www.malankaralibrary.com

കൃപയുടെ അമ്പത് ദിനങ്ങൾ

ഫാ. പ്രിൻസ് കോയിക്കൽ

സൃഷ്ടിയിൽ നിന്ന് സ്രഷ്ടാവിലേക്കു തിരിയാൻ, വസ്തുക്കളിൽ നിന്നു വാസ്തവങ്ങളിലേക്ക് ഉയരാൻ ഒരു നോമ്പുകാലം. “മരണത്തിലൂടെ നടന്നു ജീവനിലേക്കു പ്രവേശിച്ച കർത്താവായ യേശു നമ്മിൽ നിറയ്ക്കുന്ന പ്രത്യാശയുടെ കാലമാണ് നോമ്പ്” എന്ന് ബനഡിക്ട് പതിനാറാമൻ പാപ്പയുടെ വാക്കുകൾ ഈ നോമ്പുകാലം കുറെക്കൂടെ ദൈവാനുഭവത്തിന്റെ വീണ്ടെടുപ്പാക്കി മാറ്റണം. “വിശ്വാസത്തോടുള്ള ആവേശം നവീകരിക്കാനും ഹൃദയത്തിലെ ദൈവസ്നേഹജ്വാലയെ ആളികത്തിക്കാനും നോമ്പുകാലഘട്ടം കഴിയണം” എന്ന് 2018 ൽ ഫ്രാൻസിസ് പാപ്പാ ലോകത്തോട് ആവശ്യപ്പെട്ടത്, നമുക്ക് ദൈവസ്നേഹത്തിൽ മുങ്ങി നിവരാൻ ഒരു അവസരം ആണെന്നു മറന്നുപോകരുത്. കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് ഈ നോമ്പുകാലം കുറെക്കൂടി ദൈവസ്നേഹം നിറഞ്ഞ് ദൈവത്തിലേക്കും മനുഷ്യനിലേക്കും ബന്ധം പുതുക്കാൻ കഴിയണം. എന്റെ ലോകത്തിൽ നിന്നും ദൈവത്തിലേക്ക് വളരാൻ കിട്ടുന്ന അമ്പത് ദിനങ്ങൾ. ഈ ദിനങ്ങൾ ഓരോ കുഞ്ഞുങ്ങളും നിഷ്ഠയോടെ നോമ്പ് നോക്കാൻ ശ്രമിക്കണം. കാരണം കാൽവരിയിലേക്ക് സഞ്ചരിക്കാനുള്ള ഊർജ്ജം ഈ നോമ്പിൽ സ്വന്തമാക്കണം. കാൽവരിയിലെ മരണമല്ല ഉയിർപ്പാണ് ക്രിസ്ത്യാനിയുടെ പ്രത്യാശ. ഓരോ കുഞ്ഞുങ്ങളും അതുകൊണ്ട് സ്നേഹാഗ്നിയിൽ ജ്വലിക്കേണ്ട നിമിഷങ്ങളാണ് ഈ നോമ്പുകാലഘട്ടം.

ദൈവത്തിൽ നിന്ന് ധാരാളമായ അനുഗ്രഹങ്ങൾ പ്രാപിക്കുന്നതിനുള്ള അവസരമാണ് വലിയനോമ്പുകാലം. നോമ്പ് രക്ഷയുടെ വലിയ ആയുധവുമാണ്. കർത്താവിന്റെ പെസഹാരഹസ്യങ്ങളിൽ പങ്കുചേരുന്നതിനുള്ള ഒരു അവസരം കൂടിയാണ് ഇത്. നോമ്പിലെ പ്രാർത്ഥനയും ഉപവാസവും വർജനയും പ്രായശ്ചിത്ത പ്രവർത്തനങ്ങളുമൊക്കെ ഓരോ കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കും കൂടുതൽ വിശുദ്ധീകരണത്തിനും ശക്തീകരണത്തിനും വളരെ സഹായമാണ്. കർത്താവിന്റെ പെസഹാരഹസ്യങ്ങളിൽ ഭാഗഭാക്കാകുവാൻ തിരുവചനം കുഞ്ഞുങ്ങളെ സഹായിക്കും. നോമ്പിലെ ഞായറാഴ്ചകളിലെ വായനകൾ, കൊത്തിനെ ഞായർ (യോഹ 2:1 - 11); ശുബ്ക്കോനോ (മത്താ 4:1-11); ഗർബോഞായർ (ലൂക്കാ 5:12-16); മ്ശറിയോ ഞായർ (മർക്കോ 2:1-12); ക്നാനയ്തോ ഞായർ (മത്താ 15:21-28); പകുതിനോമ്പ് (യോഹ 3:13-21); ക്പിഫ്തോ ഞായർ (ലൂക്കാ 13:10-17); സമിയോ ഞായർ (യോഹ 9:1-41); നാല്പതാംവെള്ളി (ലൂക്കാ 4: 1-13); ഓശാന(യോഹ 12:12-19); പെസഹാവ്യാഴം (ലൂക്കാ 4:1-13); ദുഃഖവെള്ളി; ഈ വായനകളിലൂടെ ഒരു ജീവിത നവീകരണം കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ സംഭവിക്കുന്നു. ആദ്യത്തെ 40 ദിവസങ്ങൾ കർത്താവിന്റെ പരസ്യജീവിതം ആരംഭിക്കുന്നതിനുമുമ്പ് തിന്മയോടുള്ള പോരാട്ടത്തിനും അതിന്മേലുള്ള വിജയത്തിനും വേണ്ടിയാണ്. തുടർന്നുള്ള പത്തുദിവസങ്ങളിൽ കർത്താവിന്റെ പീഡാസഹനം, കുരിശുമരണം, ഉത്ഥാനം എന്നിവ അനുസ്മരിക്കുന്നത് കേവലം ഒരു ഓർമ്മ പുതുക്കലല്ല. പിന്നെയോ നമ്മുടെ കർത്താവിന്റെ ഉപവാസത്തിലും തിന്മയോടുള്ള പോരാട്ടത്തിലും പീഡാസഹനത്തിലും നാം വ്യക്തിപരമായും സമൂഹവും തിരുസഭ വഴിയായി ഇന്നിവിടെ പങ്കുകാരാവുകയാണ്. അത് കുഞ്ഞുങ്ങളെ സംബന്ധിച്ച് ദൈവത്തിന്റെ അരികിൽ വസിക്കാനും പരസ്നേഹത്തിൽ വളർന്ന് പുണ്യത്തിൽ വളരാനുള്ള അവസരമാണ്.

എഡി 325 ലെ നിഖ്യസുനഹദോസിനു ശേഷമാണ് ഉയിർപ്പിനു മുമ്പുള്ള 40 ദിവസത്തെ നോമ്പ് നിജപ്പെടുത്തിയത്. ക്രമാനുഗതമായി വർദ്ധിച്ചുകൊണ്ടിരുന്ന വിജാതിയരുടെ മാനസാന്തരത്തിലെ ഫലമായി അവരെ വേദപഠനത്തിലൂടെ മാമ്മോദീസായ്ക്ക് ഒരുക്കുക എന്നതായിരുന്നു ആദ്യകാലങ്ങളിൽ 40 ദിവസത്തെ നോമ്പിന്റെ ഉദ്ദേശ്യം. അഞ്ചാം നൂറ്റാണ്ടോടെ ലിയോ ഒന്നാമൻ മാർപാപ്പ പെസഹാവ്യാഴത്തോടെ 40 നോമ്പ് അവസാനിക്കണമെന്നും

www.malankaralibrary.com

ദുഃഖവെള്ളിയെയും ദുഃഖശനിയെയും കൂടുതൽ കർശനമായ ഉപവാസ ദിനങ്ങളായി കരുതണമെന്നും നിഷ്കർഷിക്കുന്നുണ്ട്.

അമ്പതുനോമ്പിന്റെ ദിവസത്തിന്റെ എണ്ണത്തെപ്പറ്റി ഗാസ്സായിലെ ദോറോത്തി ഇപ്രകാരണാണ് പറയുന്നത്. ആണ്ടുവട്ടത്തിലെ 365 ദിവസത്തെ വിശുദ്ധീകരിക്കാനാണ് 7 ആഴ്ചയിലെ ഉപവാസം ദുഃഖശനിയാഴ്ച ഒഴികെയുള്ള എല്ലാ ശനിയാഴ്ചയും ഞായറാഴ്ചയും ഉപവാസത്തിൽ നിന്ന് ഒഴിവാക്കപ്പെട്ടിരുന്നു. അങ്ങനെ 7 ആഴ്ചയിൽ 35 ഉപവാസദിനങ്ങൾ. അതിന്റെ കൂടെ ദുഃഖശനിയാഴ്ചയും, ശനിയാഴ്ച വൈകിട്ട് അരദിവസവും അങ്ങനെ 36½ (7× 5 + 1 ½ =36 ½)ദിവസത്തെ ഉപവാസം. ഇത് 365 ന്റെ പത്തിൽ ഒന്നാണ്. നാലാം നൂറ്റാണ്ടോടെ ആണ് 40 ദിവസത്തെ ഉപവാസം സഭയിൽ നിലവിൽ വന്നത്. 50 ദിവസത്ത ഉപവാസം മിശിഹായുടെ 40 ദിനരാത്രങ്ങളിലെ ഉപവാസവും അതിനു ശേഷമുള്ള യേശുനാഥന്റെ പ്രലോഭനങ്ങളും നമ്മെ അനുസ്മരിപ്പിക്കുന്നു. ഇത് ആത്മീയ തപശ്ചര്യയുടെയും ആത്മീയ രോഗങ്ങളുടെ ചികിത്സയുടെയും ഒരു കാലമാണ്. അതോടൊപ്പം യേശുക്രിസ്തുവിന്റെ കുരിശിൽ നാമും പങ്കുചേരുകയാണ്.

തപസ്സും ഉപവാസവും, പ്രായശ്ചിത്തവും നോമ്പിന്റെ ഭാഗമാണ്. എന്നാൽ അവ നോമ്പിന്റെ ലക്ഷ്യമല്ല. മിശിഹായോടൊന്നിച്ച് പാപത്തിന് മരിക്കുകയും അവിടുത്തെപോലെ പിതാവിനായി ജീവിക്കുകയും ചെയ്യുമ്പോഴാണ് നോമ്പിന്റെ യഥാർത്ഥഫലം ഒരുവനിൽ ഉണ്ടാകുന്നത്. പഴയ മനുഷ്യനെ ഉരിഞ്ഞുമാറ്റി പുതിയ മനുഷ്യനെ ധരിക്കുവാൻ അതായത് യേശുക്രിസ്തുവിൽ ഒരു പുതിയ സൃഷ്ടിയാകുക, അതാണ് ഉപവാസത്തിലും നോമ്പിലും കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് ലഭിക്കുന്ന അനുഗ്രഹം. ഉപവാസം എന്നാൽ ഒരുമിച്ച് ജീവിക്കുക (ഉപ=ഒരുമിച്ച്, വാസം=ജീവിക്കുക) 'ദൈവത്തോട് ഒരുമിച്ച് ജീവിക്കുക' നോമ്പ് എന്ന വാക്ക് 'നോയ് അമ്പ്' എന്നതിൽ നിന്നാണ് ഉത്ഭവിച്ചത് 'സ്നേഹത്തോടുള്ള സഹനം' (നോയ്=വേദന; അമ്പ് = സ്നേഹം) എന്നാണ് അർത്ഥം ദൈവസ്നേഹത്തിൽ നാം സ്വയം നശിക്കാതെ ക്രിസ്തുവിന്റെ കരുണയുടെ മുഖത്ത് നോക്കാൻ പുതിയ ചൈതന്യവും (എസെ 36:25-28), മനസ്സിൽ ഒരു നവീകരണവും (റോമ 12:2) ഈ നോമ്പിൽ ലഭിക്കുന്നു.

40 ദിവസത്തെ ഉപവാസം ബൈബിൾ വിവിധ തലങ്ങളിൽ കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് കാണാൻ കഴിയും. മോശ, ദാനിയേൽ, ദാവീദ്, പ്രവാചകന്മാർ, ക്രിസ്തു ഒക്കെ ആത്മീയ കെല്പുള്ളവരായി മാറിയത്, ദൈവത്തെ ദർശിച്ചത്, ദൈവസ്വരം ശ്രവിച്ചത്, അത് വ്യാഖ്യാനിച്ച് ഉപവാസത്തിലൂടെയാണ്. പഴയനിയമത്തിൽ (പുറപ്പാട് 40:28, നിയമ 9:9, 1 രാജാ 19:7,8), യോന 3:4, ന്യായാ 20:26, 1 സാമു 7:6, നെഹെ 1:14, ജെറെ 36:9, 1 സാമു. 14:24, 2 സാമു 3:35, എസ്തേർ 4:16, 1 സാമു 31:13, 2 സാമു 12 :16-18, പുറ 24:12-18, ദാനി 9:1-13, 10:1-7, സങ്കീ 25:13,14, 69:9-11, 1 രാജാ 21 :20-29, ഏശയ്യ 58:3-9, ജോയേ 2:18, ജെറെ 14:12, സഖറി 8:16-19, സഖറി 2 :5, പുതിയ നിയമത്തിൽ മത്താ 6:16-18,4:1-12, 6:18, അപ്പ. 13:2-3, 14:23 ഇവിടെയൊക്കെ ഉപവാസത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് കാണാൻ കഴിയും. പിതാക്കന്മാകുടെ വിവിധ ചിന്തകളിലൂടെ ഉപവാസം മനസിലാക്കുമ്പോൾ അത് കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് ഒരു ആത്മീയ ഉണർവ് പ്രധാനം ചെയ്യും.

"ഉപവസിക്കുമ്പോൾ അയൽക്കാരോട് കരുണ കാണിക്കുന്നത് തലയിൽ തൈലം പൂശുന്നതുപോലെ ആണ്" (അകിലേയിലെ ക്രോമസ് (407))

"ഭക്ഷണം നിയന്ത്രണം പോലെ തന്നെ ഉപവാസ ദിനങ്ങളിൽ സംസാരത്തിന്റെ നിയന്ത്രണവും ആവശ്യമാണ്. കള്ളം പറയുന്നതും അരിശപ്പെടുന്നതും ഉൾപ്പെടെ നാം സംസാരത്തിലുണ്ടാകാവുന്ന എല്ലാ തിന്മകളും നാം ഉപേക്ഷിക്കണം." (ഗാസ്സായിലെ ദോറോത്തി)

"ഉപവസിക്കുക എന്നാൽ മാലാഖമാരുടെ ജീവിതത്തിലേക്ക് പ്രവേശിക്കുകയാണ്." (അലക്സാണ്ഡ്രിയായിലെ പ്സ്യൂസോ അത്തനേഷ്യസ്)

www.malankaralibrary.com

"ഉപവാസം ലോകസമധാനത്തിന്റെ അച്ചാരമാണ്"
(കേസറിയായിലെ ബെയിസിൽ (379))
"ഉപവാസം ആദ്യപാപത്തിന്റെ വശീകരണത്തിൽ നിന്നും നമ്മെ വിടുവിച്ച് അനുതാപത്തി ലേക്ക് നയിക്കുന്നു" (തെർത്തുല്യൻ)
"ഉപവാസം സ്വയം നിയന്ത്രണം നേടുന്നതിനാണ്" (ഒരിജെൻ)
"ഉപവാസം വിശുദ്ധീകരണമാണ്" (അത്തനേഷ്യസ്)
ശരീരംകൊണ്ടും ആത്മാവ്കൊണ്ടും ഉപവസിക്കണം. ആത്മാവിന്റെ വിശുദ്ധീകരണമാണ് ഉപവാസം.
"പ്രാർത്ഥനയുടെ സഹോദരിയാണ് ഉപവാസം" (ജോൺ ക്രിസോസ്തോം)

ഉപവാസം എന്നത് ഭക്ഷണം വർജ്ജിക്കുക മാത്രമല്ല, മറിച്ച് വഞ്ചനയിൽ നിന്നും ഹൃദയത്തെ പിന്തിരിപ്പിക്കുന്നതുകൂടിയാണ്. അത് കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് അവരുടെ ജീവിതത്തിൽ 50 ദിനങ്ങൾ കൃപയുടെ ദിനമാക്കി മാറ്റാൻ കഴിയും. വെറുതെ ഒരു ക്രിസ്ത്യാനിയായി ജീവിക്കാതെ വിശ്വാസത്തിൽ ബലപ്പെട്ട് രക്ഷയുടെ പ്രത്യാശയിൽ വളർന്ന് ക്രിസ്തുവിനെ ജീവിതത്തിൽ പകർത്താൻ നമുക്ക് കഴിയണം.

ആദിമക്രൈസ്തവരും അവരുട ജീവിതത്തിൽ നോമ്പിനും ഉപവാസത്തിനും ഏറെ പ്രാധാന്യം നൽകിയിരിക്കുന്നു. ഓരോ ദൈവവിശ്വാസിയുടെയും ശുദ്ധീകരണത്തിനും ശക്തീകരണത്തിനും ഉതകുന്നതാണ് നോമ്പും, നോമ്പിനോട് ചേർന്നു നിൽക്കുന്ന പ്രാർത്ഥനയും, ഉപവാസവും ദാനധർമ്മവും. പ്രാർത്ഥനയിൽ നാം ഇങ്ങനെ കാണുന്നു, "നാല്പതു നോമ്പതു നോക്കുക നീ, തീറ്റുക തീനില്ലാത്തവനെ. നോമ്പു നോക്കുന്നവന്റെ ഉത്തരവാദിത്വം കൂടിയാണ് തീനില്ലാത്തവനെ അതായത്, ഭക്ഷണമില്ലാത്തവനെ തീറ്റുക എന്നത് നോമ്പിൽ നമ്മെ സ്പർശിക്കുന്ന മനോഹരമായ ഒരു പ്രാർത്ഥനയാണ്. നോമ്പ് നല്ലതാണ് എന്നാൽ ഒരുവൻ സ്നേഹം കൂടാതെ നോമ്പു നോറ്റാൽ അവന്റെ വ്രതംകൊണ്ട് യാതൊരു പ്രയോജനവുമില്ല. സ്നേഹത്തോടെ മറ്റുള്ളവരെ കാണാൻ നമ്മുടെ കണ്ണുതുറക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ, അധരം കൊണ്ടു മാത്രം നടത്തുന്ന പ്രാർത്ഥനയ്ക്ക് പ്രയോജനമില്ല എന്നർത്ഥം. നോമ്പുകാലത്തെ പ്രാർത്ഥനകളെല്ലാം മനോഹരമായി പരസ്നേഹത്തിന്റെയും കരുതലിന്റെയും സന്ദേശം നൽകുന്നുണ്ട്. "നോമ്പും പ്രാർത്ഥനയും സ്വർഗ്ഗത്തിലേയ്ക്കു കരേറുവാനുള്ള മാർഗ്ഗമാണ്. അതുപോലെ ശത്രുവിനെ ജയിക്കാനുള്ള ആയുധവും. പ്രാർത്ഥനയിൽ ഇപ്രകാരം കാണുന്നു "ശുദ്ധമുള്ള നോമ്പ് ജയത്തിന്റെ അടയാളവും ശത്രുവായ ദുഷ്ടന് നേരേ തോല്ക്കാത്ത ആയുധവുമാണ്." ഈ ആയുധം ധരിക്കാൻ കുഞ്ഞുങ്ങൾ ഒരുങ്ങുന്ന കാലഘട്ടമാണ് നോമ്പുകാലം.

നോമ്പുകാലം തീക്ഷ്ണതയേറിയ പ്രാർത്ഥനയുടെ കാലമാണ്. "വലിയോരായുധമാം നോമ്പിൽ തീക്ഷ്ണതയുൾക്കൊൾക" എന്നാണ് നാം പ്രാർത്ഥിക്കുന്നത്. തീക്ഷ്ണതയോടെ നോമ്പുനോല്ക്കുക, പ്രാർത്ഥിക്കുക, ഉപവസിക്കുക, ദാനധർമ്മം നടത്തുക, പുണ്യപ്രവർത്തികൾ ചെയ്യുക ഇവയാണ് നോമ്പുകാലത്തെ പ്രത്യേകതകൾ. തീക്ഷണതയേറിയ പ്രാർത്ഥനയാണ് നമ്മുടെ വിശ്വാസജീവിതത്തിന്റെ ശക്തി. നന്നായി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നവന് പ്രാർത്ഥന ഊർജ്ജമാണ്. യേശുവിനും പ്രാർത്ഥന ശക്തിയായിരുന്നു. 40 ദിവസം മരുഭൂമിയിലും, പിന്നീട് താബോർമലയിലും ഗത്സമേൻതോട്ടത്തിലുമൊക്കെ പ്രാർത്ഥിച്ച യേശു അതിലൂടെ ശക്തി പ്രാപിക്കുകയായിരുന്നു.

നോമ്പുകാലം 4 കാര്യങ്ങൾ സ്വയമേ ചെയ്യുവാൻ നമ്മെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു. തിരിയുക, കരയുക, എരിയുക, കുനിയുക. നോമ്പുകാലം നമ്മിലേക്ക് തന്നെയൊന്നു തിരിഞ്ഞുനോക്കാൻ, കുറവുകളുടെ മേഖല തിരിച്ചറിയാൻ, തിന്മയുടെ വഴിയിൽനിന്ന് കരകയറാൻ, തെറ്റുകളെ

www.malankaralibrary.com

ഓർത്ത് കരയുവാൻ, തീക്ഷ്ണതയിൽ എരിയുവാൻ എളിമയോടെ ഒന്നു കുനിഞ്ഞുകൊടുക്കുവാൻ ഇടയാകേണ്ട സമയമാണ്. മാമ്മോദീസാവേളയിൽ യേശുവും സ്നാപകയോഹന്നാന്റെ മുമ്പിൽ കുനിഞ്ഞു. ആ കുനിയലിലൂടെ സംഭവിച്ചതെന്തൊക്കെയാണ്-സ്വർഗ്ഗം തുറക്കപ്പെട്ടു, ആത്മാവിന്റെ അഭിഷേകമുണ്ടായി, ദൈവത്തിന്റെ സ്വരം കേട്ടു, ദൈവത്തിന്റെ പ്രിയപുത്രൻ എന്ന് ഉദ്ഘോഷിക്കപ്പെട്ടു. അങ്ങനെ ദൈവപ്രസാദമുണ്ടായി. ഒന്നുകുനിഞ്ഞു കൊടുക്കുമ്പോൾ ഓരോ വിശ്വാസിയിലും സംഭവിക്കുന്നതും ഇതുതന്നെയാണ്. യേശു കുനിഞ്ഞ മറ്റൊരു സന്ദർഭവും വി. ഗ്രന്ഥത്തിലുണ്ട്. തന്റെ ശിഷ്യന്മാരുടെ പാദങ്ങൾ കഴുകാൻ- ആ കുനിയലിലൂടെ എളിമയുടെ, താഴ്മയുടെ പാഠം അവിടുന്ന് നമ്മെ പഠിപ്പിച്ചു.

കുറവുകളെ കണ്ടുപിടിക്കാനുള്ള കാലവും കൂടിയാണ് നോമ്പുകാലം. കുറവ് കണ്ടെത്തുന്നിടത്ത് നിറവിന്റെ സമൃദ്ധി നൽകാൻ തമ്പുരാന് സാധിക്കും. കൂടാതെ നമ്മെ ഒരു മടക്കയാത്രയിലേക്ക് ആഹ്വാനം ചെയ്യുന്ന കാലഘട്ടമാണ് നോമ്പുകാലം. പാപപങ്കിലമായ ജീവിതത്തിൽ നിന്ന് തഴക്കദോഷങ്ങളിൽ നിന്ന്, ദുശ്ശീലങ്ങളിൽ നിന്ന്, ആത്മീയ അലസതയിൽ നിന്നൊക്കെയുള്ള മടക്കയാത്ര. "പിന്തിരിയുവിൻ, തിന്മയിൽനിന്നു നിങ്ങൾ പിന്തിരിയുവിൻ" (എസെ. 33/11). തിന്മയിൽ നിന്നു പിന്തിരിയുവാനുള്ള ആഹ്വാനമാണ് നോമ്പുകാലം.

നോമ്പുകാലം രമ്യപ്പെടലിന്റെ ദിനങ്ങളാണ്. മലങ്കര ആരാധനക്രമത്തിൽ നോമ്പ് ആരംഭിക്കുന്നത് അനുരഞ്ജന ശുശ്രൂഷയോടുകൂടിയാണ്. ശുബ്ക്കോനോ തിരുനാൾ എന്നും കൂടി അറിയപ്പെടുന്നു. വലിയനോമ്പിലേക്ക് സമാധാനപൂർവ്വം പ്രവേശിക്കുന്നതിനായി ദൈവത്തോടും മനുഷ്യരോടും അനുരഞ്ജനത്തിൽ വിശ്വാസികൾ ഈ ദിവസം ഏർപ്പെടുന്നു. ആരാധനാപാരമ്പര്യത്തിലെ ഏറ്റവും ഹൃദയസ്പർശിയായ ശുശ്രൂഷയാണ് ശുബ്ക്കോനോ ശുശ്രൂഷ. ശുബ്ക്കോനോ ശുശ്രൂഷയിൽ പുരോഹിതൻ ജനത്തോടും ദൈവജനം പുരോഹിതനോടും തെറ്റുകൾ ക്ഷമിക്കണേ എന്ന് അപേക്ഷിച്ച് പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. അനുതാപത്തിന്റെ അടയാളമായി 40 കുമ്പിടീലും 50 ദിവസം നാം ത്യാഗത്തോടെ അനുഷ്ഠിക്കുന്നു.

വലിയനോമ്പിലെ ആദ്യഞായറാഴ്ച (കൊത്തിനെ ഞായർ) കാനായിൽ വെള്ളം വീഞ്ഞാക്കിയത്, തുടർന്ന് കുഷ്ഠരോഗിയെ സൗഖ്യമാക്കിയത്, തളർവാതരോഗിയെ സൗഖ്യമാക്കിയത്, കാനാൻകാരിയുടെ മകളെ സൗഖ്യമാക്കിയത്, കൂനിയെ സൗഖ്യമാക്കിയത്, കുരുടനെ സൗഖ്യമാക്കിയത് എന്നീ ബൈബിൾ ഭാഗം നാം അനുസ്മരിക്കുന്നു.

മലങ്കര ആരാധനക്രമത്തിൽ നോമ്പിന്റെ പകുതിയിൽ നാം പകുതിനോമ്പ് നടത്തപ്പെടുന്നു. "മോശ മരുഭൂമിയിൽ സർപ്പത്തെ ഉയർത്തിയതുപോലെ തന്നിൽ വിശ്വസിക്കുന്നവർക്ക് നിത്യജീവൻ ഉണ്ടാകേണ്ടതിന് മനുഷ്യപുത്രനും ഉയർത്തപ്പെടേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. യേശുവിന്റെ പീഡസഹനത്തെ, ക്രൂശുമരണത്തെ, ഉത്ഥാനത്തെ അനുസ്മരിച്ച്കൊണ്ട് ഭക്തിയോടെ, വിശുദ്ധിയോടെ നാം നോമ്പ് ആചരിക്കുന്നു. മനുഷ്യപുത്രനും ഉയർത്തപ്പെടേണ്ടിയിരിക്കുന്നുവെന്ന് പറഞ്ഞാൽ പാപദംശനമേറ്റ മനുഷ്യർക്ക് രക്ഷലഭിക്കുന്നതിന് വേണ്ടി ഈശോ കുരിശിൽ ഉയർത്തപ്പെടുന്നു. പാപദംശനമേറ്റ മനുഷ്യന് മോചനമേകാൻ കുരിശിന് മാത്രമേ കഴിയൂ. ഈശോ തമ്പുരാൻ കുരിശിൽ ഉയർത്തപ്പെടുന്നത് എന്റെ രക്ഷയ്ക്ക് വേണ്ടിയാണ്. നിത്യജീവൻ ലഭിക്കുന്നതിന് വേണ്ടിയാണ്. ഞാൻ നശിച്ച് പോകാതിരിക്കാൻ വേണ്ടിയാണ്. അതിനാൽ കുരിശ് രക്ഷയുടെ പ്രതീകമാണ്. ഈ കുരിശിനെ നമുക്ക് ധരിക്കാം.

നോമ്പുകാലം നമ്മുടെ ജീവിതത്തിലെ കുറവുകൾ കണ്ടുപിടിക്കാനുള്ള സമയമാണ്. പഴയ മനുഷ്യനെ ഉരിഞ്ഞുകളഞ്ഞ് പുതിയ ജീവിതത്തിലേക്കുള്ള മടങ്ങിവരവാണ് (എഫേ. 4/22-24). നടന്നകന്നുപോയ നാശത്തിന്റെ പാതവിട്ട് സക്കേവൂസിനെപ്പോലെ മടങ്ങിവരാൻ തീരുമാനമെടുക്കേണ്ട സമയമാണ് നോമ്പുകാലം. അങ്ങനെ ഒരു പുത്തൻ ജീവിതശൈലിക്കു

www.malankaralibrary.com

തുടക്കം കുറിക്കുവാൻ നമ്മെ പ്രാപ്തരാക്കുന്ന കാലമാണ് നോമ്പുകാലം. വലിയനോമ്പിന്റെ പ്രാർത്ഥനകളിൽ അതാണ് നാം കാണുക; "ഈ നോമ്പിന്റെ അവസാനത്തിൽ ഞങ്ങൾ പ്രശോഭിതരായി തീരണമെ. വിശുദ്ധിയുടെ തുറമുഖത്തേക്ക് ഞങ്ങളെ അടുപ്പിക്കണമെ". അതെ. കർത്താവിൽ പ്രശോഭിതരായി വിശുദ്ധിയുടെ തുറമുഖത്തേക്ക് കൂടുതൽ അടുക്കുവാൻ ഈ നോമ്പ് നമുക്ക് ഇടയാകട്ടെ എന്ന് പ്രാർത്ഥിക്കാം.

ഏവർക്കും അനുഗ്രഹീതമായ നോമ്പുകാലവും, സന്തോഷകരമായ ഉയിർപ്പുപെരുനാളും ആശംസിക്കുന്നു.