

Kalyan Lantern

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

JANUARY 2025

Vol. 10 | Issue 06 | MUMBAI | 36 Pages | Price: ₹ 17/-



**Take a Chance.
Make a Change**



Our beloved **Bishop Mar Thomas Elavanal** joyfully initiated his Sacerdotal Golden Jubilee year at the Mother of Victory Church in Tikujiniwadi. He offered Holy Qurbana and thanked the Lord for 50 years of devoted service to the Lord and the community. Special thanks to the Parish Priest Rev. Fr. Biju Manancheril and his team for organising the festivities.



The Grace to Change

Change is often seen as the privilege of the young. But life has taught me something profound—it is never too late to change. Transformation is possible at any stage of life when faith, will, and grace come together.

I am reminded of Thomas, an elderly man of 78 who lived in a quiet village. Life hadn't been kind to him. Years of struggle and hardship had hardened his heart, leaving him distant, grumpy, and closed off from the world. Whenever someone encouraged him to mend his ways, Thomas would dismiss it with a sigh, "This is just who I am." For him, change seemed not just unlikely but impossible.

One Sunday, Thomas walked into a church he hadn't entered in decades. It wasn't out of faith but because he had nowhere else to go. That day, the priest delivered a powerful message: "God's grace can soften the hardest hearts and renew the weariest minds. Your past does not define you. Change yourself, and you can change the world around you."

The words struck a chord. On his way home, Thomas noticed something he had ignored for years—an old tree by the village square. Its bark was cracked, its branches were worn and broken. Yet, to his surprise, it was sprouting fresh green leaves. It was as if the tree whispered to him, "You can change too." Thomas, for the first time, believed change was possible, even for him. From that moment, Thomas began taking small steps toward transformation.

Science tells us that our brains have an incredible capacity to adapt and rewire themselves—no matter our age. While Thomas didn't know the science, he experienced something far deeper: the grace of God working within him.

As we step into the New Year, let us reflect on Thomas's story and the lesson it teaches us. Your age, your habits, and your struggles do not have the final say in your life. With God's grace and a little willingness, transformation is always within reach. For when we choose to change ourselves, we don't just change our lives—we change the world around us. One small act of love, one small moment of grace, is all it takes to begin.

Wishing each of you a blessed and transformative New Year 2025.

Dr. Rajesh Mathew
Editor-in-Chief



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

JANUARY 2025

Vol. 10 | Issue 08

PATRON

Bishop Mar Thomas Elavanal

CHAIRMAN

Msgr. Cyriac Kumbattu

EDITOR-IN-CHIEF

Rev. Dr. Rajesh Mathew

ASSOCIATE EDITOR

Fr. Jojit Johny

MARKETING MANAGER

Rev. Dr. George Vattamattathil

CIRCULATION MANAGER

Fr. Tony Kochuveetil

EDITORIAL BOARD

Fr. Rayson Joseph MCBS

Fr. Savio Pandiyalackal

Fr. Albin Koonammavu

Mr. Jose Mathew

Mr. Austine Jose Vattakkattu

Mr. V S Chacko

OFFICE SECRETARY

Mr. Joseph Chiramal

Dr. Manu Lopus

Mr. John Kurian

Ms. Rini Kunjuvareed

Ms. Divya Joseph

Ms. Ann Vigi

Ms. Merlin Vincent

Ms. Clara Vadakkan

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

New Year, New You:

The Neuroplasticity of the Brain and How Our Minds Can Adapt and Change at Any Age



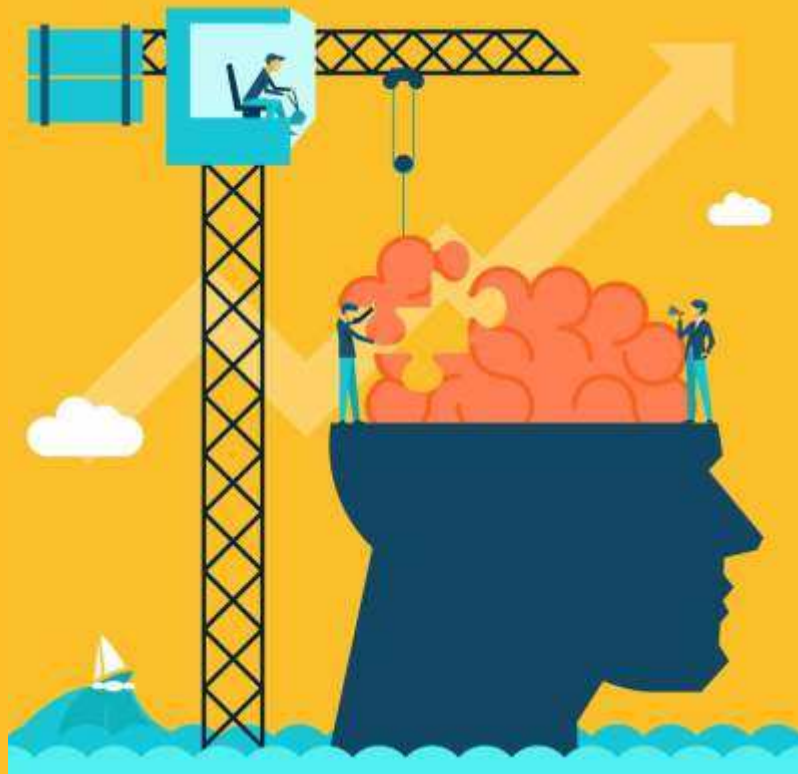
Dhanyamary Manjaly
Clinical Psychologist,
Mary Matha Church, Kamothe

As the calendar flips to a new year, it often feels like the perfect time for personal transformation. Whether it's adopting a healthier lifestyle, learning a new skill, or rethinking long-held habits, the arrival of a new year invites us to leave behind the past and embrace the possibility of growth. But this isn't just an emotional or motivational leap—there's solid science behind our ability to change. One of the most powerful concepts in neuroscience today is neuroplasticity, the brain's remarkable ability to adapt, reorganize, and form new neural connections in response to learning, experience, and environmental changes. Neuroplasticity reveals that the brain is not a static organ, but one capable of evolving and rewiring throughout our lives. This offers hope and practical insight into how we can embrace change, no matter our age.

What is Neuroplasticity?

Neuroplasticity, also known as brain plasticity, refers to the brain's ability to reorganize its structure and

function in response to experiences, learning, or damage. Once thought to be a characteristic exclusive to childhood, neuroplasticity is now recognized as a lifelong phenomenon. The brain continuously adapts by forming new neural pathways, strengthening or weakening existing ones, and even creating entirely new neurons in certain areas. This process occurs through two main mechanisms: functional plasticity, where the brain takes on new roles or functions after injury, and structural plasticity, where the physical structure of the brain changes with learning and experience.



Neuroplasticity and Personal Growth

When we talk about “New Year, New You,” neuroplasticity provides the scientific foundation for why it’s never too late to change. The idea that our brains can change at any age suggests that we are not stuck with our current patterns of thinking, behaving, or even feeling. While it might take time and effort, neuroplasticity shows that transformation is always within reach.

For example, when you decide to take up a new hobby or learn a new language, your brain responds by forming new neural pathways. These pathways strengthen over time with practice and repetition, enhancing your cognitive abilities and potentially improving mental health. Even activities like meditation or mindfulness have been shown to increase the thickness of the brain’s prefrontal cortex, an area linked to self-regulation and decision-making. Such changes support the idea that you can deliberately rewire your brain to improve focus, reduce stress, and increase resilience to challenges.

The Role of Habit and Repetition

One of the most powerful aspects of neuroplasticity is its relationship to habit formation. When we engage in a new activity repeatedly, the brain strengthens the neural connections related to that activity. For example, when learning to play a musical instrument, the repeated practice leads to changes in the motor cortex, the part of the brain that controls movement. The more you practice, the more efficient and automatic the brain’s response becomes, turning what initially feels like a challenge into a second nature.

This process is not limited to physical skills. Cognitive habits, such as thinking patterns or problem-solving approaches, can also be reshaped. If someone has struggled with negative thinking or self-doubt, neuroplasticity shows that these patterns can be altered over time. By consciously

challenging negative thoughts and replacing them with more positive or constructive ones, new neural pathways supporting optimism and resilience are formed. In fact, research has demonstrated that regular practices like cognitive behavioral therapy (CBT) can physically alter brain regions involved in mood regulation, offering tangible proof that change is not just a theoretical possibility but a physiological reality.

Neuroplasticity and Age

A common misconception is that neuroplasticity is most pronounced in childhood, with the assumption that as we age, the brain becomes less capable of change. However, recent studies have shown that the adult brain is just as capable of neuroplasticity as the young brain. While the brain’s plasticity may decrease with age, it never fully disappears. In fact, the brain is constantly absorbing new information, forming new pathways, and adapting to new circumstances, regardless of age.

For older adults, the ability to continue learning and adapting is especially important. Engaging in new activities or challenging one’s cognitive abilities can reduce the effects of aging on the brain. Activities such as learning a new language, playing a musical instrument, or solving puzzles not only keep the mind sharp but also stimulate the growth of new neurons. Additionally, physical exercise has been shown to increase the production of brain-derived neurotrophic factor (BDNF), a protein that promotes the growth of new neurons and enhances brain plasticity. For seniors, these types of activities can help maintain cognitive function, reduce the risk of neurodegenerative diseases like Alzheimer’s, and improve overall mental health.

Practical Steps to Harness Neuroplasticity for Personal Change

If you’re eager to use neuroplasticity to facilitate personal change this year, here are some practical steps you can take:

1. **Set Clear, Achievable Goals:** Whether it's learning a new skill or forming a new habit, clarity is key. Break down your goals into manageable steps and track your progress. This helps create a feedback loop of motivation and reward that strengthens neural connections related to your goal.

Example: If your goal is to learn a new language, break it down into smaller steps like learning 10 new words each week, practicing grammar exercises twice a week, and having a short conversation with a native speaker monthly. Tracking progress like marking off new words learned or a completed conversation keeps motivation high and reinforces your learning.

2. **Embrace Consistency:** Repetition is essential for rewiring the brain. Whether you're practicing mindfulness, exercise, or any other new habit, consistency is the key to reinforcing neural pathways and making the change stick.

Example: If you want to build a habit of exercising, commit to working out every morning for 20 minutes. Whether it's jogging, yoga, or strength training, doing it daily helps your brain form the habit. Over time, this consistency strengthens your neural pathways, making it easier to keep up with the routine.

3. **Challenge Yourself:** Growth happens when you step outside your comfort zone. Whether it's tackling a complex project at work or trying something you've never done before, challenging your brain with new tasks encourages plasticity.

Example: At work, take on a project that requires skills you're not yet confident in. If you're a beginner in data analysis, take the lead on a data-driven project. The challenge forces you to learn new skills, pushes your cognitive limits, and fosters neuroplasticity as your brain adapts to the demands of the task.

4. **Mindfulness and Self-Compassion:** Be

kind to yourself as you embark on this journey. Neuroplasticity thrives in environments of positive reinforcement, and practicing self-compassion can reduce stress and allow you to approach challenges with a growth mindset.

Example - When you're struggling with a difficult situation, like a setback in a project, instead of criticizing yourself, practice mindfulness by acknowledging your feelings without judgment and then practicing self-compassion by reminding yourself that growth comes with challenges. This self-kindness helps reduce stress, which can enhance learning and neuroplasticity.

5. **Stay Physically Active:** Exercise has been shown to increase BDNF levels, supporting neuroplasticity. Regular physical activity can help maintain cognitive function, improve mood, and enhance your brain's adaptability.

Example - Regularly engaging in physical activities, like brisk walking or swimming, can improve cognitive function. For instance, taking a 30-minute walk daily or attending a weekly fitness class can increase BDNF levels (Brain-Derived Neurotrophic Factor), a protein that supports neuroplasticity, boosting both mood and brain health over time.

Conclusion

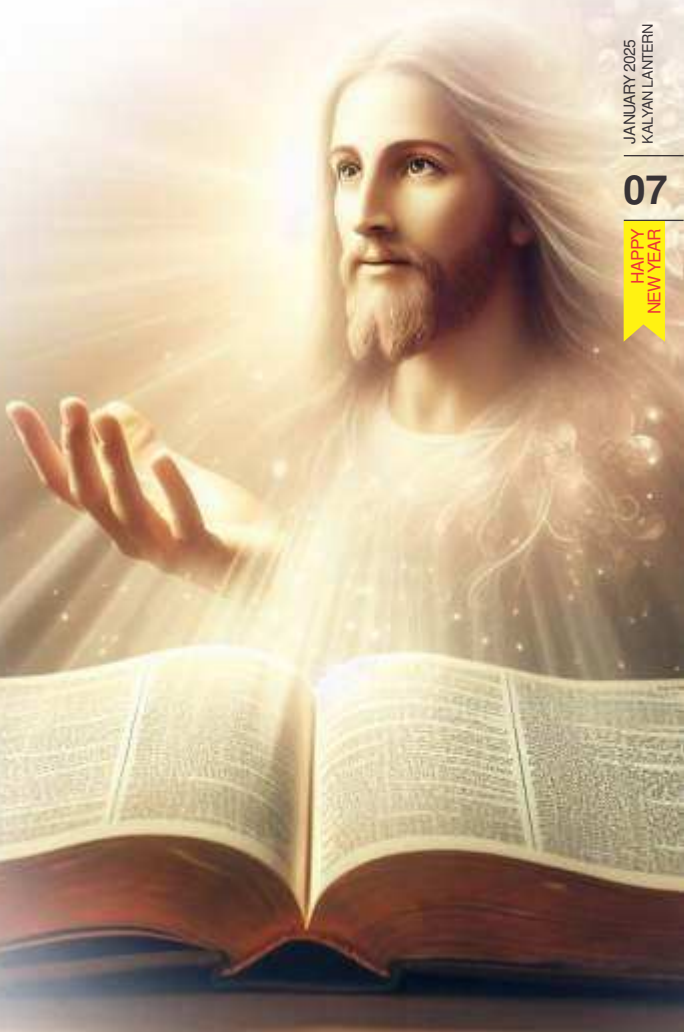
As we usher in a new year, the concept of "New Year, New You" is not just a motivational slogan—it's grounded in the science of neuroplasticity. Our brains have the incredible capacity to adapt, grow, and change throughout our lives. By embracing new experiences, challenging old habits, and consistently practicing positive behaviors, we can harness the power of neuroplasticity to transform our minds and, ultimately, our lives. So, whether you're 25 or 75, the possibilities for change are endless—your brain is ready to evolve with you.

ജീവിത നവീകരണം ദൈവകൃപയിലൂടെ: തിരുവചന വീക്ഷണത്തിൽ

പുതുവർഷം പുതുചിന്തകൾ കൊണ്ടും പുത്തൻ തീരുമാനങ്ങൾ കൊണ്ടും സമ്പന്നമാക്കുക എന്നത് നമ്മുടെ ഏവരുടേയും ഒരു ശീലമാണ്. പുതുവർഷത്തിൽ എന്തൊക്കെ നല്ല തീരുമാനങ്ങളാണ് നാം എടുക്കാറ്! കുറേയധികം കാര്യങ്ങളിൽ മാറ്റം വരുത്തണമെന്ന ആഗ്രഹമാണ് നമ്മെ ഇതിനായി പ്രേരിപ്പിക്കുന്ന പ്രധാന കാരണം. ഇങ്ങനെയൊന്നും പോയാൽ പോരാ; എവിടെയൊക്കെയോ കുറേക്കൂടി മെച്ചപ്പെടുത്താനുണ്ട് എന്ന ഒരു ബോധ്യം! ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ ഇത്തരം മനോഹരമായ തീരുമാനങ്ങൾ സമൂഹമാധ്യമങ്ങൾ വഴി ലോകത്തെ അറിയിക്കുന്നവരാണ് നമ്മിൽ കൂടുതൽ പേരും. എന്നാൽ ഇവയൊക്കെ എത്രമാത്രം പ്രാവർത്തികമാക്കാൻ സാധിക്കാറുണ്ട് എന്നത് ഒരു ചോദ്യമായി തന്നെ അവശേഷിക്കുന്നു. ഈ സാഹചര്യത്തിലാണ് എപ്രകാരമാണ് ജീവിതനവീകരണത്തിന് ദൈവകൃപ അത്യന്താപേക്ഷിതമാകുന്നതെന്ന് ചിന്തിക്കുന്നതിന്റെ പ്രാധാന്യം വർദ്ധിക്കുന്നത്. പലപ്പോഴും പറഞ്ഞു കേട്ടിട്ടില്ലേ ദൈവകൃപയുടെ കുറവാണ് എന്നൊക്കെ!



Fr. Biju Kollamkunel
Chiesa di san Giuseppe Cogliate, Milano



എന്താണ് കൃപ?

ബൈബിൾ വീക്ഷണത്തിൽ കൃപ എന്നത് ഒരു വ്യക്തിയിലുള്ള ദൈവത്തിന്റെ സജീവ സാന്നിധ്യമാണ്. ഒരു വ്യക്തിയിലുള്ള പരിശുദ്ധാത്മാവിന്റെ സാന്നിധ്യത്തിന്റെ അടയാളം കൂടെയാണിത്. 'എന്നിലുള്ള പരിശുദ്ധാത്മാവിനെ എടുത്തു കളയരുതേ' എന്ന ദാവീദ് രാജാവിന്റെ പ്രാർത്ഥന (സങ്കീ. 51:11) ഈ അർത്ഥത്തിൽ വേണം മനസ്സിലാക്കുവാൻ. കൃപ എന്നത് ഒരു ദൈവിക ദാനമാണ് (എഫേ. 2:8). അത് മനുഷ്യന്റെ വിശുദ്ധജീവിതത്തിനും രക്ഷക്കുമായിട്ട് നൽകപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതാണെന്ന് തിരുവചനം ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു. 'എല്ലാ മനുഷ്യരുടെയും രക്ഷയ്ക്കായി ദൈവത്തിന്റെ കൃപ പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു' (തീത്തോസ് 2:11). നമുക്കായി നൽകപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന ഈ ദൈവകൃപയുടെ ലക്ഷ്യമെന്നത് നമ്മെ എപ്പോഴും വിശുദ്ധിയിൽ നിലനിർത്തുക എന്നതാണ്. വിശുദ്ധ ജീവിതം ആഗ്രഹിക്കുന്നവർക്ക്... 'ലൗകിക മോഹങ്ങളെ ഉപേക്ഷിക്കാനും, ഈ ലോകത്തിൽ സമചിത്തതയും, നീതിനിഷ്ഠയും, ദൈവഭക്തിയുമുള്ള ജീവിതം നയിക്കാനും അത് നമ്മെ പരി



ശീലിപ്പിക്കുന്നു' (തീത്തോസ് 2:12). അതുകൊണ്ട് തന്നെ കൃപ എന്നത് ഉപരിസ്ഥവമായ ഒരു ആശയമല്ല പകരം അതിനെ മനുഷ്യന്റെ വിശുദ്ധ ജീവിതത്തിനും, ജീവിത നവീകരണത്തിനും, ഹൃദയ പരിവർത്തനത്തിനും, അതിലൂടെ വീണ്ടുമൊരു പുറംപുറം അനുഭവത്തിലേക്ക് (ദൈവത്തോടുള്ള ഒരു മനോഹരജീവിതത്തിലേക്ക്) നമ്മെ നയിക്കാൻ കെല്പുള്ള ഒരു ദൈവിക ഇടപെടൽ ആയി വേണം മനസ്സിലാക്കാൻ. പരിശുദ്ധ മറിയത്തെ അവളുടെ ജന്മസിദ്ധമായ വിശുദ്ധിയെ സൂചിപ്പിക്കുമ്പോൾ മാലാഖ അഭിസംബോധന ചെയ്യുന്നത് 'ദൈവകൃപ നിറഞ്ഞവളേ' (ലൂക്കാ 1:28) എന്നാണ്.

ജീവിത പരിവർത്തനവും കൃപയും

ദൈവകൃപയിൽ അടിയറച്ച ജീവിതം എന്നാൽ ദൈവസാന്നിധ്യത്തിലുള്ള ഒരു ജീവിതം എന്നാണ്. അത് പാപങ്ങളോടും, ലൗകികമോഹങ്ങളോടും വിടച്ചൊല്ലി ക്രിസ്തുക്രൈസ്തുമായ ഒരു പുതിയ ജീവിതശൈലിയാണ്. പൗലോസ് അപ്പസ്തോലന്റെ വാക്കുകളിൽ 'മനസ്സിന്റെ ചൈതന്യത്തിൽ നവീകരിക്കപ്പെട്ട്, യഥാർത്ഥമായ വിശുദ്ധിയിലും, ദൈവത്തിന്റെ സാദൃശ്യത്തിലും സൃഷ്ടിക്കപ്പെട്ട ഒരു പുതിയ വ്യക്തി ആവുക' എന്നതാണ് (എഫെ. 4:23-24). ഗലാത്തിയക്കാർക്കെഴുതിയ ലേഖനത്തിൽ അപ്പസ്തോലൻ അതിനെ കുറച്ചുകൂടി ആലങ്കാരികമായി വർണ്ണിക്കുന്നത് ഒരുവനിൽ ക്രിസ്തു ജീവിക്കുന്നതിനോടാണ്. 'ഇനിമേൽ ഞാനല്ല ജീവിക്കുന്നത്, ക്രിസ്തുവാണ് എന്നിൽ ജീവിക്കുന്നത്' (ഗലാ. 2:20). ക്രിസ്തുവിൽ ആയിരിക്കുന്നവൻ പുതിയ സൃഷ്ടിയാണ്. (2 കൊറി. 5:17). എങ്ങനെയാണ് പുതിയ സൃ

ഷ്ടിയാകേണ്ടതെന്ന് അപ്പസ്തോലൻ തന്നെ റോമാക്കാർക്കെഴുതിയ ലേഖനത്തിൽ സൂചിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. 'നിങ്ങൾ ഈ ലോകത്തിന് അനുരൂപരാകരുത്. പ്രത്യുത, നിങ്ങളുടെ മനസ്സിന്റെ നവീകരണം വഴി രൂപാന്തരപ്പെടുവിൻ' (റോമ. 12:2). കൃപയുടെ സാന്നിധ്യം 'ദൈവഹിതം എന്തെന്നും, നല്ലതും പ്രീതിജനകവും പരിപൂർണ്ണവുമായത് എന്തെന്നും' വിവേചിച്ചറിയാൻ നമ്മെ സഹായിക്കുന്നു (റോമാ 12:2). അങ്ങനെ ഒരു നല്ല വിശുദ്ധ ജീവിതം നമ്മിൽ സാധ്യമാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

ജീവിതനവീകരണത്തിന് കൃപ എങ്ങനെ സഹായിക്കുന്നു

കൃപയാണ് വിശുദ്ധിയുടെ അടിസ്ഥാനം. ദൈവകൃപയിലൂടെയാണ് നന്മതിന്മകളെ തിരിച്ചറിയുവാൻ നമുക്ക് സാധിക്കുന്നത്. നമ്മിലെ കൃപ നഷ്ടമായാൽ നന്മതിന്മകളെ വേർതിരിച്ചറിയുവാനുള്ള കഴിവ് നഷ്ടമായിപ്പോകും. ഇന്നത്തെ ലോകത്തിന്റെ ദൗർബല്യവും അതുതന്നെയാണ്. കൃപ നഷ്ടപ്പെടുത്തിക്കളയുന്നതുകൊണ്ട് യഥാർത്ഥ നന്മയേയും തിന്മയേയും തിരിച്ചറിയാൻ നമുക്ക് കഴിയാതെ പോകുന്നു. പല തിന്മകളും നന്മകളായും നന്മകൾ ലോകത്തിൽ നഷ്ടമായ ഈ കൃപയുടെ സാന്നിധ്യമാണ്. റോമാക്കാർക്കെഴുതിയ ലേഖനത്തിൽ, വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന പാപത്തിനും തിന്മകൾക്കും കാരണമായി പൗലോസ് അപ്പസ്തോലൻ ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നതും ദൈവത്തെയും, ദൈവസാന്നിധ്യത്തെയും ഉപേക്ഷിച്ച് കൃപ നഷ്ടപ്പെടുത്തിയതാണ് എന്നാണ് (റോമാ. 1:25-32).

കൃപ മാനസാന്തരത്തിലേക്കും ഹൃദയ പരിവർത്തനത്തിലേക്കും നയിക്കുന്നു

നമ്മിലുള്ള കൃപ എപ്പോഴും പാപത്തിൽ നിന്നും പാപസാഹചര്യത്തിൽ നിന്നും അകന്നു നിൽക്കുവാനായി നമ്മെ സഹായിക്കുന്നു. പാപം ചെയ്യുന്നവനിൽ കൃപ നഷ്ടപ്പെടുന്നതുകൊണ്ടാണ് വീണ്ടും വീണ്ടും പാപത്തിലേക്ക് വീഴുന്നതിനുള്ള സാഹചര്യം സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുന്നത്. എന്നാൽ കൃപ പരിശുദ്ധാത്മാവിന്റെ നിറവിലുള്ള ഒരു ജീവിതം നമ്മിൽ സാധ്യമാക്കുന്നു. അതാണ് യേശു നിക്കൊദേമോസിനോട് ആവശ്യപ്പെടുന്ന വീണ്ടും ജനനം (യോഹ. 3:3-6) - ഹൃദയപരിവർത്തനവും, പരിശുദ്ധാത്മാവിലുള്ള ജീവിതവും.

കൃപ ദൈവഹിതത്തോട് ചേർന്നു നില്ക്കുവാൻ സഹായിക്കുന്നു

കൃപയിലൂന്നിയ ജീവിതം എപ്പോഴും സ്വന്തം ഇഷ്ടങ്ങളെക്കാൾ ദൈവഹിതത്തിന് പ്രാധാന്യം കൊടുക്കുന്നു. കൃപ നിറഞ്ഞ മറിയത്തിന് അതുകൊണ്ടാണ് ദൈവഹിതത്തോട് - അതിന്റെ അർത്ഥം പൂർണ്ണമായി ഗ്രഹിച്ചില്ലെങ്കിൽ പോലും സമ്മതം പറയുവാൻ ഒരു വിഷമവും ഉണ്ടാകാതിരുന്നത് (ലൂക്കാ 1:38). കൃപയുടെ ജീവിതം ക്രിസ്തുവിനെ ധരിക്കലാണെന്ന് പൗലോസ് അപ്പസ്തോലൻ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നുണ്ട് (ഗലാ. 2:20). അത് ജീവിതത്തിലും, ഹൃദയത്തിലും, ശരീരത്തിലും ക്രിസ്തുവിന്റെ അടയാളങ്ങൾ ധരിക്കുവാനുള്ള വിളിയാണ് (ഗലാ. 6:15-17, കൊളോ. 3:12). കൃപയിൽ ജീവിക്കുന്ന ഒരുവന്റെ മേൽ പാപത്തിന് ഭരണം നടത്താൻ സാധിക്കുകയില്ല. 'പാപം നിങ്ങളുടെമേൽ ഭരണം നടത്തുകയില്ല. കാരണം, നിങ്ങൾ നിയമത്തിനു കീഴിലല്ല, കൃപയ്ക്ക് കീഴിലാണ്' (റോമ. 6:14). കൃപയുടെ സാന്നിധ്യം എപ്പോഴും നമ്മെയും വിശുദ്ധവുമായത് തിരഞ്ഞെടുക്കാൻ നമ്മെ സഹായിക്കുന്നു.

കൃപ നിത്യജീവൻ നഷ്ടമാക്കുന്ന എല്ലാത്തിനോടും വിസമ്മതം പറയാൻ സഹായിക്കുന്നു

തിന്മയോടും തിന്മയുടെ സ്വാധീനങ്ങളോടും വിസമ്മതം പറയുവാനുള്ള മടിയാണ് ഇന്നത്തെ കാലഘട്ടത്തിൽ മനുഷ്യൻ അഭിമുഖീകരിക്കുന്ന വലിയ പ്രതിസന്ധി. നമ്മിലുള്ള കൃപയെ ജ്വലിപ്പിക്കുക എന്നതുമാത്രമാണ് ഇതിനുള്ള പ്രതിവിധി. ക്രിസ്തുവിനെ നേടാനും, ആ സാന്നിധ്യം നഷ്ടപ്പെടുത്താതിരിക്കാനും വേണ്ടി സകലവും ഉച്ഛിഷ്ടം പോലെ കരുതാൻ (ഫിലി. 3:7-9) പൗലോസ് അപ്പസ്തോലനെ പ്രേരിപ്പിച്ചതും ഈ ദൈവകൃപയുടെ സാന്നിധ്യമാണ്. കൃപ തന്നെയായ ക്രിസ്തുവിന് മാത്രമേ ചില സാഹചര്യങ്ങളിലെ തിന്മയുടെ സാന്നിധ്യങ്ങളെ തിരിച്ചറിയുവാനും അതിൽ നിന്ന് അകന്നു നിൽക്കുവാനും സാധിക്കുകയുള്ളൂ (മത്താ. 4:1-11). ക്രിസ്തു

വിനോട് അനുരൂപപ്പെട്ട് ജീവിക്കുന്ന ഒരാൾക്ക് 'നല്ലതും പ്രീതിജനകവും പരിപൂർണ്ണവുമായത്' എന്തെന്ന് വിവേചിച്ചറിയുവാനുള്ള കൃപ ലഭിക്കുന്നുവെന്ന് (റോമ. 12:2) തിരുവചനം സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുന്നു.

കൃപയിൽ എപ്രകാരം വളരാം

● വ്യക്തിപരമായ പ്രാർത്ഥനയും സ്ഥിരമായ ആത്മശോധനയും

വ്യക്തിപരമായ പ്രാർത്ഥനയിലൂടെ ദൈവത്തോടും ദൈവഹിതത്തോടും അടുത്തിരിക്കുവാനായി പരിശ്രമിക്കുക. ദിവസത്തിൽ രണ്ടു പ്രാവശ്യമെങ്കിലും ആത്മശോധന (examination of conscience) നടത്തി കൃപയിൽ വളരുന്നൂണ്ടെന്ന് ഉറപ്പു വരുത്തുക.

● കൗദാശിക ജീവിതം

അടുപ്പിച്ചുള്ള കുമ്പസാരം നമ്മെ കൃപയിൽ വളരുവാൻ ഏറെ സഹായിക്കുന്നതാണ്. ആവർത്തിച്ചു വരുന്ന തിന്മയുടെ കാരണങ്ങളെ കണ്ടെത്താനും, അവയെ പിഴുതെടുത്ത് കളയാനും അടുപ്പിച്ചുള്ള കുമ്പസാരങ്ങൾ നമ്മെ സഹായിക്കും. കൂടാതെ അനുദിന വിശുദ്ധ ബലിയിലുള്ള പങ്കാളിത്തവും വിശുദ്ധ കുർബാന സ്വീകരണവും നമ്മിലുള്ള കൃപയെ ജ്വലിപ്പിച്ച് നിർത്തുവാൻ വളരെയേറെ സഹായിക്കുന്നു.

● വെറുപ്പിനെ അകറ്റി നിറുത്തുക

വെറുപ്പിലൂടെ തിന്മ നമ്മിൽ പ്രവേശിക്കാനും അതിലൂടെ കൃപ നഷ്ടപ്പെടാനും കാരണമാകും (ഉല്പ. 4:6-7). ഒരുവനോട് രമ്യതയിലെത്താതെ കോപം നീട്ടിവക്കുന്നത് തിന്മ കയറിക്കൂടാനും അതുവഴി കൃപ നഷ്ടപ്പെടാനും കാരണമാകുമെന്ന് പൗലോസ് അപ്പസ്തോലൻ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നുണ്ട് (എഫേ. 4:27).

സുവിശേഷമൂല്യങ്ങളിൽ ഊന്നിയുള്ള ഒരു ജീവിതവും, ഈ ലോകജീവിതത്തിന്റെ നിസ്സാരതയും, നിത്യജീവിതത്തിന്റെ മഹത്വവും സ്ഥിരമായി ധ്യാനവിഷയമാക്കുന്നതും കൃപയിൽ വളരാൻ നമ്മെ ഏറെ സഹായിക്കുന്നവയാണ്. അതിനാൽ നമ്മുടെ പുതുവർഷത്തിൽ നമ്മുടെ നല്ല ചിന്തകളെയും തീരുമാനങ്ങളെയും ദൈവകൃപയ്ക്കായി സമർപ്പിക്കാം. 'എന്നെ ശക്തനാക്കുന്നവനിലൂടെ എനിക്ക് എല്ലാം സാധ്യമാകും' (ഫിലി. 4:13) എന്ന് പറഞ്ഞ പൗലോസ് അപ്പസ്തോലനെപ്പോലെ ക്രിസ്തുവിനോടും അവിടുന്ന് ദാനമായി നൽകുന്ന കൃപാപരത്തോടും ചേർന്ന്നിന്ന് ഈ പുതുവർഷത്തെ ഒരു കൃപയുടെ വർഷമായി നമ്മുടെ ജീവിതത്തിലേക്ക് സ്വാഗതം ചെയ്യാം.



He CHANGED ME



Bro Donny OFM Cap

St. Thomas Capuchin Province, Aluva, Kerala.
Now studying Theology @ Papal Seminary, Pune

Ancient Greek philosopher Heraclitus conveys the idea that everything in the universe is in a constant state of flux and change. “There is nothing permanent except change”. Bible refers to change as an opportunity for growth and spiritual maturity. Change is a reality nobody can deny and perseverance is a quality everybody should hold by. Perseverance is that yeast which helps us to stay strong, focused and determined amidst changes.

Just like you, I'm a product of Kalyan Diocese. Playing cricket in the gullies, verandas and

lobbies were my main hobbies. Like any other boy born in 90's, I felt it was my righteous duty as a *Mumbaikar* to style my hair like Shahrukh and build my muscles like Salman. After completing my initial education from St. John's Thane and engineering from Don Bosco's, Vidyavihar; never in the farthest dream it felt after pursuing a MBA degree, God would CHANGE my life to fit me into this Cappuccino coloured robe. It was during my 5th year of working with Infosys Ltd, Pune, that such a thought was stirred by the *upperwalla* into my heart. Every evening, while leaving office, it had become a routine to show some charity to the

poor man at the bus stop. But one fine evening I changed that routine. I lovingly smiled at him and patted his shoulders. Within no time, tears rolled down his dusty cheeks. I suddenly enquired “*aap kaise ho bhaiya, sab teek hai na?*” (*How are you bro... all fine?*). After a moment, he responded that, he felt like a human after many days. I was not made speechless, but a storm erupted within me. Charity was not done to him, it was actually done to me that day by him. He changed my attitude towards life. If money could not satisfy, for what I was earning? Clouds of questions encircled my mind. It loomed day and night. Meanwhile, I used to go to the Mother Teresa’s Convent for morning Qurbana. Those Missionaries of Charity sisters had nothing of their own, expect cracked heels, faded sarees, a prayer book and a crucifix. Yet they were gracious and joyful. Laughter was a permanent member in their convent. Towards the end of their morning prayers, they used to recite, “Lord, make me an instrument of your peace...” It caught my devotion and I asked one of those sisters, “Who has written this?” She happily said St. Francis of Assisi. I insisted that she tell me more about him, to which she replied, “Aren’t you a Computer Engineer, ask your Google...” and so Google became my vocation promoter. All that was available online about Saint Francis rewired the neurons in my brain. This change was visible in my workplace and moreover at home. We are 3 at home, 2 sisters and myself; the only son to my parents. A sense of distress, over this change, hovered over my house. My over-interest in reading Bible, daily Holy Mass, and watching Shalom TV raised concerns but nobody uttered a single word until the day I said it. “*Mummy....Daddy.... listen na. I want to be a Capuchin.*” Thereafter words were less and handcrafted reactions were more. (Let the reader understand). Emotions raged out from my family, friends and cousins like in Ps 109:25 “I am an object of scorn to my accusers; when they see me, they shake their heads.” But whom to blame? I, who at the age of 28

deciding to take up sannyasa, abandoning aged parents, leaving aside a highly paid job and a promising future. Knowing all this, who would not have abused me? But the Lord came to me like a persistent lover and I could not deny. He patiently waited for my reply “I am ready”. A retreat by Jesus Youth “*Fire*” further purified my vocation call. During the adoration service, the lord finally spoke “*You will bear my words*”.

It was not easy to go through all these chaos and drastic changes. I was afraid, deep inside myself. Will I be able to cope up with the austere Capuchin Life? I am a Mumbai City boy, how will I adjust to the seminary in Kerala? But the word SURRENDER settled in my heart and it taught me perseverance. James 1:2-4 reminds us “*Consider it pure joy, my brothers and sisters, whenever you face trials of many kinds, because you know that the testing of your faith produces perseverance. Let perseverance finish its work so that you may be mature and complete, not lacking anything.*” Indeed, I don't lack anything. As a Franciscan Capuchin for the past 8 years, I have everything I need. Life teaches you perseverance and it is also a gift of the Holy Spirit. When I was in doubt regarding this vocation, I consulted many people including priest, religious, lay faithful and even non – Christians. All told me one common advice “*Listen to your heart*”. Mind often feels fearful to uncertainty, the solution is, listen to your heart. The inner voice will help to overcome this fear and finally the mind will become accustomed to the changes. Perseverance to me is similar to a gesture of surrender. I hope joining hands in front of the Blessed Sacrament is similar a gesture of surrender. *‘I do not understand everything... yet I trust in you Lord.’* Some of the changes and difficulties in life are beyond our control. In such moments... just let it happen and pray as Jesus prayed, “*Lord into your hands I commend my spirit.* (Ps 31:5) (Luke 23:46)

ലോകം മാറണം

വക്ഷേ നാം ആദ്യം മാറണം

JANUARY 2025
KALYAN LANTERN

12

HAPPY
NEW YEAR



Fr. Dr. Paul Madan
Vicar, Queen Mary's Church,
Kolenchery, Ernakulam

പലരും ലോകത്തെ മാറ്റാൻ ശ്രമിക്കുന്നു. ചുരുക്കം ചിലർ യഥാർത്ഥത്തിൽ അതു ചെയ്യുന്നു. ലോകത്തെ മാറ്റുന്നത് ഒരു വലിയ ജോലി തന്നെയാണ്. അതിനു കാരണം പലരും തെറ്റായ രീതിയിൽ ലോകത്തെ മാറ്റാൻ ശ്രമിക്കുന്നതുകൊണ്ടാണ്. ചുറ്റുമുള്ള സാമൂഹിക ഘടനകളിൽ വ്യാപകമായ മാറ്റങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കാൻ നാം ശ്രമിക്കുന്നു. എന്നാൽ ഈ ഘടകങ്ങൾ വളരെ കാലമായി ദൃഢമാണ്. അവ മാറ്റുക ഏതാണ്ട് അസാധ്യമാണ്. ലോകത്തെ മാറ്റുന്നത് ബുദ്ധിമുട്ടാണ് എന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞു കഴിഞ്ഞാൽ പലരും ആ പദ്ധതി ഉപേക്ഷിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു.

പക്ഷേ, ലോകത്തെ മാറ്റാൻ സാധിക്കും എന്നതാണ് സത്യം. ലോകത്തെ മാറ്റാൻ സാധിക്കണമെങ്കിൽ നാം ആദ്യം മാറണം. നമ്മുടെ മാനസികാവസ്ഥയും ശീലങ്ങളും പ്രവർത്തനങ്ങളും മാറേണ്ട

തുണ്ട്. സ്വയം മാറുന്നത് എളുപ്പമല്ല, പക്ഷേ ലോകത്തിൽ വലിയ സ്വാധീനം ചെലുത്തണമെങ്കിൽ അതു ആവശ്യവുമാണ്.

അമേരിക്കൻ സൈക്കോതെറാപ്പിസ്റ്റ് വെർജീനിയ സറ്റിർ എഴുതി വച്ച ഒരു കുറിപ്പ് ഇപ്രകാരമാണ് “ഭാവനക്ക് അതിരുകൾ ഇല്ലാതിരുന്ന ചെറുപ്പകാലത്ത് ഞാൻ പറഞ്ഞു, ഈ ലോകത്തെ ഞാൻ മാറ്റിമറിക്കുമെന്ന്, പ്രായവും പകരതയുമായപ്പോൾ ഞാൻ മനസ്സിലാക്കി, ലോകം അത്ര വേഗമൊന്നും മാറുകയില്ലെന്ന്. അപ്പോൾ യഥാർത്ഥ്യബോധം ഉൾകൊണ്ടുകൊണ്ട് ഞാൻ പറഞ്ഞു. ലോകത്തെ മാറ്റിയില്ലെങ്കിലെന്താ ഞാൻ എന്റെ രാജ്യ

ത്തെ മാറ്റിയെടുക്കും. താമസിയാതെ ഞാൻ തിരിച്ചറിഞ്ഞു. എന്റെ രാജ്യം അതിനു വഴങ്ങുകയില്ലെന്ന്. ജീവിത സായാഹ്നത്തിൽ ഞാൻ തീരുമാനിച്ചു: എന്റെ കുടുംബത്തെക്കുറിച്ചും ഞാൻ മാറ്റിയെടുക്കും. പക്ഷേ, അവരും എന്റെ വരുതിക്ക് വന്നില്ല. ഇപ്പോഴിതാ ഞാൻ മരണശയ്യയിലാണ്. ഞാനോർക്കുന്നു ഞാൻ ആദ്യം എന്നെ മാറ്റിയിരുന്നെങ്കിൽ, അത് കണ്ടിട്ടു എന്റെ കുടുംബത്തിൽ ഒരു ചലനമുണ്ടായേനെ. എന്റെ കുടുംബത്തിന്റെ പ്രചോദനത്തിലും, പ്രോത്സാഹനത്തിലും, എനിക്കെന്റെ രാജ്യത്തെ കുറച്ചൊക്കെ മെച്ചമെപ്പടുത്താമായിരുന്നു. ഒടുവിൽ, ആർക്കറിയാം, ഞാൻ ലോകത്തേയും സ്വാധീനിച്ചേനെ. ഈ കുറിപ്പ് എന്റെ കല്ലറയിൽ കൊത്തിവയ്ക്കണമെന്ന് ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു.”

രാഷ്ട്രപതിയായിരിക്കെ 2003 സെപ്തംബർ 30ന് ഡോ. എ. പി. ജെ. അബ്ദുൾകലാം പുറപ്പെടുവിച്ച ഒരു സന്ദേശത്തിൽ ഇപ്രകാരം കുറിപ്പിരിക്കുന്നു. നിങ്ങൾ പറയുന്നു, സർക്കാർ കാര്യക്ഷമമല്ലെന്ന്, നിങ്ങൾ പറയുന്നു, നിയമങ്ങൾ കാലഹരണപ്പെട്ടവയാണെന്ന്. നിങ്ങൾ പറയുന്നു മുൻസിപ്പാലിറ്റി മാലിന്യങ്ങൾ നീക്കുന്നില്ലെന്ന്. നിങ്ങൾ പറയുന്നു ഫോൺ തകരാറിലാണ്. റെയിൽവേയുടെ കാര്യം മഹാ തമാശയാണ്; വ്യോമഗതാഗതം ലോകത്തിലേക്കും മോശമാണ്; തപാൽ സമയത്തിനെത്തുന്നില്ല... നിങ്ങൾ പറയുന്നു. രാജ്യം മഹാഗതികേടിലാണെന്ന്. നിങ്ങൾ ഇങ്ങനെ പറഞ്ഞുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. എന്നാൽ ഇത്തരം കാര്യങ്ങളിൽ നിങ്ങൾ എന്തു ചെയ്യുന്നു. മറ്റൊരു രാജ്യത്തു ചെന്നാൽ അവിടുത്തെ ചിട്ടവട്ടങ്ങൾ കർശനമായി പാലിക്കുന്ന നമുക്ക് സ്വന്തം നാട്ടിൽ അതു ചെയ്യാനാവുന്നില്ല. ഇന്ത്യൻ മണ്ണിൽ കാലുകുത്തിയാലുടൻ കടലാസ്സും, സിഗരറ്റും എവിടെയും വലിച്ചെറിയുന്നവരാണെന്ന് നമ്മിൽ പലരും. മറുനാട്ടിൽ ചുറ്റുമുതയോടെ പെരുമാറുന്ന പൗരൻ എന്തുകൊണ്ട് സ്വന്തം നാട്ടിൽ ഈ മാനുവൽ പുലർത്തുന്നില്ല? അമേരിക്കയിൽ നായ്ക്കൾ നടപ്പാക്കിയ വിസർജ്ജിച്ചാൽ അതു മാറ്റുന്നതിന്റെ ഉത്തരവാദിത്വം ഉടമസ്ഥർക്കാണ്. പല രാജ്യങ്ങളിലും അങ്ങനെ തന്നെ. ഇവിടെ നാം അങ്ങനെ ചെയ്യുമോ...?

നമ്മൾ ഇലക്ഷനിൽ വോട്ടു ചെയ്യാൻ പോകുന്നു. അതോടെ എല്ലാ ഉത്തരവാദിത്വവും കഴിഞ്ഞെന്ന് കരുതുന്നു. പിന്നീടുള്ള കാലം നമ്മൾ ചാരിയിരിപ്പാണ്. സർക്കാർ എല്ലാം ചെയ്തുകൊള്ളണം, നമ്മളിൽ നിന്ന് ഒന്നും പ്രതീക്ഷിക്കരുത്. സർക്കാർ വ്യത്തിയാക്കണം, പക്ഷേ നമ്മൾ വലിച്ചെറിയൽ നിർത്തുകയില്ല. അസ്ഥാനത്ത് കാണുന്ന ഒരു കടലാസുകഷണം പെറുക്കിയെടുത്ത് അടുത്തുള്ള ചവിറ്റുകൊട്ടയിൽ നിക്ഷേപിക്കുന്ന കാര്യം ചിന്തിക്കാൻ പോലും വയ്യ. റെയിൽവേ, വൃത്തിയുള്ള കക്കൂസുകൾ തരണം, എന്നാൽ നമ്മൾ അത്തരം സൗകര്യങ്ങൾ വേണ്ടവിധം ഉപയോഗിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കുന്നില്ല. ഒരു 'മിസ്റ്റർ ക്ലീൻ' വന്ന് അത്ഭുതങ്ങൾ പ്രവർത്തിച്ചിട്ട് പോകണമെന്ന് നമ്മൾ ആഗ്രഹിക്കുന്നു.



മദർ തെരേസാ പറഞ്ഞ ഒരു കാര്യം - “എനിക്ക് മാത്രം ലോകത്തെ മാറ്റാൻ കഴിയില്ല. പക്ഷേ, ധാരാളം അലകൾ സ്വഷ്ടിക്കാൻ വെള്ളത്തിനു കുറുകേ ഒരു കല്ലെറിയാൻ കഴിയും”.

ധാരാളം ആത്മപരിശോധന വേണ്ട കാര്യങ്ങളാണിവ. നമ്മുടെ മന:സാക്ഷിയോടു തന്നെ ചോദിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ. എന്റെ കുടുംബത്തിനുവേണ്ടി, എന്റെ പരിസരത്തിനുവേണ്ടി, എന്റെ ഗ്രാമത്തിനുവേണ്ടി, എന്റെ ജില്ലയ്ക്കുവേണ്ടി, എന്റെ സംസ്ഥാനത്തിനുവേണ്ടി, എനിക്ക് എന്തു ചെയ്യാനാവുമെന്ന് സ്വയം ചോദിക്കാം. ഞാൻ നന്നായാൽ എന്റെ കുടുംബം നന്നാവും. എന്റെ ഗ്രാമവും, ജില്ലയും, സംസ്ഥാനവും, രാജ്യവും, ലോകം തന്നെയും നന്നാവും.

സ്വയം പോസിറ്റീവായി മാറണം. ഒരു വലിയ പോസിറ്റീവ് ഇംപാക്ട് സൃഷ്ടിക്കാൻ നമുക്ക് സ്വീകരിക്കാവുന്ന ചില മാർഗ്ഗങ്ങൾ ഇതാ :

1. സ്വയം മറ്റുള്ളവരുമായി താരതമ്യം ചെയ്യുന്നത് നിർത്തുക.

മിക്ക ആളുകളും തങ്ങളെ മറ്റുള്ളവരുമായി താരതമ്യം ചെയ്യുന്നു. ഇത് സാധാരണയായി കൂടുതലുള്ളത് സോഷ്യൽ മീഡിയ വഴിയാണ്. നിങ്ങൾ ഇൻസ്റ്റാഗ്രാം അല്ലെങ്കിൽ ഫേസ്ബുക്കിലേയ്ക്ക് പോകുന്നു. നിങ്ങൾ ആഗ്രഹിച്ചിരുന്ന അത്ഭുതകരമായ ജീവിതം നയിക്കുന്ന മറ്റുള്ളവരെ കാണുന്നു. ഉദാഹരണത്തിന്, നിങ്ങളുടെ സുഹൃത്തും ഭാര്യയുമൊത്ത് വിവിധ രാജ്യങ്ങൾ ചുറ്റി സഞ്ചരിക്കുന്നതായി നിങ്ങൾ കാണുന്നു. നിങ്ങൾ ഈ ചിത്രങ്ങൾ കാണുമ്പോൾ നിങ്ങളെക്കുറിച്ചു തന്നെ മോശമായി തോന്നുന്നു. എന്നാൽ ആ ചിത്രത്തിലുള്ള മറ്റ് അർത്ഥങ്ങൾ നിങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുന്നില്ല. ഒരു പക്ഷേ, ഇത് ഭാര്യയ്ക്ക് ആസ്വദിക്കാൻ സാധിക്കുന്നില്ല. പകരം അവൾക്ക് ആസ്വാദ്യത നൽകുന്നത് അവളുടെ മാതാപിതാക്കളെ സന്ദർശിക്കുന്നതായിരിക്കാം. അടിനുവേണ്ടി ചിലവഴിക്കേണ്ടി വരുന്നതോ, ഇപ്പോൾ ചിലവാക്കുന്നതിന്റെ പത്തിലൊന്ന് മാത്രം. പക്ഷേ,



പത്ത് മടങ്ങ് ആസ്വാദ്യത ലഭിക്കുന്നു.

2. നമ്മൾ പണം നൽകി ആവശ്യമില്ലാത്ത സാധനങ്ങൾ വാങ്ങിക്കുന്നു. അത് നമ്മൾ വാങ്ങുന്നത് നമുക്ക് ആവശ്യമുണ്ടായിട്ടില്ല. പിന്നെയോ സുഹൃത്തുക്കൾ വാങ്ങിച്ചതുകൊണ്ട് മാത്രം. അതിനുള്ള പേയ്മെന്റ് നടത്തുന്നതിനായി നമ്മൾ എല്ലാ ആഴ്ചയും അധികമണിക്കൂർ ജോലി ചെയ്യേണ്ടി വരുന്നു; കുടുംബത്തിൽ ചിലവഴിക്കേണ്ട സമയം കുറച്ചുകൊണ്ടു തന്നെ.

3. ബന്ധങ്ങൾ കുറയുന്നത് ജീവിതസന്തോഷത്തേയും, സംതൃപ്തിയേയും കുറയ്ക്കുന്നു. ഈ അടുത്ത കാലത്ത് നടന്ന ദീർഘമായ ഒരു ഗവേഷണത്തിന്റെ ഫലം പറയുന്നത് - ജീവിതത്തിൽ ഏറ്റവും കൂടുതൽ സന്തോഷവും, സംതൃപ്തിയും നൽകുന്നത് മനുഷ്യർ തമ്മിലുള്ള ബന്ധങ്ങൾ ആണെന്ന്. എന്താണ് ജീവിതലക്ഷ്യം? - സന്തോഷമായി, സമാധാനമായി സംതൃപ്തിയോടെ ജീവിക്കുക. പണമുണ്ടാക്കാനുള്ള ആർത്തിയിൽ ഭാര്യഭർത്തുബന്ധങ്ങൾ കുറയുന്നു. മാതാപിതാക്കളും മക്കളും തമ്മിലുള്ള ബന്ധം കുറയുന്നു. അയൽപക്കബന്ധങ്ങളും സൗഹൃദങ്ങളും കുറയുന്നു.

4. സാധനങ്ങൾ വാങ്ങി കൂട്ടുന്നതിലും, ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതിലും പോകുന്ന ഹോട്ടലുകളുടെ സ്റ്റാർ കണക്ക് നോക്കുന്നതിലും, ഭക്ഷണം ഓർഡർ ചെയ്യുന്ന കാര്യത്തിലും, വാഹനങ്ങൾ വാങ്ങിക്കുന്ന കാര്യത്തിലും, ആരുടെ മഹത്വമാണ് അന്വേഷിക്കുന്നത്? സാധനങ്ങൾ വാങ്ങിക്കൂട്ടുമ്പോഴാണ് മനുഷ്യരാകുന്നത് എന്ന് നാം ചിന്തിച്ചാൽ അത് വലിയ ആപത്താണ്. അതാണോ എന്റെ വ്യക്തിത്വം നിശ്ചയിക്കുന്നത്?

5. കഴിയുന്നത്ര ആധികാരികമായും യഥാർത്ഥബോധത്തോടെയും ജീവിക്കാൻ ശ്രമിക്കുക. നാം എന്താണോ, അത് അംഗീകരിക്കുക. നാം ഇടുന്ന മുടുപടം അധികനാൾ നീണ്ടു നിൽക്കുകയില്ല എന്ന് നാം ഓർക്കണം.

6. ഔദാര്യവും സഹാനുഭൂതിയും ശീലമാക്കേണ്ട ഒരു സ്വഭാവമായി മാറേണ്ടതാണ്. സഹാനുഭൂതി എന്നത് മറ്റുള്ളവരുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കാനും അവർ എന്താണ് അനുഭവിക്കുന്നതെന്ന് മനസ്സിലാക്കാനുള്ള കഴിവാണ്. നിങ്ങൾ അവരോട് സഹാനുഭൂതി കാണിക്കുകയും അവരെ തുറന്ന് പറയാൻ അനുവദിക്കുകയും ചെയ്താൽ ആളുകൾ നിങ്ങളോട് പറയാൻ തയ്യാറാകുമെന്ന് നിങ്ങളെ ആശ്ചര്യപ്പെടുത്തും. ആളുകൾ അവരുടെ ഏറ്റവും അടുത്ത കുടുംബാംഗങ്ങളോട് പോലും പറയാത്ത രഹസ്യങ്ങൾ പറയും. ആളുകൾ കേൾക്കാനാഗ്രഹിക്കുന്ന, അവർ മനസ്സിലാക്കപ്പെടാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവ.

ലോകത്തെ മാറ്റാനുള്ള നമ്മുടെ താൽപര്യം നല്ലത് തന്നെ. അതിന് സാധിക്കുമെന്ന് നമുക്ക് പ്രത്യോശിക്കാം. പക്ഷെ, ധാരാളം ആത്മപരിശോധന ചെയ്യേണ്ട കാര്യങ്ങളാണ് ഞാൻ മുകളിൽ സൂചിപ്പിച്ചത്.

മദർ തെരേസാ പറഞ്ഞ ഒരു കാര്യം -

“എനിക്ക് മാത്രം ലോകത്തെ മാറ്റാൻ കഴിയില്ല. പക്ഷെ, ധാരാളം അലകൾ സൃഷ്ടിക്കാൻ വെള്ളത്തിനു കുറുകേ ഒരു കല്ലെറിയാൻ കഴിയും”.

ഹെലൻ കെല്ലർ പറഞ്ഞത് ഇപ്രകാരമാണ് “ഞാൻ ഒറ്റയ്ക്കായിരിക്കാം, എങ്കിൽ ഞാൻ ഒരാളാണ് എനിക്ക് എല്ലാം ചെയ്യാനാകില്ല. എങ്കിലും എനിക്ക് ചിലതൊക്കെ ചെയ്യാനാകും. എല്ലാം ചെയ്യാൻ പറ്റാത്തതുകൊണ്ട്, ചെയ്യാവുന്നത് ചെയ്യുന്നതിൽ നിന്ന് പിൻവാങ്ങാൻ എനിക്ക് മനസ്സില്ല”.

ലോകത്തെ മാറ്റാനുള്ള എന്റെ അഭിലാഷത്തിൽ മാറ്റം എന്നിൽ നിന്നും ആരംഭിക്കട്ടെ!

YOU'RE THE SAME YOU WERE 10 YEARS AGO

IS IT REALLY A COMPLIMENT?



Rini Kunjuvareed
Kalyan Lantern Editorial Board Member



When someone says, “You’re the same as you were 10 years ago,” we often smile, feeling reassured. After all, who doesn’t want to seem reliable and true to themselves? But what if this isn’t as flattering as it sounds? In fact, what if I tell you, it might not be the compliment we think it is?

Let’s take a look at why this kind of remark, although pretty gratifying at first thought, might be subtly undermining our potential for growth.

The Need to Evolve

Initially, hearing that “you’re the same as you were ten years ago” might feel like a nice compliment, as if it means you’re steady and dependable. But from a psychological standpoint, staying exactly the same can actually signal a lack of growth.

Growth—emotionally, socially, and intellectually—is key to living out our full potential. Our brains are designed to change and adapt throughout our lives, a process called neuroplasticity. So, the most emotionally and socially intelligent people are those who constantly challenge themselves to rethink their beliefs, adjust their behaviours, and learn from new experiences.

If we don’t evolve, we can end up stuck in old patterns that aren’t as helpful or effective anymore. If you’re still the same as you were ten years ago, it might suggest that you’re not keeping up with the world around you or learning from your experiences.

Often, this “compliment” is more about the person giving it than it is about you. When



someone says you haven't changed, it's mostly because being with you is comfortable. If you both have reconnected after a long time, they don't have to recalibrate how they interact with you or adjust to new dynamics. It reassures them that the relationship remains easy and familiar, as if nothing has shifted. So, while it might sound like a praise, it's really more about them feeling relieved that they don't need to rethink their approach to you.

The Formula for Lasting Relationships

Emotional and social intelligence are key to navigating life and building successful relationships. Emotional intelligence is all about being able to adapt to different situations, understand how others are feeling, and adjust your behaviour accordingly. It's about learning from past mistakes, improving how you communicate, and being empathetic. Without emotional growth, we risk becoming stuck in old patterns and missing out on new ways of handling challenges. Similarly, social intelligence—our ability to connect with others—requires us to evolve as we change and as our relationships grow. If we don't

adapt, we may struggle to build deeper, more meaningful connections.

The best relationships are those where both people are continually learning and adapting together. When both individuals are open to growth, they help each other improve, communicate better, and understand each other's needs more deeply. By being willing to reevaluate and change, we can stay connected and strengthen our bonds. Ultimately, continuous growth in emotional and social intelligence helps us stay on top of our game, making our personal and professional lives more successful and fulfilling.

The Paradox of Stability and Change

Personal growth is about refining who you are, not abandoning your core values like integrity, compassion, or humour. These qualities should deepen and evolve over time. If you're still the same as you were ten years ago, it could mean you're not fully unlocking your potential or growing.

To avoid stagnation, we must actively seek new experiences, challenge our beliefs, and stay open to change.

Personal growth requires:

- ongoing reflection (Regularly assess how you've evolved emotionally and socially. Are you adapting and learning from experiences?),

- learning (Look for opportunities to challenge your beliefs, behaviours, and relationships to promote personal growth), and

- adapting to evolve emotionally and socially (If someone says you haven't changed, acknowledge their view, but emphasize how growth is a continuous journey for you).

This new year, here's to receiving fresh, meaningful compliments and continuing to grow along the way!

ജൂബിലി സർക്കുലർ

ബഹുമാനപ്പെട്ട വൈദികരെ, സിസ്റ്റേഴ്സ്, സഹോദരി സഹോദരങ്ങളെ, പ്രിയ മക്കളെ,

പരിശുദ്ധ പിതാവ് ഫ്രാൻസിസ് മാർപാപ്പ 2025 ജൂബിലി വർഷമായി പ്രഖ്യാപിച്ച വിവരം നിങ്ങളെ അറിയിക്കുന്നതിൽ എനിക്ക് സന്തോഷമുണ്ട്. ഈ ജൂബിലി വർഷം 2024 ഡിസംബർ 24ന് സെന്റ് പീറ്റേഴ്സ് ബസിലിക്കയുടെ വിശുദ്ധ വാതിൽ തുറന്ന് പരിശുദ്ധ പിതാവ് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യും, 2026 ജനുവരി 6ന് സമാപിക്കും. ഈ ജൂബിലി ഈശോയുടെ ജനനത്തിന്റെ 2025ാം വർഷത്തിന്റെ സ്മരണയാണ്. 1470 ൽ പോപ്പ് പോൾ രണ്ടാമൻ 25 വർഷത്തിലൊരിക്കൽ ഓർഡിനറി ജൂബിലി വർഷം ആഘോഷിക്കാൻ ആരംഭിച്ചു.

പ്രതീക്ഷയുടെ തീർത്ഥാടകർ

2025 ജൂബിലി വർഷത്തിന്റെ ആപ്തവാക്യം 'പ്രതീക്ഷയുടെ തീർത്ഥാടകർ' എന്നതാണ്. സഭയിലെ അംഗങ്ങളെന്ന നിലയിൽ സ്വർഗീയ ജറുസലേമിലേക്ക് പ്രത്യാശയോടെ നാം ഒരുമിച്ച് യാത്ര ചെയ്യുകയാണെന്ന് ഇത് നമ്മെ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു. പ്രത്യാശയുടെ തീർത്ഥാടകരാകാൻ പരിശുദ്ധ പിതാവ് എല്ലാ ക്രിസ്ത്യാനികളെയും ഉദ്ബോധിപ്പിക്കുന്നു. ക്രിസ്തുവിന്റെ മനുഷ്യാവതാരത്തിലൂടെയും രക്ഷാകർമ്മത്തിലൂടെയും നമുക്ക് ലഭിച്ച എല്ലാ അനുഗ്രഹങ്ങൾക്കും കൃപകൾക്കും ദൈവത്തിന് നന്ദി പറയാനുള്ള ഒരു പ്രത്യേക അവസരമാണ് ഈ ജൂബിലി വർഷം. ക്രിസ്തുവിന്റെ മഹത്തായ രണ്ടാം വരവിനായി കാത്തിരിക്കുന്ന നമ്മുടെ ജീവിതത്തെ സ്വർഗത്തിലേക്കുള്ള തീർത്ഥാടനമാക്കാനുള്ള ദൈവാനുഗ്രഹത്തിനായി നമുക്ക് ആത്മാർത്ഥമായി പ്രാർത്ഥിക്കാം.

ഡിയക്കോണിയ വർഷം

നമ്മുടെ എപ്പാർക്കി, 2025 ഡിയക്കോണിയ വർഷമായി, അജപാലന ശുശ്രൂഷയുടെ നവീകരണ വർഷമായി മാറ്റിവെച്ചിരിക്കുന്നു. 2025 ജൂബിലി വർഷത്തിന്റെയും ഡിയക്കോണിയ വർഷത്തിന്റെയും രൂപത തല ഉദ്ഘാടനം ക്രിസ്തസ് ആഘോഷത്തിന്റെ തലേന്ന് ഡിസംബർ 24ന് കല്യാൺ (വെസ്റ്റ്) കത്തീഡ്രൽ പള്ളിയിൽ നടത്തപ്പെടുന്നതാണ്. 2024 ഡിസംബർ 29 ന് അല്ലെങ്കിൽ 2025 ജനുവരി 6 ന് നമ്മുടെ ഇടവകകളിൽ ജൂബിലി വർഷവും ഡിയക്കോണിയ വർഷവും ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യേണ്ടതാണ്.

ജൂബിലി ലോഗോ

ജൂബിലി ലോഗോയുടെ പ്രതീകാത്മക അർത്ഥം മനസ്സിലാക്കാൻ നമുക്ക് ശ്രമിക്കാം. കേന്ദ്രത്തിൽ നാല്



നിറങ്ങളിലുള്ള നാല് ആളുകളെ കാണാം. അവർ ഭൂമിയുടെ നാല് ഭാഗത്തുനിന്നും വരുന്ന ആളുകളെ പ്രതിനിധീകരിക്കുന്നു, മുഴുവൻ മനുഷ്യരാശിയെയും പ്രതിനിധീകരിക്കുന്നു. ഒത്തൊരുമയുടെയും സഹോദര്യത്തിന്റെയും അടയാളമായി ഓരോരുത്തരും മറ്റൊരാളെ പിടിച്ചിരിക്കുന്നു. നമ്മുടെ പ്രത്യാശ ക്രിസ്തുവിലും അവന്റെ കുരിശിലും ആണെന്ന് സൂചിപ്പിക്കാൻ മുന്നിലുള്ള വ്യക്തി കുരിശിൽ പിടിച്ചിരിക്കുന്നു. ചുവടെ, തിരമാലകൾ നീല നിറങ്ങളിൽ ചിത്രീകരിച്ചിരിക്കുന്നു, അത് നമ്മുടെ ജീവിതത്തിലെ അപകടങ്ങളെയും ബുദ്ധിമുട്ടുകളെയും പ്രതിനിധീകരിക്കുന്നു. കുരിശിന്റെ താഴത്തെ അറ്റത്ത് നമ്മെ പ്രത്യാശയിൽ നിലനിർത്തുന്ന ആഴത്തിലുള്ള വിശ്വാസം കാണിക്കാൻ ഒരു നങ്കൂരം ചിത്രീകരിച്ചിരിക്കുന്നു.

കൂടാതെ ഡിയക്കോണിയയുടെ ആപ്തവാക്യം 'നവ അജപാലന ശുശ്രൂഷയുടെ വർഷം' ജൂബിലി ലോഗോയിൽ, പുറം വൃത്തത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. ലോഗോയുടെ മുകളിൽ അജപാലന ശുശ്രൂഷയുടെ ഫലങ്ങൾ സ്വീകരിച്ച് ആത്മീയമായി വളരാൻ നമ്മെ സഹായിക്കുന്ന ദേവാലയത്തെയും ഭവനത്തെയും ചിത്രീകരിച്ചിരിക്കുന്നു. കൂടാതെ,

ശൃശൃഷ്ടയിലൂടെ നമുക്ക് ലഭിക്കുന്ന ദൈവത്തിന്റെ സംരക്ഷണത്തെക്കുറിച്ച് ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്ന രണ്ട് കൈകൾ താഴെയുണ്ട്.

പൂർണ്ണദണ്ഡവിമോചനം

സഭയുടെ ഈ ജൂബിലി വർഷത്തിൽ പരിശുദ്ധ പിതാവ് പൂർണ്ണദണ്ഡവിമോചനം അനുവദിച്ചിട്ടുണ്ട്. നമുക്കറിയാവുന്നതുപോലെ, 'അപരാതവിമുക്തമായ പാപങ്ങളുടെ കാലിക ശിക്ഷയിൽ നിന്ന് ദൈവതിരുമുൻപാകെയുള്ള ഇളവ് ചെയ്യലാണ് ദണ്ഡവിമോചനം' (CCC. 1471).

പൂർണ്ണ ദണ്ഡ വിമോചനം ലഭിക്കുന്നതിന്, താഴെപ്പറയുന്ന വ്യവസ്ഥകൾ പാലിക്കണം.

1. **പാപമോചന കൂദാശയുടെ സ്വീകരണം:** ഇതിനർത്ഥം, കുമ്പസാരമെന്ന കൂദാശ സ്വീകരിച്ച ശേഷം, ദണ്ഡവിമോചനം സ്വീകരിക്കുന്ന സമയത്ത് നിങ്ങൾ മാറകുമായ പാപത്തിൽ നിന്ന് മുക്തമായി വരപ്രസാദ അവസ്ഥയിലായിരിക്കണം എന്നാണ്.
2. **ദിവ്യകാരൂണ്യ സ്വീകരണം:** ദണ്ഡ വിമോചനം സ്വീകരിക്കുന്ന ദിവസം നിങ്ങൾ വിശുദ്ധ കുർബാന സ്വീകരിക്കണം.
3. **മാർപ്പാപ്പയുടെ നിയോഗത്തിനായി പ്രാർത്ഥിക്കണം:** പരിശുദ്ധ പിതാവിന്റെ നിയോഗത്തിനായി ഒരു പ്രാവശ്യം സ്വർഗ്ഗസ്ഥനായ പിതാവേ എന്ന പ്രാർത്ഥനയും നന്മ നിറഞ്ഞ മറിയമേ എന്ന പ്രാർത്ഥനയും ചൊല്ലുന്നതിലൂടെ ഇത് നിറവേറ്റാനാകും.
4. **പാപത്തിൽ നിന്നുള്ള അകൽച്ച:** പാപം ഒഴിവാക്കാനും പുണ്യപൂർണ്ണമായ ജീവിതം നയിക്കാനും നിങ്ങൾക്ക് ആത്മാർത്ഥമായ ആഗ്രഹം ഉണ്ടായിരിക്കണം.
5. **ദണ്ഡ വിമോചനത്തിനായുള്ള പ്രവൃത്തി:** ദണ്ഡ വിമോചനം നേടുന്നതിനായി നിയുക്തമായ പ്രത്യേക പ്രവൃത്തിയോ പ്രാർത്ഥനയോ നിങ്ങൾ ചെയ്യേണ്ടതാണ്.
6. **ഉദ്ദേശശുദ്ധി:** നിങ്ങൾക്ക് ഒരു പൂർണ്ണ ദണ്ഡവിമോചനം നേടാനുള്ള ഉദ്ദേശ്യം ഉണ്ടായിരിക്കണം.

നിങ്ങൾക്ക് പൂർണ്ണദണ്ഡവിമോചനം ലഭിക്കുന്നതിനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങൾ താഴെ പറയുന്നവയാണ്.

തീർത്ഥാടനം

പൂർണ്ണദണ്ഡവിമോചനം സ്വീകരിക്കാനായി, കത്തോലിക്കാ സഭയുടെ ഏത് തീർത്ഥാടന കേന്ദ്രത്തിൽ

ലേക്കും തീർത്ഥാടനം നടത്താവുന്നതാണ്. കൂടാതെ, ഈ ജൂബിലി വർഷത്തിൽ തീർത്ഥാടന കേന്ദ്രങ്ങളായി നമ്മുടെ എപ്പാർക്കിയിലെ താഴെപ്പറയുന്ന പള്ളികളെ നാം നിശ്ചയിച്ചിട്ടുണ്ട്. അവ: സെന്റ് തോമസ് കത്തീഡ്രൽ ചർച്ച് കല്യാൺ (വെസ്റ്റ്), മദർ ഓഫ് വിക്ടറി ചർച്ച് ടിക്കുജിനിവാടി, ലിറ്റിൽ ഫ്ളവർ ചർച്ച് നെരൂൾ, സെന്റ് അൽഫോൻസ ചർച്ച് വസായ് (വെസ്റ്റ്), സെന്റ് അൽഫോൻസ ചർച്ച് കാലേവാടി, പുനെ, സെന്റ് മേരീസ് ചർച്ച്. നാസിക്. മേൽപ്പറഞ്ഞ ദേവാലയങ്ങൾ സന്ദർശിച്ച് വിശുദ്ധ കുർബാന, വിശുദ്ധ ജപമാല, കുരിശിന്റെ വഴി, ദൈവവചന പ്രഘോഷണം, കുമ്പസാരത്തോടുകൂടിയ അനുതാപ ശൃശൃഷ്ട, എന്നിവയിലേതെങ്കിലും പങ്കുചേരുക അല്ലെങ്കിൽ പരിശുദ്ധ കുർബാനയുടെ ആരാധനയ്ക്കും വ്യക്തിപരമായ പ്രാർത്ഥനയ്ക്കും അൽപ്പം സമയം ചിലവഴിച്ചു ഒരു പ്രാവശ്യം സ്വർഗ്ഗസ്ഥനായ പിതാവ് എന്ന പ്രാർത്ഥനയും നന്മ നിറഞ്ഞ മറിയമേ എന്ന പ്രാർത്ഥനയും വിശ്വാസപ്രമാണവും മറ്റു പ്രാർത്ഥനകളും ചൊല്ലി, ദണ്ഡ വിമോചനം സ്വീകരിക്കുന്നതിനുള്ള മറ്റു പൊതു വ്യവസ്ഥകൾ പാലിക്കുകയും ചെയ്യുക. അങ്ങിനെ പൂർണ്ണ ദണ്ഡവിമോചനം സ്വീകരിക്കാവുന്നതാണ്.

ജീവകാരുണ്യ പ്രവർത്തികൾ

കൂടാതെ വിശക്കുന്നവർക്ക് ഭക്ഷണം കൊടുക്കുക, രോഗികളെ സന്ദർശിക്കുക മുതലായ 'ജീവകാരുണ്യ പ്രവർത്തനങ്ങളിലൂടെ' അല്ലെങ്കിൽ നിങ്ങളോട് മറ്റുള്ളവർ ചെയ്ത തെറ്റുകൾ ക്ഷമിക്കുക, വേദനിക്കുന്നവരെ ആശ്വസിപ്പിക്കുക തുടങ്ങിയ 'കാരുണ്യത്തിന്റെ ആത്മീയ പ്രവൃത്തികൾ' മുഖേനയും പൊതുവായ മറ്റു കാരുണ്യ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തുന്നതിലൂടെയും ദണ്ഡവിമോചനം നേടാനാകും. ഉപവാസം, സോഷ്യൽ മീഡിയയിൽ നിന്ന് വിട്ടുനിൽക്കുന്ന തരത്തിലുള്ള പരിത്യാഗ പ്രവർത്തികൾ, ദാന ധർമ്മം, ദരിദ്രർക്കും അശരണർക്കും വേണ്ടിയുള്ള സന്നദ്ധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ വഴി 'അവരിൽ സന്നിഹിതനായിരിക്കുന്ന ക്രിസ്തുവിലേക്ക് ഒരു തീർത്ഥാടനം നടത്തിയും' പൂർണ്ണ ദണ്ഡ വിമോചനം സ്വീകരിക്കാവുന്നതാണ്. ഈ വിധം ഉപവിപ്രവർത്തനങ്ങൾ ചെയ്യുന്നവർ ദണ്ഡവിമോചനത്തിനുള്ള പൊതു വ്യവസ്ഥകളും പാലിക്കണം.

സഹനങ്ങൾ ക്ഷമയോടെ സഹിച്ചുകൊണ്ട്

ഗുരുതരമായ ശാരീരിക കാരണങ്ങളാൽ ആത്മീയ ആഘോഷങ്ങളിലോ തീർത്ഥാടനത്തിലോ പങ്കെടുക്കാൻ കഴിയാത്ത, യഥാർത്ഥ അനുതാപമുള്ള വിശ്വാസികൾക്ക്, തങ്ങളുടെ ജീവിത സഹനങ്ങളും പരീക്ഷണങ്ങളും ക്ഷമയോടെ സഹിച്ചുകൊണ്ട് (CCC. 1473) ദൃശ്യമാധ്യമങ്ങളിലൂടെ സംപ്രേഷണം

JANUARY 2025
KALYAN LANTERN
18
HAPPY
NEW YEAR

ചെയ്യുന്ന ആത്മീയ ശുശ്രൂഷകളിൽ പങ്കെടുത്ത് ആത്മാവിൽ സഭയുമായി ഐക്യപ്പെട്ട്, അവരായിരിക്കുന്ന ഇടങ്ങളിൽ ഒരു പ്രാവശ്യം സ്വർഗ്ഗസ്ഥനായ പിതാവേ എന്ന പ്രാർത്ഥനയും വിശ്വാസപ്രമാണവും മറ്റു പ്രാർത്ഥനകളും ഭക്തിയോടെ ചൊല്ലി ദണ്ഡവിമോചനം സ്വീകരിക്കാവുന്നതാണ്.

മാർപ്പാപ്പയുടെ ആശീർവാദം

ഈ ജൂബിലി വർഷത്തിൽ കത്തീഡ്രൽ പള്ളിയിലും മറ്റ് തിരഞ്ഞെടുത്ത ജൂബിലി തീർത്ഥാടക ദേവാലയങ്ങളിലും രൂപതാ ബിഷപ്പ് മാർപ്പാപ്പയുടെ നാമത്തിൽ ആശീർവാദം നൽകുമ്പോഴും പൂർണ്ണദണ്ഡവിമോചനം സ്വീകരിക്കാം.

ആത്മാക്കൾക്കുവേണ്ടി സമർപ്പിക്കാം

ജൂബിലി വർഷത്തിൽ ലഭിക്കുന്ന പൂർണ്ണദണ്ഡവിമോചനം ശുദ്ധീകരണസ്ഥലത്തെ ആത്മാക്കൾക്കുവേണ്ടി സമർപ്പിക്കാം. നിങ്ങൾക്കു ലഭിക്കുന്ന പൂർണ്ണദണ്ഡവിമോചനം ശുദ്ധീകരണസ്ഥലത്തെ ആത്മാക്കൾക്കായി കാഴ്ചവക്കാനാഗ്രഹിക്കുന്നെങ്കിൽ ഒരു ദിവസംതന്നെ രണ്ടാമതൊരു പൂർണ്ണദണ്ഡവിമോചനം സ്വീകരിക്കാം.

ദണ്ഡവിമോചനംകൂടെ നിങ്ങൾക്ക് നേടാവുന്നതാണ്. (അപ്പോസ്തോലിക് പെനിറ്റൻഷ്യറിയിൽ നിന്നുള്ള 'ഡീനി ദണ്ഡവിമോചനം നൽകുന്ന ഉത്തരവ്', മെയ് 13, 2024).

ഈ ജൂബിലി വർഷം ദൈവത്തിന്റെ ധാരാളമായ അനുഗ്രഹങ്ങളുടെ വർഷമാക്കാൻ നമുക്ക് ആത്മാർത്ഥമായി ആഗ്രഹിക്കാം. കർത്താവിന്റെ സന്തോഷവും സമാധാനവും നിറഞ്ഞ അനുഗ്രഹീതമായ ക്രിസ്തുമസ് നിങ്ങൾക്ക് ആശംസിക്കുന്നു. ദൈവം നിങ്ങളെ അനുഗ്രഹിക്കട്ടെ.

ഈശോയിൽ സ്നേഹപൂർവ്വം,

ബിഷപ്പ് തോമസ് ഇലവനാൽ

പവായ്

കല്യാൺ എപാർക്കി

12.12.2024

സർക്കുലർ സീറോമലബാർ പ്രേഷിതവാരാചരണം 2025

സീറോമലബാർസഭയുടെ മേജർ ആർച്ചുബിഷപ്പ് റാഫേൽ തട്ടിൽ തന്റെ സഹശുശ്രൂഷകരായ മെത്രാപ്പോലീത്തമാർക്കും മെത്രാന്മാർക്കും വൈദികർക്കും സമർപ്പിതർക്കും അല്പമായസഹോദരങ്ങൾക്കും എഴുതുന്ന സർക്കുലർ.

മിശിഹായിൽ പ്രിയ സഹോദരിസഹോദരന്മാരേ,

2025 ജനുവരി 6 മുതൽ 12 വരെയുള്ള ദിവസങ്ങളിൽ സീറോമലബാർസഭയിൽ പ്രേഷിത വാരം ആചരിക്കുകയാണല്ലോ. നമ്മുടെ സഭയുടെ പ്രേഷിതപ്രവർത്തനങ്ങളെ പരിചയപ്പെടുന്നതിനും പ്രേഷിതരെ നന്ദിയോടെ ഓർക്കുന്നതിനും പ്രേഷിതപ്രവർത്തനങ്ങളെ സഹായിക്കുന്നതിനുള്ള സാഹചര്യങ്ങൾ രൂപപ്പെടുത്തുന്നതിനും പ്രേഷിതർക്കും പ്രേഷിതപ്രവർത്തനങ്ങൾക്കുംവേണ്ടി പ്രാർഥിക്കുന്നതിനുംവേണ്ടിയാണ് ഈ പ്രേഷിതവാരം വർഷങ്ങളായി നമ്മൾ ആചരിച്ചുവരുന്നത്.

മാമ്മോദീസ സ്വീകരിച്ച ഓരോ വ്യക്തിയും പ്രേഷിതയും പ്രേഷിതനുമാണ്. ഈശോയാണ് ഈ പ്രേഷിതാത്മകതയുടെ ശ്രോതസ്സ്. ഈശോയുടെ മൗതികശരീരമായ തിരുസഭ, അവിടത്തെ ദൗത്യമാണ് തുടർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. ഈശോ ശിഷ്യന്മാരോടു കല്പിച്ച കാര്യങ്ങൾ - പോവുക, സുവിശേഷം പ്രസംഗിക്കുക, ശിഷ്യപ്പെടുത്തുക, സ്നാനപ്പെടുത്തുക, പഠിപ്പിക്കുക, കൂദാശകളിലൂടെ വിശുദ്ധീകരിക്കുക, നയിക്കുക, നമുചെയ്തു ചുറ്റിസഞ്ചരിക്കുക, പ്രാർഥനയിൽ ദൈവൈക്യപ്പെടുക, ഐക്യത്തിൽ സമൂഹമായിരിക്കുക - എന്നിവ ചെയ്യുമ്പോൾ നമ്മൾ പ്രേഷിതപ്രവർത്തനമാണു നടത്തുന്നത്.

വി. യോഹന്നാന്റെ ഒന്നാം ലേഖനത്തിൽ നാം ഇപ്രകാരം വായിക്കുന്നു: “ആദിമുതൽ ഉണ്ടായിരുന്നതും ഞങ്ങൾ കേട്ടതും സ്വന്തം കണ്ണുകൾകൊണ്ടു കണ്ടതും സൂക്ഷിച്ചുവീക്ഷിച്ചതും കൈകൊണ്ടു സ്പർശിച്ചതുമായ ജീവന്റെ വചനത്തെപ്പറ്റി ഞങ്ങൾ അറിയിക്കുന്നു” (1:1). താൻ കണ്ടതും കേട്ടതും കൈകൊണ്ടു സ്പർശിച്ചതുമായ ജീവന്റെ

വചനത്തെയാണു നമ്മുടെ പിതാവായ മാർ തോമാ ശ്ലീഹാ നമ്മോടു പ്രഘോഷിച്ചതും നമുക്കു പകർന്നു തന്നതും. ആകയാൽ, പ്രേഷിതചൈതന്യം സ്വന്തമാക്കാൻ നാം ആദ്യം ചെയ്യേണ്ടത് ഈശോയെ വ്യക്തിപരമായി കണ്ടെത്തുകയും അനുഭവിക്കുകയും ചെയ്യുക എന്നുള്ളതാണ്.

ദൈവാനുഭവമുള്ള വ്യക്തി തന്റെ സഹോദരങ്ങളിൽ ദൈവത്തെ നിശ്ചയമായും കണ്ടെത്തുന്നു. ദൈവസ്നേഹത്തിന്റെയും സഹോദരസ്നേഹത്തിന്റെയും ഇഴയടുപ്പം യോഹന്നാൻ ശ്ലീഹാ ഇപ്രകാരം അവതരിപ്പിക്കുന്നു: “കാണപ്പെടുന്ന സഹോദരനെ സ്നേഹിക്കാത്തവനു കാണപ്പെടാത്ത ദൈവത്തെ സ്നേഹിക്കാൻ സാധിക്കുകയില്ല” (1 യോഹ. 4:20). ദൈവവചനത്തിലൂടെയും പ്രാർഥനയിലൂടെയും കൂദാശകളിലൂടെയും ദൈവവുമായുള്ള ഐക്യം പ്രാപിക്കുന്നതിന്റെ പ്രകാശനവും പ്രതിഫലനവുമായിരിക്കണം നമ്മുടെ ശുശ്രൂഷാ മേഖലകൾ. ഈശോയുടെ മുഖം അപരനിൽ കണ്ടുമുട്ടുന്ന സാഹചര്യങ്ങളും സാദ്ധ്യതകളുമാണ് നമ്മുടെ സ്ഥാപനങ്ങൾ. സീറോമലബാർസഭയിൽ നമുക്കു ധാരാളം സ്ഥാപനങ്ങളുണ്ട്. ഈ സ്ഥാപനങ്ങളെല്ലാം ദൈവസ്നേഹത്തിന്റെയും പരസ്നേഹത്തിന്റെയും കേന്ദ്രങ്ങളായി മാറുമ്പോഴാണ് അവ മറ്റുള്ളവർക്കു സുവിശേഷമായി മാറുന്നത്. ഈ മേഖലയിൽ ഫലപ്രദമായ സാക്ഷ്യനൽകാൻ നമുക്ക് സാധിക്കുന്നുണ്ടോയെന്നത് ആത്മപരിശോധനയുടെ വിഷയമാകണം.

പ്രേഷിതപ്രവർത്തനം ആരുടെ ഉത്തരവാദിത്വമാണ് എന്നത് ഗൗരവകരമായ വിശകലനം ആവശ്യമുള്ള ചോദ്യമാണ്. ശുശ്രൂഷാപൗരോഹിത്യം പ്രത്യേകമായി സ്വീകരിച്ചിരിക്കുന്ന മെത്രാന്മാരും വൈദികരും ഡീക്കന്മാരും, മാമ്മോദീസായിലൂടെ പൊതുപൗരോഹിത്യം സ്വീകരിച്ചിരിക്കുന്ന സമർപ്പിതരും അല്മായരും ഒന്നിച്ച് പ്രേഷിതപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ വ്യാപൃതരാകണമെന്നതാണു തിരുസഭ ആഗ്രഹിക്കുന്നത്. പ്രേഷിതവേല വൈദികർക്കും സമർപ്പിതർക്കുംവേണ്ടി മാത്രമുള്ളതല്ല, മാമ്മോദീസ സ്വീകരിച്ച എല്ലാവരും സ്വീകരിക്കേണ്ടജീവിതദൗത്യമാണ്.

വൈദികരും സമർപ്പിതരും പ്രേഷിതവേലക്കായി സമയം പൂർണമായും മാറ്റിവക്കുമ്പോൾ അല്മായർക്ക് എപ്രകാരമാണ് ഈ പ്രേഷിതദൗത്യത്തിൽ പങ്കാളികളാകാൻ സാധിക്കുന്നത് എന്ന് 2024 ആഗസ്റ്റ് മാസത്തിൽ നടന്ന സീറോമലബാർ മേജർ ആർക്കി എപ്പിസ്കോപ്പൽ അസംബ്ലി വിചി

ന്തനം ചെയ്യുകയുണ്ടായി. പ്രേഷിതർക്കും പ്രേഷിതപ്രവർത്തനങ്ങൾക്കും വേണ്ടി നിരന്തരം പ്രാർഥിക്കാനും പ്രായശ്ചിത്തപ്രവൃത്തികൾ കാഴ്ചവയ്ക്കാനും അല്മായർക്കും സാധിക്കുമെന്നതുവലിയ പ്രേഷിതപ്രവർത്തനമായി അസംബ്ലി എടുത്തുപറയുകയുണ്ടായി. നമുക്കു ചുറ്റുമുള്ള സാഹചര്യങ്ങൾ നിസ്വാർഥമായ പ്രേഷിത ഇടപെടലുകൾ ആവശ്യപ്പെടുന്നുണ്ട്. ഇവയ്ക്കായി സമയവും സമ്പത്തും മാറ്റിവയ്ക്കാൻ തങ്ങളുടെ ജീവിതാവസ്ഥയിൽനിന്നുകൊണ്ട് അല്മായർക്കും സാധിക്കുന്നതാണ്.

നമ്മുടെ സഭ പ്രവാസികളുടെ സഭയായി മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ വിവിധ ജോലികൾക്കായി സ്വന്തം ജന്മദേശംവിട്ട് സ്വദേശത്തെ മറ്റു സ്ഥലങ്ങളിലും വിദേശങ്ങളിലും പോകുന്നവർ ഒരു പ്രേഷിതസമൂഹമായി പരിണമിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. പ്രവാസലോകത്തുള്ള നമ്മുടെ സഭാംഗങ്ങളുടെ വിശ്വാസജീവിതംതന്നെ വലിയ ഒരു പ്രേഷിതസാക്ഷ്യമാണ്. ക്രൈസ്തവമൂല്യങ്ങൾ മുറുകെപിടിക്കുന്ന കുടുംബജീവിതവും തങ്ങൾ ആയിരിക്കുന്ന സ്ഥലത്തുള്ള ഇടവകാജീവിതവും പ്രവാസികളുടെ പ്രേഷിതസാക്ഷ്യത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനപരമായ ആദ്യപടിയാണ്. തങ്ങളായിരിക്കുന്നയിടങ്ങളിൽ സുവിശേഷത്തിന്റെ പ്രേഷിതരാകാൻ എല്ലാ പ്രവാസിമക്കളോടും ഈ സന്ദർഭത്തിൽ ഞാൻ ആഹ്വാനംചെയ്യുന്നു.

സീറോമലബാർസഭയുടെ എല്ലാ മിഷൻരൂപതകളും പ്രത്യേകമായ വിധത്തിൽ നമ്മുടെ സഭയുടെ പ്രേഷിതപ്രവർത്തനമേഖലകളാണ്. ഇവിടങ്ങളിലെല്ലാം വിദ്യാഭ്യാസം, ആതുരസേവനം, സമൂഹ്യ സേവനം എന്നീ മേഖലകളിൽ വലിയ സേവനസാധ്യതകളാണ് നിലനില്ക്കുന്നത്. ഈ പ്രദേശങ്ങളിലേക്ക് അധ്യാപകരായും നേഴ്സുമാരായും ഡോക്ടർമാരായും മറ്റ് ആരോഗ്യപ്രവർത്തകരായും സാമൂഹ്യപ്രവർത്തകരായും കടന്നുചെല്ലാൻ അല്മായർക്കും സാധിക്കും. ഈ സാധ്യത സീറോമലബാർസഭയിലെ അല്മായരും മിഷൻ രൂപതകളും വേണ്ടവിധം പ്രയോജനപ്പെടുത്തണം. മിഷൻ പ്രദേശങ്ങൾ സന്ദർശിക്കുന്നതും അവിടത്തെ സാഹചര്യങ്ങൾ നേരിൽക്കണ്ടു മനസിലാക്കുന്നതും മിഷനെ സ്നേഹിക്കാനും സഹായിക്കാനുമുള്ള പ്രചോദനം നൽകുമെന്നുറപ്പാണ്.

പ്രേഷിതപ്രവർത്തനങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാനം ഈശോയുടെ സുവിശേഷമാണ്. അതിനാൽ സുവിശേഷം പ്രസംഗിക്കുക എന്ന അടിസ്ഥാനപരമായ ദൗത്യം നിർവഹിക്കാതെ പ്രേഷിതപ്രവർത്തനം

JANUARY 2025
KALYAN LANTERN
20
HAPPY
NEW YEAR

പുർണ്ണമാകുകയില്ല. എല്ലാ ജനതകളോടും സുവിശേഷം പ്രസംഗിക്കാനുള്ള ഈശോയുടെ കല്പന സമകാലിക സമൂഹത്തിൽ നിർവഹിക്കാനുള്ള നൂതനമായ മാർഗമാണ് മാധ്യമങ്ങളും നവസാമൂഹ്യമാധ്യമങ്ങളും. സോഷ്യൽ മീഡിയയിൽ വളരെയേറെ സമയം ചിലവഴിക്കുന്നവർക്ക്, അവയുടെ ഉപയോഗത്തിൽ കൂടുതൽ വൈദഗ്ധ്യം ഉള്ളവർക്കും, കൂടുതൽ ഫലപ്രദമായി സുവിശേഷം പങ്കുവയ്ക്കാൻ സാധിക്കും. ഈ മേഖലയിൽ പ്രാവീണ്യമുള്ള എല്ലാവരോടും പ്രത്യേകിച്ചു പ്രിയപ്പെട്ട യുവജനങ്ങളോടും സാമൂഹ്യമാധ്യമങ്ങളിൽ ഈശോയുടെ പ്രേഷിതരാകാൻ സ്നേഹത്തോടെ ആഹ്വാനം ചെയ്യുന്നു. മാധ്യമങ്ങളിലൂടെയും നവസാമൂഹ്യമാധ്യമങ്ങളിലൂടെയും സുവിശേഷം വിവിധ രീതികളിൽ പ്രഘോഷിക്കുന്ന എല്ലാവരെയും നന്ദിയോടെ ഓർക്കുകയും പ്രാർഥിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

നമ്മുടെ കർത്താവീശോമിശിഹായുടെ മനുഷ്യാവതാരത്തിന്റെ 2025-ാം വർഷം പ്രത്യേക ജൂബിലിയായി ആഘോഷിക്കുകയാണല്ലോ. ഈ അവസരത്തിൽ പരിശുദ്ധ പിതാവ് ആഹ്വാനം ചെയ്തിരിക്കുന്നതുപോലെ നമുക്കും പ്രത്യാശയുടെ തീർത്ഥാടകരായ പ്രേഷിതരാകാം. ഫ്രാൻസിസ് മാർപാപ്പ ഈ വർഷത്തെ തന്റെ ആഗോളപ്രേഷിതദിനസന്ദേശത്തിൽ എഴുതിയതു നമ്മുടെ കാലഘട്ടത്തിൽ ഏറെ പ്രസക്തമാണ്. കർത്താവു സ്വർഗത്തിൽ നമുക്കായി തയ്യാറാക്കിയിരിക്കുന്ന വിരുന്നിലേക്കു നമ്മുടെ സഹോദരിസഹോദരന്മാരെ ക്ഷണിക്കുന്ന പ്രേഷിതരാകാൻ നമ്മൾ വിളിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. തന്റെ വിരുന്നിന് ആദ്യം ക്ഷണിക്കപ്പെട്ടവർ വരാതിരുന്നപ്പോൾ തെരുവിൽ കാണുന്ന എല്ലാവരെയും ക്ഷണിക്കാൻ ആളെ അയച്ചവനാണ് നമ്മുടെ ദൈവം. അർഹതയുണ്ട് എന്നു സ്വയം കരുതുന്നവർ തങ്ങൾക്കു നല്കപ്പെട്ട ക്ഷണം നിഷേധിക്കുമ്പോൾ, അർഹതയില്ല എന്നു കരുതിയിരുന്നവർ ക്ഷണിക്കപ്പെടുകയാണ്. പ്രത്യാശയുടെ സുവിശേഷമായ ദൈവികവിരുന്നിലേക്കുള്ള ക്ഷണക്കത്ത് നമുക്കു ചുറ്റുമുള്ള പ്രത്യാശ നഷ്ടപ്പെട്ടവരിലേക്ക് എത്തിച്ചുനല്കാൻ ഈ പ്രേഷിത വാരാചരണത്തിലൂടെ സാധിക്കട്ടെ.

സീറോമലബാർസഭ പ്രേഷിതവാരം ആഘോഷിക്കുന്ന ഈ അവസരത്തിൽ ഭാരതത്തിലും വിദേശങ്ങളിലും പ്രേഷിതരംഗത്തു ശുശ്രൂഷചെയ്യുന്ന എല്ലാ സഭാമക്കളെയും നന്ദിയോടെ ഓർക്കുകയും അവർക്കു ദൈവിക സംരക്ഷണമുണ്ടാകാൻ പ്രാർഥിക്കുകയും ചെയ്യാം. പ്രേഷിതമേഖലകളിൽ തീക്ഷണതയോടെ വ്യാപരിക്കുന്ന രൂപതകളെയും

വൈദികരെയും സമർപ്പിതരെയും പ്രത്യേകിച്ച് അല്മായനേതൃത്വത്തിൽ പ്രേഷിതപ്രവർത്തനം നടത്തുന്ന വിവിധ ഗ്രൂപ്പുകളെയും പ്രത്യേകമായി നമുക്ക് അനുസ്മരിക്കാം.

ഈ വർഷത്തെ പ്രേഷിതവാരാചരണം ഫലപ്രദമായി നടത്താൻ നമ്മുടെ സഭയിലെ എല്ലാ രൂപതകളും സംഘടനകളും സംവിധാനങ്ങളും പ്രത്യേകമായി താല്പര്യമെടുക്കണമെന്നു ഞാനാഗ്രഹിക്കുന്നു. യുവജനങ്ങളും സൺഡേസ്കൂൾ കുട്ടികളും മുൾപ്പെടെ എല്ലാവരിലേക്കും മിഷൻചൈതന്യം പകർന്നുനല്കാൻ പര്യാപ്തമായ ആഘോഷപരിപാടികൾ എല്ലാ ഇടവകകളിലും സംഘടിപ്പിക്കുമല്ലോ. നമ്മുടെ സഭയുടെ മിഷൻപ്രവർത്തനങ്ങളെ ഏകോപിപ്പിക്കുന്ന സുവിശേഷവൽക്കരണത്തിനായുള്ള കമ്മീഷന്റെയും മിഷൻകാര്യാലയത്തിന്റെയും പ്രവർത്തനങ്ങളോടു മുൻവർഷങ്ങളിലെന്നതുപോലെ ഉദാരമായി സഹകരിക്കണമെന്നും എല്ലാവരോടും അഭ്യർഥിക്കുന്നു.

എല്ലാവർക്കും പുതുവർഷത്തിൽ സന്തോഷവും സമാധാനവും സ്നേഹപൂർവ്വം ആശംസിക്കുന്നു.

കാക്കനാട് മൗണ്ട് സെന്റ് തോമസിലുള്ള മേജർ ആർച്ചുബിഷപ്പിന്റെ കാര്യാലയത്തിൽ നിന്നു 2024 നവംബർ 25-ാം തീയതി നല്കപ്പെട്ടത്.

മാർ റാഫേൽ തട്ടിൽ

സീറോമലബാർസഭയുടെ മേജർ ആർച്ചുബിഷപ്പ്

1. ഈ സർക്കുലർ 2024 ഡിസംബർ 29-ാം തീയതി ഞായറന്താഴ്ച സീറോമലബാർസഭയിലെ എല്ലാ ഇടവക ദൈവാലയങ്ങളിലും സ്ഥാപനങ്ങളിലും സമർപ്പിതഭവനങ്ങളിലും പരിശീലനകേന്ദ്രങ്ങളിലും മേജർ സെമിനാരികളിലും വിശുദ്ധ കുർബ്ബാനമധ്യേ വായിക്കേതാണ്.
2. പ്രേഷിതവാരാചരണത്തിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന സംഭാവനകൾ രൂപതാകേന്ദ്രങ്ങൾവഴി കാക്കനാട് മൗണ്ട് സെന്റ് തോമസിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന സീറോമലബാർ മിഷൻ ഓഫീസിൽ 2025 ഫെബ്രുവരി 20നു മുമ്പായി എത്തിക്കേണ്ടതാണ്.

ആവസിക്കുകയും കുടികൊള്ളുകയും



മാർ തോമസ് ഇലവനാൽ

കല്യാൺ രൂപതയുടെ മെത്രാൻ

റൂഹാക്ഷണപ്രാർത്ഥനയിൽ, നെസേതാറിയസിന്റെ ക്രമത്തിലും തിയഡോറിന്റെ ക്രമത്തിലെന്ന പോലെ 'പരിശുദ്ധറൂഹായുടെ കൃപ എഴുന്നള്ളി വരാനാണ് പ്രാർത്ഥിക്കുന്നത്. റൂഹാ ഈ കുർബ്ബാനയിൽ 'ആവസിക്കണമെന്ന് മൂന്നു കുദാശക്രമത്തിലുമുണ്ട്. വി. കുർബ്ബാനയിൽ പരിശുദ്ധാത്മാവിന്റെയും നിറസാന്നിദ്ധ്യമുണ്ട്. പരിശുദ്ധറൂഹ ഈ അപ്പത്തേയും കാസയേയും കർത്താവിശോമിശിഹായുടെ ശരീരവും രക്തവുമായി പൂർത്തിയാക്കിത്തന്നുവേണ്ടി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. ഇത് തെയഡോറിന്റെയും നെസേതാറിയസിന്റെയും റൂഹാക്ഷണ പ്രാർത്ഥനയിൽ കാണാം. പരിശുദ്ധാത്മാവിന്റെ പ്രവർത്തനത്താലാണ് അപ്പവും വീഞ്ഞും കർത്താവിന്റെ ശരീരരക്തങ്ങളായി ഭവിക്കുന്നതെന്ന വിശ്വാസം ഇവിടെ പ്രഘോഷിക്കപ്പെടുന്നു.

പലരായിരിക്കുന്ന നാം ഒരു ശരീരമാണ്" (1 കൊറി. 10:17). അതുപോലെ ആദിമ ക്രൈസ്തവ സമൂഹത്തെക്കുറിച്ച് "വിശ്വാസികളുടെ സമൂഹം ഒരു ഹൃദയവും ഒരാത്മാവുമായിരുന്നു" (നട. 4:32) എന്ന വചനവും ഇവിടെ സ്മർത്തവ്യമാണ്. കൂടാതെ, 'ആരും ശിക്ഷാവിധിക്കായി ഇതു ഭക്ഷിക്കാനും പാനം ചെയ്യാനും ഇടയാക്കാതിരിക്കട്ടെ' എന്ന പ്രാർത്ഥനയും "ശരീരത്തെ വിവേചിച്ചറിയാതെ ഭക്ഷിക്കുകയും പാനംചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്നവൻ തന്റെതന്നെ ശിക്ഷാവിധിയാണ് ഭക്ഷിക്കുന്നതും പാനം ചെയ്യുന്നതും" (1 കൊറി. 11:29) എന്ന വചനവും ഇതു നമ്മെ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു. അതുപോലെ, 'രോഗത്തിനും ബലഹീനതക്കും കാരണമാകാതിരിക്കട്ടെ' എന്നതും വി. പൗലോസ് ഓർമ്മപ്പെടുത്തുന്നുണ്ട്. (1 കൊറി. 11:30).

JANUARY 2025
KALYAN LANTERN
22
HAPPY
NEW YEAR

ഞങ്ങളുടെ രക്ഷക്ക് കാരണമാകട്ടെ

പരിശുദ്ധാത്മാവിന്റെ പ്രവർത്തനത്താൽ വി. കുർബ്ബാന സ്വീകരണത്തിന്റെ ഫലങ്ങൾക്ക് നമ്മെ അർഹരാക്കണമെന്ന് തുടർന്നു പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. ആത്മശരീരങ്ങളുടെ വിശുദ്ധീകരണം ബുദ്ധിക്ക് പ്രകാശം ഉയിർപ്പും നിത്യജീവനും ദൈവസന്നിധിയിലുള്ള പ്രീതി, നിത്യരക്ഷ ഇവയെല്ലാം ഈ ദിവ്യരഹസ്യങ്ങളുടെ സ്വീകരണത്തിലൂടെ നമുക്ക് ലഭിക്കാനായി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു.

ശരീരരക്തങ്ങളോട് ഐക്യപ്പെടാൻ

വി. കുർബ്ബാന സ്വീകരണം വഴി നമ്മൾ കർത്താവിന്റെ ശരീരരക്തങ്ങളോട് ഐക്യപ്പെടുന്നു എന്നും തുടർന്നുള്ള പ്രാർത്ഥന നമ്മെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തുന്നു. അവസാനമായി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നത് 'ന്യായവിധിക്കായി ഞങ്ങൾ നിലക്കുമ്പോൾ തിരുസന്നിധിയിൽ കരുണയും ദയയും ഞങ്ങൾ കണ്ടെത്തട്ടെ' എന്നും 'അങ്ങയെ പ്രസാദിപ്പിച്ച എല്ലാവരോടും കൂടെ.... ഞങ്ങൾ ആനന്ദിക്കാൻ ഇടയാകട്ടെ' എന്നുമാണ്. വി. കുർബ്ബാന സ്വീകരണം സ്വർഗ്ഗത്തിലുള്ള നമ്മുടെ നിത്യജീവിതത്തിനു നിദാനമാകട്ടെ എന്നാണ് ദൈവത്തോടു പ്രാർത്ഥിക്കുന്നത്. ത്രിത്വൈകദൈവത്തിന് സ്തുതിയും ബഹുമാനവും ആധിപത്യവും പുകഴ്ചയും അർപ്പിക്കുന്ന കാനോനയോടുകൂടെ മാർ നെസേതാറിയസിന്റെ കുദാശക്രമം അവസാനിക്കുന്നു.

ഏകശരീരവും ഏകാത്മാവും

"ഏകശരീരവും ഏകാത്മാവുമായിത്തീരാൻ തക്കവിധം സ്നേഹത്തിന്റെയും സമാധാനത്തിന്റെയും ബന്ധത്താൽ ഞങ്ങളെ അന്യോന്യം യോജിപ്പിക്കേണമേ" എന്ന പ്രാർത്ഥന വി. പൗലോസിന്റെ വാക്കുകൾ നമ്മെ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു: "അപ്പം ഒന്നേയുള്ളൂ. അതിനാൽ



Dwell and Rest upon

Mar Thomas Elavanal
Bishop, Eparchy of Kalyan

As in the Order of Theodore in the Order of Nestorius too 'the grace of the Holy Ruha' is invoked to come upon the oblation. In all the three Order of Koodasa, Holy Ruha is invoked to dwell in the Qurbana. This reminds us that there is the presence of the Holy Spirit in the Qurbana. Both in the Koodasa of Theodore and Nestorius Holy Ruha is implored to consecrate and complete it to be the body and blood of our Lord Jesus Christ. Here the faith is proclaimed that it is through the working of the Holy Spirit that the bread and wine become the body and blood of Jesus Christ.

Be unto eternal life

Here we pray that, through the working of the Holy Spirit we may be worthy of the fruits of Holy Communion. We pray that we may receive through communion sanctification of the body and soul, the light of knowledge, resurrection from the dead, confidence before the Lord and eternal life.

One in body and one in Spirit

Here we pray that we may all be joined together in unity by the bond of love and peace so that there may be one body and one spirit as we are called to be. This reminds us of the words of St. Paul "Because there is one

bread we who are many are one body" (1 Cor. 10:17). This reminds us also of the early Christian Community "the whole group of those who believed were of one heart and soul" (Acts 4:32). The prayer here "And may no one eat and drink of this to the condemnation of the body and soul" reminds us of the words "For, all who eat and drink without discerning the body, eat and drink judgement against themselves" (1 Cor. 11:29). The continued prayer 'may it not be for sickness and disease because of eating this bread and drinking the cup unworthily' is reminder of the words of St. Paul (1 Cor. 11:30).

Get united to the Body and Blood

The prayer reminds us that through Holy Communion we get united to the Body and Blood of Christ. We pray that when we stand before the throne of your glorious tribunal, may we find mercy and compassion and that we may ever rejoice in Heaven with all those who have been well pleasing to you. Here we pray that our participation in the Holy Qurbana may be a pledge of our eternal reward. The Koodasa of Theodore is concluded with a Kanona of offering glory, honor, dominion and exaltation to the Holy Trinity.

THANKSGIVING TO ST. JUDE

Alna Paul & Ameya Anil — St. George Forane Church, Panvel

THANKSGIVING TO MOTHER OF VICTORY

Alna Paul & Ameya Anil — St. George Forane Church, Panvel

The Nicene Creed

The lead article in last month's Kalyan Lantern elucidated the Ordinary Jubilee of the Year 2025. As you are reading, we are already into this Jubilee. The Papal Bull of Indiction, titled *Spes non confundit*, states that “the coming Jubilee Year will also coincide with a significant date for all Christians, namely, the 1700th anniversary of the celebration of the first great Ecumenical Council, that of Nicaea” (#17).

End of Roman persecution

In the year 313 AD, Emperor Constantine decreed the Edict of Milan, which decriminalized Christianity in his empire. Eusebius, the Bishop of Caesarea, in his book *Ecclesiastical History*, states that the Edict granted “both to Christians and all, the free choice of following whatever form of worship they pleased.” The torture chambers of Rome were shut down, and the bloody arenas and amphitheatres where the martyrs were killed in their thousands became the places of pilgrimage. Christians were basking in the newfound religious freedom, and theologians were engaging in dialectic dialogues regarding the tenets of faith.

The Arian controversy

This debate was led by a priest named Arius from Alexandria, around the year 318—the dispute about the divinity (generation and nature) of Jesus, which will become decisive for Christianity itself. Alexander I of Alexandria, the 19th Pope and the then patriarch of Alexandria, called a synod of bishops of Egypt, which condemned Arius' doctrine.

In 324, Emperor Constantine, who had that year defeated Licinius and assumed control of the whole empire, took an interest in the dispute. In March 325, Constantine wrote to all bishops of the church to present themselves at Nicaea to settle the controversy about Christology, demonstrating his determination to stop this divisive dispute from getting worse. He sent a special invitation to Pope Sylvester I to lead the bishops in settling this controversy.

The Ecumenical Council of Nicaea, 325 AD

The first Council of Nicaea met in mid-May 325. According to tradition, 318 bishops attended the council. They came from Egypt, Palestine, Syria, Asia Minor, Africa, Spain, Gaul, and Italy. It was a spectacle to behold. Consider that just ten years before, Christians were under constant persecution. Some of the bishops who had gathered at Nicaea “bore the scars of torture. Many of them were living saints”. In his book *General Councils of the Church*, Fr. P.C. Thomas writes that “the people of Nicaea feasted their eyes on this unearthly spectacle of the council Fathers.” The Pope sent two priests, Vitus and Vincent, as his legates.

The council fathers first examined and then condemned the teaching of Arius and affirmed the divinity of Jesus. Two weeks into discussions, the bishops formulated and signed the Nicene Creed. The official proceedings of the council concluded in the first weeks of July 325.

As we commemorate the 1700th anniversary of the Council of Nicaea, we will be exploring the articles of the Creed in the following months.

Prayer Cube



Are there moments when you want to say a beautiful prayer alone or with your family or friends, but you just don't know how to say it? Do you always just say the same prayer? We have a great solution for you. Simply make a prayer cube for your evening prayer.

Prayer Cube Instructions:

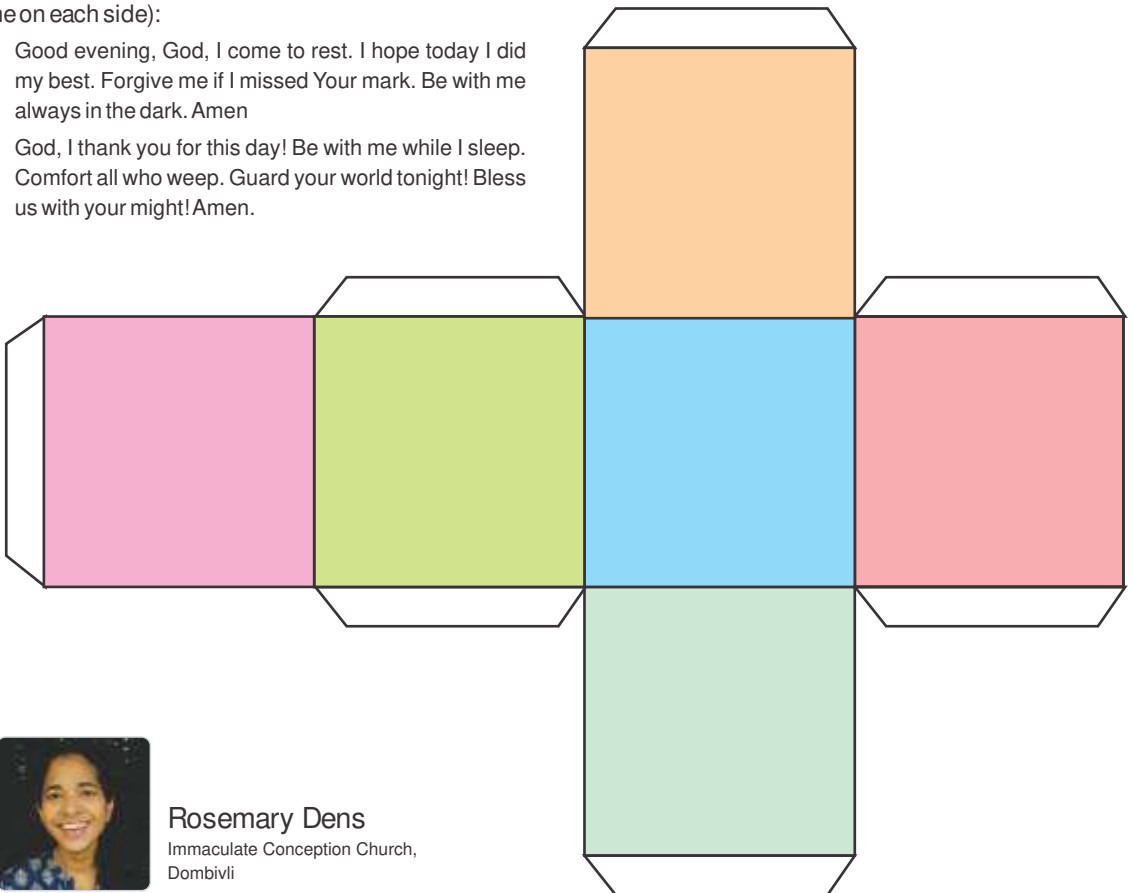
1. There are 6 sides to the cube. Write the prayers given as examples below or the prayers you like on each of the sides. Color and decorate these sides.
2. Cut along the edges.
3. Fold along the lines to form a cube.
4. Glue or tape the flaps into place with the flaps on the inside of the cube.
5. Roll the cube to determine which prayer will be prayed or recited during bedtime preparation.

3. Now I lay me down to sleep. I pray the Lord my soul to keep. May angels cradle me at night and bless me in the morning light. Amen.
4. Angels bless and angels keep, angels guard me while I sleep. Bless my heart, bless my home, bless my spirit as I roam. Guide and guard me through the night, wake me with the morning's light. Amen.
5. God, hold me and bless me, grant me rest. When You are with me, I sleep the best. Amen.
6. Angel of God, my guardian dear, to whom God's love commits me here, watch over me throughout the night, and keep me safe within your sight. Amen.

Six Ways to Pray

Here are the six prayers on the Bedtime Prayer Cube (one on each side):

1. Good evening, God, I come to rest. I hope today I did my best. Forgive me if I missed Your mark. Be with me always in the dark. Amen
2. God, I thank you for this day! Be with me while I sleep. Comfort all who weep. Guard your world tonight! Bless us with your might! Amen.



Rosemary Dens
Immaculate Conception Church,
Dombivli

അനന്തരം



Byju Vadakkan
St. Theresa Church, Kandivali West

JANUARY 2025
KALYAN LANTERN
26
HAPPY
NEW YEAR

ആ.. കുര്യാക്കോസേ നീ വന്നോ മോനെ? അവൾ എന്തിയേ മോളമ്മ?

കണ്ണ് തിരുമ്മി തുറന്നു കൊണ്ട് ത്രേസ്യമ്മ ചേട്ടത്തി അത് ചോദിച്ചപ്പോൾ കുര്യാക്കോസ് പറഞ്ഞു.

‘അവളെ കുറച്ചുപേർ ചേർന്ന് ആശുപത്രിയിലേക്ക് കൊണ്ടു പോയിട്ടുണ്ട്. എന്നെ ആരും ശ്രദ്ധിച്ചില്ല, ഞാനിങ്ങെ പോന്നു.’

‘ആണോ! ചിലപ്പോൾ അവളും വരുമായിരിക്കും. അതെന്തെങ്കിലുമാട്ടെ കുട്ടികളുടെ പഠിപ്പ് ഒക്കെ എങ്ങനാ?’

തരക്കേടില്ലാന്നു പറയാം മുത്തവൻ കോളേജ് ലോട്ടാ ഇളയവൻ ബന്തിലേക്കും.

‘ആ നന്നായി, എന്നാലും എത്ര പഠിച്ചാലും അതൊക്കെ ഒരു ഉപകാരത്തിലെത്തോന്ന് കണ്ടറിയാണം’

‘അമ്മച്ചി എന്തോന്നാ അങ്ങനെ പറഞ്ഞാ?’

‘ഓ ചുമ്മാ പറഞ്ഞെന്നേ ഉള്ളൂ, ഏതായാലും നീ ഇവിടെയൊക്കെ ഒന്ന് ചുറ്റി നടന്നു കാണു’

‘അപ്പൻ എന്തിയേ അപ്പനെ ഇവിടെയൊന്നും കാണുന്നില്ലല്ലോ?’

കുരിയാക്കോസിന്റെ ഈ ചോദ്യത്തിന് ത്രേസ്യമ്മ ചേട്ടത്തി ആരോടെന്നില്ലാതെ പറഞ്ഞു

‘ഞാനിവിടെ വന്ന് മൂന്നോ നാലോ മാസം കഴിഞ്ഞപ്പോൾ അപ്പൻ ഇവിടെ നിന്നും പോയേച്ചത്രാ’

ആ ഉത്തരം ഒരു തൃപ്തിയായി തോന്നാത്തതു കൊണ്ട് കുര്യാക്കോസ് വീണ്ടും ചോദിച്ചു

‘ഇവിടെനിന്നും എങ്ങോട്ടേക്കാ ഈ പോകുന്നേ?’

‘ആർക്കറിയാം എങ്ങോട്ടാണെന്ന്, ഏറിയാൽ ഏഴ് കൊല്ലമേ ഇവിടെ നിൽക്കാൻ പറഞ്ഞുള്ളൂ അതിലും നേരത്തെ പോകുന്നവരുമുണ്ട്’

ത്രേസ്യമ്മ ചേട്ടത്തി കുറച്ചു ദൂരത്തേക്ക് കൈ ചൂണ്ടിക്കൊണ്ട് ചോദിച്ചു

‘ദാ ആ നിൽക്കുന്നയാളെ നിനക്കോർമ്മയില്ലേ? നമ്മുടെ പടിഞ്ഞാറ്റെ വഴിയിൽ നെല്ലുകുത്ത് കമ്പനി നടത്തിയിരുന്ന രാഘവന്റെ അച്ഛൻ തങ്കപ്പൻ ചേട്ടൻ!’

ത്രേസ്യമ്മ കൈ ചൂണ്ടിയ ഭാഗത്തേക്ക് കുര്യാക്കോസ് എത്തിനോക്കി പറഞ്ഞു

‘കേട്ടിട്ടേയുള്ളൂ ശരിക്കും ഓർമ്മ കിട്ടുന്നില്ല പക്ഷേ കുറേക്കാലം വയ്യാതെ കിടന്നിരുന്നുന്ന് പറഞ്ഞ് കേട്ടിട്ടുണ്ട്’

‘ഓ എന്തായാലും വേണ്ടില്ല, മൂപ്പരും പോകാറായി എന്നാ കേൾക്കുന്നെ’

ത്രേസ്യമ്മ തുടർന്നു

‘വലിയൊരു മനുഷ്യൻ നടന്നു വരുന്നത് പോലെ ഒരു മുഴക്കം നമുക്ക് കേൾക്കാം പിന്നെ കണ്ണിൽ ചെറിയൊരു ഇരുട്ട് പടരും കണ്ണ് തിരുമ്മി തുറന്നു നോക്കുമ്പോൾ ചുറ്റുവട്ടത്തു നിന്നും ആരെങ്കിലും കുറഞ്ഞിരിക്കും അല്ലെങ്കിൽ ആരെങ്കിലും ഒരാൾ കൂടിയിരിക്കും’

അങ്ങനെ പല കാര്യങ്ങളും പറഞ്ഞു രണ്ടുപേരും രണ്ടു വഴിക്കായി തിരിഞ്ഞു.

വെറുതെ കുറച്ചു ദൂരം നടന്നു കഴിഞ്ഞപ്പോഴാണ്

കുര്യാക്കോസ് ഒരു കാര്യം ശ്രദ്ധിച്ചത് വിശക്കുന്നില്ല ഉറക്കം വരുന്നില്ല ആരും ഉറങ്ങുന്നില്ല ആരും ഒന്നും ഭക്ഷിക്കുന്നില്ല നോക്കെത്തൊദൂരത്തോളം ഉള്ള ഈ പുന്തോട്ടത്തിൽ എല്ലാവരും പരിചയക്കാരുമായി സംസാരിക്കുകയോ വെറുതെ നടക്കുകയോ ചെയ്യുന്നു വെയിൽ ഏൽക്കുന്നില്ല രാത്രിയാകുന്നില്ല ആരും ഉറക്കെ സംസാരിക്കുന്നില്ല

കുര്യാക്കോസ് നടന്നുകൊണ്ടേയിരുന്നു.

ചില പരിചയക്കാരെ കണ്ടു, കുറെ പരിചയമില്ലാത്തവരെയും.

ചിലർ പേരെടുത്തു വിളിച്ച് അടുത്തുവന്നു സംസാരിച്ചു

പലരും പലരുമായി സംസാരിക്കുന്നുണ്ട് ആരിലും ദുഃഖമില്ല എല്ലാവരും എല്ലാവരെയും അറിയുന്ന ഭാവം, എല്ലായിടത്തും ഏതോ ഒരു സുഗന്ധം കുര്യാക്കോസ് തിരിഞ്ഞു നടക്കാൻ തുടങ്ങി എത്ര ദൂരം നടന്നു എന്നു ഓർക്കുന്നില്ല മാത്രമല്ല ഇത്രയൊക്കെ നടന്നിട്ടും ക്ഷീണിക്കുന്നില്ല വിയർക്കുന്നില്ല.

വഴിയിൽ വച്ച് കൊപ്ര കളത്തിൽ പണിയെടുത്തിരുന്ന തോമാ ചേട്ടനെ കണ്ടു കുറച്ചുനേരം സംസാരിച്ചു അവിടെ നിന്നും മടങ്ങി.

കുറച്ചു ദൂരെ ഒരേ പ്രായം തോന്നിക്കുന്ന കുറെ കൊച്ചുകുട്ടികൾ, അവർ പൂക്കൾ പറിച്ചും കളിച്ചും ചിരിച്ചും നടക്കുന്നത് കണ്ട് കൗതുകം തോന്നി അങ്ങോട്ട് നടന്നു.

കുട്ടികളുടെ അടുത്തു നിൽക്കുന്ന ഒരാളോട് കാര്യങ്ങൾ ചോദിച്ചു.

അയാൾ പറഞ്ഞു 'സ്കൂൾ ബസ് തോട്ടിലേക്ക് മറിഞ്ഞു വീണതാ, ഞാനായിരുന്നു ആ ബസ്സിലെ അറ്റൻഡർ'.

കുറച്ചുനേരം ആ ഭാഗത്തുള്ള മറ്റു മനുഷ്യരെയും നോക്കിനിന്നു, പലരെയും അറിയുന്ന മുഖം പോലെ തോന്നി, പക്ഷെ ആരെയും മനസ്സിലാകുന്നില്ല വീണ്ടും നടന്നു, അമ്മയെ കാണാനില്ലല്ലോ എന്ന് വിചാരിച്ചതേയുള്ളൂ അതാ അമ്മ മുന്നിൽ നിന്നും നടന്നു വരുന്നു, കുര്യാക്കോസ് അങ്ങോട്ട് നടന്നു കുര്യാക്കോസ് അടുത്തെത്തിയപ്പോൾ ത്രേസ്യമ്മ ചേട്ടത്തി ചോദിച്ചു

'കുര്യാക്കോസേ നീ എവിടെയെല്ലാം പോയി? എല്ലാം കണ്ടുവോ?'

കൊപ്ര കളത്തിലെ തോമാച്ചനെ കണ്ട കാര്യവും മറ്റും സംസാരിച്ചു നിൽക്കുന്നതിനിടയിൽ ഒരു വലിയ മനുഷ്യൻ നടന്നു വരുന്ന ശബ്ദം പോലെ തോന്നി, കണ്ണിൽ ഇരുട്ട് പടർന്നു, കണ്ണു തിരുമ്മി തുറന്നപ്പോൾ മോളമ്മ മുന്നിൽ നിൽക്കുന്നു ത്രേസ്യമ്മ ചേട്ടത്തി മോളമ്മയോട് ചോദിച്ചു

'എന്നതാടീ നിങ്ങൾക്ക് പറിയേ ഇവനൊന്നും അറിയത്തില്ലെന്നാ പറയുന്നേ'

അതു കേട്ടതും മോളമ്മ വാചാലയായി

'എന്നാ പറയാനാ അമ്മച്ചീ , എന്റെ മുത്ത ചേച്ചി എൽസമ്മയുടെ മകളുടെ കല്യാണത്തിന് തുണിയെടുക്കാൻ ഞങ്ങളും കൂടെ ചെല്ലണമെന്ന് പറഞ്ഞു വിളി വന്നിരുന്നു അവരുടെ വീട് കുറച്ച് ദൂരെയൊന്നെന്ന് അമ്മച്ചിക്കും അറിയാവുന്നതല്ലേ!'

'അറിയാം അറിയാം നീ ബാക്കി കൂടി പറഞ്ഞത്!'

'രാവിലെ കുറച്ചു നേരത്തെ എഴുന്നേറ്റു ഇതിയാന്റെ ബൈക്കിൽ ഞങ്ങൾ രണ്ടുപേരും ഇറങ്ങിയതാ എന്നാലല്ലെ ഉച്ചയ്ക്കെങ്കിലും മടങ്ങിവരാൻ ഒക്കത്തുള്ളൂ.

കുറുമുളക് പറിച്ചതെല്ലാം ഉണക്കാൻ ഇട്ടിരിക്കുവാ, പിന്നെ പറമ്പിലെ പണിക്കാരുടെ കാര്യമൊക്കെ കണക്കാ ! നമ്മൾ ഇല്ലെങ്കിൽ എല്ലാം ഒരു വകയാ"

'ഓ ഇനി അതെല്ലാം ഓർത്ത് എന്തിനാ തല പുകയ്ക്കുന്നു! പിന്നെ എന്തുണ്ടായി അതൊന്ന് പറഞ്ഞത്'

'എങ്ങനെയാണെന്ന് അറിയത്തില്ല, ഞങ്ങളുടെ സ്കൂട്ടർ എതിരെ വന്ന കാറിലിടിച്ചത് ഓർമ്മയുണ്ട് പിന്നെ ബോധം തെളിയുന്നത് ഹോസ്പിറ്റലിൽ വച്ചാ. ഒരു ദിവസം കഴിഞ്ഞു കാണും , രക്ഷയില്ലെന്ന് ഡോക്ടർമാർ പറയുന്നത് കേട്ടു. പിന്നെ ഒരു വലിയ മനുഷ്യൻ നടന്നുവരുന്ന ശബ്ദം പോലെ തോന്നി കണ്ണിൽ ഇരുട്ട് കയറി കണ്ണു തിരുമ്മി നോക്കിയപ്പോൾ ഞാനിവിടെ ദാ നിങ്ങളോടുകൂടാ'

എല്ലാം കേട്ടുകൊണ്ട് നിന്നിരുന്ന കുര്യാക്കോസിന്റെ തോളിലൂടെ മോളമ്മ കയ്യിടാൻ നോക്കിയപ്പോൾ പെട്ടെന്ന് തിരിഞ്ഞ കുര്യാക്കോസ് എന്തോ ശബ്ദം കേട്ടു പെട്ടെന്ന് ഞെട്ടി. എഴുന്നേറ്റ് കട്ടിലിൽ ഇരുന്നു നോക്കുമ്പോൾ കട്ടിലിന്റെ തലഭാഗത്ത് വച്ചിരുന്ന മൂന്നുകട്ട ടോർച്ച് താഴെവീണു കിടക്കുന്നു, പിന്നെ ആത്മഗതം ചെയ്തു.

എന്റെ കർത്താവേ ഇതെല്ലാം സ്വപ്നമായിരുന്നോ! ഹൊ ഞാനങ്ങു പോയി പോയി

കുര്യാക്കോസ് കുറച്ചുനേരം കൂടെ കട്ടിലിൽ തന്നെ ഇരുന്നു, പിന്നെ സാവധാനം എഴുന്നേറ്റു അടുക്കളയിലെത്തി അല്പം വെള്ളം കുടിച്ചു, വീണ്ടും കട്ടിലിൽ വന്നിരുന്നു.

അപ്പോഴേക്കും ശബ്ദം കേട്ട് മോളമ്മയും ഉണർന്നു 'എന്താ മനുഷ്യാ ഉറങ്ങുന്നില്ലേ? രാവിലെ എൽസമ്മയുടെ വീട്ടിൽ പോകാനുള്ളതാ ഒന്നുറങ്ങാൻ നോക്കിക്കേ'!

എന്നെ കൈപിടിച്ചു നടത്തുന്ന ദൈവം



Rosy Antony
Infant Jesus Church, Kharghar

ഒന്നാം ഘട്ട പരീക്ഷണം

പരിശുദ്ധ മറിയമേ തമ്പുരാന്റെ അമ്മേ.. ചേട്ടൻ ഈണത്തിൽ പ്രാർത്ഥനയുടെ രണ്ടാം ഭാഗം ചൊല്ലുകയാണ്. ഏതൊരു സാധാരണ ദിവസവും പോലെ അന്നും സന്ധ്യാ പ്രാർത്ഥനയിൽ കൊണ്ടു എത്തിക്കുകയാണ് ഞാനും ഭർത്താവും ഇളയ മകനും. മുത്ത മകനും ഇളയ മകളും വിവാഹിതരായി സ്വകുടുംബത്തിൽ ഏറെ അകലെയല്ലാതെ

താമസിക്കുന്നു. ഇളയ മകന്റെ ഭാര്യയും കുഞ്ഞും നാട്ടിലാണ്. സന്തോഷം നിറഞ്ഞ ജീവിതത്തിനു മനസ്സിൽ നന്ദി പറഞ്ഞു കണ്ണുകളടച്ചു ഞാൻ വീണ്ടും പ്രാർത്ഥനയിലേക്കു തിരിഞ്ഞു. പെട്ടെന്ന് പ്രാർത്ഥന നിന്നു. കണ്ണു തുറക്കുമ്പോൾ കാണുന്നത് നിലത്തേക്ക് മറിഞ്ഞു വീഴുന്ന ഭർത്താവിനെയാണ്. ഇനി ഒരു വേള ഉറങ്ങിപ്പോയോ എന്ന് സംശയിച്ചു ഒന്ന് കുലുക്കി നോക്കി, ആളിന് ഒരനക്കവുമില്ല. ഓടിച്ചെ

ന്നു വെള്ളം കൊണ്ടുവന്നു മുഖത്ത് തളിച്ചു, ആളെ മയക്കത്തിൽ തന്നെ. പെട്ടെന്ന് മകൻ പപ്പയെ കൈകളിൽ വാരിയെടുത്തു അപ്പാർട്മെന്റിന്റെ താഴെ എത്തിച്ചു കാറിൽ കയറ്റി ഏറ്റവും അടുത്ത ഹോസ്പിറ്റലിൽ എത്തിച്ചു. വിശദമായ പരിശോധനകൾക്കു ശേഷം 'സ്ട്രോക്ക്' ആണ്, പെട്ടെന്ന് ഒന്നും പറയാൻ പറ്റില്ല എന്നു ഡോക്ടർമാർ അറിയിച്ചു. ഒരു പക്ഷെ ശരീരം തളർന്നു പോയ നിലയിലാകാം ഒരു മടങ്ങിവരവ്, അവർ കൂട്ടിച്ചേർത്തു. ആശുപത്രിയുടെ തണുത്ത ബെഞ്ചിൽ, കൈകളിൽ തുങ്ങിയാടുന്ന കൊന്തമണികളെ ചേർത്ത് പിടിച്ചു, മടങ്ങിയ കൊന്ത കണ്ണുനീരോടെ ഞാൻ പൂർത്തിയാക്കി. എന്റെ ഭർത്താവിന്റെ മടങ്ങിവരവിന് വേണ്ടി, അതും പൂർണ്ണ ആരോഗ്യവാനായി കിട്ടാൻ ഞാൻ പരിസരം മറന്നു കരഞ്ഞു പ്രാർത്ഥിച്ചു. 'അവിടുന്ന് ചെവി ചായ്ച്ചു എന്റെ നിലവിളി കേട്ടു', ഏറെ പരിശോധനകൾക്കും മരുന്നിനും മറുമരുന്നിനും ശേഷം ഒരാഴ്ച കൊണ്ട് യാതൊരു ന്യൂനതകളും ഇല്ലാതെ, അവശതകൾ മാറുകയും പതിയെ ആൾ ആരോഗ്യം വീണ്ടെടുക്കുകയും ചെയ്തു. കരഞ്ഞുകൊണ്ട് വന്ന ഞങ്ങൾ ചിരിച്ചുകൊണ്ട് മടങ്ങി.

ഞങ്ങളുടെ നാട്ടിൽ ഒരിടവേള

ഷിപ്പിംഗ് ഫീൽഡിലെ ജോലിയിൽ നിന്നും വിരമിച്ചു, പ്രശസ്ത മജീഷ്യനായ പി സി സർക്കാരിന്റെ കൽക്കട്ട സ്കൂളിൽ നിന്നും പഠിച്ചു, തന്റെ പാഷണയ മാജിക്കിനെ വിവിധ വേദികളിൽ അവതരിപ്പിച്ചു കൈയ്യടിയും ഒപ്പം സാമ്പത്തിക ലാഭവും നേടിയ നേടിയ നാളുകളോർത്തു, നഷ്ടപ്പെട്ട ആരോഗ്യം വീണ്ടെടുക്കാനുള്ള ശ്രമത്തിനിടയിലാണ് ഒരു മാസത്തിനു ശേഷം രണ്ടാമത്തെ പരീക്ഷണം ഞങ്ങളെത്തേടി എത്തിയത്. ജീവിതം മുഴുവൻ തന്റെ ആരോഗ്യം മറന്നു തന്റെ കുടുംബത്തിന് വേണ്ടി അധ്വാനിച്ച മനുഷ്യന്റെ ആ വീഴ്ച എനിക്ക് താങ്ങാവുന്നതിലും അധികമായിരുന്നു.

പൊതുവെ ഫലിതപ്രിയനായ അദ്ദേഹം പെട്ടെന്ന് ഉൾവലിയുകയും തന്റെ മുറിയിൽ തന്നെ കൂടുതൽ സമയം ചിലവഴിക്കാനും തുടങ്ങി. സംസാരം വളരെ കുറഞ്ഞു. വിദേശത്തു നിന്നും നാട്ടിൽ വന്ന മുത്തമകനോടും പതിവ് പോലെ ഇടപഴകാതെ 'പല്ലുവേദന' എന്ന കാരണം പറഞ്ഞൊഴിഞ്ഞു. ആഹാരം വളരെ കുറച്ചു, ശരീരം ക്ഷീണിക്കാനും തുടങ്ങി. എന്നാൽ ഒരു ദിവസം മകളുടെ ഭർത്താവ് നിർബന്ധപൂർവ്വം വായ തുറന്നു പരിശോധിച്ചു 'അയ്യോ' എന്ന നിലവിളിയോടെ താഴെക്കിരുന്നു. പപ്പയുടെ നാക്കിൽ നെല്ലിക്കയേക്കാൾ വലിപ്പത്തിൽ ഒരു മുഴ. ആദ്യമൊക്കെ വായിൽ വരുന്ന അൾസർ ആണെന്ന് കരുതിയ കൂറു പതിയെ വലുതായപ്പോൾ യൂട്രാബിൽ തിരഞ്ഞു തനിക്കു കാൻസർ ആകാനുള്ള ചാൻസ് കൂടുതൽ ആണെന്ന് മനസിലാക്കി, ചികി

ത്സയുടെ അമിത ഭാരം കുടുംബത്തിന് വരാതെ, മരണത്തെ സ്വീകരിക്കുവാനുള്ള ഒരുക്കത്തിലായിരുന്നു ചേട്ടൻ. തന്റെ മദ്യപാനവും പുകവലിയും മുലമുണ്ടായ ക്യാൻസർ കുടുംബത്തിന്റെ സമ്പാദ്യത്തെ കാർന്നു തിന്നരുത് എന്നാലോചിച്ചു എടുത്ത ഒരു മുൻകരുതൽ. എന്നാൽ ഞാനും മക്കളും ഒറ്റക്കെട്ടായി എതിർക്കുകയും പെട്ടെന്ന് തന്നെ റ്റാറ്റ ഹോസ്പിറ്റലിൽ ചികിത്സ തേടുകയും ചെയ്തു. ആശുപത്രിയിൽ തന്നെക്കാൾ മോശാവസ്ഥയിലുള്ള ആളുകളെയും കൂട്ടികളെയും കണ്ടപ്പോൾ ചേട്ടനിൽ പ്രത്യാശ തോന്നി തുടങ്ങുകയും ചികിത്സയോട് സഹകരിക്കാൻ തയ്യാറാവുകയും ചെയ്തു.

2021 ജൂൺ 10നു ഓപ്പറേഷൻ ഫിക്സ് ചെയ്യുകയും ഒപ്പം 35,000 രൂപയുടെ 30 റേഡിയേഷനും സജസ്റ്റ് ചെയ്തു. മകനെ ഹോസ്പിറ്റലിൽ പപ്പയോടൊപ്പം നിർത്തി ഒരു ദിവസം ഞാൻ വീട്ടിൽ മാതാവിന്റെ ഫോട്ടോയുടെ മുൻപിൽ കിടന്നുകൊണ്ട് എന്റെ സങ്കടങ്ങൾ അമ്മയോട് പറയുകയും പതിയെ ഉറക്കത്തിലേക്കു വഴുതിവീഴുകയും ചെയ്തു. എന്നാൽ പിന്നീട് ഉറക്കമാണോ ബോധാവസ്ഥയിലാണോ എന്നെനിക്കറിയില്ല ഞാൻ കാണുന്നത് മാതാവ് എന്റെ തലയുടെ ഭാഗത്തു നിന്നും എന്നെ ആശ്വസിപ്പിക്കുന്നതാണ്. എനിക്ക് ഒരു വിധവയായി ജീവിക്കേണ്ട എന്ന് ഞാൻ കരഞ്ഞു പറഞ്ഞു, ചികിത്സാ ചിലവുകൾക്കുറിച്ചു ആവലാതി പറഞ്ഞു, എന്റെ സങ്കടങ്ങൾ എല്ലാം കണ്ണീരോടെ അമ്മയോട് പറഞ്ഞു, നീ ഒന്നുകൊണ്ടും പേടിക്കേണ്ട എന്ന് പറഞ്ഞു മാതാവ് പതിയെ മാഞ്ഞുപോയി. പിന്നീട് ദൈവാനുഗ്രഹത്തിന്റെ വലിയ നീർച്ചാലുകൾ ഞങ്ങൾക്കായി തുറക്കുന്നതാണ് കണ്ടത്. ഓപ്പറേഷന്റെ വലിയ തുകയിൽ കുറവുണ്ടാവുകയും റേഡിയേഷന്റെ ചിലവുകൾ പൂർണ്ണമായും ഒഴിവാക്കുകയും ചെയ്തു. ഒരു പരിചയവുമില്ലാത്ത ആളുകൾ ഓടിയെത്തുകയും വേണ്ട ക്രമീകരണങ്ങൾ ചെയ്യുകയും ചെയ്തു. ചികിത്സക്ക് ശേഷം ഞങ്ങൾ സന്തോഷത്തോടെ ആശുപത്രി വിട്ടു.

നാവിലെ മുറിവും തുന്നലും മൂലം സംസാരത്തിനു അൽപ തടസ്സവും ഇഷ്ടമുള്ളതും എരിവുള്ളതുമായ ആഹാരം കഴിക്കാനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ടും ഒഴിച്ചാൽ ചേട്ടൻ ഇന്നും ആരോഗ്യത്തോടെ ഇരിക്കുന്നു, ഞായറാഴ്ചകളിൽ വി.കൂർബാനയിൽ പങ്കു ചേരുകയും ചെയ്യുന്നു. രോഗികളെ സന്ദർശിച്ചും അവർക്കു വേണ്ടി പ്രാർത്ഥിച്ചും നിരാശയിൽ വീണുപോയവരോട്, 'ദൈവത്തിൽ പ്രത്യാശ വയ്ക്കുന്നവർക്കു അവിടുന്ന് സകലവും നന്മയ്ക്കായി ഒരുക്കുന്നു' എന്ന് തന്റെ ജീവിത കഥയിലൂടെ വിശദീകരിച്ചും ഇപ്പോൾ ചേട്ടൻ 73 വയസ്സ് കടന്നിരിക്കുന്നു.



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.



ROYAL WORLD TOURS PVT. LTD.

Travel with the most trusted name for Pilgrimage & Worldwide Tours

West Europe – 15 Days

5th , 19th May , 15th &
29th Sept 2025

Italy / Vatican / Germany /
Switzerland France / Spain / Portugal

Japan Tour

(Cherry Blossom) - 8 Days
20th March 2025

Tokyo / Hiroshima / Osaka

Holy Land - 12 Days

23rd Feb, 21th April, 5th , 12th ,
19th May 2025

Jordan / Israel / Palestine / Egypt

East Europe with Overnight Cruise-15 Days

22nd Sept 2025

Italy / Vatican / Croatia / Bosnia & Herzegovina
Hungary / Poland / Czech- Republic / Austria

West Europe – 18 Days

5th , 19th May , 15th & 29th Sept 2025

Italy / Vatican / Austria / Germany / Switzerland
Netherland / Luxembourg / Belgium / Liechtenstein
France / Spain / Portugal

ALL INCLUSIVE TOUR PACKAGES / AIR FARE / VISA / 4* HOTELS / ALL 3 MEALS INCLUDED / TIPS INCLUDED / TRAVEL INSURANCE UP TO 69 YEARS INCLUDED/ GST/ EURO CALCULATED @90 / USD CALCULATED @83

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 ; +91-9987099099

Email: charles@royalworldtours.in / Website: www.royalworldtours.in

More than 26,000 Satisfied passengers in last 13 years!

*If we live, we live for the Lord; and if we die, we die to the Lord; so
whether we live or whether we die, we are the Lord's.* Romans 14:8

1st Death Anniversary

29th December 2024



7th May 1947-29th December 2023

*In loving memory of
Mathew Valiaveetil*

*Your life was a blessing, your memory a treasure. You are loved
beyond words and missed beyond measure.*

*Fondly remembered by
Mary Mathew
Jacob & Rose
Reya Ryan*

Still loved Still missed & Always near

1st Loving Remembrance of



*"I am the resurrection and the life. Those who believe
in me, even though they die, will live, and everyone
who lives and believes in me will never die".
(John 11:25)*

Tribute of Love From

Wife: Mary Antony

**Children: Zacharias, Rani, Leena, Reena
Mary, Johnson, Johny, Sunil**

**Grand Children: Zubin, Reuben, Neil/Soniya,
Neha/Paul, Rhea, Rahul,
Sanya, Smriti**

Great Grand Child: Claire

Mr. I.C. Antony (Inchodikkaran)
June 05, 1930 – January 07, 2024

Amla Matha Church, Mulund

In Our Hearts Always and Forever...



PONNAMMA JOSEPH

Date of Birth: 10-09-1948

Called to Eternal Rest On: 04-12-2024

Strength and dignity are her clothing,
and she laughs at the time to come.
She opens her mouth with wisdom,
and the teaching of kindness is on her tongue.
She looks well to the ways of her household,
and does not eat the bread of idleness.
(Proverbs 31 : 25-27)

Fondly Remembered By:
Joseph (Manoj), Feba, Anugraha & Suzanne
Kurian (Minish), Julie & Aarav
Azhunoottil & Arupathil Family
Relatives & Friends

**St. Thomas Forane Church
Borivali**

5th Death Anniversary
20/01/2025

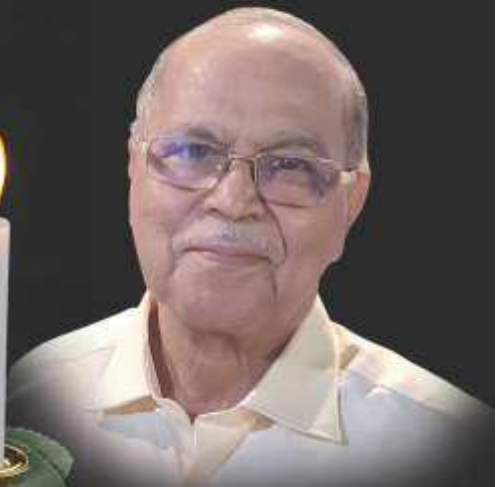
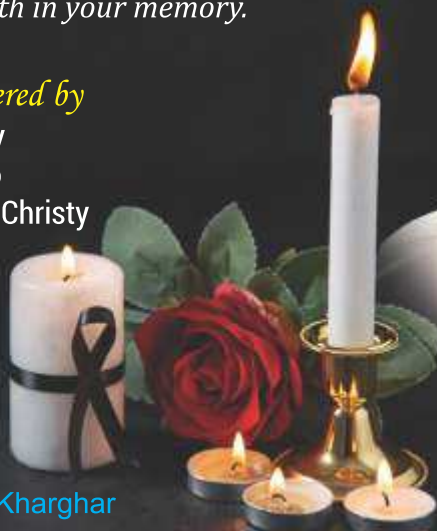
*You were a great man and a wonderful
husband and father. Your memory will
forever live on in our heart. We miss you,
and still find strength in your memory.*

Fondly remembered by

Wife: Molly

Son: Savio

Daughter-in-law: Christy



K. V. VARGHESE

DOB: 22/05/1945 - **DOD:** 20/01/2020

Infant Jesus Church, Kharghar

50th Wedding Anniversary

12 January, 2025



"The Lord is my strength and my shield" Psalm 28:7

**Celebrating 50 years of Matrimony...
a journey trusting in the Lord.**



Varghese & Elsamma



*With prayers & gratitude
All loved ones*

San Jos Church, Wagle Estate



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



5th Death Anniversary
10/01/2025

Fondly Remembered by:
Sons: Joseph and Anthony
Daughters-in-law: Esther and Annie
Grandsons: Justin and Alwyn

AGNES PAUL
Date of Birth: 09/03/1941
Date of Death: 10/01/2020

St. Thomas Forane Church
Borivali (West)

"It is not good for the man to be alone. I will make a helper suitable for him."
Genesis 2:18



EDEN'S MARRIAGE BUREAU

Helping people find suitable life partner

- ♥ Profile details are verified
- ♥ Privacy and security of information is 100% assured.

Contact Name : Julie Antony
Mobile No : 9987824742

E-mail: edensmarriagebureau@gmail.com



LOGO EXPLANATION

The logo for the Jubilee 2025 has four figures in different colours representing the whole of humanity hailing from the four corners of the earth. They embrace each other in solidarity and fraternity.

The figure at the front holds fast to the Cross, which gives hope.

The rough waves under the figures represent the present context of the world, marked by turmoil and troubles.

The lower part of the Cross has been elongated and turned into the shape of an anchor, which is a symbol of hope.

The image illustrates the pilgrim's journey not as an individual effort, but as a collective enterprise. At the bottom of the logo lies the motto of the Jubilee Year 2025: 'Pilgrims of Hope'

In the Jubilee logo, we have included in the outer circle, also the motto of Diakonia - Year of the renewed pastoral care. At the top of the logo there is a symbol that represents the Church as well as the home where one grows spiritually receiving the fruits of the pastoral ministry, and two hands at the bottom reminding us of the protection of God that we receive through the ministry of the Church.

CHRIST UNIVERSITY PUNE LAVASA *The Hub of Analytics*



UG Programmes

- BBA (Business Analytics/Honours/Honours with Research)
- BBA (Honours/Honours with Research)
- BCom (Financial Analytics/Honours/Honours with Research)
- BSc (Computer Science, Data Science/ Honours / Honours with Research)
- BSc (Economics, Statistics/ Honours / Honours with Research)
- BCA (Honours/Honours with Research)
- BA LLB (Honours)
- BBA LLB (Honours)

PG Programmes

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



CHRIST (Deemed to be University)
Pune Lavasa Campus - *'The Hub of Analytics'*

☎ 1800 123 2009 🌐 lavasa.christuniversity.in
📧 admission.lavasa@christuniversity.in

Scan for Admission
Counselling