EN/01/January-February/2024

ಬಿಲೀವರ್ಸ್ ಈಸ್ಟರ್ನ್ ಚರ್ಚ್

ಮೆಟ್ರೋಪಾಲಿಟನ್ ಕಛೇರಿಯಿಂದ, ಸಿನಡ್ ಸೆಕ್ರೆಟೆರಿಯೇಟ್, ಸೇಂಟ್ ತೋಮಸ್ ಸಮುದಾಯ, ತಿರುವಲ್ಲ ಕೇರಳ, ಭಾರತ.

ಕುರುಬನ ಪತ್ರ

ಜನವರಿ/ಫೆಬ್ರವರಿ 2024

ಎಲ್ಲಾ ಆರ್ಚ್ ಬಿಷಪರು, ಬಿಷಪರು, ಘನಬೋಧಕರು, ಡೀಕನ್ ಫಾದರ್ಸ್, ಸುವಾರ್ತಿಕರು ಮತ್ತು ಕರುಣೆಯ ಸಹೋದರಿಯರು ಹಾಗೂ ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತದ ಬಿಲೀವರ್ಸ್ ಈಸ್ಟರ್ನ್ ಚರ್ಚನ ಎಲ್ಲಾ ನಂಭಿಗಸ್ಥರಿಗೂ ತಂದೆ, ಮಗ ಮತ್ತು ಪವಿತ್ರಾತ್ಮನ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಆಶೀರ್ವಾದ ಮತ್ತು ವಂದನೆಗಳು.

ಕ್ರಿಸ್ತನಲ್ಲಿ ಪ್ರಿಯರೇ,

ಕ್ರಿಸ್ತರು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗಿದ್ದಾರೆ!

ನಾವು ಪವಿತ್ರ ಚರ್ಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ ಋತುವನ್ನು ಸಮೀಪಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ನಿಮಗೆ ಈ ಪತ್ರವನ್ನು ಬರೆಯಲು ನನಗೆ ಅಪಾರವಾದ ಸಂತೋಷವಿದೆ. ಈ 'ಮಹಾ ಅನುತಾಪ ಕಾಲದ' ಋತುವು 2024 ವರ್ಷದ, ಫೆಬ್ರವರಿ 11ರಂದು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿ ಮಾರ್ಚ್31ಕ್ಕೆ ಮುಕ್ತಾಯಾವಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಋತುವನ್ನು ಉಪವಾಸ ಮತ್ತು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಸಮಯವಾಗಿ ಆಚರಿಸಲಾಗುವುದು, ಈ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಂಬಿಗಸ್ಥರು ಕ್ರಿಸ್ತರು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಕಳೆದ ಕೊನೆಯ ದಿನಗಳನ್ನು, ಅಂದರೆ ಅವರ ಮರಣ, ಹೂಣಲ್ಪಡುವಿಕೆ ಮತ್ತು ವಿಜಯೋತ್ಸವದ ಪುನರುತ್ಥಾನವನ್ನು ನೆನೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಕ್ರಿಸ್ತರ ಶಿಷ್ಯರಾಗಿ ಮತ್ತು ಆತನ ಪವಿತ್ರ ಚರ್ಚ್‌ನ ಸದಸ್ಯರಾಗಿ, ನಾವು ಈ ಋತುವಿಗಾಗಿ ಎದುರುನೋಡುತ್ತೇವೆ ಏಕೆಂದರೆ ಇದು 'ಈಸ್ಟರ್ ಹಬ್ಬ'ವನ್ನು ಯೋಗ್ಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಋತುವಿನಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ನವೀಕರಣವನ್ನು ಹೊಂದಲು ನಿಜವಾದ ನಮ್ರತೆ ಮತ್ತು ಮುರಿಯಲ್ಪಡುವಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿಧಾನಗೊಳಿಸಲು ಮತ್ತು ವಿರಾಮಗೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾದ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಅದರ ಜೊತೆಗೆ, ಅನುತಾಪ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಮೂರು ಸ್ತಂಭಗಳಿವೆ, ಇದು ಚರ್ಚ್‌ನ ಎಲ್ಲಾ ನಂಭಿಗಸ್ಥ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಉದ್ದೇಶಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಾರ್ಥನೆ: ಮಹಾ ಅನುತಾಪಕಾಲದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವಾಗ, ಪರಲೋಕದಲ್ಲಿರುವಂತೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ದೇವರ ಚಿತ್ತವನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಬದಲಾವಣೆಯಾಗುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಪಾಪಗಳು ಕ್ಷಮಿಸಲು ಮತ್ತು ನಾವು ಅವರ ಹಾಗೆ ಆಗಲು ನಾವು ದೇವರಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಕರುಣೆಯನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತೇವೆ ಈ ಮೂಲಕವಾಗಿ ನಾವು ನಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸದಾಚಾರದ ಫಲಗಳನ್ನು ಫಲಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಉಪವಾಸ: ನಾವು ಆಹಾರದಿಂದ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಪಾಪದ ಅಭ್ಯಾಸಗಳಿಗಾಗಿಯೂ ಉಪವಾಸ ಮಾಡಬೇಕು. ನಾವು ನಮ್ಮ ಭಾವೋದ್ರೇಕಗಳಿಗೆ ಶರಣಾಗದೆ, ಆದರೆ ದೇವರ ಕರುಣೆ ಮತ್ತು ಅನುಗ್ರಹದಿಂದ ದೈವಿಕ ಸ್ವಭಾವದ ಭಾಗವಾಗಲು ಪಾಪವನ್ನು ಜಯಿಸಬೇಕು. ಕೆಲವು ಆಹಾರಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿದಂತೆ, ನಕಾರಾತ್ಮವಾದ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಮಾತುಗಳು ಮತ್ತು ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಂದ ದೂರವಿರೋಣ. ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಭಿಸುವ ವಾತಾವರಣವನ್ನಾಗಿ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ.

ಧರ್ಮದಕಾಣಿಕೆ: ಯೆಶಾಯ 58:7ರ ಪ್ರಕಾರವಾಗಿ, ನಾವು ಬಡವರು ಮತ್ತು ತುಳಿತಕ್ಕೊಳಗಾದವರ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಿದಾಗ ನಮ್ಮ ಉಪವಾಸವನ್ನು ದೇವರು ಮೆಚ್ಚುತ್ತಾರೆ. ಈ ಅನುತಾಪಕಾಲದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಆಹಾರದಿಂದ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವಾಗ, ಇದರಿಂದ ಉಳಿಯುವ ಹಣ ಮತ್ತು ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಕೊರತೆಯಲ್ಲಿವವರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಹೀಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡಾಗ ಅದು ದೇವರಿಗೆ ಮೆಚ್ಚಿಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಕುಟುಂಬವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪ್ಯಾರಿಷ್ ಆಗಿ ಈ ಅನುತಾಪಕಾಲದ ಋತುವಿನಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡೋಣ.

ಮಹಾ ಅನುತಾಪಕಾಲವನ್ನು ಆಚರಿಸುವ ಎರಡು ಪ್ರಮುಖ ಭಾಗಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿ ನಾವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಕ್ರಮಗಳು ಮತ್ತು ನಾವು ಪ್ಯಾರಿಷ್ ಆಗಿ ಒಟ್ಟಾಗಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು, ಎರಡೂ ಘಟಕಗಳು ಸಮಾನ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ.

ವಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ, ಉಪವಾಸದ ಕ್ರಮಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು, ಸ್ವಯಂ–ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮತ್ತು ವಯಕ್ತಿಕ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು ಸಮರ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಮತ್ತೊಂದೆಡೆ, ನಮಗಿರುವ ಕರೆಯ ಮೇರೆಗೆ ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಮಟ್ಟಿಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಧಾರ್ಮಿಕ ಆರಾಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಹಿಂಜರಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ನಾವು ಒಬ್ಬಂಟಿಗರಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಸಂತೋಷದ ಸಂಗತಿಯಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಪ್ಯಾರಿಷ್ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದ ಕುಟುಂಬವಾಗುತ್ತದೆ, ಪರಸ್ಪರರನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತುತ್ತದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಸಮರ್ಪಣೆಯಿಂದ ನಾವು ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಹೆಚ್ಚುವರಿಯಾಗಿ, ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಒತ್ತು ನೀಡುವಂತೆ ನಾನು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತೇನೆ.

1. **ಚರ್ಚ್‌ನ ಎಲ್ಲಾ ಅನುತಾಪ ಕಾಲದ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿರಿ:** ಪವಿತ್ರ ಸಿನೊಡ್‌ನಿಂದ, ಮಹಾ ಅನುತಾಪಕಾಲದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯಾಣವು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿಸಲು ದೈನಂದಿನ ವಾಕ್ಯಗಳು, ಅನುತಾಪ ಕಾಲದ ಧ್ಯಾನ, ದೈನಂದಿನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ, ಮತ್ತು ಉಪವಾಸದ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳಂತಹ ಹಲವಾರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಹಾಯಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವಾಗ ಸದುಪಯೋಗಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ.
2. **ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಬಲಿಪೀಠ:** ಅನುತಾಪ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಸಮಯವು ಹೆಚ್ಚಬೇಕು ಮತ್ತು ಇದು ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಸಂಭವಿಸಬೇಕು. ಅನುತಾಪ ಕಾಲದ ಋತುವಿನಲ್ಲಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಬಲಿಪೀಠ ಮತ್ತು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯು ತಪ್ಪದೆ ಮುಂದುವರಿಯುವಂತೆ ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ.
3. **ಯೇಸುವಿನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿರಿ:** “ಕರ್ತನಾದ ಯೇಸು ಕ್ರಿಸ್ತನೇ, ದೇವಕುಮಾರನೆ, ಪಾಪಿಯಾದ ನನ್ನನ್ನು ಕರುಣಿಸು” ಎಂಬ ಈ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ದಿನವಿಡೀ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ. ನೀವು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಹಗ್ಗವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಈ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಸಾರಿ ಮಾಡಿರಿ.

ಪವಿತ್ರ ಚರ್ಚ್‌ನ ಈ ಆಹ್ವಾನವನ್ನು ಅಲಕ್ಷ್ಯಮಾಡಬಾರದೆಂದು ನಾನು ಎಲ್ಲರನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತೇನೆ! ನಿಮ್ಮ ಆತ್ಮೀಕ ತಂದೆಯಾಗಿ, ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಈ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಕರ್ತನ ಆಶೀರ್ವಾದಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಎದುರು ನೋಡೋಣ.

ಕ್ರಿಸ್ತರು ನಮ್ಮೊಂದಿಗಿದ್ದಾರೆ! ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಇರುತ್ತಾರೆ, ಆಮೆನ್.

ಕ್ರಿಸ್ತನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ತಂದೆ,

ದಿನಾಂಕ: 15ನೇ ಜನವರಿ 2024

ಸ್ಥಳ: ಪವಿತ್ರ ಸಿನೋಡ್

ಅಥನೇಷಿಯಸ್ ಯೋಹಾನ್ ಪ್ರಥಮ ಮೆಟ್ರೋಪಾಲಿಟನ್