BELIEVERS EASTERN CHURCH

World Church Headquarters, St. Thomas Community
Thiruvalla - 689103, Kerala,India.

కాపరి పత్రిక

జనవరి/ఫిబ్రవరి2026

నా ప్రియమైన సంఘకాపరులకు మరియు పరిశుద్ద చర్చియొక్క విశ్వాసులందరికీ

ఏక సత్యదేవుడైన తండ్రీ, కుమారా, పరిశుద్ధాత్మ నామమునకు ఇప్పుడును సదాకాలము మహిమ కలుగును గాక ✠ ఆమెన్.

ఇటీవలే మనము క్రిస్మస్ మరియు థియోఫనీ అనే రెండు గొప్ప పండగలను జరుపుకున్నాము. ఇవి సార్వత్రిక సంఘములో యేసుక్రీస్తు జీవితములో రెండు ప్రాదమిక మరియు పరస్పరముగా అనుసంధానించబడిన సంఘటనలను సూచిస్తున్నాయి. క్రిస్మస్ మన ప్రభువైన యేసుక్రీస్తు జననము ఆయన మానవ అవతారంపై మన దృష్టిని సారిస్తుంది, అయితే థియోఫనీ యొర్దాను నదిలో ఆయన బాప్తిస్మము యొక్క ఉన్నతీకరణను మరియు అయన దైవత్వమును వివరిస్తుంది. అలాగే దేవుడు తనను తాను త్రిత్వముగా వెల్లడిపరచుకొని, అనంతరము యేసు బహిరంగ పరిచర్యకు నాందిపలికిన సందర్బముగావున్నది.

అయితే మనము ఇప్పుడు గ్రేట్ లెంట్ (ఉపవాస) కాలము కొరకు ఎదురుచూస్తున్నాము.

పరిశుద్ద బైబిల్ గ్రంథములో, యేసు తన భూలోక పరిచర్యను ప్రారంభించడానికి ముందు నలభై రోజుల పాటు ఉపవాసము ఉన్నారని, ఆ సమయంలో ఆయన దుష్టుని శోధనలను ఏదుర్కొని జయించారని మనము చదువుతాము.

యేసుక్రీస్తు యొక్క అనచరులుముగా మనము కూడా, మన దైనందిన ఆధ్యాత్మిక పునరుద్ధరణ కొరకు, వ్యక్తిగతముగా మరియు సమూహముగా, ఒక సమయాన్ని కేటాయించి ఆయన జీవితాన్ని మరియు మాదిరిని అనుసరించుట కొరకు పిలువబడ్డాము.

ఈ మహా శ్రమల (గ్రేట్ లెంట్) కాలము అనేది ఉపవాసము, ప్రార్థన మరియు పశ్చాత్తాపము అనే నియమాల ద్వారా మనలను మనము తగ్గించుకొని, పరిశుద్దతను కోరుకునే ఒక కాలముగా వున్నది. ఈ సంవత్సరం, ఈ గ్రేట్ లెంట్ కాలము ఫిబ్రవరి 15న ప్రారంభమై, మన ప్రభువైన యేసుక్రీస్తు పునరుత్థాన పండుగయైన ఈస్టర్ వేడుకతో ఏప్రిల్ 5న ముగుస్తుంది.

ఈ పరిశుద్ద కాలము కొరకు పరిశుద్ద సంఘము మనకు అందించిన ఆధ్యాత్మిక క్రమశిక్షణ యొక్క మూడు మూలస్థంభాలైన **ఉపవాసము**, **ప్రార్థన** మరియు **దానధర్మాలు** చేయుటను మీరు స్వీకరించి ఆ చొప్పన జరిగించాలని నేను మిమ్మును ప్రోత్సహిస్తున్నాను.

1. ఉపవాసము

ప్రభువైన యేసు ఉపవాసము ఉన్నప్పుడు, శారీరక ఆకలిని తీర్చుకోవడానికి రాళ్లను రొట్టెలుగా మార్చమని దుష్టుడు ఆయనను శోధించాడు. కానీ యేసు, "మనిషి రొట్టె ద్వారా మాత్రమే జీవించక, దేవుని నోటి నుండి వచ్చు ప్రతి మాట ద్వారా జీవించును" అని చెప్పడం ద్వారా ఆ శోధనను జయించాడు. ఈ విధంగా, ఒక వ్యక్తి యొక్క ఆధ్యాత్మిక అవసరాలు శారీరక అవసరాల కంటే గొప్పవని యేసు మనకు కనుపరచాడు. మనము ఏమి తిందుము, ఎంత తిందాము అనే విషయములో మనలను మనము క్రమశిక్షణలో ఉంచుకోవడం ద్వారా ఈ ఉపవాసము దేవునిపై పూర్తిగా ఆధారపడటానికి మనకు క్రమశిక్షణను నేర్పుతుంది. ఆ క్రమములోనే అన్నింటిని మించి, దేవుడు మనకు అవసరమైనవన్నీయు అనుగ్రహిస్తాడు .

ఇంకా చెప్పాలంటే నిజమైన ఉపవాసము అనగా కేవలము ఆహారానికి మాత్రమే దూరంగా ఉండడం కాదు.

పరిశుద్ధ లేఖనాలు మరియు సంఘ పితరులు బోధించినట్లుగా, మనము సమస్త పాపపు అలవాట్ల నుండి – అనగా పనికిమాలిన మాటలు, కోపము, కొండెములు, అసూయ అను వాటినుండి మరియు మన సమయాన్ని దొంగిలించి, మనలను మనకు తెలియకుండా నిశ్శబ్దంగా బానిసలుగా చేసే ఆధునిక వ్యామోహములైన మొబైల్ సోషల్ మీడియాను అధికంగా ఉపయోగించడం, అంతులేని స్క్రోలింగ్ మరియు నిరంతర వినోదము కొరకు తపన కల్గియుండుట నుండి ఉపవాసము ఉండటానికి పిలవబడ్డాము. ఈ దురాశలకు భానిసలు కాకుండా, వాటిని జయించడం నేర్చుకోవడం ద్వారా, మనలో క్రీస్తును కలిగిన జీవితమును వృద్ధి చెందించబడడానికి మనము చోటు కల్పించగలుగుతాము.

౨. ప్రార్థన

ప్రార్థన లేకుండా చేసే ఉపవాసానికి ఆధ్యాత్మిక విలువ ఉండదు. ఈ కారణమును బట్టియే పరిశుద్ధ సంఘము ఈ లెంట్ కాలమంతయు ప్రతిరోజూ సాయంత్రము ప్రార్థనలను ఏర్పాటు చేస్తుంది, తద్వారా విశ్వాసులందరూ కలిసి దేవుని క్షమాపణను మరియు కరుణను వేడుకొనుటను ప్రోత్సహిస్తున్నది.

అంతమాత్రమే కాకుండా, మన వ్యక్తిగత ప్రార్థన జీవితము కొరకు చర్చి మనకు ఒక శక్తివంతమైన సాధనాన్ని ఇచ్చింది — అదియే యేసు ప్రార్థన మరియు జపమాల. "ప్రభువైన యేసు క్రీస్తు, దేవుని కుమారుడా, పాపినైన నన్ను కనికరించుము" అనే యేసు ప్రార్థనను మీ దైనందిన ప్రార్థన జీవితములో ఒక సాధారణ భాగముగా చేసుకోవడము ప్రాముఖ్యమైనది. జపమాలతో పాటుగా చేసే ఈ ప్రార్థన ద్వారానే, ఆదిమ సంఘము యొక్క పరిశుద్ధులు నిరంతరము విసుగక ప్రార్థించడం నేర్చుకున్నారు (కొలొస్సి. 4:2; 1, థెస్స. 5:17).

యేసు ప్రార్థనను మనము పదే పదే వల్లిస్తూ ప్రతి ముడి మన వేళ్ల గుండా వెళుతున్నప్పుడు, ఆ ప్రార్థన క్రమముగా మన హృదయాలలోనికి ప్రవేశించి, అట్టి ప్రార్థనలను రూపాంతరం చెందిస్తూ, వాటిని దేవుని హృదయమునకు అనుసారమైనవిగా పరిపూర్ణముగా సమలేఖనం చేయగలిగేదే ఈ యేసు ప్రార్థన.

౩. దానధర్మములు చేయుట:

పేదలను మరియు అవసరాలలో ఉన్నవారిని ఆదుకోవడం అనేది దేవుని పిల్లల జీవితములో ఒక భాగమైయున్నది. ఇతరుల యెడల ఉదారత, కరుణ, జాలి, దయ లేకుండా, మన ఉపవాస ప్రార్థన అసంపూర్ణంగానే మిగిలిపోతాయి. వాస్తవానికి, పేదలు మరియు అణచివేయబడిన వారి అవసరాలను తీర్చే ఉపవాసమే దేవునికి ప్రీతికరమైనదని ప్రవక్తయైన యెషయా భోదించియున్నాడు. (యెషయా 58:7).

అవసరతలో ఉన్నవారిని జాగ్రత్తగా చూసుకోవాలని ఈ మహా శ్రమల మనకు పిలుపును యిస్తున్నది: పరిశుద్ధుడైన. మత్తయి వ్రాసిన సువార్త 25:40 లో ‘‘అందుకు రాజు మిక్కిలి అల్పులైన యీ నా సహోదరులలో ఒకనికి మీరు చేసితిరి గనుక నాకు చేసితిరని నిశ్చ యముగా మీతో చెప్పచున్నానని వారితో అనెను’’. అని మన ప్రభువు చెప్పిన మాటలను మనము గుర్తుచేసుకోవాలి.

దీనిని మనము ఆచరణలో పెట్టడానికి కొన్ని ఆచరణాత్మక మార్గాలు ఇక్కడ ఉన్నవి:

1. కుటుంబముగా చర్చి యొక్క అన్ని కార్యక్రమాలలో పాలుపంచుకొందము.

గ్రేట్ లెంట్ అను ఈ ఉపవాస కాలము అనునది, సంఘముగా మనమందరం కలిసి యేసును మరింత సన్నిహితముగా అనుసరించడానికి చేసే ఒక ప్రయాణముగా వున్నది. మనము వ్యక్తిగతముగా ఈ ఉపవాస ప్రార్థనలకు మనలను మనము సమర్పించుకున్నప్పటికిని, కుటుంబాలుగా మరియు సంఘ సమూహముగా కూడా ఈ కార్యములను జరిపించుటకు మనము పిలువబడ్డాము. కావున ఈ కాలంలో మన కుటుంబమంతటితో కలిసి ప్రతిరోజూ సాయంత్రం సంఘములో జరిగే ప్రార్థనలలో విశ్వాసముతో నమ్మకముగా క్రమము తప్పకుండా కూడుకోవటము ఎంతో ముఖ్యమైయున్నది..

2. ఒకనితో ఒకరు సమాదానపడి దీనిని ప్రారంభించుదము.

యేసు ఇలా చెప్పెను: "మీకు ఒకనిమీద విరోధమేమైనను కలిగియున్న యెడల, మీరు నిలువబడి ప్రార్థన చేయునప్పుడెల్లను వాని క్షమించుడి. అప్పుడు పరలోకమందున్న మీ తండ్రియు మీ పాపములు క్షమించును." (మార్కు 11:25). ఇతరుల పట్ల ద్వేషము, శత్రుత్వము లేదా క్షమించలేని మనసుతో మనము దేవునికి దగ్గర కాలేము. ఈ కారణంగానే, సంఘము గ్రేట్ లెంట్ కాలమును ఒకరితో ఒకరు సమాదానపడే ఆరాధనతో ప్రారంభించబడుతుంది, మనము ఈ ఆరాధనలో పాల్గొనడం చాలా అవసరమైయున్నది. మనకు అన్యాయము చేసిన వారిని, మనలను బాధపెట్టిన వారిని క్షమిద్దాము, మనము బాధపెట్టిన వారిని నుండి క్షమాపణను కోరుకుందాము, మనలను మనము తగ్గించుకుందాము, విభేదాలు ఉన్నచోట సమాధానమును నెలకొల్పుకొందాము, మరియు క్రీస్తులో ఏక శరీరముగా జీవించడానికి ప్రయత్నిద్దాము.

3. పశ్చాత్తాపము మరియు ఒప్పుకోలుతో ముందుకు సాగుదము

ఈ కాలములో మనము దేవునికి దగ్గరవుతున్నప్పుడు, పరిశుద్ధాత్ముడు మన అనేక పాపములను, వైఫల్యములను మరియు లోపాలను మనకు తెలియజేస్తుంటాడు. అట్టి వాటినిబట్టి నిరాశ చెందక వాటిని మీ హృదయపూర్వకముగా దేవుని యెదుట ఒప్పుకొనుము, వినయముతో పశ్చాత్తాపపడుచూ దేవుని కరుణ కొరకు వేడుకొనుము. మీరు కొన్ని నిర్దిష్టమైన శోధనలతో పదే పదే పోరాడుచున్నట్లయితే, ధైర్యమును కోల్పోవద్దు. మీ స్థానిక సంఘ కాపరియైన యాజకునితో లేదా మీకు నమ్మకముగా వున్న బోధకునితో మనస్ఫూర్తిగా మాట్లాడి, పాపసంకీర్తన సంస్కారం ద్వారా సమాధానపడి, మీ ఆత్మకు శుద్ధిని మరియు స్వస్థతను పొందుము.

ఈ గ్రేట్ లెంట్ ప్రయాణములో మీకు తోడ్పాటునందించడానికి మన చర్చిలో అనుదిన లేఖన పఠనాలు, అనుదిన ఉపవాస ధ్యానములు మరియు మీ వ్యక్తిగత జీవితము మరియు కుటుంబ ప్రార్థనల కొరకు అనుదిన దైవిక ఆరాధనలు వంటి గొప్ప ఆధ్యాత్మిక వనరులు మనకు అందుబాటులో ఉన్నాయి. ఈ ఆధ్యాత్మిక వనరులను సంపూర్ణముగా ఉపయోగించుకొని, తద్వారా ఈ మహా ఉపవాస కాలమును మీకును మరియు మీ పారిష్‌కును అర్థవంతమైన కాలముగా వుండనియ్యుడి.

ప్రభువునందు నా ప్రియమైన పిల్లలారా, ఈ ఉపవాసపు పవిత్ర దినాలలో దేవుని కృప మిమ్మును బలపరచాలని కోరుతూ, మీ అందరి కొరకు నేను ప్రార్థిస్తున్నాను. ఆయన చిత్తమును గ్రహించే జ్ఞానాన్ని, ఆయన ఆజ్ఞలను పాటించే బలాన్ని, మరియు అందరికీ ఆయన కరుణను పంచే ప్రేమను ఆయన మీకు అనుగ్రహించునుగాక. క్రీస్తులో మీ ఆత్మీయ తండ్రిగా, నేను కూడా మీతో పాటుగా ఈ పరిశుద్ధ కాలమును అనుసరిస్తున్నాను, మనమందరము కలిసి మన ప్రభువు యొక్క ఆశీర్వాదముల కొరకు వెడుకుందాము.

పరిశుద్ధ త్రిత్వమైయున్న తండ్రీ, కుమార మరియు పరిశుద్ధాత్మ దేవుడు తన అపారమైన కృప మరియు కరుణతో మనలను నడిపించునుగాక, సకల పరిశుద్ధుల యొక్కయు మరియు థియోటోకోస్ యొక్క విజ్ఞాపన ప్రార్థనలు ఇప్పుడును మరియు సదాకాలము దేవుని సింహాసనము ముందు మనకు రక్షణగా ఉండును గాక. ✠ ఆమెన్.

క్రీస్తునందు మీ ఆత్మీయ తండ్రి

తేదీ: 21 జనవరి 2026

✠ మోరన్ మోర్ సామ్యేల్ థియోఫిలస్ మెట్రోపాలిటన్

స్థలం: వరల్డ్ చర్చ్ హెడ్ క్వార్టర్స్

గమనిక : విశ్వాసుల ప్రోత్సాహం కొరకు దయచేసి దీనిని అన్ని పారిష్‌లలో చదువవలెను.