WORLDWIDE EXPRESS

നിങ്ങളുടെ എല്ലാവിധ സാധനങ്ങളും പൂർണ്ണ ഉത്തരവാദിത്വത്തോടു കൂടി പായ്ക്ക് ചെയ്ത് ലോകത്തെവിടെയും ആഗോള തലത്തിൽ പ്രശസ്തരായ കൊറിയർ സർവീസ് വഴി എത്തിക്കുന്നതിന് ഞങ്ങളെ സമീപിക്കുക.

Contact : **P. C. THOMAS**

9821039915 / 8591318090



101, Chadda Crescent, Sector-17, Vashi, Navi Mumbai - 400 703.

Branch: Shop No. 27, Ganesh Tower,
Opp. Rly. Stn. Platform No. 1, Thane (W)

Branch: Shop No. 13, NICO Chambers, Plot No. 48,
Sector - 11, CBD-Belapur, Navi Mumbai



MANGALA CARGO CORPN.

HOUSEHOLD PACKERS & MOVERS

മംഗള കാർഗോ കോർപ്പറേഷൻ

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



Own Vehicle

Contact:
C. L. DAVID VALAPPILA
9323196882 / 9821222065
Dombivali
9987441310
Thane
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

In Loving Memory of



P.O. Poullose
BORN: 17.08.1938
DIED: 23.05.2023

Philomena Poullose
BORN: 13.11.1944
DIED: 14.07.2019

Those we love don't go away ,
They walk besides us everyday .
Unseen, Unheard , but always near.
Still loved , Still missed , and very dear.

Fondly Remembered by:

Son: Joseph , Robert, Albert
Daughter in Law: Jimmy , Suja ,
Giny
Grandchildren: Benzen, Tanya,
Glen, Gliss, Edwin, Lavina.



TRINITY
AIR TRAVEL & TOURS PVT. LTD.



TRINITY
WORLD HOLIDAYS

Breathtaking Deals!!

Early Bird Discount!!

**GROUP
TOURS**

ALL INCLUSIVE

MALAYSIA

@66,000/- | 4N & 5D
08 JUNE / 23 JULY

BALI

@72,000/- | 5N & 6D
06 JULY

AZERBAIJAN

@98,000/- | 4N & 5D
14 - 18 AUGUST

**CUSTOMISED
TOURS**

KASHMIR

@16,999/- | 4N & 5D

HIMACHAL

@17,999/- | 5N & 6D

LADAKH

@21,999/- | 5N & 6D

Get ready to be amazed! Hurry up!! Book now!!!

WE ALSO HAVE GROUP TOURS FOR: THAILAND, DUBAI, RAJASTHAN, VIETNAM, ASSAM & MEGHALAYA, ANDAMAN, KERALA.

Contact Us:  81080 30970, 70390 04119

403, 4TH FLOOR, KUMAR PLAZA, KALINA-KURLA ROAD, KALINA, SANTACRUZ (E), MUMBAI - 400029.



5th Birthday in Heaven

20-06-2024

The call was too sudden to say goodbye
But the sweet memories of you will never die.
Close in our hearts, you will always stay.
Loved and remembered every day.



Dn. Ferine Joyson Chittilapilly

Born on: 19-06-1992

Ordained as Deacon: 13-04-2019

Abode on: 20-06-2019

Fondly Missed & Deeply Remembered by:

Parents: **Joyson & Mary**; Sister: **Jusmi**

All **Chittilapilly & Arikat** Family Members,

All Kalyan Diocese Families, Relatives & Friends

Mary Matha Church, Sakinaka

Household and Car Shifting People

Door
to
Door



വീട്ടുസാധനങ്ങൾ
പ്രൊഫഷണലായി
പായ്ക്ക് ചെയ്ത്
ഇൻഷുറൻസോടുകൂടി
കേരളം ഉൾപ്പെടെ
ഇന്ത്യയിലെവിടെയും
തിരിച്ചും എത്തിക്കുന്നു.

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

COCHIN + MUMBAI + BANGALORE
CHENNAI + DELHI + KOLKATA

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



An ISO 9001 : 2015 Certified Company



Associated with MHPM



JOLLY SPEED CARGO

No. 6, Trishla Apartment, P. K. Road. Mulund (W),
Mumbai 400080. Off.: 022 - 2591 5959 / 2591 3737
Email: jollyspeedcargo@gmail.com
Web: www.jollyspeedcargo.com

Domestic / International / Local

Andheri: 9892 191 241
Kalyan: 9833 696 920
Navi Mumbai: 9833 697 030



KERYGMA BIBLE QUIZ COMPETITION 2024 (Eparchy of Kalyan)

KERYGMA 2024 - A Diocesan Level Bible Quiz Competition.

Rules & regulations

1. Portion for study : The Gospel of John- chapters 1-13
The book of Isaiah- chapters 40-66
The letter of Paul to the Philippians
2. Date : 1st September 2024 (2.00 pm - 4.00 pm)
3. Registration Fee : 50/-
4. Registration closes on : 15th July 2024
5. Participants are categorized into **6 groups** - A, B, C, D, E, F according to age and in two mediums - **English and Malayalam**
Group A : Those born after 1-1-2008 (**up to 16 yrs.**)
Group B : Those born between 1-1-1999 and 31-12-2007 (**17-25 yrs**)
Group C : Those born between 1-1-1984 and 31-12-1998 (**26-40 yrs**)
Group D : Those born between 1-1-1964 and 31-12-1983 (**41-60 yrs**)
Group E : Those born between 1-1-1954 and 31-12-1963 (**61-70 yrs**)
Group F : Those born before 31-12-1953 (**above 70 years**)
6. Kindly use the **NRSV (English)** & the **POC (Malayalam)** Bible for the competition respectively.
7. Study material will be available at the Bishop's House on Sunday, 1st August 2024
8. The question paper consists of 90 multiple choice questions (1 mark each) and five questions to be answered in two sentences (2 marks each).
9. Multiple answers/overwriting will not obtain any marks.
10. Kindly appoint a contact person/ Coordinator for the correspondence as well as to conduct the exam at your centre.
11. If any parish is unable to conduct the quiz on the above mentioned time, the contact person of that parish has to give one week prior notice on/before 25th August 2024 to the Director via email on the following Email address:
kerygmabiblequiz@gmail.com
12. You may please send your registration form along with the NEFT details between **1st and 15th July 2024** to the email
kerygmabiblequiz@gmail.com
13. Hard copies of the registration form won't be entertained. Registration fee is to be paid by
NEFT in favour of the following bank details:
 - **Name: Adams Kalyan Foundation Bible Apostolate**
 - **A/c No.: 0366073000001352**
 - **IFSC Code: SIBL0000366**
 - **Bank: South Indian Bank**
 - **Branch: Powai**
14. Question paper will be issued to only those participants who have paid the registration fees on or before 15th July, 2024.
15. Certificate will be distributed to only those participants who secure 60% and above marks.
16. Cash prizes will be awarded to the top three winners of each section and trophies will be awarded to the top five winners of each section.
17. For any clarification, kindly send an email to **kerygmabiblequiz@gmail.com**
18. First five candidates of each group will be considered as the final winners of the competition. The prizes will be awarded on 8th December 2024 (around 4.00 pm) at Presentation Convent School, Nerul.
19. **Registration closes on 15th July 2024. Any entries after 15th July 2024 will not be entertained.**

Yours in Christ

Fr. (Dr.) Rajesh Mathew

Director - Bible Apostolate

"Your word is a lamp for my feet, a light on my path." Psalms 119:105



CHRIST

(DEEMED TO BE UNIVERSITY)

PUNE LAVASA CAMPUS

The Hub of Analytics

CHRIST UNIVERSITY

Residential Campus

Pune Lavasa

PG PROGRAMMES

- MBA in Finance
- MBA in Business Analytics
- MBA in Marketing
- MBA in Human Resource
- MSc (Data Science)
- MSc (Data Science) + MS (System Science, USA)
- MSc (Economics & Analytics)
- MSc (Global Finance and Analytics)
- MA (English with Digital Humanities)
- LLM (Corporate & Commercial Law)
- LLM (Constitutional and Administrative Law)

DOCTORAL PROGRAMMES

- PhD in Economics
- PhD in Computer Science
- PhD in Data Science
- PhD in English
- PhD in Management
- PhD in Commerce

UG PROGRAMMES

- BBA (Business Analytics/Honours/Honours with Research)
- BBA (Honours/Honours with Research)
- BCom (Financial Analytics/Honours/Honours with Research)
- BSc (Data Science/Honours/Honours with Research)
- BSc (Economics and Analytics/Honours/Honours with Research)
- BCA (Bachelor of Computer Applications/Honours/Honours with research)
- BA LLB (Honours)
- BBA LLB (Honours)

ADMISSION OPEN

Scan for
Admission
Counselling

