

Aikyadeepam

ഫെബ്രുവരി 2015

# ഐക്യദീപം

Since 1976 വില ₹ 10



ബി

നോത് നവീകരണത്തിന്റെ  
വസന്തകാലം

നോത് സ്നേഹത്തിലുള്ള ശിക്ഷണം

إلى حاكمكم



# മാർ-കോ-ഫാർമയുടെ 5 അതിവിശിഷ്ട ആയുർവ്വേദ ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ



## മെറിനോൾ (പൊള്ളലിന് )

പൊള്ളലോലുടൻ മെറിനോൾ ഉപയോഗിച്ചാൽ പൊള്ളലേറ്റുന്നറിയാത്ത വിധം സുഖപ്പെടുന്നു. വ്രണമായപൊള്ളലുകൾ അതിവേഗത്തിൽ സുഖപ്പെട്ട് പാടുകൾ ഇല്ലാതാകുന്നു.

മെറിനോൾ ശരീരത്തിന് പുറമെയുള്ള 15 രോഗങ്ങൾക്ക് അത്ഭുത സൗഖ്യങ്ങൾ നൽകുന്നു.

1. തീളച്ച വെള്ളം വീണു, സാഹനായും ഉണ്ടാകുന്ന എല്ലാവിധ പൊള്ളലുകൾക്കും മെറിനോൾ ഉപയോഗിച്ചാൽ ഉടൻ സൗഖ്യം.
2. പൊള്ളൽ വ്രണങ്ങൾ അതിവേഗം സുഖപ്പെടുന്നു. പാടുകൾ മാഞ്ഞു.
3. പ്രമേഹ രോഗികളുടെ മുറിവുകൾ, വ്രണങ്ങൾ.
4. മെത്തിൽനിന്നോ, വാഹനത്തിൽനിന്നോ വീണ് ഉണ്ടായുണ്ടാകുന്ന മുറിവുകൾ, പാടുകൾ ഉണ്ടാകാതെ സുഖപ്പെടുന്നു.
5. സാധാരണ മുറിവുകൾ.
6. തടിച്ച ഭാഗിക്കോലുടൻ വണ്ണ തട്ടു ഉണ്ടായുണ്ടാകുന്ന മുറിവുകൾ.
7. പാദ, ചുണ്ട് വിണ്ണുകിറൽ, Nipple Crack, വളംകടി എന്നിവയ്ക്കും.
8. അടിവസ്ത്രം ഉപയോഗിച്ചുള്ള അലർ, കുറുത്തപാടുകൾ.
9. കിടക്ക വ്രണങ്ങൾ (Bedsore).



National Patent No. 188248

**പൊള്ളലിന് ഇന്ന് ലഭിക്കാവുന്ന എന്ത് മരുന്നിനേക്കാളും ഫലമേറിയത്.**

10. പൈൽസ് വീക്കവും, ഇരുമുളച്ചുള്ള മുറിവ്, തീറ്റൽ എന്നിവയ്ക്കും.
11. ചുട്ടുകുരു (Prickly Heat).
12. കേതവ്രണ വ്രണങ്ങൾ.
13. പക്ഷി, മൃഗാദികൾക്കുണ്ടാകുന്ന എല്ലാവിധ മുറിവുകൾ, വ്രണങ്ങൾ.
14. പഴയതും പുതിയതുമായ എല്ലാവിധ പാടുകൾ.
15. മുടിയിട, മിതയും വട്ടം വട്ടം കൊഴിയുക, ഉരമിടാകുക, അമിതമായി കൊഴിയുക, നെറ്റികയറുക, കഠിനമായതാണ് എന്നിങ്ങനെയുള്ളവർ മെറിനോൾ അല്പമെടുത്ത് പ്രസ്തുത ഭാഗത്ത് പുരട്ടി (താഴെനെയും, പാമ്പയിനെയും നാടിപ്പിക്കാൻ മെറിനോളിനുകഴിയും). മസാജ് ചെയ്ത് പിടിപ്പിച്ച് 15 മിനിറ്റിനുശേഷം പുറമെ Mar-co-Hair Guard പുരട്ടി 1 മണിക്കൂറിനുശേഷം കുളിക്കുക. കുറഞ്ഞദിവസങ്ങൾ കോൺ മുടിമൊഴിപ്പിച്ച് മാറി സുഖമായി മുളിഞ്ഞുവരുന്നു.

എല്ലാ വ്രണങ്ങളും (പഴകിയതും) മുറിവുകളും വാളൻപുളിയിലേറ്റുന്ന തീളപ്പിച്ചറിയാത്ത വെള്ളത്തിൽ കഴുകി തുടച്ച ശേഷം മെറിനോൾ ദിവസം പല പ്രാവശ്യം പുരട്ടുന്നത് അനുബന്ധ നടത്തേണ്ടതാണ് കർമ്മാൻ സഹായിക്കുന്നു.



### MAR-CO- SUGAR MIX

പ്രമേഹ അനുബന്ധ രോഗങ്ങൾക്ക് പ്രമേഹം നിരന്തരം വിധേയമാക്കി, ശരീരകലിനവും, സന്ധിവേദനയും മാറ്റി ഉണ്ടാക്കുന്ന ആരോഗ്യവും പ്രദാനം ചെയ്യുന്നു. കൂടാതെ പാർശ്വഫലങ്ങളുള്ള മറ്റുമരുന്നുകളുടെ ഉപയോഗം കുറച്ചുകൊണ്ടുവരാനും സഹായിക്കുന്നു.

**MAR-CO- HAIRGUARD (താൻ, മുടികൊഴിച്ചിൽ, മുടിയും മിതയും വട്ടം വട്ടം കൊഴിയുന്നതിന് )** (ബ്രഹ്മി, കറ്റാർവാഴ, ചേമ്പരത്തി പൂവ്, തുളസി തുടങ്ങി നിരവധി മരുന്നുകൾ ചേർത്ത് തയ്യാറാക്കുന്ന ഈ എണ്ണ സാധാരണ മുടി കൊഴിച്ചിൽ, താൻ എന്നിവ കുറഞ്ഞ ദിവസങ്ങൾക്ക് പരിഹരിച്ച് സമൃദ്ധമായി മുടി ഉണ്ടാകുന്നതിന് സഹായിക്കുന്നു. അത്യന്തസമാനങ്ങളിൽ കൂടുതൽകിടന്ന് വെള്ളത്തിൽ കുളിക്കുന്നവരുടെ മുടിക്ക് തല മുരുകുതും കുറുപ്പോടുകൂടിയ അഴകും ലഭിക്കുന്നു. ബ്രഹ്മി ചേരുന്നതിനാൽ പഠിക്കുന്ന കുട്ടികളുടെ ബുദ്ധി വീകാരത്തിനും ഉത്തമം. മുടിയും, മിതയും വട്ടം വട്ടം കൊഴിയുക, ഉരമിടാകുക, അമിതമായി കൊഴിയുക, നെറ്റികയറുക, കഠിനമായതാണ് എന്നിങ്ങനെയുള്ളവർ മെറിനോൾ അല്പമെടുത്ത് പ്രസ്തുത ഭാഗത്ത് പുരട്ടി മസാജ് ചെയ്ത് പിടിപ്പിച്ച് 15 മിനിറ്റിനുശേഷം പുറമെ Mar-Co-Hair Guard പുരട്ടി 1 മണിക്കൂറിനുശേഷം കുളിക്കുക.



### TONSILCURE (ടോൺസിലെറ്റിന് )

താൻതടയാൻ ആന്റിബയോട്ടിക്കുകളുടെ നിരന്തര ഉപയോഗം കൂടാതെ, അമൂല്യ ആയുർവ്വേദ ഔഷധങ്ങൾ ചേർത്ത് വിശിഷ്ടമാക്കിയ തയ്യാറാക്കുന്ന ഈ എണ്ണ 30 ദിവസം ഉപയോഗിച്ചാൽ എണ്ണപ്രായശ്ചയം ടോൺസിലെറ്റിന് വീണ്ടും വരാതെ സുഖപ്പെടുന്നു. (കുട്ടികൾക്ക് ഒരു ബോട്ടിലും (10 വയസിൽ താഴെ) മുതിർന്നവർക്ക് രണ്ടു ബോട്ടിലും മതിയാകും).

### SURABHI TONE (സുരഭി ടോൺ)

നെല്ലിക്കായ, തേന്, നിരവധി ആയുർവ്വേദ മരുന്നുകളും ചേർത്ത് തയ്യാറാക്കുന്നത്. യോഗ്യർഷി, ഹനതേന്, വിരലിയാർ, അരുചി, തെങ്ങെരിപ്പിൽ, പുളിച്ചുതികട്ടൻ ഇവ മാറ്റുന്നു. കേതവ്രണ, കേതപുഷി വാത പ്രതിരോധശക്തി എന്നിവ വർദ്ധിച്ച് ഉണ്ടാക്കുന്ന പ്രസരിപ്പും പ്രദാനം ചെയ്യുന്നു. കുട്ടികൾക്കുണ്ടാകുന്ന അർശി, വിളർച്ച, കലിനം, വിര, ക്രിമിമൂലം എന്നിവയ്ക്കും പ്രസാരശക്തിയും ഉത്തമം. പ്രമേഹപ്രായശ്ചയം ഉപയോഗിക്കാവുന്ന സുരഭിടോൺ ഒരു ടോണിക്കാണ് സുരഭി ടോൺ.)



ബോധനയുടെ ബോധിശ്രീ സ്റ്റാളുകൾ വഴി ഈ ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ ലഭ്യമാണ്



**MAR-CO-PHARMA**

Drug Lic No. 101/25D/99 KHADI & V.J. PRODUCTS

Thrukothamangalam P.O., Kottayam - 686 011 Kerala. Ph: 0481 - 2463458, 2462135 Mob: 94473 57301 9447675924 www.mar-co-pharma.com email: info@marco-pharma.com

ഇലകൾ പൊഴിഞ്ഞ് നില്ക്കുന്ന മരങ്ങളും..... സന്ധ്യയുടെ മറവിലേക്ക് പിൻമാറുന്ന സൂര്യകിരണവും ഒക്കെ പുതിയ തളിരിലകളും പുതിയ പ്രഭാതവും എത്തും വരെ ഒരു തപസിലാണ്. ഓരോ ദിനവും പ്രകൃതി നമ്മെ പഠിപ്പിക്കുന്നതും നാം വിസ്മരിക്കുന്നതുമായ പാഠങ്ങൾ തന്നെയാണിവ. ഇതൊരു പിൻവാങ്ങലാണ്; തിരികെയെത്താനുള്ള ഒരു മടക്കം.

നോമ്പ് ഒരു മടക്കയാത്രയാണ്; തിരിച്ചറിവിന്റെ ചില ബോധിവൃക്ഷതണലുകളിലേക്ക്. യാത്രകൾ എപ്പോഴും ലക്ഷ്യത്തിലേക്കാണ്; ലക്ഷ്യം നേടിയതിന് ശേഷം മടക്കയാത്രയും. എന്നാൽ ചില മടക്കയാത്രകൾ വഴിതെറ്റിയെന്ന അറിവിൽ നിന്ന് ശരിയായ വഴികളിലേക്കുള്ളതുമാകാം. പിതാവിന്റെ ഭവനത്തിലേക്കുള്ള വഴി ധൂർത്തനായവൻ ഓർത്തെടുത്തതും എങ്ങുമെത്താത്ത ഒരു യാത്രയുടെ മദ്ധ്യേയാണ്.

നോമ്പുകാലം പുണ്യ കാലമെന്നാണ് പറയുക. പുണ്യങ്ങൾ പൂത്ത്, ജീവിതം സുഗന്ധപൂരിതമാകേണ്ട കാലം. ആലസ്യത്തിന്റെ കരിനിഴൽ ആത്മീയതയുടെ മേൽ പതിക്കുന്ന ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ ത്യാഗത്തിന്റെ തിരികൾ നമ്മെ ശുദ്ധീകരിക്കണം. നോമ്പിൽ ഒരു ബലിയർപ്പണത്തിന്റെ അരുചി നമുക്കാവശ്യമാണ്. നാം അർപ്പിക്കുന്ന ബലികൾ നമുക്ക് വെളിയിലാകുമ്പോൾ അവ അനുഷ്ഠാനങ്ങൾ മാത്രമായി അവശേഷിക്കും. എന്നാൽ അത് നമ്മിൽ തന്നെയാകുമ്പോൾ ആ ബലിയർപ്പണം പുതിയ അനുഭവങ്ങൾ നമ്മിൽ സൃഷ്ടിക്കും. ഫാസ്റ്റ് ഫുഡും KFC യും ഒക്കെ മുൻപിൽ നില്ക്കുമ്പോൾ ഈ നോമ്പ് അയാസരഹിതമല്ല; പക്ഷേ ഒരു മടക്കയാത്ര അനിവാര്യമാണ്; തിരികെ വരുവാനുള്ള ഒരു പിൻവാങ്ങൽ.

അന്ത്യോക്യൻ സുറിയാനി സഭയുടെ തലവൻ ഇഗ്നാത്തിയോസ് അപ്രേം II ന്റെ മലങ്കര സന്ദർശനത്തെ സഭകളുടെ ഐക്യത്തിനായി നിലക്കൊള്ളുന്ന മലങ്കര കത്തോലിക്ക സഭയും ഐക്യദാിപവും ശ്രദ്ധയോടെയാണ് വീക്ഷിക്കുന്നത്. അനൈക്യത്തിന്റെ വിള്ളലുകൾ അകറ്റി സ്നേഹത്തിന്റെ പുതിയ അനുഭവങ്ങൾ നല്കുവാൻ ഈ സന്ദർശനം ഇടയാക്കട്ടെ എന്നു പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. ആശംസിക്കുന്നു.



# ഐക്യദീപം

## Aikyadeepam

2015 ഫെബ്രുവരി പുസ്തകം 46 ലക്കം 2

- ▶ രക്ഷാധികാരി മോസ്സ് നവ. ഡോ. തോമസ് മാർ കുറിയോസ് മെത്രാപ്പോലീത്താ
- ▶ സഹ രക്ഷാധികാരി മോസ്സ് നവ. ഡോ. ഫിലിപ്പോസ് മാർ സതേഹാനോസ് എപ്പിസ്കോപ്പാ
- ▶ ചീഫ് എഡിറ്റർ ഫാദർ വർഗ്ഗീസ് ചാമക്കാലായിൽ
- ▶ പ്രസാധകൻ തോമസ് കൊടിനാട്ടുകുന്നേൽ കോർ എപ്പിസ്കോപ്പാ
- ▶ സർക്കുലേഷൻ മാനേജർ (ബ്രദർ വർഗ്ഗീസ് കണ്ടത്തിൽ)
- ▶ ഉപദേശക സമിതി
  - മോൺ. ആന്റണി ചെത്തിപ്പുഴ
  - നവ. ഫാ. ചെറിയാൻ താഴമൻ
  - നവ. ഫാ. പ്രേമാനന്ദ് ഒ.ഐ.സി.
  - ശ്രീ. ഷാജി കാരയ്ക്കൽ
  - പ്രൊഫ. ജേക്കബ് എം. ഏബ്രഹാം
  - ശ്രീ. ജോമി കലയപുരം
  - ശ്രീ. ജിജി മുളമുട്ടിൽ
  - ശ്രീമതി ലീലാമ്മ കച്ചറയ്ക്കൽ

Printing at: Dona Offset, Kottayam

Annual Subscription ₹ 120.00  
 Single Copy ₹ 10.00  
 Overseas: \$40.00 or ₹ 2750

Bank Details :  
 Chief Editor, Aikyadeepam  
 Andhra Bank, Tiruvalla 689 101  
 A/c No. 110110100023901  
 IFSC. ANDB0001101  
 SWIFT CODE: ANDBINBB

Designed by :  
 Prasad P. S.  
 Greeshma Designs, Kottayam  
 Ph: 9447304348  
 gdesignnktm@gmail.com



03 Editorial



ഇടയാരമ്പ്

05



06



09



13



19



23

### സ്ഥിരം പംക്തികൾ

പ്രബോധനം,  
 കുടുംബവേദി  
 അമ്മ മനസ്സ്, ആരോഗ്യം  
 യുത്ത് കോർണർ  
 ഉള്ളതുപറഞ്ഞാൽ  
 സീൻ ബൈ സീൻ

- 06 ബലി  
ഫാ. ബേബി ജോസ് കട്ടിക്കാട്
- 09 നോമ്പ്: സന്തോഷത്തിലുള്ള ശിക്ഷണം  
ഡോ. കുര്യാക്കോസ് മുലയിൽ  
കോർ-എപ്പിസ്കോപ്പ
- 13 നോമ്പ് നവീകരണത്തിന്റെ വസന്തകാലം  
ഫാ. ഡേവിഡ് വടക്കുംമുറിയിൽ



- 17 മലമുകളിലെ ദൈവസാന്നിദ്ധ്യം  
മാത്യൂസ് പാണ്ടിശേരിൽ
- 19 വ്രതശുദ്ധിയുടെ നോമ്പ് ആചരണം  
അഡ്വ. സക്കീർ ഹുസൈൻ
- 23 കുരിശുമലയിലെ ആത്മീയ വസന്തം  
സ്വാമി അരുൾദാസ്

All correspondence regarding Agency and Subscription: Chief Editor, Aikyadeepam Monthly, St. John's Complex Kacheripady, Tiruvalla-1. Phone: 0469-2600626 Fax: 0469-2600822. E-mail: aikyadeepamtvla@gmail.com

“ഇപ്പോഴെങ്കിലും ഉപവാസത്തോടും വിലാപത്തോടും നെടുവീർപ്പോടുംകൂടെ നിങ്ങൾ എന്റെ അടുക്കലേക്ക് തിരിച്ചുവരുവിൻ.” (ജോയേൽ 2:12) നാം എന്തുകൊണ്ട് തിരിച്ചു വരണം? നാം നമ്മെ വിലയിരുത്തുമ്പോൾ ധാരാളം തെറ്റുചെയ്തവരായും കുറ്റങ്ങൾ ഉള്ളവരായും ബോധ്യപ്പെടുന്നു. നമ്മിലും സമൂഹത്തിലും സഭയിലും നാം ഈ കുറവുകൾ മനസ്സിലാക്കുന്നു. നമുക്ക് ഒരു തിരിച്ചുവരവ് ആവശ്യമാണ്. നമുക്ക് മാനസാന്തരപ്പെട്ട് നന്മയുടെ ഫലങ്ങൾ പുറപ്പെടുവിക്കണം. ഇതിനുപറ്റിയ സമയമാണ് നോമ്പുകാലം. നമ്മിൽ ചില നന്മകൾ പുവിടുവാനുള്ള സമയമാണ്. നമുക്കു ചുറ്റും പുതിയ ഒരു വായു കടന്നുവരുന്ന സമയമാണ്. കാരണം, ദൈവം നമ്മിൽ



മോസ്സ് റവ. ഡോ. തോമസ് മാർ കുറിലോസ് മെത്രാപ്പോലീത്തൻ ആർച്ചുബിഷപ്പ്



സംപ്രീതനാണ്. പുതിയ ഒരു ഹൃദയം തരുവാൻ ദൈവത്തിനു സമ്മനസാണ്. വാഗ്ദാനങ്ങളിൽ വിശ്വസ്തനായ ദൈവം -കരുണയിലും നന്മയിലും സമ്പന്നനായ ദൈവം-നമ്മോടൊത്തുണ്ട്. എല്ലാം പൊറുക്കുവാനും ക്ഷമിക്കുവാനും ക്ഷമയോടെ കാത്തിരിക്കുന്ന യേശുനാഥൻ; നമ്മെ ക്ഷൊഭിപ്പിക്കാതെ മടുപ്പിക്കാതെ രക്ഷകൻ; ഒരോ പ്രഭാതത്തിലും പുതിയ സ്നേഹംകൊണ്ട് നമ്മെ അനുഗ്രഹിക്കുന്നു. നമുക്കു മാനസാന്തരത്തിനുള്ള ശക്തി തരുന്നത് ഈ വിശ്വസ്തതയാണ്.

നോമ്പ് എന്നതിൽ 3 കാര്യങ്ങൾ ഉൾച്ചേർന്നിരിക്കുന്നു. പ്രാർത്ഥന, ഉപവാസം, ദാനധർമ്മം എന്നിവയാണ് ആ മൂന്ന് കാര്യങ്ങൾ.

**പ്രാർത്ഥന :** നോമ്പുകാലത്തിലെ അതിപ്രധാനമായ കാര്യമാണ് പ്രാർത്ഥന. നമ്മുടെ ജീവിതസാഹചര്യങ്ങൾകൊണ്ടും വ്യക്തിത്വത്തിന്റെ പ്രത്യേകതകൾകൊണ്ടും പരുപരുത്ത ജീവിതാനുഭവങ്ങൾകൊണ്ടും ഹൃദയം കഠിനമാകാവുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ തരളിതമായ ഒരു ഹൃദയം ലഭിക്കുന്നത് പ്രാർത്ഥന എന്ന എണ്ണയിടുമ്പോഴാണ്. പ്രാർത്ഥിക്കുമ്പോൾ നമ്മുടെ ഹൃദയം ദൈവത്തോടൊപ്പം വലുതാകും. കാരണം വിശാലനായ ദൈവത്തെ ഉൾക്കൊള്ളാൻ പ്രാർത്ഥന കൊണ്ട് വികസിതമായ ഹൃദയത്തിന് മാത്രമാണ് കഴിയുക. നാം ചെറിയ കാര്യങ്ങളിൽ ഒതുങ്ങുന്നതും നിസാരകാര്യങ്ങൾ നമ്മിൽ ആധിപത്യം ചെലുത്തുന്നതും മുമ്പിലുള്ളതു കാണാൻ കഴിയാതെ നിരാശപ്പെടുന്നതും പ്രാർത്ഥന അപ്രത്യക്ഷമാകുമ്പോഴാണ്. പ്രാർത്ഥന

നമ്മുടെ ബലമാണ്. ദൈവം നമ്മെ അനുഗ്രഹിക്കുന്നത് പ്രാർത്ഥിക്കുമ്പോഴാണ്. നാം സ്വാർത്ഥരും അഹങ്കാരികളും ആകുന്നതും മറ്റുള്ളവരെ ആദരിക്കാതിരിക്കുന്നതും നമ്മിൽ പ്രാർത്ഥന ഇല്ലാത്തപ്പോഴാണ്. യഥാർത്ഥമായ പ്രാർത്ഥനയുടെ ഉദാഹരണമാണ് ചുങ്കക്കാരന്റെ പ്രാർത്ഥന. അവനു പറയാനുള്ളത് അവന്റെ ക്ഷീണാവസ്ഥയും കുറവുകളും ഇല്ലായ്മയുമാണ്. പ്രാർത്ഥന എന്നത് ആവശ്യങ്ങളുടെ പട്ടിക ഉണ്ടാക്കുക എന്നതല്ല. മറിച്ച് സർവ്വനന്മകളുടെയും ദാതാവായ ദൈവത്തെ ഹൃദയത്തിൽ പേറുക എന്നതാണ്. ദൈവം സ്വന്തമാക്കാനും ദൈവത്തെ സ്വന്തമാക്കാനും കഴിയുന്ന അനുഭവമാണ് പ്രാർത്ഥന. ദൈവം സ്വന്തമാകുകയും ദൈവത്തിന്റെ സ്വന്തമാകുകയും ചെയ്താൽ നമുക്ക് ജീവിതസാഹചര്യമായി. നമ്മുടെ വീടുകളിലെ സന്യാപ്രാർത്ഥനകളും പ്രഭാത പ്രാർത്ഥനകളും വചനവായനയും എല്ലാം നമ്മെ പുതിയ സൃഷ്ടികളാക്കും. ദൈവത്തിന്റെ സ്വന്തമാക്കുക ഇതാണ് ജീവിതസാഹചര്യം.

**ഉപവാസം :** നമുക്കുചുറ്റുമുള്ള വിവിധ മതസ്ഥരായ ആളുകളും ഭക്ത്യാദരപൂർണ്ണരും ഉപവാസവും വർജ്ജനയും അനുഷ്ഠിക്കുന്നത് നമുക്ക് പരിചിതമാണല്ലോ. പൊതുവെ ഈ ഭക്തകൃത്യം എല്ലാവരും അനുഷ്ഠിച്ചുപോരുന്നു. എന്നാൽ ഈ അടുത്ത കാലത്തായി ചില അപകട പ്രവണതകളിലേക്ക് ഈ മേഖല മാറുന്നു എന്നതാണ് യാഥാർത്ഥ്യം. അതായത് ഭക്ഷണം വെടിയുന്നു. എന്നാൽ അത് ഒരു സാമൂഹികകാര്യമായി

(ശേഷം പേജ് 12)

# ബലി



**മാ. ബോബി ജോസ് കട്ടികാട്**

**നോ**മ്പുകാലത്ത് ഗ്രീക്ക് പാഷൻ എന്ന കസന്റ് സാക്കീസിന്റെ പുസ്തകം തപ്പിയെടുത്ത് വായിച്ചാൽ നല്ലതാണ്. ആ യവനഗ്രാമത്തിൽ എല്ലാ ഏഴാം വർഷത്തിലും പള്ളിയോടനുബന്ധിച്ച് നടക്കുന്ന ഒരാചാരമുണ്ട്-പാഷൻ പ്ലേ. ക്രിസ്തുവിന്റെ പീഡാനുഭവത്തിന്റെ രംഗാവിഷ്കാരത്തിന് ഓരോരോ കഥാപാത്രങ്ങൾക്കാവശ്യമുള്ള കഥാപാത്രങ്ങളെ ഒത്തിരി പരിഗണനകൾക്ക് ശേഷം ഗ്രാമീണർ തന്നെ കണ്ടെത്തുകയാണ് പതിവ്.

ഓരോരുത്തരുടെയും സ്വഭാവ പ്രത്യേകതകൾക്കിണങ്ങിയ റോളുകൾ അവർക്ക് കൊടുക്കുവാൻ ഗ്രാമീണർ പ്രത്യേക ശ്രദ്ധ വെച്ചിരുന്നു എന്നതാണ് കാതലായ കാര്യം. ഗ്രാമത്തിലെ ഗണികയായ കാതറിൻ, മാഗ്ദലന മറിയമായി. വാക്കിലും നോട്ടത്തിലും ആ സുരത കൈമാറിയിരുന്ന പനയെറ്റോറോസ് യുദാസായി. ക്രിസ്തുവായി അവർ കണ്ടെത്തിയത് മനോലിയോസ് എന്ന ഇടയബാലനെയാണ്. ഒരു വർഷം നീളുന്ന ഒരു പരിശീലനകാലത്തിൽ വ്രതശുദ്ധിയോടെയാണ് അവർ ആ സുവിശേഷാനുഭവത്തിനായി ഒരുങ്ങുന്നത്. നാടകത്തിനു ശേഷവും മനോലിയോസിന് ക്രിസ്തുവെന്ന ആ പകർച്ചയിൽ നിന്ന് വിടുതൽ കിട്ടിയിട്ടില്ല. അപ്പസ്തോലന്മാർക്ക് ക്രിസ്തുവിനെ കൈവിട്ട് കളയാനാവാത്തതുകൊണ്ട് അരങ്ങിലെ ആ വേഷം അഴിച്ചുകളയാൻ അവർ തയ്യാറായില്ല. സനാതനമെന്ന് കാലാകാലങ്ങളായി ഗണിച്ചിരുന്ന ചില മൂല്യങ്ങളുടെ കാവൽക്കാരായി അവർ. എന്നാൽ അരങ്ങിനപ്പുറം ആർക്കുവേണം ഈ പുണ്യവാനമാരെ?

തുർക്കിയുടെ അധിനിവേശത്തിലാണ് ഈ ഗ്രാമം. ആഘാതമെന്ന സുഖലോലുപനായ ഒരാളാണ് ഭരണാധികാരി. ഒരു പ്രണയിനിയെ പ്ലോലെ അയാൾ കൂടെ പാർപ്പിച്ചിരിക്കുന്ന ഒരു കൗമാരക്കാരനാണ്. ആരോ അവനെ കൊലപ്പെടുത്തി. കൊലപാതകിയെ വെളിപ്പെടുത്തി

യില്ലെങ്കിൽ ഗ്രാമത്തിലുള്ള ഓരോരുത്തരെയും വക വരുത്തുമെന്നായി അയാളുടെ ഭീഷണി. അയാളത് ചെയ്യും! മനോലീയസ് ക്രിസ്തുവാകാൻ തന്നെ തീരുമാനിച്ചു. എല്ലാവർക്കും വേണ്ടി ഒരാൾ കൊല്ലപ്പെടുന്നതിനു വിളിക്കപ്പെടുന്ന വാക്കാണല്ലോ അത്. താനാണ് പഴയനെ കൊലപ്പെടുത്തിയതെന്നും അതി നിനിയാരെയും വിചാരണ ചെയ്യേണ്ടെന്നും തറപ്പിച്ചു പറഞ്ഞു. തൂക്കിക്കൊല്ലാനായിരുന്നു വിധി. കയർ കുരുങ്ങുന്നതിനു മുമ്പേ പഴയനാടകത്തിലെ മറിയം ഓടിയെത്തുന്നു. ഭരണാധികാരികളുടെ അംഗരക്ഷകൻ തന്നെയാണ് ചെയ്തതെന്ന് വെളിപ്പെടുത്തുന്നു. ഒരു നിമിഷത്തെ കോപത്തിയിൽ അയാൾ അവളെ വെട്ടിക്കൊല്ലുന്നു.

എന്നിട്ടും ഗ്രാമമുഖ്യന്മാരുടെ സ്നേഹത്തിനൊന്നും പാത്രമായില്ല പാവപ്പെട്ട നമ്മുടെ ക്രിസ്തു. സ്വകാര്യസ്വത്തിനെക്കുറിച്ചുള്ള ചില നിലപാടുകൾ അവനെ അധികാരികളുടെ കണ്ണിലെ കരടാക്കി. ഓരോരോ കാഴ്ചകളിൽ അവരുടെ കണ്ണ് ചുമന്നു വന്നു. വയലിലെ അന്നത്തെ കൊയ്തെടുക്കുവാൻ പലയിടങ്ങളിലുള്ള ദരിദ്രരെ കൂട്ടിക്കൊണ്ടുവരാൻ കൂടി മനാലിയോസും കൂട്ടരും തയ്യാറായപ്പോൾ ഈ കളി നീട്ടേണ്ടയെന്ന് മതവും ദേശവും കൂടിയങ്ങു തീരുമാനിച്ചു.

പെരുന്നാളിന് ഏതാനും മണിക്കൂറുകൾ മുമ്പ് മുഖ്യപുരോഹിതന്റെ ഉത്സാഹത്തിൽ ജനക്കൂട്ടം മനോലീയിലിനെ വളഞ്ഞു. തടയാൻ അർഹതപ്പെട്ടവരൊക്കെ കൈകഴുകുകയാണ്. ആ പഴയ റോമൻ ഗവർണ്ണറെപ്പോലെ ആൾക്കൂട്ടത്തിൽ നിന്നൊരാൾ കത്തിവീശുന്നുണ്ട്. അത് പനയെറ്റോറോസാണ്. ആ പഴയ നാടകത്തിലെ യൂദാസ് തന്നെ. അതോടുകൂടി ജനക്കൂട്ടം അവരുടെ ക്രിസ്തുവിനെ വലിച്ചു കീറാൻ തുടങ്ങി.

അവന്റെ സ്നേഹിതരെത്തുമ്പോൾ വൈകിപ്പോയിരുന്നു. പ്രാണനറ്റ അവന്റെ ഉടൽ കരങ്ങളിലെടുത്ത് അതിലൊരാൾ നിലവിളിക്കുന്നുണ്ട്: പാഴായിപ്പോയി മനോലീയസ് പാഴായിപ്പോയി. നീ ഏറ്റുവാങ്ങിയ സഹനങ്ങൾ എല്ലാം തന്നെ പാഴായി പോയി.

ചെറുപ്പത്തിലാണ് പിള്ളേരു പിടിത്തക്കാർ എന്നൊരു കൂട്ടരെ ഒരു കുട്ടിയും കണ്ടിട്ടില്ല. എന്നിട്ടും സ്കൂളിലേക്കുള്ള വഴിയിലും പള്ളിമുറ്റത്തെ ആൾക്കൂട്ടത്തിലും നിരത്തിലെ തിരക്കിലും ബലിഷ്ഠമായ ഒരു തോളിൽ വന്നു വിഭ്രമിക്കുമെന്നു ഞങ്ങൾ ഭയന്നു. 'എങ്ങാണ്ട് എങ്ങാണ്ട് ഒരു ദേശത്ത് പണിയുന്ന ഏതോ ഒരു പാലത്തിന് ഉറപ്പുകിട്ടണമെങ്കിൽ ചാത്തിൽ ചോര ചേർക്കണമത്രേ. അതിനുവേണ്ടി അവരിങ്ങനെ കുഞ്ഞുങ്ങളെ പരതി ഇറങ്ങിയിട്ടുണ്ട്.'

എല്ലാ നാട്ടിലും അങ്ങനെ ചില സങ്കല്പങ്ങളുണ്ടെന്നു മുതിർന്നപ്പോൾ മനസ്സിലായി. എന്തിനും

ദുഃഖത കിട്ടണമെങ്കിൽ ചില അടിസ്ഥാന ബലികളാവശ്യമുണ്ടെന്ന്. ഗോപുരം ഉറയ്ക്കാനായി കൽപ്പണിക്കാർ തങ്ങളുടെ ജ്യേഷ്ഠത്തിയെ ചേർത്തുവെച്ച് അതു പണിയുന്ന ഒ.എൻ. വിയുടെ കവിത നിറമിഴികളോടു കൂടിയേ എന്നും വായിച്ചിട്ടുള്ളു. അതിനിടയിലും ആ സ്ത്രീ കെഞ്ചുന്നത് 'എന്റെ മാറുമാത്രം കെട്ടിമറയ്ക്കരുതേ. എന്റെ കുഞ്ഞു കരയുമ്പോൾ അവനെ ഉയർത്തി എന്റെ മാറോടു ചേർത്തു പിടിക്കണമേ....'

ബലിയെന്ന പദത്തിന് ഉൽപത്തി പുസ്തകത്തോളം പഴക്കമുണ്ട്. രണ്ടാം തലമുറതൊട്ട് അത് ആരംഭിക്കുന്നുണ്ട്. എന്നിട്ടും പഴയനിയമ ബലികളിൽ തങ്ങൾക്കു പുറത്തുള്ള എന്തോ ചില കാര്യങ്ങളെയാണ് അവർ അർപ്പിക്കുന്നത്. ഒരാൾ അയാളെത്തന്നെ അർപ്പിക്കുന്ന ബലി ക്രിസ്തുവിനോടു കൂടിയാണ് ആരംഭിക്കുന്നത്. ആത്മബലിയുടെ നവീന സംസ്കാരമാണു പുതിയ നിയമം.

**ബലിയെന്ന പദത്തിന് ഉൽപത്തി പുസ്തകത്തോളം പഴക്കമുണ്ട്. രണ്ടാം തലമുറതൊട്ട് അത് ആരംഭിക്കുന്നുണ്ട്. എന്നിട്ടും പഴയനിയമ ബലികളിൽ തങ്ങൾക്കു പുറത്തുള്ള എന്തോ ചില കാര്യങ്ങളെയാണ് അവർ അർപ്പിക്കുന്നത്. ഒരാൾ അയാളെത്തന്നെ അർപ്പിക്കുന്ന ബലി ക്രിസ്തുവിനോടുകൂടിയാണ് ആരംഭിക്കുന്നത്. ആത്മബലിയുടെ നവീന സംസ്കാരമാണു പുതിയ നിയമം.**

പഴയനിയമത്തിലെ ബലികളിൽ കുറച്ചെങ്കിലും ക്രിസ്തുവിനോടു പൊരുത്തം പുലർത്തുന്നത് അബ്രഹാമിന്റെ ബലിയാണ്. കാരണം ബലിവാസന്തു മകൻ തന്നെയാണ്. അതും വാർധക്യത്തിൽ കിട്ടിയ മകൻ. 'ഡബിൾ ബ്ലോ' എന്നൊരു സങ്കേതം ചലച്ചിത്രങ്ങളിൽ ഉപയോഗിച്ച് കണ്ടിട്ടുണ്ട്. ഒരേ സൂചനകൾ ഇടവേളകളിൽ ആവർത്തിക്കപ്പെട്ടുകൊണ്ടിരിക്കുക. അബ്രഹാമിന്റെ ബലിയുടെ വ്യക്തമായ ഓർമ്മകൾ ഉണർത്തുന്ന ക്രിസ്തുവിന്റെ ആത്മാർപ്പണം! വിറകും തീയുമായി മല കയറുന്ന ഇസഹാക്കും സ്വന്തം കഴു മരവുമായി ഇടറി ഇടറി മലകയറുന്ന ക്രിസ്തുവും. എന്നാൽ അബ്രഹാമിനു കുഞ്ഞിനെ കൊടുക്കേണ്ടതായി വന്നില്ല. കൊടുവാൾ ഉയരുമ്പോൾ ആരോ തടയുന്നുണ്ട്. പകരം ആ ആട്ടിൻകുട്ടിയെ മതിയാവും. അവന്റെ കുരിശിനു കൂട്ടുപോകുമ്പോൾ മറിയം ആ കഥ ഓർമ്മിച്ചിട്ടുണ്ടാവും. ഇല്ല. അത്ഭുതങ്ങളൊന്നും പാടില്ല. ഉന്നമില്ലാത്ത ആട്ടിൻകുട്ടിയെ അർപ്പിക്കണമെന്നാണു നിയമം. അവനു പകരം വയ്ക്കാൻ മറ്റൊരു ആട്ടിൻകുട്ടി മുമ്പോ പിമ്പോ ഉണ്ടായിട്ടില്ലെന്നതാവണം കാരണം!

# എന്റെ കാരുണ്യ ദീപം

കവിത

നിയ മേരി ഏബ്രഹാം



എന്നീശോ നാഥാ നീ എന്റെയുള്ളിൽ  
 ആശതൻ പുകൾ വിടർത്തിടണേ  
 നൈരാശ്യമേറുമെൻ അന്തഃരംഗത്തിൽ നീ  
 ആശ്വാസമേകി അണഞ്ഞിടണേ  
 നിറയുമെൻ മിഴികളിൽ തുടച്ചിടണേ  
 തകരുമെൻ മാനസം താങ്ങിടണേ  
 ഉരുകുമീ മെഴുകുതിരി നാളമാം എൻ ജീവൻ  
 അണയാതെ നീയെന്നും കാത്തിടണേ  
 മുൾച്ചെടി കാട്ടിലെ കുഞ്ഞാടുപോൽ  
 മുറിവാർന്നു നോവിൽ പിടഞ്ഞീടുമ്പോൾ  
 എന്നെ മറക്കാത്ത സ്നേഹമായ് നീ വന്നു  
 കോരിയെടുത്തെനെ തഴുകിടണേ  
 തിന്മതൻ വീഥിയിൽ നീങ്ങുടുമ്പോൾ  
 പാത ഇരുളാലെ മുടിടുമ്പോൾ  
 നീ എൻ മനസിന്റെ പാത വെളിച്ചമായ്  
 നേർ വഴി എന്നെന്നും കാട്ടിടണേ  
 കാലിടറാതെ നീ കാത്തിടണേ  
 കൈ പിടിചെന്തെ നടത്തിടണേ  
 കാവലായ് നീ എന്നും എന്റെ ചാരെ വന്നെൻ  
 കാരുണ്യ ദീപമായ് മേവീടണേ

അവന്റെ ബലിയുടെ മുദ്രകൾ ഭൂമിയിലെമ്പാടും ഉള്ള മനുഷ്യരുടെ നെഞ്ചിൽ പതിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. ഗാർഹിക പരിസരങ്ങളിൽ നമ്മുടെ ഉറ്റവർ നല്കുന്ന ബലി കാണാതെ പോകരുത്. മീനവെയിലിൽ പാറ പൊട്ടിക്കുന്നയാളും ശീതീകരിച്ച മുറിക്കുള്ളിലിരുന്നു ഗവേഷണത്തിലേർപ്പെടുന്ന സയന്റിസ്റ്റും അതു തന്നെയാണു ചെയ്യുന്നത്. ടെലിഫോൺ കണ്ടുപിടിച്ച ഗ്രഹാംബെൽ എന്തുകൊണ്ടു തന്റെ നാട്ടിലേക്കു ഫോൺ ചെയ്തില്ലായെന്ന് ഒരുക്കൂട്ടി ചോദിച്ചപ്പോൾ

അവരുടെ പതിവ് കുറുന്മാണെന്നേ കരുതിയുള്ളൂ. കടം പറഞ്ഞപ്പോൾ ഉത്തരം കിട്ടി. അയാളുടെ ഭാര്യയും കുഞ്ഞും ഊമരും ബധിരരും ആയിരുന്നു. ദൈവമേ! ഏശയ്യാ ക്രിസ്തുവിനെക്കുറിച്ചു പറഞ്ഞത് അവർക്കു ചേരും. നമ്മുടെ ദുഃഖങ്ങളാണ് അവൻ ചുമന്നത്.

അത്തരം മനുഷ്യർ അതൊക്കെ വലിയ കാര്യമായി ഗണിക്കുന്നില്ലായെന്നാണു മറ്റൊരു കാര്യം. കൊച്ചുകൊച്ചു സങ്കടങ്ങളെ താലോലിച്ചും ഊതി വീർപ്പിച്ചും അനുനിമിഷം നൂറുങ്ങിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന നമ്മൾക്കുള്ള താക്കിതു പോലെ. അവരോട് അനുഭവം പുലർത്താനുള്ള നമ്മുടെ ശ്രമംപോലും അവർ തടയും. തന്റെ ത്യാഗവീഥിയിൽ ക്രിസ്തു അവനെ യോർത്ത് അലമുറയിട്ട സ്ത്രീകളോടു പറഞ്ഞതിതാണ്. എന്നെ ഓർത്തു കരയരുതേ. അവൻ പച്ചമരമാണ്. അത്ര പെട്ടെന്നൊന്നും മഴുവോ തീയോ നശിപ്പിക്കയില്ല!

ഓരോ ബലിക്കു ശേഷവും കുറേക്കൂടി നല്ല തെന്തോ സംഭവിക്കുന്നു. ക്രിസ്തു മരിച്ചപ്പോൾ സംഭവിച്ചതുപോലെ, ഭൂമിയുടെ ഉള്ളടരുകളിൽ വിശ്രമിച്ചിരുന്ന മൃതർ പുറത്തു വന്നുവെന്നു വായിക്കുന്നതുപോലെ. മരിച്ചവർക്കും മരണാസന്നർക്കും വേണ്ടി ചില ബലികൾ തുടർന്നേ പറ്റൂ. ജെർമ്മിയുടെ കുറിപ്പ് വായിച്ചിട്ടു വിഹലതയോടൊരാൾ വിളിച്ചു ചോദിച്ചു. നമുക്കെന്തു ചെയ്യാൻ ആവും? ഓരോ നിമിഷവും പതിക്കുന്ന ഇടങ്ങളിലെ വെളിച്ചം കെട്ടു തുടങ്ങുമ്പോൾ നമുക്കെന്തെങ്കിലും ചെയ്തേ പറ്റൂ. അല്ലെങ്കിൽ ഒരു ചങ്ങാതി ചോദിക്കുന്നതുപോലെ Why are we here. നമ്മളെന്തിനാണിവിടെ ഇങ്ങനെ യൊക്കെ.... ഓർക്കുമ്പോൾ നടക്കും ഉണ്ടാവുന്നു. നാൽപ്പതുകളിലെത്തിയ ഒരാളുടെ വീണ്ടുവിചാരങ്ങളിൽ നിന്നാണീ ഭാരം.

പുറത്തെ സങ്കടങ്ങളെ കുറേക്കൂടി ഗൗരവമായി കാണാനുള്ള അനുശീലനം രൂപപ്പെടേണ്ടതുണ്ട്. കൊച്ചിയുടെ പശ്ചാത്തലത്തിൽ പറയുന്ന ഒരു ഉപമപോലെ: അരുരിൽ നിന്ന് കാക്കനാട്ടേക്കുള്ള ലോഫ്ളോർ ബസ്സിൽ പുറകിലത്തെ സീറ്റിൽ ഇരിക്കുന്ന പെൺകുട്ടിയുടെ കണ്ണുനിറഞ്ഞൊഴുകുകയാണ്. അവളുടെ കൂട്ടുകാരൻ അവൾ അയയ്ക്കുന്ന സന്ദേശങ്ങളെ റിജക്റ്റ് ചെയ്യുന്നു. അവൾക്ക് കരയാം. നെട്ടുരുവരെ! അവിടെ ലേക് ഷോർ ഹോസ്പിറ്റൽ ഉണ്ട്. തലമൊട്ടയടിച്ച് അതിൽ നീലച്ച വരകൾ അടയാളപ്പെടുത്തിയ ചെറിയൊരു മകനെയും ചേർത്തു പിടിച്ച് ഒരമ്മ മുമ്പിലെ വാതിലിലൂടെ അകത്തേക്കു പ്രവേശിക്കുന്നു. ഇനി അരുരിലെ പെൺകുട്ടിക്ക് കരയാൻ അവകാശമില്ല.

ഇസഹാക്ക് തന്റെ പിതാവായ അബ്രഹാത്തെ വിളിച്ചു: പിതാവേ! എന്താ മകനെ, അവൻ വിളികേട്ടു. ഇസഹാക്കു പറഞ്ഞു: തീയും വിറകുമുണ്ടല്ലോ; എന്നാൽ, ദഹനബലിക്കുള്ള കുഞ്ഞാടെവിടെ? അവൻ മറുപടി പറഞ്ഞു: ബലിക്കുള്ള കുഞ്ഞാടിനെ ദൈവംതന്നെ തരും. അവരൊന്നിച്ച് മുന്നോട്ടുപോയി (ഉത്പത്തി 22 :7-8)

(കടപ്പാട്: തിയോബുക്സ്)



# നോമ്പ്: സ്നേഹത്തിലുള്ള ശിക്ഷണം



ഡോ. കുര്യാക്കോസ്  
കോർ എപ്പിസ്കോപ്പ മൂലയിൽ  
ഡയറക്ടർ, മോർ ആദായി  
സ്റ്റഡി സെന്റർ



മലയാള ഭാഷയിൽ നോമ്പ് എന്നും ഉപവാസം എന്നും രണ്ട് പദങ്ങളും അർത്ഥങ്ങളും ഉണ്ട്. സന്ധ്യഭക്ഷണം മാത്രമായി നിഷ്കർഷിക്കുന്നത് നോമ്പായും ഭക്ഷണം തന്നെ ഉപേക്ഷിക്കുന്നത് ഉപവാസമായും കരുതുന്നു. സുറിയാനി ഭാഷയിൽ നാം ഉപയോഗിക്കുന്ന 'സൗമോ' എന്ന പദത്തിന്റെ അർത്ഥം ഇതുരണ്ടും ചേർന്നതാണ്.

### ആമുഖം

സുറിയാനി ഓർത്തഡോക്സ് പാരമ്പര്യത്തിലുള്ള ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട നോമ്പ് 2015 ഫെബ്രുവരി 16-ാം തീയതി ആരംഭിക്കുകയാണ്. നമ്മുടെ കർത്താവിന്റെ ഉയിർത്തെഴുന്നേൽപ്പിന്റെ സന്ദേശവും സമാധാനവും സ്വായത്തമാക്കുവാനും പുതുജീവന്റെ പങ്കാളിത്തം അനുഭവിക്കുവാനുമുള്ള ഒരുക്കമാണ് വലിയ നോമ്പ്. ഏഴ് ആഴ്ചകൾ നീണ്ടുനിൽക്കുന്ന ഈ പ്രത്യേക വ്രതാനുഷ്ഠാനം ആത്മതപനത്തിനും ആത്മപരിശോധനയ്ക്കും ആത്മസമർപ്പണത്തിനുമുള്ള ഒരുക്കമാണ്. നോമ്പും വ്രതാനുഷ്ഠാനങ്ങളും എല്ലാ മതങ്ങളിലും പ്രാചീന സംസ്കാരങ്ങളിലും നിലനിന്നിരുന്നതാണ്. യഹൂദ മത പശ്ചാത്തലത്തിൽ നോമ്പും ഉപവാസവും നിറഞ്ഞു നിന്നിരുന്നതായി പഴയനിയമത്തിൽ കാണുന്നു. ആഴ്ചയിൽ രണ്ടുദിവസം ഉപവസിക്കുക എന്നത് തങ്ങളുടെ മതനിഷ്ഠയുടെ ലക്ഷണമായി പരീശർ കണ്ടിരുന്നു (ലൂക്കോസ് 18:12). ഏശായ്യ പ്രവചനം യഹൂദന്മാരുടെ ഉപവാസത്തെക്കുറിച്ച് പ്രതിപാദിക്കുന്നു (58:3-7). നമ്മുടെ കർത്താവ് തന്നെ 40 ദിവസത്തെ കഠിനമായ ഉപവാസം അനുഷ്ഠിച്ചതായി മത്തായി 4:2-ൽ രേഖപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു. യഹൂദ മതത്തിൽ നിന്ന് ക്രൈസ്തവരും പിന്നീട് മുസ്ലീം പാരമ്പര്യ

ത്തിലും നോമ്പും ഉപവാസവും അനുഷ്ഠിച്ചിരുന്ന പതിവുണ്ടായി. ഭാരതീയ ചിന്തയിലും ഉപവാസവും വ്രതാനുഷ്ഠാനങ്ങളും ആത്മീയനിർവൃതിയുടെ അടിസ്ഥാന മാർഗങ്ങളായി സ്വീകരിച്ചിരുന്നു എന്നു ഗ്രഹിക്കുവാൻ കഴിയും. പ്രകൃതിയിലേക്കു നോക്കിയാൽപോലും പ്രതികൂലങ്ങളെ അതിജീവിക്കുവാനുള്ള തയ്യാറെടുപ്പെന്ന നിലയിൽ വർജന മാതൃകകൾ കാണുവാൻ കഴിയും. പ്രതികൂല കാലാവസ്ഥകളെ നേരിടുമ്പോൾ വ്യക്തങ്ങൾ ഇലകൊഴിച്ചും മൃഗങ്ങൾ ഭക്ഷണം വെടിഞ്ഞും അതിജീവന

മാർഗങ്ങൾ തേടുന്നു. ‘പനിക്കു പട്ടിണി മരുന്ന്’ എന്നൊരു പഴഞ്ചൊല്ലും മലയാളത്തിലുണ്ട്. ചുരുക്കത്തിൽ വർജനം ശരീരത്തിന് പ്രതികൂലങ്ങളെ അതിജീവിക്കുവാൻ പ്രയോജനകരമാണ് എന്നു മനസ്സിലാക്കുവാൻ കഴിയും. ശരീരത്തിന് ഇത് പ്രയോജനകരമായിരിക്കുന്നതുപോലെ തന്നെ ആത്മീക ശിക്ഷണം മനസ്സിലും ആത്മാവിനും എത്രയധികം പ്രയോജനകരമാണെന്ന് സഭാപാരമ്പര്യത്തിൽനിന്നും നമുക്ക് ഗ്രഹിക്കുവാൻ കഴിയും. മലയാള ഭാഷയിൽ നോമ്പ് എന്നും ഉപവാസം എന്നും രണ്ട് പദങ്ങളും അർത്ഥങ്ങളും ഉണ്ട്. സസ്യഭക്ഷണം മാത്രമായി നിഷ്കർഷിക്കുന്നത് നോമ്പായും ഭക്ഷണം തന്നെ ഉപേക്ഷിക്കുന്നത് ഉപവാസമായും കരുതുന്നു. സുറിയാനി ഭാഷയിൽ നാം ഉപയോഗിക്കുന്ന ‘സൗമൊ’ എന്ന പദത്തിന്റെ അർത്ഥം ഇതുരണ്ടും ചേർന്നതാണ്. ആകയാൽ സുറിയാനി പാരമ്പര്യത്തിൽ ഉപേക്ഷണവും വർജനവും ചേർന്നതാണ് നോമ്പനുഷ്ഠാനം എന്നത് നാം മനസ്സിലാക്കണം.

**മതോപദേശ സാരങ്ങൾ**

നോമ്പിനെക്കുറിച്ച് സഭാപാരമ്പര്യത്തിൽ ഊന്നി നിന്നുകൊണ്ട് മതോപദേശ സാരങ്ങളിൽ (15-ാം സംഗതി) പറയുന്നത് ഇപ്രകാരമാണ്. നോമ്പ് ദൈവം ആദാമിനു കൊടുത്തിരുന്ന കല്പനയാണ്; (നന്മതിന്മയുടെ അറിവിന്റെ വ്യക്തത്തിൽനിന്നും നീ ഭക്ഷിക്കരുത്. ഉല്പത്തി 2:17) ഇത് യഹൂദസഭയിൽ ദൈവകല്പന പ്രകാരം നടത്തി വന്നിരുന്നതാണ്; (നോമ്പാലും കരിച്ചിലാലും വിലാപങ്ങളാലും നിങ്ങളുടെ പൂർണ്ണഹൃദയത്തോടെ എങ്കിലേക്ക് തിരിയുവിൻ... ഹൃദയങ്ങളെത്തന്നെ കീറി ദൈവമായ കർത്താവിന്റെ അടുക്കലേക്ക് തിരിയുവിൻ. യോബേൽ 2:12) നമ്മുടെ കർത്താവ് കല്പിച്ചും പ്രവർത്തിച്ചും പഠിപ്പിച്ചിരുന്നതാണ്. (താൻ 40 പകലും 40 രാവും നോമ്പുനോറ്റു - മത്തായി 2:4) മണവാളൻ അവരിൽനിന്നും എടുക്കപ്പെടുന്ന ദിവസങ്ങൾ വരും. അപ്പോൾ അവർ നോമ്പുനോൽക്കും - മത്തായി 9:15). തന്റെ ശ്ലീഹന്മാർ ആചരിച്ചുവന്നിരുന്ന പാരമ്പര്യമാണിത് (അവർ നോമ്പുനോറ്റ് ദൈവത്തോടപേക്ഷിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോൾ പരിശുദ്ധാത്മാവ് അവരോടു പറഞ്ഞു - അപ്പോ.പ്ര.13:2). സകല തിന്മകളിൽനിന്നും ഒഴിഞ്ഞ് നോമ്പുനോക്കണം - മത്തായി 6:16, ഏശായ 58:3-7). നോമ്പിന്റെ ആത്യന്തിക ലക്ഷ്യങ്ങൾ താഴെപ്പറയുന്നവയാണ്.

1. ഭൗതികമായതിലും ആത്മീകകാര്യങ്ങൾ വിലമതിക്കണം.
2. ജഡികമോഹങ്ങളെ കീഴടക്കി ആത്മാവിനെ പുഷ്ടിപ്പെടുത്തണം.
3. ജഡമോഹങ്ങളെ നിരോധിച്ച് ആത്മാവിനെ ദൈവികകാര്യങ്ങളിലേക്കുയർത്തണം.
3. പൈശാചികശക്തിയെ ജയിക്കുന്നതിനുള്ള മാർഗമാണ്.
4. ഉദരസ്നേഹം അനേകം പാപങ്ങളുടെ ഉറവിടമാണ്. അതുകൊണ്ട് സഭയുടെ അടിസ്ഥാന വിശ്വാസപ്രമാണങ്ങളെ സ്വാംശീകരിച്ചിരിക്കുന്ന മതോപദേശസാരങ്ങളിൽ മേൽ പറയുന്ന നിർദ്ദേശങ്ങൾ

ശങ്ങളിൽ ഊന്നിനിന്ന് നോമ്പ് എടുക്കുവാൻ നമുക്കു കഴിയണം.

**ഏശായായുടെ വീക്ഷണം**

പഴയ നിയമത്തിൽ നോമ്പിനെയും ഉപവാസത്തെയുംകുറിച്ച് പറയുന്നതിൽ അതിസവിശേഷമായ ഒരു ഭാഗമാണ് ഏശായ പ്രവർത്തനം 58:3-7 വരെയുള്ള ഭാഗങ്ങൾ. “അന്യായ ബന്ധനങ്ങളെ അഴിക്കുക. നുകത്തിന്റെ അമിക്കയറുകളെ അഴിക്കുക. പീഡിതരെ സ്വതന്ത്രരെ വിട്ടയയ്ക്കുക. എല്ലാ നുകത്തെയും തകർക്കുക. ഇതല്ലയോ എനിക്കിഷ്ടമുള്ള ഉപവാസം. വിശക്കുന്നവനു നിന്റെ അപ്പം നൂറു ക്കിക്കൊടുക്കുന്നതും നഗ്നനെ കണ്ടാൽ അവനെ ഉടുപ്പിക്കുന്നതും നിന്റെ മാംസരക്തങ്ങളായിരുന്ന

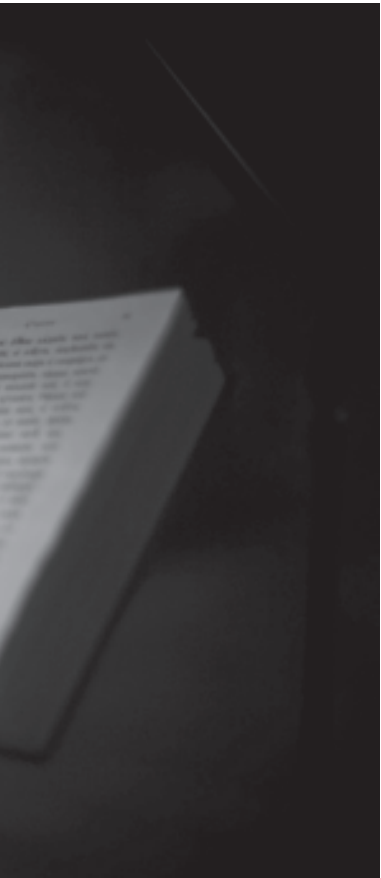


വർക്ക് നിന്നെത്തന്നെ മറക്കാതിരിക്കുന്നതും അല്ലയോ?” വിശദീകരണം ആവശ്യമില്ലാത്ത ഈ പ്രവാചക ആഹ്വാനം നാം അനുഷ്ഠിക്കേണ്ട നോമ്പിന്റെ അന്തഃസത്തയെക്കുറിച്ച് ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു.

**നോമ്പ് സ്നേഹസാക്ഷ്യം**

നോമ്പിന്റെ അർത്ഥവ്യാഖ്യാനങ്ങൾ ഏറ്റം ശക്തമായി അവതരിപ്പിക്കുന്നത് നോമ്പിന്റെ പ്രാർത്ഥനകളിലാണ്. പ്രാർത്ഥന എന്നത് ദൈവത്തോട് ചോദിച്ചുവാങ്ങുവാനുള്ളതാണെന്നാണ് പൊതുധാരണ.

തനിക്ക് ആവശ്യമുള്ളതൊക്കെ ദൈവത്തോടു ചോദിക്കുക. ലഭിച്ചതിനൊക്കെ നന്ദി പറയുക എന്നത് മാത്രമാക്കി പ്രാർത്ഥനയെയും നോമ്പിനെയും കാണുന്നവരുണ്ട്. അവർ മത്തായി 7:7 ഉദ്ധരിച്ച് അത് സ്വയം ന്യായീകരിക്കുകയും ചെയ്യും. “യാചിപ്പിൻ നിങ്ങൾക്ക് കിട്ടും. അന്വേഷിപ്പിൻ നിങ്ങൾ കണ്ടെത്തും. മുട്ടുവിൻ എന്നാൽ നിങ്ങൾക്കു തുറക്കും” എന്നീ ഭാഗം മാത്രം വായിച്ച് ചോദിച്ചു വാങ്ങേണ്ടതിന്റെ പ്രാധാന്യം ഊന്നിപ്പറയും. എന്നാൽ “മകൻ അപ്പം ചോദിച്ചാൽ കല്ലു കൊടുക്കില്ല” എന്നതും “സ്വർഗസ്ഥനായ പിതാവ് തന്നോട് യാചിക്കുന്നവർക്ക് നന്മ എത്ര അധികമായി കൊടുക്കും” എന്ന ഭാഗം അവഗണിക്കുകയും ചെയ്യും. നമ്മൾ യാചി



**നോമ്പിന്റെ പ്രാധാന്യം ഗ്രഹിക്കുവാനും നോമ്പുകളിലെ പ്രാർത്ഥനാക്രമങ്ങൾ, പ്രുമിയോൻ, സെദറൊകൾ, വേദവായനകൾ എന്നിവയെല്ലാം നാം ഉപയോഗിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. സഭാക്രമം അനുസരിച്ചുള്ള വേദവായനക്കുറിപ്പിൽ ഓരോ ദിവസത്തേക്കുമുള്ള ബൈബിൾ വായനകൾ ക്രമീകരിച്ചിട്ടുണ്ട്. വേദവായനക്കുറിപ്പ് നോക്കി ഈ വായനകൾ നോമ്പിന്റെ ഭാഗമായി ധ്യാനിക്കുവാൻ കഴിയണം.**

ക്കുന്നതുപോലെല്ലെ, നമുക്ക് ‘നന്മ’ ആയിരിക്കുന്നതാണ് ദൈവം നൽകുന്നത്. പ്രാർത്ഥന ദൈവത്തിന്റെ മനസ്സു മാറ്റാനല്ല, നാം ദൈവേഷ്ടത്തിന് അനുരൂപപ്പെടാനാണ് എന്ന വലിയ സത്യം നാം മനസ്സിലാക്കണം. അതുകൊണ്ടുതന്നെ പ്രാർത്ഥനയിൽ സ്വരൂപീകരണത്തിനും സമർപ്പണത്തിനുമുള്ള ഭാഗങ്ങൾ ഉണ്ട്. അത് പ്രാവർത്തികമാക്കി എടുക്കുവാൻ നമുക്ക് കഴിയണം.

നാല്പതുനോമ്പോടഗതിക്കാർ-  
ക്കപ്പവരുമേകിപ്പോറ്റുക നീ

മനവനീശായ് സുതനെപ്പോ  
ലേഴുകുറി പ്രാർത്ഥിച്ചീടുക  
ഈ പ്രാർത്ഥന പ്രാർത്ഥിക്കുവാനുള്ള ഉപദേശമാണ്. നോമ്പ് എടുക്കുന്നവനോടുള്ള ആഹ്വാനമാണ്. നോമ്പിൽ നാല്പതു ദിവസത്തെ ഉപവാസം, വിശക്കുന്നവനുള്ള അപ്പം നൽകൽ (സാധുക്കളെ സഹായിക്കൽ), ഏഴുനേരമുള്ള പ്രാർത്ഥന എന്നിവയൊക്കെ അനുസ്മരിപ്പിച്ച് പഠിപ്പിക്കുകയാണ്. ഈ തലത്തിൽ നോക്കുമ്പോഴാണ് നോമ്പിനെക്കുറിച്ച് മനസ്സിലാക്കുവാൻ സഭയുടെ ആരാധനാക്രമങ്ങളും പഠിക്കണമെന്നു പറയുന്നത്. വലിയ നോമ്പിലെ പ്രഭാതപ്രാർത്ഥനയിൽ (പഴയ നമസ്കാരം) “നോമ്പു നല്ലതാകുന്നു. സ്നേഹം കൂടാതെ ഒരുവൻ നോമ്പു നോൽക്കുന്നുവെങ്കിൽ അവന്റെ വ്രതത്തിനു യാതൊരു സവിശേഷതയുമില്ല” എന്ന് പ്രാർത്ഥിക്കുന്ന വ്യക്തി നോമ്പ് അടിസ്ഥാനപരമായി സ്നേഹസാക്ഷ്യമാണെന്നു വ്യക്തമാക്കുകയാണ്. ഇതുപോലെ നോമ്പിന്റെ പ്രാധാന്യം ഗ്രഹിക്കുവാനും നോമ്പുകളിലെ പ്രാർത്ഥനാക്രമങ്ങൾ, പ്രുമിയോൻ, സെദറൊകൾ, വേദവായനകൾ എന്നിവയെല്ലാം നാം ഉപയോഗിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. സഭാക്രമം അനുസരിച്ചുള്ള വേദവായനക്കുറിപ്പിൽ ഓരോ ദിവസത്തേക്കുമുള്ള ബൈബിൾ വായനകൾ ക്രമീകരിച്ചിട്ടുണ്ട്. വേദവായനക്കുറിപ്പ് നോക്കി ഈ വായനകൾ നോമ്പിന്റെ ഭാഗമായി ധ്യാനിക്കുവാൻ കഴിയണം.

**നോമ്പിന്റെ സംവത്സരക്രമം**

സഭാസംവത്സരം ആരംഭിക്കുന്നത് ഒക്ടോബർ 30-നും അതിനുശേഷവും വരുന്ന ആദ്യഞായറാഴ്ചയായ കൂദോശ് ഈത്തോ മുതലാണ്. യൽദോ നോമ്പ് ഡിസംബർ 25-നു മുമ്പുള്ള പത്തു ദിവസവും (പഴയ കണക്കിൽ 25 ദിവസവും) നിന്നുവെ നോമ്പ് എന്ന മൂന്ന് നോമ്പ് വലിയ നോമ്പിനു 18 ദിവസം മുമ്പും വലിയ നോമ്പ് കഷ്ടാനുഭവ ആഴ്ച ഉൾപ്പെടെ 50 ദിവസം മാർച്ച് 21-നുശേഷം വരുന്ന വെളുത്തവാവിനുശേഷം -പൗർണ്ണമി- വരുന്ന ഞായറാഴ്ച ആചരിക്കുന്നു. ഈസ്റ്ററിൽ അവസാനിക്കത്തക്കവണ്ണവും ജൂൺ മാസം 29-ാം തീയതിയിലെ പത്രോസ് പൗലോസ് ശ്ലീഹന്മാരുടെ പെരുന്നാളിനു മുമ്പ് 3 ദിവസവും (പഴയ കണക്കിൽ 13 ദിവസം) ഓഗസ്റ്റ് 15-നു ദൈവമാതാവിന്റെ വാങ്ങിപ്പുപ്പെരുന്നാളിനു മുമ്പ് 5 ദിവസവും (പഴയ കണക്കിൽ 15 ദിവസവും) ആണ് കാന്തോനിക നോമ്പുകൾ. ഇതു കൂടാതെ ഈസ്റ്റർ മുതൽ പെന്തക്കോസ്തി വരെയുള്ളതൊഴികെ ഉള്ള ബുധൻ, വെള്ളി ദിവസങ്ങളും നോമ്പു ദിവസങ്ങളാണ്. ഇതുകൂടാതെ സ്വമേധയാ നോമ്പുകളും (എട്ടുനോമ്പ് ഉൾപ്പെടെ) എടുക്കാവുന്നതാണ്. മുമ്പ് സൂചിപ്പിച്ചിരിക്കുന്ന നോമ്പുകളിൽ പഴയ കണക്കനുസരിച്ച് നോമ്പ് എടുക്കുന്നത് സഭ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നുമുണ്ട്. ലാഘവങ്ങൾ സഭ അനുവദിച്ചിരിക്കുന്നത് നോമ്പിന്റെ പ്രാധാന്യം കുറയ്ക്കുന്നതിനല്ല, വിശ്വാസികൾക്ക് ലഘനം കുറയ്ക്കുന്നതിനുവേണ്ടിയാണ്.



### നോമ്പ് ഹൃദയ കാനോനിൽ

ഹൃദയ കാനോൻ 5-ാം അദ്ധ്യായം ഒന്നും രണ്ടും ഖണ്ഡികകളിൽ നോമ്പ് സംബന്ധമായും നോമ്പു ദിവസങ്ങൾ സംബന്ധമായും പ്രതിപാദിക്കുന്നു. ഇതിൽ ശനി, ഞായർ ദിവസങ്ങളിൽ ഉപവാസം പാടില്ലെന്നും നോമ്പ് അനുവദിക്കാത്ത വൈദികസ്ഥാനികൾ വിലക്കുപ്പെടണമെന്നും വിശുദ്ധ കുർബാനാനുഭവത്തിനുമുമ്പ് നോമ്പുവസാനിപ്പിക്കുവാൻ പാടില്ലെന്നും രോഗത്തിലും പീഡയിലും തടവിലും ഗർഭിണിക്കും മൂല കുടിപ്പിക്കുന്നവരും ലാഘവമുണ്ടെന്നും 12 വയസ്സിനു മുകളിൽ എല്ലാവരും നിർബന്ധത്താലല്ല, സ്വമേധയാ നോമ്പ് അനുഷ്ഠിക്കണമെന്നും പറയുന്നു. നോമ്പു ദിവസങ്ങൾ സംബന്ധിച്ച് ഹൃദയ കാനോൻ ഇന്നത്തെ ദിവസക്രമം അല്ല നിർദ്ദേശിക്കുന്നത്. ദിവസക്രമം സഭ വിവിധ കാലങ്ങളിൽ ഭേദപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട് എന്ന് ഇതിൽനിന്നും മനസ്സിലാക്കാം.

### ഉപസംഹാരം

വിശ്വാസിയുടെ നോമ്പ് ദരിദ്രന്റെ ആഘോഷമാണ്. നോമ്പിന്റെ ലക്ഷ്യം സ്വയശുദ്ധീകരണമാണ്. നോമ്പ് സ്നേഹസാക്ഷ്യമാണ്. സ്വയശിക്ഷണ പരിശീലനമാണ്. വേദനിക്കുന്നവരെയും പരദേശികളെയും സഹായിക്കുന്നതാണ്, നീതിനിഷ്ഠമായ ജീവിതമാണ്. സർവ്വോപരി ദൈവസംസർഗത്തിലേക്കുള്ള പ്രവേശനമാണ്. സാർത്ഥകമായി നോമ്പ് അനുഷ്ഠിക്കുവാൻ ദൈവം ഇടയാക്കട്ടെ.

## ഇടയശബ്ദം 5-ാം പേജ് തുടർച്ച

കൂടുതൽ അറിയപ്പെടുന്നു. വ്യക്തിപരവും രഹസ്യാത്മകവുമായ മാനം വർദ്ധമാനമായി നഷ്ടപ്പെട്ടുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ഉപവസിക്കുന്നതും ഭക്ഷണം വെടിയുന്നതും എന്തോ ധീരോദാത്തമായ കാര്യമായും വലിയ സംതൃപ്തിയുടെ ഒരു മേഖലയായും കരുതപ്പെടുമ്പോൾ ഉപവാസത്തിന്റെ ഉദ്ദേശ്യം മാറിപ്പോകുന്നു.

നമ്മുടെ മാർപാപ്പ ഫ്രാൻസിസ് പിതാവ് പ്രത്യേകം എടുത്തു പറയുന്നു: ഉപവാസം എന്നാൽ നല്ല സമറിയാക്കാരന്റെ മാതൃക സ്വീകരിക്കുക എന്നതാണ്. ഭക്ഷണംവെടിയുക എന്നതല്ല മറിച്ച് സഹായം അർഹിക്കുന്നവർക്ക് അത് നൽകുക എന്നതാണ്. സഹോദരങ്ങളിലേക്കും വിശിഷ്ട ഹതഭാഗ്യരും പരിഗണനകൾ നിഷേധിക്കപ്പെട്ടവരുമായവരിലേക്ക് ധീരതയോടെ, സമർപ്പണത്തോടെ, ഔദാര്യത്തോടെ ഇറങ്ങിച്ചെല്ലുക എന്നതാണ്. ഇരുത്തമുള്ള ജീവിതത്തിനടുമയാകുക എന്നതാണ് ഉപവാസംകൊണ്ടു നേടേണ്ടത്. അതായത് ധാരാളിത്തവും അമിതവ്യയവും ആധംഭരങ്ങളും ഉപേക്ഷിക്കുവാനുള്ള രൂപീകരണവും പങ്കുവയ്ക്കുന്നതിലുള്ള മനഃസ്ഥിതിയും അനീതി, അസമത്വം, പീഡനങ്ങൾ തുടങ്ങിയവയുടെ നടുവിൽ ഉത്തരവാദിത്വമുള്ള വ്യക്തിയാകുക എന്നിവയൊക്കെയാണ് ഉപവാസം സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. ഭക്ഷണം വെടിയുക എന്നതുകൊണ്ട് ഈ കാര്യങ്ങൾ കൂടുതൽ ആർജ്ജിക്കുകയും വ്യക്തിജീവിതം കുറേക്കൂടി ആകർഷകമാക്കി തീർക്കുകയുമാണ് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്.

**ദാനധർമ്മം :** നോമ്പിന്റെ വളരെ പ്രധാനപ്പെട്ട ഭാഗമാണ് ദാനധർമ്മം. വി. വചനം പറയുന്നു: “പാവപ്പെട്ടവനെ സഹായിക്കുന്നത് ദൈവത്തിനു കടം കൊടുക്കുന്നതുപോലെയാണ്. ദൈവം യഥാസമയത്ത് അത് വിട്ടിക്കൊള്ളും.” അതായത് ദൈവം പാവപ്പെട്ടവരിലാണ് തന്നെത്തന്നെ പൂർണ്ണമായി സന്നിഹിതമാക്കിയിരിക്കുന്നത്. എനിക്കു വിശന്നു, ദാഹിച്ചു, ഞാൻ നഗ്നനായിരുന്നു, പരദേശി ആയിരുന്നു, കാരാഗൃഹത്തിലായിരുന്നു, രോഗിയായിരുന്നു. ഇവർക്ക് ചെയ്തപ്പോൾ എനിക്കുതന്നെ ചെയ്തു എന്ന് കർത്താവ് പറഞ്ഞിരിക്കുന്നു. ദാനധർമ്മത്തിന്റെ ഉറവിടം ദൈവപരിപാലനയിലുള്ള വിശ്വാസവും ദൈവദാനത്തോടുള്ള കൃതജ്ഞതയും ആണ്. അത്ഭുതകരമായി വഴി നടത്തുന്ന ദൈവം, പരിപാലിക്കുന്ന ദൈവം, “ഒന്നുമില്ലായ്മയിൽനിന്നെന്നെ ഉയർത്തി ഇത്രത്തോളം സഹായിച്ചു” എന്ന ബോധ്യം നമ്മുടെ ഭൗതികവും ആത്മീയവുമായ നമ്മൾ മറ്റുള്ളവരുമായി പങ്കുവയ്ക്കുവാൻ നമ്മെ പ്രാപ്തരാക്കുന്നു. വിധവയായ സ്ത്രീ രണ്ടു ചെമ്പുനന്മയങ്ങൾ ഇട്ടപ്പോൾ അതിന്റെ പ്രാധാന്യം വെളുപ്പെടുത്തിയ യേശുനാഥൻ, നമ്മെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കാതെ മറ്റുള്ളവരെ കരുതണം എന്ന് പഠിപ്പിക്കുന്നു.

ഇന്ന് എല്ലാം കച്ചവടമാണ്. ലാഭനഷ്ടങ്ങളുടെ കണക്കുകൂട്ടലിൽ എല്ലാം തീരുമാനിക്കപ്പെടുന്നു. ബന്ധങ്ങൾ എല്ലാം ഈ അളവുകോലിൽ തീരുമാനിക്കപ്പെടുന്നു. വാരിക്കൂട്ടാനുള്ള ആർത്തിയാണ് മനുഷ്യൻ. ഒന്നും തികയുന്നില്ല; കൂടുതൽ അസംതൃപ്തമാകുന്നു. അധികാരം, സ്വാധീനം, സമ്പത്ത് തുടങ്ങിയവയിലുള്ള ഭ്രമം വളരുന്നു. നഗ്നനായി ഞാൻ വന്നു, നഗ്നനായി തിരികെ പോകുന്നു എന്ന ഈയോബിന്റെ വാക്കുകൾ നമ്മെ ഭരിക്കട്ടെ. തുരുമ്പും കീടങ്ങളും തിന്നാത്ത നിക്ഷേപങ്ങൾ കരുതിവയ്ക്കുന്നതാണ് ദാനധർമ്മം. നമ്മുടെ ഇടയിലെ മഹത്തായ ഒരു പാരമ്പര്യമായിരുന്നു ദശാംശം ദൈവശുശ്രൂഷയ്ക്ക് എന്നത്. അത് പുനർജീവിപ്പിക്കാം. നമുക്ക് നമ്മുടെ ചുറ്റുമുള്ളവരെ ആദരവോടെ കാണാം. ശോഷിച്ചവരെ ബലപ്പെടുത്താം; നിരാലംബരെ സഹായിക്കാം. നോമ്പ് ധന്യമാക്കാം.

# നോമ്പ് നവീകരണത്തിന്റെ വസന്തകാലം



**ആ**രാധനക്രമവത്സരത്തിൽ വലിയ നോമ്പ് പെരുന്നാളുകളുടെ പെരുന്നാളായ യേശുമിശിഹായുടെ ഉയിർപ്പ് തിരുനാളിന് ഒരുക്കമായിട്ടുള്ള നോമ്പ് ആചരണമാണ്. “ക്രിസ്തു ഉയിർപ്പിക്കപ്പെട്ടില്ലെങ്കിൽ ഞങ്ങളുടെ പ്രസംഗം വ്യർത്ഥമാണ്. നിങ്ങളുടെ വിശ്വാസവും വ്യർത്ഥം” (1 കൊറി. 15:14) എന്ന പൗലോസ് ശ്ലീഹായുടെ വാക്കുകൾ ക്രിസ്തീയ വിശ്വാസത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനമായ ക്രിസ്തുവിന്റെ ഉയിർപ്പാണെന്ന് അടിവര ഇടുന്നു. ആദിമസഭയിൽ ഈ ഉയിർപ്പിന്റെ പങ്കാളികളാകുവാൻ ആരാധനക്രമവത്സരത്തിൽ പ്രായശ്ചിത്തത്തിനും ജീവിത നവീകരണത്തിനുമുള്ള കാലമാണ് വലിയനോമ്പുകാലം.

## നോമ്പിന്റെ അർത്ഥം

ഹെബ്രായ ഭാഷയിൽ TSoum എന്ന പദമാണ് ഉപവാസത്തിന് ഉപയോഗിക്കുക. സുറിയാനിയിൽ TSom എന്ന ക്രിയയും TSaumō എന്ന ക്രിയാനാമവും ആഹാരവർജ്ജന, മിതാഹാര വ്രതം, മതപരമായ ആവശ്യത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള ആഹാരവർജ്ജന, ഉപവാസം എന്നൊക്കെയാണ് അർത്ഥം.

## നോമ്പ് യഹൂദമതത്തിൽ

യഹൂദമതത്തിൽ നോമ്പിന്റെ അനുഷ്ഠാനത്തിൽ മൂന്നു ഭക്താഭ്യോസങ്ങൾ ഉണ്ടായിരുന്നു. ദാനധർമ്മം (മത്തായി 6:16-18), പ്രാർത്ഥന (മത്തായി 6:5-15), ഉപവാസം (മത്തായി 6:1-4) സഹോദരങ്ങളുമായി രമ്യതയിലാകാതെ പ്രാർത്ഥന സാധ്യമല്ല. അനുതാപമില്ലാതെ ഉപവാസത്തിന് അർത്ഥമില്ല. സ്വയംദാനമില്ലാതെ ദാനധർമ്മവുമില്ല.

## ഉപവാസം പഴയനിയമത്തിൽ

ഉല്പ. 2:16, 17-ൽ ഇപ്രകാരം പറയുന്നു, “നന്മ തിന്മകളെ തിരിച്ചറിയാൻ ഉതകുന്ന മരത്തിൽനിന്ന് നീ ഭക്ഷിക്കരുത്” എന്ന തിരുവചനം ആദ്യവർജ്ജനയുടെ നിയമമായി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു. ആസ്വാദ്യവും ദർശനസുഭാവുമെന്ന നിലയിൽ ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ മാത്രമല്ല അനന്തമായ അറിവിന്റെ വാതായനങ്ങൾ തുറന്നുതരുമെന്ന വാഗ്ദാനത്താൽ ബുദ്ധിയെയും കൂടി ഭ്രമിപ്പിച്ചുകൊണ്ടാണ് ആദിമാതാപിതാക്കൾക്ക് മുൻപിൽ പാപത്തിന്റെ കനി വച്ചുനീട്ടപ്പെട്ടത്. മുട്ടുകുത്താനാവശ്യപ്പെടുന്ന സാത്താന്റെ മുൻപിൽ സാഷ്ടാംഗ പ്രണാമം ചെയ്തു കീഴടങ്ങി തിന്മ തെരഞ്ഞെടുക്കുന്ന മനുഷ്യചരിത്രമാണ് പിന്നീടങ്ങോട്ടു കാണുന്നത്.

പഴയ നിയമത്തിൽ രണ്ടുതരത്തിലുള്ള നോമ്പുകൾ കാണുവാൻ സാധിക്കും.

1. പൊതുവായത്
2. വ്യക്തിപരമായത്.



ഫാ. ഡേവിഡ് വടക്കുംമുറിയിൽ

### 1. പൊതുവായ ഉപവാസം പാപപരിഹാര ദിനം

ഒരു രാഷ്ട്രമെന്ന നിലയിൽ പഴയ നിയമത്തിൽ എല്ലാ യഹൂദരും ഉപവസിക്കുവാൻ കടപ്പെട്ടിരുന്ന ദിവസമാണ് യോംഗിപൂർ (പാപപരിഹാര ദിനം), തിശ്റി മാസം (സെപ്തംബർ - ഒക്ടോബർ) 10-ാം തീയതി ആയിരുന്നു ഈ ദിനം. നിലവിലെ ഏറ്റവും പഴക്കം ചെന്ന നോമ്പായിരുന്നു ഇത്. ഉപവാസവും വർജ്ജനവും ഒരുപോലെ നിർബന്ധമായിരുന്നു. “ഏഴാം മാസം പത്താം ദിവസം പാപപരിഹാര ദിനം ആയിരിക്കണം. വിശുദ്ധ സമ്മേളനത്തിനുള്ള ദിവസം. അന്ന് ഉപവസിക്കുകയും കർത്താവിന് ദഹനബലി അർപ്പിക്കുകയും വേണം. (ലേവ്യ. 16:29, 23:27, സംഖ്യ. 29:7-11).

#### പ്രത്യേക പാപങ്ങൾക്ക് വേണ്ടി ഉപവാസം

വിഗ്രഹാരാധനയ്ക്ക് പരിഹാരമായി ഒരു ദിവസം മുഴുവൻ ഉപവസിക്കാൻ സാമൂവേൽ നിബിയാ

ജനത്തിന് ദൈവകൃപ ലഭിക്കുവാൻ എസ്രാ ജനത്തോട് ഉപവാസം ആഹ്വാനം ചെയ്തു (എസ്രാ. 8:21-23).

#### ദേശീയ ദുഃഖങ്ങൾ

ജറുസലേമിന്റെ പതനം (ജറ. 52:3). ജറുസലേം ദേവാലയം നശിപ്പിക്കപ്പെടുന്നത്, (ജറ.52:12-13). ഇസ്രായേലിന്റെ പ്രഥമ രാജാവായ സാവുളിന്റെയും മകൻ യോനാഥന്റെയും മരണം (2 സാമു. 1:12, 1 സാമു. 31:13, 1ദിനവ്യ.10:12), തുടങ്ങിയ അവസരങ്ങളിൽ ഇസ്രായേൽ ജനം ഉപവസിച്ചിരുന്നു.

#### മരിച്ചവരോടുള്ള ആദരവ് പ്രകടിപ്പിക്കാൻ

സാവുളിന്റെ മരണാനന്തരം ഗെല്യാദിലെ യാവീശുകാർ ഏഴുദിവസവും (1 സാമു. 31:13) ദാവീദും അനുചരന്മാരും സന്ധ്യവരെയും ഉപവസിച്ചു (2 Sam. 1:12).

### 2. വ്യക്തിപരമായ ഉപവാസങ്ങൾ

പുർവ്വപിതാവായ അബ്രഹാം സാരായുടെ മരണത്തിൽ ഉപവസിച്ചു. ഉല്പ. 23:2. യൗവനത്തിലേ തന്നെ വിധവയായ യൂദിത്ത് സാബത്ത് ദിവസത്തിലും കുറുത്തവാവ് ദിവസങ്ങളിലും അവയുടെ തലേ നാളുകളിലും, ഇസ്രായേലിന്റെ തിരുനാളുകൾ ഇവ ഒഴിച്ച് എല്ലാ ദിവസവും ഉപവസിച്ചിരുന്നു (യൂദിത്ത് 8:6). യഹൂദപാരമ്പര്യത്തിൽ ഗോത്രപിതാവായ യൂദാ സ്വന്തപാപങ്ങൾക്ക് പരിഹാരമായി വാർദ്ധക്യവരെ വീഞ്ഞും മാംസവും ഉപേക്ഷിച്ചതായി പാരമ്പര്യം പറയുന്നു (Testament of Judah 15:4799).



ആഹ്വാനം ചെയ്തു. “ആ ദിവസം മുഴുവൻ ഞങ്ങൾ ഉപവസിച്ചു കർത്താവിനെതിരെ പാപം ചെയ്തു എന്ന് അവർ ഏറ്റുപറഞ്ഞു (1 സാമു.7:6). മോശ 2 പ്രാവശ്യം ഇസ്രായേൽ ജനത്തിനായി സീനായ് മലയിൽ 40 ദിവസം വീതം ഉപവസിച്ചു. (പുറ. 24:18, 34:28, നിയമ. 9:9), ശിക്ഷ ലഭിക്കുമെന്ന അറിവ് ലഭിച്ചപ്പോൾ ആഹാബ് രാജാവ് ചാക്ക് വസ്ത്രം ധരിച്ച് ഉപവസിച്ചു (1 രാജാ. 21:7).

#### പ്രതികൂല സാഹചര്യങ്ങളിൽ

ഇസ്രായേൽ ബബ്ബമിൻ ഗോത്രത്തിനെതിരെയുദ്ധം ചെയ്യുന്നതിന് ഒരുങ്ങിയപ്പോൾ ദൈവകൃപ ലഭിക്കുവാൻ അവർ ബഥേലിൽ ഉപവസിച്ചു (ന്യായ.20:26). പുരിംദിനത്തിൽ യഹൂദനായ മൊർദെക്കായിയും എസ്തേർ രാജനിയും ജനത്തോട് കല്പിച്ചതുപോലെ ഉപവസിച്ചു (എസ്തേർ 9:31, 4:16). ഹവാ നദിക്കരയിൽവെച്ച് യാത്രയിൽ ഇസ്രായേൽ

പ്രിയപുത്രൻ യൗസേപ്പിന്റെ വേർപാടിൽ യാക്കോബ് ചാക്കുടുത്ത് ഉപവസിച്ചു. ഉല്പ. 37:4. യഹൂദപാരമ്പര്യത്തിൽ ഗോത്രപിതാവായ ശിമയോൻ ദൈവഭയത്താൽ 2 വർഷം ഉപവസിച്ചു (Testament of Simon, 3, 4). യൗസേപ്പ് ഈജിപ്തിൽ പൊത്തിഫറിന്റെ ഭാര്യയുടെ തെറ്റായ നീക്കങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കി അവിടെ താമസിച്ച 7 വർഷം ദൈവത്തിൽ ആശ്രയിച്ച് ഉപവസിച്ചു വിജയിച്ചു (Testament of Joseph 3, 4).

മോശ നാല്പതു രാവു നാല്പതു പകലും ഉപവസിച്ചു (പുറ. 34:28). ഈശോ ബർനൂൻ (ജോഷ്യാ) ഉപവസിച്ചു സൂര്യനെയും ചന്ദ്രനെയും വിലക്കി. സാമൂവേലിന്റെ അമ്മയായ ഹന്ന തനിക്ക് മക്കളില്ലാത്തതിനാൽ മനംനൊന്ത് ഉപവസിച്ചു (1 Sam.7:8). ദാവീദ് തനിക്ക് ഊറിയായുടെ ഭാര്യയിലുണ്ടായ കുഞ്ഞിന്റെ ജീവൻ രക്ഷിക്കുവാൻ മുറിയിൽ നിലത്ത് കിടന്ന് ഉപവസിച്ചു (2 Sam. 12O16). ദാനി

യേശു 3 ആഴ്ച ഉപവസിച്ചു (ദാനി. 10:2) ഏലിയാ നാല്പത് രാവും നാല്പതു പകലും ഉപവസിച്ചു (1 രാജാ 19:8-9). ആഹാബ് ചാക്ക് വസ്ത്രം ധരിച്ച് ഉപവസിച്ചു (1 രാജാ. 21:7).

തീക്ഷ്ണതയുള്ള യഹൂദർ തിങ്കൾ, വ്യാഴം ദിവസങ്ങളിൽ ഉപവസിച്ചിരുന്നു. ഇതിന് കാരണമായി 2 കാര്യങ്ങൾ പറയുന്നു. 1) ഇസ്രായേൽക്കാർ അഹറോന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ കാളക്കൂട്ടിയെ ആരാധിക്കുന്നത് കണ്ടപ്പോൾ മോശ കൽപലകകളാൽ എറിഞ്ഞ് ഉടച്ചു. പിന്നീട് വീണ്ടും കല്പന സീകരിക്കാനായി ഒരു വ്യാഴാഴ്ച സീനായ് (ഹോറോബ്) പർവ്വതത്തിലേക്ക് കയറിപ്പോവുകയും 40 ദിവസം ഉപവസിച്ചതിനുശേഷം കല്പനകളുമായി തിങ്കളാഴ്ച ഇറങ്ങിവന്നു (നിയമ. 9:7-21, പുറ. 32:1-35). 2) ജറുസലേം ദേവാലയം നശിപ്പിച്ച് തോറ (നിയമപലക) കത്തിച്ചതും യഹോവയ്ക്ക് പകരം വിഗ്രഹം പ്രതിഷ്ഠിച്ചതും തിങ്കൾ വ്യാഴം ദിവസങ്ങളിലാണ് (1 മക്ക. 1:21-23, 54) (Strak rack - Billerbeck, Kommentar zum, NT II-241).

**ഉപവാസം പുതിയ നിയമത്തിൽ**

സ്നാപക യോഹന്നാൻ ഉപവാസത്തിന്റെയും പ്രാർത്ഥനയുടെയും പ്രതീകമായി ചിത്രീകരിക്കപ്പെടുന്നു (മത്താ. 3:1-7). സ്നാപക യോഹന്നാൻ ഉപവാസത്തിന്റെ പ്രാർത്ഥനയുടെ പ്രതീകമായി ചിത്രീകരിക്കപ്പെടുന്നു (മത്താ. 3/1-7). ഉപവാസത്തെക്കുറിച്ച് തർക്കമുണ്ടായപ്പോൾ ഫരിസേയനും നിയമജ്ഞരും യേശുവിനോട് പറഞ്ഞു. യോഹന്നാന്റെ ശിഷ്യന്മാർ വല്ലപ്പോഴും ഉപവസിക്കുകയും പ്രാർത്ഥിക്കുകയും ചെയ്യുന്നുവെന്ന് (മർക്കോ. 2/18). ഇത് യോഹന്നാന്റെ ജീവിത ശൈലിയ്ക്ക് തെളിവാണ്.

**യേശുവും ഉപവാസവും**

യേശുതന്നുരാൻ പരസ്യജീവിതം ആരംഭിക്കുന്നതിന് മുൻപ് 40 ദിവസം ഉപവസിച്ചു (മത്താ. 4:2, ലൂക്കാ, 4:2). പിന്നീട് യേശുവിന്റെ ഉപവാസത്തെക്കുറിച്ച് സുവിശേഷത്തിൽ സൂചനകളൊന്നും തന്നെയില്ല. യഹൂദപ്രമാണികൾ നിന്റെ ശിഷ്യന്മാർ എന്തു കൊണ്ട് ഉപവസിക്കുന്നില്ല എന്നു ചോദിച്ചപ്പോൾ യേശു പ്രത്യുത്തരിച്ചു. മണവാളൻ കൂടെയുള്ളപ്പോൾ മണവറത്തോഴെങ്കിലും ഉപവസിക്കുവാൻ സാധിക്കുമോ? മണവാളൻ കൂടെ ഉള്ളിടത്തോളം കാലം അവർക്ക് ഉപവസിക്കാനാവില്ല. മണവാളൻ അവരിൽനിന്ന് അകറ്റപ്പെടുന്ന കാലം വരും. അന്ന് അവർ

ഉപവസിക്കും (മർക്കോ. 2:19-20). യഥാർത്ഥ ഉപവാസം എമ്മാനുവേലായ - ദൈവം നമ്മോടുകൂടെയുള്ള - സഹവാസമാണ്.

എങ്കിൽത്തന്നെയും യഥാർത്ഥ ശിഷ്യന്റെ ഉപവാസം ഫരിസേയരുടെയും നിയമജ്ഞരുടെയും ഉപവാസത്തെ അതിലംഘിക്കുന്നതായിരിക്കണം എന്നും തങ്ങളുടെ ഉപവാസം മറ്റുള്ളവരെ കാണിക്കാൻവേണ്ടി ആയിരിക്കരുത്, രഹസ്യങ്ങൾ അറിയുന്ന സ്വർഗസ്ഥനായ പിതാവ് മാത്രം അറിയുന്നതായിരിക്കണം (മത്താ. 6:14-18) എന്നു പറയുമ്പോഴും, ശിഷ്യന്മാർക്ക് പിശാചുബാധയെ പുറത്താക്കാൻ സാധിക്കാത്തത് ഉപവാസത്തിന്റെയും പ്രാർത്ഥനയുടെയും ശക്തി അവർക്കില്ലാതെ പോയതിനാലാണ് എന്നു പറയുമ്പോഴും (Mk. 9:28) ഉപവാസത്തിന് ജീവിതത്തിൽ പ്രാധാന്യമുണ്ടെന്ന് മനസ്സിലാക്കുവാൻ കഴിയും. ഞാൻ പഴയതിനെ അസാധുവാക്കാൻപല്ല പൂർത്തിയാക്കാനാണ് വന്നത് (Mk.



5:17) എന്ന് പഠിപ്പിക്കുമ്പോൾ ഒരു യഹൂദനെന്ന നിലയിൽ തിങ്കൾ, വ്യാഴം ദിവസങ്ങളിലും പാപപരിഹാര ദിവസവും യേശു ഉപവസിച്ചിരുന്നിരിക്കണം.

**ശ്ലീഹന്മാരുടെ കാലഘട്ടം**

ശ്ലീഹന്മാർ യഹൂദന്മാർ ആയിരുന്നതിനാൽ യഹൂദ ആചാരപ്രകാരമുള്ള നോമ്പും ഉപവാസവും അനുഷ്ഠിച്ചിരുന്നിരിക്കാം. സാവുളിന്റെ മാനസാന്തരവേളയിൽ കർത്താവിന്റെ മിനലൊളി പതിച്ചപ്പോൾ അവൻ നിലംപതിക്കുകയും അന്ധനായിത്തീരുകയും മൂന്ന് ദിവസം ഉപവസിക്കുകയും ചെയ്തു (അ.പ്ര. 9:9). അന്ത്യോക്യൻ സഭയിൽ ഉപവാസം അനുഷ്ഠിക്കുമ്പോൾ പരിശുദ്ധാത്മാവിന്റെ അരുളപ്പാടുണ്ടാവുകയും ബർണ്ണബാസിനെയും സാവുളിനെയും കർതൃശുശ്രൂഷയ്ക്കായി മാറ്റിനിർത്തുകയും ചെയ്തു. “ഉപവാസത്തിനും പ്രാർത്ഥനയ്ക്കും

ശേഷം അവർ അവരുടെ മേൽ കൈവയ്പ്പ് നടത്തി പറഞ്ഞയച്ചു” (അ.പ്ര. 13:3). പൗലോസും ബർണബാസും കൂടി പിന്നീട് “സഭകൾ തോറും ശ്രേഷ്ഠന്മാരെ നിയമിച്ച് പ്രാർത്ഥനയോടും ഉപവാസത്തോടും കൂടെ അവരെ, തങ്ങൾ വിശ്വസിച്ച കർത്താവിന് സമർപ്പിച്ചു (അ.പ്ര. 14:22). ഇങ്ങനെയെല്ലാം പൂർണ്ണ യഹൂദനായി പൗലോസ് ജീവിച്ചെങ്കിലും ഉപവാസത്തിന്റെ പ്രസക്തിയെപ്പറ്റിയോ നോമ്പിനെ കുറിച്ചോ പൗലോസിന്റെ ലേഖനങ്ങളിൽ കാണാൻ കഴിയുന്നില്ല. ഉയിർത്തെഴുന്നേറ്റ കർത്താവിനെ കണ്ട ആ സന്തോഷത്തിൽ ആഴത്തിൽ ജീവിച്ചിരുന്നവരാണ് ശ്ലീഹന്മാരെന്ന വസ്തുതയാകാം ഇതിന് കാരണം (ചാൾസ് പൈങ്ങോട്ട്, ആരാധനാവത്സരം-120).

**ആദിമസഭയിലെ വലിയ നോമ്പ്**

ക്രിസ്തു ധർമ്മത്തിന്റെ ആദ്യദശകങ്ങളിൽ നോമ്പ് അനുഷ്ഠിച്ചിരുന്നുവെങ്കിലും എത്ര ദിവസമെന്ന് നിജപ്പെടുത്തുകയോ എപ്രകാരമാണ് അനുഷ്ഠിക്കേണ്ടത് എന്നതിനെ കുറിച്ചോ വ്യക്തമായ രേഖകളില്ല. വലിയ ആഴ്ചയിലെ അവസാന ദിവസങ്ങളിൽ ഉപവാസം അനുഷ്ഠിച്ചിരുന്നതായി വിക്ടർ മാർപാപ്പയ്ക്ക് (Ca+ 202) എഴുതിയ കത്തിനെ ഉദ്ധരിച്ച് സെസറിയയിലെ എവുസേബിയൂസ് ഈസ്റ്ററിന് തൊട്ടുമുമ്പുള്ള തുടർച്ചയായ 40 മണിക്കൂർ മാത്രമാണ് നോമ്പും ഉപവാസവും ഉണ്ടായിരുന്നത് എന്ന് സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുന്നു (തിരുസഭാ ചരിത്രം 5:24). 2 ദിവസത്തെ നോമ്പാചരണത്തെക്കുറിച്ച് അപ്പസ്തോലിക പാരമ്പര്യങ്ങൾ എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിൽ സൂചനകളുണ്ട്. മാമോദീസാ സ്വീകരിക്കാനുള്ളവർ ഉപവസിച്ചിരുന്നതായി ജസ്റ്റിൻ എഴുതുന്നുണ്ട്. തെർത്തുല്യന്റെയും (+ Ca220) ഹിപ്പോളിറ്റസിന്റെയും (+235) കാലത്തോടുകൂടി ദുഃഖവെള്ളിയും ദുഃഖശനിയും റോമൻസഭയിൽ ഉപവാസദിനങ്ങളായിത്തീർന്നു. ഇതിനു കാരണം മണവാളനായ ക്രിസ്തു മണവറത്തോഴ്മാരിൽനിന്ന് മാറ്റപ്പെട്ടതാണ് (Mk. 2:19-20).

മൂന്നാം നൂറ്റാണ്ടിൽ എഴുതപ്പെട്ട ദിദാസ് കലിയ അപ്പസ്തോലരും (അപ്പസ്തോലപഠനങ്ങൾ) എന്ന ഗ്രന്ഥവും അലക്സാണ്ട്രിയയിലെ ഡയനേഷ്യസും (+264) ഉയിർപ്പ് ഞായറാഴ്ചയ്ക്ക് തൊട്ടുമുമ്പുള്ള ആറ് ദിവസങ്ങൾ ഉപവാസദിനങ്ങളായിരുന്നു എന്നതിന് തെളിവുകൾ നൽകുന്നു. ഇത് ഒരുപക്ഷേ പെസഹാ തിരുന്നാളിന് ഒരുക്കമായി ഇസ്രായേൽ

**ഉയിർപ്പ് തിരുന്നാളിന് ഒരുക്കമായി നാല്പതു ദിവസത്തെ നോമ്പാചരണത്തെക്കുറിച്ച് ആദ്യമായി പരാമർശിക്കുന്നത് നിഖ്യാകൗൺസിൽ രേഖയിലാണ് (325 - ൽ 5 - ഓം കാനോനയിൽ) എ.ഡി. 325 - ന് ഇടയിൽ നോമ്പിന് പ്രചാരം ലഭിച്ചു വെന്ന് ക്യാദ്രോജസിമയിലും (40 ദിവസം) ഗ്രീക്ക് നെസ്രക്കോസ്നേയിലും കാണാം.**

ക്കാർ ചെയ്ത ഉപവാസത്തിന്റെ പാത പിന്തുടർന്നതാകാം (പുറ. 12:15-20). എന്നാൽ ആദിമ ക്രൈസ്തവർ ഞായർ കർത്താവിന്റെ ദിവസമാകയാൽ ആറു ദിവസമേ ഉപവസിച്ചിരുന്നുള്ളൂ.

നാലാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ അവസാനത്തോടെ കോൺസ്റ്റാന്റിനോപ്പിൾ നിന്നുള്ള സോസോമൻ എഴുതുന്നു, “ഇല്ലീരിയ, ലിബിയ, ഈജിപ്ത്, പലസ്തീൻ തുടങ്ങിയ സ്ഥലങ്ങളിൽ ആറ് ആഴ്ചകൾ ഉപവസിക്കുന്നു. എന്നാൽ കോൺസ്റ്റാന്റിനോപ്പിളിലെയും ഫിനീഷ്യായുടെ സമീപപ്രദേശങ്ങളിലും ഏഴ് ആഴ്ചയായിരുന്നു ഉപവാസം അനുഷ്ഠിച്ചിരുന്നത്. എന്നാൽ വേറെ ചിലർ സഭകളിൽ തുടർച്ചയായി മൂന്നാഴ്ചകളിലായിരുന്നു ഉപവാസം നടത്തിയിരുന്നത് (PG 67, 1477). 295-നും 386-നും ഇടയ്ക്ക് പെസ

ഹായ്ക്ക് മുമ്പുള്ള ആറാഴ്ചകൾ ഉപവസിക്കുന്നതിനെപ്പറ്റി അലക്സാണ്ട്രിയയിലെ അത്തനാസിയൂസ് (295 - 273, PG 26, 1371) ജറുസലേമിലെ സിറിൽ (+386, PG 33, 340) ജോൺ ക്രിസോസ്തോം (+407 PG 48, 865) സാക്ഷിക്കുന്നു.

ഉയിർപ്പ് തിരുന്നാളിന് ഒരുക്കമായി നാല്പതു ദിവസത്തെ നോമ്പാചരണത്തെക്കുറിച്ച് ആദ്യമായി പരാമർശിക്കുന്നത് നിഖ്യാകൗൺസിൽ രേഖയിലാണ് (325-ൽ 5-ാം കാനോനയിൽ) എ.ഡി. 325-ന് ഇടയിൽ നോമ്പിന് പ്രചാരം ലഭിച്ചുവെന്ന് ക്യാദ്രോജസിമയിലും (40 ദിവസം) ഗ്രീക്ക് നെസ്രക്കോസ്നേയിലും കാണാം.

നാലാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ അന്ത്യത്തിൽ വിശുദ്ധനാടുകൾ സന്ദർശിച്ച ഏതരിയാ എന്ന ഭക്തസ്ത്രീ പറയുന്നത്, അക്കാലത്ത് ജറുസലേമിൽ ഈ നോമ്പ് എട്ട് ആഴ്ച നിന്നിരുന്നു എന്നാണ് (8 X 5=40). ശനിയഹൂദരുടെ സാബത്തും ഞായർ കർത്താവിന്റെ ദിവസവും ആയതിനാൽ എട്ട് ആഴ്ചകൊണ്ടേ നാല്പതു ദിവസം പൂർത്തിയാവുകയുള്ളായിരുന്നു. ദുഃഖശനിയാഴ്ച ഈ നിയമത്തിന് അപവാദമായിരുന്നു. (ചാൾസ് പൈങ്ങോട്ട്, ആരാധനാവത്സരം - 122).

കപ്പദോച്ചിയായിൽ ഏഴാഴ്ചയായിരുന്നു ഈ ഉപവാസത്തിന്റെ ദൈർഘ്യമെന്ന് വി. ബേസിൽ (+379,

(ശേഷം പേജ് 34 )





# മലമുകളിലെ ദൈവസാന്നിധ്യം

മലമുകൾ, ചുറ്റുമുള്ള എല്ലാ സ്ഥലങ്ങളെക്കാൾ ഉയർന്നതും ശബ്ദ കോലാഹലങ്ങളിൽ നിന്നകന്നതും മിക്കവാറും വിജനവുമായ പ്രദേശമാണ്. അതുകൊണ്ടാണ് ദൈവവുമായി സമ്പർക്കത്തിലേർപ്പെടാൻ ഏറ്റവും ഉചിതമായ ഇടമായി മലമുകളുകളെ വിശുദ്ധരും താപസരും തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതും. ദൈവം തന്റെ ഭക്തർക്ക് പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടിട്ടുള്ളത്

പലപ്പോഴും മലമുകളിലാണ്. ദൈവത്തിന്റെ വിശുദ്ധഗിരികളെന്നും മനുഷ്യന്റെ പവിത്രമായ സ്വപ്നമായിരുന്നു. അബ്രഹാമിന് അത് മോറിയമല, ദൈവം വസിക്കുന്ന വിശുദ്ധ പർവ്വതമാണ് സീയോനെന് സങ്കീർത്തകൻ, മോശയ്ക്ക് അത് സീനായ് മല, ഏലിയ പ്രവാചകന് കാർമ്മൽ, യേശുവിന് താബോറും ഒലിവ് മലയും വിശുദ്ധ ബനഡിക്റ്റിനത് സുബാസിയ മലയും വിശുദ്ധ ഫ്രാൻസിസ് അത് അൽവേണിയയ മലയും ഭാരതത്തിൽ ഭക്തർക്ക് ബദരീനാഥും, ഋഷികേശും, ശബരിമലയും,

പുതിയ നിയമത്തിൽ സീയോൻ സ്വർഗ്ഗീയ ജറുസലേമായ സഭയുടെ പ്രതീകമാണ്. ദൈവം മോശയ്ക്ക് പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ട് പത്തുകല്പനകളും മറ്റു നിയമങ്ങളും നൽകിയ വിശുദ്ധ മലയാണ് സീനായ്. ഇസ്രായേൽ ജനത്തിന്റെ അടുക്കലേക്ക് ദൈവം ഇറങ്ങിവന്ന മലയാണ് സീനായ്. ഈ മലമുകളിൽ വച്ച് മോശയും അഹറോനും ഇസ്രായേൽ ശ്രേഷ്ഠന്മാർ എഴുപതുപേരും ഇസ്രായേലിന്റെ ദൈവത്തെ കണ്ടു.

## മാത്യൂസ് പാണ്ടിശ്ശേരിൽ, കുറ്റൂർ

അജ്മീർഷരിഹും മലയാറ്റൂരുമൊക്കെ.

മോറിയാമലയിൽവെച്ചാണ് ദൈവം ആവശ്യപ്പെട്ടതനുസരിച്ച് ഇസ്രായേലിനെ ബലിയർപ്പിക്കാൻ അബ്രഹാം സന്നദ്ധനായത്. തന്മൂലം ദൈവം അബ്രഹത്തെ അനുഗ്രഹിച്ചു. കർത്താവിന്റെ മലയിൽ അവിടുന്ന് വേണ്ടതു പ്രദാനം ചെയ്യുമെന്ന് പറഞ്ഞ് അബ്രഹാം ആ സ്ഥലത്തിന് 'യാഹ്വെയിരെ' എന്നു പേരിട്ടു. ജെറുസലേമിൽ ദാവീദിനു കർത്താവ് പ്രത്യക്ഷനായ സ്ഥലത്താണ് സോളമൻ ദേവാലയം പണിതത് (2ദിന 3:1). ദൈവം അബ്രഹത്തെ അനുഗ്രഹിച്ച മോറിയാദേശത്തെ മലയെ സ്മരിക്കാനായിരിക്കണം ദിനവൃത്താന്ത ഗ്രന്ഥകാരൻ ഈ മലയ്ക്ക് മോറിയാമല എന്നു പേരുകൊടുത്തത്.

സങ്കീർത്തനങ്ങളിൽ ജെറുസലേമിനു പകരമായി സീയോൻ എന്ന നാമമാണ് ഉപയോഗിച്ചിരിക്കുന്നത്. സീയോൻ ദൈവത്തിന്റെ വിശുദ്ധ പർവ്വതവും ദൈവം വസിക്കുന്ന നഗരവുമാണ്. ദൈവം തന്റെ ആലയം നിർമ്മിക്കാൻ തിരഞ്ഞെടുത്ത താൻ സ്നേഹിക്കുന്ന മലയാണ് സീയോൻ. മനോഹരമായ ഈ വിശുദ്ധഗിരി ഭൂമിമുഴുവന്റെയും സന്തോ

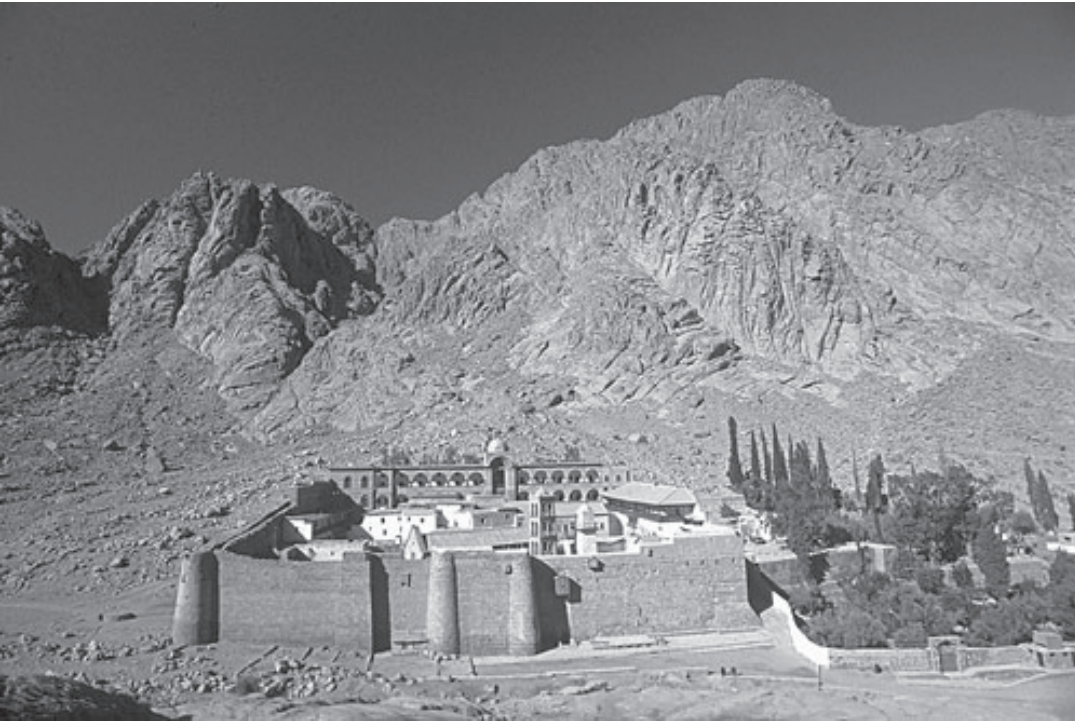
ഷമാണ്. കർത്താവിലുള്ള ആശ്രയത്വത്തിന്റെയും സുരക്ഷിതത്വത്തിന്റെയും പ്രതീകമാണ് സീയോൻ (സങ്കീ.2:6,46:4, 78:68-69,48:1-2,125). പുതിയ നിയമത്തിൽ സീയോൻ സ്വർഗ്ഗീയ ജറുസലേമായ സഭയുടെ പ്രതീകമാണ്. ദൈവം മോശയ്ക്ക് പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ട പത്തുകല്പനകളും മറ്റു നിയമങ്ങളും നൽകിയ വിശുദ്ധ മലയാണ് സീനായ്. ഇസ്രായേൽ ജനത്തിന്റെ അടുക്കലേക്ക് ദൈവം ഇറങ്ങിവന്ന മലയാണ് സീനായ്. ഈ മലമുകളിൽ വച്ച് മോശയും അഹറോനും ഇസ്രായേൽ ശ്രേഷ്ഠന്മാർ എഴുപതുപേരും ഇസ്രായേലിന്റെ ദൈവത്തെ കണ്ടു. ആകാശതുല്യം പ്രകാശമാനമായ ഇന്ദ്രനീലക്കൽത്തളം പോലെ

പ്രാർത്ഥനയ്ക്കായും ദൈവഹിതം ആരായുന്നതിനും ശിഷ്യന്മാരെ പഠിപ്പിക്കുന്നതിനും തെരഞ്ഞെടുത്തിരുന്നത് മലമുകളായിരുന്നു. പ്രത്യേകിച്ച് ഒലിവുമല. ഒലിവുമലയുടെ ഭാഗമായ ഗത്സമനിൽ വച്ചാണ് യേശു തന്റെ പീഡാനുഭവത്തിനു മുമ്പായി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നത്.

യേശുവിന്റെ ക്രൂശുരണവും സംസ്കാരവും നടന്നത് തലയോടിടം എന്നർത്ഥമുള്ള ഗോൽഗോഥാ മലയിൽ വച്ചും സ്വർഗ്ഗാരോഹണം നടന്നത് ഒലിവ് മലയിൽ വച്ചുമാണ്.

മേൽപ്പറഞ്ഞ മഹത്വ്യക്തികളെപ്പോലെ ദൈവ

ത്താൽ വിളിക്കപ്പെട്ടവരാണ് ക്രിസ്തുശിഷ്യരായ നാമെല്ലാവരും. നമ്മുടെ ജീവിതലക്ഷ്യം അത്യുന്നതങ്ങളിൽ വസിക്കുന്ന സ്വർഗ്ഗീയപിതാവിന്റെ സന്നിധാനത്തിൽ എത്തിച്ചേരുക എന്നാണല്ലോ. കത്തൂസാനിയ്യമുള്ള മലകയറുവാൻ വിശുദ്ധിയുള്ള ജീവിതം നയിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. “കർത്താവിന്റെ മലയിൽ ആരു കയറും? അവിടുത്തെ വിശുദ്ധ സ്ഥലത്ത് ആരു നിൽക്കും? കളങ്കമറ്റ കൈകളും നിർമ്മലമായ ഹൃദയവുമുള്ളവൻ” (സങ്കീ.24:3-4). കർത്താവിന്റെ മലയുടെ അടി വാ രത്തിൽ



എന്തോ ഒന്ന് അവിടുത്തെ പാദങ്ങളുടെ താഴേ കാണപ്പെട്ടു. അവർ ദൈവത്തെ കണ്ടു(പുറ.24:9-11) കർത്താവിന്റെ മലയായ സീനായ്ക്ക് ‘ഹോറെബ്’ എന്ന പേരുണ്ട്(2ദിന. 5:10)(സങ്കീ.106:19). ഹോറെബ് മലമുകളിലെ നിശബ്ദതയുടെ ഏകാന്തതയിൽ കർത്താവ് മൂർച്ഛസ്വരത്തിൽ ഏലിയാ പ്രവാചകരോടു സംസാരിച്ചു.

ബാലിന്റെ പ്രവാചകരെ വെല്ലുവിളിച്ച് ഏലിയാ ദഹനബലി അർപ്പിച്ച് ഇസ്രായേലിന്റെ ദൈവം മാത്രമാണ് ഏകദൈവമെന്ന് വെളിപ്പെടുത്തിയത് കാർമ്മൽ മലയിൽ വച്ചാണ്. രൂപാന്തരീകരണം ചെയ്തപ്പോൾ യേശുവിന്റെ മുഖം സൂര്യനെപ്പോലെ വെട്ടിത്തിളങ്ങി വസ്ത്രം പ്രകാശം പോലെ ധവളമായി പ്രശോഭിച്ച് ക്രിസ്തുവിന്റെ ദൈവത്വത്തെ ദർശിക്കാൻ പത്രോസിനും സഹജർക്കും ഭാഗ്യമുണ്ടായത് താബോർ മലയിൽ വച്ചാണ്. ഒരു മലയിൽ രാത്രിമുഴുവൻ പ്രാർത്ഥിച്ചശേഷം പ്രഭാതത്തിൽ യേശു തന്റെ ശിഷ്യന്മാരെ വിളിച്ച് അവരിൽ നിന്ന് പന്ത്രണ്ടുപേരെ അപ്പോസ്തോലന്മാരായി തെരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ടു. യേശു തന്റെ

നാമൊക്കെ വർഷങ്ങളായി ചുറ്റിക്കറങ്ങുകയാണ്. മേൽപ്പോട്ടു കയറുവാൻ ആത്മീയമായി വളരുവാൻ സാധിക്കുന്നില്ല. നമ്മുടെ പാപങ്ങൾ, ലോകസുഖതാത്പര്യം, വിശ്വാസക്കുറവ്, അനിയന്ത്രിയമായ ജീവിതം, സ്വാർത്ഥത, അഹങ്കാരം ഈ വക തടസ്സങ്ങൾ ജീവിതത്തിൽ തുടരുമ്പോൾ കർത്താവിന്റെ മലകയറാൻ സാധിക്കില്ല. ദൈവത്തിന്റെ വിളി അനുസരിച്ച് വിശുദ്ധ മലകൾ കയറി പുണ്യപൂർണത പ്രാപിച്ച മഹാത്മാക്കൾ നമുക്കു പ്രേരണയും പ്രചോദനവുമാകട്ടെ. സങ്കീർത്തനക്കാരൻ പ്രാർത്ഥിച്ചതുപോലെ “ഞാൻ എന്റെ കണ്ണുകൾ പർവ്വതത്തിലേക്ക് ഉയർത്തുന്നു. ആങ്ങയുടെ പ്രകാശവും സത്യവും അയയ്ക്കണമെ! അവ എന്നെ നയിക്കട്ടെ. അവിടുത്തെ വിശുദ്ധ ഗിരിയിലേക്കും നിവാസത്തിലേക്കും അവ എന്നെ നയിക്കട്ടെ” (സങ്കീ.121:1, 43:3)



# വ്രതശുദ്ധിയുടെ നോമ്പ് ആചരണം

ഇസ്ലാമിക ദർശനത്തിന്റെ നെടുമുടികൾ ആയി കണക്കാക്കപ്പെടുന്ന 5 കാര്യങ്ങളാണ്.



അഡ്വ. സക്കീർ ഹുസൈൻ  
ചങ്ങനാശ്ശേരി

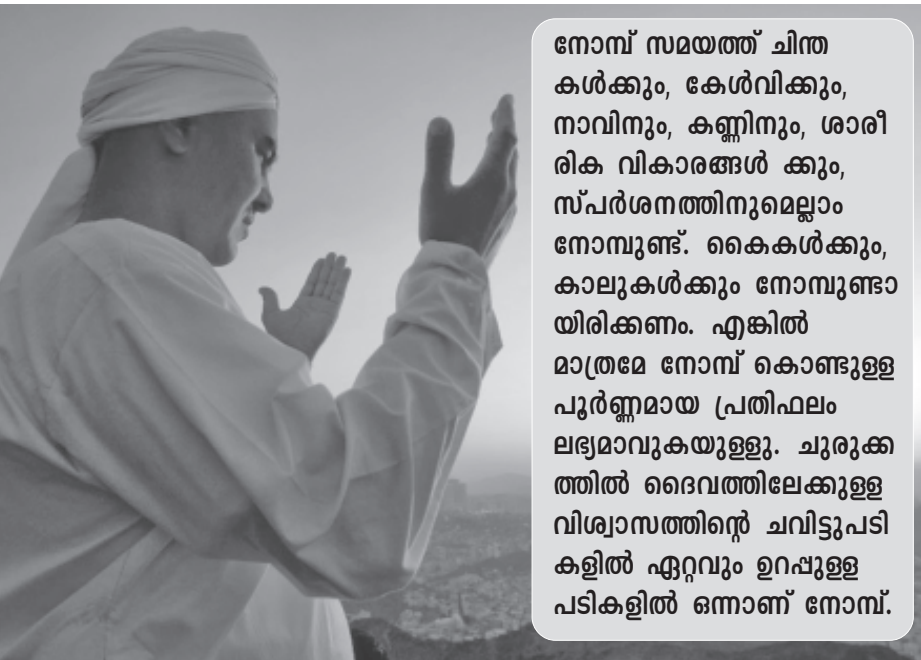
1. വിശ്വാസ പ്രഖ്യാപനം
2. പ്രാർത്ഥന
3. സക്കാത്ത് (നിർബന്ധ ദാനം)
4. നോമ്പ്
5. മക്കയിൽ പോയി ഹജ്ജ് എന്ന കർമ്മം അനുഷ്ഠിക്കൽ

അറേബ്യൻ മാസങ്ങളിൽ റംസാൻ മാസത്തിലാണ് ഇസ്ലാം മതവിശ്വാസികൾ നോമ്പ് അനുഷ്ഠിക്കുന്നത്. വ്യക്തിപരമായും, സാമൂഹികപരമായും ഗുണങ്ങൾ ലഭിക്കുന്ന ഒരു പ്രവൃത്തിയാണ് നോമ്പ്. നോമ്പ് അനുഷ്ഠിക്കുന്നത് വഴിയായി പല വിധമായ ഗുണങ്ങൾ ലഭ്യമാകുന്നു. മുസ്ലിം സമുദായത്തിന്റെ നോമ്പുകർമ്മം ആരംഭിക്കുന്നത് പ്രഭാത നമസ്കാരത്തിന് മുൻപായി ആഹാരം കഴിച്ചു കൊണ്ടാണ്.

ജലാംശം ധാരാളമുള്ള ഭക്ഷണങ്ങൾ ഈ സമയത്ത് കഴിക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. പുലർച്ചെയുള്ള ബാങ്ക് വിളിക്ക് മുൻപായി തന്നെ ഈ ആഹാരം കഴിച്ചിരിക്കേണ്ടതാണ്. പ്രഭാത കിരണം കിഴക്കൻ ചക്രവാളത്തിൽ പൊട്ടിവിടരുമ്പോൾ മുതൽ സൂര്യൻ പടിഞ്ഞാറ് അസ്തമിച്ച് മറയുന്നത് വരെയാണ് നോമ്പ് സമയം. പ്രസ്തുത സമയത്ത് യാതൊരു വിധമായ ആഹാരമോ ജലമോ നോമ്പ് അനുഷ്ഠിക്കുന്നയാൾ കഴിയ്ക്കുവാൻ പാടില്ലാത്തതാണ്. അപ്രകാരം മന:പൂർവ്വം കഴിച്ചാൽ നോമ്പ് നഷ്ടപ്പെട്ട് പോകുന്നതാണ്. ഉമിനീർ വയറ്റിലേയ്ക്ക് പോകുന്നത് കൊണ്ട് നോമ്പ് മുറിയുകയില്ല. എന്താണ് നോമ്പ് കൊണ്ടുള്ള പ്രയോജനങ്ങളെന്ന് പരിശോധിക്കാം.

### 1. ദൈവഭക്തിയുടെ വർദ്ധനവ്

യഥാർത്ഥമായ ദൈവീകവിശ്വാസമുള്ള ഒരു വിശ്വാസി മാത്രമേ ത്യാഗപൂർണ്ണമായ നോമ്പ് ഹൃദയശുദ്ധിയോടെ ഉൾക്കൊള്ളുകയുള്ളൂ. ഉദ്ദേശം 14



**നോമ്പ് സമയത്ത് ചിന്തകൾക്കും, കേശ്വിക്കും, നാവിനും, കണ്ണിനും, ശാരീരിക വികാരങ്ങൾക്കും, സ്വപ്നഗന്താനിനുമെല്ലാം നോമ്പുണ്ട്. കൈകൾക്കും, കാലുകൾക്കും നോമ്പുണ്ടായിരിക്കണം. എങ്കിൽ മാത്രമേ നോമ്പ് കൊണ്ടുള്ള പൂർണ്ണമായ പ്രതിഫലം ലഭ്യമാവുകയുള്ളൂ. ചുരുക്കത്തിൽ ദൈവത്തിലേക്കുള്ള വിശ്വാസത്തിന്റെ ചവിട്ടുപടികളിൽ ഏറ്റവും ഉറപ്പുള്ള പടികളിൽ ഒന്നാണ് നോമ്പ്.**

മണിക്കൂറോളം യാതൊരുവിധമായ ഭക്ഷണവും ജലവുമില്ലാതെ ദൈവസ്നേഹത്തിനായി വിശ്വാസി തയ്യാറെടുക്കുന്നു. വിശപ്പിന്റെ പാരമ്യത്തിൽപോലും അവൻ ദൈവത്തെ ഓർക്കുകയും കുമ്പിടുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ വിശ്വാസത്തിന്റെ വർദ്ധനവ് അവനെ ദൈവത്തിലേക്ക് കൂടുതൽ അടുപ്പിക്കുന്നു. പട്ടിണി എന്താണെന്ന് എല്ലാവർക്കും അറിയാനുള്ള ഒരു അവസരം കൂടിയാണിത്. ജീവിതത്തിൽ ഒരിക്കൽപോലും പട്ടിണിയറിയാത്തവൻ പട്ടിണിപാവങ്ങളുടെ ദുരിതമെന്താണെന്ന് ഓർത്തുപോകും. അത് അവന്റെ ഹൃദയത്തിന് അലിവ് പ്രദാനം ചെയ്യുകയും ദൈവിക നന്മയ്ക്കായി പണവും മറ്റു സഹായങ്ങളും ചെയ്യുവാൻ അവൻ തയ്യാറാവുകയും ചെയ്യുന്നു.

മനുഷ്യ ശരീരം ഒരു യന്ത്രം പോലെ പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഒന്നാണ്. ഏതൊരു യന്ത്രത്തിനും തുടർച്ചയായ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കിടയിൽ ഒരല്പസമയം വിശ്രമം കൊടുത്താൽ അത് പ്രസ്തുത യന്ത്രത്തിന് ദീർഘനാൾ ആരോഗ്യത്തോടെ പ്രവർത്തിക്കുവാൻ സാഹചര്യമൊരുക്കും. അതുപോലെതന്നെ 12 മാസങ്ങൾക്കിടയിൽ 1 മാസം ആഹാരത്തിൽ മിതത്വം വരുത്തി ശരീരയന്ത്രത്തിന് കാര്യക്ഷമത വർദ്ധിപ്പിക്കുവാൻ കൂടിയാണ് ദൈവം ഇത് നിർബന്ധമാക്കിയത്.

പൂർണ്ണമായും ഇസ്ലാമും വിഭാവനം ചെയ്യുന്ന ശരീരത്തിന്റെ ശാസ്ത്രീയമായ ഗുണവശങ്ങൾ ഇന്ന് വിശ്വാസി ആർജ്ജിക്കുന്നുണ്ടോ എന്നത് സംശയമാണ്. നോമ്പിന്റെ യഥാർത്ഥ അന്തസ്സത്ത നഷ്ടപ്പെട്ടു തുടങ്ങിയോ എന്നും ആലോചിക്കേണ്ടതുണ്ട്. ലളിതമായ ഭക്ഷണക്രമം കൊണ്ട് ശരീരമാകുന്ന യന്ത്രത്തിലെ ഓരോ ഭാഗത്തിനും ആശ്വാസം പകരേണ്ട വിശ്വാസി കൂടുതൽ ആഹാരം വാരിവലിച്ച് ഭക്ഷിക്കുന്നത് നോമ്പിനെതിരാണ്. ശരീരഭാരം കുറയേണ്ട നോമ്പ് മാസം കഴിയുമ്പോൾ ശരീരഭാരം കൂടുന്നത് തെറ്റായ സന്ദേശമാണ്. പകൽ കൂടുതൽ സമയം ഉറങ്ങുകയും, രാത്രിയിൽ കൂടുതൽ സമയം ഉണർന്നിരുന്ന് ആഹാരം കഴിക്കുന്നതും നോമ്പിനെതിരാണ്. മാനസികവും ശാരീരികവുമായ പരീക്ഷണങ്ങളുടെ ഒരുകാലമാണ് നോമ്പുമാസം. ഒരു നോമ്പുകാരന് ശരീരത്തെ പട്ടിണിക്കിടുക എന്നതിലുപരി അവന്റെ പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങൾക്കും നോമ്പ് അനിവാര്യമാണ്. നോമ്പ് സമയത്ത് ചിന്തകൾക്കും, കേശ്വിക്കും, നാവിനും, കണ്ണിനും, ശാരീരിക വികാരങ്ങൾക്കും, സ്വപ്നഗന്താനിനുമെല്ലാം നോമ്പുണ്ട്. കൈകൾക്കും, കാലുകൾക്കും നോമ്പുണ്ടായിരിക്കണം. എങ്കിൽ മാത്രമേ നോമ്പ് കൊണ്ടുള്ള പൂർണ്ണമായ പ്രതിഫലം ലഭ്യമാവുകയുള്ളൂ. ചുരുക്കത്തിൽ ദൈവത്തിലേക്കുള്ള വിശ്വാസത്തിന്റെ ചവിട്ടുപടികളിൽ ഏറ്റവും ഉറപ്പുള്ള പടികളിൽ ഒന്നാണ് നോമ്പ്.

### 2. സാഹോദര്യത്തിന്റെ വർദ്ധനവ്

ഭൂമിയിൽ നിലനിന്ന് വരുന്ന എല്ലാ കാര്യങ്ങളും ദൈവസൃഷ്ടിയാണ് മനുഷ്യരും, മൃഗങ്ങളും, പക്ഷികളും എല്ലാം ദൈവത്തെ പ്രകീർത്തിക്കുന്നു. മാനുഷിക സാഹോദര്യത്തിന് ഇസ്ലാം വലിയ വില കല്പിക്കുന്നു. റമദാൻ മാസത്തിൽ തന്റെ സമുദായത്തോടും സഹോദര സമുദായങ്ങളോടും വിശ്വാസികൾ ബഹുമാനത്തോടും സ്നേഹത്തോടും കൂടി പെരുമാറുന്നു. നോമ്പു തുറക്കുന്ന വൈകുന്നേരങ്ങളെ



ളിൽ നാനാ മതസ്ഥർ ഒരുമിച്ചു കൂടി ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്ന കാഴ്ച ദൈവത്തിന് ഏറ്റവും സന്തോഷം ജനിപ്പിക്കുന്ന ഒന്നാണ്. നോമ്പ് പിടിച്ച് കഴിഞ്ഞ് വരുന്ന ഒരാൾക്ക് അവന്റെ നോമ്പ് തുറക്കുവാൻ ആഹാരം കൊടുക്കുന്നത് കൊടുത്തയാളുടെ പാപങ്ങൾ പൊറുക്കപ്പെടുവാൻ കാരണമായേക്കാം എന്ന് മുഹമ്മദ് നബി (സ) പഠിപ്പിക്കുന്നു.

**3. ഖുറാനുമായുള്ള അടുപ്പത്തിന്റെ വർദ്ധനവ്**

ദൈവ വചനങ്ങളായ പരിശുദ്ധ ഖുറാൻ കൂടുതൽ സമയം പാരായണം ചെയ്യുവാൻ വിശ്വാസി സമയം കണ്ടെത്തുന്നു. അത് അവന് ദൈവത്തെ അറിയുവാനുള്ള അവസരം ഉണ്ടാക്കുന്നു.

പരിശുദ്ധ ഖുറാൻ മനസ്സിലില്ലാത്തവൻ ഒഴിഞ്ഞ വീടുപോലെയാണെന്ന് മുഹമ്മദ് നബി (സ) പഠിപ്പിക്കുന്നു. മനസ്സിലാകുന്ന പ്രാദേശിക ഭാഷകളിൽ ചുർ ആൻ വായിക്കുന്നത് നന്നായിരിക്കും. അത് വിശ്വാസിക്ക് കാര്യങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുവാനും പഠിക്കുവാനും സഹായം ചെയ്യുന്നതാണ്.

**4. ക്ഷമ കൈക്കൊള്ളുവാനുള്ള കഴിവ് വർദ്ധിക്കൽ**

നോമ്പു കാലത്ത് ഒരു വിശ്വാസി ഏറ്റവും കൂടുതൽ ക്ഷമിക്കുന്നവനാവണം. ദേഷ്യപ്പെടൽ സാത്താന്റെ വിത്താണ്. ആ വിത്തിൽ നിന്നും പലവിധമായ അപകടങ്ങളും, പാപങ്ങളും പുറപ്പെടുമെന്ന് സാത്താനറിയാം. അപ്രകാരമുള്ള സാത്താനിക സ്വഭാവങ്ങൾ നോമ്പുകാരൻ വെടിയുവാൻ തീരുമാനിക്കുന്നു. ക്ഷമയും, സഹനവും ഉൾക്കൊള്ളുവാൻ നോമ്പുകാരൻ പരിശീലനത്തിലേർപ്പെടുന്നു. അത്

അവന്റെ കുടുംബ ജീവിതത്തിലും സാമൂഹിക ജീവിതത്തിലും വിജയം പ്രദാനം ചെയ്യുന്നു. തിന്മയെ നോമ്പുകാരൻ നിരോധിക്കണം, നന്മയ്ക്കുവേണ്ടി ആഹ്വാനം നടത്തണം. അപ്രകാരം സാമൂഹിക നീതി നടപ്പിലാക്കുന്നു. റംസാൻ മാസത്തിൽ എല്ലാ പള്ളികളിലും വിശ്വാസികളുടെ വർദ്ധനവ് കാണാറുണ്ട്. നോമ്പ് അതിന്റെ യഥാർത്ഥമായ അറിവിൽ ഒരു മാസം ഉൾക്കൊള്ളുന്ന വിശ്വാസിക്ക് അത് തീർച്ചയായും ഭാഗ്യത്തിന്റെ ഒരു മാസം തന്നെയാണ്. തെറ്റായതും അമിതവുമായ ആഹാരരീതികൾക്കൊണ്ട് മനുഷ്യൻ ഇന്ന് വളരെയേറെ ബുദ്ധിമുട്ടുകയും അസുഖങ്ങൾക്കിരയായിത്തീരുകയുമാണ്. നോമ്പുകൊണ്ട് ധാരാളം അസുഖങ്ങളെ അകറ്റി നിർത്തുവാനും സാധിക്കുന്നു.

നോമ്പ് അനുഷ്ഠിക്കൽ കൊണ്ട് ശാസ്ത്രീയമായ പല ശരീര ഗുണങ്ങളും നോമ്പ്കാരന് ലഭിക്കുന്നു.

1. ശരീരത്തിലെ വിഷാംശം കുറയുന്നു. കൂടുതൽ വിഷാംശങ്ങൾ കൊഴുപ്പിൽ അടിയുന്നു. നോമ്പ് കൊണ്ട് കൊഴുപ്പ് കുറയുകയും വിഷാംശങ്ങൾ പുറത്തേക്ക് പോവുകയും ചെയ്യുന്നു.
2. ദഹനേന്ദ്രിയങ്ങൾക്ക് വിശ്രമം ലഭിക്കുന്നു.
3. അലർജി, വാതം, സോറിയാസിസ് തുടങ്ങിയ രോഗങ്ങൾക്ക് ശമനമുണ്ടാകുന്നു.
4. രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ അളവ് കുറയ്ക്കുന്നു. പാൻക്രിയാസ് ഇൻസുലിൻ ഉൽപ്പാദനം കുറയ്ക്കുമ്പോൾ മനുഷ്യൻ കൂടുതൽ ഉന്മേഷവാനായി മാറുന്നു.

5. ശരീരത്തിൽ ക്രമാതീതമായി കൂട്ടിവെയ്ക്കുന്ന കൊഴുപ്പിനെ തകർത്തു കളയുന്നു. ശരീരത്തിലേക്ക് ആഹാരം ചെല്ലാതെ വന്നപ്പോൾ ശരീരം തന്നെ ഡെപ്പോസിറ്റ് ചെയ്തിട്ടുള്ള കൊഴുപ്പിനെ തകർത്ത് ഊർജ്ജം സംഭരിക്കുന്നു. കിഡ്നിയിലും മസിലുകളിലുമുള്ള കൊഴുപ്പ് ഇല്ലാതാകുന്നു.
6. നോമ്പ് കൂടിയ അളവിലുള്ള രക്തസമ്മർദ്ദത്തെ ഇല്ലായ്മ ചെയ്യുന്നു.
7. നോമ്പ് സമയത്ത് അമിതവണ്ണം കുറയുകയും ശരീരത്തിന് കൂടുതൽ ഉന്മേഷവും ആരോഗ്യവും ലഭിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.
8. നോമ്പ് ആരോഗ്യകരമായ ആഹാരരീതിക്ക് അവസരം നൽകുന്നു. കൂടുതൽ പഴവർഗ്ഗങ്ങളും ജലവും ശരീരത്തിലേക്ക് എത്തുവാൻ അവസരം ലഭിക്കുന്നു. നിത്യമായി ശീലിച്ച് വരുന്ന ആഹാരരീതിക്ക് മാറ്റം വരുത്തുവാനും അവസരം ലഭിക്കുന്നു.
9. ശരീരത്തിന്റെ പ്രതിരോധശക്തി കൂടുന്നു. നിയന്ത്രിത ആഹാരക്രമം ശരീരത്തിൽ പ്രതിരോധശക്തി വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു. പ്രഭാതസമയത്തുള്ള പഴവർഗ്ഗങ്ങളുടെ ഉപയോഗം ധാരാളം വിറ്റാമിനുകളും മിനറൽസും ശരീരത്തിന് നൽകുന്നു. വിറ്റാമിൻ എ, ഇ തുടങ്ങിയവ ശരീരത്തിന്റെ പ്രതിരോധശക്തിക്ക് നല്ലതാണ്.
10. ശാരീരിക ആസക്തികൾ തരണം ചെയ്യാൻ നോമ്പ് സഹായകമാകുന്നു. പുകവലി, മദ്യപാനം തുടങ്ങിയ ദുശ്ശീലങ്ങൾ ഒഴിവാക്കാൻ അവസരം ലഭിക്കുന്നു.

ഇത്രയധികം ഗുണങ്ങൾ നോമ്പിന് ഉള്ളപ്പോഴും ചില ദോഷവശങ്ങളും കാണുന്നു. നോമ്പ്കാരുടെ ശരീരത്തിൽ നിന്ന് ധാരാളം ജലാംശം നഷ്ടപ്പെടുന്നത് ഡിഹൈഡ്രേഷൻ കാരണമാവുകയും തലവേദന, മൈഗ്രേൻ തുടങ്ങിയ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾക്ക് കാരണമാവുമായേക്കാം. നെഞ്ചെരിച്ചിൽ, പെപ്പറ്റിക് അൾസർ എന്നിവ വഷളായേക്കാം. ഗർഭിണികളായ സ്ത്രീകൾ, മുലയൂട്ടുന്ന അമ്മമാർ, പോഷകക്കുറവുള്ള ആൾക്കാർ ഹൃദയസംബന്ധമായ അസുഖമുള്ളവർ, കരൾ രോഗികൾ തുടങ്ങിയവർ നോമ്പ് ഒഴിവാക്കിയാൽ നന്നായിരിക്കും.

കൂട്ടികൾ നോമ്പെടുക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുന്നത് ശാസ്ത്രീയമായി നല്ലതാണ്. പ്രായപൂർത്തിയായ വിശ്വാസി, വിശ്വാസിനികൾക്കാണ് നോമ്പ് നിർബന്ധമായിട്ടുള്ളത്. പല വീടുകളിലും കൊച്ച് കുട്ടികളെക്കൊണ്ട് നോമ്പെടുപ്പിക്കുന്നത് ഗുണത്തേക്കാളേറെ ദോഷമാണുണ്ടാക്കുന്നത്. കുട്ടികളുടെ ശരീരവളർച്ചയുടെ സമയമാണിത്. കൃത്യമായ ആഹാരം കുട്ടികൾക്ക് കൃത്യമായ സമയത്ത് കൃത്യമായ അളവിൽ ലഭിച്ചില്ലെങ്കിൽ അത് പലവിധമായ ശാരീരിക വൈകല്യങ്ങൾക്കും ഭാവിയിൽ വഴി തെളിച്ചേക്കാം.

ശാരീരികമായ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ അനുഭവിക്കുന്നവർക്ക് നോമ്പ് എന്ന പുണ്യകർമ്മം നിർബന്ധമില്ല. സഹോദര സമുദായങ്ങളിലും നോമ്പ് പുണ്യകർമ്മമായി കരുതപ്പെടുന്നു. ചുരുക്കത്തിൽ നോമ്പ് മനുഷ്യകുലത്തിന്റെ തന്നെ ശാരീരികവും മാനസികവുമായ ആരോഗ്യത്തിന് ദൈവം നൽകിയ ഒരു പദ്ധതിയായി നമുക്ക് ഗണിക്കാവുന്നതാണ്.

### ഓർമ്മ തിരുനാൾ

22 - 2 - 2015



അഭി. തോമസ് മാർ ദിയസ്കോറസ് തിരുമേനി

### അഭിനന്ദനങ്ങൾ



ഡിസംബർ 27-ാം തീയതി തിരുവല്ല അതിരൂപതയ്ക്ക് വേണ്ടി തോമസ് മാർ കുറിലോസ് തിരുമനസ്സിൽ നിന്ന് വൈദികപട്ടം സ്വീകരിച്ച ബഹു. തോമസ് കാഞ്ഞിരത്താമണ്ണിൽ അച്ചൻ അതിരൂപതയുടെ ആശംസകൾ....



# കുരിശുമലയിലെ ആത്മീയ വസന്തം



## സന്യാസവർഷം 2015

സ്വാമി അരുൾദാസ്

സന്യാസ ജീവിത ശൈലികളിലൂടെ ഒരു വർഷം നീളുന്ന ഒരു യാത്ര

ശ്രുശ്രേഷ്ഠനും യോഗീവര്യനുമായ ഫ്രാൻസിസ് ആചാര്യയുടെ ജന്മനിയോഗംകൊണ്ടും പ്രവാചകദൗത്യംകൊണ്ടും പുണ്യചര്യ കൊണ്ടും അനുഗ്രഹിതമായ ഇടമാണ് വാഗമൺ കുരിശുമല ആശ്രമം. ആചാര്യന്മാർ സന്ദർശകർ ചോദിക്കുമായിരുന്നു, “എങ്ങനെ ഈ ആശ്രമം ഇന്നത്തെ നിലയിൽ രൂപപ്പെട്ടു?” വിടർന്ന താമരമുഖത്തോടെ ആചാര്യ മൊഴിഞ്ഞു: “It happened”. കുരിശുമല ആശ്രമസ്ഥാപനത്തിന് ആചാര്യയെ പ്രചോദിപ്പിച്ച ഘടകങ്ങൾ മൂന്നാണ് - അന്വേഷണം, പ്രഘോഷണം, ആചരണം. ദൈവാന്വേഷണത്തിന് ഭാരതീയമായ ധ്യാനജീജ്ഞാസയെയും ദൈവസ്തുതിഘോഷണത്തിന് അന്ത്യോക്യൻ ലിറ്റർജിയെയും സമൂഹബദ്ധമായ സന്യാസാചരണത്തിന് സിസ്റ്റേർഷ്യൻ ആശ്രമജീവിത തപസ്യയെയും ഒത്തൊരുമിപ്പിച്ച് താളാത്മകമായ ഒരു ജീവിതശൈലിക്ക് ആചാര്യ രൂപംകൊടുത്തു. ആചാര്യയുടെ വാക്കുകളിൽ: “ആശ്രമപാരമ്പര്യത്തിന്റെ ഭാരതീയകരണം ആദ്യം മുതൽക്കേ ഞങ്ങളുടെ പ്രധാന ലക്ഷ്യങ്ങളിൽ ഒന്നായിരുന്നു. അതിനാൽ പുരാതനമായ സെന്റ് തോമസ് ക്രിസ്ത്യാനികളുടെ ജീവിതശൈലിയോടും പ്രത്യേകിച്ച് മലങ്കര ആരാധനക്രമത്തോടും ഞങ്ങളെത്തന്നെ പ്രത്യേകവിധം രൂപപ്പെടുത്തുവാൻ ഞങ്ങൾ ശ്രദ്ധിച്ചിരുന്നു. ഞങ്ങൾ മലങ്കര ലിറ്റർജി തെരഞ്ഞെടുത്തതിന് പ്രത്യേകമായൊരു കാരണമുണ്ട്. ഗ്രീക്കു പാരമ്പര്യത്തിലോ ലത്തീൻ പാരമ്പര്യത്തിലോ ഉൾപ്പെടാത്ത അത്, ക്രിസ്ത്യൻ മൊണാസ്റ്റിസത്തിന്റെ ഭാരതീയകരണത്തിന് സാഭാവികമായിത്തന്നെ ഇണങ്ങുന്നതും പര്യാപ്തവുമാണ്.



ആസ്ത്രേലിയയിൽ നിന്നുള്ള ഞങ്ങളുടെ ഫാദർ ഇമീഡിയറ്റ് ഡോംസ്റ്റീൽ ഹാർട്ട്മാൻ OCSO, 2013 -ലെ കാനോനിക സന്ദർശനത്തിനുശേഷം ഇങ്ങനെ കുറിച്ചു: “നിങ്ങളെയെല്ലാവരെയും കുരിശുമല ആശ്രമത്തിലേക്ക് വിളിക്കുകയും നിങ്ങളുടെ ഇടയിൽ സന്നിഹിതനായിരിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ദൈവത്തെ ഗൗരവബുദ്ധ്യം തേടുന്നവരാണ്

നിങ്ങൾ.... ഭാരതീയമായ രീതിയിലേക്ക് സന്യാസത്തെ രൂപാന്തരപ്പെടുത്തുന്നതിൽ നിങ്ങൾ വിജയിച്ചിരിക്കുന്നു. അപ്പോഴും അതിന്റെ സിസ്റ്റേർഷ്യൻ സ്വഭാവം തിരിച്ചറിയാൻ എനിക്കു കഴിയും. അതിന്റെ ക്രമം എനിക്ക് സ്വഭവനത്തിലായിരിക്കുന്ന അനുഭവം തരുന്നു; നിങ്ങൾ സിസ്റ്റേർഷ്യൻ സന്യാസിമാർ തന്നെയാണ്. ഫാ. ഫ്രാൻസിസ് ആചാര്യയുടെ സംരംഭത്തെ അടിസ്ഥാനപരമായി ഒരു ഭാഷാന്തര പ്രക്രിയയായിട്ടാണ് ഞാൻ കാണുന്നത്. അദ്ദേഹം നടപ്പിലാക്കാൻ ഉദ്ദേശിച്ചത് ഇതാണെന്ന് എനിക്കു തോന്നുന്നു: ലത്തീൻ ആരാധനക്രമത്തിന്റെ ഭാഗമായി തനിക്കു പരിചയമുള്ള സിസ്റ്റേർഷ്യൻ സന്യാസ പാരമ്പര്യത്തെ ഭാരതീയ സന്യാസ പാരമ്പര്യമാക്കുന്ന ഭാഷ ഉപയോഗിച്ച് സീറോ മലങ്കര ആരാധനക്രമത്തിനുള്ളിലെ ഒരു യഥാർത്ഥ ഭാരതീയ സന്യാസാവിഷ്കാരമായി പരിഭാഷപ്പെടുത്തുക."

അതിന്റെ വഴിയും മാത്രമാണ് യഥാർത്ഥ വഴി, ഇതല്ലാതെ മറ്റൊരു വഴിയുമില്ല എന്ന തിരിച്ചറിവാണ് സമൂഹജീവിതം സന്തോഷപ്രദമാക്കാനുള്ള ഏക വഴി. ഇപ്രകാരമുള്ള കൂട്ടായ്മയുടെ ഒരു പ്രകാശനമാണ് ദിവ്യബലി. മാർത്തയം മേരിയും സമന്വയിക്കുന്നതാണ് സമൂഹജീവിതം. ഓരോ ആശ്രമവും സ്നേഹത്തിന്റെ പാഠശാലയാണ്. ഓരോ സന്യാസഭവനവും മാതൃഭവനവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ദൈവത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള അന്വേഷണമാണ് സന്യാസദിനചര്യയുടെ അന്തരാത്മാവ്. യാമപ്രാർത്ഥന, ജ്ഞാനവായന, കായികജോലി എന്നിവയാണ് ഈ ദിനചര്യയിലടങ്ങിയിരിക്കുന്നത്. ദരിദ്രവും പ്രായശ്ചിത്താരൂപിയുള്ളതും അതേ സമയം, 'പരിശുദ്ധാത്മാവിലുള്ള ആനന്ദം' നിറഞ്ഞതുമത്രേ അത്. അതിഥികളെ ഊഷ്മളമായി സ്വീകരിക്കുകയും സൽക്കരിക്കുകയും ചെയ്തുകൊണ്ട് നമ്മുടെ ആശ്രമസമൂഹങ്ങൾ തങ്ങളുടെ ധ്യാനാനുഭവത്തിന്റെയും കായികാ



എക്യുമെനിസത്തിനും മതാന്തര സംവാദത്തിനും വേണ്ടിയുള്ള പരിശ്രമങ്ങളിൽ കുരിശുമല ആശ്രമവും അതിന്റേതായ ഒരു പങ്കു നിർവഹിക്കുന്നുണ്ട്; ജീവിതസാക്ഷ്യം എന്ന ഏറ്റം വിഷമമേറിയ പങ്ക്.

**സിസ്റ്റേർഷ്യൻ സഭ (OCSO)**

നൂർസിയായിലെ വി. ബെനഡിക്ട് രചിച്ച 'ആശ്രമങ്ങൾക്കുവേണ്ടിയുള്ള നിയമാവലി'യിൽ പ്രകടമായിക്കാണാവുന്നത് സുവിശേഷാത്മക ജീവിതത്തിന്റേതായ ഒരു സന്യാസപാരമ്പര്യമാണ്. ഈ പാരമ്പര്യത്തിലാണ് കർശനാനുഷ്ഠാന സിസ്റ്റേർഷ്യൻ സഭയുടെ തുടക്കം. 1892-ൽ കർശനാനുഷ്ഠാനങ്ങൾ പാലിച്ചുവന്ന മൂന്നു സന്യാസസമൂഹങ്ങൾ ഒരുമിച്ചു ചേർന്ന് ഒരു സന്യാസസഭ രൂപം കൊണ്ടു. ഇതാണ് OCSO. ധ്യാനദർശന (contemplation)ത്തിനുവേണ്ടി മാത്രമായി ഉദ്ദേശിച്ചിട്ടുള്ള ഒരു സന്യാസ സ്ഥാപനമാണിത്. ആശ്രമസമൂഹപരമായ ഒന്നാണ് സിസ്റ്റേർഷ്യൻ ജീവിതക്രമം. ('എന്നിൽനിന്നും നമ്മിലേക്ക്' നടത്തുന്ന യാത്രയാണ് സമൂഹജീവിതം. സമൂഹജീവിതം ആവശ്യപ്പെടുന്ന ജീവിതബലിയും

ദ്ധ്യാനത്തിന്റെയും ഫലങ്ങൾ മറ്റുള്ളവരുമായി പങ്കുവയ്ക്കുന്നു. സ്ഥിരത എന്ന പ്രത്യേകവ്രതത്തിലൂടെ ഈ സന്യാസമൂഹത്തിന് നാം നമ്മെത്തന്നെ സമർപ്പിക്കുന്നു. ധ്യാനത്തിൽ ദൈവത്തിന്റെ നേർക്കുള്ള തങ്ങളുടെ ആഭിമുഖ്യത്തെ പരിപോഷിപ്പിക്കുവാനും പ്രകാശിപ്പിക്കുവാനും പര്യാപ്തമായ നിശ്ശബ്ദവും ലോകത്തിൽ നിന്നകന്നതുമായ ഒരന്തരീക്ഷത്തിലാണ് ഈ സമൂഹം ജീവിക്കുന്നത്. മറിയം ചെയ്തതുപോലെ ഇക്കാര്യങ്ങളെല്ലാം അവർ വിലമതിക്കുകയും ഹൃദയത്തിൽ സൂക്ഷിച്ച് ഗാഢമായി ചിന്തിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

**ദൈവവിളി, ഫോർമേഷൻ**

ആശ്രമത്തിൽ പല പ്രാവശ്യം സന്ദർശനം നടത്തുന്നതിലൂടെ പുതുതായി കടന്നുവരാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവർ സമൂഹാംഗങ്ങളുമായി പരിചയത്തിലാകുന്നു. സന്യാസജീവിതത്തിനാവശ്യമായ ആത്മീയമനോഭാവങ്ങൾ പ്രകടമാക്കുകയും ആവശ്യത്തിന് ആരോഗ്യവും പങ്കാളിയും വിദ്യാഭ്യാസയോഗ്യതയും ഉള്ളവരെ സഹോദരന്മാരായി സ്വീകരിക്കുന്നു. തുടർന്ന് പ്രധാനമായും നോവിഷ്യേറ്റ് (2 വർഷം).



താല്ക്കാലിക വ്രതവാഗ്ദാനം, നിത്യവ്രത വാഗ്ദാനം എന്നീ ഘട്ടങ്ങളിലൂടെ കടന്നുപോകുന്നു. ദൈവത്തിന്റെ കരുണാർദ്രമായ പരിപാലനയ്ക്ക് തന്നെത്തന്നെ വിശ്വാസപൂർവ്വം വിട്ടുകൊടുത്തുകൊണ്ടുള്ള ഒരു നല്ല തുടക്കം സന്യാസജീവിതത്തിൽ വളരെ ഗുണം ചെയ്യും. നിത്യവ്രതവാഗ്ദാനത്തിനുശേഷവും തങ്ങളുടെ ജീവിതാന്ത്യംവരെ സഹോദരന്മാർ 'ക്രിസ്തുതത്ത്വശാസ്ത്രം' പഠിച്ചുകൊണ്ടേയിരിക്കുന്നു.

ക്ലോറിക്കൽ സ്റ്റേറ്റ്സിഡിലുള്ളതാണ് OCSO. തന്റെ ആശ്രമത്തിലെ ആവശ്യങ്ങളെ കരുതി ആബട്ടിൻ (ആശ്രമാധിപൻ) ഒരു സന്യാസിയിലെ വൈദികനോ ഡീക്കനോ ആയി അഭിഷേകം ചെയ്യപ്പെടണമെന്ന് തീരുമാനിക്കാം എന്നുവരികിലും സന്യാസത്തിന് അത്യാവശ്യമുള്ളതല്ല പൗരോഹിത്യ ശുശ്രൂഷ.

ഭാഷാന്തരം ചെയ്ത് 4 വാല്യങ്ങളായി പ്രസിദ്ധീകരിച്ചു. രണ്ടാം വത്തിക്കാൻ കൗൺസിൽ ആഹ്വാനമനുസരിച്ച് ഭാരതീയ പുജ തുടങ്ങിയ സാംസ്കാരികാനുരൂപണ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് പ്രവാചകതുല്യമായ ധീരതയോടെ നേതൃത്വമേകി. 1998-ൽ ആശ്രമം സിസ്റ്റേർഷ്യൻ സന്യാസസഭയിലെ ഒരു ആബിയിയായി അംഗീകരിക്കപ്പെട്ടു. തന്റെ ജീവിതനിയോഗം പൂർത്തിയാക്കിയ സംതൃപ്തിയോടെ, 2002 ജനുവരി 31-ന് ആചാര്യ അന്ത്യയാത്രയായി. ആചാര്യയുടെ കബറിടത്തിൽ പ്രാർത്ഥനയ്ക്കും അനുഗ്രഹത്തിനുമായി നാനാജാതി മതസ്ഥർ എത്തുന്നുണ്ട്.

സന്യാസ ദൈവവിളിയുമായി മുഖാമുഖം കണ്ട്, അതുമായി ഒരു മൽപ്പിടുത്തം നടത്തുകയെന്നത് ആഴമേറിയ ഒരനുഭവമാണ്. ഈയൊരു വിളിയാകട്ടെ അധികം പേർക്കൊന്നും ലഭിക്കാത്ത ഒരു മഹാദാനവും. ഒരു വശത്ത് തീവ്രഭൗതികവാദം, മതനീരസം



**ഫാ. ഫ്രാൻസിസും കുരിശുമല ആശ്രമസ്ഥാപനവും**

ഒരു ട്രാപ്പിസ്റ്റ് (OCSO) സന്യാസിയാ യ ഫാ. ഫ്രാൻസിസ്, 1931-ൽ ഗാസിജിയെ ലണ്ടനിൽവെച്ച് കണ്ടതും ഇന്ത്യയെക്കുറിച്ചുള്ള സ്വപ്നങ്ങൾ മുളയെടുത്തതും അക്ഷീണ പരിശ്രമ ഫലമായി ഇന്ത്യയിലെത്തിച്ചേർന്നതും ഭാരതത്തെ തൊട്ടറിഞ്ഞ്, തിരുവല്ല രൂപത മെത്രാൻ അഭി. അത്തനാസിയോസ് പിതാവിന്റെ ക്ഷണമനുസരിച്ച് ഫാ. ബീഡ് ഗ്രിഫിത്സ് OSB -യോടൊപ്പം കുരിശുമല ആശ്രമത്തിന് രൂപം നൽകുകയും ചെയ്തത് ചരിത്രം. ദാനമായി ലഭിച്ച വാഗ്ദത്ത ഭൂമി തേനും പാലും ഒഴുകുന്നതായിരുന്നില്ല. പ്രതിബന്ധങ്ങൾ ഏറെയുണ്ടായിരുന്നു. അബ്രാഹത്തിന്റെ വിശ്വാസചൈതന്യവും ജോബിന്റെ ദീർഘക്ഷമയും കൈമുതലാക്കി അദ്ദേഹം മുന്നോട്ടുപോയി. അംഗസംഖ്യ വർദ്ധിച്ചു. സ്ഥിരവരുമാന മാർഗ്ഗമായി ഡയറി ഫാം, ചുറ്റുപാടുമുള്ള ദരിദ്രരുടെ ക്ഷേമത്തിനായുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ, ഇറാക്കിലെ മൊസൂളിൽ ചെന്ന് പെങ്കീസോ പ്രാർത്ഥനാ പുസ്തകം കണ്ടെത്തി ഇംഗ്ലീഷിലേക്ക്

മറുവശത്ത് മതതീവ്രവാദം, ഇതര മതങ്ങളോടുള്ള അസഹിഷ്ണുത തുടങ്ങിയവ വേരോടുന്ന തമസ്കരിക്കപ്പെട്ട ഒരു ലോകത്തിന് വെളിച്ചമേകാൻ ആദരവിന്റെ ഒരു സംസ്കാരം പ്രചരിപ്പിക്കുന്ന, ലോകം വില കല്പിക്കുന്നതിന് തെല്ലും വില കല്പിക്കാത്ത, ഏകാന്തതയെ സ്നേഹിക്കുന്ന, അകാമനും (ആഗ്രഹങ്ങളിൽനിന്നും മുക്തൻ) അപ്തകാമനും (എല്ലാ ആഗ്രഹങ്ങളും നിറവേറ്റപ്പെട്ടവൻ) ആയ ശാന്തിദുതന്മാരെ ലോകത്തിന്, അതിന്റെ നിലനില്പിന് ആവശ്യമുണ്ട്; ശരീരത്തിന് ഒരു ഹൃദയം ആവശ്യമുള്ളതുപോലെ.

**ഉപസംഹാരം:** ലത്തീൻ സഭയിൽനിന്നും കൊണ്ടുവരപ്പെട്ട ഒരു തൈച്ചെടി ആചാര്യ നട്ടു. ഇന്നിന്റെ ആവശ്യംകണ്ട് അതിനെ കൂടുതൽ കായ്ക്കാനായി വെട്ടിയൊരുക്കി. സുവിശേഷത്തിന്റെയും സഭാപിതാക്കന്മാരുടെയും പാത പിന്തുടർന്ന് പരിത്യാഗമനോഭാവമുള്ള ഒരു യഥാർത്ഥ സന്യാസിയാ യായി സഭയ്ക്കും ലോകത്തിനും നന്മ ചെയ്ത്, ലോകത്തിന് ഒരു നല്ല ഓർമ്മയായിത്തീരാനുള്ള ശ്രമം നടത്തുകയാണ് ആശ്രമസമൂഹത്തിൽ ഓരോരുത്തരും ചെയ്യുന്ന പ്രധാന കർമ്മം.



# താക്രോഗം

ഡോ. റ്റി. പി. തങ്കപ്പൻ എം. ഡി.  
 (പ്രൊഫസർ, ത്വക് രോഗ വിഭാഗം,  
 പ്രിൻസിപ്പാൾ,  
 പുഷ്പഗിരി മെഡിക്കൽ കോളജ്)

ഇന്ന് കേരളത്തിൽ പ്രത്യേകിച്ചും മദ്ധ്യതിരുവിതാംകൂറിൽ അറിയപ്പെടുന്ന ഒരു താക്രോഗ ചികിത്സാ കേന്ദ്രമാണ് പുഷ്പഗിരി മെഡിക്കൽ കോളജ് ആശുപത്രി. 1985 മുതൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും 2002-ൽ ആണ് ഒരു മെഡിക്കൽ കോളജിന്റെ തലത്തിലേക്കുയർത്തപ്പെട്ടത്. വിവിധ തരത്തിലുള്ള താക്രോഗങ്ങളും മറ്റു കേന്ദ്രങ്ങളിൽ നിന്നു റഫർ ചെയ്യപ്പെടുന്ന കേസുകളും ഇവിടെ കൈകാര്യം ചെയ്യപ്പെടുന്നു. ഇൻഡ്യൻ മെഡിക്കൽ കൗൺസിലിന്റെ അംഗീകാരമുള്ള ബിരുദാനന്തര ബിരുദ ഡിപ്ലോമ കോഴ്സും(ഡിഡിവിഎൽ) ഡെർമറ്റോളജി, ലൈംഗികരോഗം, ലെപ്രസി, എം. ഡി. കോഴ്സും നടത്തപ്പെടുന്നു.

### ത്വക്രോഗ വിഭാഗത്തിലെ മറ്റു പ്രത്യേക സൗകര്യങ്ങൾ

1. താക്രോഗ സംബന്ധമായ എല്ലാ അസുഖങ്ങളും, തലമുടി, രോമകുപ്പങ്ങൾ, വിയർപ്പുഗ്രന്ഥികളുടെയും കൊഴുപ്പു ഗ്രന്ഥികളുടെയും നഖങ്ങളുടെയും മറ്റും എല്ലാ അസുഖങ്ങളും, മറ്റ് അവയവങ്ങളുടെ ഗുരുതരമായ പ്രവർത്തന വൈകല്യങ്ങൾകൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന താക്രോഗങ്ങളും ചികിത്സിക്കുവാനുള്ള സൗകര്യവും ഉണ്ട്.
2. ലൈംഗികരോഗങ്ങളും (Sexually Transmitted Diseases, Sexual Problems) ലൈംഗിക പ്രശ്നങ്ങളും.
3. കുഷ്മരോഗവും അതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട എല്ലാപ്രശ്നവും രോഗികൾക്ക് വേണ്ടത്ര സ്വകാര്യത

- യോടെ ചികിത്സിക്കപ്പെടുന്നു.
4. തൊലിപ്പുറത്തു വരുന്ന ചെറിയതും വലുതുമായ മുഴകളും മറ്റും കോട്ടറി, ക്രയോതെറാപ്പി മുതലായ മാർഗ്ഗങ്ങളിലൂടെ നീക്കം ചെയ്യുന്നു.
  5. തൊലിപ്പുറത്തുണ്ടാകുന്ന എല്ലാ സൗന്ദര്യപ്രശ്നങ്ങൾക്കും വേണ്ട രീതിയിൽ (പീലിങ്, കോട്ടെറി, ഗ്രാഫ്റ്റിംഗ്, റ്റാറ്റു, മറ്റു മാർഗ്ഗങ്ങളിലൂടെ) പരിഹാരം കണ്ടെത്തുന്നു.

### ചില പ്രത്യേക ചികിത്സാ മാർഗങ്ങൾ

1. അയണ്ടോഫൊറെസിസ് - കൈവെള്ളയിലും കാൽ വെള്ളയിലും കാണപ്പെടുന്നവ.
2. ശരീരം മുഴുവനും അൾട്രാവയലറ്റ് ലൈറ്റ് അടിക്കുന്ന ചികിത്സയായ പുവാ തെറാപ്പി കൊടുക്കുവാനുള്ള യുവി ബുത്ത് സൗകര്യം (സോറിയാസിസ്, വെള്ളപ്പാണ്ട്, അറ്റോപിക് ഡെർമറ്റൈറ്റിസ്). രാവിലെ 8.30 മുതൽ രാത്രി 8 പി.എം. വരെ ചികിത്സിക്കാനുള്ള സൗകര്യം വാർഡിൽ ഉണ്ടായിരിക്കും.
3. കാലിലും കൈയിലും മാത്രം ലൈറ്റ് അടിക്കുവാനുള്ള ഹാൻഡ് ഫുട്ട് യുവിഎ, യുവിബി യൂണിറ്റ്.
4. രോഗം കണ്ടെത്താനുള്ള ബയോപ്സി, പാച്ച് ടെസ്റ്റ്, ഫോറ്റോ പാച്ച് ടെസ്റ്റ് മുതലായവ.
5. ക്രയോതെറാപ്പി - അരിമ്പാറകൾ വേദനയില്ലാതെ നീക്കം ചെയ്യാൻ
6. കെമിക്കൽ കോട്ടറി - അരിമ്പാറ, മൊളസ്കം



കണ്ടേഗിയൊസം

7. കെമിക്കൽ പീലിങ് - കണ്ണിനടിയിൽ കാണുന്ന മഞ്ഞ നിറത്തിലുള്ള തടിപ്പുകൾ (കൊളസ്ട്രോൾ അടിഞ്ഞുകൂടുന്നത്)

8. റേഡിയോ കോട്ടേറി, ഇലക്ട്രോ കോട്ടേറി - അരിമ്പാറകൾ, ചെറിയ മുഴകൾ എന്നിവ

9. ത്വക്കിനകത്തേക്കുള്ള കുത്തിവെയ്പ്പുകൾ - കീലോയിട്, കട്ടിയുള്ള വടുക്കൾ എന്നിവയ്ക്ക്

10. ഐക്സോളിക് ആസിഡ്, റ്റിസി.എ. പീൽസ് - മുഖക്കുരുവിനുശേഷമുള്ള വടുക്കൾ, കറുത്തപാടുകൾ

11. സബ്സിഷൻ, സ്കാർ റിവിഷൻ, കാരകൾ നീക്കംചെയ്യൽ - മുഖക്കുരു കൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന കുഴിഞ്ഞ വടുക്കൾ

12. സോസറൈസേഷൻ - കരിയാൻ പ്രയാസമുള്ള പാദത്തിനടിയിലുള്ള വ്രണങ്ങൾക്ക്

13. ലേസർ ചികിത്സ - അനാവശ്യ രോമവളർച്ചയ്ക്കും കറുത്തപാടുകൾക്കും വടുക്കൾക്കും

14. വെഡ്ജ് റിസക്ഷൻ, നെയിൽ അവൾഷൻ - കുഴിനഖത്തിന്

15. മിനി, മൈക്രോ പബ്ബ് ഗ്രാഫ്റ്റിങ്, റിജുവെനേഷൻ തെറാപ്പി

16. ഐപിഎൽ - വേദനരഹിതമായ രോമനിവാരണം

17. എർബിയം യാഗ് ലേസർ - മുഖത്തെ കറുത്തപാടുകളും മുഖക്കുരു കാരണം ഉണ്ടായ പാടുകളും മറ്റും നീക്കം ചെയ്യാൻ.

18. Q Switched Nd Yag Laser - പച്ച കുത്തിയ പാടുകൾ

കളും മറ്റും നീക്കം ചെയ്യാൻ.

19. Hair Transplantation (FUE & FUT) - കഷണ്ടിക്കും രോമവളർച്ച കുറഞ്ഞ ഭാഗങ്ങളിലും രോമം നഷ്ടപ്പെട്ട ഭാഗങ്ങളിലും രോമം വച്ചുപിടിപ്പിക്കലും സുസ്ഥിരമായി രോമ വളർച്ച ഉറപ്പാക്കാൻ.

20. അലർജി ടെസ്റ്റുകൾ

### ആരോഗ്യമുള്ള ചർമ്മത്തിന്

1. മുഖവും ശരീരവും ദിവസവും രാവിലെയും വൈകുന്നേരവും മൃദുവായ സോപ്പ് ഉപയോഗിച്ച് കഴുകുക. നാല്പതു വയസിനു ശേഷം രണ്ടു നേരം വൃത്തിയാക്കൽ ആവശ്യമില്ല.
2. ത്വക്ക് ഉണങ്ങാതിരിക്കാൻ എണ്ണമയമുള്ള ലേപനങ്ങളും ജലാംശം നിലനിർത്തുന്ന ക്രീമുകളും മറ്റും ഉപയോഗിക്കുക. ഉണങ്ങിയിരിക്കുന്ന തൊലി പ്രായം കൂടുതൽ തോന്നിപ്പിക്കും.
3. പകൽ സമയം അൾട്രാ വയലറ്റ് രശ്മികൾ തടയുന്ന സൺ സ്ക്രീമുകൾ വസ്ത്രങ്ങൾ മറയ്ക്കാത്ത ഭാഗങ്ങളിൽ പുരട്ടുക.
4. മാനസിക സംഘർഷവും ആധിയും ത്വക്ക്രോഗങ്ങൾക്കു വഴിവെക്കുമെന്ന് ഓർക്കുക.
5. ധാരാളം ഇലക്കറികളും പഴങ്ങളും കഴിക്കുക.
6. ഒമേഗ 3 ഫാറ്റി ആസിഡുകൾ ഉള്ള മത്സ്യങ്ങൾ (മത്തി), ആൽമണ്ട്സ് കഴിക്കുക. വനസ്പതി, ഡാൽഡ, മൃഗക്കൊഴുപ്പുകൾ തുടങ്ങിയവ പരമാവധി ഒഴിവാക്കുക.
7. ദിവസവും വ്യായാമം ചെയ്യുക. വ്യായാമം ചെയ്യുന്നത് കോശങ്ങളിൽ ഓക്സിജൻ ധാരാളം കിട്ടാൻ ഇടയാക്കും.

### പുഷ്പഗിരിയിൽ ലഭ്യമായ ചികിത്സാ സംവിധാനങ്ങൾ

ഔട്ട് പേഷ്യന്റ് വിഭാഗം (ത്വക്ക്രോഗം, ലൈംഗിക രോഗങ്ങൾ, കുഷ്ഠരോഗം, ചർമ്മസൗന്ദര്യപ്രശ്നങ്ങൾ)

മുപ്പത് രോഗികളെ കിടത്തി ചികിത്സിക്കാനുള്ള വാർഡ് സൗകര്യം.

ത്വക്ക്രോഗ ശസ്ത്രക്രിയ വിഭാഗവും ലേസർ ചികിത്സാ വിഭാഗവും.

റിസേർച്ച് ലൈബ്രറി

ഫോട്ടോതെറാപ്പി, പ്രത്യേക തരം മരുന്നുവെള്ളത്തിലുള്ള സ്നാനം (Starch bath, Potassium permanganate soln. bath, coal tar bath)



# നോമ്പാചരണത്തിന് ഒരു മാതൃക

മാനസാന്തരവും ജീവിത നവീകരണവും ഞൊടിയിടയിൽ സംഭവിക്കുന്ന ഒരു മാജിക്കല്ലെ. അതൊരു ജീവിതകാലം മുഴുവനും സംഭവിക്കേണ്ട പ്രക്രിയയാണ്. അതു നമുക്ക് കാട്ടിത്തരുന്ന ഒരു മഹാവിശുദ്ധനാണ് സഭാപിതാവായ സെന്റ് അഗസ്റ്റിൻ. സെന്റ് അഗസ്റ്റിനിൽ വിശ്വാസികൾ മാതൃകയാക്കേണ്ട ഒരു ത്രിവിധ മാനസാന്തരം കാണാനാവുമെന്ന് ബെനഡിക്ട് പതിനൊന്നാമൻ പാപ്പായുടെ പ്രതിവാദ സന്ദേശത്തിൽ പഠിപ്പിക്കുന്നത് വളരെ ശ്രദ്ധേയമാണ് (ഫെബ്രു 27, 2008)

സെന്റ് അഗസ്റ്റിൻ ക്രിസ്തീയ ജീവിതം കണ്ടെത്തുന്നതു മുതൽ അദ്ദേഹത്തിൽ സംഭവിക്കുന്ന പരിവർത്തനത്തിന്റെ പടവുകളെയാണ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ ത്രിവിധ മാനസാന്തരമായി അവതരിപ്പിക്കുന്നത്. അഗസ്റ്റിന്റെ ഒന്നാമത്തെ മാനസാന്തരം നമുക്കെല്ലാം പരിചിതമായ ഒന്നാണ്. ഒരു തികഞ്ഞ കത്തോലിക്കാവിശ്വാസിയായ തന്റെ അമ്മ മോനിക്കായുടെ മൂലപ്പാലിലൂടെ ഈശോയോടുള്ള സ്നേഹം തന്നിലേയ്ക്കൊഴുകിയിറങ്ങി എന്നു പിന്നീട് ഏറ്റുപറയുന്ന അഗസ്റ്റിൻ പക്ഷെ, തന്റെ യുവത്വം ദൈവത്തെ മറന്നാണ് ജീവിച്ചത്. ലാറ്റിൻ-ഗ്രീക്ക് വിജ്ഞാനത്തിലും പ്രഭാഷണകലയിലും ഉന്നത വിജയം നേടിയ ചെറുപ്പക്കാരനായ അഗസ്റ്റിൻ സിസറോയുടെ “ഹോർട്ടെൻസിയൂസ്” എന്ന കൃതി വായിച്ചപ്പോൾ വിജ്ഞാനത്തിലൂടെ അമർത്യതയിലേക്കുള്ള അദ്ദേഹമായ ഒരു ആകർഷണമുണ്ടായെങ്കിലും അത് യഥാർത്ഥ സത്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള വിജ്ഞാനമല്ലായിരുന്നു.



**വിനയത്തിലും ദൈവഭയത്തിലും അനുതാപത്തിലും പാപപരിഹാരത്തിലും തന്റെ സഹനകളുടെ കുരിശ് ഏറ്റെടുക്കുന്ന ഈ മൂന്നാം മാനസാന്തരമാണ് അഗസ്റ്റിനെ വിശുദ്ധ അഗസ്റ്റിനാക്കിയത്.**

പ്ലേറ്റോയുടെ തത്ത്വചിന്തയിലൂടെ യുക്തിയുടെ ദൈവമായ ലോഗോസിനെക്കുറിച്ച് പഠിച്ചെങ്കിലും യഥാർത്ഥ വചനമായ ദൈവം അഗസ്റ്റിനിൽനിന്ന് അകലെയായിരുന്നു. ലോകത്തിൽ നടക്കുന്ന നന്മ തിന്മകൾ തമ്മിലുള്ള ദ്വന്ദ്വം

ധത്തിൽ തിന്മയുപേക്ഷിച്ച് നന്മയുടെ വഴി കാട്ടിക്കൊടുക്കാമെന്ന വാഗ്ദാനം നൽകിയ മാനിക്കേയൻ മതവിശ്വാസവും അദ്ദേഹത്തിന് യഥാർത്ഥ വഴി കാട്ടിക്കൊടുത്തില്ല. മകന്റെ മാനസാന്തരത്തിനു വേണ്ടി വി. മോനിക്ക കണ്ണിരൊഴുക്കുമ്പോഴും മകൻ ലോകവിജ്ഞാന സന്തോഷങ്ങളുടെയും തുടർന്ന് തിന്മയുടെ അഴുക്കുപാലിലൂടെയും നീങ്ങുകയായിരുന്നു. പുറമെ വിജ്ഞാനിയും സമ്പന്നനും പ്രസിദ്ധനുമായ അഗസ്റ്റിൻ എന്ന അദ്ധ്യാപകൻ അവിഹിതബന്ധത്തിൽ പിറന്ന കുഞ്ഞുമായി മിലാനിൽ വി. അംബ്രോസിന്റെ പ്രഭാഷണങ്ങൾ കേൾക്കാനെത്തിയത് ഉള്ളിൽ ആത്മീയ ദാരിദ്ര്യത്തിന്റെ ശൂന്യമായ ഹൃദയവുമായിരുന്നു. അംബ്രോസിന്റെ പ്രഭാഷണങ്ങൾ കേൾക്കാനെത്തിയ അഗസ്റ്റിൻ ക്രമേണ സുവിശേഷസന്ദേശങ്ങളിലേക്കുകർഷിക്കപ്പെട്ടു.

ഒടുവിൽ എടുത്തു വായിക്കുക-എടുത്തു വായിക്കുക എന്ന ഒരു ശിശുവിന്റേതുപോലുള്ള ശബ്ദം അദ്ദേഹത്തിന്റെ കാതുകളിൽ ഈണത്തിൽ മുഴങ്ങി. അദ്ദേഹം വീട്ടിലെത്തി പൗലോസ് സ്റ്റീഫോയുടെ ലേഖന ഗ്രന്ഥം തുറന്നു വായിച്ചു: “പകലിനെയോജ്യമായി നമുക്ക് ജീവിക്കാം. സുഖലോലുപതയും വിഷയാസക്തിയും ദുർവൃത്തിയും കലഹവും അസുയയും വെടിഞ്ഞ് മാനുഷമായി പക

ലിനുയോജിച്ചവിധം നമുക്ക് വ്യാപരിക്കാം. കർത്താവായ ഈശോമിശിഹായെ നിങ്ങൾ ധരിക്കുവിൻ (റോമ 13:13-14). അഗസ്റ്റിന്റെ ഒന്നാം മാനസാന്തരം ഇതായിരുന്നു. 387 ഏപ്രിൽ 24 ലെ ഉയർപ്പുജാഗരണ രാത്രിയിൽ മകൻ അദ്ദേയദാത്തുസിനൊപ്പം അദ്ദേഹം മാമ്മോദിസാ സ്വീകരിച്ചു.

മാമ്മോദിസായ്ക്കു ശേഷം ഈശോയ്ക്കായി സമ്പൂർണ്ണ സമർപ്പിതമായി പ്രാർത്ഥനയിലും പഠനത്തിലും ചെലവഴിക്കാൻ അദ്ദേഹം ഒരു പ്രാർത്ഥനാ സമൂഹം സ്ഥാപിച്ചു. ഇവിടെയാണ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ രണ്ടാം മാനസാന്തരം സംഭവിച്ചതെന്ന് ബെനഡിക്ട് പാപ്പാ ചൂണ്ടിക്കാട്ടുന്നത്. സ്വന്തം പുണ്യ പൂർണ്ണതയും ആത്മരക്ഷയും കാംക്ഷിച്ച് പിൻവലിഞ്ഞ അഗസ്റ്റിൻ സഭയുടെ വിവിധ ആവശ്യങ്ങളിലേക്ക് വിളിക്കപ്പെടുകയായിരുന്നു. തുടർന്ന് അദ്ദേഹം ഒരു വൈദികനായി. പിന്നീട് മെത്രാനായി തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ടു. തനിക്ക് ഇഷ്ടമല്ലായിരുന്നിട്ടുകൂടി സഭയുടെ ആവശ്യങ്ങൾക്കുവേണ്ടി ഒരു അജപാലന്റെ ദൗത്യം അദ്ദേഹം ഏറ്റെടുത്തു. പഠനങ്ങളും അബദ്ധവിശ്വാസികൾക്കെതിരെയുള്ള പ്രബോധനങ്ങളും സഭയുടെ നൂറുനൂറാവശ്യങ്ങൾക്കുമായി അദ്ദേഹം സമ്പൂർണ്ണമായി സമർപ്പിച്ചു.

മൂന്നാമത്തെ മാനസാന്തരമായി ബെനഡിക്ട് പിതാവ് ചൂണ്ടിക്കാട്ടുന്നത് അദ്ദേഹത്തിന്റെ അനുദിന പരിഹാര ജീവിതമാണ്. മാമ്മോദിസായിലും പരി. കുർബാനയിലും തിരുപ്പട്ടത്തിലും കൂടി ലഭിച്ച കൃപയിൽ പൂർണ്ണ വിനയത്തോടും പാപപരിഹാരമനോഭാവത്തോടും കൂടി അനുദിനം മുന്നേറുന്ന ഒരു പ്രക്രിയയായിരുന്നു ഇത്. ഹിപ്പോ നഗരം ശത്രുക്കളാൽ ചുറ്റപ്പെട്ടും ആശ്രമങ്ങളും പള്ളികളും കൊള്ളയടിക്കപ്പെട്ടും ഉള്ള അദ്ദേഹത്തിന്റെ അവസാനകാലം വാർദ്ധക്യത്തിന്റെ രോഗപീഡകൾ കൊണ്ടും ആതുരമായിരുന്നു. അപ്പോഴും തന്റെ മുറിയുടെ ഭിത്തിയിൽ അനുതാപ സങ്കീർത്തനങ്ങൾ ആത്മകഥാകാരൻ വിവരിക്കുന്നുണ്ട്. വിനയത്തിലും ദൈവഭയത്തിലും അനുതാപത്തിലും പാപ പരിഹാരത്തിലും തന്റെ

സഹനകളുടെ കുരിശ് ഏറ്റെടുക്കുന്ന ഈ മൂന്നാം മാനസാന്തരമാണ് അഗസ്റ്റിനെ വിശുദ്ധ അഗസ്റ്റിനാക്കിയത്. പ്രസംഗത്തിലും എഴുത്തിലും മാത്രമല്ല ജീവിതത്തിലും മിശിഹായുടെ സുവിശേഷത്തിന്റെ ഭാഷ്യം രചിക്കാൻ തീരത്തെടുക്കപ്പെട്ട അഗസ്റ്റിന്റെ ത്രിവിധ മാനസാന്തരകഥ വിശ്വാസികളായ നമുക്കും ഈ നോമ്പുകാലത്ത് ഒരു സാധനപാഠമാണ്.

**ഉപകാരസ്മരണ**



തോപ്പിൽ കളത്തിൽ, നെല്ലാട്

**ഉദ്ദിഷ്ടകാര്യത്തിന് ഉപകാര സ്മരണ താമസിച്ചതിന് ക്ഷമാപനം യുദാശ്ശീഹായോടുള്ള പ്രാർത്ഥന**

മിശിഹായുടെ ചാർച്ചക്കാരനും/ വിശ്വസ്തദാസനുമായ വി. യുദാതദേവ്യസേ/ ഒറ്റിക്കൊടുത്തവന്റെ പേരുമൂലം മഹിമയേറിയ അപ്പസ്തോലനായ അങ്ങ്/ വിസ്തരിക്കപ്പെടുവാൻ കാരണമായി./ എന്നാൽ കത്തോലിക്കാസഭ മുഴുവനും/ അങ്ങയെ നിരാശ്രയേയും അസാദ്ധ്യകാര്യങ്ങളുടെയും/ മദ്ധ്യസ്ഥനായി ബഹുമാനിക്കുകയും/ അങ്ങയോട് അഭ്യർത്ഥിക്കുകയും ചെയ്യുന്നുവല്ലോ./ നിരവധി ക്ലേശങ്ങൾ അനുഭവിക്കുന്ന എനിക്ക്/ അങ്ങയുടെ മദ്ധ്യസ്ഥതയിൽ **(ഇവിടെ ആവശ്യം പറയുക)** / ഈ അനുഗ്രഹം സാധിച്ചു തരണമേ. / എന്റെ എല്ലാ ആവശ്യങ്ങളിലും/ വിശിഷ്യ ഇപ്പോൾ എനിക്കു നേരിട്ടിരിക്കുന്ന അപത്തിലും/ എന്നെ പ്രത്യേകം സംരക്ഷിക്കണമേ. / ഈ ഉപകാരം ഞാൻ എന്നും ഓർത്തുകൊള്ളാമെന്നും/ എന്റെ പ്രത്യേക മദ്ധ്യസ്ഥനായി/ അങ്ങയെ നിരന്തരം ബഹുമാനിച്ചുകൊള്ളാമെന്നും/ ഞാൻ വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്നു.

**ഒരു വിശ്വാസി**

**യുദാശ്ശീഹായോടുള്ള പ്രാർത്ഥന**

മിശിഹായുടെ ചാർച്ചക്കാരനും/ വിശ്വസ്തദാസനുമായ വി. യുദാതദേവ്യസേ/ ഒറ്റിക്കൊടുത്തവന്റെ പേരുമൂലം മഹിമയേറിയ അപ്പസ്തോലനായ അങ്ങ്/ വിസ്തരിക്കപ്പെടുവാൻ കാരണമായി./ എന്നാൽ കത്തോലിക്കാസഭ മുഴുവനും/ അങ്ങയെ നിരാശ്രയേയും അസാദ്ധ്യകാര്യങ്ങളുടെയും/ മദ്ധ്യസ്ഥനായി ബഹുമാനിക്കുകയും/ അങ്ങയോട് അഭ്യർത്ഥിക്കുകയും ചെയ്യുന്നുവല്ലോ./ നിരവധി ക്ലേശങ്ങൾ അനുഭവിക്കുന്ന എനിക്ക്/ അങ്ങയുടെ മദ്ധ്യസ്ഥതയിൽ **(ഇവിടെ ആവശ്യം പറയുക)** / ഈ അനുഗ്രഹം സാധിച്ചു തരണമേ. / എന്റെ എല്ലാ ആവശ്യങ്ങളിലും/ വിശിഷ്യ ഇപ്പോൾ എനിക്കു നേരിട്ടിരിക്കുന്ന അപത്തിലും/ എന്നെ പ്രത്യേകം സംരക്ഷിക്കണമേ. / ഈ ഉപകാരം ഞാൻ എന്നും ഓർത്തുകൊള്ളാമെന്നും/ എന്റെ പ്രത്യേക മദ്ധ്യസ്ഥനായി/ അങ്ങയെ നിരന്തരം ബഹുമാനിച്ചുകൊള്ളാമെന്നും/ ഞാൻ വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്നു.

**നിത്യ ജോൺ, കൊച്ചിന**

**വിവാഹ ഒരുക്ക സെമിനാർ 2015**  
 സ്ഥലം: ശാന്തിനിലയം, തിരുവല്ല.  
 ഫോൺ 0469 - 2603968, 9446270259,  
 9447617877

**തീയതി:** ഫെബ്രുവരി 3, 4, 5 - 17,18,19  
 മാർച്ച് 3, 4, 5 - 24, 25, 26

**നിർദ്ദേശങ്ങൾ**

- സെമിനാറിൽ പങ്കെടുക്കുന്നവർ മുമ്പ് ദിവസം മുൻപെങ്കിലും പേര് രജിസ്റ്റർ ചെയ്യണം.
- സെമിനാർ ചൊവ്വാഴ്ച രാവിലെ 9.00 ന് ആരംഭിച്ച് വ്യാഴാഴ്ച വൈകുന്നേരം 4 മണിക്ക് അവസാനിക്കും.
- സെമിനാറിൽ പൂർണ്ണമായും പങ്കെടുക്കുന്നവർക്ക് മാത്രമേ സർട്ടിഫിക്കറ്റ് നൽകുകയുള്ളൂ.
- രജിസ്ട്രേഷൻ ഫീസ് 750 രൂപയായിരിക്കും. പങ്കെടുക്കുന്നവർ വികാരിയുടെ സാക്ഷ്യപത്രവും 2 ഫോട്ടോയും കൊണ്ടുവരണം.
- സെമിനാറിന്റെ അവസാന ദിവസമായ വ്യാഴാഴ്ച 2 മണിക്ക് വിവാഹ ഒരുക്ക സെമിനാറിൽ പങ്കെടുക്കുന്ന കുട്ടികളുടെ മാതാപിതാക്കൾക്കായി പ്രത്യേക ക്ലബ്ബ് ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതാണ്. ഇതിൽ എല്ലാ മാതാപിതാക്കളും നിർബന്ധമായും പങ്കെടുക്കണം.

# അമ്മ മമ്മസ്സ്



സി. സോണിയ OSS

സെക്രട്ടറി, ഫാമിലി അപ്പോസ്തലേറ്റ്

നേക്കാൾ അവർക്കിഷ്ടം പരിഗണിക്കാനും മറ്റുള്ളവരെ തങ്ങളോട് ചേർത്തുനിർത്താനുമാണ്.

അവർക്ക് എപ്പോഴും കരുതലുകളുണ്ട്. വീട്ടിൽനിന്ന് അകലെയായിരിക്കുന്ന മക്കൾ അവിടെ എത്രനല്ല ഭക്ഷണമാണ് കഴിക്കുന്നതെങ്കിലും, അമ്മമാർ ചിലപ്പോൾ വീട്ടിൽ കിട്ടുന്ന നല്ല സാധനങ്ങൾ അവർപോലും കഴിക്കാതെ ദൂരെയുള്ള മക്കൾ വരുന്നതുവരെ സൂക്ഷിച്ചുവയ്ക്കും.

സിനിമാതാരം മഞ്ജുവാര്യർ ഓരോർമ്മക്കുറിപ്പിൽ തന്റെ അമ്മയെക്കുറിച്ച് ഇങ്ങനെ എഴുതി: “അമ്മ ഒരിക്കലും മുന്നിലിരുന്ന് എന്റെ ഡാൻസ് കണ്ടിട്ടില്ല. എനിക്കുള്ള ചായ കരുതിയ ഫ്ളാസ്കുമായി അമ്മ കർട്ടനരികിലാണ് നിന്നിട്ടുള്ളത്. അമ്മ അതിന്റെ വിട

വിലുടെ നോക്കുന്നത് കളിക്കുന്നതിനിടയിൽ പലപ്പോഴും ഞാൻ കണ്ടിട്ടുണ്ട്. നിന്നുനിന്ന് അമ്മയുടെ കാല് കഴച്ചിട്ടുണ്ടായിരിക്കാം...” അതെ അമ്മമാർ പലപ്പോഴും കർട്ടനു പിറകിലാണ്, പ്രാർത്ഥനകളോടെ, കരുതലുകളോടെ, സ്വപ്നങ്ങളോടെ...

2012 മെയ് മാസത്തിൽ ആലപ്പുഴയിലെ കായംകുളത്ത് ലഹരിമരുന്ന് വാങ്ങാൻ പണം കൊടുക്കാത്തതിന്റെ പേരിൽ മകൻ ഹോളോ ബ്രിക്സുകൊണ്ട് ഇടിച്ചുകൊലപ്പെടുത്തിയ അമ്മയും, ഇടുകിയിലെ മരയൂരിൽ മകൻ കോടാലികൊണ്ട് അടിച്ചുകൊന്ന അമ്മയും, ആറ്റിങ്ങലിൽ മക്കൾ പട്ടിക്കൂട്ടിൽ അടച്ച അമ്മയും എല്ലാം പലരാത്രികളിലും ഉണ്ണാതെ, ഉറങ്ങാതെ, മക്കൾക്കുവേണ്ടി

# അമ്മയ്ക്കായി.....

2012 നവംബർ 30-ലെ മലയാള മനോരമ പത്രത്തിന്റെ ആദ്യ പേജിൽ ഒരമ്മയെക്കുറിച്ചുള്ള വാർത്ത ഉണ്ടായിരുന്നു. തന്റെ കരളിന്റെ പകുതി മകനും, വൃക്കകളിലൊന്ന് മക്കൾക്കും കരുതിവച്ച അമ്മ. മകളുടെ രണ്ടു വൃക്കകളും രോഗം ബാധിച്ച് തകരാറിലായപ്പോൾ ആ അമ്മ ആശ്വസിപ്പിച്ചു, ധൈര്യപ്പെടുത്തി... “മോളേ എന്റെ വൃക്ക ഞാൻ നിനക്കു തരാം.” കുറച്ചു നാളുകൾക്കുശേഷം വീടിന്റെ ഏക ആശ്രയമായിരുന്ന മകൻ അബോധാവസ്ഥയിലായി ഹോസ്പിറ്റലിലായപ്പോൾ ഡോക്ടർമാർ അമ്മയെ അറിയിച്ചു, “മകന്റെ കരൾ നശിച്ചുപോയി, മാറ്റിവയ്ക്കണം.” അമ്മ പറഞ്ഞു, “എന്റെ കരൾ ഞാൻ അവന് കൊടുക്കാം.”

ചില അമ്മമാർ ഇങ്ങനെയാണ്. സ്നേഹം മുഴുവൻ തന്റെ മക്കൾക്കും കുടുംബാംഗങ്ങൾക്കും കൊടുക്കും. വേദനിക്കുമ്പോഴും നിസ്വാർത്ഥമായി അവർക്ക് സ്നേഹിക്കാനെ അറിയും. മറ്റുള്ളവർ തങ്ങളെ പരിഗണിക്കുന്നതി



കരുതലോടെ, കാത്തിരുന്നവരായിരിക്കാം. തങ്ങളുടെ പല ഇഷ്ടങ്ങളും മക്കൾക്കുവേണ്ടി വേണ്ടെന്നു വച്ചവരായിരിക്കാം. പക്ഷേ അവസാനം തങ്ങൾക്കുവേണ്ടി കാത്തിരുന്ന, സഹനങ്ങളിലൂടെ തങ്ങളെ വളർത്തിയ അമ്മമാരെ വേണ്ടെന്നു വയ്ക്കാൻ, ഇല്ലായ്മ ചെയ്യാൻ മക്കൾ വളർന്നു.

ഒരുപക്ഷേ അവരിൽ കുറവുകൂടും പോരായ്മകളും വാർദ്ധക്യത്തിന്റെ ദുർവാശികളും ഉണ്ടായിരിക്കാം. മക്കൾ പ്രതീക്ഷിക്കുന്ന പക്ഷതയും പൂർണ്ണതയുമൊന്നും എപ്പോഴും അവരിൽ കാണാൻ കഴിഞ്ഞെന്നുവരില്ല. നമുക്കൊന്നു ചിന്തിക്കാം, വർഷങ്ങൾക്കു മുൻപ് അവരുടെ പല ഇഷ്ടങ്ങളും വേണ്ടെന്നുവെച്ച, നമ്മെ ഉദരത്തിൽ വഹിക്കാനും, നമുക്ക് ജന്മം നൽകാനും അവർ തയ്യാറായല്ലോ. ജീവിതത്തിന്റെ പല നിർണ്ണായക നിമിഷങ്ങളിലും, അവർ നമ്മെ സ്നേഹിച്ചിരുന്നല്ലോ. ഒരുപക്ഷേ ആ സ്നേഹത്തിന്റെ പ്രകടനങ്ങൾ നാം പ്രതീക്ഷിച്ച രീതിയിൽ ആയിരുന്നില്ല എങ്കിലും...

ഇന്ന് മക്കൾ അമ്മമാരെ പലരെയും അനാഥാലയങ്ങളിലോ വൃദ്ധസദനങ്ങളിലോ ആക്കുന്നില്ലല്ലോ എന്ന് തെല്ലഹങ്കാരത്തോടെ പറഞ്ഞുനടക്കുന്നവരായിരിക്കാം. ഓർക്കുക, പലപ്പോഴും വീടുകളിലായിരിക്കുന്ന, വാർദ്ധക്യത്തിലെത്തിയ അമ്മമാർ തങ്ങളുടെ മക്കളാൽ ശ്രദ്ധിക്കപ്പെടാതെ, താനൊരു അധികപ്പറ്റാണെന്ന് വിചാരിച്ച്, ജീവിതത്തെ മുന്പോട്ട് നയിക്കുന്നവരാകാം.

ഈ ജീവിത സായാഹ്നത്തിൽ അവർക്ക് നാം കൊടുക്കേണ്ട സമ്മാനം സ്നേഹത്തിന്റെ സുഗന്ധം നിറഞ്ഞ അംഗീകാരവും ധൈര്യവും നമ്മുടെ സാന്നിധ്യവുമാണ്. മക്കളും മരുമക്കളും കൊച്ചു മക്കളുമടങ്ങുന്ന കുടുംബത്തിന്റെ കെടാവിളക്ക് തങ്ങളുടെ അമ്മ (വല്ലുമ്മച്ചി) ആണെന്ന് ആ അമ്മ മക്കളിലൂടെ അറിയുമ്പോൾ നിർവൃതിയോടെ മക്കളിലൂടെ തന്റെ ശിഷ്ടകാലം പൂർത്തിയാക്കി മടങ്ങും... നിത്യതയിലേക്ക്....

# അഷ്ടദാഗ്യങ്ങൾ

(വഞ്ചിപ്പാട്ടുരീതി)

മാതൃ കോഴിമണ്ണിൽ



ആത്മാവിനായ് ദാരിദ്രത്തെ സഹിക്കുന്നോർ ഭാഗ്യവാന്മാർ  
സ്വർഗ്ഗരാജ്യമവർക്കെന്നുമുള്ളതാണല്ലോ.

ദുഃഖത്തിന്റെ അലകളിലുഴലുന്നോർ ഭാഗ്യവാന്മാർ  
ആശ്വാസത്തിൻ തീരമവരണയും വേഗം.

ശാന്തശീലം പാലിക്കുന്നോർ ഭാഗ്യവാന്മാരല്ലോയെന്നും  
ഭൂമിയവർക്കെന്നുമവകാശമായിടും.

നീതിക്കായി പശിത്യഷ്ണ സഹിക്കുന്നോർ ഭാഗ്യവാന്മാർ  
തുപ്തരായി സന്തോഷത്താൽ കഴിയുന്നവർ.

കരുണാർദ്രഹൃദയത്തിൽ ജീവിക്കുന്നോർ ഭാഗ്യവാന്മാർ  
കാരുണ്യത്തിൻ മാരിയവർ മേലേ ചൊരിയും.

ഹൃദയത്തിൽ പരിശുദ്ധി കാക്കുന്നോരോ ഭാഗ്യവാന്മാർ  
ദൈവത്തിനെയെന്നുമവർ ദർശിച്ചീടുന്നു.

സമാധാനം സംസ്ഥാപിക്കാൻ കിണയുന്നോർ ഭാഗ്യവാന്മാർ  
ദൈവസുതരെന്ന നാമം വീഴുമവർമേൽ  
നീതിക്കായി കൊടും പീഡ സഹിക്കുന്നോർ ഭാഗ്യവാന്മാർ  
സ്വർഗ്ഗരാജ്യമവർ സ്വന്തമാക്കിതീർത്തല്ലോ.

മർത്യകുല രക്ഷക്കായി പിറന്നോനാമെന്നെ പ്രതി  
പീഡ ദുഷ് പേരേൽക്കുന്നോരും ഭാഗ്യശാലികൾ.

സ്വർഗ്ഗരാജ്യ നിങ്ങൾക്കായിട്ടൊരുക്കുന്നൊരമൂല്യമാം  
സമ്മാനമോ നിങ്ങൾക്കായി കാത്തിരിക്കുന്നു.

# ആന്തരിക വിജയം



**ബിനു കണ്ണത്താനം**  
പേഴ്സണാലിറ്റി  
ഡെവലപ്മെന്റ് ട്രെയ്നർ

ഒരോ മനുഷ്യ ജന്മവും വളർന്ന് വലുതായി പുഷ്പിച്ച് സ്വയം സന്തോഷിക്കാനും ലോകത്ത് സന്തോഷം പരത്താനും വേണ്ടിയുള്ളതാണ്. അതിനുള്ള സാധ്യത എല്ലാ മനുഷ്യരിലുമുണ്ട്. പക്ഷേ നമ്മുടെ സ്ഥിതി അതല്ല. നിരാശയും, ദുഃഖവും അമർഷവും ശത്രുതയും ഉള്ളിലൊതുക്കി കഴിയുകയാണ് നമ്മൾ. തെറ്റായ വിശ്വാസങ്ങളും ചിന്താക്കുഴപ്പങ്ങളും തെറ്റായ കാഴ്ചപ്പാടുമാണ് നമ്മെ നയിക്കുന്നത്. നിരാശ, കോപം മുതലായവ മാനസിക മലിനീകരണത്തിന് കാരണമാകുന്നു. ഇതിന് മാറ്റം വരണമെങ്കിൽ അടിസ്ഥാനപരമായ ചിന്തകളെ മാറ്റണം. വിപരീത ചിന്തകളെ മാറ്റി പകരം ഗുണാത്മക ചിന്തകൾ മനസ്സിൽ നിറയ്ക്കണം. ജീവിത വിജയവും പരാജയവും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം ഒന്നു മാത്രമാണ്. പ്രതിസന്ധികളിൽ സാധ്യത കണ്ടെത്തുന്നവൻ വിജയി. സാധ്യതകളിൽ പ്രതിസന്ധി കണ്ടെത്തുന്നവൻ പരാജിതൻ.

വിജയം അത് അബോധ മനസ്സിന്റെ ബോധ്യപ്പെടലിന്റെ പ്രതിഫലനമാണ്. ആന്തരികമായി വിജയിച്ചാൽ മാത്രമേ ബാഹ്യലോകത്ത് വിജയം സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുകയുള്ളൂ. ആന്തരിക മനസ്സിൽ മുളപൊട്ടുന്ന ആശയങ്ങളാണ് ഒരു വ്യക്തിയുടെ ബാഹ്യ വിജയത്തിന്റെ ഉറവിടം.

നാമാഗ്രഹിക്കുന്ന വിജയം നേടിത്തരുവാൻ അബോധ മനസ്സിന് കഴിയും വിജയത്തിനോടുള്ള നെഗറ്റീവായ മനോഭാവവും അതിനെക്കുറിച്ചുള്ള തെറ്റായ ചിന്തകളും മാറ്റി മറിക്കുകയെന്നതാണ് ജീവിതത്തിലേക്ക് വിജയത്തിന്റെ ഒഴുക്കുണ്ടാകുവാൻ ആദ്യം ചെയ്യേണ്ടത്. വിജയത്തിന്റെ കൊടുമുടിയിലേക്ക് കയറാനുള്ള യാത്രയുടെ ആദ്യ ചുവടാണത്.

പരിമിതമായ ചിന്തകൾ വലിച്ചെറിഞ്ഞ് ഐശ്വര്യത്തിലേക്ക് കയറുന്ന മനസ്സിന്റെ വാതിൽ ആദ്യമേ തുറക്കണം. ഇപ്പോഴുള്ള ജീവിതവും സാഹചര്യങ്ങളും എത്ര പരിമിതങ്ങളായിരുന്നാലും വിജയത്തിലേക്ക് കയറാനുള്ള കുതിപ്പിന് അതൊരു പ്രതിസന്ധിയും സൃഷ്ടിക്കില്ല.

ഉത്രവാദിത്വങ്ങൾ ഏറ്റെടുക്കുക. ഉത്തരവാദിത്വത്തിന്റെ ഓരോ കടമ്പയും വിജയകരമായി മുന്നേറുന്നതായി ഭവനയിൽ കാണുക. ഈ ജോലി മറ്റൊരാൾ ചെയ്യുന്നതിൽ നിന്നും മികവുറ്റതാക്കുവാൻ എന്തൊക്കെ കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യാൻ സാധിക്കുമെന്ന് ചിന്തിക്കുകയും അതിലേക്ക് നടന്നടക്കുകയും ചെയ്യുക. ഏറ്റെടുത്ത ദൗത്യം ഏറ്റവും മനോഹരമാക്കിത്തീർത്ത് കഴിയുമ്പോഴുണ്ടാകുന്ന അവസ്ഥ മനസ്സിൽ കണ്ട് അതിനെ താലോലിക്കുക.

മനോഹരമായ ലക്ഷ്യങ്ങളാലും പ്രവർത്തന വിജയങ്ങളാലും പ്രചോദിതരാകുമ്പോൾ ചിന്തകൾ അവയുടെ കെട്ടുപൊട്ടിക്കുന്നു. നമ്മുടെ ഉള്ളിൽ കിടന്നിരുന്ന കഴിവുകളുടെ കാര്യപ്രാപ്തിയുടെ നിറകൂടമായ നമ്മുടെ പ്രതിബിംബത്തെ കാണുവാൻ നമുക്ക് സാധിക്കുന്നു.

മഹാഭാരതം പറയുന്നു  
“യഥോ ഭാവ തഥോ ഭവ”

എന്ത് ഭാവിക്കുന്നുവോ അത് ഭവിക്കും.

മനസ്സിൽ വരുന്ന ചിന്തകളിൽ നല്ലൊരു ശതമാനവും നമ്മുടെ പരിമിതികളെപ്പറ്റിയാണ് ചിന്തിക്കുന്നതെങ്കിൽ വിജയത്തിന്റെ വലിപ്പം കുറയും. നമ്മുടെ പ്രശ്നങ്ങളിലല്ല ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കേണ്ടത്, പ്രശ്നപരിഹാരങ്ങളിലാണ്. തെറ്റായ കാര്യങ്ങളിൽ കൂടുതൽ സമയം നാം ചിന്തകൾ കേറിക്കഴി



യൂമ്പോൾ അവ നമ്മളിലേയ്ക്ക് ആകർഷിക്കപ്പെടു ന്നു.

നാം ഒരു ലക്ഷ്യത്തിനുവേണ്ടി പ്രവർത്തിച്ചു മുന്നേറുമ്പോൾ പ്രപഞ്ച ശക്തി നമ്മുടെ ഈ ആവശ്യം സാധിച്ചു തരുവാനുള്ള സാഹചര്യങ്ങൾ നമുക്കു മുമ്പിൽ ഒരുക്കിത്തരുന്നു. ലക്ഷ്യം നേടും എന്ന പരിപൂർണ്ണ വിശ്വാസം ഉണ്ടാവണം. നേട്ടത്തെ പറ്റി ചിന്തിക്കുമ്പോൾ ആവേശവും ഉത്സാഹവും ഉണ്ടാകണം. ശക്തിയും ആകാംക്ഷയും പകരുന്നതാ വണം ലക്ഷ്യങ്ങൾ. ശ്രദ്ധ പരിപൂർണ്ണമായി ലക്ഷ്യ ത്തിലേയ്ക്ക് കേന്ദ്രീകരിക്കണം. ഒരേ സമയം പല ലക്ഷ്യത്തിലേയ്ക്ക് മനസ്സിനെ പായിച്ചാൽ എങ്ങും എത്തുവാൻ സാധിക്കുകയില്ല. ഏറ്റെടുത്ത പ്രവൃത്തി യിലേയ്ക്ക് നമ്മുടെ കഴിവുകളെ മുഴുവൻ ഫോക്കസ് ചെയ്യിച്ചാൽ വിജയത്തിന്റെ തിളക്കം പതിന്മടങ്ങ് ആകും.

**"Work while you work, play while you play"**

സൂര്യപ്രകാശത്തിൽ പണിക്കഷണം കത്തുന്നില്ല. എന്നാൽ പണതിയുടെ മേലെ ഒരു ലെൻസ് പിടിച്ചാൽ പണത്തി കത്തും. എന്താണ് കാരണം പ്രകാശ രശ്മികൾ ഒരു പോയിന്റിൽ കേന്ദ്രീകരിക്കുന്നതുകൊണ്ട്. നാം എപ്പോഴും ശ്വസിക്കുകയും ഉമിനീര് ഇറക്കുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ട്. ശ്രമിച്ചു നോക്കൂ ഇതു രണ്ടും ഒരേ സമയം ചെയ്യാമോ എന്ന്. ഏറ്റെടുക്കുന്ന പദ്ധതികൾ സമയബന്ധിതമായി ആവിഷ്കരിച്ച്

നടപ്പിലാക്കണം. പുരോഗതികൾ വിലയിരുത്തണം. ഏതു മേഖലയിലാണോ വിജയിക്കേണ്ടത് ആ മേഖലയിൽ വിജയിച്ചവരെ റോൾ മോഡലായി കണ്ട് മുന്നേറിയാൽ അവർ നമ്മുടെ ലക്ഷ്യത്തിലേയ്ക്കുള്ള ചുണ്ടുപലകയാകും.

നമ്മുടെ കഴിവുകളെ പരമാവധി ഉപയോഗപ്പെടുത്തുവാൻ വേണ്ട കാര്യങ്ങൾ സ്ഥിരമായി നൽകിക്കൊണ്ടിരിക്കുക. അവസരങ്ങൾക്കായി കാത്തിരിക്കുകയും അവ യഥാവിധി ഉപയോഗിക്കുകയും ചെയ്യുക. നമ്മെയും നമ്മുടെ ചുറ്റുപാടിനെയും പുതുക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുക. പുതിയ ആശയങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുകയും അവതരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുക. പോസിറ്റീവ് ചിന്താഗതിയുള്ള വരുമായുള്ള ബന്ധങ്ങളുടെ വ്യാപ്തി വർദ്ധിപ്പിക്കുക. നെഗറ്റീവ് ചിന്താഗതിക്കാരിൽ നിന്ന് ഓടിയകലുക. ഈകൂട്ടർ സ്വയം വളരുകയുമില്ല. മറ്റൊരാളെ വളർത്തുകയുമില്ല. ഞങ്ങളുടെ സ്വഭാവമാണിവർക്ക്. ആരെങ്കിലും മുകളിലേയ്ക്ക് കയറിയാൽ വലിച്ച് താഴെയിടാൻ ഇവർ ബഹു മിടുക്കരാണ്. ഈ കൂട്ടരോട് നമ്മുടെ ഒരു പദ്ധതിയും ചർച്ച ചെയ്യുകയോ അഭിപ്രായം ചോദിക്കുകയോ അരുത്.

നമ്മുടെ വ്യക്തിപരമായ ശക്തിയെയും കഴിവുകളെയും ദിനം പ്രതി പോളീഷ് ചെയ്ത് മുന്നോട്ടു പോയാൽ വിജയം നമ്മുടെ കൈക്കുമിളിയിൽ... സംശയിക്കേണ്ട.

## How to become a "GREAT TEACHER"

നിർദ്ദിഷ്ട വിദ്യാഭ്യാസ യോഗ്യതയുണ്ടെങ്കിൽ ആർക്കും അധ്യാപകരാകാം. ഇവരിൽ poor, average, good, great എന്നിങ്ങനെ നാലു വിഭാഗങ്ങളുണ്ട്. ഇതിൽ Great Teacher ആകുവാൻ ഒന്നോ രണ്ടോ ശതമാനം പേർക്കേ കഴിയൂ. ഇവർക്കു മാത്രമേ കുട്ടികളുടെ മനസ്സിന്റെ ഉള്ളിന്റെ ഉള്ളിൽ സ്ഥാനം പിടിക്കുവാൻ സാധിക്കൂ. ഇതെങ്ങനെ സാധിക്കും ? അധ്യാപകർക്കും അധ്യാപകരാകാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവർക്കും വേണ്ടി ഇന്റർനാഷണൽ ട്രെയിനർ ബിനു കണ്ണന്താനം നേതൃത്വം നൽകുന്ന 20 മണിക്കൂർ സർട്ടിഫൈഡ് കോഴ്സ് ഉടൻ ആരംഭിക്കുന്നു.

### "PROFESSIONALISM IN TEACHING"

20 hrs. certified course

Every Saturdays

One batch 20 persons only

Course Details -9447212780

**നോമ്പ് നവീകരണത്തിന്റെ**

**വസന്തകാലം 16-ാം പേജ് തുടർച്ച**

PH 31, 444) പറയുന്നു. റോമൻ കത്തോലിക്കാസഭയിൽ വിഭൂതി ബുധനാഴ്ചയോടെയാണ് നോമ്പ് ആരംഭിക്കുക. ചാരം പുശൽ ഇതിന്റെ പ്രധാന കർമ്മമാണ്. 36 ദിവസങ്ങൾ മാത്രം ആറ് ആഴ്ചത്തെ ഉപവാസദിനങ്ങളായി വരുന്നതിനാൽ നോമ്പ് ആചരിക്കേണ്ട ദിവസത്തിന് മുമ്പുള്ള ആഴ്ചയിലെ ബുധനാഴ്ച ചാരപെരുന്നാളോടുകൂടി നോമ്പാചരണം ആരംഭിക്കുന്നു. അനുതാപത്തിന്റെ ബുധൻ (Ash Wednesday) എന്നാണ് ഇത് അറിയപ്പെടുക. വി. അഗസ്തനീനോസിന്റെ ലേഖനങ്ങളിലും വി. ജറോമിന്റെ ഏശയാ 52:3-8 വരെയുള്ള ഉപവാസത്തെക്കുറിച്ചുള്ള എഴുത്തുകളിലും 40 ദിവസത്തെ നോമ്പിനെപ്പറ്റി പറയുന്നു. എ.ഡി. 306 മുതൽ 323 വരെയുള്ള കാലഘട്ടത്തിൽ ഗലേറിയസ്, മാക്സിയൂസ്, ദിയോ, ലിസിനകൻ എന്നീ ചക്രവർത്തിമാരുടെ മതപീഡനത്തെത്തുടർന്ന് പുറപ്പാട് സംഭവത്തിലെ ഇസ്രായേലുകർ മോശയും (പുറ. 34:28) ഏലിയായും (1രാജാ 19:18) മിശിഹായും (മത്താ. 4:2) ഉപവസിച്ചതുപോലെ അക്കാലത്തെ ക്രൈസ്തവർ കഠിനമായി ഉപവസിച്ചു. (ഡോ. സ്റ്റീഫൻ പ്ലാനോട്ടത്തിൽ, ഐക്യദീപം 2013, പേജ് 5). എ.ഡി. 365-ൽ ലാവോദിച്ചിയിൽ വെച്ചു നടന്ന സുന്നഹദോസിൽ ഈ ആചരണം സഭയിൽ ഓരോ വിശ്വാസിയുടെയും കടമയായി കാനോന നിഷ്കർഷിക്കുന്നു.

സുറിയാനി സഭകളിൽ ഏഴ് ആഴ്ചയായിരുന്നു നോമ്പ്. ശനി, ഞായർ ദിവസങ്ങളിൽ ഉപവസിച്ചിരുന്നില്ല. പൗരസ്ത്യ സുറിയാനിക്കാരുടെ 410-ലെ സുന്നഹദോസിൽ വെച്ച് ഉയിർപ്പ് തിരുനാളിന് മുൻപ് ഏഴാഴ്ചയ്ക്കകം 40 ദിവസത്തെ പൂർണ്ണ ഉപവാസം അനുഷ്ഠിക്കണമെന്ന് പഠിപ്പിക്കുന്നു (Chabot, synodicon orientale 267). പാശ്ചാത്യ സുറിയാനിക്കാർ 50 ദിവസം വർജ്ജന പാലിച്ചിരുന്നു. 40-ാം വെള്ളിയാഴ്ച 40 നോമ്പ് അവസാനിക്കുന്നതായും തുടർന്നുള്ള 10 ദിവസങ്ങൾ കൂട്ടിച്ചേർത്ത് 50-ാം ദിവസം ഉയിർപ്പ് ഞായറാഴ്ച നോമ്പ് അവസാനിക്കുന്നതായും കണക്കാക്കുന്നു. അതിനാൽ വലിയ നോമ്പിന് 50 നോമ്പ് എന്നാണ് വിളിക്കുന്നത്.

പാശ്ചാത്യ സുറിയാനി (അന്ത്യോക്യൻ) പാരമ്പര്യത്തിൽ വലിയ നോമ്പിൽ ശനിയാഴ്ചയും ഞായറാഴ്ചയും മാത്രമേ വി. കുർബാന അർപ്പിക്കാറുള്ളൂ. അന്ന് ഉപവാസം ഇല്ല. വി. കുർബാന അനുഭവിച്ച് കഴിഞ്ഞാൽ ഉപവാസം പാടില്ല എന്ന തത്ത്വം അനുസരിച്ച് മറ്റ് ദിവസങ്ങളിൽ മരിച്ചവരുടെ ശ്രാദ്ധങ്ങളോ മറ്റു വിശേഷങ്ങളോ വന്നാലും ബലി അർപ്പിക്കാറില്ല. ഇതിന് വ്യത്യാസമുള്ളത് വചനിപ്പ് തിരുനാൾ (Annunciation) മാത്രമാണ്. നോമ്പിലെ പീഡാനുഭവ ആഴ്ചയിലെ ഏതു ദിവസം ഈ പെരുന്നാൾ വന്നാലും വി. കുർബാന അർപ്പിക്കും. ഇതുപോലെ 40 നോമ്പിന്റെ മദ്ധ്യത്തിൽ വരുന്ന പാതി ബുധനാഴ്ചയിലും നാല്പതു നോമ്പ് ദിവസങ്ങൾ അവസാനിക്കുന്ന 40-ാം വെള്ളിയാഴ്ചയും വി. കുർബാന ഉണ്ടായിരിക്കും. ■



**യുദാശ്ശിഹായോടുള്ള പ്രാർത്ഥന**

മിശിഹായുടെ ചാർച്ചക്കാരനും/ വിശ്വസ്തദാസനുമായ വി. യുദാതദേവനു/ ഒറ്റിക്കൊടുത്തവന്റെ പേരുമൂലം മഹിമയേറിയ അപ്പസ്തോലനായ അങ്ങ്/ വിസ്തരിക്കപ്പെടുവാൻ കാരണമായി./ എന്നാൽ കത്തോലിക്കാസഭ മുഴുവനും/ അങ്ങയെ നിരാശരുടേയും അസാധ്യകാര്യങ്ങളുടെയും / മദ്ധ്യസ്ഥനായി ബഹുമാനിക്കുകയും / അങ്ങയോട് അഭ്യർത്ഥിക്കുകയും ചെയ്യുന്നുവല്ലോ./ നിരവധി ക്ലേശങ്ങൾ അനുഭവിക്കുന്ന എനിക്ക് / അങ്ങയുടെ മദ്ധ്യസ്ഥതയിൽ (ഇവിടെ ആവശ്യം പറയുക) / ഈ അനുഗ്രഹം സാധിച്ചു തരണമേ. / എന്റെ എല്ലാ ആവശ്യങ്ങളിലും / വിശിഷ്യ ഇപ്പോൾ എനിക്കു നേരിട്ടിരിക്കുന്ന ആപത്തിലും / എന്നെ പ്രത്യേകം സംരക്ഷിക്കണമേ. / ഈ ഉപകാരം ഞാൻ എന്നും ഓർത്തുകൊള്ളാമെന്നും / എന്റെ പ്രത്യേക മദ്ധ്യസ്ഥനായി / അങ്ങയെ നിരന്തരം ബഹുമാനിച്ചു കൊള്ളാമെന്നും / ഞാൻ വാർദാനം ചെയ്യുന്നു.

തോപ്പിൽ കളത്തിൽ, നെല്ലാട്

# Matrimonial

മലങ്കര കത്തോലിക്ക യുവതി തിരുവല്ല അതിരൂപത. വയസ്സ് 29/154, ജോലി MBA, HR Exicutive സ്വദേശത്തോടെ വിദേശത്തോ ജോലിയുള്ള പോസ്റ്റുഗ്രാജുവേറ്റായ യുവാക്കളുടെ മാതാപിതാക്കളിൽ നിന്നും ആലോചനകൾ ക്ഷണിക്കുന്നു. ഫോൺ: 0473 5231267, 9495811267

\* \* \*

തിരുവല്ല അതിരൂപത(മലങ്കര കാതലിക്) 31/173 നാട്ടിൽ പ്രൈവറ്റ് കമ്പനിയിൽ ജോലിയുള്ള യുവാവ്, ഇടത്തരം കുടുംബം, ഇരുനിറം, അനുയോജ്യമായ ആലോചനകൾ ക്ഷണിക്കുന്നു. ഫോൺ: 9633662327

\* \* \*

Malankara Catholic parents invite proposels for their son 28/165 B.Tech(B.E.M.L in Banglore) from professionally qualified god learing girls. Ph; 0469 2619848, 8156988754, 8547656128

# കുടുംബബദി



**നോ**മ്പുകാലം ഉത്ഥിതനെകാണാനുള്ള ഒരുക്കത്തിന്റെ സമയമാണ്. സ്വയം പരിത്യാഗത്തിലൂടെ മാത്രമേ ഉത്ഥിതനെ കാണാൻ കഴിയൂ. സ്വയം പരിത്യാഗം കുരിശെടുക്കാൻ നമ്മെ പ്രാപ്തരാക്കും. “എന്നെ അനുഗമിക്കാനാഗ്രഹിക്കുന്നവൻ സ്വന്തം കുരിശെടുത്ത് എന്നെ അനുഗമിക്കട്ടെ. എന്ന കർത്താവിന്റെ വചനം നോമ്പുകാലത്ത് നാം ഏറ്റെടുക്കുകയാണ്. നാം നമ്മെത്തന്നെ പരിത്യജിക്കുമ്പോൾ നമ്മുടെ കാഴ്ചകൾ തെളിയും. ഉൾക്കണ്ണിന്റെ കാഴ്ച തെളിയുമ്പോഴാണ് ഉത്ഥിതൻ രക്ഷകനാണെന്ന് വിശ്വസിക്കാനും അതനുസരിച്ച് ജീവിക്കുവാനും ഒരു വൻ സാധിക്കുന്നത്. അവനാണ് ക്രിസ്തു ശിഷ്യൻ. ഉത്ഥിതന്റെ പ്രകാശം കണ്ണിൽ തട്ടിയവനാണ് ക്രിസ്തുശിഷ്യൻ. വി. യോഹന്നാന്റെ സുവിശേഷം 8-12ൽ അവിടുന്ന് പറഞ്ഞു “ഞാൻ ലോകത്തിന്റെ പ്രകാശമാകുന്നു. എന്നെ അനുഗമിക്കുന്നവൻ അന്ധകാരത്തിൽ നടക്കുന്നില്ല, അവൻ ജീവന്റെ പ്രകാശം ഉണ്ടായിരിക്കും.” ഈ ജീവന്റെ പ്രകാശമാണ് ഉയർപ്പിൽ നാം സ്വീകരിക്കുന്നത്.



**ഫാ. ജോസ് തൈപ്പമ്പിൽ**  
ഡയറക്ടർ,  
ഫാമിലി അപ്പസ്തോലേറ്റ്  
തിരുവല്ല അതിരൂപത

വിളിച്ചപ്പോഴാണ് രക്ഷകന്റെ സ്പർശനം അവൻ ലഭിക്കുന്നത്. നോമ്പുകാലം രക്ഷയുള്ള നിലവിളിയുടെ കാലമാണ്. യേശുവിന്റെ പ്രകാശം ലഭിക്കുന്ന വ്യക്തികൾ അവന്റെ ശിഷ്യത്വത്തിലേക്ക് ഓടിയടക്കും. അപ്പ. 9:3ൽ സാവൂളിന്റെ കണ്ണുകളെ ആവരണം ചെയ്തിരുന്ന ചെതമ്പുലുകൾ അടർത്തി കളഞ്ഞപ്പോഴാണ് സാവൂൾ വി. പൗലോസായി മാറുന്നത്. അവൻ പ്രകാരം നൽകിയവന്റെ പ്രകാശമായി തുടർന്നു ജീവിച്ചു. ഒരു ക്രിസ്തുശിഷ്യന്റെ ജീവി



## ഉത്ഥിതനെ കാണാൻ

നോമ്പുകാലം നമ്മുടെ പാപത്തിന്റെ അന്ധതയും ഹൃദയ കാഠിന്യത്തിന്റെ ബധിരതയും (മത്താ. 13:15) നീക്കാനുള്ള വെട്ടിയൊരുക്കലിന്റെ കാലമാണ്. ഈ വെട്ടിയൊരുക്കൽ, നമ്മുടെ ഉള്ളിൽ നിന്നും കർത്താവിനായുള്ള നിലവിളി ഉയർത്തും. അത് കാഴ്ച തെളിയാനുള്ള നിലവിളിയാണ്. വി. മർക്കോസിന്റെ സുവിശേഷം 10-ാം അദ്ധ്യായത്തിലെ ബെർത്തിമെയൂസ് കാഴ്ചയ്ക്കുവേണ്ടി നിലവിളിക്കുന്നതായി നാം കാണുന്നു. അവന്റെ നിലവിളി കാഴ്ചയ്ക്ക് വേണ്ടിയുള്ളതായിരുന്നു. അവനെ തടസ്സപ്പെടുത്തിയവരെയെല്ലാം അതി ജീവിച്ച് കാഴ്ചതരാൻ കരുത്തുള്ളവനെ നോക്കി ഉച്ചത്തിൽ നില

തവും ഇതുതന്നെയാണ് പ്രകാശമായി പ്രകാശമേകി(മത്ത. 5:14).

കുടുംബജീവിതത്തിൽ നമ്മുടെ നോമ്പുകാലം പ്രകാശത്തിലേക്കുള്ള വളർച്ചയാണ്, ഉത്ഥാനത്തിന്റെ പ്രകാശത്തിലേക്കുള്ള വളർച്ച. ഉത്ഥാനത്തിന്റെ വെളിച്ചത്തിലാണ് കുടുംബത്തിലുള്ളവർ പരസ്പരം കാണേണ്ടത്. അപ്പോൾ കുടുംബാംഗങ്ങളെ യേശുവിന്റെ രൂപത്തിൽ ദർശിക്കാനാവും. കാരണം ഉത്ഥിതന്റെ പ്രകാശമേറ്റ് തിളങ്ങുന്നവരാണ് എന്റെ ജീവിതപങ്കാളിയെന്നും കുഞ്ഞുങ്ങളെന്നും കുടുംബനാഥനെന്നും കുടുംബനാഥ

(ശേഷം പേജ് 42)



### കുദാശ ചെയ്തു: സെന്റ് ജോർജ്ജ് മലങ്കര കത്തോലിക്കാ പള്ളി, എരുമേലി



എരുമേലി കരിങ്കല്ലുംമുഴി സെന്റ് ജോർജ്ജ് മലങ്കര കത്തോലിക്കാ പള്ളിയുടെ കുദാശ കർമ്മം 2014 നവംബർ 21-ന് തിരുവല്ല അതിരൂപതാധ്യക്ഷൻ അഭി. തോമസ് മാർ കുറിലോസ് മെത്രാപ്പോലീത്തായുടെ കാർമ്മികത്വത്തിലും അഭി. ഫിലിപ്പോസ് മാർ സ്തേഫാനോസ് മെത്രാപ്പോലീത്തായുടെ സഹ കാർമ്മികത്വത്തിലും നടത്തപ്പെട്ടു. തുടർന്നു നടന്ന സാംസ്കാരിക സമ്മേളനം ബഹു. റവന്യൂ വകുപ്പു മന്ത്രി ശ്രീ. അടൂർ പ്രകാശ് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. അഭി. ഫിലിപ്പോസ് മാർ സ്തേഫാനോസ് തിരുമേനി അധ്യക്ഷത വഹിച്ച പ്രസ്തുത സമ്മേളനത്തിൽ ശ്രീ ആന്റോ ആന്റണി സുവനീർ പ്രകാശനം നടത്തുകയും ജില്ലാ പഞ്ചായത്ത് മെമ്പർ പി. എ. സലീം, എരുമേലി ഗ്രാമപഞ്ചായത്ത് പ്രസിഡന്റ് ശ്രീമതി അനിതാ സന്തോഷ്, വാർഡ് മെമ്പർ ശ്രീ. ഫിലിപ്പോസ് മാത്തൻ, കനകപ്പലം സെന്റ് ജോർജ്ജ് ഓർത്തഡോക്സ് പള്ളി വികാരി റവ. ഫാ. എബി വർഗ്ഗീസ്, റവ. ഫാ. തോമസ് കോട്ടയിൽ, ഇടവക വികാരി റവ. ഫാ. ഷാജി ബഹനാൻ, ശ്രീ. സണ്ണി കാഞ്ഞിരത്തും മുട്ടിൽ എന്നിവർ പ്രസംഗിച്ചു.

### ഓൾ ഇൻഡ്യാ കാത്തലിക് യൂണിയൻ

(ഐ.ഐ.സി. യു)



മലങ്കര കാത്തലിക് യൂത്ത് മൂവ്മെന്റ് (എം.സി. വൈ.എം) നിരണം മേഖല പ്രസിഡന്റ്, എം.സി. വൈ.എം തിരുവല്ല അതിരൂപതാ ജനറൽ സെക്രട്ടറി, കെ.സി.വൈ.എം സംസ്ഥാന സിൻഡിക്കേറ്റ് അംഗം, കെ.സി.വൈ.എം സംസ്ഥാന വൈസ് പ്രസിഡന്റ് (1989), കെ.സി.വൈ.എം സംസ്ഥാന പ്രസിഡന്റ് (1990), എം.സി. വൈ.എം സഭാതലസമിതി പ്രസിഡന്റ്, മലങ്കര കാത്തലിക് അസോസിയേഷൻ അതിരൂപതാ പ്രസിഡന്റ്, മലങ്കര കാത്തലിക് അസോസിയേഷൻ സഭാതലസമിതി ജനറൽ സെക്രട്ടറി, കേരള കാത്തലിക് ഫെഡറേഷൻ സംസ്ഥാന ട്രഷറർ, കേരള കാത്തലിക് ഫെഡറേഷൻ സംസ്ഥാന ജനറൽ സെക്രട്ടറി, തിരുവല്ല അതിരൂപതാ സാമൂഹ്യ ക്ഷേമവിഭാഗം (ബോധന) പ്രസിഡന്റ്, അതിരൂപതാ പാസ്റ്ററൽ കൗൺസിൽ അംഗം എന്നീ നിലകളിൽ പ്രവർത്തിച്ചിട്ടുണ്ട്.

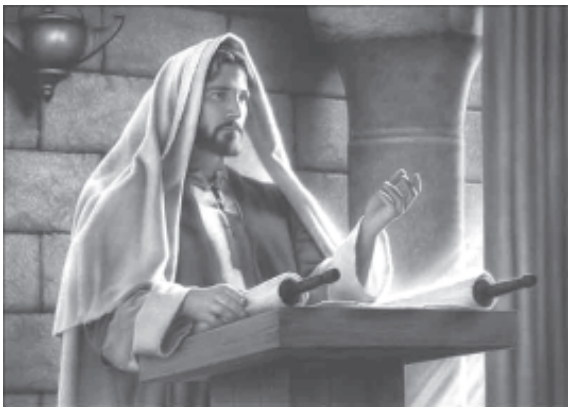
### അഭിനന്ദനങ്ങൾ



തിരുരിൽ നടന്ന സംസ്ഥാന ഹയർസെക്കണ്ടറി വിഭാഗം പ്രവൃത്തി പരിചയ മേളയിൽ 'എ' ഗ്രേഡ് നേടിയ അമൽടോണി പടിഞ്ഞാറേമണ്ണിൽ, കടമാൻകുളം ഇടവകാംഗവും ഇരുവള്ളിപ്ര സെന്റ്. തോമസ് ഹയർസെക്കണ്ടറി സ്കൂൾ വിദ്യാർത്ഥിയുമാണ്.

നാന്നി, കാഞ്ഞേറ്റുകൾ സെന്റ് ആഗസ്റ്റ് മലങ്കര കത്തോലിക്കാ പള്ളിയുടെ കുദാശ കർമ്മം ജനുവരി 6, 7 തീയതികളിൽ തിരുവല്ല അതിരൂപതാധ്യക്ഷൻ അഭി. തോമസ് മാർ കുറിലോസ് മെത്രാപ്പോലീത്തായുടെ കാർമ്മികത്വത്തിൽ നടത്തപ്പെട്ടു.





# പ്രബോധനം

തിരുവചനത്തിന്റെ പുനർവാചന

മാതൃസമാജങ്ങളിലും കുടുംബകൂട്ടായ്മകളിലും വായനയ്ക്കും പഠനത്തിനും ...

**2015 ഫെബ്രുവരി 1**  
**കൊഹനെയായർ(പരേതരായ വൈദികർ)**  
**കാതോലിക്കാദിനം (മത്തായി 24:45-51)**

വിശുദ്ധീകരണ പാതയിൽ വിശ്വാസികളെ നയിച്ച്, നിത്യതയെ ലക്ഷ്യംവച്ച് ജീവിച്ച്, കാലയവനികയ്ക്കുള്ളിലേക്ക് കടന്നുപോയ വൈദികരെ അനുസ്മരിക്കുന്ന ആഴ്ചയാണിത്. വലിയ നോമ്പിനും മൂന്നു നോമ്പിനും ഇടയ്ക്കുള്ള രണ്ടാഴ്ചകൾ ജീവിതാന്ത്യത്തെപ്പറ്റി ചിന്തിക്കുവാൻ സഭാമാതാവ് തന്റെ മക്കളെ ഒരുക്കുന്നു. ഈ ചിന്ത മനസ്സിൽ സൂക്ഷിച്ച് ജീവിതനവീകരണം പ്രാപിക്കേണ്ട കാലയളവാണ് വലിയ നോമ്പുകാലം. അന്ത്യോക്യൻ പഞ്ചാംഗമനുസരിച്ച് മരിച്ചവരെ ഓർക്കുവാനുള്ള രണ്ടാഴ്ചകളാണിത്. സേവനത്തോടു ബന്ധപ്പെടുത്തിയാണ് ഈ വേദഭാഗങ്ങൾ. ശുശ്രൂഷാ പൗരോഹിത്യത്തെ ഇവ ഭംഗ്യന്തരേണ സൂചിപ്പിക്കുന്നു.

പൗരോഹിത്യ ധർമ്മമെന്നത് ശുശ്രൂഷയ്ക്കുള്ള വിളിയാണ്. യജമാനന്റെ കാര്യവിചാരകനാകുന്നതിനൊപ്പം ദൈവമക്കളുടെ ആത്മീക ജീവിതത്തിൽ ശ്രദ്ധാലുവുമായിരിക്കണം. ആത്മീകഭക്ഷണമായ ദൈവവചനം യഥാസമയം വിളമ്പിക്കൊടുക്കുന്നവനായിരിക്കണം. ധാത്രി തന്റെ കുഞ്ഞിനെ എന്ന പോലെ നിങ്ങളെ ഞാൻ പരിചരിച്ചു എന്നാണ് വി. പൗലോസ് പറയുന്നത്.

പൗരോഹിത്യവൃത്തിയിലായിരിക്കുന്നവർ യജമാനന്റെ ഭൃത്യന്മാരാണ്. അവരെ നിയോഗിച്ചത് യജമാനനായ ദൈവം തന്നെയാണ്. വിളിയിൽ വിശ്വസ്തനായിരിക്കണം; വിളിച്ചവനോട് വിശ്വസ്തത പുലർത്തണം. ആർക്കുവേണ്ടിയാണോ ഈ നിയോഗം സ്വീകരിച്ചത് അവരുടെ കാര്യത്തിൽ സഭാശ്രദ്ധയുണ്ടായിരിക്കണം. വിശ്വസ്തത പുലർത്തുന്നവർക്കാണ് പ്രതിഫലം ലഭിക്കുന്നത്. ഈ വേദഭാഗം ദൈവരാജ്യത്തിന്റെ താക്കോൽ സൂക്ഷിപ്പുകാരെന്ന ഭിമാനിച്ചിരുന്ന ഫരിസേയരോടും നിയമജ്ഞരോടുമുള്ള മുന്നറിയിപ്പാണ്. വിജ്ഞാനഭണ്ഡാഗാരത്തിന്റെ സൂക്ഷിപ്പുകാരെന്ന് അവർ അഭിമാനിച്ചിരുന്നു. ദൈവമഹത്വം പ്രഘോഷിച്ചവരെങ്കിലും ദൈവേഷ്യം തള്ളിക്കളഞ്ഞവരാണ്. ശുശ്രൂഷകർക്കെല്ലാം സംഭവിക്കാവുന്ന ഒരു കെടുതിയാണിത്.

രണ്ടുകൂട്ടം മനുഷ്യരുണ്ട്: സദാ ജാഗ്രത പുലർത്തുന്നവർ; ചെറിയ കാര്യങ്ങളിലും ശ്രദ്ധയുള്ളവർ. ശുശ്രൂഷയും സേവനവും പാവനമായ കട

മയായി കരുതി ജീവിക്കുന്നവർ; സ്വർഗ്ഗം ലക്ഷ്യം വച്ച് ഭൂമിയിൽ ജീവിക്കുന്നവർ. അമേരിക്കയുടെ 26-ാമത്തെ പ്രസിഡന്റും ചിന്തകനുമായ തിയഡോർ റൂസ്വെൽറ്റ് പറയുന്നത് ശ്രദ്ധേയമാണ്: “നിങ്ങളുടെ നോട്ടം നക്ഷത്രങ്ങളിലും പാദങ്ങൾ ഭൂമിയിലുമായിരിക്കട്ടെ.” രണ്ടാമത്തെ കൂട്ടർക്ക് ജീവിതം വിനോദമാണ്. തീനും കുടിയും ഉല്ലാസവും നേരംപോക്കുകൾമാണവർക്ക് ജീവിതവ്രതം. ഭൂമിക്കപ്പുറം ഒരു ലക്ഷ്യം അവർക്കില്ല. സുവിശേഷ വായനയുടെ രണ്ടാം ഭാഗം ഇവരെപ്പറ്റിയാണ് പ്രതിപാദിക്കുന്നത്.

ഒരുക്കമില്ലാത്തവരുടെ നേരെ സ്വർഗ്ഗവാതിലുകൾ അടയ്ക്കപ്പെടുന്നതിനെപ്പറ്റി സുവിശേഷം ആവർത്തിക്കുന്നു. കർത്താവേ, കർത്താവേ എന്നു വിളിക്കുന്നവരല്ല, സ്വർഗ്ഗപിതാവിന്റെ ഇഷ്ടം നിറവേറ്റുന്നവരാണ് സ്വർഗ്ഗത്തിനവകാശികൾ (മത്തായി 7:21). കർത്താവേ, കർത്താവേ, ഞങ്ങൾക്കും തുറന്നു തരണമേ എന്ന് അപേക്ഷിച്ചവരോട് - വിവേകം വൈകി ഉദിച്ചവരോട് - അവൻ പറയുന്നു: ഞാൻ നിങ്ങളെ അറിയുകയില്ല (മത്തായി 25:12). വാക്കുകൾകൊണ്ടും ദൈവത്തെ ഒരുനാളും കബളിപ്പിക്കാനാവില്ല. വിശ്വസ്തരായവരാണ് ഭാഗ്യവാന്മാരായിത്തീരുന്നത്. ശ്രീലങ്കയുടെ പ്രഥമ പ്രഖ്യാപിത വിശുദ്ധനായ ഫാദർ ജോസഫ് വാസ് നല്ല ഉദാഹരണമാണ്. അദ്ദേഹത്തിന്റെ മഹിമ വെളിപ്പെടാൻ നാലു നൂറ്റാണ്ടുകൾ കാത്തിരിക്കേണ്ടിവന്നു എന്നത് സത്യം. പക്ഷേ ആ വിശ്വസ്തതയ്ക്ക് പ്രതിഫലമുണ്ടായത് പ്രത്യക്ഷത്തിൽ നാം കാണുന്നു. ദൈവം കൂടെ ഉണ്ടെന്നതാണ് വിശ്വസ്തരുടെ സൗഭാഗ്യത്തിന് നിദാനം. ഭാഗ്യവാന്മാർക്ക് സ്വർഗ്ഗത്തിൽ വലിയ പ്രതിഫലമുണ്ടെന്ന് അസന്നിഗ്ദ്ധമായി സുവിശേഷം നമ്മെ പഠിപ്പിക്കുന്നു (മത്തായി 5:11-12).

സഭാ ശുശ്രൂഷാരംഗത്ത് വ്യാപരിക്കുന്നവർ, ഭവനത്തിലുള്ളവർക്ക് - തങ്ങൾ ആരുടെ ശുശ്രൂഷയിൽ വ്യാപൃതരായിരിക്കുന്നുവോ അവർക്ക് - ആവശ്യമായ ആത്മീകഭക്ഷണം യഥാസമയം നൽകുന്നതിൽ ശ്രദ്ധാലുക്കളായിരിക്കണം. സഭാശുശ്രൂഷകരുടെ ചുമതല തങ്ങളെ ഏല്പിച്ചിരിക്കുന്ന അജഗണങ്ങൾക്ക് ആത്മീകനന്മയ്ക്കുതകുന്ന ഭക്ഷണം യഥാസമയം നൽകുക എന്നതാണ്. സ്വർഗ്ഗത്തിലേക്ക് നയിക്കുന്ന വഴികളിലൂടെ അവരെ നയിക്കുവാൻ അവർ ജാഗ്രത പുലർത്തണം. നിയോഗശുദ്ധിയോടെ ജീവിച്ച്, ശ്രദ്ധയുള്ളവരായി ജീവിച്ച് അനുഗൃഹീതരാകുവാൻ എല്ലാ പൗരോഹിതർക്കുവേണ്ടിയും പ്രാർത്ഥിക്കണം. പരേതരായ പൗരോഹി

തരമെ ഓർത്ത്, അവർ വഴി കൈവന്ന നന്മകളെ ഓർത്ത് നമുക്ക് പ്രാർത്ഥിക്കാം. അവർ മോക്ഷാനന്ദത്തിൽ എത്തിച്ചേരുവാൻ ഇടയാകണമേ എന്ന് പ്രാർത്ഥിക്കാം.

**ഫാ. എബ്രഹാം നടുവിലേടം**

**2015 ഫെബ്രുവരി 8**  
**ആനീദെ ഞായർ (പരേതരായ വിശ്വാസികൾ)**  
**യോഹ. 5:19 - 29**

സകല പരേതരുടെയും ഓർമ്മ കൊണ്ടാടുന്ന ഈ ദിവസം പരിശുദ്ധ സഭ നമ്മുടെ വിചിന്തനത്തിനായി തന്നിരിക്കുന്ന സുവിശേഷ ഭാഗം. വിശുദ്ധ യോഹന്നാന്റെ സുവിശേഷം 5-ാം അദ്ധ്യായം 19 മുതൽ 29 വരെയുള്ള വാക്യങ്ങളാണ്. മൂപ്പത്തിയെട്ടു വർഷമായി രോഗം ബാധിച്ചുകിടപ്പിലായിരുന്ന മനുഷ്യന് യേശു സൗഖ്യം നൽകിയതിൽ അമർഷം പുണ്ട് പിറുപിറുക്കുന്ന യഹൂദ ജനത്തിനുള്ള മറുപടി എന്നവണ്ണമാണ് അന്ത്യവിധിയെക്കുറിച്ചും, മരണാനന്തര ജീവിതത്തെക്കുറിച്ചുമുള്ള ഈ ഭാഗം വി. യോഹന്നാൻ ശ്ലീഹ അവതരിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത്.

**നിത്യജീവനിലേക്കുള്ള വഴി**

യോഹന്നാന്റെ സുവിശേഷമനുസരിച്ച് കാത്തിരിപ്പിന്റെ കാലം കഴിഞ്ഞു. ദൈവപുത്രന്റെ ആഗമനം പ്രഖ്യാപിക്കപ്പെട്ടുകഴിഞ്ഞു. മനുഷ്യന്റെ ഇഹലോക പാപത്തിലെ നന്മതിന്മകളെ വീശുമാറ്റത്തിൽ പേറ്റി വേർതിരിച്ച് നിത്യജീവനിലേക്ക് പ്രവേശിപ്പിക്കുന്നതിന് രണ്ട് അളവുകോൽ യോഹന്നാൻ സുവിശേഷത്തിൽ തന്നിരിക്കുന്നു.

1. പിതാവായ ദൈവത്തിൽ വിശ്വസിക്കുക.
2. പുത്രൻ തമ്പുരാന്റെ വചനം കേൾക്കുക.

നിത്യ ജീവനിലേക്ക് പ്രവേശിക്കുന്നതിന് പിതാവും പുത്രനും തമ്മിലുള്ള അഭേദമായ ബന്ധം അറിയുക/മനസ്സിലാക്കുക ഒഴിച്ചുകൂടാനാവാത്ത കാര്യമാണെന്ന് യോഹന്നാൻ സുവിശേഷകൻ നമ്മെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തുന്നു (5:23).

ഈ ഭൂമിയിലെ നന്മയും തിന്മയും നിറഞ്ഞ ജീവിതത്തിന് പ്രതിഫലം ലഭിക്കുക മരണശേഷമാണ്. നന്മ ചെയ്തവർക്ക് ഉന്മിതനായ യേശുവിനോടൊപ്പമുള്ള സ്ഥിരമായ വാസം ലഭിക്കുന്നു. “അവന്റെ മരണത്തിന് സദൃശമായ ഒരു മരണത്തിൽ നാം അവനോട് ഐക്യപ്പെട്ടവരായെങ്കിൽ അവന്റെ പുനരുത്ഥാനത്തിന് സദൃശമായ ഒരു പുനരുത്ഥാനത്തിലും അവനോട് ഐക്യപ്പെട്ടവരായിരിക്കും” (റോമ. 6:5) തിന്മയിൽ ജീവിക്കുന്നവർക്ക് നിത്യനരകവും ഒരുകൊടുപ്പുമാണ്.

**ജീവിതം കല്ലറയിൽ അവസാനിക്കുന്നില്ല**

ഈ ഭൂമിയിൽ ഒരുവൻ ജനിച്ചുകഴിഞ്ഞാൽ അവന്റെ ജീവിതത്തിൽ സംഭവിക്കും എന്ന് ഉറപ്പുള്ള ഒരേയൊരു കാര്യം അവൻ ഒരു ദിവസം മരിക്കുമെന്നുള്ള പരമമായ സത്യമാണ്. എന്നാൽ മനുഷ്യജീവിതത്തിൽ എന്ന് എപ്പോൾ എങ്ങനെ സംഭവിക്കും എന്ന് യാതൊരു ഉറപ്പുമില്ലാത്ത കാര്യവും ഇതുതന്നെയാണ്. അതിനാൽ എന്നും ഒരുകൊടുപ്പുവരായിരിക്കുവാൻ തിരുവചനം നമ്മെ പഠിപ്പിക്കുന്നു. ക്രൈസ്തവരായ നമ്മുടെ ഈ ഭൂമിയിലെ എഴുപതോ എൺപതോ വർഷക്കാലം (സങ്കീ. 90:10) കല്ലറയുടെ കുരിശിൽ അവസാനിക്കുന്നില്ല. വി. പൗലോസ് ശ്ലീഹ ഇത് വളരെ വ്യക്തമായി പറയുന്നു. വിധിദിവസത്തിൽ ക്രിസ്തുവിൽ മരണമടഞ്ഞവർ ആദ്യം അവനോടുകൂടെ ഉയർപ്പിക്കപ്പെടും (1 നെസ 4:16). മരിച്ചവർക്കുവേണ്ടി വിശുദ്ധ കുർബാനകളും ധൂപപ്രാർത്ഥനയും മറ്റു പ്രാർത്ഥനകളും നാം നടത്തുമ്പോൾ കല്ലറയ്ക്കപ്പുറത്തുള്ള മനുഷ്യന്റെ നിത്യജീവിതത്തെ ഇത് നമ്മെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തുന്നു.

പരേതരായ വിശ്വാസികളെ ഓർത്തു പ്രാർത്ഥിക്കുവാൻ നമ്മെ ഉദ്ബോധിപ്പിക്കുക മാത്രമല്ല ‘ആദിനെ ഞായറിലൂടെ’ പരിശുദ്ധസഭ ആഗ്രഹിക്കുന്നത്. മരിച്ച് ഇന്ന് ഈ ഭൂമിയിൽ ജീവിച്ചിരിക്കുന്നവരായ നാം ഓരോരുത്തരെയും ഒരുകൊടുപ്പുവരക്കിത്തീർക്കുക കൂടിയാണ്. അതിനാൽ മരിച്ചവർക്കുവേണ്ടി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നതോടൊപ്പം തമ്പുരാന്റെ

**ഉപകാരസ്മരണ**



**ഒരു വിശ്വാസി**

**ഉപകാരസ്മരണ**




**ഒരു വിശ്വാസി**

**ഉപകാരസ്മരണ**



**ജേക്കബ് കല്ലിശ്ശേരി**

**താമസിച്ചതിന് ക്ഷമാപണം**



**ഒരു വിശ്വാസി**

വിളിക്ക് കാതോർത്ത് ഒരുക്കമുള്ളവരായിത്തീരുകയും ചെയ്യാം.

**ഫാ. ജോൺ പടിപ്പുരയ്ക്കൽ**

**2015 ജനുവരി 15 കൊത്തിനെ ഞായർ വലിയ നോമ്പിലെ നൊമ്പ ഞായർ (വി. യോഹ.2:1 – 11)**

സ്വയംപരിത്യാഗത്തിലൂടെ ജീവിത നവീകരണത്തിലേക്ക് കടന്നുവരാനും നമ്മുടെയും അനേകരുടെയും പാപങ്ങൾക്കു പരിഹാരം ചെയ്യുവാനുമുള്ള വലിയനോമ്പിന്റെ തീക്ഷ്ണമായ നാളുകളിലേക്ക് നാം പ്രവേശിക്കുകയാണ്. തിന്മ നിറഞ്ഞ ഇന്നത്തെ ലോകത്തിൽ സാന്താന്റെ കോട്ടകളെ തകർക്കുന്നതിനും വചനമായ പുത്രൻ തമ്പുരാനിലൂടെ നൽകപ്പെട്ട ജീവന്റെ സമൃദ്ധിയിലേക്ക് മനുഷ്യകുലത്തെ നയിക്കുന്നതിനും നോമ്പിന്റെയും പ്രാർത്ഥനയുടെയും അരുപിയിൽ ജീവിക്കുന്ന ഒരു സഭാസമൂഹം ആവശ്യമായിരിക്കുന്നു. നമ്മുടെ കർത്താവിന്റെ പെസഹാരഹസ്യങ്ങളിൽ പങ്കുചേർന്നുകൊണ്ട് ഈ നോമ്പുകാലം കർത്താവിനോടുകൂടെ ആയിരിക്കുവാൻ നമുക്ക് പരിശ്രമിക്കാം.

വി. യോഹന്നാൻ എഴുതിയ സുവിശേഷം 2-ാം അദ്ധ്യായം 1 മുതൽ 12 വരെയുള്ള വാക്യങ്ങളിൽ യേശു കാനായിലെ വിവാഹ വിരുന്നിൽ വെള്ളം വീഞ്ഞാക്കിമാറ്റിയ സംഭവമാണ് നാം കാണുന്നത്. യേശുവിന്റെ അത്ഭുതങ്ങളെ അടയാളങ്ങളായി കാണുന്ന യോഹന്നാൻ ശ്ലീഹാ യേശുവിന്റെ ഈ അത്ഭുതത്തെ യേശു തന്റെ മഹത്വം വെളിപ്പെടുത്തുന്നതിന് പ്രവർത്തിച്ച അടയാളങ്ങളുടെ ആരംഭമായിട്ടാണ് രേഖപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത്.

കാനായിലെ വിവാഹവിരുന്നിൽവെച്ച് വെള്ളം വീഞ്ഞായി മാറ്റിയ അത്ഭുതം പരിശുദ്ധ കന്യകമറിയത്തിന്റെ മദ്ധ്യസ്ഥശക്തി വെളിപ്പെടുത്തുന്ന സംഭവമായി വ്യാഖ്യാനിക്കപ്പെടുന്നെങ്കിലും ഈ അത്ഭുതം യേശുക്രൈസ്തുമാണ്. അത്ഭുതങ്ങളി

ലൂടെ യേശു പ്രകടമാക്കുവാൻ ആരംഭിച്ച മഹത്വം പൂർത്തിയാക്കപ്പെടുന്നത് പീഡാനുഭവത്തിലൂടെയും മരണത്തിലൂടെയും ഉത്ഥാനത്തിലൂടെയുമാണ്.

യേശു വെള്ളത്തെ സ്പർശിച്ചപ്പോൾ അത് വീഞ്ഞായി മാറി. ദൈവം നമ്മുടെ ജീവിതങ്ങളെ സ്പർശിക്കുമ്പോൾ വലിയ രൂപാന്തരം ജീവിതത്തിൽ സംഭവിക്കും. ദൈവം തൊട്ട ജീവിതങ്ങളെല്ലാം ദൈവസ്നേഹത്തിന്റെ ലഹരി നിറഞ്ഞ ജീവിതങ്ങളായി മാറി. വെള്ളം വീഞ്ഞായി മാറുന്നതുപോലെ ജീവിതത്തിന് ഒരു സാന്ദ്രത സ്വന്തമാകുന്നു.

ജീവിതം നമ്മുടെ ക്രമീകരണങ്ങൾക്കുള്ളിൽ നിൽക്കുന്നില്ല. “മനുഷ്യൻ പദ്ധതികൾ വിഭാവനം ചെയ്യുന്നു. എന്നാൽ അന്തിമമായ തീരുമാനം ദൈവത്തിന്റേതത്രേ.” (സുഭാ. 16:1) എത്രമാത്രം ക്രമീകരണങ്ങൾ ഒരുക്കിയാലും മനുഷ്യന്റെ കണക്കുകൂട്ടലുകളെല്ലാം തെറ്റിപ്പോകുന്നു. ജീവിതത്തിൽ വീഞ്ഞിന്റെ കുറവ് അനുഭവപ്പെടുന്നു. കഴിഞ്ഞകാല ജീവിതാനുഭവങ്ങളെ ദൈവകരുണയ്ക്കുമുമ്പിൽ സമർപ്പിച്ച്, മുമ്പോട്ടുള്ള ജീവിതത്തെ ദൈവപരിപാലനയ്ക്കു വിട്ടുകൊടുത്ത് ഇന്ന് ഈ നിമിഷം ദൈവസാന്നിധ്യത്തിൽ നമുക്കായിരിക്കാം.

മനുഷ്യൻ പച്ചവെള്ളത്തെ വീഞ്ഞാക്കി മാറ്റുവാൻ കഴിയും. ഹൃദയം നിറയെ സ്നേഹവും കൂടെ നടക്കുവാൻ ദൈവവുമുണ്ടെങ്കിൽ ജീവിതത്തെ ലഹരിയുള്ളതാക്കി മാറ്റുവാൻ നമുക്കു കഴിയും. ദൈവസ്നേഹത്താലും സഹോദരസ്നേഹത്താലും ജ്വലിച്ചുനിൽക്കുവാൻ കഴിഞ്ഞാൽ ജീവിതം മധുരമുള്ളതായി മാറും.

ആറു കൽഭരണി നിറയെ വെള്ളമാണ് യേശു വീഞ്ഞാക്കിമാറ്റുന്നത്. ഈയൊരു കല്യാണവിരുന്നിനു മാത്രമല്ല, അനേക വിരുന്നുകൾക്ക് ഇത് ഉപയോഗിക്കുവാൻ കഴിയും. ദൈവം ഒരിക്കലും അളന്നു തുക്കിയല്ല നൽകുന്നത്. ഒരു പൂവു ചോദിക്കുമ്പോൾ ഒരു പൂക്കാലം ഒരുക്കുന്ന, സ്നേഹത്തിന്റെ തുള്ളി ചോദിക്കുമ്പോൾ സ്നേഹത്തിന്റെ കടൽ സമ്മാനിക്കുന്ന, ഒരു നുള്ളി വിശ്വാസം ചോദിക്കുമ്പോൾ വിശ്വാസത്തിന്റെ ആകാശം കാണിച്ചുതരുന്ന ദൈവമാണ് നമുക്കുള്ളത്. ദൈവം അളന്നുതുകിയ



**യുദാശ്ലീഹായോടുള്ള പ്രാർത്ഥന**

മിശിഹായുടെ ചാർച്ചക്കാരനും/ വിശ്വസ്തദാസനുമായ വി. യുദാതദേവസേ/ ഒറ്റിക്കൊടുത്തവന്റെ പേരുമൂലം മഹിമയേറിയ അപ്പസ്തോലനായ അങ്ങ്/ വിസ്മരിക്കപ്പെടുവാൻ കാരണമായി./ എന്നാൽ കത്തോലിക്കാസഭ മുഴുവനും/ അങ്ങയെ നിരാശരുടേയും അസാധ്യ കാര്യങ്ങളുടെയും / മദ്ധ്യസ്ഥനായി ബഹുമാനിക്കുകയും / അങ്ങയോട് അഭ്യർത്ഥിക്കുകയും ചെയ്യുന്നുവല്ലോ./ നിരവധി ക്ലേശങ്ങൾ അനുഭവിക്കുന്ന എനിക്ക് / അങ്ങയുടെ മദ്ധ്യസ്ഥതയിൽ (ഇവിടെ ആവശ്യം പറയുക) / ഈ അനുഗ്രഹം സാധിച്ചു തരണമേ. / എന്റെ എല്ലാ ആവശ്യങ്ങളിലും / വിശിഷ്യ ഇപ്പോൾ എനിക്കു നേരിട്ടിരിക്കുന്ന ആപത്തിലും / എന്നെ പ്രത്യേകം സംരക്ഷിക്കണമേ. / ഈ ഉപകാരം ഞാൻ എന്നും ഓർത്തുകൊള്ളാമെന്നും / എന്റെ പ്രത്യേക മദ്ധ്യസ്ഥനായി / അങ്ങയെ നിരന്തരം ബഹുമാനിച്ചു കൊള്ളാമെന്നും / ഞാൻ വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്നു.

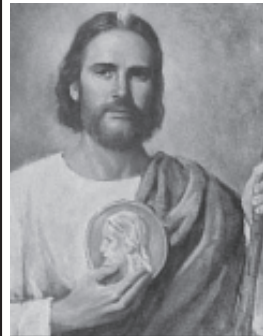
ഒരു വിശ്വാസി, അയിരൂർ

**ഉപകാരസ്മരണ**



അനൂ, അനീഷ് അടൂർ

**ഉപകാരസ്മരണ**



ഷെനിൻ, സണ്ണി പാലത്തികൽ, തിരുവല്ല

ല്ല, തന്റെ അനുഗ്രഹങ്ങൾ വർഷിക്കുന്നത്. സമൃദ്ധിയുടെ നിറവുള്ളവനാണ് നമ്മുടെ ദൈവം.

പരി. മറിയം യേശുവിന്റെയടുക്കൽ 'വീഞ്ഞു തീർന്നുപോയി' എന്നറിയിച്ചപ്പോൾ 'എന്റെ സമയം ഇനിയും ആയിട്ടില്ല' എന്ന മറുപടിയാണ് യേശു നൽകുന്നത്. ഈ സമയം ലോകത്തിന്റെ സമയമല്ല, ദൈവത്തിന്റെ സമയമാണ്. മഹത്വീകരണത്തിന്റെ സമയമാണ്. കുരിശിൽ പൂർത്തിയാക്കപ്പെടുന്ന രക്ഷാകര കർമ്മത്തിന്റെ ആരംഭമാണ് കാനായിലെ അത്ഭുതം.

കാനായിലെ കല്യാണവിരുന്നിൽ വെച്ചു നടന്ന അത്ഭുതം ക്രിസ്തു കേന്ദ്രീകൃതമെങ്കിലും പരി. മറിയത്തിന്റെ മദ്ധ്യസ്ഥ ശക്തിയെ വിസ്മരിക്കാൻ സാധ്യമല്ല. യേശുവിന്റെ രക്ഷാകര പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏറ്റവും അടുത്ത് സഹകരിച്ച വ്യക്തിയെന്ന നിലയിൽ യേശുവിനോടൊപ്പംതന്നെ പ്രാധാന്യം മറിയത്തിനുണ്ട്. അവൾ സഭയുടെ മാതാവാണ്. സകലരുടെയും മാതാവാണ്.

ഏറ്റവും കൂടുതൽ വ്യാഖ്യാനങ്ങൾക്ക് സാധ്യത നൽകിയ യേശുവിന്റെ അഭിസംബോധന- 'സ്ത്രീയേ' എന്ന് മറിയത്തെ യേശു വിളിക്കുന്നതായി നാം കാണുന്നു. യേശു തന്റെ മഹത്വം വെളിപ്പെടുത്തുന്ന രണ്ട് സന്ദർഭങ്ങളിലാണ് മറിയത്തെ സ്ത്രീ എന്നു വിളിക്കുന്നത്. തന്റെ മഹത്വം ആദ്യമായി വെളിപ്പെടുത്തുന്ന കാനായിൽ വെച്ചും മഹത്വത്തിന്റെ പൂർത്തീകരണം വെളിപ്പെടുത്തുന്ന കാൽവരിയിലും.

ആദിമാതാവായ ഹവ്വ മനുഷ്യനെ മരണത്തിലേക്ക് നയിച്ചു. മനുഷ്യവർഗത്തിന് ജീവന്റെ മാതാവായി മറിയം രണ്ടാം ഹവ്വയായി. മനുഷ്യപാപത്തിന്

ആദ്യത്തെ ഹവ്വ സഹകരിച്ചുവെങ്കിൽ മനുഷ്യകുലത്തിന്റെ രക്ഷയ്ക്ക് രണ്ടാം ഹവ്വയാകുന്ന മറിയം യേശുവിനോട് പൂർണ്ണമായി സഹകരിക്കുകയാണ്. പീഡാനുഭവമരണ ഉത്ഥാന രഹസ്യങ്ങളിലൂടെ രക്ഷാകര രഹസ്യങ്ങൾ ഈശോ കാൽവരിയിൽ പൂർത്തീകരിച്ചപ്പോൾ മറിയത്തെ 'സ്ത്രീ' എന്ന് സംബോധന ചെയ്തുകൊണ്ട് ലോകത്തിന് മുഴുവൻ അമ്മയായി, മാതൃകയായി പരി. മറിയത്തെ യേശു നൽകുകയാണ്. കാനായിൽ മുതൽ കാൽവരി വരെയും മറിയം യേശുവിനോടൊപ്പമുണ്ടായിരുന്നു. അങ്ങനെ സഹരക്ഷകയായി. യേശുവിന്റെ 'സ്ത്രീ' എന്നുള്ള വിളി സ്ത്രീത്വത്തിന്റെ ബഹുമാനം കുറയ്ക്കുകയല്ല, കൂട്ടുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്. കാരണം അവൾ സഭയുടെ മാതാവാണ്.

'അവൻ പറയുന്നതുപോലെ ചെയ്യുവിൻ' എന്നു കാനായിൽ പരിചാരകരോട് ആഹ്വാനം ചെയ്ത ദൈവമാതാവ് അവൻ പറയുന്നതുപോലെ ചെയ്യുവാൻ നമ്മെയും ആഹ്വാനം ചെയ്യുന്നു. നമ്മുടെ ഏതു വേദനയുടെ നിമിഷത്തിലും പരി. അമ്മ തന്റെ മദ്ധ്യസ്ഥശക്തിയിൽ നമ്മോടൊപ്പമുണ്ട്.

പരി. അമ്മയോടുള്ള മദ്ധ്യസ്ഥപ്രാർത്ഥനയിൽ ഏറ്റവും ശക്തിയേറിയ പ്രാർത്ഥനയാണ് ജപമാല പ്രാർത്ഥന. വാഴ്ത്തപ്പെട്ട ജോൺ പോൾ രണ്ടാമൻ മാർപാപ്പ തന്റെ പരി. കന്യകമറിയത്തിന്റെ ജപമാല എന്ന അപ്പസ്തോലിക ലേഖനത്തിൽ ഇപ്രകാരം പറയുന്നു. 'ജപമാലയുമായി ക്രൈസ്തവർ മറിയത്തിന്റെ പാഠശാലയിൽ ഇരിക്കുകയും ക്രിസ്തുവിന്റെ തിരുമുഖത്തിന്റെ മനോഹാരിതയെക്കുറിച്ച് ധ്യാനലീനരാകുകയും അവിടത്തെ സ്നേഹത്തിന്റെ


**ഒന്നാം ചരമവാർഷികം**  
05-02-2014



**മേരിക്കുട്ടി ദാനിയേൽ**  
(പൊടിയമ്മ)(54)  
വയക്കരക്കാലായിൽ (അഴകത്ത്)  
പുല്ലാട്

**മരിക്കാത്ത ഓർമ്മകളുമായി**  
**കുടുംബാംഗങ്ങൾ**

**നിര്യാതയായി**  
(06-11-2014)



**മോളി തോമസ് (55)**  
പ്രാർത്ഥനയോടെ,

ഭർത്താവ് - തോമസുകുട്ടി (ബാബുകുട്ടി)  
മക്കൾ - സരൂൺ, അരുൺ  
മരുമക്കൾ - സിനി, മെറിൻ  
കൊച്ചുമക്കൾ - ജിയാനാ.



ആഴം അനുഭവിക്കുന്നതിന് നയിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു.”

അവൻ പറയുന്നതുപോലെ ചെയ്യുവാൻ നമ്മെ ആഹ്വാനം ചെയ്യുന്ന പരി. അമ്മയിലൂടെ യേശുവിലേക്ക് നമുക്ക് വളരാം. അനുദിന ജീവിതത്തിൽ ദൈവമഹത്വം നമുക്ക് ദർശിക്കാം.

**ഫാ. ജോസഫ് കരിപ്പായിൽ**

**ഫെബ്രുവരി 22 - ഗർബോ ഞായർ  
കുഷ്ഠരോഗിയെ സൗഖ്യമാക്കിയത്  
(മർക്കോ. 1:40 - 45)**

പുണ്യങ്ങൾ പുത്തലയുന്ന നോമ്പുകാലത്തിന്റെ രണ്ടാമത്തെ ഞായറാഴ്ച സഭ നമുക്ക് വിചിന്തനത്തിനായി നൽകുന്ന വേദഭാഗം വി. മർക്കോസ് എഴുതിയ സുവിശേഷം ഒന്നാം അദ്ധ്യായം നാല്പത് മുതൽ നാല്പത്തിയഞ്ച് വരെയുള്ള തിരുവചനങ്ങളാണ്. യേശു കുഷ്ഠരോഗിയെ സുഖപ്പെടുത്തുന്നതാണ് ഇവിടുത്തെ പ്രതിപാദ്യവിഷയം.

വി. മർക്കോസിന്റെ സുവിശേഷം 1:14-ൽ യേശു തന്റെ ഈ ലോകത്തിലെ ദൗത്യം ആരംഭിക്കുന്നു. പിന്നീട് സുവിശേഷകൻ യേശുവിന്റെ പരസ്യജീവിതത്തിലെ ഒരു ദിവസത്തെയാണ് വിവരിക്കുന്നത്. 7 കാര്യങ്ങളാണ് ഇവിടെ പ്രതിപാദിക്കുന്നത്.

1. ആദ്യശിഷ്യന്മാരെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നു.
2. സിനഗോഗിൽ പഠിപ്പിക്കുന്നു.
3. പിശാചുബാധിതനെ സുഖപ്പെടുത്തുന്നു
4. ശിമയോന്റെ അമ്മായിയമ്മയെ സുഖപ്പെടുത്തുന്നു
5. ഒവെകുന്നേരം ധാരാളം പേരെ സുഖപ്പെടുത്തുന്നു
6. അതിരാവിലത്തെ പ്രാർത്ഥന
7. കുഷ്ഠരോഗിയെ സുഖപ്പെടുത്തുന്നു


കുഷ്ഠരോഗിയെ യേശു സുഖപ്പെടുത്തുന്ന ഭാഗം ധ്യാനിക്കുന്നതിനു മുമ്പ് പഴയനിയമത്തിലെ കുഷ്ഠ

രോഗികളെക്കുറിച്ചുള്ള നിയമങ്ങൾ അറിഞ്ഞിരിക്കണം. അതിപ്രകാരമാണ്: (ലേവ്യർ 13:45-46).

“കുഷ്ഠരോഗമുള്ളവൻ കീറിത വസ്ത്രം ധരിക്കുകയും മുടി ചീകാതിരിക്കുകയും മേൽച്ചുണ്ട് തുണികൊണ്ട് മറയ്ക്കുകയും അശുദ്ധൻ, അശുദ്ധൻ എന്ന് വിളിച്ചുപറയുകയും വേണം. രോഗമുള്ളകാലമെല്ലാം അവൻ അശുദ്ധനാണ്. അവൻ പാളയത്തിനുവെളിയിൽ ഒരു പാർപ്പിടത്തിൽ ഏകനായി വസിക്കണം.”

ഇപ്രകാരം കഠിനമായ ഒരു നിയമ പശ്ചാത്തലത്തിൽ നിന്നുമാണ് യേശു കുഷ്ഠരോഗിയെ സുഖപ്പെടുത്തുന്നത്. ഒന്നാം അദ്ധ്യായം നാല്പതാമത്തെ വാക്യം വരെ യേശു ശുദ്ധിയുള്ളവരോട് കൂടിയാണ്. നാല്പതാം വാക്യത്തോടുകൂടി യേശു ഔട്ട് കാസ്റ്റിലേക്ക് എത്തുകയാണ്. യഹൂദ നിയമമനുസരിച്ച് കുഷ്ഠം ഒരാളെ യഹൂദ സമുദായത്തിൽനിന്നും പുറത്താക്കുന്നു. ജറുസലേം ദേവാലയത്തിൽപോലും കയറാൻ കുഷ്ഠരോഗിക്ക് അനുവാദമില്ലായിരുന്നു എന്ന് പറഞ്ഞാൽ ജനങ്ങളാൽ “ദൈവസാന്നിധ്യത്തിൽനിന്നുപോലും ഇവർ അകറ്റപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.” ഇന്നും പലപ്പോഴും ഈ സ്ഥിതി പ്രതിഫലിക്കുന്നുണ്ട്. നമ്മുടെ ഒരുവാക്ക്, പ്രവൃത്തി ഇവ മൂലം പലപ്പോഴും നാം ക്രിസ്തുവിന് എതിർസാക്ഷ്യം നൽകുകയും പലരും അതിനാൽ തന്നെ ക്രിസ്തുവിൽ നിന്നും അകലുകയും ചെയ്യാറില്ലേ. നമ്മുടെ പള്ളിയിലെ ആഘോഷങ്ങളിലെ ആഘോഷങ്ങൾ ചിലപ്പോഴെങ്കിലും ക്രിസ്തീയ ചൈതന്യത്തിന് ചോദ്യ ചിഹ്നങ്ങളാകാറില്ലേ. നമുക്ക് ചിന്തിക്കാം. അതുപോലെ ഇവിടെയും യഹൂദർ കുഷ്ഠരോഗിയെ നിയമമുപയോഗിച്ച് ദൈവസന്നിധിയിൽനിന്നും അകറ്റുന്നു. ഈ നിയമങ്ങളെ മാറിക്കടന്നാണ് കുഷ്ഠരോഗി ക്രിസ്തുവിലേക്കും ക്രിസ്തു കുഷ്ഠരോഗിയിലേക്കും ചേക്കേറുന്നത്.

ഇസ്രായേലിലെ നിയമങ്ങളെ രണ്ട് തരത്തിൽ തിരിക്കാം. 1) Torah - മോശയുടെ നിയമങ്ങൾ 2) Halakah - മനുഷ്യനിർമ്മിതമായ നിയമങ്ങൾ. ഇവിടെ ഈ കുഷ്ഠരോഗി മനുഷ്യനിർമ്മിതമായ




**യുദാശ്ശീഹായോടുള്ള പ്രാർത്ഥന**

മിശിഹായുടെ ചാർച്ചക്കാരനും/ വിശ്വസ്തരാസന്നുമായ വി. യുദാതദേവ്യസേ/ ഒറ്റിക്കൊടുത്തവന്റെ പേരുമൂലം മഹിമയേറിയ അപ്പസ്തോലനായ അങ്ങ്/ വിസ്മരിക്കപ്പെടുവാൻ കാരണമായി./ എന്നാൽ കത്തോലിക്കാസഭ മുഴുവനും/ അങ്ങയെ നിരാശര്യഭേദം അസാദ്ധ്യകാര്യങ്ങളുടെയും / മദ്ധ്യസ്ഥനായി ബഹുമാനിക്കുകയും/ അങ്ങയോട് അഭ്യർത്ഥിക്കുകയും ചെയ്യുന്നുവല്ലോ./ നിരവധി ക്ലേശങ്ങൾ അനുഭവിക്കുന്ന എനിക്ക് / അങ്ങയുടെ മദ്ധ്യസ്ഥതയിൽ (ഇവിടെ ആവശ്യം പറയുക) / ഈ അനുഗ്രഹം സാധിച്ചു തരണമേ. / എന്റെ എല്ലാ ആവശ്യങ്ങളിലും / വിശിഷ്യ ഇപ്പോൾ എനിക്കു നേരിട്ടിരിക്കുന്ന ആപത്തിലും / എന്നെ പ്രത്യേകം സംരക്ഷിക്കണമേ. / ഈ ഉപകാരം ഞാൻ എന്നും ഓർത്തുകൊള്ളാമെന്നും / എന്റെ പ്രത്യേക മദ്ധ്യസ്ഥനായി / അങ്ങയെ നിരന്തരം ബഹുമാനിച്ചു കൊള്ളാമെന്നും / ഞാൻ വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്നു.

**സുസമ്മ സി. തോമസ്**

**ഉപകാരസ്മരണ**



**ഒരു വിശ്വാസി**

**ഉപകാരസ്മരണ**



**ഒരു വിശ്വാസി**

നിയമങ്ങളെ ഭേദിച്ച് ക്രിസ്തുവിലേക്ക് വരുമ്പോൾ നാം മനസ്സിലാക്കണം ക്രിസ്തുവിലേക്ക് കടന്നുവരാൻ വിലങ്ങുതടിയായി നിൽക്കുന്ന മനുഷ്യനിർമ്മിതമായ നിയമങ്ങൾ ലംഘിക്കപ്പെടേണ്ടതാണ്. ക്രിസ്തുവിൽ എത്തിച്ചേരുക എന്നതാണ് നമ്മുടെ ക്രൈസ്തവ ജീവിതലക്ഷ്യം. അതാണ് വി. അഗസ്തിനോസ് പറയുക: “കർത്താവേ നിന്നിൽ വിലയം പ്രാപിക്കുവോളം എന്റെ ഹൃദയം അസ്വസ്ഥമാകുന്നു.” മനുഷ്യനിർമ്മിതമായ നിയമങ്ങൾ മനുഷ്യന്റെ നന്മയ്ക്കുകുന്നവയാകണം. അല്ലാത്തവ മാറ്റിയെഴുതപ്പെടാം എന്ന് ക്രിസ്തു പഠിപ്പിക്കുന്നു.

ഇവിടെ കുഷ്ഠരോഗി തന്റെ സർവ്വവും യേശുവിന്റെ മുൻപിൽ അടിയറവ് വയ്ക്കുകയാണ്. കർത്താവിന്റെ മനസ്സിന് വേണ്ടി അവൻ ആഗ്രഹിക്കുകയാണ്. “കർത്താവേ നിനക്ക് മനസ്സുണ്ടെങ്കിൽ” കർത്താവിന്റെ ഇഷ്ടത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള ഒരു സമ്പൂർണ്ണ സമർപ്പണം നാം ഇവിടെ കാണുന്നുണ്ട്. ഇതുവരെ ഞാൻ മറ്റ് പല വഴികൾ ആലോചിച്ചു. പക്ഷേ ഒന്നും ഫലിച്ചില്ല. ഇനി നിനക്കു മാത്രമേ എന്നെ ശുദ്ധനാക്കുവാൻ കഴിയൂ. സുവിശേഷകൻ പറയുക യേശു കരുണ തോന്നി അവന്റെ നേരെ കൈനീട്ടി അവനെ തൊട്ടു. ഇവിടെ നാം ചിന്തിക്കേണ്ട ഒരു പ്രധാന കാര്യമുണ്ട്. നമ്മുടെ ജീവിത സമർപ്പണങ്ങൾ കർത്താവിന്റെ കരുണയെ ഉണർത്താൻ പോന്നതാണോ? എന്റെ പ്രാർത്ഥനകൾക്ക് പലപ്പോഴും ഉത്തരം ലഭിക്കാതെയും കാലതാമസം വരുന്നതുമൊക്കെ എന്റെ സമർപ്പണത്തിന് കർത്താവിന്റെ കരുണയെ ഉണർത്താൻ പറ്റാത്തതുകൊണ്ടാണ്. ക്രിസ്തുവിന്റെ കരുണ ഉണരുമ്പോൾ അവന്റെ കരം നീളും; അവന് മനസ്സുണ്ടാകും. അതാണ് കുഷ്ഠരോഗിയോട് അവൻ പറയുക: “എനിക്കു മനസ്സുണ്ട്. നിനക്ക് ശുദ്ധിവരട്ടെ”. നമ്മുടെ സമർപ്പണത്തിൽ പലപ്പോഴും നമ്മൾ മറന്നുപോകുന്ന ഒരു തലമാണ് ക്രിസ്തുവിന്റെ മനസ്സ് ചോദിക്കുക എന്നുള്ളത്. സർവ്വവിധമായ അനുഗ്രഹങ്ങളും നമുക്ക് ലഭ്യമായിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ കർത്താവിന്റെ കരുണയെ തുറന്ന് അത് സ്വീകരിക്കുവാൻ പലപ്പോഴും നമുക്ക് സാധിക്കുന്നില്ല എന്നുള്ളതാണ് സത്യം.

ഇപ്രകാരം ശുദ്ധമാക്കപ്പെട്ട കുഷ്ഠരോഗി യേശുവിന്റെ താക്കീതിനെ മറികടന്ന് അവന്റെ സന്തോഷം പങ്കുവയ്ക്കുന്നു. എന്നാൽ അതുമൂലം യേശുവിന് പട്ടണത്തിൽ പ്രവേശിക്കുവാൻ സാധിക്കുന്നില്ല. അവൻ വിജനപ്രദേശങ്ങളിൽ തങ്ങി. ഇവിടെ നമ്മുടെ ഒരു ജീവിതസാഹചര്യം ഒളിഞ്ഞുകിടപ്പില്ലേ എന്ന് ഒരു സംശയം. നമ്മുടെ ക്രിസ്തീയ ജീവിതം പലപ്പോഴും ക്രിസ്തുവിനെ ഇപ്രകാരം വിജന പ്രദേശങ്ങളിൽ നിർത്തുന്ന തലത്തിലുള്ളതാകുന്നില്ലേ? ക്രിസ്തുവിനെ നമ്മുടെയൊക്കെ ജീവിതത്തിൽനിന്നും അകറ്റി നിർത്തുവാനല്ലേ നാം പരിശ്രമിക്കുന്നത്. പലപ്പോഴും ക്രിസ്തുവില്ലാത്ത ക്രിസ്ത്യാനിയായിപ്പോകുന്നില്ലേ നമ്മൾ. നമുക്ക് ചിന്തിക്കാം.

നോമ്പുകാലം തിരിച്ച് വരവിന്റെ കാലമാണല്ലോ. പിഴകളെ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് വർജ്ജനയിലൂടെയും ഉപവാസത്തിലൂടെയും ത്യാഗപ്രവർത്തികളിലൂടെയും ജീവിതനവീകരണം വരുത്തി ക്രിസ്തുവിലേക്ക് മടങ്ങുന്ന കാലമാണല്ലോ. നമുക്ക് നമ്മുടെ ജീവിതങ്ങളെ ഒന്ന് വിചിന്തനം ചെയ്യാം. ക്രിസ്തുവിൽ നിന്നകലുകയും ക്രിസ്തുവിനെ അകറ്റുകയും ചെയ്ത ജീവിതത്തിൽനിന്നും ക്രിസ്തുവിലേക്ക് നമുക്ക് ചേക്കേറാം. അവന്റെ മനസ്സ് തിരിച്ചറിയുവാൻ നമുക്ക് ശ്രമിക്കാം.

**ഫാ. ഓസ്റ്റിൻ തെക്കേതിൽ**



(35-ാം പേജ് തുടർച്ച)

**കുടുംബമൊന്നാകെ ജീവിതത്തിലൂടെ മറ്റുള്ളവരോട് പ്രഘോഷിക്കും.**

യെന്നും മനസിലാകും. അപ്പനും അമ്മയും കർത്താവിന്റെ ഉത്ഥാന പ്രഭ ഏറ്റുവരാണെന്ന് കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് ബോധ്യമാകും. ആ പ്രഭയിൽ പരസ്പരം ഏൽപ്പിച്ച മുറിവുകൾ ഉണങ്ങും. മനസ്സിന്റെ ചതവുകൾ കരിയും ദീർഘകാലത്തെ നീറ്റലുകൾക്ക് ശമനം ഉണ്ടാകും. ഉത്ഥിതന്റെ പ്രകാശം ഹൃദയമുറിവുകൾ ഉണക്കും. ഇപ്രകാരം അഭിഷേകം ചെയ്യപ്പെട്ട കുടുംബാംഗങ്ങൾ ഈ ലോകത്തിലെ മരണത്തോടും അവരുടെ ജീവിതം അവസാനിക്കുന്നില്ലെന്നും മരണത്തിനപ്പുറം ഒരു ജീവിതമുണ്ടെന്നും ആ ജീവിതത്തിനുള്ള ഒരുക്കമാണ് ഈ ലോകജീവിതമെന്നും കുടുംബാംഗങ്ങൾ രാവ്യം പകലും പാടി പ്രഘോഷിക്കും “ഈ ലോകജീവിതത്തിനുവേണ്ടി മാത്രമാണ് നാം ക്രിസ്തുവിൽ പ്രത്യാശ വെച്ചിട്ടുള്ളതെങ്കിൽ നമ്മളെല്ലാം മനുഷ്യരെയും കാൾ നിർഭാഗ്യവാൻമാരാണെന്ന് 1 കോരി 15:19 ൽ വി. പൗലോസ് ശ്ലീഹാ പറയുന്നു. മരണത്തോടെ എല്ലാം തീരുന്നില്ലെന്നും മരിച്ചവരിൽനിന്ന് നാം ഉയർത്തെഴുന്നേൽക്കുമെന്നും അവിടുത്തെ സാദൃശ്യത്തിലേക്കു നാം രൂപാന്തരപ്പെടുവെന്നും (2 കോരി 3:18)

കുടുംബമൊന്നാകെ ജീവിതത്തിലൂടെ മറ്റുള്ളവരോട് പ്രഘോഷിക്കും. ഇപ്രകാരം വിശ്വസിക്കുന്ന കുടുംബാംഗങ്ങൾ ക്രിസ്തുവിനോടൊപ്പം ക്രൂശിക്കപ്പെടുന്നതിൽ (റോമ 6:6) സന്തോഷം കണ്ടെത്തും. കാരണം കർത്താവിനോടൊപ്പം ക്രൂശിക്കപ്പെടാൻ കർത്താവിന്റെ പ്രകാശത്തിൽ നാമും ഉയർത്തെഴുന്നേൽക്കും അങ്ങനെ ഉത്ഥിതനെ കണ്ട് അവന്റെ പ്രകാശത്തിലേക്ക് ലയിച്ചുചേരും.



# Youth corner

## ചുരുത്ത് കോർണർ



ഫാ. സന്തോഷ് അഴകത്ത് എം.സി.വൈ.എം.തിരുവല്ല അതിരൂപത ഡയറക്ടർ



നമ്മെത്തേടി വീണ്ടും ഒരു നോമ്പുകാലംകൂടി എത്തുന്നു. മനുഷ്യനെ തേടിയിറങ്ങിയ ദൈവത്തിന്റെ മുഖമാണ് നോമ്പിന്. അന്വേഷിക്കുവാനും കണ്ടെത്താനുമുള്ള കാലം. ജീവിതപ്രയാണത്തിനിടയിൽ പലതും നമുക്ക് നഷ്ടപ്പെട്ടു. എന്നാൽ അന്വേഷിക്കുവാനോ കണ്ടെത്തുവാനോ നമുക്ക് സമയവും ഇല്ല, താത്പര്യവും ഇല്ല. അല്ല, എന്തെങ്കിലും നഷ്ടപ്പെട്ടെന്നബോധ്യം ഉണ്ടെങ്കിലേ നാം അന്വേഷിക്കൂ. ജീവിതത്തിൽ പലതും തന്നെ നഷ്ടപ്പെട്ടെങ്കിലും ഒന്നും നഷ്ടപ്പെട്ടിട്ടില്ല എന്നുള്ളബോധ്യത്തിൽ ജീവിക്കുന്ന നമുക്ക് എങ്ങനെ അന്വേഷിക്കുവാനാകും? വി. ഗ്രന്ഥത്തിൽ 10 നാണയങ്ങൾ ഉണ്ടായിരുന്ന സ്ത്രീ തന്റെ 1 നാണയം നഷ്ടപ്പെട്ടത് മനസ്സിലാക്കുകയും അത് അന്വേഷിക്കുകയും കണ്ടെത്തുകയും ചെയ്യുന്നതായി നാം വായിക്കുന്നു. ആ സ്ത്രീക്ക് തന്റെ നാണയം നഷ്ടപ്പെട്ടു എന്നു മാത്രമല്ല, എവിടെ നഷ്ടപ്പെട്ടു എന്നുള്ള ബോധ്യവും ഉണ്ടായിരുന്നു. അതിനാലാണ് വീട്ടിൽ ആ നാണയത്തിനു വേണ്ടിയുള്ള അന്വേഷണം അവൾ നടത്തിയത്.

പ്രിയ യുവജനങ്ങളേ, ജീവിതത്തിൽ നമുക്ക് പലതും കൈമോശം

വന്നെങ്കിലും എന്താണ് കൈമോശം വന്നതെന്നും എവിടെ വെച്ചാണ് കൈമോശം വന്നതെന്നും അറിയാത്തതിനാൽ നാം അന്വേഷിക്കാറില്ല, കണ്ടെത്താനും ഇല്ല. ഈ വലിയ നോമ്പുകാലം അന്വേഷണത്തിന്റെ ഒരു കാലമാണ് വിശ്വാസജീവിതത്തിലും കൗദാശിക ജീവിതത്തിലും സഭാകൂട്ടായ്മകളിലും സംഘടനകളിലും കുടുംബങ്ങളിലും. ജീവിതത്തിൽ എന്തൊക്കെ നഷ്ടപ്പെട്ടെന്ന് ഞാൻ കണക്ക് എടുക്കുകയും അതൊക്കെ തിരികെ പിടിക്കുകയും ചെയ്യണം. നോമ്പ് കാലത്തിന്റെ ഉദ്ദേശ്യവും അത് തന്നെ.

പ്രകൃതിയെ നോക്കി നാം പഠിക്കണം. മുട്ടയിടാൻ സമയമാകുമ്പോൾ പക്ഷികൾ കൂടുകൾ നിർമ്മിക്കുന്നതും വൃക്ഷങ്ങൾ ഇലകൾ പൊഴിക്കുന്നതും വിദ്യാർത്ഥികൾ ഉത്സാഹത്തോടെ പഠിക്കുന്നതും എല്ലാം ഒരു ഒരുക്കമാണ്. ജീവിതത്തിലെ ഓരോ ലക്ഷ്യങ്ങൾക്ക് വേണ്ടിയുള്ള ഒരുക്കം. ഇലപൊഴിയുന്നത് വീണ്ടും തളിർക്കുകയും വെട്ടി ഒരുക്കുന്നത് ശക്തിയോടെ കയറാവുന്നവാനുമാണ് എന്ന സത്യം നാം മറന്നുകൂടാ. സ്നേഹത്തിന്റെ ബലിവസ്തുക്കളാകാൻ വിളിക്കപ്പെട്ടവരാണ് നാം. കുരിശ് സ്നേഹത്തിന്റെ അടയാളമാണ്. മറ്റുള്ളവരെ സ്നേഹിച്ചുകൊണ്ടാണ് ക്രിസ്തു കുരിശിന് പുതിയ അർത്ഥം നൽകിയത്. അതിനാൽ നമുക്കും കുരിശിലൂടെ സ്നേഹത്തിന്റെ പുരമം തീർക്കാം. മറ്റുള്ളവരുടെ കുരിശിന്റെ വഴിയിൽ ശിമയോനോ വേറോണിക്കയോ കുറഞ്ഞപക്ഷേ ഓർശ്യം നഗരിയിലെ സ്ത്രീകളോ ആകാൻ എനിക്ക് പറയുന്നുണ്ടോ? അപ്പോൾ മാത്രമേ എന്റെ നോമ്പിലും പ്രാർത്ഥനയിലും അർത്ഥം ഉള്ളൂ. ഈ നോമ്പ്കാലം നമ്മെതന്നെ ഒരുക്കാനും മറ്റുള്ളവരെ സ്നേഹപൂർവ്വം ഓർക്കാനും ഉള്ള നല്ലൊരു അവസരമായി തീരട്ടെ എന്ന് ആശംസിക്കുന്നു.



## ഒരുക്കാനും ഓർമ്മിക്കാനും



ഫാ. എൽദോ മോഴ്ശേരിൽ



**പി.** കെ. എന്ന ചിത്രം ഇന്ത്യൻ സിനിമ ചരിത്രത്തിലെ ഒരു നാഴികക്കല്ലാണ്. ഈ ചിത്രം എന്തുകൊണ്ടാണ് ഇത്രമാത്രം ജനശ്രദ്ധയാകർഷിച്ചത്. പ്രധാനമായും മനുഷ്യന്റെ ജീവിതത്തിലെ ഏറ്റവും അനിവാര്യഘടകമായ മതവിശ്വാസത്തെക്കുറിച്ചാണ് ഈ ചിത്രം പ്രതിപാദിക്കുന്നത് എന്നതുകൊണ്ടുതന്നെയാകാം ഈ ചിത്രം ജനശ്രദ്ധയാകർഷിച്ചത്. ഒത്തിരിയേറെ വിമർശനങ്ങൾ നേരിട്ട ചിത്രമാണ് പി. കെ. മതവിശ്വാസത്തെയും ദൈവത്തെയും നിഷേധിക്കുകയല്ല, പ്രത്യുത മതവിശ്വാസവും വിശ്വാസികളും എങ്ങനെ ആയിരിക്കണം എന്നതാണ് പി. കെ. എന്ന ചിത്രം നൽകുന്ന സന്ദേശം. മതവിശ്വാസം മനുഷ്യന് നിരാകരിക്കുവാൻ സാധിക്കാത്ത ഉൾവീകാരമാണ്. ഒരു പി. കെ. പ്രദർശിപ്പിച്ചതുകൊണ്ടുമാത്രം മനുഷ്യനിലുള്ള മതവികാരങ്ങളെ പാടേ മാറ്റാൻ ഭാരതീയരായ നാം തയ്യാറാകില്ല. കാരൽ മാർക്സിന്റെ മതവിശ്വാസത്തെക്കുറിച്ചുള്ള സിദ്ധാന്തത്തിനുപോലും ദൈവം തന്നെ മനുഷ്യനിൽ നിക്ഷേപിച്ചിരിക്കുന്ന ഈ ദൈവാനുഷ്ണത്തെ ഇല്ലാതാക്കാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടില്ല. അതിന് ചരിത്രം സാക്ഷി.

പി. കെ. ഒരു ആക്ഷേപഹാസ്യചിത്രമാണ്. നർമ്മത്തിന്റെ സഹായത്തോടെ അനാചാരങ്ങളെയും യുക്തിസഹജമല്ലാത്ത വിശ്വാസങ്ങളെയും രുക്ഷമായി വിമർശിക്കുന്നു.

അന്യഗ്രഹത്തിൽനിന്ന് ഒരു മനുഷ്യരുപത്തിൽ തന്നെയുള്ള ജീവി (പി. കെ.) ഭൂമിയിലേക്ക് വരുന്നതാണ് ചിത്രത്തിന്റെ ആദ്യം കാണിക്കുന്നത്. തന്റെ ആകാശപേടകവുമായി സന്ദേശങ്ങൾ അയയ്ക്കുവാൻ സഹായിക്കുന്ന ഒരു റിമോട്ട് (അത് ലോക്കറ്റ് പോലെ ആ ജീവിയുടെ കഴുത്തിൽ സൂക്ഷിച്ചിരുന്നു) കള്ളൻ അപഹരിച്ചു കടന്നുകളയുന്നു. തനിക്ക് ആ റിമോട്ട് തിരിച്ചുകിട്ടിയാൽ മാത്രമേ തിരിച്ചുപേടകത്തിലേക്ക് പോകാൻ കഴിയുകയുള്ളൂ. ഈ ഗ്രഹത്തിൽനിന്ന് വ്യത്യസ്തമായി അവരുടെ ഗ്രഹത്തിൽ ആരും വസ്ത്രങ്ങളോ ഭാഷയോ ഉപയോഗിക്കാറില്ല. അവിടെ മനസ്സുകൊണ്ടാണ് പരസ്പരം സംഭാഷണം നടത്തുന്നത്. (ഇതിലൂടെ സംവിധായകൻ നമ്മോടു പറയുന്ന കലപില സംസാരിക്കുന്ന ഈ ഭൂമിയിൽ സത്യത്തിൽ ആത്മാർത്ഥതയും സ്നേഹവും കുറവാണ്. പിന്നീട് ഈ അന്യഗ്രഹജീവി തന്നെ പറയുന്നു, അവരുടെ ഗ്രഹത്തിൽ ആരും തന്നെ കള്ളം പറയാറില്ല. ഈ ലോകത്തിലും ഇങ്ങനെ മനസ്സും മനസ്സും തമ്മിൽ സമ്പർക്കവും സന്ദേശവും പുലർത്താൻ കഴിഞ്ഞിരുന്നെങ്കിൽ. പല ഭാര്യാഭർത്തുബന്ധങ്ങൾ, കാമുകി-കാമുക പ്രണയങ്ങൾ, രാഷ്ട്രീ



ലോകത്തെയും അവളെയും പി.കെ. ബോധ്യപ്പെടുത്തി. ഒരുപിടി കളഞ്ഞ രണ്ടും അസൂയയുമായി പി.കെ. തിരിച്ചുപോയി.



ഇതുപോലെ നമ്മെ പഠിപ്പിക്കുവാൻ സർഗ്ഗമാകുന്ന ഗ്രഹത്തിൽ നിന്ന് യേശുക്രിസ്തു വന്നു. എന്താണ് ദൈവം? എന്താണ് സ്നേഹം?

യനേതാക്കന്മാരുടെ വാഗ്ദാനങ്ങൾ, മതനേതാക്കന്മാരുടെ ധർമ്മികബോധം, ദൈവവിശ്വാസം ഇവയെല്ലാം ഒറ്റ നിമിഷംകൊണ്ട് തകർന്നുവീഴുമായിരുന്നു. ആ അന്യഗ്രഹജീവി തന്റെ റിമോട്ട് അന്വേഷിച്ച് പുറപ്പെടുന്നു. പല രസകരമായ സംഭവങ്ങൾക്കും അത് വഴിതുറക്കുന്നു. അവൻ മനുഷ്യരുടെ ഭാഷ സ്വന്തമാക്കുവാൻ ഉള്ള മാർഗ്ഗം അന്വേഷിച്ച് നടക്കുന്നു. (തന്റെ കരങ്ങളിലോകത്തിലുള്ള മറ്റൊരു വ്യക്തിയുടെ കരങ്ങളിൽ പിടിച്ചാൽ, അവരുടെ ഭാഷ തന്നിലേക്ക് വരുമെന്ന് അവൻ പറയുകയും അങ്ങനെ ഒരു വേശ്യാസ്ത്രീക്ക് പണം കൊടുത്ത് അവളുടെ കരങ്ങളിൽ പിടിച്ചു അവർ സംസാരിക്കുന്ന ഭാഷ അവൻ സ്വന്തമാക്കുന്നു. അവൾ സംസാരിച്ചിരുന്നത് ബീഹാറികൾ സംസാരിക്കുന്ന ഭോജ്പുരി ഭാഷയാണ്. അങ്ങനെ അവനും ഈ ഭാഷ സംസാരിച്ച് തന്റെ റിമോട്ട് അന്വേഷിച്ചു നടക്കുന്നു. പലരും പറഞ്ഞു ഇനി ഭഗവാന്മാത്രമേ നിന്റെ റിമോട്ട് തിരിച്ചുനൽകാൻ സാധിക്കുകയുള്ളൂ എന്ന്. അവന്റെ ചോദ്യങ്ങളിൽ ആശ്ചര്യപ്പെട്ട് അവൻ മദ്യപിച്ചാണോ ഇങ്ങനെ സംസാരിക്കുന്നതെന്ന് പറഞ്ഞ്... ഹിന്ദിയിൽ നീ കുടിച്ചുണ്ടോ എന്നർത്ഥം വരുന്ന ഇ പി കെ ഹോ? എന്ന് ചോദിക്കുന്നു. അങ്ങനെ അവന്റെ പേര് പി.കെ എന്നായി.

ഭഗവാനെ തേടി അവൻ ക്ഷേത്രങ്ങളും പള്ളികളും മസ്ജിദുകളും ബുദ്ധജൈനക്ഷേത്രങ്ങളും സന്ദർശിക്കുന്നു. ആ മതങ്ങൾ കല്പിക്കുന്നതായ സകല ആചാരങ്ങളും അനുഷ്ഠാനങ്ങളും ചെയ്യുന്നു. പക്ഷേ അവൻ ഉത്തരം ലഭിക്കുന്നില്ല. അവന്റെ റിമോട്ടിനായുള്ള അന്വേഷണം പുരോഗമിക്കുന്നു. അപ്പോഴാണ് അവൻ ജഗത് ജനനി എന്ന ടി.വി. ന്യൂസ് റിപ്പോർട്ടറായ പെൺകുട്ടിയുമായി പരിചയപ്പെടുന്നത്. അവൾ അവനെ ഒത്തിരി സഹായിക്കുകയും അവന്റെ അന്വേഷണത്തിന്റെ ഭാഗമായി അവൻ കണ്ടെത്തിയത് ഭഗവാനെ വിളിച്ചുള്ള അവന്റെ പ്രാർത്ഥനകളെല്ലാം തന്നെ റോങ്ങ് നമ്പറുകളിലേക്കാണ് പോകുന്നതെന്നും ദൈവത്തിന്റെ അടുക്കലേക്ക് പോകുന്നില്ല എന്ന സത്യവും അവൻ മനസ്സിലാക്കുന്നു.

അവസാനം മതങ്ങൾ തിരുത്തപ്പെടണം എന്ന സന്ദേശത്തോടെ തന്റെ റിമോട്ട് തിരിച്ചുകിട്ടിയ പി.കെ. തന്റെ ഗ്രഹത്തിലേക്ക് തിരിച്ചുപോകുന്നു. ജഗത് ജനനിയെ മനസ്സിൽ പ്രണയിച്ചിരുന്ന പി.കെ. അവളെ കൂടാതെ തന്റെ പേടകത്തിലേക്ക് നീങ്ങുന്നു. ജഗത് ജനനി എന്ന ആ ടിവി റിപ്പോർട്ടർ തന്റെ ഗ്രന്ഥം പി.കെ. എന്ന പേരിൽ പ്രകാശനം ചെയ്യുമ്പോൾ പറയുന്നത്, "He loved me enough so that he let me go" പി. കെ. ജഗത്ജനനിയെ ഒത്തിരി സ്നേഹിച്ചു. പക്ഷേ സ്നേഹം എന്നത് ഒരിക്കലും സ്വന്തമാക്കുന്നത് മാത്രമല്ല എന്ന സത്യം



എങ്ങനെയാണ് പ്രാർത്ഥിക്കേണ്ടത്? എങ്ങനെയാണ് ദൈവത്തെ അന്വേഷിക്കേണ്ടത്? ഇവയെല്ലാം വളരെ വ്യക്തമായി പഠിപ്പിച്ചു. മനുഷ്യരുടെ അനാചാരങ്ങളും അനുഷ്ഠാനങ്ങളും ഉദാഹരണത്തിന് മനുഷ്യരേക്കാൾ പ്രാധാന്യം കൊടുത്തിരുന്ന സമ്പത്തിനെ വിമർശിക്കുവാനും യേശു മരന്നില്ല. താൻ ചെയ്യരുതെന്ന് പറഞ്ഞിരുന്ന പല കാര്യങ്ങളും തന്റെ അനുയായികളും ചെയ്യുകയാണ്. സർഗ്ഗമാകുന്ന ഗ്രഹത്തിലേക്ക് പോയ അവിടുന്ന് വീണ്ടും വന്ന് മതങ്ങളുടെ തറ്റായ മാർഗ്ഗങ്ങൾക്ക് വിരമം ഇടും. അവന്റെ രണ്ടാം വരവായി നമുക്ക് കാത്തിരിക്കാം.

**25 -ാം ചരമവാർഷികം**  
ജനുവരി 26



**ഫാ. ചെറിയാൻ**  
**പൗറോത്തിക്കുന്നേൽ**

കഴിഞ്ഞ ദിവസം കൊല്ലം പട്ടണത്തിലൂടെ യാത്ര ചെയ്തു. കെ.എസ്.ആർ.ടി.സി. സ്റ്റാൻഡിനു മുന്നിൽ എത്തിയപ്പോൾ ഒരു ആൾക്കൂട്ടം. ഞാനും നോക്കി, ഒരു സിനിമാ നടൻ കടം ഉദ്ഘാടനം വന്നു. അങ്ങനെ കാണാൻ ഉള്ള തിരക്ക്. ചിലർ പുളളിയെ പിടിച്ചുനോക്കുന്നു. ചിലർ മാന്യുന്നു. ചിലർ അങ്ങേർ കൂടിയിരിക്കുന്ന ഗ്ലാസിൽ വെള്ളം കുടിക്കുന്നു (സത്യം). മറ്റുചിലർ ചെയ്യുന്നത് ഇവിടെ പറയാൻ പച്ചമലയാളം വേണ്ടിവരും. അതുകൊണ്ട് ഇല്ല, തൽക്കാലം.

തീർച്ചയായും ഒരു കൗതുകം കാണും. പോലീസായും വക്കീലായും ഡോക്ടറായും ഭ്രാന്തനായും അധ്യാപകനായും ഒക്കെ തിരശ്ശീലയിൽ വേഷം കെട്ടിയിടുന്ന ഒരു വ്യക്തിയെ, വിണ്ണിലെ താരം മണ്ണിൽ ഇറങ്ങുമ്പോൾ... ഒന്നു തൊടാൻ... ഒരു ചിരി കൈമാറാൻ... ഒരു ഫോട്ടോ കിട്ടിയാൽ ജീവിതം ധന്യം...

പക്ഷേ പറഞ്ഞുവന്നത് അതല്ല. എനിക്ക് ചെയ്യാൻ കഴിയാത്ത കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുന്ന, എന്നേക്കാൾ ഭാഗ്യങ്ങളുള്ള, സൗകര്യമുള്ള, ഒരുപാട് ആരാധകരുള്ള, ഒരു വ്യക്തിയോടുള്ള ആരാധനയും ഒപ്പം ഓ.. അയാളുടെ മുൻപിൽ അല്ലെങ്കിൽ ആ നടിയുടെ മുൻപിൽ 'ഞാൻ എന്താണ്' എന്നുള്ള സ്വയം സഹതപിക്കുന്ന മനസ്സുമാണ് നമ്മുടേത്... അത് മാറണം.

നന്നായി ഓട്ടോ ഓടിക്കുന്ന ആൾക്ക് ഈ നാട്ടിൽ ആരാധകർ ഉണ്ട്. ഒരു യാത്ര പോകുമ്പോൾ എപ്പോഴും നമ്മൾ നല്ല ഡ്രൈവറെ ആണ് വിളിക്കു

## മുറ്റുതുപറഞ്ഞാൽ...



അഡ്വ. വിനോദ് മാത്യു വിൽസൺ



എന്നേക്കാണുമ്പോൾ അവൻ പലപ്പോഴും പറയും “എന്തൊന്നാ അളിയാ... ഒന്നു രക്ഷപ്പെടാൻ ഇതുവരെ പറ്റിയില്ല...” ഇതു മാറണം... മറ്റുള്ളവരെ അംഗീകരിക്കുന്നതിനു മുമ്പ് സ്വയം അംഗീകരിക്കാൻ പഠിക്കണം.

നമ്മൾ ആരും സംതൃപ്തരല്ല. സന്തോഷത്തോടെ അല്ല ഒരു ജോലിയും ചെയ്യുന്നത്. കൈക്കൂലി വാങ്ങി.... ഓഫീസർ പറയുന്ന കള്ളനെ പിടിച്ച് ശിക്കാരി ശംഭു കളിക്കുന്ന പോലീസുകാരൻ പറയുന്നതും, “ഓ, അവൻ രക്ഷപ്പെട്ടു” എന്നാണ്. ഓ അയാടെ മോൻ വലു നിലയിൽ ആണ്.

വളരെ കുറച്ച് പേരാണ് സന്തോഷത്തോടുകൂടി തങ്ങൾ ചെയ്യുന്ന ജോലിയെ സ്നേഹിച്ച് കഴിയുന്നത്. ഈയിടെയ്ക്ക് നേഴ്സിംഗിൽ ബിരുദാനന്തര ബിരുദം എടുത്ത് പഠിക്കുകയും ജോലി ചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്ന എന്റെ കസിൻ സഹോദരിയോട് ഞാനും ഇതേ ചിന്താഗതിയിൽ ചോദിച്ചു. “നിനക്ക് അന്ന് ആ പി. സി. തോമസിന്റെ അവിടെ ഡിപ്ലോമ ചെയ്ത് എം.ബി.ബി.എസ്. എടുത്തുകൂടായിരുന്നോ” എന്ന്. അവളുടെ ഉത്തരം, “ചേട്ടാ, ഒരു ഡോക്ടർ ചെയ്യുന്നതിനേക്കാൾ കൂടുതൽ സേവനം ഒരു നേഴ്സ് എന്ന നിലയ്ക്ക് എനിക്ക് ചെയ്യാൻ കഴിയുന്നു” എന്നാണ്. എന്റെ കണ്ണുതുറപ്പിച്ച ഉത്തരം. ഉള്ളതു പറഞ്ഞാൽ ജീവിതം പ്രാർത്ഥനയാവണം. ഓരോ ദിവസവും മെഴുകുതിരിപോലെ പ്രകാശം പരത്തി അലിഞ്ഞ് ചേരട്ടെ ഈ ഭൂമിയിൽ....

## ബഹുമാനം



ക. നന്നായി ചെരുപ്പ് തുണുന്ന ആൾക്കും നല്ല ഡിമാന്റ് ആണ്. നമ്മൾ തിരഞ്ഞുപിടിച്ച് അവിടെ ചെല്ലും. നന്നായി മുടിവെട്ടുന്ന ആളിന്റെ മുൻപിൽ ഏതു തലയും കുനിയും.

എനിക്ക് ഒരു സൂഹൃത്ത് ഉണ്ട്. അവന്റെ കൈവെയ്ക്കാത്ത മേഖലകൾ ഇല്ല. പത്രം ഏജൻസി, ഗ്യാസ് കണക്ഷൻ സർവീസ്, ചെറിയ പലചരക്ക് കച്ചവടം, രാത്രികാലങ്ങളിൽ ആളെ വെച്ച് തട്ടുക പരിപാടി... ഏതാണ്ട് ഇരുപതോളം... പക്ഷേ



**We can because we believe we can**



**Event management**

Ive, the creative mentor is a creative event management team based in Thiruvalla, Kerala. We offer latest trends in event management with a fresh experience. Ive has a marvelous team of event professionals, noted for their undying dynamism, energy and enthusiasm. This splendid team will make your events a beautiful reality with their extraordinary skill in co-ordination.

**Property Caretaker Program**

Property caretaker is a group, that cares for real estate for lease, and sometimes as a barter for living accommodations. this is an entirely new and innovative concept. In this program our firm will act as mediator or caretaker of your property, this program will be a new experience for the NRIs who have their property..



**Other services**

- Engagement & Wedding
- House warming
- School and college day celebrations with celebrities
- Club & residential associations events with celebrities
- Funeral ceremony
- Birthday party celebrations
- Baptism
- First communion
- Advertisement productions



IVE, The creative Mentor, IV th Floor, Chandrima Tower, Cross Jn, Thiruvalla, Kerala. Pin:689101  
Tel: +91 94-96-951429, 0469 - 2664922

# HILTON



Vertical transport vehicle for home (Single Phase Home Lift), Passenger, Hospital, Capsule and Car lift, Machine room less and gear less lift and dump waiters.

Modernisation & Servicing of all kind and make of elevators. AMC undertaken.



NO MACHINE ROOM



GEARLESS



LOW NOISE



ENERGY SAVING 30%



COMPACT DESIGN



## 24 HOURS CALL BACK SERVICE

*Elevator technology has advanced. It's time you did too.*

**Works : Hilton Elevators, Paliyekkara, Thiruvalla-1**

**Kalluthara Complex, Eraviperloor - 689542, Thiruvalla (Pathanamthitta Dist.), Kerala**

**Ph : 0469 2667979, 8943487621, 8281811669, [hiltonelevatorindia@gmail.com](mailto:hiltonelevatorindia@gmail.com)**