EN/01/జనవరి-ఫిబ్రవరి/2024

# బిలీవర్స్ ఈస్ట్రన్ చర్చ్

మెట్రోపాలిటన్ కార్యాలయము, సినడ్ సెక్రటేరియట్, సెయింట్ థామస్ కమ్యూనిటి, తిరువల్ల, కేరళ, భారతదేశం.

## కాపరి పత్రిక

జనవరి/ ఫిబ్రవరి 2024

ఆర్చ్ బిషప్‌లకు, బిషప్‌లకు, ప్రీస్ట్‌లకు, డీకన్ ఫాదర్‌లకు, ఇవాంజెలిస్ట్‌లకు, ఆర్డర్ ఆఫ్ సిస్టర్స్‌కు మరియు ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న బిలీవర్స్ ఈస్ట్రన్ చర్చ్ విశ్వాసులందరికి తండ్రి కుమార పరిశుద్ధాత్మ నామములో శుభములు మరియు వందనములు. ఆమెన్! +

**క్రీస్తునందు అత్యంత ప్రియమైనవారలారా,**

క్రీస్తు మనకు తోడైయున్నాడు!

పరిశుద్ధ సంఘమునకు అత్యంత ప్రాముఖ్యమైన కాలమును సమీపించుచుండగా మీకు ఈ పత్రికను వ్రాయుట నాకు ఎనలేని ఆనందాన్ని కలిగించుచున్నది. ఈ కాలమే 'మహా శ్రమల కాలము' ఇది ఫిబ్రవరి 11, 2024 నుండి ప్రారంభించబడి మార్చి 31, 2024 వరకు కొనసాగుతుంది.

ఈ కాలము ఉపవాసము మరియు ప్రార్థన సమయముగా పరిగణించబడుతుంది, ఇందులో విశ్వాసులైనవారు ప్రభువైన యొక్క క్రీస్తు ఈ భూమిపై జీవించిన ఆ చివరి రోజులను అనగా ఆయన మరణమును, సమాధిచేయబడుటను మరియు విజయశీలుడిగా పునరుత్థానము చెందుటను జ్ఞాపకము చేసుకుంటారు. క్రీస్తును వెంబడించువారుగా మరియు ఆయన పరిశుద్ధ సంఘములో సభ్యులుగా, మనము ఈ కాలము కొరకు ఎదురుచూస్తుంటాము ఏలయనగా ఈ కాలము 'పునరుత్తాన పండుగ' ను యోగ్యమైన రీతిగా ఆచరించుటకు మనలను సిద్ధపరచునదిగా ఉంటుంది. ఈ కాలమున, మనము కూడా ఉద్దేశపూర్వకంగా మన ఇష్టాలను నెమ్మదిగా అణచివేయుచూ, సమయమును వెచ్చించి యథార్థమైన వినయముతో మనము మన జీవితములను పరిశీలించుకోవడానికి మరియు ఆత్మీయముగా పునరుద్ధరీకరించబడుటకు విరిగి నలిగిన హృదయమును కల్గియుండుటకు సిద్ధపడుచూ ఉంటాము.

వీటితో పాటుగా, సంఘము నందలి విశ్వాసులు తప్పక పాటించుటకొరకై ఉద్దేశించబడిన శ్రమదినముల కొరకైన **మూడు మూల స్తంభాలు** మనము కల్గియున్నాము.

**ప్రార్థన:** ఈ శ్రమల కాలములో, మనము మరింత ఆసక్తితో అధికముగా ప్రార్థించుట కొరకు పిలువబడియున్నము. మనము ఎంతగా ప్రార్థించుదుమో, అంత అత్యధికముగా పరలోకమందు నెరవేర్చబడుచున్నట్లుగా మన జీవితములో దేవుని చిత్తమును జరిగించునట్లుగా మార్పుచెందుతాము. మన పాప అతిక్రమ దోశములు పరిహరించుమని ప్రభువు యొక్క దయను కోరుచు ఆయనను వేడుకుంటాము, మనము ఆయనవలే మార్చబడి మన దైనందిన జీవితములో నీతి ఫలములను ఫలించునట్లుగా మార్చబడుదుము.

**ఉపవాసం:** మనం ఆహారం నుండి మాత్రమే కాకుండా, పాపపు అలవాట్ల నుండి కూడా ఉపవాసము పాటించాలి. మనము లోకభోగములకు మరియు లోకాశలకు ఎంతమాత్రము లొంగిపోకుండా, దేవుని కృపాకనికరములతో వాటిని అధిగమించి ఆయన దైవిక స్వభావమునందు పాలిభాగస్తులము కావలయును. మనము కొన్ని ఖచ్చితమైన ఆహార పదార్థాలకు వీలైనంత వరకు దూరముగా ఉంటుండగా, మనలో కలిగెడు ప్రతికూల ఆలోచనలు, ప్రతికూలమైన మాటలు మరియు ప్రతికూలమైన కార్యములకు దూరముగా ఉందము. మీ ఇంటిని ప్రార్థన మరియు లేఖనాల అణ్వయింపునకు సన్నిధిగా మార్పుచెందించండి

మరియు ఆధ్యాత్మికమైన అభివృద్ధిచే మనలను పోషింపజేయు వాతావరణమును పెంపొందింపజేయుడి.

**దానధర్మము:** యెషయా 58:7లో లేఖనములు తెలియజేసిన విధముగా, మనము దీనుల యెడలను మరియు తృణీకరింపబడిన వారి యెడలను ప్రేమ ఆప్యాయతలను కల్గియుంటూ మనము చేయు ఉపవాసము దేవునికి ఎంతో ప్రియమైనది. మనము శ్రమల దినములలో భోజనము చేయకుండా ఉపవాసముండుట వలన కొంత ధనమును లేదా కొన్ని వనరులను ఆదా చేయవచ్చు అని భావిస్తుంటాము. కాని అక్కరలో ఉన్నవారితో పంచుకొనుట అనునది దేవుని సంతోషపరుస్తుంది. ఈ మహా శ్రమల కాలములో కుటుంబంగా మరియు పారిష్‌గా కూడా దీనిని ఆచరించవచ్చు.

మహా శ్రమల కాలమును పాటించడంలో రెండు ముఖ్యమైన విషయాలు వ్యక్తిగతముగా మనం జరిగించు కార్యములు మరియు పారిష్ (సంఘము) గా సమిష్టిగా పాలుపొందుకొను కార్యకలాపాలు. ఈ రెండునూ సమాన ప్రాముఖ్యతను కలిగి ఉంటాయి.

వ్యక్తిగతముగా, మనము వ్యక్తిగత పరిశీలన, వ్యక్తిగత ప్రార్థనా సమయము మరియు ధ్యాన సమయమును అనుసరించడానికి ఉపవాసము యొక్క నియమములకు కట్టుబడి ఉండుటకు ఒక నిబంధనను మనము ఏర్పరచుకుంటాము. మరోవైపు, మన కుటుంబాలతో పాటు సాధ్యమైన రీతుల్లో ప్రార్థనా సేవల్లో సమూహముగా పాల్గొనడానికి పిలుపును పొందుకొంటూ ఉంటాము. అయితే ఈ ప్రయాణంలో మనం ఒంటరి వారము కాము అనే ఆనందమును మనము కల్గియుంటాము. అప్పుడు మన స్థానిక సంఘము (పారిష్) ఒక ఆధ్యాత్మిక కుటుంబముగా మార్పుచెంది, ఒకరినొకరు సహకరించుకుంటూ, ఒకరినొకరు ఉత్తేజపరచుకుంటూ ఉంటారు, ఏలయనగా ఇట్టి విధముగా మన పాలుపంపులతో కూడిన ఒప్పందములతో మనకు బలమును మరియు ప్రోత్సాహమును కల్గింపజేస్తుంది.

వీటితో పాటుగా ఈ క్రింద సూచించబడిన విషయాలకు కూడా ప్రాముఖ్యతను ఇవ్వవసినదిగా నేను మిమ్మును కోరుచున్నాను:

1. **సంఘము ద్వారా సూచించబడిన శ్రమల దినము కొరకైన వనరులను తప్పక ఉపయోగించగలరు:** మనము ఈ మహా శ్రమ దినముల గుండా చేయు ఈ ప్రయాణము జరిగించుటకై పవిత్ర సినడ్ నుండి, అనుదిన లేకన పఠనములు, అనుదిన శ్రమ దినముల ధ్యానములను, అనుదిన ప్రార్థన కొరకైన ఆరాధన క్రమములు మరియు ఉపవాసము కొరకైన నియమ నిబంధనలు అను పలు విధములైన ఆధ్యాత్మిక సహాయకాలను మీరు పొందుకుంటూ ఉంటారు. వాటిని తప్పక అనుసరిస్తూ పాటించగలరు.
2. **కుటుంబ ప్రార్థన బలిపీఠం:** శ్రమల కాలము అనునది విస్తరించబడిన ప్రార్థనకు మరియు ఇది మనలో మన గృహాలలో తప్పనిసరిగా జరిగించబడుచుండాలి. ఈ శ్రమల కాలమున కుటుంబ ప్రార్థన బలిపీఠము మరియు కుటుంబ ప్రార్థనలు తప్పక కొనసాగింపబడుచూ ఉండాలి.
3. **యేసు ప్రార్థనను ప్రార్థించండి:** “ప్రభువైన యేసుక్రీస్తు, దేవుని కుమారుడా, పాపినైన నన్ను కరుణించుము” అనేది రోజంతా మనం చేయగల ప్రార్థన. మీకు జపమాల ఉన్నయెడల, దానిని ఉపయోగిస్తూ ఈ ప్రార్థనను మీకు వీలైనన్ని సార్లు చేయండి.

పరిశుద్ధ సంఘము యొక్క ఈ ఆహ్వానమును విస్మరించకూడదని నేను మనలనందరినీ ప్రోత్సహిస్తున్నాను! మీ ఆధ్యాత్మిక తండ్రిగా, నేను కూడా ఈ ప్రయాణములో మీతో పాటుగా కలిసి ప్రయానిస్తాను మరియు మనమందరము ఏకముగా మన ప్రభువు ఆశీర్వాదము కొరకు మనస్ఫూర్తిగా ఎదురుచూద్దాము.

ఇప్పుడునూ ఎల్లప్పుడునూ క్రీస్తు మనకు తోడైయుండును గాకా, ఆమెన్.

క్రీస్తునందు మీ ఆత్మీయ తండ్రి,

**తేది:** 15 జనవరి 2024

**స్థలము :** హోలి సినడ్

అథనాసియస్ యోహాన్ I మెట్రొపాలిటన్

---

**గమనిక:** దయచేసి స్థానిక సంఘాలలోని విశ్వాస సమూహము యొక్క ఉత్తేజనము కొరకు తప్పక చదివి వినిపించగలరు.